

Ciências do Esporte e Educação Física: Uma nova Agenda para a Emancipação 2

Wendell Luiz Linhares
(Organizador)



Atena
Editora
Ano 2019

Wendell Luiz Linhares
(Organizador)

Ciências do Esporte e Educação Física: Uma nova Agenda para a Emancipação 2

Atena Editora
2019

2019 by Atena Editora
Copyright © Atena Editora
Copyright do Texto © 2019 Os Autores
Copyright da Edição © 2019 Atena Editora
Editora Executiva: Prof^a Dr^a Antonella Carvalho de Oliveira
Diagramação: Natália Sandrini
Edição de Arte: Lorena Prestes
Revisão: Os Autores

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. 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.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^a Dr^a Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Prof^a Dr^a Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof^a Dr^a Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof^a Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof^a Dr^a Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof^a Dr^a Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof^a Dr^a Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof^a Dr^a Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof.^a Dr.^a Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª 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. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Conselho Técnico Científico

Prof. Msc. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Msc. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Prof.ª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Prof. Msc. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Msc. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Prof. Msc. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista
Prof.ª Msc. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Msc. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof.ª Msc. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
C569	<p>Ciências do esporte e educação física: uma nova agenda para a emancipação 2 [recurso eletrônico] / Organizador Wendell Luiz Linhares. – Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2019. – (Ciências do Esporte e Educação Física. Uma Nova Agenda para a Emancipação; v. 2)</p> <p>Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-85-7247-567-9 DOI 10.22533/at.ed.679190209</p> <p>1. Educação física – Pesquisa – Brasil. 2. Políticas públicas – Esporte. I. Linhares, Wendell Luiz. II. Série.</p> <p style="text-align: right;">CDD 613.7</p>
Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422	

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná - Brasil
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

A Educação Física tem possibilitado aos seus profissionais, a tentativa de a partir dos diversos fenômenos, sejam eles de cunho biológico, fisiológico, pedagógico, sociais e entre outros, a busca da compreensão do “novo” para a área. Neste sentido, o volume dois do e-book “Ciências do Esporte e Educação Física: Uma Nova Agenda para Emancipação”, configura-se numa obra composta por 20 artigos científicos, os quais estão divididos por três eixos temáticos. No primeiro intitulado “Educação Física, Práticas Pedagógicas, Currículo e Inclusão”, é possível encontrar estudos que discutem diferentes aspectos, distintos, entretanto, interdependentes da Educação Física Escolar, a partir de aspectos teóricos e empíricos e como esses influenciam ou podem contribuir para uma melhor prática docente. No segundo eixo intitulado “Avaliação, Capacidade Física e Exercício”, é possível verificar estudos que apresentam enquanto características, aspectos biológicos e fisiológicos relacionados ao exercício físico e como este pode ser utilizado para a avaliação das capacidades físicas em diferentes sujeitos. No terceiro eixo intitulado “ Políticas Públicas, Jogos, Esporte e Lazer”, é possível encontrar estudos que tratam da relação Esporte-Lazer e como, não só as Políticas Públicas, mas também, a memória, se articulam para o fomento dos aspectos mencionados anteriormente. O presente e-book reúne autores de diversos locais do Brasil e, por consequência, de várias áreas do conhecimento, os quais abordam assuntos relevantes, com grande contribuição no fomento da discussão dos temas supracitados.

Portanto, é com entusiasmo e expectativa que desejo a todos uma boa leitura.

Wendell Luiz Linhares

SUMÁRIO

EIXO 1 – EDUCAÇÃO FÍSICA, PRÁTICAS PEDAGÓGICAS, CURRÍCULO E INCLUSÃO

CAPÍTULO 1 1

O ESTÁGIO SUPERVISIONADO E AS RELAÇÕES DE GÊNERO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Claudio Roberto de Jesus Pereira
Rafaela Gomes dos Santos

DOI 10.22533/at.ed.6791902091

CAPÍTULO 2 12

TRAJETÓRIAS FORMATIVAS: ESTÁGIO SUPERVISIONADO E PIBID NA FORMAÇÃO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Leonardo Rocha da Gama

DOI 10.22533/at.ed.6791902092

CAPÍTULO 3 17

PERFIL, FORMAÇÃO, SABERES E EXPERIÊNCIAS DOS DOCENTES SOBRE O ENSINO-APRENDIZADO DO ATLETISMO

Janaina Andretta Dieder
Alexandre José Höher
Gustavo Roesse Sanfelice

DOI 10.22533/at.ed.6791902093

CAPÍTULO 4 31

PROGRAMA PIBID- CONCEPÇÕES DE PROFESSORES SUPERVISORES NO QUE SE REFERE A INCLUSÃO ESCOLAR

Diana de Souza Moura
Robson Alex Ferreira
Viviany da Silva Brughnago
Josielen de Oliveira Feitosa
Daiany Takekawa Fernandes
Meire Ferreira pedroso da costa
Jucelia Maria da Silva
Wanessa Eloyse Campos dos Santos

DOI 10.22533/at.ed.6791902094

CAPÍTULO 5 43

QUALIDADE DE VIDA DE ESCOLARES: PERSPECTIVAS PARA NOVOS TEMAS EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Vickele Sobreira
Roberto Furlanetto Júnior
Vilma Lení Nista-Piccolo

DOI 10.22533/at.ed.6791902095

CAPÍTULO 6 54

PROJETO VI-VENDO ESPORTE: REDISCUTINDO A FUNÇÃO PEDAGÓGICA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Felipe Souza de Brito
Nathalia Dória Oliveira
Mariza Alves Guimarães

DOI 10.22533/at.ed.6791902096

CAPÍTULO 7 60

OS DESAFIOS DA IMPLANTAÇÃO DO TÊNIS COMO COMPONENTE DO CURRÍCULO ESCOLAR

David Alisson Rodrigues da Silva
Karine Miranda Pettersen

DOI 10.22533/at.ed.6791902097

CAPÍTULO 8 71

OS JOGOS OLÍMPICOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM RELATO DE PRÁTICA

Robinson Luiz Franco da Rocha

DOI 10.22533/at.ed.6791902098

CAPÍTULO 9 79

PRÁTICAS PSICOPEDAGÓGICAS: TIME-V: TREINO PARA INCLUSÃO, MOVIMENTO ESPORTE E VIDA

Mariana França Machado
Jéssica Fraga Dalgobbo

DOI 10.22533/at.ed.6791902099

EIXO 2 – AVALIAÇÃO, CAPACIDADE FÍSICA E EXERCÍCIO

CAPÍTULO 10 87

OS EFEITOS DE UM PROGRAMA DE EXERGAMES NO FUNCIONAMENTO EXECUTIVO E NO DESEMPENHO ACADÊMICO DE ESCOLARES NUMA PERSPECTIVA NEUROPSICOPEDAGÓGICA

Fabrcio Bruno Cardoso
Aline Cabreira Pinheiro
Saulo Souza
Danilo Cunha
Pablo Gandra
Austrogildo Hardmam Junior
Cleonice Terezinha Fernandes
Alfred Sholl Franco

DOI 10.22533/at.ed.67919020910

CAPÍTULO 11 98

TREINAMENTO DE FORÇA EM IDOSOS E SEUS BENEFÍCIOS: UM ESTUDO DE REVISÃO

Mauro Castro Ignácio
Walter Reyes Boehl
Augusto Dias Dotto
Anderson da Silveira Farias
Bruna Brogni da Silva
Paloma Müller de Souza
Guilherme de Oliveira Gonçalves

DOI 10.22533/at.ed.67919020911

CAPÍTULO 12 104

TREINAMENTO FUNCIONAL PARA IDOSOS

Givanildo de Oliveira Santos
Westter Vinicio Vieira Alves
Hugsom Vieira Alves

DOI 10.22533/at.ed.67919020912

CAPÍTULO 13 114

RELAÇÃO ENTRE OS EXERCÍCIOS AERÓBICOS E QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS QUE VIVEM COM HIV/AIDS

Saulo Freitas Pereira
Francisco Renato de Oliveira Vitor
Kerginaldo Leite de Souza
Adson Batista da Mota
Carlos Alberto de Medeiros Silva
Sandro Elias de Medeiros Filho
Leylson Roberto Lopes de Freitas
Dimas Anaximandro da Rocha Morgan
Állan Frederico Medeiros da Silva

DOI 10.22533/at.ed.67919020913

CAPÍTULO 14 122

RELATO DE EXPERIÊNCIA: UMA PERSPECTIVA A PARTIR DA AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL COM O PÚBLICO HIV/AIDS

Silvana Corrêa Matheus
Camila Valduga
Bruna dos Santos
Mauri Schwanck Behenck
Uliana Soares Schaffazick
Renata Palermo Licen

DOI 10.22533/at.ed.67919020914

CAPÍTULO 15 127

QUALIDADE DE VIDA E INTERESSE PELA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS DE PESSOAS COM MOBILIDADE REDUZIDA NA CIDADE DO RJ

Edvaldo de Farias
Florisfran Melo Soares

DOI 10.22533/at.ed.67919020915

CAPÍTULO 16 141

PRÁTICAS CORPORAIS PARA A SAÚDE DO TRABALHADOR DA SEDUCE-GO: A EXPERIÊNCIA NA PERSPECTIVA BIOPSISSOCIAL

Max Santana Cananéia
Rafael Vieira de Araújo

DOI 10.22533/at.ed.67919020916

CAPÍTULO 17 145

PADRÃO DO SONO RELACIONADO A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ACADÊMICOS DO NÍVEL SUPERIOR

Edvando Trajano Freitas Júnior
Paula Rocha de Melo
Celina Maria Pinto Guerra Dore

DOI 10.22533/at.ed.67919020917

EIXO 3 – POLÍTICAS PÚBLICAS, JOGOS, ESPORTE E LAZER

CAPÍTULO 18	156
ESPAÇOS PÚBLICOS DE LAZER NO MUNICÍPIO DE SAPUCAIA DO SUL/RS	
Walter Romeu Bicca Júnior	
Natalia Silveira Antunes	
Jenifer Thais Pagani	
Luana Ribeiro	
DOI 10.22533/at.ed.67919020918	
CAPÍTULO 19	171
ESPORTES NA BAHIA: REGISTROS DE MEMÓRIAS EM JORNAIS DO INTERIOR DO ESTADO – 1910 – 1929	
Roberto Gondim Pires	
Cleber Dias	
Tayná Alves de Brito	
DOI 10.22533/at.ed.67919020919	
CAPÍTULO 20	181
A LINGUAGEM-EXPRESSIVA-CRIADORA DA DANÇA: UMA ABORDAGEM FENOMENOLÓGICA	
Danieli Alves Pereira Marques	
Marília Del Ponte de Assis	
Aguinaldo Cesar Surdi	
Elenor Kunz	
DOI 10.22533/at.ed.67919020920	
SOBRE O ORGANIZADOR	188
ÍNDICE REMISSIVO	189

O ESTÁGIO SUPERVISIONADO E AS RELAÇÕES DE GÊNERO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Claudio Roberto de Jesus Pereira

Colégio Estadual Democrático Ruy Barbosa
Teixeira de Freitas – Bahia

Rafaela Gomes dos Santos

Universidade do Estado da Bahia – UNEB
Teixeira de Freitas – Bahia

RESUMO: A sociedade cria expectativa sobre os gêneros, já a partir da infância, o que pode limitar as aspirações futuras de homens e mulheres. A Educação Física é um local privilegiado de discussões acerca do tema gênero, posto que se utiliza das expressões corporais para viabilizar conhecimentos da cultura do movimento. O presente estudo, do tipo qualitativo, caracterizado como relato de experiência de intervenção, realizada no decurso da regência do Estágio, tem como objetivo relatar a experiência de Estágio Supervisionado do curso de licenciatura em Educação Física desenvolvido sobre a temática “Relações de gênero na prática esportiva”. As estratégias do Plano de Ensino foram: discutir questões de gênero a partir do tema mulheres nos esportes, principalmente naqueles praticados comumente por apenas um dos sexos. A naturalização da cultura é um processo histórico sob o qual se tenta legitimar discriminações, determinações de papéis na sociedade, principalmente

com intuito de se exercer a dominação, neste aspecto, sobrepujança de homens às mulheres. O sexismo é evidenciado no âmbito escolar, o qual contribui para a aceitação como fato natural. A Educação Física, se por um lado, é privilegiada por poder conter, por outro historicamente tipificou as atividades sob as quais meninos e meninas estavam submetidos, reforçando não somente a fragilização do feminino, mas também exacerbando o estereótipo masculino de virilidade. Salienta-se a influência destas questões na criação de estereótipos que cerceiam direitos e deveres, principalmente às mulheres, para que se possibilitem o protagonismo de suas próprias vidas.

PALAVRAS-CHAVE: Gênero; Esporte; Educação Física; Estágio Supervisionado.

THE SUPERVISED INTERNSHIP AND GENDER RELATIONS IN THE LESSONS OF PHYSICAL EDUCATION: A REPORT OF EXPERIENCE

ABSTRACT: The society creates expectation about the genders, from childhood, which may limit the future aspirations of men and women. The Physical Education is a privileged place of discussions about the gender theme, since it uses the corporal expressions to make possible

knowledge of the culture of the movement. The present qualitative study, characterized as an intervention experience report, carried out during the course of the Internship, aims to report on the Supervised Internship experience of the undergraduate course in Physical Education developed on the theme “Gender relations in practice sports “. The strategies of the Teaching Plan were: to discuss gender issues from the theme women in sports, especially those practiced commonly by only one gender. The naturalization of culture is a historical process under which attempts are made to legitimize discriminations, determinations of roles in society, especially in order to exercise dominance, in this aspect, overcoming men to women. Sexism is evidenced in the school context, which contributes to acceptance as a natural fact. Physical Education, on the one hand, is privileged to be able to contain, on the other hand it historically typified the activities under which boys and girls were subjected, reinforcing not only the weakening of the feminine, but also exacerbating the male stereotype of virility. The influence of these issues on the creation of stereotypes that curtail rights and duties, especially women, is emphasized so that the protagonism of their own lives becomes possible.

KEYWORDS: Gender; Sport; PE; Supervised internship.

1 | INTRODUÇÃO

Os estereótipos de gêneros delimitam papéis na sociedade que cerceiam possibilidades e influenciam nas dinâmicas das competências. A sociedade cria expectativa sobre os gêneros, desde a mais tenra infância, o que pode limitar as aspirações futuras de homens e mulheres.

A partir do entendimento destas afirmações, optou-se por analisar as questões de gênero no âmbito da Educação Física, dentro do Estágio Supervisionado. A relevância pode ser demonstrada partindo da premissa de que se faz necessário desvelar as nuances sob as quais se ocultam as estruturas das discriminações e preconceitos.

A Educação Física é um local privilegiado de discussões acerca do tema gênero, uma vez que se utiliza das expressões corporais para viabilizar conhecimentos da cultura do movimento humano.

No que se refere ao Estágio Supervisionado, Vasconcelos (2012) diz que ele é uma oportunidade na formação de professores configurando-se numa base de uma ação reflexiva-crítica e pelo qual o conhecimento acadêmico se integra ao saber da experiência (VASCONCELOS, 2012). Além da importância preconizada pelas Diretrizes curriculares, no entendimento de que a ação prática é geradora de conhecimento (BRASIL, 2013), acredita-se que, a partir de Vasconcelos (2012), o estágio oportuniza uma formação através da prática, o qual é conseguido com intercâmbio efetivo entre a escola formadora e o campo de estágio.

Cumpre-se explicitar que, ainda, o Estágio Supervisionado demonstra sua

significância a partir de que oportuniza uma teorização prática, ali o estudante aprende a resolver problemas e, segundo Pimenta e Lima (apud SOUZA; BONELA; PAULA, 2007), é o lócus inicial para construção indenitária e de aquisição dos saberes do dia-a-dia.

O presente estudo tem como objetivo relatar a experiência de Estágio Supervisionado do curso de licenciatura em Educação Física desenvolvido sobre a temática “Relações de gênero na prática esportiva”. O presente estudo é do tipo qualitativo, caracterizado como relato de experiência de intervenção, realizada no decurso da regência do Estágio.

2 | GÊNERO E ESTEREÓTIPOS

As questões de gênero têm sido colocadas na pauta da literatura acadêmica recentemente (SARAIVA, 2005), o assunto é delicado, uma vez que desestabiliza a ideia aceita pelo senso comum de que o gênero é a representação do sexo. Faz-se necessário, então, distinguir o sexo do gênero. Apoiando-se nas pesquisas de Goellner (2008), entende-se que o sexo se configura como os aparelhos reprodutivos do homem e da mulher, e que o gênero é representado pelos papéis esperados por cada um em dada sociedade.

Indo além, tendo o estereótipo como um terceiro aspecto, pela definição de Saraiva (2005, p. 37), entende-se que este comporta um “conjunto de características que ‘definem’ o papel do indivíduo, enquanto que o papel é o conjunto de comportamentos esperados desse indivíduo”.

A Antropologia e a Sociologia têm procurado dirimir questões afeitas à estrutura do ser humano, através do seu histórico e do seu meio sociocultural, trazendo informações imprescindíveis para o entendimento do dimorfismo sexual. E, neste sentido, explicar as influências da natureza e da cultura em homens e mulheres. Além destas duas ciências, os estudos de epigenética reportam ideias que sugerem algumas hipóteses sobre as influências ambientais na estrutura biológica humana.

Os gêneros se inscrevem culturalmente em determinado contexto, recebendo marcas desta cultura, compostas e definidas por relações sociais. São produções e transformações da natureza e da biologia em historicidade. As identidades sociais buscam a integração e o pertencimento a determinado grupo social de referência, negando a simplicidade e estabilidade disso, entendendo a identidade de gênero como provisório, transitório, instável plural e histórico (LOURO, 2007).

A naturalização da cultura é um processo histórico sob o qual se tenta legitimar discriminações, determinações de papéis na sociedade, principalmente com intuito de se exercer a dominação, neste aspecto, sobrepujança de homens às mulheres (GOELLNER, 2008; SOARES, 1994).

Dão-se brinquedos e jogos diferentes para meninos. São diferentes as leituras

e até o enxoval do bebê (...). Esses fatores ambientais, minuciosos até os pormenores, mas operando continuamente através das idades, vão, pouco a pouco, determinando capacidades diferentes entre homens e mulheres... (LORENÇÃO apud CASTELLANI FILHO, 2010, p. 60).

Em contexto similar, Louro (2007) entende que as identidades sociais e culturais são políticas por estarem marcadas por relações de poder, tendo um grupo o status de “normal” e quem subverte a esta normalidade sofre a subordinação imposta pelos majoritários.

Tais grupos majoritários incidem sobre os subordinados e também sobre si mesmos, uma vez que a vigilância sobre si mesmos é intensa, meticulosa e constante, consideram-se numa referência segura, por exemplo, ter a mesma identidade de gênero e a de sexo, no sentido de manter-se dentro desta suposta normalidade (LOURO, 2007).

O trabalho de Silva e Daolio (2007), além de temer a ideia de naturalização da cultura, vêm corroborar com estas questões, uma vez que se utilizaram dos estudos da Antropologia Social para explicar as relações de gênero como inscrições culturais em pré-escolares. Os autores perceberam que a criança possui um mundo de características próprias de sua infância, não apenas reproduzindo o mundo adulto, mas sim, criando e recriando os significados do seu meio e vivências. Deste modo, o gênero não é dado de forma simplória e exata através do mundo adulto, embora receba influência fortíssima deste, a criança cria códigos e significados para cada gênero dentro de contextos variados do âmbito escolar.

Cada sociedade atribui valor a determinada característica e com isso cuida para que tal característica se propague e se perpetue. Mauss (2011), ao analisar padrões culturais de várias sociedades, diz que as ações da sociedade, em normas culturais, se inscrevem no corpo. A partir disso pode se suscitar que, tanto homens quanto mulheres, não são seres rigidamente determinados pelo seu estado biológico, mas sim, de consequências deste estado com vivências e de como a cultura os transforma.

Cumpra-se observar que o estereótipo de gênero apresenta-se na sociedade como causa de prejuízos de toda ordem para ambos os sexos, porém, são as mulheres quem tem recebido o pior tratamento e estando em constante desconforto social que delimitam suas capacidades, aspirações e anseios, e isso porque as coerções sofridas estão em estado de velamento contínuo, provocando a discriminação de atitudes entre os sexos (SARAIVA, 2005).

Salienta-se imprescindivelmente que o estudo de gênero tem seu direcionamento através de movimentos ativistas, principalmente do movimento feminista. Como afirma Delamont (1985), ao posicionar sua obra sobre a égide do feminismo, as mulheres têm suas possibilidades cerceadas e por isso é de suma importância a defesa dos seus direitos neste sentido. A ideologia feminista é importante à medida que dá visibilidade a um problema real com consequências reais, as quais têm sido

usurpadoras de direitos e necessidades.

3 | O GÊNERO NA EDUCAÇÃO

Importa-se explicitar que as influências ambientais estariam afeitas à cultura, aos modos da socialização que cada sociedade almeja. Desta forma, sendo a escola lugar privilegiado de socialização, percebe-se que a *estereotipação* dos gêneros já surge na idade pré-escolar. Embora as crianças já tragam conceitos diferenciados fora do âmbito escolar, estes são exacerbados na escola, muitas vezes não sistematicamente, mas partindo da organização das aulas até à didática de cada professor. O sexismo é evidenciado no âmbito escolar, a qual contribui para a aceitação como fato natural. Ainda, desde a pequena infância, percebe-se que há questões que são desconsideradas pelos atores escolares, mas que influenciam pejorativamente as diferenciações de gênero (DELAMONT, 1985).

Entretanto, espera-se que as instituições escolares combatam preconceitos, o que se apresenta como um paradoxo, visto que, no que concerne ao gênero e a sexualidade, a escola é reprodutora de *heteronormalidades*. O contraponto está no fato de que não há um determinismo nem no nível cultural, posto que as relações de alteridade envolvidas nas construções identidades são contribuintes para as significações (AVILA; TONELI; ANDALÓ, 2011).

Delamont (1985) entende as ações da escola como contribuintes reprodutoras das identidades, indo além das salas de aula.

Louro (2007) tem o mesmo entendimento, quando compreende que a escola se organiza para além dos conteúdos programáticos, ensejando atingir uma norma desejada, deixando marcas nos conviventes deste ambiente. E estas marcas extraordinárias estão intimamente ligadas com as construções identitárias sociais, especialmente as de gênero e sexuais. Ainda, suscita que a escola pretendia formar um homem controlado, autodisciplinado, dominante de suas emoções, contido na expressão de sentimentos e que o contrário disso seria características femininas. Insensibilidade, rispidez e austeridades são características bem aceitas em inúmeras sociedades como sendo masculinas e o seu contrário, o descontrole emocional, principalmente, como sendo femininas.

4 | GÊNERO NA EDUCAÇÃO FÍSICA

Historicamente, a Educação Física escolar já apareceu com ideais deterministas, trazendo em sua metodologia de ensino o aprimoramento das capacidades físicas e suscitando que meninos e meninas detinham estas capacidades diferenciadas e, portanto, deveriam ser separados nas aulas. Naquele momento da história brasileira, pretendia-se que os filhos da pátria fossem lapidados para servi-la, restando às

meninas apenas a preparação para serem mães (SOARES, 1994).

A ação educativa e as normas culturais da sociedade patriarcal são mais indícios de que as diferenças sexuais são instáveis. E que a mulher não está engessada na estrutura corporal que lhe é imposta, mas sim tem sofrido manipulações que atribuem o caráter natural a estas diferenças (GOELLNER, 2003).

No âmbito escolar, especificamente na Educação Física, tratou-se de maximizar estas diferenças por muitos anos, principalmente para diferenciar o corpo que deveria gerar filhos (o da mulher) do que deveria provê-los (o do homem). Na Educação Física do século passado as meninas já eram vistas como possíveis mães (SOARES, 1994).

Na modernidade, as aulas continuam com problemas relacionados ao reflexo da ideologia sexual dominante da sociedade (MAC AN GAHILL, 1996 apud SOUSA; ALTMAN, 1999), entretanto, a esse respeito, Sousa e Altman (1999) diz que não se pode concluir que o gênero seja o fator preponderante nos problemas ocorrentes nas aulas, visto que outros fatores podem está interferindo para que meninos e meninas participem das aulas de forma não igualitária.

Neste sentido, Pereira et al (2015), entendem a Educação Física como uma ambiguidade, se por um lado é privilegiada por poder conter, por outro historicamente tipificou as atividades sob as quais meninos e meninas estavam submetidos, reforçando não somente a fragilização do feminino, mas também exacerbando o estereótipo masculino de virilidade. Estes autores mostram preocupações com as feminilidades e masculinidades que podem coexistir numa ideia de aceitação das pluralidades e dizem ser a Educação Física responsável por esta aceitação.

O esporte é um dos conteúdos preconizados para as aulas de Educação Física (BRASIL, 2001), sendo bem aceito pelos adolescentes, principalmente pela espetacularização midiática e o prazer da prática. O esporte, quando inserido de forma variada, é, inclusive, alternativa amenizadora para a exclusão. Darido (2012), entende que variar os conteúdos, não se limitando apenas aos tradicionais, e não priorizando apenas o gesto técnico e uma hipervalorização da competição, traria uma diminuição da exclusão dos menos habilidosos. Zabala (apud DARIDO, 2012) compreende que o conteúdo deve ser referenciado a tudo que o aluno tem que aprender incluindo-se aí as competências procedimentais e atitudinais, além das conceituais.

Entende-se, portanto, que há um problema na dimensão atitudinal nas aulas de Educação Física, devido ao fato de que, livre da interferência desta disciplina, os alunos já assimilam estereótipos estabelecidos socioculturalmente, onde os mesmos, sozinhos, não conseguem se desvencilhar destes preconceitos e assim inviabilizam as participações nas aulas (DARIDO, 2012).

Jesus, Deive e Votre (2008), fizeram análise de trabalhos acadêmicos relacionados à distribuição dos alunos por sexo na Educação Física escolar. Os trabalhos investigavam, em síntese, a separação por sexo e seus complicadores. A

maioria dos autores defendem a ideia de que não deveria haver separação por sexo, por ser este um dos causadores das discriminações na sociedade.

5 | GÊNERO, DIMORFISMO SEXUAL E ESPORTE

No que tange aos aspectos biologicamente estudados, Herculano-Houzel (2005) descreve as transformações do cérebro humano na adolescência, tratando de analisar onde e como ocorrem tais mudanças. É taxativa em afirmar que a preferência sexual é determinada ainda no útero, só revelada na adolescência, mas não trata de outros aspectos relacionados ao gênero, apenas suscita que o dimorfismo sexual é algo cerebral e é tão variado que é impossível criar um padrão.

Questões biológicas geralmente são tratadas ao nível dos genes. Neste sentido, a epigenética, já que esclarece os mecanismos envolvidos na desativação e ativação de genes (MULLER; PRADO, 2008), vem dando esclarecimentos importantes acerca da ideia de que fatores sociais e culturais cria uma desigualdade que se insere na fisiologia da mulher (e também do homem). Não apenas superficialmente, mas no nível dos genes.

Uma pesquisa publicada numa revista norte-americana (LAMA et al. 2014) vem dizer que a condição socioeconômica (principalmente o estado de pobreza) do indivíduo na infância e o estresse da vida adulta influencia o Deoxyribonucleic Acid - DNA (metilação do DNA) e a expressão de genes, inclusive, causando alterações que podem ser transferidas aos descendentes. Engstrom e Anjos (1999) demonstraram em estudo que há uma correlação entre a estrutura corporal de crianças e as condições socioambientais. Estes estudos podem suscitar que o estilo de vida pode causar transformações profundas.

Embora o senso comum recalcitrante diga que a puberdade é um processo exclusivamente natural, ela é regida por processos culturais, onde as condições socioambientais (nutrição) e o estilo de vida (atividade física) vai definir quando e como ela vai acontecer. Inclusive sofrendo ações dos tempos, ganhando caráter histórico (COUTINHO, 1996; LOURO, 2007).

Nieman (1999) faz análise semelhante, no que concerne à influência do sexo na aptidão aeróbia. Ele demonstra que os dados históricos das performances atléticas das mulheres são inferiores aos dos homens, mas abre um importante parêntese quanto a isso.

As mulheres participam de esportes há muito pouco tempo, por exemplo, a maratona, há mais ou menos 40 anos, enquanto os homens há um século e meio, aproximadamente. “É interessante observar que, na Olimpíada de 1984, Los Angeles, Joan Benoit correu a primeira maratona olímpica para mulheres em 2:24:52, um tempo que venceria 11 das 20 maratonas olímpicas prévias” (NIEMAN, 1999; p. 30).

Nos esportes que exigem força, a disparidade de sexo é ainda maior. Entretanto,

ao considerar-se que, os ganhos de força muscular estão intimamente mais ligados a fatores neuromusculares do que o volume do músculo (IDE; LOPES; SARRAIPA, 2010), há de convir-se que se faz necessário uma análise aprofundada do que ocorre verdadeiramente.

Neste sentido, o esporte praticado na Educação Física tem influência direta na socialização específica para atividades corporais e lazer, sendo a reprodução e construção de um modelo masculino, visto que o esporte ali é visto como do mundo masculino (SARAIVA, 2005). E estas ações contribuem efetivamente para alterações morfo-fisiológicas nos corpos, formando corpos tidos como masculinos ou femininos.

6 | NARRATIVA DA EXPERIÊNCIA

O Estágio Supervisionado ocorreu entre os meses de Maio e Outubro de 2016. As turmas eram com aproximadamente 15 alunos e alunas em média, sendo duas turmas de 1º ano do ensino, uma turma de 2º ano e mais duas turmas de 3º anos, perfazendo um total de cinco turmas de ensino médio.

A regência se passou justamente no período das Olimpíadas do Rio de Janeiro. A temática dos jogos fora proposta pelo Plano de Ensino do professor titular da turma, para se desenvolver os conteúdos relacionados com autoimagem e aceitação corporal.

Neste sentido, percebeu-se a oportunidade de tratar transversalmente das questões de gênero envolvidas nas práticas dos esportes olímpicos e sua divulgação através da mídia.

Optou-se pela exibição através de vídeos curtos e outras imagens para evidenciar a compleição física dos atletas e das atletas, enfatizando a ideia de que o corpo atlético é um corpo funcional e não havia intencionalidade com a beleza estética. Tratou-se dos corpos de acordo com a diversidade esportiva, em relação a composição e tamanhos e sua especialidade.

A partir destas temáticas, fez-se um comparativo entre os corpos dos alunos e a possibilidade de prática em alguns esportes. Conseqüentemente, a temática proposta foi possível transversalizar com a questão dos gêneros no esporte.

Questionou-se aos alunos a possibilidade da prática da MARCHA ATLÉTICA, por todos os corpos mais magros, fossem meninas ou meninos. Como a prática simula um rebolado, os meninos rejeitaram a possibilidade de aderirem.

Foi proposto que eles fizessem uma reflexão do que impediria a prática, tentando focar apenas na compleição física, entretanto eles disseram que “aquele esporte não era para homens porque homens não podem sair por aí rebolando”. Questionou-se a respeito de como aquela prática poderia interferir em suas masculinidades e feminilidades e propôs-se que debatessem entre si. Eles concluíram que não mudaria essa questão da masculinidade, mas ficariam com vergonha de praticar em vias

públicas por medo do bullying.

Em outro momento, tratou-se do uniforme dos atletas e das atletas e de como isso poderia influenciar em suas performances. Desta vez, questionou-se às meninas se elas ficariam bem à vontade com alguns trajes diminutos apresentados nas figuras. Exceto algumas poucas meninas, a maioria disse que ficaria com vergonha de usar roupas tão curtas.

O debate seguiu com reflexões acerca de como a vergonha poderia limitar a performance das atletas, evoluindo a discussão para uma questão que era importante para a transversalidade, a saber, o tratamento das mulheres como MUSAS NO ESPORTE em detrimento de suas performances atléticas. Algumas meninas se pronunciaram a favor, dizendo que era importante serem tratadas como bonitas e outras disseram que queriam ser vistas como talentosas e as de um terceiro grupo disseram que queriam os dois tratamentos.

A proposta da leitura de uma reportagem de 17/01/2012, sobre o uniforme colado aos corpos que fora imposto às jogadoras de basquete da Euroliga. Na reportagem, a jogadora Diana Taurasi, do Galatasaray da Turquia, demonstra sua insatisfação e recusa.

Com a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação, foi proposto que todos e todas visitassem um endereço de uma página do Facebook que se dizia fã das jogadoras argentinas de hóquei na grama, para discutir em sala de aula o que achavam do exposto ali (A página se chama “Movimiento Para Que Las Leonas Jueguen En Tanga” e propõe que Las Leonas joguem em trajes menores). Debateu-se sobre a objetificação da mulher e de como o tratamento de MUSA pode ser um apelo midiático nesse sentido.

Toda essa temática foi ensejando possibilitar aos alunos e alunas a oportunidade de perceberem que algumas questões podem passar despercebidas ou até como naturais, mas que na verdade são internalizadas a partir de aprendizagens culturais.

Entendendo que não é possível fazer escolhas sem que se saiba das consequências de cada uma delas, o objetivo do esclarecimento de questões que possam estar embaçadas, de alguma forma, podem oportunizar aos adolescentes escolhas mais conscientes para suas vidas, em vez de apenas aceitarem como se determinados por uma ordem natural das coisas.

7 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

A escola encontra-se em posição privilegiada no processo de socialização, pois possui sistemas e métodos capazes de formar opiniões e contribuir na construção de identidades, portanto, entende-se que no Estágio Supervisionado foi fulcral tratar de um assunto relevante para a sociedade como um todo. Salienta-se a influência destas questões na criação de estereótipos que cerceiam direitos e deveres, principalmente

às mulheres, para que se possibilitem o protagonismo de suas próprias vidas. É possível afirmar que o Estágio se mostrou como uma experiência ímpar, trazendo vários conhecimentos que não poderiam ser adquiridos apenas com a leitura da literatura acadêmica, sendo assim indispensável para a formação do futuro professor.

Outrossim, é preciso fomentar o aporte teórico acerca do tema, visto que o mesmo é relativamente recente e o conhecimento atingido através de pesquisas inerentes às questões de gênero e sexualidade poderá contribuir para uma Educação Física plural, inclusiva, diversificada e, conseqüentemente, possibilitar um mundo onde estas questões não sejam relegadas à obscuridade que cerceia a intervenção no mundo de forma plena.

REFERÊNCIAS

AVILA, A H.; TONELI, M J F.; ANDALÓ, C S de A. Professores/as Diante da Sexualidade-Gênero no Cotidiano Escolar. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 16. N. 2. P. 289-298, abr./jun. 2011.

BIANCHI, A. C. M., et al. **Orientações para o Estágio em Licenciatura**. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2005.

BRASIL. MEC/CNE. Parecer CNE/CP 9 /2001: **Diretrizes Curriculares- Cursos de graduação**, 2013.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais**. Ministério da Educação e Cultura. Brasília: MEC/SEF, 2001

CASTELANI FILHO, L. **Educação Física no Brasil: A história que não se conta**. Campinas, SP: Papyrus, 1988.

COUTINHO, E M. **Menstruação, a sangria inútil: uma análise da contribuição da menstruação para as dores e os sofrimentos da mulher**. 6. Ed. – São Paulo, Editora Gente, 1996.

DARIDO, S C. **Educação Física e Temas Transversais na Escola**. Campinas: Papyrus, 2012

DELAMONT, S. **Os papéis sexuais e a escola**. Lisboa: Livros Horizonte, 1985.

ENGSTROM, E M.; ANJOS, L A. Déficit estatural nas crianças brasileiras: relação com condições sócio-ambientais e estado nutricional materno. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro 15(3) 559-567, jul-set. 1999

GIL, A C. **Métodos e técnicas de pesquisa social** – 6ª ed. - São Paulo : Atlas, 2008.

GOELLNER, S V. “As Mulheres Fortes são Aquelas que fazem uma Raça Forte”: Esporte, Eugenia e Nacionalismo no Brasil do Século XX. **Recordes: Revista de História do Esporte**, vol. 1, número 1, junho de 2008.

GOELLNER, S V. **Bela, Maternal e Feminina: Imagens a Mulher na Revista Educação Physica**. Ijuí: Unijuí, 2003.

HERCULANO-HOUZEL, S. **O cérebro em transformação**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2005

IDE, B N.; LOPES, C R.; SARRAIPA, M F. **Fisiologia do Treinamento Esportivo: força, potência, velocidade, resistência, periodização e habilidades psicológicas**. São Paulo: Phorte Editora,

2010.

JESUS, M. L.; DEVIDE, F. P.; VOTRE, S. Apresentação e análise de trabalhos acerca da distribuição dos alunos por sexo nas aulas de Educação Física Escolar. **Movimento**, Rio Claro, v. 14, n. 2, p. 83-98, 2008.

LAMA, L. L.; EMBERLYB, E.; FRASERC, H. B.; NEUMANNA, S. M.; CHEND, E.; MILLERD, G. E.; KOBOR, M. S. Factors underlying variable DNA methylation in a human community cohort. **PNAS** 2012 109 (Supplement 2) 17253-17260; October 8, 2012.

LOURO, G L. Pedagogias da Sexualidade. In: LOURO, Guacira Lopes (org.). **O Corpo Educado: pedagogias da sexualidade**. 2ª ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2007. p. 8–34.

MARCONI, M A.; LAKATOS, E M. **Fundamentos de metodologia científica**. 5ª ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MAUSS, M. **Sociologia e antropologia**. São Paulo: Cosac Naify, 2003.

McARDLE, W D.; KATCH, F I.; KATCH, V L. **Fisiologia do Exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano**. – Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

MULLER, H R.; PRADO, K B. Epigenética: Um Novo Campo da Genética. **RUBS**, Curitiba, v.1, n.3, p.61-69, set./dez. 2008

NEGRINE, A. Instrumentos de coleta de informações na pesquisa qualitativa. In: VICENTE, M N.; TRIVIÑOS, A N. S. (orgs.). **A pesquisa qualitativa na Educação Física: alternativas metodológicas**. 3ª ed. Porto Alegre: Sulina, 2010.

OLIVEIRA, E.S.G.; CUNHA, V.L. O estágio Supervisionado na formação continuada docente à distância: desafios a vencer e Construção de novas subjetividades. **Revista de Educação a Distância**. Ano v, n. 14, 2006.

PEREIRA, E G B; PONTES, V S; RIBEIRO, C H de V; SAMPAIO, T M V. Revisão crítica sobre os estudos de gênero e masculinidade e seus reflexos para a Educação Física. **R. bras. Ci. e Mov** 2015;23(1):146-156.

SARAIVA, M C. **Co-Educação Física e esportes: quando a diferença é mito**. 2ª ed. Ijuí: Ed. Unijuí, 2005.

SILVERTHORN, D U. **Fisiologia Humana: uma abordagem integrada**. [tradução da 2.ed. original de Ivana Beatrice Mânica da Cruz]. – Barueri, SP: Manole, 2003.

SOARES, C L. **Educação física: raízes europeias e Brasil**. Campinas, SP: Autores Associados, 1994.

SOUSA, Eustáquia Salvadora de.; ALTMANN, Helena. Meninos e meninas: Expectativas corporais e implicações na Educação Física escolar. **Cadernos Cedes**, ano XIX, nº 48, Agosto/99.

SOUZA, J. C. A.; BONELA, L. A.; PAULA, A. H. A Importância do Estágio Supervisionado na Formação do Profissional de Educação Física: Uma Visão Docente e Discente. **Movimentum**, Ipatinga, v. 2, n. 2, ago./dez., 2007.

STUDART, H. **Mulher: objeto de cama e mesa**. 21ª ed. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 1990.

VASCONCELOS, M. L. **Educação Básica: A promoção do professor – Relação professor-aluno-planejamento-mídia e Educação**. São Paulo: Contexto, 2012.

TRAJETÓRIAS FORMATIVAS: ESTÁGIO SUPERVISIONADO E PIBID NA FORMAÇÃO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Leonardo Rocha da Gama

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte
(CEF/CAMEAM/UERN)

Pau dos Ferros – Rio Grande do Norte

RESUMO: Esse estudo traz Estágio Supervisionado e PIBID como trajetórias formativas a partir da análise de relatos de experiência. Objetivo: apontar as trajetórias formativas e contribuições na formação de professores. As discussões encontram-se organizadas: O PIBID e a formação de professores de Educação Física no semiárido potiguar; O estágio supervisionado e a formação de professores de educação física no semiárido potiguar. Resultados: influência do espaço e do tempo na formação docente.

PALAVRAS-CHAVE: Formação de professores; educação física; estágio supervisionado.

SUPERVISED STAGE AND PIBID IN THE TRAINING OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS

ABSTRACT: This study includes Supervised Internship and PIBID as formative trajectories based on the analysis of experience reports. Objective: to indicate the formative trajectories and contributions in the formation of teachers.

The discussions are organized: PIBID and the training of Physical Education teachers in the semi-arid region of Potiguar; The supervised internship and the training of physical education teachers in the semi-arid region. Results: influence of space and time on teacher education.

KEYWORDS: Teacher training; physical education; supervised internship.

1 | INTRODUÇÃO

Para Pimenta (2012), o Estágio Supervisionado deve ser colocado como uma aproximação à prática, uma experiência particular, em que o postulante a professor terá oportunidade de praticar o que foi aprendido nos livros, no campo de estágio, condição parcial de construção e compreensão da trajetória formativa do futuro professor. As incertezas cercam uma parte significativa dos graduandos quando se aproximam do tempo de estagiar. Essas incertezas geram ansiedades quanto às novas experiências e aprendizados, além do temor de se deparar com uma nova realidade e a possibilidade de não saber lidar com ela. Boa parte desse temor pode ser o que Pimenta (2012, p. 20) aponta como sendo uma das problemáticas do

estágio: “[...] a problemática do estágio supervisionado sempre foi colocada como de difícil solução, seja devido às condições para sua realização efetiva como carga horária de alunos e professores, seja devido a diferentes entendimentos quanto a sua finalidade e função”. Sobre finalidade e função do Estágio Supervisionado, o entendimento comum é povoado da ideia de que esse componente curricular é uma consequência do processo de formação docente em que se articula a teoria estudada no decorrer do curso e o manejo desses conhecimentos no campo de estágio, na aproximação do futuro professor com o seu campo de trabalho e que, o Estágio Supervisionado é uma atividade de curta duração que, permite a experimentação da prática docente na lida com os problemas e circunstâncias relativas às práticas da escola. No currículo do curso de Educação Física (licenciatura), do *Campus Avançado* Profa. Maria Elisa de Albuquerque Maia (CAMEAM), da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), o Estágio Supervisionado é componente curricular obrigatório, dividido em quatro etapas, onde a primeira se inicia na segunda metade da graduação, seguindo de forma progressiva, até o final, quando é concluído o Estágio Supervisionado IV. O Estágio Supervisionado é dividido em: Estágio Supervisionado I, voltado para o diagnóstico dos campos de estágio; Estágio Supervisionado II, cujo foco é a Educação Infantil; Estágio Supervisionado III e o Ensino Fundamental; e, por fim, o Estágio Supervisionado IV, dedicado ao Ensino Médio. Cada fase de estágio deve então proporcionar diferentes experiências, considerando os diferentes públicos, em relação à faixa etária e aos níveis cognitivos, de cada etapa da educação básica. Essas experiências dão aos estagiários uma noção inicial do fazer docente. Considerando a importância do momento de estágio, do aprendizado e das reflexões que essa etapa da formação suscita, é possível perceber que, isoladamente, o estágio ainda não é suficiente para promover uma consciência do que é a docência e, conseqüentemente, do ser docente. Pensando em aumentar o contato do graduando com o ambiente escolar e suas particularidades, algumas universidades oferecem programas que permitem ao discente chegar mais cedo no campo de estágio, antes mesmo do tempo de estagiar. Um desses programas é o Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID). Esse programa foi criado pelo governo federal para incentivar a docência e fortalecer a formação de professores, tanto com o contato constante com o campo de estágio e as partes que o integram, como com a prática de atividades de pesquisa e extensão. Essa política de governo apresenta certas vantagens em relação ao estágio, em que se destacam: a introdução do graduando no ambiente escolar mais cedo e o tempo maior de contato do futuro professor com o campo de atuação. Como efeito, esse programa produz um tempo e contato maior dos licenciandos com o campo de intervenção profissional e, portanto, gera maior compreensão, habilidade e desenvolvimento de competências relativas à prática docente. A partir da compreensão do Estágio Supervisionado e do PIBID como referência de trajetórias formativas, lançamos as seguintes questões de estudo: 1. Como essas diferentes experiências se diferenciam, se aproximam e

se complementam na formação de professores de Educação Física; 2. Como essas diferentes trajetórias formativas contribuíram na formação dos sujeitos investigados, atualmente professores de Educação Física? São nossos objetivos nessa pesquisa verificar como essas diferentes experiências se diferenciam, se aproximam e se complementam na formação de professores de Educação Física; e apontar como essas diferentes trajetórias formativas contribuíram na formação dos sujeitos investigados, atualmente professores de Educação Física.

2 | METODOLOGIA

Constitui o *lócus* dessa pesquisa o Curso de licenciatura em Educação Física, do *Campus* Avançado Profa. Maria Elisa de Albuquerque Maia (CAMEAM), da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN). O *Corpus* de análise é composto pelos relatos de experiência de alunos concluintes do Curso de licenciatura em Educação Física dessa Instituição de Ensino Superior (2016) em acordo com a Resolução 466/2012, do CNS, CAAE: 37966314.2.0000.5294, do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), da UERN. Versam esses relatos, a vivência de quatro graduandos quanto às duas trajetórias formativas, Estágio Supervisionado e do PIBID, entre os anos de 2014 e 2016.

3 | DESCRIÇÕES, RESULTADOS E INTERPRETAÇÕES

Essa pesquisa foi dividida em dois momentos: *O PIBID e a formação de professores de Educação Física no semiárido potiguar; O estágio supervisionado e a formação de professores de educação física no semiárido potiguar*. No primeiro momento é apresentado o PIBID e o relato dos alunos da graduação em relação ao programa, em que é destacado os diferentes olhares desses sujeitos para a experiência no PIBID e da compreensão crítica desses sujeitos na articulação das práticas desse programa com a formação de professores de Educação Física. No segundo momento, são apresentadas as experiências dos sujeitos em Estágio Supervisionado IV. O referido estágio foi executado na Escola Estadual Doutor José Fernandes de Melo, localizada na cidade de Pau dos Ferros (RN), escola de nível Médio. No correr do estágio, os graduandos trabalharam com duas referências, a saber: Complexidade e da multirreferencialidade. A complexidade ou o pensamento complexo, assim como diz Morin (2003) consiste em enxergar que os componentes que constituem um todo (como econômico, político, sociológico, psicológico, afetivo e mitológico) são inseparáveis, existindo um tecido interdependente, interativo e inter-retroativo entre as partes e o todo, o todo e as partes. Fazer o fracionamento disso seria fragmentar o mundo complexo em pedaços separados, fracionar os problemas atrofiando nossa capacidade de compreensão, reflexão, eliminando a possibilidade de um julgamento corretivo e de uma visão de longo prazo. Já a “multirreferencialidade é

uma abordagem metodológica cujos objetos são suscetíveis a tratamentos múltiplos” (BERGER *apud* BARBOSA, 1998, p. 38). Essas referências os fez atuar livremente entre tantas estratégias de ensino porque se partiu do entendimento de que existem diferentes abordagens e técnicas de ensino e que cada objetivo ou momento na escola, requer uma abordagem ou técnica diferente. Assim, ao estagiar, os sujeitos puderam adequar a sua prática metodológica da melhor maneira, em direção ao conhecimento explorado.

4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nas considerações finais são apontadas as dificuldades e as contribuições que cercam a formação do professor de Educação Física. As mesmas são comparadas e expostas de forma crítica. Entre os saberes expostos, destaca-se a compreensão de que a formação do professor não se faz exclusivamente no interior da universidade, tão pouco na lida exclusiva e sem referencial na escola, mas no conjunto de experiências vividas, dentro e fora desse universo. Os textos dos sujeitos expressam, entre outras coisas, que não se torna professor de um dia para o outro, mas a cada vivência, a cada dificuldade enfrentada e superada. Portanto, as experiências vão transformando o aprendiz em mestre, dando forma e construindo uma identidade profissional *sui generis* para cada sujeito, o que nos revela duas categorias como condição da qualidade docente, a saber: o espaço/experiência e o tempo/dinâmica (transformação). Portanto, tornar-se professor é compreender o limite entre dificuldade, enfrentamento e superação e que esse processo faz parte de uma dinâmica complexa, lenta e que exige do postulante a professor o compromisso ético de dedicação, trabalho, formação constante, persistência e vontade de fazer e transformar vidas. Ao pensar docência, emerge a compreensão do fazer docente e quando se pensa no ser docente, logo surge a perspectiva de uma condição do sujeito no agir, sendo esse relativo a uma atividade específica, uma prática social complexa: o ensinar. Ensinar inclui as dimensões do conhecer, fazer, ser e conviver. O ensinar é uma prática social complexa porque envolve um conjunto de práticas (habilidades e competências) que estão associadas à dinâmica social e a formação do cidadão que se move em uma determinada sociedade, numa determinada cultura e em convivência com outros sujeitos, sendo esses compreendidos a partir do entendimento do que é idiosincrasia.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, J.G. (org). **Multirreferencialidade nas ciências e na educação**. São Carlos: EdUFCar, 1998.

BRASIL (2016). **Orientações curriculares para o ensino médio: Linguagens, códigos e suas tecnologias**. Vol.1. Secretaria de educação básica. Brasília: ministério da educação, 2006.

Fundação Capes Ministério da Educação – PIBID – **Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência**. Disponível em: <<http://www.capes.gov.br/educacao-basica/capespibid/pibid>> Acesso em dezembro de 2016.

MORIN, E. **A cabeça bem feita**: repensar a reforma, reformar o pensamento. Rio de Janeiro: Bertrand, 2003.

PIMENTA, S. G. **O estágio na formação de professores**: unidade teoria e prática? 11. Ed. São Paulo: Cortez, 2012.

PERFIL, FORMAÇÃO, SABERES E EXPERIÊNCIAS DOS DOCENTES SOBRE O ENSINO-APRENDIZADO DO ATLETISMO

Janaina Andretta Dieder

Universidade Feevale
Novo Hamburgo – RS

Alexandre José Höher

Universidade Feevale
Novo Hamburgo – RS

Gustavo Roes Sanfelice

Universidade Feevale
Novo Hamburgo – RS

RESUMO: O presente estudo teve como objetivo verificar o perfil, formação, saberes e experiências dos professores de Educação Física sobre o ensino-aprendizado do atletismo. Caracterizou-se como uma pesquisa quantitativa-qualitativa descritiva, realizada com professores de Educação Física dos anos finais do ensino fundamental, tendo como contexto as escolas municipais de Novo Hamburgo, RS, Brasil. Na etapa quantitativa participaram 19 docentes de 18 escolas, que responderam a um questionário. A partir de seus resultados foram escolhidos 3 professores que utilizavam o atletismo como conteúdo pedagógico, realizando-se entrevistas. Os resultados apontam para a predominância de professores entre 30 e 50 anos de idade, com tempo de atuação em escolas superior a 15 anos e com uma jornada de trabalho de 40 horas semanais. A

maior parte deles tem formação em licenciatura plena e todos àqueles que tiveram contato com o atletismo na escola utilizam a modalidade em sua prática docente. Os professores entrevistados tiveram contato com o atletismo de distintas maneiras, mas todos o consideram como essencial e gostam desse esporte, justificando seu ensino. Portanto, fica evidente que o caminho pessoal e a prática profissional de cada docente influenciam diretamente em suas escolhas profissionais e na forma como consideram e ensinam o atletismo.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Física Escolar; Atletismo; Ensino; Professor.

PROFILE, TRAINING, KNOWLEDGE AND EXPERIENCES OF TEACHERS ON THE LEARNING-TEACHING OF ATHLETICS

ABSTRACT: The purpose of this research is to check profile, training, knowledge and experiences of physical education teachers on the learning-teaching of athletics. It is a quantitative, qualitative and a descriptive research, based on physical education teachers in public elementary schools in Novo Hamburgo, RS, Brazil. In the quantitative phase, 19 teachers of 18 schools answered a questionnaire. From its results, 3 teachers who used the athletics as a pedagogical content, were chosen to conduct

the interviews. The results point out to a great number of teachers between 30 and 50 years old, who have been working in schools for over 15 years, 40 hours a day per week. Most of them have undergraduate degree, and those who had contact with the athletics at school use the modality in their teaching practice. The teachers interviewed had contact with athletics in different ways, however they believe it is essential and they like this sport, that is the reason they teach it. Therefore, it is clear that personal path and professional practice of each teacher influence their professional choices and the way they consider and teach athletics.

KEYWORDS: Physical Education; Athletics; Teaching; Teacher.

1 | INTRODUÇÃO

O presente estudo teve como objetivo verificar o perfil, formação, saberes e experiências dos professores de Educação Física (EF) sobre o ensino-aprendizado do atletismo nas escolas da rede municipal de Novo Hamburgo, RS, Brasil, no ano de 2015, buscando compreender de que forma sua bagagem de conhecimentos e formação implicam no ensino da modalidade.

A partir das críticas encontradas quanto ao ensino do atletismo nas escolas, ressaltadas por Matthiesen (2012), nas quais demonstram pouca transmissão do mesmo no âmbito escolar, vê-se necessário pensar e refletir sobre o processo de formação dos professores e suas influências, focando no processo de aquisição de saberes dos professores da EF. Para isso, Daolio (1994) afirma que é imprescindível entender de que forma os conhecimentos sobre essa área, que foram estabelecidos e congregados no imaginário social dos profissionais, são reconstruídos e reatualizados no seu cotidiano, já que os professores são atores sociais e suas práticas têm como base sua experiência concreta do mundo.

Borges (1998) e Tardif (2000) destacam que os saberes profissionais dos professores emanam de diversas fontes, dentre elas: os saberes da experiência, os saberes da formação profissional, os saberes das disciplinas, dentre outros. Portanto, o professor é “um ser não-fragmentado que age relacionando sua formação com sua trajetória docente, com sua prática cotidiana, com o conhecimento construído na experiência, e com as crenças que elabora durante sua existência” (MOLINA NETO; MOLINA, 2002, p. 61).

Borges (1998) afirma que para identificar como foi realizada a construção de saberes do professor é necessário buscar nos discursos e nas práticas os esclarecimentos que acumulam o caminho pessoal percorrido e a prática profissional. Portanto, pode-se dizer que a bagagem de conhecimento teórico-prático dos professores está embasada em sua experiência, assim, se o docente não teve contato com determinado conteúdo durante sua história de vida, provavelmente não irá trabalhá-lo futuramente como professor, sendo esta, a possível explicação para a negligência do ensino do atletismo nas escolas apontado por Matthiesen (2012).

2 | METODOLOGIA

Caracteriza-se como uma pesquisa quantitativa-qualitativa descritiva, realizada com professores de EF dos anos finais do ensino fundamental, tendo como contexto as escolas municipais de Novo Hamburgo-RS. A escolha desse método se deu pois os métodos quantitativos e qualitativos podem ser combinados como estratégia de pesquisa complementares, buscando qualificar a pesquisa (FLICK, 2009).

Para a etapa quantitativa foi utilizado como instrumento de coleta de dados um questionário com questões fechadas. Os participantes foram os professores de EF destas escolas. A cidade possui 21 escolas (de acordo com a Secretaria Municipal de Educação da cidade em julho 2015) de ensino fundamental (que possuem anos finais), portanto, a amostra constituiu-se, inicialmente, por 21 professores, tendo como critério de inclusão todos os professores que aceitassem participar do estudo e concordassem com o termo de consentimento. Logo, tivemos a participação de 19 colaboradores de 18 escolas, visto que 3 desses docentes lecionam em duas escolas distintas que participaram da investigação. A análise dos dados quantitativos foi realizada no programa Microsoft Office Excel 2007 e averiguadas descritivamente.

A partir dos resultados dos questionários, foram escolhidas 3 escolas por conveniência investigativa, nas quais utilizavam o atletismo como conteúdo pedagógico, onde foram realizadas entrevistas semiestruturadas com os professores de EF (para garantir o sigilo dos dados, primando pela privacidade e anonimato, foram utilizados pseudônimos), caracterizando a etapa qualitativa do estudo. Para a análise e interpretação dos dados qualitativos utilizou-se a triangulação por fontes, teórica e reflexiva (CAUDURO, 2004).

3 | APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

A partir dos dados coletados dos questionários aplicados com os professores, efetuou-se a contagem em números e percentuais, apresentados a seguir em formato de tabelas e gráficos. Por meio destes, os dados quantitativos foram analisados em duas partes: a) identificação, formação e atuação dos professores; b) formação e saberes relacionados ao atletismo. Os resultados da primeira parte (a) seguem abaixo:

Gênero:	Quantidade	Percentual
Feminino	10	53%
Masculino	9	47%
Idade:		
30-40 anos	8	42%
40-50 anos	8	42%
+50 anos	2	11%

20-30 anos	1	5%
Tempo de atuação em escolas:		
+ 15 anos	9	47%
0-5 anos	5	26%
6-10 anos	3	16%
11-15 anos	2	11%
Horas semanais:		
40h	16	84%
20h	3	16%

Tabela 1 - Dados de identificação e atuação (n=19)

Fonte: elaborado pelos autores

Nos gráficos a seguir são expostas as informações pertinentes à formação dos sujeitos do estudo. O primeiro deles diz respeito à formação inicial, ou seja, a habilitação destes professores, e o segundo gráfico corresponde ao tempo de formação dos docentes participantes do estudo, exibidos na sequência:

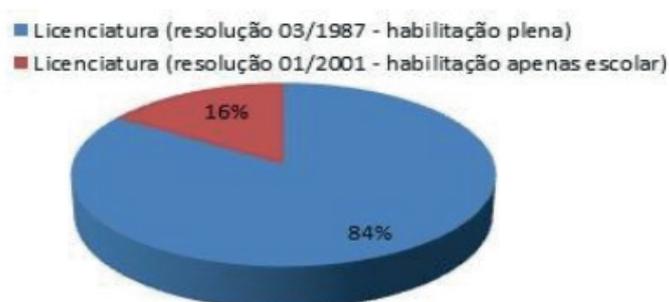


Gráfico 1 - Formação inicial/habilitação (n=19)

Fonte: elaborado pelos autores

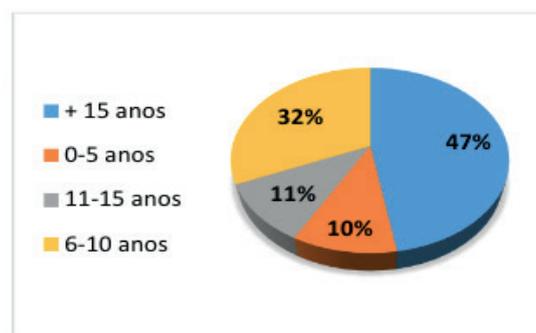


Gráfico 2 - Tempo de formado (n=19)

Fonte: elaborado pelos autores

Para identificar o grau de formação dos educadores, examinou-se a titulação máxima de cada um deles, conforme segue o gráfico:

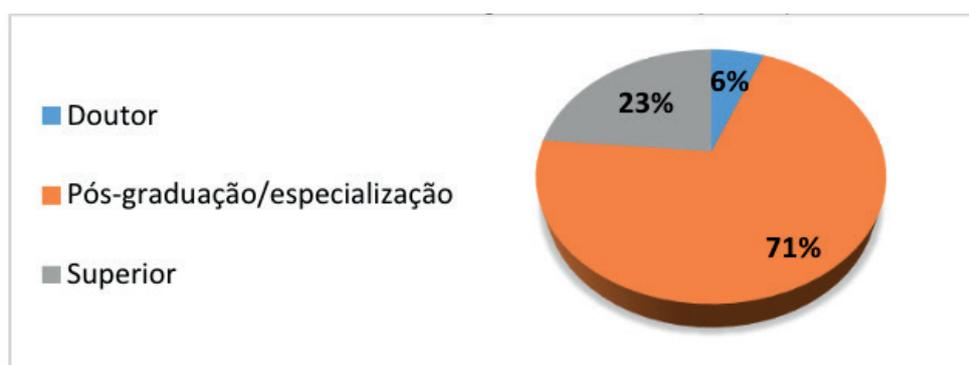


Gráfico 3 - Titulação máxima (n=19)

Fonte: elaborado pelos autores

Com o intento de esboçar os conhecimentos dos docentes em relação ao atletismo, averiguaram-se aspectos pertinentes à formação e saberes destes sujeitos sobre esta modalidade (b), cujos resultados são apontados por meio de gráficos a seguir. O primeiro item reflete acerca de como se deu o contato dos educadores com o atletismo, ou seja, onde estes profissionais conheceram este esporte, como demonstra o gráfico abaixo:

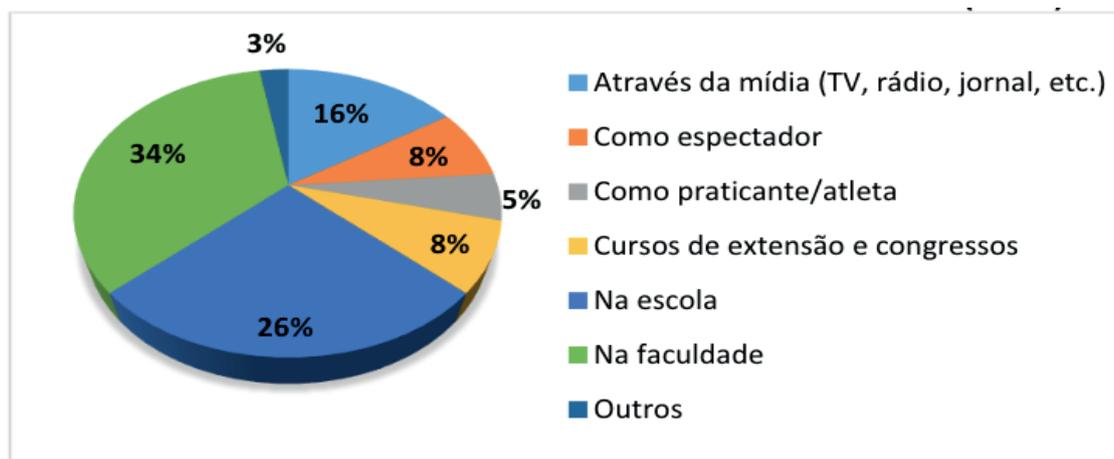


Gráfico 4 - Como ocorreu o contato com o atletismo (n=19)

Fonte: elaborado pelos autores

Por ser uma questão múltipla escolha os participantes poderiam assinalar mais que uma resposta. A representação demonstra que grande parte dos docentes, 34%, isto é, 13 dos 19 pesquisados, teve seu contato com o atletismo na faculdade. Enquanto que 26% (10 professores) apontaram a escola como o recinto de contato com a modalidade. Um dos docentes (3%) assinalou a opção “outros”, descrevendo que seus familiares foram treinadores desse esporte.

Abaixo, o primeiro gráfico refere-se a seguinte pergunta: “Sua formação inicial contemplou, satisfatoriamente, o ensino-aprendizado do atletismo?”, buscando compreender se estes profissionais aprenderam de forma suficiente a modalidade na faculdade. Enquanto que o segundo gráfico busca compreender se estes professores haviam efetuado algum tipo de curso extra, além do aprendido na formação inicial, para lecionar este esporte em suas aulas, aplicou-se a seguinte questão: “Você realizou alguma formação continuada para trabalhar com o conteúdo atletismo no contexto escolar?”.

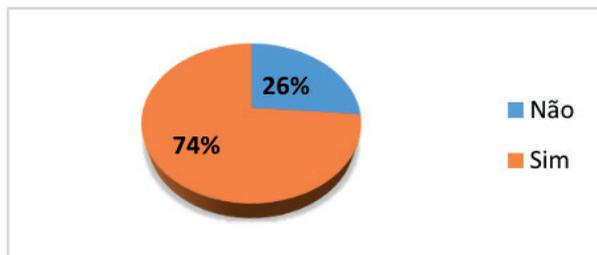


Gráfico 5 - Formação inicial (n=19)

Fonte: elaborado pelos autores

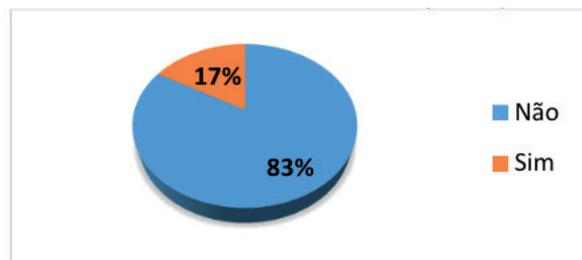


Gráfico 6 - Formação continuada para trabalhar com o atletismo (n=19)

Fonte: elaborado pelos autores

Dando sequência ao delineamento acerca dos saberes e experiências dos profissionais envolvidos no estudo e tomando conhecimento de que poucos deles realizaram uma formação específica sobre atletismo, questionou-se a respeito do interesse destes professores por se atualizar perante a modalidade, através da pergunta: “Você procura se atualizar buscando novos conhecimentos sobre o atletismo para as aulas de Educação Física?”.

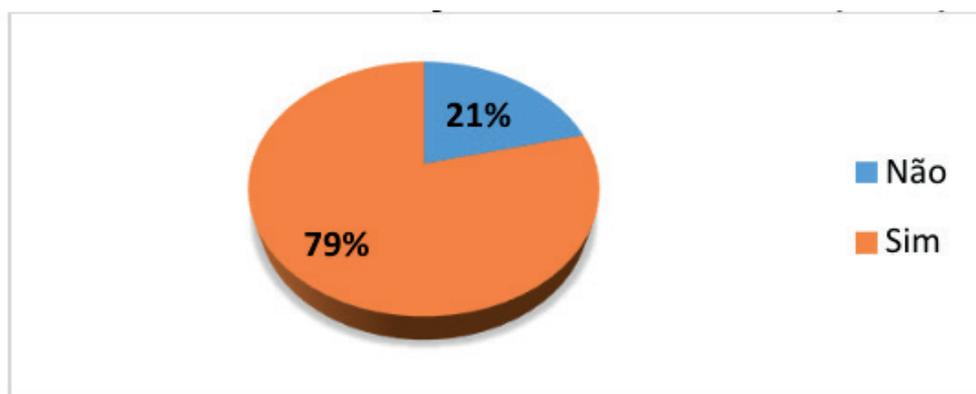


Gráfico 7 - Atualização sobre atletismo (n=19)

Fonte: elaborado pelos autores

Percebe-se que grande parte dos docentes, 15 deles, representados por 79%, sinalizaram que sim, buscam se atualizar, à medida que 21% (n=4), apontaram que não, não procuram novos conhecimentos sobre a modalidade. De acordo com estas respostas os professores tiveram que responder a outra pergunta, onde aqueles que responderam “sim” na questão anterior tiveram que assinalar de que forma buscam se atualizar (questão de múltipla escolha), enquanto que aqueles que responderam “não” na pergunta antecedente tiveram que justificar o porquê (questão de múltipla escolha). Na sequência, os dois gráficos abaixo demonstram os resultados destas indagações:

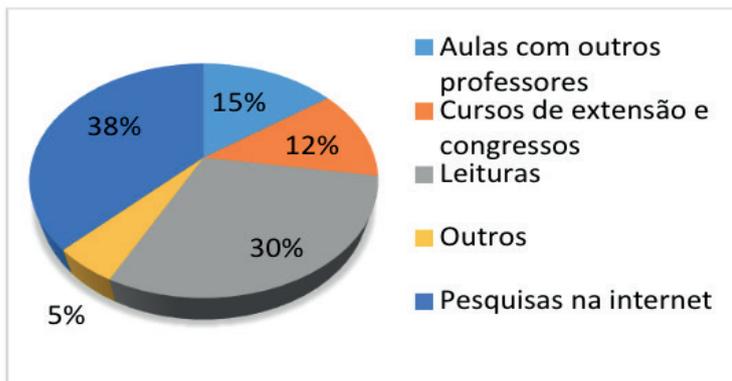


Gráfico 8 - Se sim, de que forma (n=15)

Fonte: elaborado pelos autores



Gráfico 9 - Senão, por quê (n=4)

Fonte: elaborado pelos autores

A questão seguinte solicitava que os professores classificassem o seu conhecimento acerca do conteúdo atletismo, disponibilizando como opções: nenhum, pouco, razoável, bom e muito. Abaixo segue o gráfico que exhibe estas respostas:

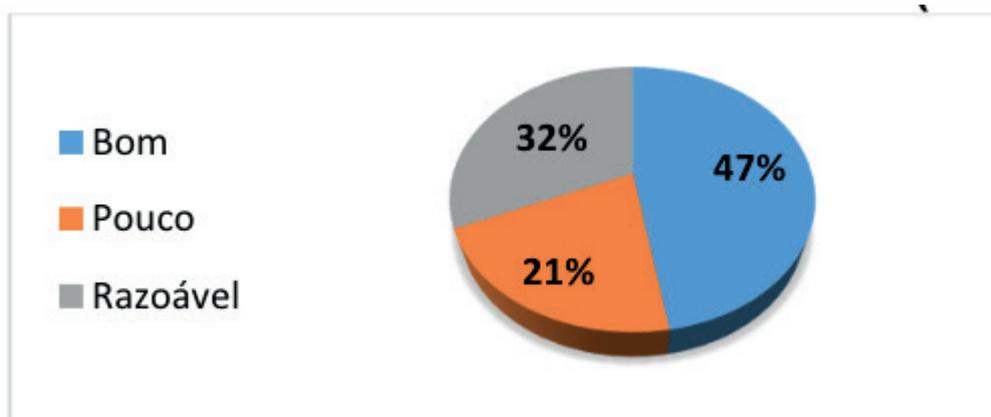


Gráfico 10 - Conhecimento sobre atletismo (n=19)

Fonte: elaborado pelos autores

A partir do gráfico fica claro que todos os professores avaliam ter algum tipo de entendimento acerca do atletismo que varia entre pouco e bom, visto que nenhum assinalou as opções “nenhum” e “muito”.

4 | ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

O perfil dos docentes de Educação Física dos anos finais do ensino fundamental de Novo Hamburgo-RS no que diz respeito ao gênero dos participantes se apresenta em número equiparado, sendo que 10 são professoras e 9 são professores, diferentemente do que apontam os dados do Estudo do Professor (BRASIL, 2007), nos quais apresentam grande disparidade em relação ao sexo dos docentes dos anos finais do ensino fundamental no Rio Grande do Sul: 84,18% são do sexo feminino e

15,82% são do sexo masculino (BRASIL, 2007).

Quanto a idade dos integrantes do estudo, fica evidente a predominância de professores entre 30 a 40 anos e 40 a 50 anos de idade, ambos compreendem 8 indivíduos cada, perfazendo um percentual de 42% cada. Nas informações encontradas no Estudo do Professor (RS - Ensino Fundamental/Anos Finais) a prevalência também abrangeu esta faixa etária, sendo que 22,67% possuíam de 33 a 40 anos e 36,79% de 41 a 50 anos (BRASIL, 2007).

Em relação ao tempo de atuação em escolas a maior parte deles, ou seja 9 (47%), exerce esta função há mais de 15 anos. Essa atuação em escolas possui carga horária diferenciada, onde 84%, ou seja, 16 dos 19 pesquisados trabalham 40 horas semanais e apenas 3 (16%) atuam 20 horas semanais. Portanto, verifica-se que os professores participantes do estudo possuem bastante experiência, pelo seu tempo de atuação, por consequência são mais velhos e dispõem de uma extensa jornada de trabalho.

Observa-se que a maior parte dos professores, 84%, ou seja, 16 deles têm sua formação inicial em Licenciatura plena em Educação Física, resolução 03/1987 (habilitação plena), isto é, podia-se atuar em qualquer local da área após formado. Somente 3 professores, 16%, são formados em Licenciatura pelo currículo mais recente do curso, resolução 01/2001 (habilitação apenas escolar), no qual habilita apenas para atuação escolar.

Nesse sentido foi averiguado também se há relação entre o currículo de formação e o ensino do atletismo. Percebeu-se que 11 professores com formação em Licenciatura plena assinalaram que tiveram atletismo na faculdade e que sua formação inicial contemplou satisfatoriamente o ensino-aprendizado da modalidade, bem como assinalaram que trabalham com o atletismo nas aulas de EF. Apenas um docente apontou que não trabalha o atletismo em suas aulas. Outros 3 professores apontaram que suas formações iniciais não contemplaram satisfatoriamente o ensino-aprendizado do atletismo, porque: “enquanto estudante de Ed. Física, sem a prática em escola/clube, ficamos muito no teórico. Enriquecedor é a vivência/prática”; “faltou conhecimento e boa vontade dos mestres”; “faltou mais especificidades nas modalidades”. Apesar disso, esses docentes afirmam trabalhar com o atletismo em suas aulas de EF.

Já os três docentes licenciados pela resolução 01/2001 (habilitação apenas escolar) tiveram respostas distintas: um deles acredita que sua formação inicial contemplou satisfatoriamente o ensino-aprendizado do atletismo, bem como trabalha o atletismo em suas aulas de EF; os outros dois afirmam que sua formação inicial não contemplou satisfatoriamente o ensino-aprendizado do atletismo, porque “Faltou vivenciar muitas modalidades do atletismo. Por exemplo salto com vara”; “Não fiz a cadeira de atletismo”. Destes, um deles apontou que trabalha o atletismo nas aulas de EF e outro não. Portanto, fica evidente que a formação 01/2001 na perspectiva dos professores apresenta lacunas nas vivências de atletismo.

Vale ressaltar também outro fato percebido: todos os 11 docentes que afirmaram ter o contato com o atletismo na escola e/ou foram praticante do mesmo também afirmam que ensinam a modalidade no âmbito escolar enquanto professores. Percebe-se, portanto, que esse ensino no período escolar pode ter sido significativo, pois carregam consigo até então e, possivelmente, influencie em suas práticas docentes. Os demais professores que afirmam ensinar o atletismo apontam a faculdade (4) e a mídia (1) como fontes de contato com a modalidade. Dos que assinalaram não ensinar esse esporte em suas aulas, 1 teve contato na faculdade e 1 através da mídia. Nesse sentido, percebe-se uma forte relação entre quem teve o atletismo no período escolar e hoje, como docente, o ensina. Conforme corrobora Figueiredo (2004), que alguns alunos parecem procurar a reprodução das experiências sociocorporais anteriores ao curso, aparentando que, na prática profissional, irão sobrepor os saberes da experiência aos saberes da formação, ou quem, sabe somá-los.

No que diz respeito à titulação máxima dos docentes a prevalência é de pós-graduação/especialização, onde 71%, ou seja, 12 professores são especialistas e/ou mestres. Além disso, um grupo composto por 4 docentes possuem apenas a graduação e somente 1 professor é doutor. De acordo com o Censo Escolar da Educação Básica de 2013 (INEP, 2014), 86,8% dos docentes que atuavam nos anos finais do ensino fundamental tinham formação superior, enquanto que, 13,2% não possuíam essa formação. No RS, de acordo com os Estudos do Professor, 96,32% dos professores de Educação Física são licenciados, enquanto que 3,68% deles não possuem essa formação (BRASIL, 2007). Dessa forma, fica evidente que o número de licenciados em Educação Física em nosso estado é grande, mas que a maioria dos professores participantes deste estudo é formado há um bom tempo e não deram continuidade aos seus estudos, finalizando-os na graduação ou especialização. Este é um aspecto a ser questionado e repensado, pois dos 19 professores pesquisados meramente 1 deles possui doutorado, demonstrando uma possível falta de vontade e desleixo dos professores ou falta de incentivo e valorização por parte da mantenedora.

Quanto à formação continuada para trabalhar com o atletismo 83%, ou seja, 15 professores, demonstraram que não realizaram nenhum tipo de formação deste nível, ao passo que 17%, apenas 3 docentes, evidenciaram que sim, efetuaram algum tipo de curso para trabalhar este conteúdo no contexto escolar. Sendo assim, fica visível que poucos professores tiveram a oportunidade e/ou interesse em realizar uma formação continuada sobre esta modalidade, constituindo-se em um número pouco expressivo.

No que diz respeito às maneiras que estes professores se atualizam sobre o atletismo, percebe-se a predominância das respostas “pesquisas na internet” e “leituras”, com 38% (n=15) e 30% (n=12), respectivamente. Entretanto, é questionável se essas leituras não são provenientes apenas de pesquisas da internet, pois hoje é

o instrumento mais acessível e também duvidoso de dados, o que vai depender das fontes acessadas. A opção “outros” corresponde a 5%, ou seja, 2 professores que trouxeram a troca com colegas e vivências com os alunos como meio de atualização.

Em relação aos docentes que assinalaram não se atualizar, 43%, isto é 3 deles, responderam não ter tempo, enquanto que 14%, apenas 1, apontou a situação financeira como empecilho para não se atualizar. A opção “outros” também compreendeu 3 professores (43%), que argumentaram o seguinte: direciono formação para esportes em que tenho menos conhecimentos; utilizo o material da minha formação que é muito bom; utilizo muito pouco este conteúdo porque não tenho espaço físico para as práticas. Notam-se justificativas bem diferentes, entretanto, é importante ressaltar que o espaço físico não pode ser impedimento para o ensino do atletismo (MARQUES; IORA, 2009; MATTHIESEN, 2012), pois “é possível ensinar o atletismo em qualquer espaço, pois este é um esporte básico e, inclusive, uma possibilidade de ensino quando não se tem materiais” (DIEDER; HÖHER, 2016, p. 137).

Em relação aos dados qualitativos, proveniente das entrevistas realizadas com os três docentes que afirmam trabalhar com o atletismo em aula, apresentaremos abaixo os saberes e experiências informados por cada deles.

O professor Gabriel, da escola “A”, relatou que seu primeiro contato com o atletismo aconteceu no período escolar, na 5ª série, quando seu professor o levou para conhecer a pista de atletismo existente na instituição em que estudava. Depois disso, ele entrou para a equipe deste desporto da sua escola, participou de campeonatos e continuou como atleta até o final do ensino médio. Ao entrar na faculdade teve novamente o contato com a modalidade, em uma única disciplina, que foi com o mesmo professor do período escolar. Apesar disso, ele afirma que foi “excelente, maravilhoso”. Em seguida, ele trabalhou dois anos com uma equipe de atletismo em Sapiranga, RS, Brasil, onde teve a primeira experiência com alunos praticando esta modalidade.

No período da pesquisa, a escola em que Gabriel trabalhava instituiu um projeto de atletismo no contra turno escolar, pensando em uma ocupação para as crianças na escola, visto que a mesma se situa em um local de bastante vulnerabilidade social, cercado de violência. Como este projeto deu certo, a escola recebia uma verba anual de uma instituição, além de contar com o projeto que ocorre em parceria com a Prefeitura Municipal de Novo Hamburgo e uma instituição privada do município (pois ela é um núcleo deste projeto, assim como a escola “B”). Então, ele não só leciona a disciplina de Educação Física, mas também trabalha com esse projeto criado pela escola, que ocorre duas vezes por semana. Percebe-se, de acordo com a história de Gabriel, que seus saberes e suas experiências sobre o atletismo são amplos e que seu ensino e objetivos estão ligados a sua vida como atleta, visto que o projeto já se transformou em uma equipe da modalidade que busca talentos. De acordo com Gabriel:

O atletismo é maravilhoso! Tu consegue atingir desde o pequenininho até o grandão, o gordinho, o magrinho, enfim, todos eles. Pra todo mundo tem prova, todo mundo se diverte e o mais legal é assim, tu vai competir, tua equipe é sei lá, tá com 30 competindo, se 29 não ganharem nada e um ganhar uma medalhinha, eles estão feliz da vida, aliás, não precisa ninguém ganhar também, é uma festa, o atletismo é muito bom, e eu não consigo tirar da cabeça que é o esporte individual mais coletivo que existe porque é muito bom.

Assim sendo, fica claro que as práticas corporais relacionadas ao atletismo foram incorporadas por ele através de momentos significativos de sua experiência de vida, sendo altamente valorizados e que hoje dão sentido às suas atividades profissionais (DAOLIO, 1994). Portanto, o período em que cursou Educação Física não proporcionou nenhum tipo de alteração das suas visões e concepções anteriores (como atleta), pois suas experiências sociais refletem diretamente em suas aulas, baseadas no rendimento atlético (FIGUEIREDO, 2004). Em vários momentos seu discurso se volta para esses aspectos, destacando-se as expressões “treino”, “aperfeiçoamento”, “competir”, “equipe” e “talento”, evidenciando-se o enfoque para o rendimento, distorcido para o âmbito escolar, mas alicerçado em sua experiência como atleta da modalidade.

A professora Rafaela, da escola “B”, contou que seus primeiros contatos com o atletismo aconteceram na sua infância, por meio das brincadeiras que se faziam, que trabalhavam os movimentos naturais que consistem o atletismo, pois ela morava no interior e usufruía de bastante espaço. No período escolar ela relata que vivenciaram as corridas, mas que não era bem o atletismo, tinha-se os outros esportes onde ela se destacava em todos e participava de alguns campeonatos. Já no ensino médio ela não teve atletismo. Na faculdade ela afirma que teve um atletismo extremamente rigoroso, onde o foco era sair professora e não atleta. Depois disso, ela comenta que “[...] quando tu sai da faculdade, aí depende de ti, não depende mais de quem foi teu professor, não depende mais, aí é tu, é tu o professor”. Além disso, é importante destacar que ela sempre foi muito ligada e ama a modalidade, considerando o atletismo “[...] essência da vida. [...] ele é o pai, a mãe, o avô e a avó de todas as modalidades que tem, ele é a base”. Sendo assim, mesmo não tendo o contato com a modalidade de maneira formal em sua infância, ela o praticava por meio de brincadeiras e dos outros esportes e, posteriormente, aprendeu na faculdade, constituindo sua bagagem de conhecimentos, ou seja, seus saberes e experiências acerca da modalidade (BORGES, 1998).

Diferente de Gabriel e Rafaela, a professora Daniela, da escola “C”, não vivenciou o atletismo quando criança, no período escolar, logo, não teve a oportunidade de participar de campeonatos esportivos como os demais docentes. Em relação ao atletismo na escola, ela relata:

Não tive, mas foi imbuído em outros conteúdos, que como criança e adolescente não percebi, mas de conhecer o esporte foi na universidade. [...] apesar de nunca ter me destacado no atletismo é um esporte que sempre gostei muito, eu adoro ensinar o pouco que eu sei pros alunos [...].

Verifica-se, então, que seus saberes profissionais relacionados ao atletismo derivam de sua formação profissional e os saberes das disciplinas do curso de Educação Física (BORGES, 1998; TARDIF, 2000). Mesmo sabendo que a bagagem de conhecimento teórico-prático do docente esteja embasada em sua experiência e que Daniela não teve contato com o atletismo durante sua história de vida (apenas na graduação), ela leciona a modalidade em suas aulas. Desconstruindo-se, assim, o fato de o professor não inserir em sua prática profissional aquilo que não faz parte de seus saberes da experiência. Daniela comenta que “[...] eu tenho uma grande dificuldade de não vender o que eu gosto”, ou seja, de não ensinar aquele conteúdo que ela adora. Como citado anteriormente, ela afirma gostar muito do atletismo, o que provavelmente justifica o fato de ele fazer parte de suas aulas.

Embora essa modalidade faça parte da Educação Física destas três escolas, percebe-se na fala dos docentes que ambos trabalham, além do atletismo, com as quatro modalidades esportivas coletivas (futsal, handebol, voleibol e basquetebol), ou seja, está vinculada somente a uma parcela da cultura corporal do movimento, o esporte (SOUZA JÚNIOR; DARIDO, 2010). É evidente que os saberes e experiências da Educação Física são conferidos por uma cultura e relações sociais preexistentes (explicadas anteriormente), levando a uma experiência escolar voltada somente ao esporte (FIGUEIREDO, 2004). Entretanto, é importante destacar que somente o desporto não é a Educação Física, mas sim um conjunto de práticas pedagógicas que tem por objeto a cultura corporal (BORGES, 1998). Para tanto, é fundamental que as experiências desses sujeitos sejam confrontadas com a formação acadêmica, interferindo e desfazendo algumas percepções incorporadas e transferidas para os cursos de formação, permitindo uma mudança de postura enquanto professor.

Infere-se, através do material analisado, que o caminho pessoal e a prática profissional de cada docente implicam na maneira que os mesmos consideram e ensinam o atletismo. Fica claro que ambos os professores o concebem como um esporte maravilhoso e essencial para a vida, sendo que cada um deles possui uma trajetória de vida diferente que vai implicar diretamente em suas aulas e seus respectivos objetivos. Dessa forma, os conteúdos inseridos nas práticas profissionais de cada docente não somente estão ligados àquilo que fez parte de seus saberes da experiência, mas também ao significado que possuem determinadas temáticas para os mesmos.

5 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Buscando-se analisar o perfil, formação, saberes e experiências dos docentes e suas implicações no ensino-aprendizado do atletismo nas aulas de Educação Física, constatamos que os professores dos anos finais do ensino fundamental de Novo Hamburgo possuem bastante experiência (verificadas pelo seu tempo de

atuação) e, por consequência, são mais velhos e dispõem de uma extensa jornada de trabalho. Grande parte deles possui habilitação plena, ou seja, formou-se pela base curricular da resolução 03/1987 do curso de Educação Física (Licenciatura plena). Poucos deram continuidade aos seus estudos, demonstrando uma possível falta de vontade e desinteresse dos mesmos ou falta de incentivo e valorização por parte da mantenedora.

Em relação aos conhecimentos sobre atletismo, constatou-se que a faculdade, a escola e a mídia foram os principais meios de contato com a modalidade, visto que todos aqueles que tiveram o atletismo no período escolar, enquanto alunos, hoje ensinam o mesmo enquanto professores. Para a maioria dos docentes sua formação inicial contemplou satisfatoriamente o ensino-aprendizado do atletismo, entretanto, poucos deles afirmaram ter realizado algum tipo de formação continuada para trabalhar com este conteúdo no contexto escolar.

Conclui-se, por meio das entrevistas, que o caminho pessoal e a prática profissional de cada docente implicam na maneira que os mesmos consideram e ensinam o atletismo. Percebe-se que as práticas corporais dos docentes relacionadas ao atletismo foram incorporadas por meio de momentos significativos de suas experiências de vida, dando sentido às suas atividades profissionais. Além disso, seus saberes profissionais relacionados à modalidade decorrem de sua formação profissional e dos saberes das disciplinas do curso de Educação Física. Portanto, os conteúdos inseridos nas práticas profissionais de cada docente não somente estão ligados àquilo que fez parte de seus saberes da experiência, mas também ao significado que possuem determinadas temáticas para os mesmos.

REFERÊNCIAS

BORGES, C. M. F. **O professor de Educação Física e a construção do saber**. Campinas, SP: Papyrus, 1998.

BRASIL. Ministério da Educação. **Censo Escolar da Educação Básica**: Estudo do Professor. Mec/Inep/Deed, 2007.

CAUDURO, M. T. (Org.). **Investigação em Educação Física e Esportes**: um olhar pela pesquisa qualitativa. Novo Hamburgo: Feevale, 2004.

DAOLIO, J. **Da cultura do corpo**. Campinas, SP: Papyrus, 1994.

DIEDER, J. A.; HÖHER, A. J. O atletismo nas aulas de Educação Física das escolas de Novo Hamburgo/RS: possibilidades e limitações. **Nuances: estudos sobre Educação**, Presidente Prudente-SP, v. 27, n. 1, p. 127-146, jan./abr. 2016.

FIGUEIREDO, Z. C. C. Formação docente em Educação Física: experiências sociais e relação com o saber. **Movimento**, Porto Alegre, v. 10, n. 1, p. 89-111, jan./abr. 2004.

FLICK, U. **Qualidade na pesquisa qualitativa**. Porto Alegre: Artmed, 2009.

INEP. INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA. **Censo Escolar da Educação Básica 2013**: resumo técnico. Brasília: O Instituto, 2014.

MARQUES, C. L. S.; IORA, J. A. Atletismo Escolar: possibilidades e estratégias de objetivo, conteúdo e método em aulas de Educação Física. **Movimento**, Porto Alegre, v. 15, n. 02, p. 103-118, abr./jun. 2009.

MATTHIESEN, S. Q. **Atletismo**: teoria e prática. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

MOLINA NETO, V.; MOLINA, R. K. Capacidade de escuta: questões para a formação docente em Educação Física. **Movimento**, Porto Alegre, v. 8, n. 1, p. 57-66, jan./abr. 2002.

TARDIF, M. Saberes profissionais dos professores e conhecimentos universitários: Elementos para uma epistemologia da prática profissional dos professores e suas conseqüências em relação à formação para o magistério. **Revista Brasileira de Educação**, n.13, p.5-24, 2000.

PROGRAMA PIBID- CONCEPÇÕES DE PROFESSORES SUPERVISORES NO QUE SE REFERE A INCLUSÃO ESCOLAR

Diana de Souza Moura

Secretária de Estado de Educação
Campo Novo do Parecis-MT

Robson Alex Ferreira

Universidade do Estado de Mato Grosso
Cáceres-MT

Viviany da Silva Brughago

Universidade Estadual de Londrina
Londrina-PR

Josielen de Oliveira Feitosa

Daiany Takekawa Fernandes

Meire Ferreira pedroso da costa

Jucelia Maria da Silva

Wanessa Eloyse Campos dos Santos

RESUMO: A presente pesquisa se deu com o intuito de investigar como os professores supervisores do programa PIBID compreendem a inclusão escolar, pois a inclusão é algo presente e esses professores contribuem na formação inicial de outros professores. Sendo assim a pesquisa se originou com a seguinte problemática “os professores supervisores do PIBID encontram-se alicerçados teoricamente para contribuir com a formação inicial dos futuros professores quando se almeja a inclusão de todos em sala de aula?” tendo assim como objetivo analisar a concepção dos professores supervisores do PIBID no que se refere a inclusão escolar, fazendo uma análise de como

se dá essa concepção, relacionando o preparo considerado por cada professor e as principais dificuldades enfrentadas para se trabalhar a inclusão escolar. A pesquisa se caracteriza como uma pesquisa qualitativa descritiva. A coleta de dados se deu através de entrevistas realizadas com 4 (quatro) professores supervisores do programa PIBID que atuam na rede municipal e estadual de ensino no estado de Mato Grosso. Os resultados das informações coletadas através da entrevista foram discutidos e analisados de forma qualitativamente. A partir dos resultados que tivemos concluímos que os professores supervisores compreendem o significado de inclusão e buscam aplicar a mesma em suas aulas. Mas ainda sim sentem dificuldades no que diz respeito a este tema, no entanto buscam informações e adaptações com o propósito de que suas aulas atinjam todos os alunos.

PALAVRAS-CHAVE: inclusão escolar, formação de professores, programa PIBID.

PROGRAM PIBID- CONCEPTIONS OF TEACHERS SUPERVISORS AS REGARDS SCHOOL INCLUSION

ABSTRACT: The present paper was performed with the purpose of investigating how the supervisors of the PIBID program understand

the inclusion of school, since inclusion is present at all times and these teachers contribute in the initial formation of other teachers. Therefore, paper originated with the following problem: “are the supervisors of PIBID found theoretically grounded to contribute to the initial training of future teachers when the inclusion of everyone in the classroom is desired?”, having as objective to analyze the PIBID supervisors teachers conception with regard to school inclusion, analyzing how this concept is given, relating the preparation considered by each teacher and the main difficulties faced in working towards school inclusion. The paper is characterized as a qualitative descriptive paper. Data collection was done through interviews with 4 (four) supervisors of the PIBID program that work in the municipal and state educational network in the state of Mato Grosso. The results of the information collected through the interview were discussed and analyzed in a qualitative way. From the results we have concluded that supervisors understand the meaning of inclusion and seek to apply the same in their classes. But they still have difficulties with regard to this topic, however, they seek information and adaptations in order for their classes to reach all students.

KEYWORDS: School inclusion; Teacher training; PIBID program.

1 | INTRODUÇÃO

O tema inclusão vem sendo discutido de diversas maneiras desde que se passou a incluir alunos com algum tipo de deficiência no sistema regular de ensino. De acordo com Sasaki (1997), a inclusão social vem acontecendo e se efetivando em países desenvolvidos desde a década de 80. Já no Brasil foi só a partir da Constituição da República Federativa de 1988 que aumentou o número de estudos voltados para essa área (AGUIAR, 2002; 2004).

Segundo Sasaki (1997) a inclusão é um processo que exige transformações nos ambientes físicos e na mentalidade de todas as pessoas, inclusive da própria pessoa com deficiência, para que se alcance toda a sociedade, para que haja aceitação e valorização das diferenças individuais humanas, por meio da compreensão e da cooperação. A verdadeira inclusão deve, necessariamente, permitir o princípio da igualdade de direitos.

Enquanto que para Mantoan (2003, p. 31) “a inclusão é a modificação da sociedade, sendo ela adaptada para receber as pessoas com deficiência”, a autora acredita que a inclusão não é apenas a escola preparar o seu ambiente escolar para a inclusão do aluno, ou seja os alunos se adaptarem para serem incluídos na escola, é necessário também que a escola mude para receber esses alunos.

A educação inclusiva emergiu apoiada pela Lei nº 13.146/2015 que institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência) que tem como objetivo assegurar e promover, em condições de igualdade, o exercício dos direitos e das liberdades fundamentais por pessoa com deficiência, visando à sua inclusão social e cidadania. Sendo assim a escola deve assumir o papel de educar cada estudante, contemplando a pedagogia da diversidade, pois

todos os alunos deverão estar dentro da escola regular, independentemente de sua origem social, étnica ou linguística.

Assim, de acordo com Mazzota (1996), a implementação da inclusão tem como pressuposto um modelo no qual cada criança é importante para garantir a riqueza do conjunto, sendo desejável que na classe regular estejam presentes todos os tipos de aluno, de tal forma que a escola seja criativa no sentido de buscar soluções visando manter os diversos alunos no espaço escolar, levando-os a obtenção de resultados satisfatórios em seu desempenho acadêmico e social.

Mas quais seriam os objetivos da escola inclusiva? De acordo com Oliveira e Poker (2002) os objetivos da escola inclusiva é proporcionar uma educação apropriada e de qualidade para todos os alunos levando em consideração os alunos com necessidades educacionais especiais nas classes de ensino regular onde deverá ser desenvolvido um trabalho pedagógico que abranja todos os alunos. Sendo assim a escola inclusiva é onde todos os alunos são incluídos independente de seu talento, deficiência, origem socioeconômica, étnica ou cultural.

Para que a inclusão escolar seja possível é necessário o envolvimento de todos do ambiente escolar e do ambiente familiar, pois é de suma importância a participação ativa dos familiares, já que na maioria das vezes os próprios familiares se tornam um obstáculo devido a negação da deficiência, sendo que os mesmos são essenciais para que a inclusão alcance seus objetivos no processo de ensino- aprendizagem. Como nos mostra Moantoan (2003) quando diz que os pais podem ser grandes aliados na reconstrução da escola brasileira, pois os pais estimulam e reivindicam, exigindo o melhor para seus filhos independente se há deficiência ou não.

A participação ativa dos familiares na vida escolar auxilia muito no processo da escola inclusiva, pois os familiares participando ativamente, os mesmos podem exigir o melhor para seus filhos independente se está relacionado a deficiência.

Como podemos perceber é de suma importância o envolvimento de todos para que se alcance a inclusão de fato, logo, os professores também são responsáveis pelo processo de inclusão, pois são os professores que se encontram em contato direto com os diversos tipos de alunos, sendo assim a formação inicial e continuada dos professores, precisa ser construída e pensada em ações que promovam uma educação de qualidade para todos.

Em relação a formação dos professores Mantoan (2003, p. 43) destaca dentre outros fatores que “todos os níveis de cursos de formação de professores devem sofrer modificações nos seus currículos, de modo que os futuros professores aprendam práticas de ensino adequadas às diferenças”. A autora aponta que todos os cursos que formam professores precisam sofrer modificações para que seja possível uma melhor aprendizagem sobre as diferenças, sobre a inclusão, para que os mesmos se tornem mais preparados.

Assim a formação inicial e continuada dos professores precisa sofrer modificações para que seja possível a ampliação dos conhecimentos, principalmente

no que diz respeito à inclusão, pois acreditamos que os cursos superiores e as instituições de ensino podem estar negligenciando essa temática para se dedicar a situações ideais de ensino aprendizagem.

A disciplina de Educação Física não pode ser neutra no que se refere a inclusão, pois pode auxiliar a escola para que a mesma se torne mais inclusiva. Para tanto, há necessidade que os cursos de educação superior, que formam o licenciado em Educação Física, desenvolvam competências para esse fim.

Um dos motivos que pode contribuir para as dificuldades que os professores enfrentam a fim de proporcionar uma Educação Física Inclusiva é o fato de que apenas a partir da década de 80 que se iniciou disciplinas específicas voltadas para a inclusão, ou seja os professores que se formaram antes da década de 80 não tiveram disciplinas específicas que tratassem da inclusão, sendo assim, não obtiveram conhecimentos específicos no que diz respeito a inclusão escolar.

“A Educação Física Adaptada surgiu oficialmente nos cursos de Graduação através da resolução 03/87 do Conselho Federal de Educação, prevendo a atuação do professor de Educação Física junto às pessoas com deficiência e outras necessidades” (CIDADE; FREITAS, 2002, p. 27)

A inserção de uma disciplina que trata da inclusão escolar veio como forma de romper o percurso histórico da Educação Física que sempre esteve relacionado as habilidades, nos quais são selecionados os mais aptos para a realização das atividades. Sendo assim, a Educação Física inclusiva busca romper esse paradigma, minimizando esta visão da disciplina e fazendo com que as escolas repensem suas práticas para que se possa incluir os alunos com qualquer tipo de deficiência, transtorno global do desenvolvimento ou superdotação.

Para Cidade e Freitas (2002, p. 30) “não existe nenhum método ideal ou perfeito da Educação Física que se aplique no processo de inclusão, porque o professor sabe e pode combinar inúmeros procedimentos para promover a aprendizagem dos seus alunos”.

Não há uma receita pronta de como se deve dar o processo de inclusão, cabe ao professor conhecer seus alunos, realizar suas aulas buscando a aprendizagem e a participação de todos, para que haja um processo de ensino-aprendizagem de modo igualitário e eficaz para todos.

Para isto, acreditamos que a formação de professores exerce um papel fundamental nesse processo. A Educação Física, em especial, precisa rever as práticas que não foram planejadas para todos, a começar pela formação inicial na graduação.

Um programa que deve funcionar como aliado nesta conjuntura é o Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) uma vez que seu objetivo é a iniciação à docência, ou seja, a formação inicial de novos professores.

O PIBID têm como objetivos principais: Incentivar a formação de docentes em nível superior para a educação básica; contribuir para a valorização do magistério;

e elevar a qualidade da formação inicial de professores nos cursos de licenciatura, promovendo a integração entre educação superior e educação básica; inserir os licenciandos no cotidiano de escolas da rede pública de educação, proporcionando-lhes oportunidades de criação e participação em experiências metodológicas, tecnológicas e práticas docentes de caráter inovador e interdisciplinar; incentivar escolas públicas de educação básica, mobilizando seus professores como formadores dos futuros docentes e tornando-as protagonistas nos processos de formação inicial para o magistério; e contribuir para a articulação entre teoria e prática necessárias à formação dos docentes, elevando a qualidade das ações acadêmicas nos cursos de licenciatura (BRASIL, 2016).

Os participantes do PIBID são inseridos no cotidiano escolar, planejam e participam de experiências metodológicas, tecnológicas e práticas docentes de caráter inovador e interdisciplinar, buscando superar problemas identificados nos processos de ensino e aprendizagem.

O programa PIBID é um programa que auxilia no processo da formação inicial, visando o exercício da docência permitindo um processo de reflexão sobre a prática e sobre o cotidiano escolar. Sendo assim temos como objetivo, analisar as concepções sobre a inclusão escolar dos professores supervisores do programa PIBID do Estado de Mato Grosso. Visto que são os professores supervisores que atuam diretamente com os acadêmicos, ou seja, são os professores supervisores que estão auxiliando no processo de formação de outros professores.

Dessa forma, a questão problema que norteou nossa pesquisa foi: os professores supervisores do PIBID encontram-se alicerçados teoricamente para contribuir com a formação inicial dos futuros professores quando se almeja a inclusão de todos em sala de aula?

O objetivo geral elencado foi analisar a concepção dos professores supervisores do PIBID no que se refere a inclusão escolar.

2 | METODOLOGIA

Este estudo se caracteriza como sendo uma pesquisa qualitativa descritiva. A pesquisa qualitativa pode ser definida como,

Uma pesquisa que responde a questões muito particulares. Ela se ocupa, nas Ciências sociais, como um nível de realidade que não pode ou não deveria ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com o universo dos significados, dos motivos, das aspirações, das crenças, dos valores, e das atitudes. (MINAYO, 2009, p.21)

Dentre as pesquisas descritivas salientam-se aquelas que têm por objetivo estudar as características de um grupo: sua distribuição por idade, sexo, procedência, nível de escolaridade, nível de renda, estado de saúde física e mental etc. (GIL, 2008, p. 28).

2.1 Sujeitos

Os sujeitos do estudo foram 04 professores que atuam na rede municipal e estadual de ensino do Mato Grosso. Estes professores também exercem a função de supervisores do PIBID/Educação Física em uma universidade pública do estado do MT. Os professores, dois do sexo masculino e dois do sexo feminino, possuíam idade entre 26 e 40 anos e tempo de magistério que variou entre 5 meses a 7 anos de atuação no ambiente escolar.

2.2 Coleta de Dados

Para a coleta de dados utilizamos a entrevista como instrumento de pesquisa. A entrevista foi escolhida devido a sua flexibilidade e por ser uma das técnicas mais utilizadas em pesquisas qualitativas.

Segundo Gil (2008),

Enquanto técnica de coleta de dados, a entrevista é bastante adequada para a obtenção de informações acerca do que as pessoas sabem, creem, esperam, sentem ou desejam, pretendem fazer, fazem ou fizeram, bem como acerca das suas explicações ou razões a respeito das coisas precedentes. GIL (2008, p. 109)

As perguntas da entrevista continham perguntas acerca da compreensão dos professores sobre inclusão, da contribuição da formação acadêmica para se trabalhar a inclusão, as maiores dificuldades encontradas em se trabalhar inclusão e a respeito do que é preciso mudar na escola para que a mesma se torne inclusiva.

A análise dos dados coletados se deu a partir da discussão das respostas coletadas com a literatura que foi abordada a temática investigada.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nosso primeiro questionamento feito aos professores, identificados neste estudo pelos números 1, 2, 3 e 4, foi qual seria a concepção dos mesmos sobre a inclusão. Todos os professores disseram que a inclusão é incluir todos nas atividades, não deixando ninguém de fora, como as pessoas com deficiência, os alunos menos habilidosos e a diversidade de raça e classes sociais, como se observa abaixo nas falas do sujeito 1 e 4.

A inclusão escolar pra mim é não deixar ninguém de fora, não somente só a questão da deficiência, a questão do aluno gordinho, aquele aluno que não tem habilidade para uma modalidade esportiva, porque o que a gente vê a inclusão na escola não é só aqueles alunos especiais, mas aqueles alunos que não tem habilidade [...] (Sujeito1, Entrevista, 07.06.2017)

Então, nós procuramos trabalhar muito isso aqui na escola nas atividades, procurando trabalhar uma atividade que todo mundo participa, que todas as crianças participam para não deixar nenhuma de fora, não procurando trabalhar só aquilo que uns querem e outros querem, trabalhar a interação. Então a gente coloca todo mundo para interagir junto, pra entender o trabalho em equipe, que

um precisa do outro, que ninguém é melhor que ninguém, que não existe cor melhor, e nem pessoa da sua vida social melhor. (Sujeito 4, Entrevista, 28.06.2017)

Considerando as respostas dos professores percebe-se que os mesmos compreendem o significado de inclusão, que de certo modo os professores se preocupam com a interação e a participação de todos em suas aulas, buscando alternativas para que a inclusão aconteça. Compreendem assim que a inclusão é um processo onde todos os alunos são incluídos independente de seu talento, deficiência, origem socioeconômica, étnica ou cultural.

Oliveira e Poker (2002) corroboram com as repostas apresentadas ao destacar que os objetivos da escola inclusiva são uma educação apropriada e de qualidade para todos os alunos, levando em consideração os alunos com necessidades educacionais especiais nas classes de ensino regular, lugar onde deverá ser desenvolvido um trabalho pedagógico que abranja todos os alunos.

Dando continuidade a entrevista, questionamos os professores se os mesmos se sentiam preparados para trabalhar a inclusão na escola. Dos quatro professores apenas um disse que se sente preparado e que está trabalhando a inclusão na escola, os demais apontaram que ainda carecem de uma compreensão melhor sobre o assunto, como se observa nas respostas abaixo:

Alguns momentos sim, depende da circunstância, e as vezes a gente chega na escola, você tem as vezes e fala assim, igual eu cheguei nessa escola e o aluno não enxerga, aí você pensa e agora o que eu vou fazer com esse aluno? Aí você vai pensando, adaptando as coisas, vai perguntando [...] (Sujeito 1, Entrevista, 07.06.2017)

Eu ainda encontro muita dificuldade sabe, acho que isso é um processo na verdade que a gente vem construindo isso junto com o processo histórico da educação, mas eu acredito que a gente avançou muito e uma coisa que eu não tenho medo e nem preguiça é de buscar informação, buscar conhecimento pra que cada dia isso possa ser um pouquinho mais evidente tanto para nós formadores quanto para os alunos. (Sujeito 2, Entrevista, 08.06.2017)

Sim, estou trabalhando, temos alunos deficientes, temos alunos nossa temos uma variedade de alunos com deficiência, de cores, até mesmo de situação financeira, então acontece muito isso, a discriminação ela é geral, não é só de cor. (Sujeito 4, Entrevista, 28.06.2017)

De acordo com as falas dos professores pudemos notar algumas dificuldades enfrentadas no cotidiano escolar no que se refere a inclusão, dificuldades essas relacionadas ao tipo de deficiência, ao não contato com algum aluno deficiente ainda e ainda, relacionando a não capacitação e qualificação referente a inclusão escolar. Essas dificuldades citadas podem estar relacionadas com a formação inicial destes professores, que pode não ter oportunizado conhecimentos suficientes para se trabalhar com a inclusão escolar.

Todos os cursos de formação de professores precisam sofrer modificações para que seja possível uma melhor aprendizagem sobre a inclusão, para que os professores se sintam mais preparados, como nos traz Mantoan (2003, p. 43)

destacando que “todos os cursos de formação de professores devem sofrer modificações nos seus currículos, de modo que os futuros professores aprendam práticas de ensino adequadas às diferenças”.

Mesmo com as dificuldades citadas pelos professores, os mesmos buscam alternativas para que a inclusão aconteça, buscam adaptações, pesquisando, conversando com os familiares do aluno com alguma deficiência, com os colegas de classe para que suas aulas possam atingir a todos seus alunos. Não há uma fórmula mágica para se trabalhar a inclusão escolar, cabendo ao professor conhecer seus alunos e buscar subsídios para que todos possam participar e aprender nas aulas. Cidade e Freitas (2002) destacam que,

Não existe nenhum método ideal ou perfeito da Educação Física que se aplique no processo de inclusão, porque o professor sabe e pode combinar inúmeros procedimentos para remover as barreiras e promover a aprendizagem dos seus alunos. CIDADE; FREITAS (2002, p. 30)

Já a fala do sujeito 4 vai ao encontro do que destaca Oliveira e Poker (2002), quando mencionam que o paradigma da escola inclusiva pressupõe, conceitualmente, uma educação apropriada e de qualidade dada conjuntamente para todos os alunos – considerados dentro dos padrões da normalidade como os com necessidades educacionais especiais – nas classes do ensino comum, da escola regular, onde deve ser desenvolvido um trabalho pedagógico que sirva a todos os alunos, indiscriminadamente.

Sendo assim, o ensino inclusivo é a prática da inclusão de todos, independentemente de seu talento, deficiência (sensorial, física ou cognitiva), origem socioeconômica, étnica ou cultural.

O próximo questionamento feito aos professores foi qual as dificuldades enfrentadas para se trabalhar a inclusão na escola e se consideravam que havia algum avanço. Obtivemos respostas bem distintas, como podemos ver nas respostas abaixo:

Material, eu pedi uma bola que tem aquele guizo, até hoje você entendeu? Ai falam a professora coloca um saco, mas toda vez tem que colocar saco na bola? Então as vezes é a própria escola[...].(Sujeito1, Entrevista, 07.06.2017)

Eu acho que uma das maiores dificuldades, aí envolve a acessibilidade, envolve a compreensão de todos, tanto o corpo docente quanto o corpo discente, os alunos, o respeito entre eles, acho que uma das maiores dificuldades, a aceitação, aceitar, eu ver o outro como ele é. Acho que uma das maiores dificuldades que a gente tem. (Sujeito 2, Entrevista, 08.06.2017)

[...]eu acredito que um dos maiores privilégios seria, teria que ter o PPP da escola, teria que ser bem elaborado quando se tem esse tipo de aluno, eu acredito que seria isso [...].(Sujeito 3, Entrevista, 27.06.2017)

Então, são os alunos que tem deficiência, nós encontramos um pouco de dificuldade de estar incluindo eles nas atividades, mas a gente procura trabalhar com eles também, a gente não tem ainda um resultado 100% que era o que a

gente gostaria. Mas nós começamos agora e até final do ano a gente espera ter um resultado mais positivo nessa questão. (Sujeito 4, Entrevista, 28.06.2017)

Como podemos perceber as dificuldades mencionadas são distintas, o sujeito 1 mencionou a dificuldade em se ter materiais que auxiliem no aprendizado dos alunos com deficiência, a falta dos materiais necessários dificulta o planejamento dos professores, fazendo com que o professor busque adaptações de materiais para que se consiga realizar as aulas e incluir os alunos deficientes.

A gestão escolar deveria buscar subsídios para que se pudesse proporcionar materiais, pois como nos destaca Marques; Oliveira e Santos (1998) a efetivação de uma prática educacional inclusiva requer, necessariamente, que todos os professores e outros profissionais da educação sejam dotados de materiais, instrumentos e referenciais teóricos e práticos para que possam adaptar suas práticas pedagógicas a fim de incluir todos os alunos, entre eles o aluno deficiente, com a construção de novas concepções quanto às diferenças, e, acima de tudo, com o trabalho em relação à diversidade, seja ela física, cognitiva ou social, dentro da escola.

Foi mencionado também como dificuldade a acessibilidade do aluno com deficiência, o respeito, a compreensão dos professores e alunos e também a respeito da elaboração do Projeto Político Pedagógico voltado para a inclusão escolar quando houver aluno com deficiência na escola, que está interligado com a acessibilidade, respeito e compreensão citados pelo sujeito 2.

O projeto político da escola precisa ser elaborado visando a oportunidade e aprendizagem a todos os alunos, criando-se assim formações continuadas para se discutir sobre a inclusão escolar é através do projeto político pedagógico que se pode estabelecer as medidas e prioridades na busca da inclusão da comunidade na qual está inserida.

Mantoan (2001) enfatiza este posicionamento quando relata que

Reconstruir os fundamentos e a estrutura organizacional das escolas na direção de uma educação de qualidade para todos remete, igualmente, a questões específicas, relacionadas ao conhecimento do objeto ensinado e ao sujeito que aprende. Trata-se de mais um desafio que implica a consideração da especificidade dos conteúdos acadêmicos e a subjetividade do aprendiz, ou seja, um sistema duplo de interpretação do ato de educar, referendado por pressupostos de natureza epistemológica e psicológica, e a concretização de propostas inovadoras que revertam o que tradicionalmente se pratica nas salas de aula. (MANTOAN 2001, p. 53-54)

Para o sujeito 4, a maior dificuldade encontrada é incluir os alunos com deficiência nas aulas, o que nos acabou gerando uma surpresa, pois no questionamento anterior quando perguntamos se o sujeito se sentia preparado para trabalhar a inclusão, o mesmo disse que sim e que estava trabalhando. Sendo assim percebemos que houve um equívoco em seu entendimento sobre a inclusão escolar, mas em sua fala o mesmo diz que busca incluir os alunos deficientes nas aulas, mas que ainda não obteve um resultado satisfatório.

Sabemos que trabalhar a inclusão na escola não é uma tarefa fácil, pois é

preciso a participação de todos para que isso seja possível, é necessária uma grande transformação tanto no ambiente físico como nas pessoas, é necessário a aceitação dos alunos, dos familiares para que a oportunidade de aprendizagem seja destinada e aplicada a todos.

Para Sasaki (1997) a inclusão é um processo que exige transformações nos ambientes físicos e na mentalidade de todas as pessoas, inclusive da própria pessoa com deficiência, para que se alcance toda a sociedade, para que haja aceitação e valorização das diferenças individuais humanas, por meio da compreensão e da cooperação.

Em nosso último questionamento perguntamos aos professores o que é preciso mudar na escola para que ela se torne uma escola inclusiva. Todos os professores responderam que é necessário mudar o pensamento sobre a inclusão, que todos os professores precisam praticar a inclusão, que é necessário sempre a busca de conhecimentos, realização de formações continuadas, buscando a participação de todos, visando a efetivação da inclusão. Como se observa abaixo nas falas do sujeito 1 e 4.

Acho que seria o pensamento assim de todos na questão da inclusão, não adianta só eu mudar minha aula se a outra professora não mudar a aula [...]. (Sujeito1, Entrevista, 07.06.2017)

[..] nós precisamos trabalhar atividades diferenciadas e através de reuniões também, toda segunda-feira que nós já fazemos que é a sala do educador com a formação continuada, então nós discutimos muito esses temas e trabalhos e elaboramos planos de aulas pra tá trabalhando com essas crianças com um todo interdisciplinar, com todas as disciplinas. (Sujeito 4, Entrevista, 28.06.2017)

Como podemos perceber os professores consideram que para que a escola se torne inclusiva é necessário o envolvimento de todos do ambiente escolar, é necessário que todos busquem aplicar a inclusão, que busquem conhecimentos e que se aperfeiçoem para que a se possa haver a inclusão escolar.

Para Mantoan (2003, p. 31) “a inclusão é a modificação da sociedade, sendo ela adaptada para receber as pessoas com deficiência”. Portanto é preciso que a sociedade se adapte, que a escola mude para receber os alunos deficientes, não apenas preparando o ambiente físico, mas buscando estratégias para que o processo de ensino- aprendizagem sejam eficientes e atinjam todos os alunos.

4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Podemos notar que os professores de Educação Física que atuam como supervisores do programa PIBID, compreendem o significado de inclusão e buscam aplicar a mesma em suas aulas. Percebemos ainda que os professores sentem dificuldades no que diz respeito a este tema, mas buscam informações e adaptações para que suas aulas atinjam todos alunos.

Este trabalho nos proporcionou identificar que uma grande parte dos professores não se consideram totalmente preparados para trabalhar a inclusão, isso se explicita ainda mais a cada tipo de deficiência encontrada no ambiente escolar. A dificuldade em se trabalhar a inclusão na escola nesta pesquisa está relacionada a formação inicial dos mesmos, pois a mesma não forneceu subsídios que pudesse contribuir para uma formação mais solidificada. Outros fatores como a infraestrutura escolar, a falta de materiais e principalmente a participação de todos da comunidade escolar, incluindo a família do aluno com deficiência também foram apontadas como elementos dificultadores para se ter uma escola inclusiva.

Dessa forma, acreditamos ainda, que por se tratar de professores que se encontram ligados diretamente a formação de novos professores, a partir do ambiente de trabalho destes profissionais, que os supervisores precisam receber formação que os qualifiquem a ensinar ainda mais do que já fazem, pois a inclusão de todos requer um conhecimento mais aprofundado.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, J.S; DUARTE, E. **Educação inclusiva: um estudo na área da educação física**. Rev. Bras. Ed. Esp., Marília, Mai.-Ago. 2005, v.11, n.2, p.223-240

BRASIL. **Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior**. <http://www.capes.gov.br/educacao-basica/capespibid>. Acesso em: 02/07/2017

BRASIL. Lei nº13.146 de 6 de julho de 2015. **Estatuto da Pessoa com Deficiência, 2015**.

CIDADE, R, E; FREITAS, P, S. **Educação Física e Inclusão: considerações para a prática pedagógica na escola**. Revista Integração. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Especial. Ano14. Edição especial 2002 pg.26 – 30.

FILUS, J. F; MARTINS, J. **Reflexões sobre a formação em educação física e a sua aplicação no trabalho junto às pessoas com deficiência**. Curso de mestrado em educação, Maringá, V.15, p. 79-82, Ano 2004.

GIL. A. C. **Métodos e técnicas da pesquisa social**. 6.Ed. São Paulo: Atlas, 2008.

JUNQUEIRA. F. J.; BACCIOTTO.S.M. **Educação física adaptada: as dificuldades encontradas pelos professores de educação física de Campo Grande/MT frente à inclusão**, Mato grosso. 1- 8 ,2004.

MANTOAN, M. T. E. (Org.). **Pensando e fazendo educação de qualidade**. São Paulo: Moderna, 2001.

MANTOAN, M. T. E. **Inclusão Escolar: O que é? Por quê? Como fazer?** Editora Moderna 2003.

MARQUES, L. P.; OLIVEIRA, L. A.; SANTOS, N. A. S. Integração de Paralisados Cerebrais: um Estudo. In: **Temas sobre Desenvolvimento**, vol. 7, nº 40, p.16- 23, 1998.

MAZZOTTA, M. J. S. **Educação especial no Brasil: história e políticas públicas**. São Paulo: Cortez, 1996.

MINAYO, M. C. S. **Pesquisa social: Teoria, método e criatividade**. 28. Ed. Petrópolis. RJ: Vozes, 2009.

OLIVEIRA, A. A. S.; POKER, R. B. Educação inclusiva e municipalização: a experiência em educação especial de Paraguaçu Paulista. **Revista Brasileira de Educação Especial**, Marília, SP, n. 3, v. 2, p. 233-244, jul./dez. 2002.

SASSAKI, R. K. **Inclusão: construindo uma sociedade para todos**. Rio de Janeiro: WVA, 1997.

SILVA, S. B. **Análise das relações existentes na legislação que orienta a formação profissional dos especialistas em Educação Física e Desportos e os planos nas áreas educacional e desportiva no Brasil**. 1993. (Dissertação de Mestrado) – Escola de Educação Física, Universidade de São Paulo, São Paulo.

QUALIDADE DE VIDA DE ESCOLARES: PERSPECTIVAS PARA NOVOS TEMAS EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Vickele Sobreira

Universidade Federal de Uberlândia, Colégio de
Aplicação/Escola de Educação Básica
Uberlândia – MG

Roberto Furlanetto Júnior

Faculdade Pitágoras, Disciplina Morfofuncional
Uberlândia - MG

Vilma Lení Nista-Piccolo

Universidade de Sorocaba, Programa de Pós
Graduação em Educação
Sorocaba - SP

RESUMO: O currículo das aulas de Educação Física escolar deve ser elaborado com a finalidade de contribuir seja vertical ou horizontalmente com a formação e desenvolvimento dos alunos durante sua trajetória no ensino básico. Inúmeros conteúdos são escolhidos para compor essa organização pedagógica. O tema saúde e qualidade de vida têm sido abordado de maneira constante, segundo diversos estudiosos, além das modalidades esportivas. Nesse estudo apresentamos alguns resultados de pesquisas relacionadas à saúde e qualidade de vida de escolares, buscando refletir para além das variáveis biodinâmicas, compondo o leque de informações necessárias para tratar desse tema na educação. O desafio do quê e como ensinar essa temática em aulas de Educação Física escolar vai além de locais e

materiais de trabalho. Nesse trabalho ressalta-se a educação para a saúde com ênfase nas possibilidades de mudanças de hábitos para a busca de um estilo de vida saudável, atentos para o objetivo maior de formação humana no ambiente escolar.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde. Educação em saúde. Educação básica. Capacidades Funcionais.

QUALITY OF LIFE OF SCHOOLCHILDREN: PERSPECTIVES FOR NEW THEMES IN SCHOOL PHYSICAL EDUCATION

ABSTRACT: The curriculum of school physical education classes should be elaborated in order to contribute either vertically or horizontally with the training and development of students during their trajectory in basic education. Countless contents are chosen to compose this pedagogical organization. The theme of health and quality of life has been constantly approached, according to several scholars, besides the sports modalities. In this study we present some results of research related to health and quality of life of schoolchildren, seeking to reflect beyond the biodynamic variables, the range of information needed to address this subject in education. The challenge of what and how to teach this theme in school

physical education classes goes beyond places and work materials. In this work, health education is emphasized with emphasis on the possibilities of changing habits for the pursuit of a healthy lifestyle, attention to the greater goal of human formation in the school environment.

KEYWORDS: Health. Health education. Basic education. Functional capacities.

1 | INTRODUÇÃO

A construção de currículos de Educação Física, seja para a formação profissional, seja para o desenvolvimento das aulas no ambiente escolar deve abordar os conhecimentos relacionados ao ser humano e suas diversidades.

Entretanto, compreender e materializar esses conhecimentos na organização do currículo é um desafio para os cursos de Licenciatura da área e para os professores que atuam na escola.

De Marco (2013, p. 163) afirmou que

[...] ao atuar em diferentes espaços, o profissional de Educação Física se defronta com dados da realidade social e cultural brasileira, para os quais ele deve estar consciente. Assim, não lhe basta ter conhecimentos técnicos e científicos para desempenhar suas atividades cotidianas; tão importante quanto estes, são os conhecimentos sobre as questões sociológicas, culturais e econômicas que permeiam suas relações de trabalho.

Assim, escolher os temas ou conteúdos a serem trabalhados nas aulas de Educação Física escolar, envolve muito mais do que analisar qual espaço ou materiais a escola tem, qual conteúdo ou tema o professor domina, qual a teoria a instituição se sustenta, ou ainda temáticas relacionadas com a formação do professor. Essa escolha deve antes de tudo abranger as necessidades e prioridades a serem trabalhadas com os alunos de acordo com a realidade e o contexto os quais eles vivem.

Uma temática frequentemente desenvolvida nas aulas, principalmente, no ensino fundamental e ensino médio é o tema relacionado à saúde e qualidade de vida. Estudos ao longo dos últimos anos apresentaram o interesse dos profissionais da área em tentar mapear como está a saúde de escolares a partir de análises de suas capacidades funcionais seja voltada para questões de saúde (LUGUETTI; NICOLAI RÉ; BÖHME, 2010; RODRIGUES DA FONSECA et al., 2010; SANTOS; CAMPOS; SCHILD, 2013; PEREIRA et al., 2011), seja voltado para o desempenho motor/ esportivo (DUMITH et al., 2010; JOCHIMS et al., 2010; MELLO, et al., 2015; PEREIRA et al., 2011). Outros estudos apontaram que o sedentarismo pode impactar na saúde individual e coletiva das populações escolares investigadas (BRACCO et al, 2003; FERREIRA, 2001;) ressaltando como as aulas de Educação Física escolar podem contribuir com mudanças comportamentais dos alunos (BRITO; SILVA; FRANÇA, 2012; GASPAR et al., 2008; GUEDES, 1999; SPOHR et al., 2014).

Para somar aos resultados de pesquisas já realizadas por outros estudiosos,

nosso estudo vem ampliar os dados apresentados, mas relacionando-os diretamente com reflexões sobre os conteúdos das aulas de Educação Física escolar, utilizando como referência as condições de saúde e comportamentos de vida dos escolares.

2 | O CONHECIMENTO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

As aulas de Educação Física escolar passaram por modificações, ao longo dos anos, pois foram influenciadas, principalmente, pelas discussões políticas, pedagógicas e científicas a respeito da importância desse componente curricular e dos seus conteúdos no ambiente educacional.

Tradicionalmente essa disciplina possui uma tendência de práticas esportivas, sendo esse tema o balizador e norteador da maioria das aulas de Educação Física escolar. Entretanto, sabemos que somente as modalidades esportivas não são suficientes para as necessidades e possibilidades de desenvolvimento dos escolares. É preciso que os professores busquem outras alternativas temáticas para contribuir com a formação das crianças e adolescentes durante sua passagem pela educação básica.

A escolha dos conteúdos a serem ensinados nessas aulas perpassa por diferentes aspectos que influenciam diretamente nessa definição. Em um estudo feito com professoras de escolas públicas no Paraná, Velozo e Daólio (2009) mostraram que fatores como a racionalidade acadêmica/científica, a racionalidade do senso-comum, a tradição da disciplina e a sua legitimação no ambiente escolar influenciam a composição das aulas de Educação Física na escola. Neste estudo, as professoras apontaram que tanto na educação infantil como nos anos iniciais do ensino fundamental a estimulação dos alunos para as práticas de atividades não é a mesma durante os demais anos da educação básica. Além disso, o olhar de que a Educação Física é uma área essencialmente biológica e que pode contribuir para a saúde das pessoas, induz a escolha dos conteúdos de aula para uma visão de saúde relacionada à aptidão física dos escolares. Na visão das professoras, ter a Educação Física como ciência da atividade física, saúde e/ou do esporte contribui para sua legitimação, sem dar a ela um cunho educacional.

Um olhar biologicista da área pode provocar um equívoco na composição e desenvolvimento dos conteúdos curriculares de Educação Física na escola. Isso porque, a indução para a produção de resultados e suas quantificações pode inverter a prioridade das atividades dessas aulas. A formação do aluno nas suas diferentes dimensões deve ser o objetivo maior que direciona a definição dos temas/conteúdos.

As temáticas relacionadas à saúde e qualidade de vida tornaram-se comuns nas aulas, gerando diversos conceitos e análises desses temas.

Entendendo que hoje a saúde não é mais conceituada como a ausência de doenças, tratar sobre esse assunto nas aulas de Educação Física escolar exige que se proponha discussões com os alunos sobre as diversas influências que podem

gerar um estilo de vida saudável.

Devide (2003) destacou em seu estudo que a prática de exercícios físicos realizados nas aulas Educação Física não pode ser interpretada como algo promissor ou milagroso para a saúde, ou ainda visando unicamente à melhoria da aptidão física. Para ele o maior erro dos professores dessa área, ao tratarem o tema da saúde, é simplesmente deixar de lado os influentes sociais que contribuem para a educação e mudança de hábitos e estilos de vida que podem produzir a saúde individual e coletiva.

Guedes (1999,p .11) já afirmava que

A nível conceitual, com freqüência o termo saúde tem sido caracterizado dentro de uma concepção vaga e difusa, o que incentiva interpretações arbitrárias e, por vezes, carente de uma visão didática-pedagógica mais consistente. Essa arbitrariedade tem oferecido uma multiplicidade de opiniões, programas e procedimentos relacionados à promoção da saúde no meio educacional. Em vista disso, os conceitos elaborados quanto ao que vem a ser saúde devem ser objeto de cuidadosa reflexão, para que se possa perceber e atuar de forma coerente no sentido de contribuir efetivamente na formação dos educandos.

Há uma relação direta do conceito de saúde com o que se entende por qualidade de vida. Prebianchi (2003) no seu estudo de revisão apontou como as pesquisas relacionadas à qualidade de vida têm sido ampliadas, na tentativa de abordar as variadas dimensões que podem ser analisadas nesse conceito. Ressalta o autor que a abertura para a análise dos conceitos subjetivos tem sido um complemento fundamental para uma abordagem mais ampla da qualidade de vida dos indivíduos. Soares et al. (2011) reafirmaram os achados de Prebianchi ao destacarem que muitas pesquisas realizadas sobre qualidade de vida para crianças e adolescentes, seguem duas tendências básicas de análise, sendo uma com uma abordagem mais genérica e ampla e outra especificamente relacionada à saúde. Destacam ainda a importância de se analisar o conceito de qualidade de vida abordado nas pesquisas sobre esse tema, pois, muitas vezes, é nulo ou superficial por estar relacionado apenas a boas práticas em saúde, fragmentando ou reduzindo o conceito real desse tema.

Davim et al. (2008, p. 144) escreveram que “qualidade de vida é um conceito dinâmico que se altera com o processo de vivência das pessoas, incluindo ampla variedade de condições intrínsecas e extrínsecas ao indivíduo”.

Tavares (2013) afirmou que o termo qualidade de vida é muito amplo, envolvendo o domínio das dimensões físicas, mentais, sociais e emocionais. Assim, muitas pesquisas relacionam o impacto da saúde (que pode ser investigado a partir da aptidão física) com a qualidade de vida dos indivíduos.

Brito, Silva e Franca (2012) destacaram em seus estudos que os hábitos de vida de crianças e adolescentes têm sido associados ao sedentarismo. Para eles, a aplicação de uma educação para a saúde pode incentivar a promoção de hábitos mais saudáveis, permitindo alcançar melhor qualidade de vida.

Nessa mesma vertente, da educação para a saúde, Gaspar et al. (2008) entendem que a relação família, sociedade e escola é fundamental para as perspectivas de mudança e melhoria nas dimensões que envolvem a qualidade de vida de crianças e adolescentes. Esclarecem que programas e projetos desenvolvidos nas escolas têm tido efeito positivo na promoção da qualidade de vida relacionada à saúde dos escolares.

Nas aulas de Educação Física esse tema precisa ser abordado, mas ressaltando que apenas a prática regular de exercício físico não garante a melhoria ou manutenção de uma boa qualidade de vida.

Apesar da dificuldade de consenso sobre o que seja qualidade de vida, o termo relaciona-se ao estilo de vida de pessoas que priorizam e buscam suprir diferentes necessidades que contribuem para a conquista ou manutenção de uma forma melhor de se viver. Nesse contexto, a Educação Física é considerada um meio para o seu aprimoramento; o que pode ser feito através de mudanças nesse estilo de vida, tornando-os mais saudáveis, ativos e permanentes (DEVIDE, 2002, p. 81).

E ainda,

Enquanto educador, o profissional da área deve estar ciente das implicações de uma concepção equivocada frente ao relacionamento da Educação Física com a saúde e a qualidade de vida. O professor de Educação Física deve estar atualizado ao conceito multifatorial da saúde e à dinamicidade do que pode ser interpretado por qualidade de vida, para que, munido de instrumentação teórica consistente, tenha condições de discutir e ampliar a relação de compromisso da Educação Física para além da esfera da aptidão física (DEVIDE, 2002, P. 82).

Nista-Piccolo e Moreira (2012, p.34-35) ao tratarem do Esporte para a saúde nos anos finais do ensino fundamental esclarecem que o professor de Educação Física ao propor a temática de saúde e qualidade de vida em suas aulas deve

reorganizar seus programas, manter permanente atualização no que diz respeito à produção do conhecimento e, o mais importante, conhecer a realidade de seus alunos relacionada ao entorno da escola, aos valores trabalhados no ambiente em que vivem, reconhecendo suas motivações e aspirações.

Sendo a qualidade de vida um conceito multidimensional que envolve a análise de diversos domínios da vida, é importante destacar que sua análise muitas vezes é focada em um ou alguns de seus aspectos. A aptidão física é um desses indicadores e a análise das capacidades funcionais é uma maneira de investigar o domínio físico da qualidade de vida relacionada à saúde. Ao avaliarem os resultados obtidos é importante considerar os diversos fatores que podem ter contribuído para os dados encontrados, principalmente aqueles relacionados ao ambiente educacional.

Destacamos que a partir dos resultados obtidos nos testes desenvolvidos em suas aulas, o professor deve

[...] ensinar esportes, danças, jogos e brincadeiras de acordo com a faixa etária, o desenvolvimento físico, a maturação sexual e psicológica, **utilizando os resultados dos testes dos alunos para planejar melhor as atividades.** Ele deve promover atividades que proporcionem melhor desenvolvimento das capacidades motoras e físicas e a socialização dos alunos, melhor aptidão física

Dessa maneira se justifica um currículo com variedades temáticas definidas por objetivos de aprendizagem com foco no aluno, e não apenas nas disponibilidades que a escola apresenta ou nos interesses do professor.

Neste estudo mostramos a avaliação de aspectos quantitativos que indicam a qualidade de vida de escolares, mas ressaltamos que esses testes não devem ser a única finalidade, fundamental e diretiva, para a formação dos estudantes. Os resultados de testes podem contribuir para elaboração de diagnósticos que auxiliem a organização e o planejamento das aulas.

3 | A INVESTIGAÇÃO DE INDICADORES DE QUALIDADE DE VIDA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

A partir da aplicação dos testes propostos pelo projeto Esporte Brasil (PROESP/BR) foram realizadas baterias de testes com escolares de uma escola pública federal de Minas Gerais nos anos de 2015 e 2018. Os testes foram feitos de acordo com protocolos estabelecidos pela PROESP-BR (GAYA; GAYA, 2016; GAYA; SILVA, 2007). Essa referência foi escolhida por abordar resultados que são específicos para a população de escolares brasileiros.

Os testes abordaram a avaliação das capacidades de aptidão física relacionadas à função cardiorrespiratória e músculo-esquelética em estudantes dessa escola referenciada. Os testes verificaram a agilidade, velocidade, força de membros inferiores, força de membros superiores, resistência aeróbica, flexibilidade, força abdominal.

A classificação dos resultados obedeceu os critérios propostos por Gaya e Silva (2007) que categorizam como muito fraco (< ou igual a 20% da capacidade máxima), fraco (20-40% da capacidade máxima), razoável (40-60% da capacidade máxima), bom (60-80% da capacidade máxima), muito bom (80-98% da capacidade máxima) e excelente (> de 98% da capacidade máxima), de acordo com o uso das capacidades e habilidades motoras, para a análise dos dados coletados em 2015. Para avaliação dos resultados de 2018, foram utilizadas as classificações do manual atualizado (GAYA; GAYA, 2016) sendo fraco (< 40% da capacidade máxima), razoável (40%-59% da capacidade máxima), bom (60%-79% da capacidade máxima), muito bom (80%-98% da capacidade máxima) e excelência (>98% da capacidade máxima). Na atualização do manual, no que se refere à classificação dos resultados, a referência “muito fraco”, apresentada no manual de 2007, foi incorporada à referência “fraco” do manual atualizado. Ainda na nossa análise, vale a pena ressaltar que as capacidades de flexibilidade e força abdominal representam resultados diretamente relacionados à saúde dos escolares e as demais capacidades relacionadas ao desempenho motor/esportivo.

Foram avaliados 81 escolares no ano de 2015 do 8º ano do ensino Fundamental, sendo todos os testes foram aplicados pelo mesmo avaliador. A faixa etária dos escolares variou de 13 a 15 anos.

Na análise das capacidades funcionais 43,1% dos escolares apresentaram índices de muito fraco a razoável e 56,9% de bom a excelente para flexibilidade. Para a força abdominal 42,9% de muito fraco a razoável e 57,1% de bom a excelente. Nos resultados de velocidade 81% de muito fraco a razoável e 19% de bom a excelente. Na força de membros inferiores 17,7% de muito fraco a razoável e 82,3% de bom a excelente. Força de membros superiores 45,6% de muito fraco a razoável e 54,4% de bom a excelente. Na agilidade 75,3% de muito fraco a razoável e 24,7% de bom a excelente. Para a resistência aeróbica 77,5% de muito fraco a razoável e 22,5% de bom a excelente.

No ano de 2018, realizamos novamente a bateria de testes seguindo os mesmos procedimentos realizados em 2015 só que com novo grupo de escolares. Foram analisados 68 escolares do 7º ano do ensino fundamental, com faixa etária variando entre 11 e 16 anos de idade, seguindo o procedimento de aplicação dos testes com um mesmo pesquisador.

Nessa nova análise, 17,6% dos escolares apresentaram índices de fraco a razoável e 82,4%% de bom a excelente para flexibilidade. Para a força abdominal 22,1% de fraco a razoável e 77,9% de bom a excelente. Nos resultados de velocidade 79,9% de fraco a razoável e 19,1% de bom a excelente. Na força de membros inferiores 48,5% de fraco a razoável e 51,5% de bom a excelente. Força de membros superiores 91,2% de fraco a razoável e 8,8% de bom a excelente. Na agilidade 82,4% de fraco a razoável e 17,6% de bom a excelente. Para a resistência aeróbica 57,4% de fraco a razoável e 42,6% de bom a excelente.

No ano de 2015 os resultados apontaram a necessidade de se contextualizar essa realidade, transparecida na qualidade de vida dos escolares, no desenvolvimento de temas e conteúdos nas aulas de Educação Física escolar (SOBREIRA; FURLANETTO JÚNIOR; NISTA-PICCOLO, 2016), já que das sete capacidades funcionais analisadas três delas apresentaram resultado abaixo da média esperada para essa função (<60% da capacidade máxima; muito fracos a razoáveis). Outras três capacidades apresentaram resultado positivo para as classificações de bom a excelente, mas os resultados de uso abaixo de 60% ficaram bem próximos destas classificações. Apenas uma capacidade, força de membros inferiores, ficou positivamente classificada e com diferença para as classificações negativas relativamente considerável. Estes resultados nos permitiram compreender que, possivelmente, os hábitos de vida destes escolares se aproximam do grupo de pessoas sedentárias com potenciais para aquisição de problemas de saúde, desde problemas posturais até as doenças crônico-degenerativas.

Em 2018 os resultados não demonstraram boas perspectivas para o novo grupo analisado, pois das sete capacidades investigadas, três apresentaram valores

negativos quanto às suas funções, duas apresentaram valores próximos ao que se refere a bom ou mau uso e apenas duas tiveram melhoras para o uso positivo das capacidades funcionais. É importante destacar que a capacidade de velocidade não apresentou valores positivos de uso em nenhum dos grupos investigados.

Possivelmente, a transmissão de conhecimento de saúde nas escolas brasileiras, quando efetivada, tem se realizado através de meras informações sobre os aspectos biológicos do corpo, a descrição de doenças e suas causas e de hábitos e de higiene (FERREIRA; OLIVEIRA; SAMPAIO, 2013, p. 674).

Esses dados nos permitem refletir que os currículos que têm sido elaborados em escolas parecem não dar conta de efetivar os objetivos de aprendizagem dos alunos sobre hábitos saudáveis.

Analisando os resultados das diversas pesquisas, aqui mencionadas, somados aos dados que obtivemos em nosso estudo, podemos perceber que as aulas de Educação Física escolar precisam ir além das mensurações e das análises biodinâmicas do corpo. É possível identificar que ainda são poucas as mudanças que têm acontecido no que se refere ao estilo de vida ativo, à busca de melhor qualidade de vida.

O baixo uso das capacidades físicas pode gerar risco à saúde, e conseqüentemente, piora a qualidade de vida como um todo. Isso revela um reflexo da participação e motivação dos alunos na prática das atividades desenvolvidas nas aulas.

Ainda é possível observar cursos de formação de professores de Educação Física centrados na melhoria da aptidão física e preocupados somente com a aprendizagem de gestos e técnicas motoras, em detrimento do estímulo à reflexão (FERREIRA; OLIVEIRA; SAMPAIO, 2013, p. 674).

Os conteúdos desenvolvidos nas aulas de Educação Física precisam considerar o contexto cultural da comunidade atendida e as mudanças de hábitos que o grupo de crianças e adolescentes vem sofrendo ao longo dos anos.

Construímos conhecimentos diversos, mas em geral, insuficientes para sabermos um pouco mais sobre nós mesmos, sobre o corpo que somos e sobre o ser que desenhamos ao longo da vida. E essas questões estão relacionadas à nossa cultura e história (SOBREIRA; NISTA-PICCOLO; MOREIRA, 2016, p. 69).

A Educação Física escolar é marcada por uma visão simplista e superficial de contribuição para a formação dos escolares na educação básica, mas cabe apenas aos profissionais que atuam neste campo, apresentar a real contribuição desse componente curricular para a formação dos estudantes.

Avaliar as capacidades físicas para diagnosticar como está a saúde dos alunos auxilia na elaboração das propostas de atividades a serem desenvolvidas nas aulas. Mas, é importante oferecer a eles conhecimentos sobre hábitos e comportamentos que influenciam num estilo de vida saudável. E ainda, considerar os contextos sociais nos quais esses alunos vivem. É aproximar o que os alunos precisam aprender com o que eles querem fazer, atendendo suas expectativas, objetivando sua formação

como cidadão, conscientizando-os por meio de uma educação para a saúde.

4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

No ambiente escolar, a disciplina que mais se aproxima do trabalho com o corpo na escola é a Educação Física (NISTA-PICCOLO; MOREIRA, 2012). Mas, precisamos ensiná-los a respeitar seus corpos e despertar neles a responsabilidade pelo uso que fazem desse corpo. As aulas devem oferecer variadas formas de exploração corporal, permitindo que os praticantes reconheçam suas capacidades e potencialidades.

O professor é o responsável por estimular o potencial de inteligência corporal cinestésica dos alunos, mas não buscar corpos perfeitos, padronizados, adestrados ou submissos a tudo o que for imposto ou proposto. O objetivo é promover corpos que reflitam, que sintam, que desejem, que percebam seus corpos, que vivenciem a corporeidade na prática e não apenas nos discursos superficiais da escola. E para isso, as aulas devem propiciar aos alunos momentos de fruição dos conteúdos/ temas ali desenvolvidos.

“Contextualizar um processo de ensino-aprendizagem significativo aos seus alunos é missão dos professores e, isto só será possível, a partir da decisão de caminhar rumo ao desconhecido com segurança e determinação” (SOBREIRA, NISTA-PICCOLO, MOREIRA, 2016, p. 71) e com a certeza de que é possível fazer mais pela educação. Precisamos de uma Educação Física que vá além de conteúdos estanques, muitas vezes apenas conceituais e que se repetem (MOREIRA; NISTA-PICCOLO, 2009) ao longo dos anos na educação básica.

Os dados levantados em nossa pesquisa revelam que os conteúdos que têm sido desenvolvidos na escola não atendem às necessidades básicas de saúde física. Mas, consideramos importante lembrar que para conseguir que os alunos alcancem melhor qualidade de vida não basta aperfeiçoar sua aptidão física, é preciso abordar conteúdos voltados à sua formação, que inclui mudanças de hábitos cotidianos. Por isso, temas como saúde e qualidade de vida não podem ser trabalhados com superficialidade. É fundamental que eles façam parte de todas as práticas docentes, desenhados nos planejamentos, e abordados nos comportamentos vivenciados em aula.

A Educação Física muito pode contribuir com o conhecimento de meios que permitam sair de uma vida sedentária, mas deve ir além disso, oferecendo aos alunos os caminhos para um estilo de vida saudável, para a busca de melhor qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

- BRACCO, M. M. et al. Atividade Física na infância e adolescência: impacto na saúde pública. **Rev. Ciênc. Méd.**, Campinas, 12(1): 89-97, jan./mar., 2003.
- BRITO, A. K. A.; SILVA, F. I. C.; FRANÇA, N. M. Programas de intervenção nas escolas brasileiras: uma contribuição da escola para a educação em saúde. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 36, n. 95, p. 624-632, out./dez. 2012.
- DAVIM, R. M. B. et al. Qualidade de Vida de crianças e adolescentes: revisão bibliográfica. **Rev. Rene**. Fortaleza, v. 9, n. 4, p. 143-150, out./dez.2008.
- DE MARCO, A. Educação Física, formação profissional e desenvolvimento humano. In: GAIO, R.; SEABRA JÚNIOR, L.; DELGADO, M. A. (Orgs.). **Formação profissional em Educação Física**. Várzea Paulista, SP: Fontoura, 2013. p. 147-164.
- DEVIDE, F. P. Educação Física, Qualidade de Vida e Saúde: campos de intersecção e reflexões sobre a intervenção. **Movimento**, vol. 8, núm. 2, mayo-agosto, 2002, pp. 77-84.
- DEVIDE, F. P. a Educação Física escolar como via de Educação para a Saúde. In: BAGRICHEVSKY, M.; PALMA, A.; ESTEVÃO, A. (Orgs.) **A saúde em debate na Educação Física**. Blumenau (SC): Edibes, 2003. p. 137-150.
- DUMITH, S. C. et al. Aptidão física relacionada ao desempenho motor em escolares de sete a 15 anos. **Rev. bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v.24, n.1, p.5-14, jan./mar. 2010.
- FERREIRA, M. S. Aptidão física e saúde na educação física escolar: ampliando o enfoque. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, v. 22, n. 2, p. 41-54, jan. 2001.
- GASPAR, T. et al. Promoção de qualidade de vida em crianças e adolescentes. **Psicologia, Saúde & Doenças**, 2008, 9 (1), 55-71.
- GAYA, A.; GAYA, A. R. Projeto Esporte Brasil: **Manual de testes e avaliação**. Porto Alegre: Editora Perfil, UFRS, 2016.
- GAYA, A.; SILVA, G. **Manual de aplicação de medidas e testes, normas e critérios de avaliação**. Projeto Esporte Brasil: observatório permanente dos indicadores de saúde e fatores de prestação esportiva em crianças e jovens. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física – Centro de Excelência Esportiva. Porto Alegre/RS: Julho/ 2007.
- GUEDES, D. P. Educação Física para a saúde mediante programas de Educação Física escolar. **Motriz** - Volume 5, Número 1, p. 10-14, Junho/1999.
- JOCHIMS, S. et al. Aptidão física relacionada ao desempenho motor de escolares: estudo comparativo dos hemisférios Norte – Sul – Leste – Oeste, da zona rural da Santa Cruz do Sul – RS. **Cinergis**, v. 14, n. 2, 2013.
- LUGUETTI, C. N.; NICOLAI RÉ, A. H.; BÖHME, M. T. S. Indicadores de aptidão física de escolares da região centro-oeste da cidade de São Paulo. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum** 2010, 12(5):331-337.
- MELLO, J. B. et al. Aptidão física relacionada ao desempenho motor de adolescentes de Uruguaiana, Rio Grande do Sul. **R. bras. Ci. e Mov** 2015;23(4): 72-79.
- MOREIRA; E. C.; NISTA-PICCOLO, V. L. **O quê e como ensinar educação física na escola**. Jundiaí, SP: Fontoura, 2009.

NISTA-PICCOLO, V. L.; MOREIRA, W. W. **Esporte para a saúde nos anos finais do ensino fundamental**. São Paulo: Cortez, 2012.

PELLEGRINOTTI, I. L.; CESAR, M. C. Educação Física e saúde no século XXI: conhecimento e compromisso social. In: NISTA-PICCOLO, V. L.; MOREIRA, W. W. (Orgs.) **Educação Física e esporte no século XXI**. Campinas, SP: Papyrus Editora, 2016. p. 363-380

PEREIRA, C. H. et al. Aptidão física de escolares de uma unidade de ensino da rede pública de Brasília – DF. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, 2011, v16, n03, 223-227.

PREBIANCHI, H. B. MEDIDAS DE QUALIDADE DE VIDA PARA CRIANÇAS: ASPECTOS CONCEITUAIS E METODOLÓGICOS. **Psicologia: Teoria e Prática** – 2003, 5(1):57-69.

RODRIGUES DA FONSECA, H. A. et al. Aptidão física relacionada à saúde de escolares de escola pública de tempo integral. **Acta Scientiarum. Health Sciences**, vol. 32, núm. 2, 2010, pp. 155-161.

SANTOS, C. A.; CAMPOS, A. L. P.; SCHILD, J. F. G. Comparação dos níveis de aptidão física e desempenho motor de estudantes de uma escola pública e uma escola privada da cidade de Pelotas. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v.7, n.41, p.440-448. Set/Out. 2013.

SOARES, A. H. R. et al. Qualidade de vida de crianças e adolescentes: uma revisão bibliográfica. **Ciência & Saúde Coletiva**, 16(7):3197-3206, 2011.

SOBREIRA, V.; FURLANETTO JÚNIOR, R.; NISTA-PICCOLO, V. L. Qualidade de vida de escolares: perspectivas para uma nova contextualização dos conteúdos da educação física escolar? **Horizonte Científico**, v. 10 n. 2 (2016): Semana Científica da Educação Física. p. 57.

SOBREIRA, V.; NISTA-PICCOLO, V. L.; MOREIRA, W. W. Do corpo à corporeidade: uma possibilidade educativa. **Cad. Pes.**, São Luís, v. 23, n. 3, set./dez. 2016.

SPOHR, C. F. et al. Atividade física e saúde na Educação Física escolar: efetividade de um ano do projeto “Educação Física +”. **Rev Bras Ativ Fis e Saúde**, Pelotas/RS, 19(3):300-313, Mai/2014.

TAVARES, C. J. S. **A aptidão física relacionada com a saúde e a atividade física como preditores da qualidade de vida relacionada com a saúde em adultos jovens**. Dissertação (Mestrado em Fisioterapia). Instituto Politécnico de Coimbra / Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra. Coimbra, Portugal, 2013. 97 f.

VELOZO, E. L.; DAÓLIO, J. Os saberes nas aulas de Educação Física: uma visão a partir da escola pública. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte** – 2009,8 (2): 43-54.

PROJETO VI-VENDO ESPORTE: REDISCUTINDO A FUNÇÃO PEDAGÓGICA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Felipe Souza de Brito

Universidade Federal de Sergipe (UFS),
Aracaju - Sergipe

Nathalia Dória Oliveira

Universidade Federal de Sergipe (UFS),
Aracaju - Sergipe

Mariza Alves Guimarães

Colégio de Aplicação da Universidade Federal de
Sergipe (CODAP),
Aracaju - Sergipe

RESUMO: Este estudo teve como objetivo traçar novos caminhos para o Esporte através do Projeto Vi-vendo Esporte. O lócus empírico do projeto foram os alunos do ensino fundamental e médio do Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Sergipe. Trata-se de um estudo de campo sincrônico cujo os participantes do projeto e os professores contribui e desenvolve uma nova proposta pedagógica para o esporte.

PALAVRAS-CHAVE: Esporte; Escola; Prática Pedagógica.

PROJECT VI-VENDO SPORT: REDESIGNING THE PEDAGOGICAL FUNCTION OF THE CLASSES OF PHYSICAL EDUCATION

ABSTRACT: This study aimed to outline new paths for Sport through the Vi-Vendo Sport

Project. The empirical locus of the project was the elementary and middle school students of the College of Application of the Federal University of Sergipe. It is a synchronic field study whose project participants and teachers contribute and develops a new pedagogical proposal for the sport.

KEYWORDS: Sport; School; Pedagogical Practice

1 | INTRODUÇÃO

O projeto Vi-vendo Esporte, origina-se do estágio supervisionado que, em 2013, ainda na graduação em Bacharel em Educação Física (Universidade Federal de Sergipe), inicia uma parceria com o Colégio de Aplicação (CODAP), no contraturno dos estudantes atividades de basquetebol com finalidades de rendimento, em acordo com o preconizado pelas federações que visam somente a competição. A medida que o graduando e a professora aprofundavam a compreensão da atividade, as demandas dos estudantes começaram a suscitar uma nova dinâmica na relação com o fenômeno esportivo.

Nesse sentido, as atividades práticas precisavam de uma nova dinâmica teórica, o professor iniciou um nova graduação em

Licenciatura em Educação Física da UFS que o pôs em contato com as teorias críticas que ampliavam os sentidos do esporte para além de outros conteúdos clássicos (jogos, dança, luta e ginástica). A demanda de alunos ampliou, e posteriormente, outras modalidades passaram a compor o projeto, constituindo o princípio de um laboratório pedagógico.

Além de entender essa experiência como uma atividade que compreendia as ações de pesquisa das disciplinas cursadas, o projeto passou a ter um caráter de extensão. Ficou patente que a partir das orientações individuais e do grupo de pesquisa, o projeto precisava assumir essa potencialidade com caráter de pesquisa (PIBIC - Edital nº 02/2017 POSGRAP/COPES/UFS - PIBIC/PICVOL 2017), entendendo os limites e possibilidades dessa atividade na realidade do CODAP.

O projeto Vi-vendo Esporte oferece aulas de iniciação ao basquetebol e voleibol visando proporcionar aos alunos a apropriação do conhecimento desenvolvido pela humanidade, sob a forma da cultura corporal, no seu conteúdo mais destacado, o esporte.

2 | OBJETIVO

A princípio, o projeto tinha o objetivo de buscar a aprendizagem do gesto técnico para assim inserir os estudantes no calendário esportivo local. Nesse sentido, as aulas tinham um caráter de treinamento com a aprendizagem técnica e tática voltados para o controle dos fundamentos com vistas a estruturação de uma equipe competitiva. Entendendo que essa prática passou a tomar um caráter de exclusão dos alunos, a equipe do projeto se aprofundou teoricamente, no sentido de proporcionar uma experiência mais ampla para os alunos, desenvolvendo não apenas as capacidades técnicas e táticas, mas também valorizando os aspectos educacionais da prática esportiva, como reflexão sobre o contexto da modalidade e seu desenvolvimento ao longo da história.

3 | METODOLOGIA

O projeto Vi-vendo Esporte se construiu sob a metodologia da pesquisa-ação (THIOLLENT, 2011), refletindo a importância desta, enquanto espaço de discussão teórica, no sentido da ampliação dos conhecimentos dos sujeitos envolvidos pela intervenção pedagógica dos professores, corpo técnico e estudantes do CODAP, e como espaço de construção efetiva de uma pesquisa capaz de garantir, democratizar e ampliar o acesso à cultura esportiva, em seus mais diversos propósitos.

Nesse sentido, valem do aporte da ciência que afirma: “Compreender o fenômeno é atingir sua essência através da compreensão das leis que regem os fenômenos e das relações de determinação por eles estabelecidas [...] desvendar

as relações de determinação” (SÁNCHEZ GAMBOA, 1987, p. 109); desenvolver uma lógica de pensamento que se organiza a partir do objetivo científico, aproximando o pensamento do movimento empírico real, e do concreto através do abstrato, elaborando e submetendo a lógica de produção e reprodução da vida social. Assim o projeto Vi-vendo Esporte assume um protagonismo pedagógico, no sentido de entender esses elementos mais gerais e articular com as demandas específicas dos estudantes do CODAP, bem como os estudantes das licenciaturas, articulando referências teóricas às experiências empíricas.

[...] elaborar, articular e organizar o concreto pensado a partir do concreto real mediante elementos abstratos, e entender os fenômenos como fases contraditórias de uma mesma realidade concreta que abrange as partes e suas relações com a totalidade do social.” (SÁNCHEZ GAMBOA, 1987, p. 215)

Vejamos com mais cuidado, o sentido de tratar o objeto da educação física, por conseguinte, o esporte, sob a estrutura de um debate ontológico, gnosiológico e conseqüentemente, epistemológico, que fazem referência à relação entre o sujeito e o objeto no processo do conhecimento. Os pressupostos ontológicos nas pesquisas crítico-dialético dizem referência aos conceitos de homem, educação, história e realidade. O homem é considerado um produto, e também produtor, do conjunto das relações sociais, com interioridade psicológica subjetiva, que se concretiza objetivamente.

Decorrente da noção de homem, o esporte como um produto humano, apresenta uma determinada visão de educação. A educação, em primeiro lugar, deveria servir a humanidade como elo/nexo com o conhecimento acumulado pelas gerações anteriores, a serviço das gerações que virão. Dada ao caráter político da educação, em cada momento histórico tem sido um dos instrumentos através do qual a classe dominante assegura sua dominação. Assim, a educação, a escola e o esporte como produtos sociais que pertencem a uma forma específica de sociedade, determina/determinada por ela.

A escola, no sentido lato, é parte inseparável da totalidade social, assim como o esporte, que extrapola os muros desse espaço em contradição, e como tal, apresenta as mesmas situações de reprodução e de mudança que caracterizam aquela totalidade, obviamente, com suas singularidades empíricas.

É por isso que a educação também é tida como uma forma de luta política. No conjunto de toda sociedade existe uma relação pedagógica ou relação de hegemônica/contra-hegemônica na construção de ferramentas formativas de uma sociedade ‘democrática’; em outro sentido, a própria luta política é tida como fato pedagógico. Segundo essa visão, há na própria escola e no esporte, uma relação educativa. O que é educativo está na própria compreensão da marcha da história, que é a síntese da luta de classes. Para isso, é preciso compreender ontologicamente o homem, para entender como sua dimensão social assume um discurso de caráter naturalista, o que é um equívoco, por isso, a ação política deve ser entendida como

força educativa.

Diante do exposto, nossa intenção na organização política das aulas visa a realização das aulas, a utilização das instalações de toda estrutura disponível na UFS, bem como seus recursos materiais. Essas instalações compreendem: uma quadra poliesportiva com cobertura, tabela de basquetebol e postes de voleibol; sala de esportes para acondicionar o material esportivo, salas de aula com mesas, cadeiras e quadro negro, bebedouros e banheiros masculinos e femininos. Já o material disponível para as aulas abarca todo o material esportivo disponível no colégio além de outros recursos incorporados pelos estagiários e o supervisor no andamento das aulas.

Enfatizando a contextualização dos conteúdos à realidade social dos alunos, visando uma formação crítica, introduzimos elementos da modalidade para além do gesto técnico, como manifestações alternativas da modalidade, flexibilização das regras, ampliando a dimensão do jogo e a autodeterminação dos estudantes.

A partir da implantação da nova metodologia, as aulas passaram a ser organizadas em três fases (COLETIVO DE AUTORES, 2012, p. 88): a) seleção, confecção e classificação dos materiais utilizados junto com a discussão sobre o objetivo da aula e os aspectos históricos relacionados ao conteúdo; b) experimentação dos fundamentos abordados na aula; c) a prática do esporte e sua relação com o coletivo, progredindo na apropriação do objeto.

4 | RESULTADOS

O projeto Vi-vendo Esporte durante os três primeiros anos foram formadas equipes masculinas, infanto-juvenil (13 e 14 anos) e juvenil (15 a 17 anos) que passando integrar as principais competições estudantis do estado. Em três anos de projeto a equipe da escolinha obteve resultados positivos no cenário esportivo de Aracaju.

No terceiro ano, em 2016, do projeto os alunos e o professor realizaram uma competição autóctone (autogerida) fora dos padrões e calendário oficial do Estado. O coletivo organizou um torneio interno de Basquetebol, os alunos ficaram responsáveis por toda a logística do torneio como limpar a quadra, fazer os uniformes, preencher a súmula, fazer as estatísticas dos jogos, etc. Foram organizados quatro equipes através de sorteio com oito (8) atletas cada uma, constituídas por alunos da escolinha e alguns convidados. Num período de três sábados consecutivos, as equipes se enfrentaram em jogos de ida e volta, finalizando com uma confraternização.

Durante o período do torneio e dos meses seguintes a sua realização a frequência dos alunos durante as aulas aumentou significativamente, e o número de participantes do projeto teve um aumento considerável. Essa iniciativa foi importante para os alunos compreenderem diversos aspectos do esporte enquanto construção

social entendendo as funções das regras do jogo. Outro elemento importante foi a integração, pois houve uma maior distribuição dos tempos do jogo entre todos os alunos.

5 | CONCLUSÃO

O projeto Vi-vendo esporte responde o questionamento: É possível desenvolver o conteúdo esporte na escola a partir de uma prática pedagógica crítica?

Ao passo que respondemos que sim, é possível! Para isso, todavia, faz-se necessário reconhecer em primeiro lugar o caráter ineliminável político da educação e do esporte, em segundo lugar o fato de que a educação/esporte são processos dialéticos e históricos e em terceiro lugar a nossa mais absoluta convicção a respeito da extrema relevância do modelo metodológico/didático de currículo ampliado.

Assim sendo, vemos-nos concordando com os pensamentos de autores que afirmam a necessidade de compreender as relações que determinam o fenômeno esportivo, e seu devido tratamento no espaço escolar como prerrogativas da construção de um trato pedagógico crítico. De um modo geral, para esses autores tratar-se-ia de:

[...] 'desmitificá-lo', através de conhecimentos que permitam aos alunos, 'criticá-lo dentro de um determinado contexto sócio-econômico-político-cultural'. O mesmo conhecimento deverá, também, capacitar os alunos para a compreensão 'de que a prática esportiva deve ter o significado de valores e normas que assegurem o direito à prática do esporte' (KUNZ, 2004, p.20)

A vista do exposto, numa apreciação sintética, cabe observar quanto à organização do trabalho pedagógico, a importância da adoção de medidas práticas na condução das aulas de Educação Física. No tocante a este aspecto, evidenciamos a necessidade em substituir o enfoque do rendimento máximo como objetivo das aulas de Educação Física, por um novo paradigma que considere o rendimento possível, e a cooperação e solidariedade como elementos essenciais a uma prática pedagógica crítica.

Nesse sentido, as experiências do projeto Vi-vendo Esporte foi imposto algumas determinações: a primeira delas foi a realidade objetiva, tivemos que reconhecer e entender com quem estávamos lidando; em que espaço convivíamos; o que entendíamos por aprendizagem; o que tínhamos como ferramentas para garantir que os nossos objetivos fossem alcançados.

REFERÊNCIAS

COLETIVO DE AUTORES. **A metodologia do ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.

KUNZ, Elenor. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. Ijuí: ED. Unijui. 2004

NASCIMENTO, C P. **A atividade pedagógica da Educação Física**: a proposição dos objetos de ensino e o desenvolvimento das atividades da cultura corporal. 2014. 293 f. Tese (Doutorado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação, Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014.

SÁNCHEZ GAMBOA, Silvio. **Epistemologia da Pesquisa em Educação**. Tese (Doutorado em Educação)- Unicamp: Campinas, 1987.

SAVIANI, Demerval. **Escola e Democracia**. Edição Comemorativa. Campinas: Autores Associados, 2008. 112p (Coleção Educação Contemporânea).

TAFFAREL, C. N. Z. **A formação do profissional da Educação**: o processo de trabalho pedagógico e o trato do conhecimento no curso de Educação Física. Campinas-SP. Tese de doutorado UNICAMP. 1993.

THIOLLENT, M. **Metodologia da pesquisa-Ação**. 18. ed. São Paulo: Cortez, 2011

OS DESAFIOS DA IMPLANTAÇÃO DO TÊNIS COMO COMPONENTE DO CURRÍCULO ESCOLAR

David Alisson Rodrigues da Silva

Pós-graduação em Educação Física Escolar,
Estácio FIB, Salvador-BA

Karine Miranda Pettersen

Mestre em Medicina e Saúde - PPgMS/UFBA

RESUMO: O tênis possui adeptos em todo o mundo, porém, o estereótipo de esporte da elite o tem afastado da maioria das escolas brasileiras. A prática do tênis desenvolve capacidades cognitivas, psicomotoras e socioafetivas da criança. Para possibilitar o trabalho dentro da escola foi necessário ressignificar o esporte, adaptando-o para o espaço escolar utilizando uma abordagem com base nos jogos de maneira divertida e ativa. Assim, o mini tênis, versão adaptada do esporte, com quadras menores, bolas mais lentas, materiais e espaços adaptados, torna-se a melhor maneira de difundir o esporte dentro da escola. Este trabalho possui como objetivo central identificar a percepção de professores de Educação Física escolar na cidade de Salvador - BA, sobre os motivos da ausência do tênis como um componente curricular na maioria das escolas, assim como identificar as principais dificuldades encontradas pelos professores. A metodologia deste trabalho foi desenvolvida a partir de uma entrevista semi estruturada com dez professores de Educação

Física escolar das redes particular e pública de Salvador. Os resultados corroboram com as hipóteses apontando que as principais problemáticas são: a falta de capacitação dos professores para o trabalho com o tênis nas escolas, a falta de materiais e a falta de espaços apropriados. Porém, tais dificuldades podem ser solucionadas com o simples conhecimento das possibilidades de adaptação do mini tênis. Esta implantação também contribuiria para a popularização deste esporte nas diversas camadas sociais e beneficiaria a diversidade das práticas escolares ao fugir dos conteúdos repetitivos e esportes hegemônicos.

PALAVRAS-CHAVE: Tênis, Educação Física, Escola.

THE CHALLENGES OF TENNIS

IMPLANTATION AS A COMPONENT OF THE SCHOOL CURRICULUM

ABSTRACT: Tennis has fans all over the world, however, the stereotype of elite sports has kept it away from most Brazilian schools. The practice of tennis develops the child's cognitive, psychomotor and socio-affective abilities. To make it possible to work within the school it was necessary to re-characterize the sport, adapting it to the school space using a game-based approach in a fun and active way. Thus, the mini

sneakers, adapted version of the sport, with smaller blocks, slower balls, materials and adapted spaces, becomes the best way to spread the sport inside the school. This work aims to identify the perception of teachers of Physical Education in the city of Salvador - BA, on the reasons for the absence of tennis as a curricular component in most schools, as well as identify the main difficulties encountered by teachers. The methodology of this work was developed from a semi structured interview with ten teachers of Physical School Education of the private and public networks of Salvador. The results corroborate with the hypotheses pointing out that the main problems are: the lack of training of teachers to work with tennis in schools, the lack of materials and the lack of appropriate spaces. However, such difficulties can be solved by simply knowing the possibilities of adapting the mini sneakers. This implantation would also contribute to the popularization of this sport in the different social strata and would benefit the diversity of the school practices by evading the repetitive contents and hegemonic sports.

KEYWORDS: Tennis, Physical Education, School

INTRODUÇÃO

O tênis tem adeptos em todo o mundo e em todas as classes sociais, caracterizando-se como um esporte prazeroso cuja prática é possível pelas mais diversas faixas etárias, Crespo (1999) afirma que o tênis é praticado por cerca de oito milhões de pessoas em mais de duzentos países. No entanto, por causa de sua história onde era praticado pela alta classe, ainda existe um estereótipo que o classifica como um esporte de elite, causando o afastamento da modalidade da maioria das escolas brasileiras. Por se tratar de um esporte com características únicas que contribui para a formação psicomotora e socioafetiva da criança, a modalidade possui particularidades específicas que cooperam para a formação escolar. A prática do tênis desenvolve capacidades cognitivas como atenção e concentração muito importantes para o desenvolvimento prático neste esporte que podem também contribuir nas atividades teóricas de outras disciplinas escolares (PINTO & CUNHA, 1998).

De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais da educação brasileira está previsto que as aulas de Educação Física deveriam ter conteúdos com maior abrangência de possibilidades motoras como correr, saltar, arremessar, receber, quicar bolas, bater, rebater, além de ter acesso a materiais como bolas, cordas, bastões, raquetes, vivenciando jogos e situações não competitivas que garantam a formação geral de seus praticantes (BRASIL, 2007). Observa-se, porém, que os conteúdos escolares de tal disciplina são sempre os mesmos, lutas, ginásticas, jogos e entre os esportes predominam o futebol, basquete, handebol e vôlei. Falta à grade de conteúdos a pluralidade das diferentes manifestações que estão previstas nos parâmetros nacionais. Diante disso o tênis se apresenta como um conteúdo possível

de ser introduzido no currículo escolar, sendo inclusive citado pelos PCNs quando estes abordam sobre esportes com bastões ou raquetes que podem ser trabalhados na escola.

Para possibilitar o trabalho dentro da escola foi necessário ressignificar o esporte se distanciando do modelo de alto rendimento e o adaptando para o espaço escolar utilizando uma abordagem com bases nos jogos de maneira divertida e ativa, dando condições para que as crianças joguem em um ambiente compatível as suas capacidades físicas (CRESPO & MILEY, 1998 apud NAUFEL, 2014). A implantação do mini tênis nas escolas levaria a milhares de crianças a oportunidade de desenvolverem as características do esporte de forma simples, prazerosa e segura (NAUFEL, 2014). Sendo tantos os benefícios e possibilidades do tênis na escola, questiona-se: Quais são os desafios que se apresentam para a implantação do tênis como alternativa do currículo escolar para crianças de 8 a 12 anos?

Este trabalho possui como principal objetivo a proposta de apresentar o tênis como uma alternativa para o currículo escolar, identificando os principais motivos do tênis ainda não ser componente curricular na maioria das escolas e propondo possíveis soluções. Também pretende mostrar a importância do tênis de campo na escola, bem como seus benefícios ao desenvolvimento dos alunos e identificar as dificuldades declaradas pelas escolas, pelos professores e pela sociedade.

Segundo os autores, a prática do tênis na escola gera benefícios interdisciplinares, aspectos cognitivos trabalhados que trarão benefícios que poderão ser utilizados em outras disciplinas escolares como matemática, história e outras disciplinas teóricas. Relatando os benefícios físico-motores propiciados pelo esporte, Siqueira (1991) relata que o tênis traz consigo movimentos físicos encontrados em outros esportes como correr, saltar, arremessar e também utilizam rapidez, destreza e resistência, capacidades do esporte em questão que são combinadas com a coordenação motora. Outros atributos trabalhados como lançar, pegar, balancear, quicar, desenvolvimento da coordenação motora grossa e fina, flexionar, lançar, coordenar movimentos de membros superiores e inferiores e de quadril e outras contribuições motoras, sociais e cognitivas reforçam os benefícios da implantação do Tênis na Educação Física escolar que também contribuirá para o crescimento e desmistificação da modalidade. A presença desse esporte nas aulas de Educação Física traria benefícios tanto aos praticantes quanto a própria modalidade que ganharia novos adeptos, cidadãos transformadores da realidade social do esporte.

A metodologia deste trabalho foi desenvolvida a partir de uma entrevista semi estruturada com dez professores de Educação Física escolar das redes particular e pública da cidade de Salvador. Para Manzini (2004) uma entrevista semi estruturada tem seu foco em um objetivo sobre o qual é produzido o roteiro com perguntas principais, complementadas por outras questões inerentes às circunstâncias no momento da entrevista.

Este trabalho utilizou-se de uma modalidade de análise qualitativa, na qual as

principais informações recebidas pelos professores entrevistados foram transcritas e tabuladas a partir de categorias baseadas nas perguntas do roteiro, e analisadas com base no que estava explícito para obtenção de indicadores que permitiram fazer inferências. Em seguida os dados foram organizados e apresentados sumariamente.

O MINI TÊNIS E SUAS PERSPECTIVAS DE IMPLANTAÇÃO

Oportunizar a prática do tênis de campo nas aulas de Educação Física escolar promoverá a manifestação de resultados positivos tanto para os alunos praticantes, nos âmbitos motores, sociais, afetivos e cognitivos, como também para a escola, para a Educação Física enquanto disciplina, para o esporte e até mesmo para a sociedade. Este capítulo pretende mostrar as diferentes perspectivas da implantação do tênis nas escolas no que se refere a pontos de vista que enxergam as facilidades desta proposta e pontos de vista que trazem as dificuldades da mesma.

Segundo FINGER (2010), entre as vantagens e facilidades da implantação do mini tênis na escola pode-se mencionar que se trata de uma modalidade que promove bastante diversão durante a prática, garantindo assim um envolvimento maior por parte dos alunos ao conquistá-los rapidamente, tornando o processo ensino-aprendizagem mais fácil e prazeroso. Uma vez que as crianças têm como objetivo se divertir, jogar e competir, o professor deve usar essas finalidades para envolver os alunos nas atividades.

O tênis também promove através da diversão uma boa condição física e mental por atender aos vários aspectos a serem desenvolvidos pelas crianças (físico, mental, social e afetivo). É um esporte que pode ser praticado por uma ampla faixa etária escolar, desde crianças com cinco anos de idade até o ensino médio. Tradicionalmente o mini tênis destina-se aos jogadores mais jovens, por conter características morfológicamente adaptadas como o tamanho dos espaços e materiais.

Esta adaptação da modalidade facilita a aprendizagem de gestos técnicos e noções táticas do tênis de campo por possuir características que possibilitam a fácil execução de golpes, jogadas táticas e fundamentos do tênis. Trata-se de um ótimo método de motivação e fidelização dos alunos atraídos pela possibilidade de uma nova prática além daquelas tradicionais e rotineiras da Educação Física escolar e posteriormente pela estrutura e características da aula em si, por sua dinamicidade e ludicidade.

Segundo Naufel (2014) fatores como compartilhar e cooperar, lidar com o próximo e trabalhar em equipe, utilizar a memória, criar interesse no tênis, construir autoconfiança, autoestima, coordenação e fatores técnicos específicos do esporte como controle de raquete e bola, empunhadura e postura, trabalho de pernas e equilíbrio também fazem parte de uma aula de tênis escolar. A grande abrangência

de características benéficas que podem ser trabalhadas pela modalidade dentro da escola, torna a aula rica em possibilidades e objetivos para a escolha do professor.

No tocante ao aspecto físico, as crianças apresentam um considerável desenvolvimento das capacidades e habilidades motoras devido à grande variabilidade de movimentos e deslocamentos exigidos na prática do esporte (LUDORF, 1999). Segundo Silva (2007) o tênis beneficiará a saúde das crianças por agir diretamente em capacidades como resistência aeróbia, força, potência, coordenação motora, coordenação olho-mão, tempo de reação, velocidade, agilidade, flexibilidade e equilíbrio.

Tais capacidades físicas estimuladas pelo esporte na escola, além de instigar habilidades motoras necessárias na vida cotidiana, trarão benefícios para toda a vida da criança, incitando-as a manterem-se ativas em longo prazo, promovendo hábitos saudáveis, prevenção de doenças e a manutenção da saúde. Autores trazem também relatos de benefícios não só motores, mas também benefícios intelectuais e cognitivos como o aumento da concentração e atenção, capacidades cognitivas exigidas e trabalhadas no tênis.

A proposta de mini tênis nas escolas deve apresentar um programa que atenda não só as capacidades e habilidades físico-motoras, mas também as habilidades cognitivas, afetivas e sociais por meio da modalidade (PÍFFERO & VALENTINI, 2010). A verdade é que os jogos, brincadeiras e atividades além de complementar as qualidades físicas, também atendem ao progresso mental dos participantes e em especial da criança na formação da sua educação moral e desenvolvimento global da sua personalidade. Nos jogos, brincadeiras e atividades encontramos situações de confronto, descobrimento, circunstâncias que exigem uma determinada postura ou entendimento da criança e tais casos refletem em menor escala, o cotidiano social.

Segundo Ludorf (1999) fatores psicológicos como concentração e o controle dos diversos elementos que interferem no jogo como a torcida, postura do adversário, local e condições de jogo dependem basicamente do estado emocional do jogador e fazem toda a diferença no desempenho dentro de quadra. “A concentração, com a prática do tênis tende a se tornar um hábito, sendo de grande valor para os afazeres do dia a dia da criança, os quais requerem atenção e concentração.” (PINTO & CUNHA, 1998, p. 29). Tais capacidades cognitivas assim como as capacidades motoras citadas anteriormente, podem e deverão servir para âmbitos que não só para o esporte em si, mas se bem orientadas também podem ser utilizadas nas outras disciplinas escolares e suas atividades teóricas. Além disso, a metodologia do mini tênis propõe o ensino através de jogos e situações práticas dinâmicas, onde muitas vezes um problema relacionado ao jogo será apresentado aos alunos e eles por sua vez devem solucioná-lo com auxílio discreto do professor para que o jogo possa continuar. Este método chama-se “descobrimento guiado”. Fazendo o aluno pensar e refletir sobre o esporte, estimulam-se também as capacidades cognitivas

da criança. Doolittle (1995, apud PÍFFERO & VALENTINI, 2010) também reforça a aprendizagem esportiva pelo jogo, com regras simplificadas onde o aluno esteja empenhado em descobrir problemas e estratégias do jogo e criar caminhos para ganhar pontos, estando menos preocupados em executar habilidades técnicas.

Com fundamental importância para o alcance dos resultados objetivados pela escola para a formação do aluno, apresenta-se também a atenção às capacidades sociais. Neste sentido, Daolio (1995) mostra que a prática esportiva nas aulas de Educação Física deve ir além de regras, da tática ou técnica devendo ser contextualizada na realidade sociocultural de onde se encontra. Deve-se estimular nos alunos o pensamento crítico sobre a modalidade, o que ela representa na sociedade e abrir a possibilidade de visualização, questionamento e posicionamento crítico. O aluno deve ter uma maior compreensão da realidade cultural de sua comunidade, bairro, município, estado ou país para verificar como a prática do tênis se insere nesse contexto.

O esporte na escola deve promover aos alunos qualidade de vida, integração social, vivência da cultura esportiva através de uma perspectiva inclusiva, propiciando a conquista progressiva da autonomia, de um equilíbrio dinâmico para a integração e socialização e a formação e adaptação da personalidade. Os métodos pedagógicos para alcançar tais objetivos são citados por Pinto e Cunha (1998), sendo eles a proposta nas aulas de atividades em grupo que favoreçam a socialização, possibilitem a discussão das regras e da organização dos jogos entre as próprias crianças, desenvolvam uma postura positiva em relação a novas aprendizagens e as limitações dos colegas, promovam jogos cujo conteúdo implique em relações sociais e outras atividades que trabalhem as bases sócio-afetivas da criança.

Apesar de tantos benefícios apontados por autores que já se propuseram a estudar este tema, ainda prevalecem os obstáculos que dificultam esta proposta. Estes obstáculos partem do desconhecimento sobre a modalidade e outros fatores também se tornam desafios para a implantação do esporte em questão no currículo escolar da maioria das instituições de ensino brasileiras.

ANALISE DOS RESULTADOS

Este trabalho foi construído através de uma entrevista semi estruturada com dez professores de Educação Física escolar de escolas particulares e públicas da cidade de Salvador mediante aplicação de um questionário com dez perguntas principais referentes ao tema pesquisado, complementadas por outras questões inerentes às circunstâncias do momento da entrevista. Após a coleta dos dados, as informações foram transcritas e condensadas a partir de categorias baseadas no roteiro e analisadas para a aquisição de indicadores que permitiram a organização e apresentação dos dados.

A média de tempo de atuação dos professores entrevistados é de nove anos,

variando de seis meses a vinte e sete anos de docência. Esta ampla elasticidade no tempo de atividade dos docentes possibilita avaliar a diversidade de opiniões devido às diferentes experiências dos entrevistados, desde professores recém-formados até professores com bastante tempo de profissão. Pode-se também observar a diversidade entre professores das redes pública e privada de ensino, dos dez professores questionados, três atuam em escolas públicas (municipais e estaduais), seis atuam em escolas particulares e um atua em ambos, dessa forma também pode-se avaliar as opiniões em ambientes de diferentes níveis sociais e aquisitivos.

Sobre os conteúdos específicos da Educação Física, abordados em suas aulas, todos os dez entrevistados afirmam usar com frequência o conteúdo Esportes, as modalidades mais utilizadas são o futsal, voleibol, basquetebol e handebol. A falta de diversidade nos conteúdos demonstra uma preferência pelos esportes hegemônicos em detrimento de outras modalidades que poderiam estar presentes no currículo escolar beneficiando e enriquecendo o repertório motor e cognitivo dos alunos. Acredita-se que a preferência pelos quatro esportes citados dá-se pela característica coletiva dos mesmos, possibilitando a utilização de poucos materiais, geralmente uma bola somente, para a elaboração da aula. Pode-se assim afirmar que a carência de materiais para as aulas de Educação Física afeta a qualidade e diversidade das aulas de modo geral e não somente nas escolas da rede pública de ensino. Jogos e brincadeiras, lutas e dança, aparecem em seguida como os conteúdos mais trabalhados.

Para todos os entrevistados o tênis é um conteúdo interessante para ser trabalhado nas aulas de Educação Física escolar, por poder ampliar o repertório de vivências práticas dos estudantes, por ser um esporte que tem ganhado mais espaço na mídia e também por representar uma nova modalidade talvez nunca antes experimentada pela maioria dos alunos. Para os docentes o Tênis também pode ser uma oportunidade de diversificar o conteúdo, fugindo dos esportes hegemônicos e ampliando os horizontes esportivos, auxiliando no desenvolvimento motor ao utilizar implementos como raquete e bola.

No entanto, apesar de considerarem o Tênis um conteúdo interessante, os resultados apontam que apenas dois dos entrevistados já incluíram a modalidade como componente curricular das aulas, adaptando os materiais e espaços, e também abordando aspectos históricos do esporte em questão. Seis docentes entrevistados nunca utilizaram a modalidade como conteúdo de suas aulas, dois docentes já utilizaram atividades relacionadas ao tênis como recreação ou já trabalharam esportes com raquete, mas, não especificamente o tênis.

Como dito anteriormente todos os dez questionados aprovaram o tênis como um conteúdo benéfico e interessante para ser incluído nas atividades das aulas de Educação Física escolar, entretanto apenas dois deles afirmaram ter adicionado a modalidade em algum momento do ano letivo no conteúdo programático de suas aulas. Questionados sobre os motivos da não agregação do tênis em sua grade

de modalidade os professores responderam que as principais dificuldades são a carência de materiais (raquetes, bolas e redes), a falta de espaço adequado nas escolas e também o desconhecimento sobre a modalidade e suas possibilidades de adaptação. Os entrevistados também relatam que a quantidade de alunos em atividade é muito pequena para a quantidade de alunos por turma, deixando muitos alunos em espera. Foi ainda citada por um dos entrevistados a característica de esporte individual do tênis que pode não contribuir para os objetivos pedagógicos da escola.

Os entrevistados também foram indagados sobre quais estratégias são necessárias para poder inserir a modalidade do Tênis dentro no conteúdo das aulas de Educação Física. Entre estes, oito docentes responderam que a promoção de palestras orientando sobre as possibilidades de adaptação do tênis e a capacitação dos profissionais de Educação Física para o trabalho com a modalidade deveria acontecer desde a faculdade. Dessa forma as dificuldades da implantação desta proposta seriam amenizadas pelo conhecimento das possibilidades de adaptação dos materiais e espaços, e das estratégias pedagógicas da modalidade.

Sobre o mini tênis, seis entrevistados afirmaram não ter conhecimento do que se trata, e quatro afirmaram conhecer superficialmente essa versão adaptada do esporte que pode ser a melhor opção para a inserção da modalidade na escola, por suas características metodológicas.

Questionados sobre uma possível rejeição por parte dos alunos em relação à modalidade em questão, nove docentes acreditam que não haveria nenhuma rejeição dos alunos em relação à prática adaptada do tênis dentro da escola. Porém, sete entrevistados afirmaram que poderia haver uma possível rejeição por parte dos professores escolares de Educação Física, causada pelo comodismo, pelo desinteresse em ampliar as possibilidades de atividades dentro das aulas ou pela falta de conhecimento que causaria insegurança no trabalho com a modalidade.

Estes resultados são corroborados por Dias & Rodrigues (2009) que em seus estudos relatam que o tênis é antevisto como uma possibilidade inviável devido ao custo atribuído aos seus materiais e pelo espaço e tempo destinados pelas escolas às aulas de Educação Física. Para Souza & Junior (2009) a omissão ao oferecimento do esporte em questão se dá pelo não conhecimento das possibilidades de adaptações do tênis e utilização de materiais alternativos.

O PROFESSOR E SEU PAPEL NO ENSINO DO TÊNIS ESCOLAR

Pretende-se aqui ressaltar a importância da ação do professor no processo de ensino aprendizagem dessa proposta, uma vez que como mediador e orientador ele será o responsável pela facilitação do processo de aprendizagem teórico-prático e conceitual do esporte em questão. Cabe a este profissional entender os processos

didático-metodológicos, as etapas do desenvolvimento infantil, os interesses e capacidades de cada faixa etária, a organização das atividades e conteúdos de forma a otimizar e facilitar a assimilação por parte das crianças, tornando o processo agradável e prazeroso.

Segundo Ludorf (1999) para que a criança possa usufruir dos benefícios proporcionados pelo tênis, é necessário que sua orientação seja feita por profissionais que tenham consciência do seu papel de educador e também estejam preparados com uma dimensão educacional além dos conhecimentos técnicos, estando ciente das diversas faces do processo de formação e desenvolvimento infantil e incluindo o contexto social. Fica claro que para a qualidade do trabalho realizado o professor precisa possuir um suporte teórico que o munirá de estratégias para a realização de seu papel dentro deste processo.

Este suporte teórico deve ser construído através dos cursos de graduação profissional no âmbito da licenciatura, que preparam futuros profissionais para a atuação nas escolas. Dentro da proposta do Tênis como esporte da escola Salum (1988) citado por Finger (2010) relata que os professores de Educação Física possuem conhecimentos acadêmicos suficientes para difundir o tênis de campo nas escolas, e as demais informações específicas da modalidade podem ser adquiridas através de livros, artigos, revistas e vídeos. Esta capacitação poderia ser ainda melhor se dentro dos cursos de graduação em Educação Física fosse inserida a disciplina de tênis de campo tratando de aspectos específicos desta modalidade e mostrando como os obstáculos que parecem tão grandes podem ser superados.

Citados no capítulo anterior, estes obstáculos se apresentam como dificuldades sendo estes os principais: a carência de espaços adequados dentro da escola para a prática do esporte, o custos dos materiais e a falta de capacitação dos professores. São diversas as possibilidades de solução destas problemáticas, porém todas elas dependem da engenhosidade, criatividade, capacitação e disposição do professor. Alguns autores já trazem alternativas para contornar ou solucionar tais empecilhos.

O mini tênis pode ser jogado em uma quadra pequena e simples, que pode ser construída em qualquer superfície plana, sendo uma alternativa para o problema de espaço físico nas escolas. Em um pátio, quadra ou até mesmo sala podem ser colocadas várias mini quadras. Para Naufel (2014) as quadras podem ser adaptadas em qualquer tipo de piso como terra, grama, cimento, madeira, carpete e areia, desde que o piso permita o “quique” regular da bola para que o jogo aconteça. As linhas e demarcações dependerão do tipo de piso, podendo ser feitas com fita adesiva, giz, cordas, cones e outras formas alternativas, e a rede pode ser sustentada por duas cadeiras, ou até duas crianças segurando uma corda. “A respeito do tamanho não existe uma regra específica este pode ser variado conforme a evolução do aluno” (FINGER, 2010). Pode também ser utilizada uma parede como alternativa para o ensino.

O tamanho das mini quadras sofre variação de acordo com a idade e a

habilidade dos alunos, recomenda-se que o tamanho da área de jogo não seja muito reduzido, o que aumentaria o número de erros e não permitiria a livre movimentação das crianças, assim como, um espaço muito grande não permitiria a movimentação adequada e conseqüentemente diminuiria os êxitos do aluno. O tamanho reduzido auxilia tanto o aluno no ato do jogar quanto ao professor que pode utilizar melhor o espaço construindo várias mini quadras e permitindo a participação de várias crianças ao mesmo tempo. Os espaços escolares muitas vezes deixam a desejar no que se refere à prática esportiva de qualquer modalidade, porém a criatividade e vontade do professor se fazem necessárias para a quebra deste paradigma e evolução dos alunos.

Em relação a materiais como raquete, bolas e rede (NAUFEL, 2014) propõe que qualquer tipo de rede pode ser utilizada, caso não se possua nenhuma, pode-se utilizar nylon, elásticos, barbantes ou cordas amarrados em cadeiras, mesas, ou algo que possa sustentar esses materiais esticados no ar, recomenda-se que a altura não seja maior que 80 cm do solo. As raquetes precisam ser pequenas podendo ser de materiais diversos e até fabricados pelos próprios alunos, quanto à bola, devem ser lentas, o que facilita o aprendizado, bolas de espuma são excelentes para os iniciantes.

“O material para a prática do tênis é caro, porém para o ensino deste esporte nas escolas, os professores não precisam destes materiais oficiais” (FINGER, 2010 p. 49). O mesmo autor defende que podem ser utilizados materiais alternativos como bolas de plástico ou de espuma, raquetes de tênis de mesa, de plástico ou de madeira. Uma boa opção é realizar um trabalho de confecção dos materiais, cada aluno pode fabricar sua raquete com madeira e papelão ou cabides de arame como fazem alguns projetos existentes. A rede pode ser representada por uma linha ou corda onde podem ser amarradas bandeirolas para uma melhor visualização. Esticando uma corda por toda a dimensão da quadra ou espaço utilizado com a ajuda de postes de sustentação improvisados como cabos de vassoura ou amarrados no alambrado, podem ser criadas tantas mini quadras quanto possível.

A utilização de materiais diversificados como raquetes ou bolas mais leves, podendo ser de tamanhos, cores e texturas diferentes, além de cones, alvos e cordas além de motivar, proporcionam maior sensibilidade e diversidade na experiência prática. (LUDORF, 1999). Os materiais propostos pelos autores suprem as necessidades do esporte e também podem ser encontrados a custos bem reduzidos no mercado, desta forma o professor pode desenvolver estratégias e novas maneiras de adaptar materiais e espaços para a prática do mini tênis nas escolas.

Porém todas essas alternativas simples não são conhecidas para a maioria dos professores escolares, uma vez que não são transmitidas aos mesmos em seu curso de formação acadêmica. A solução mais viável para este empecilho seria a criação da disciplina de Tênis de Campo atrelada à formação do licenciado em Educação Física. Isso já acontece em algumas universidades brasileiras como a Universidade

do Sul de Santa Catarina (UNISUL).

Cabe também ao professor entender que seu ensino deve transcender o limite da teoria e prática do esporte, devendo atender aos princípios educacionais da formação do caráter cidadão do indivíduo. Portanto o que é ensinado na sala de aula deve conter e abordar o contexto social tanto do objeto de estudo quanto do aluno que o estuda. Como defende o autor, embora seja importante que o professor possua a vivência do esporte e bom domínio da técnica, sua prática não deve contemplar somente estes quesitos, suas ações devem estar baseadas nos cunhos pedagógicos, educacionais e científicos (LUDORF, 1999).

REFERÊNCIAS

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física** / Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC / SEF, 1998. p. 114

CRESPO, M. Metodología de la enseñanza del tenis. **ITF Coaching and Sport Science Review**, 1999.

DAOLIO, J. Por uma Educação Física Plural. **Motriz**. v.1, n. 2 134-136, Dezembro/1995.

DIAS, J. M, RODRIGUES, O. A. F. O tênis nas escolas: uma prática apropriada à cultura escolar. 2009.

FINGER, Bruna F. **O mini-tênis como uma metodologia para o ensino do tênis de campo na educação física escolar no ensino fundamental.** 2010. p. 70. Monografia - Universidade Comunitária da Região de Chapecó. Chapecó, 2010.

LUDORF, Silvia M. A. Tênis para crianças: uma abordagem científico-pedagógica. **Kinesis**, Santa Maria, n. 21, 207-222, 1999.

MANZINI, E.J. **Entrevista semi-estruturada: análise de objetivos e de roteiros.** In: SEMINÁRIO INTERNACIONAL SOBRE PESQUISA E ESTUDOS QUALITATIVOS, 2, 2004, Bauru.

NAUFEL, Sergio. Mini tênis nas escolas como conteúdo para Educação Física. Ribeirão Preto: **Centro de Formação e Treinamento de Tênis - RP**, 2014. Disponível em: [HTTP://cftenis-rp.com.br/blog/?p=58](http://cftenis-rp.com.br/blog/?p=58). Acesso em: Jan, 2015.

PÍFFERO, C. M.; VALENTINI, N. C. Habilidades especializadas do tênis: um estudo de intervenção na iniciação esportiva com crianças escolares. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.24, n.2, p. 149-163, abr/jun. 2010.

PINTO, J. R.; CUNHA, F. H. G. O tênis como alternativa no currículo escolar para crianças entre 8 e 12 anos. **Motriz**, Viçosa, v.4, n.1, p. 9, 1998.

SILVA, Suzana. **O Tênis**. Editora: Odysseus. São Paulo. 2007. Parte IV, p. 63-81

SIQUEIRA, M. **Tênis: Jogando melhor**. Rio de Janeiro. Objetiva Ltda. 1991.

SOUZA, S. P.; JUNIOR, J. M. O tênis nas escolas: Diagnóstico da necessidade e perspectivas para sua implantação. **VI EPCC**, Centro Universitário de Maringá, p. 6, 2009.

OS JOGOS OLÍMPICOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM RELATO DE PRÁTICA

Robinson Luiz Franco da Rocha

Secretaria Municipal de Educação de Limeira

Limeira – São Paulo

RESUMO: Esse relato de prática expõe como os Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro-2016 foi tematizado nas aulas de educação física junto a três turmas de 3º ano do ensino fundamental. Megaeventos esportivos como esse constituem um tema de estudo de grande relevância para a educação física escolar, ainda mais quando realizados em nosso próprio país. Ao longo do mês de agosto, concomitantemente à realização dos jogos olímpicos, foram desenvolvidas duas estratégias principais nas aulas: (1) *rodas de conversa* sobre as notícias veiculadas nos meios de comunicação, com *narrativas orais/gestuais* contadas pelos alunos e a realização de um jogo de adivinhação sobre as modalidades olímpicas; (2) *vivências práticas* de jogos que tivessem uma dinâmica de participação semelhante à de modalidades presentes nos jogos. No decorrer das aulas, as estratégias de ensino adotadas contribuíram para uma apropriação crítica da cultura corporal de movimento por meio da construção de novos significados e sentidos para as práticas corporais tematizadas, conforme ficou demonstrado pelas atitudes e comportamentos dos alunos nas aulas. Com esse trabalho, espera-se ter

podido contribuir para a formação integral dos alunos, bem como para a inovação do ensino da educação física nas escolas.

PALAVRAS-CHAVE: Jogos Olímpicos; Educação Física; Ensino Fundamental; Relato de Prática.

THE OLYMPIC GAMES IN THE LESSONS OF PHYSICAL EDUCATION: A PRACTICAL REPORT

ABSTRACT: This report of practice exposes how the Olympic Games of Rio de Janeiro-2016 was thematized in physical education classes together with three classes of 3rd year of elementary school. Sports events such as these constitute a study topic of great relevance to school physical education, especially when performed in our own country. Throughout the month of August, concomitantly to the Olympic Games, two main strategies were developed in the classes: (1) talk wheels about the news published in the media, with oral / gestures narratives told by the students and the accomplishment of a guessing game about the Olympic modalities; (2) practical experiences of games that had a dynamic of participation similar to the modalities present in the games. In the course of the classes, the teaching strategies adopted contributed to a critical appropriation

of the body culture of movement through the construction of new meanings for the thematic corporal practices, as demonstrated by the attitudes and behaviors of the students in the classes. With this work, it is hoped to have been able to contribute to the integral formation of students, as well as to the innovation of physical education teaching in schools.

KEYWORDS: Olympic Games; Physical Education; Elementary School; Practice Report.

1 | INTRODUÇÃO

Megaeventos esportivos como os Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro-2016 constituem um tema de estudo de grande relevância para a educação física. A discussão sobre os legados desses eventos aos países-sede, por exemplo, tem constituído uma literatura internacional consolidada que tanto investiga os legados tangíveis (infraestrutura do megaevento), quanto foca as estratégias de fomento adotadas pelos países para o aproveitamento máximo de sua realização (TOLEDO; GRIX; BEGA, 2015).

Toledo, Grix e Bega (2015) destacam como a leitura desses estudos permite a identificação de cinco tipos ou categorias de legados comumente relacionados à realização dos megaeventos: inspirar a população, principalmente jovens, à prática do esporte e da atividade física como forma de aprimoramento da saúde; lucro econômico ao país/cidade-sede com, entre outros aspectos, o incremento do turismo; a produção de um certo “fator de bem-estar” entre a população; regeneração urbana do país/cidade-sede; massiva exposição que gera o incremento do prestígio internacional, alterando positivamente a forma como o país/cidade-sede é visto pelo público estrangeiro.

Tendo em mente a referida discussão, no contexto mais específico da educação física escolar, é preciso considerar que o tratamento pedagógico dos megaeventos nas aulas impõe-se como ação fundamental para o ensino da disciplina. Ainda mais quando esse tipo de evento ocorre em nosso próprio país.

A exposição promovida pelos meios de comunicação de massa reforça a necessidade de problematização da temática em virtude da multiplicidade de discursos, vinculados a diferentes sentidos e significados, que chegam aos alunos (BETTI, 1998). Soma-se a isso, ainda, o fato de a realização dos jogos no Rio de Janeiro ter se dado num contexto bastante controverso em nosso país, no qual ora a maior parte da população mostrou-se favorável à realização das Olimpíadas no Brasil, ora demonstrou grande aversão ao mesmo (VAZ, 2016).

Por não se tratar “apenas” de um evento esportivo, mas sim de um grande acontecimento de ordem econômica, política, social e simbólica (RUBIO, 2016), buscou-se abordar o tema dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro-2016 a partir de diferentes estratégias didáticas, tendo como finalidade propiciar aos alunos a

apropriação crítica da cultura corporal de movimento (BETTI, 2013).

O relato de prática aqui compartilhado expõe como o tema dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro-2016 foi tratado nas aulas de educação física junto a três turmas de 3º ano do ensino fundamental. Esta intervenção, apresentada seguir, foi desenvolvida numa escola da rede municipal de ensino de Limeira/SP, em 12 aulas ao longo do mês de agosto de 2016, concomitantemente à realização dos jogos.

2 | TEMATIZANDO OS JOGOS OLÍMPICOS NA ESCOLA

O currículo de educação física da rede municipal de ensino de Limeira/SP tem como um de seus conteúdos gerais o eixo “Jogos, Brincadeiras e Esportes”. Para o 3º ano, no 3º bimestre, esse conteúdo propõe que os alunos vivenciem diferentes tipos de jogos de forma a reconhecê-los como parte da cultura corporal, associando tais jogos com a atualidade e o contexto em que vivem.

Com base nestas proposições, e de modo a aproximar esse conteúdo à temática dos jogos olímpicos, adotou-se como objetivos para as aulas do mês de agosto de 2016 que os alunos pudessem: entender e experienciar jogos que apresentassem semelhança em sua dinâmica de participação com algumas das modalidades olímpicas; conhecer mais sobre esse megaevento e algumas das modalidades nele realizadas de forma mais aprofundada, por meio da leitura e problematização coletiva das notícias divulgadas a respeito dos jogos do Rio de Janeiro/RJ.

A partir desses objetivos, foram desenvolvidas duas estratégias principais: (1) a vivência de diferentes jogos nas aulas que tivessem uma dinâmica de participação semelhante à de modalidades presentes nos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro-2016; e, (2) pesquisa e discussão sobre as notícias veiculadas nos meios de comunicação (TV, Internet, recortes de jornais, matérias de revistas, etc.) a respeito do evento e das modalidades olímpicas. Para essa segunda estratégia, utilizou-se também um jogo de cartas sobre os esportes olímpicos, composto por pequenos encartes contendo desenhos e diversas informações sobre diferentes modalidades. A rotina das aulas incluiu, então, dois momentos principais: as *rodas de conversa* (em todo início de aula e às vezes ao final das mesmas também); e a realização de *vivências práticas* de um ou mais jogos por aula.

Durante as *rodas de conversa*, desenvolvida tanto no início das aulas quanto ao seu final, alunos e professor tinham a oportunidade de discutir diversas informações de jornais ou revistas que eram trazidas por todos. Também houve espaço para a *narrativa oral/gestual* dos alunos acerca das modalidades esportivas e acontecimentos acompanhados por eles pela televisão. Além disso, nestes momentos, divididos em grupos, os alunos analisavam as imagens e informações contidas num jogo de cartas sobre as modalidades olímpicas. No formato de um jogo de perguntas e respostas, os alunos tentavam “descobrir” as modalidades que estavam com os colegas a partir

das dicas que estes iam dando, ao mesmo tempo que davam uma ou outra pista sobre a modalidade que tinham em mãos, de modo que os colegas pudessem vir a “adivinhar” qual era.

Para as vivências práticas foram realizados vários jogos pensados a partir das principais características de diferentes modalidades: “*Corrida 1 contra 1*”, “*Salto sobre o rio*”, “*Revezando o colete*” e “*Superando obstáculos*” (atletismo); “*Pega-pega congela o atacante*” (rugby sete); “*Futebol de mãos dadas*” (futebol); “*Pega-pega colete*” e “*Quem fica no círculo*” (judô); “*Morto/Vivo com movimentos Gímnicos*” (Ginástica); entre outros.

3 | ENTRE PRÁTICAS E RODAS DE CONVERSAS... QUE APRENDIZAGENS?

Mauro Betti (2013) conceitua a educação física escolar como sendo

“[...] uma disciplina que tem por finalidade propiciar aos alunos a apropriação crítica da cultura corporal de movimento, visando a formar o cidadão que possa usufruir, compartilhar, produzir, reproduzir e transformar as formas culturais do exercício da motricidade humana: jogo, esporte, ginásticas e práticas de aptidão física, dança e atividades rítmicas/expressivas, lutas/artes marciais e prática corporais alternativas”. (BETTI, 2013, p. 64)

Para além da mera prática de jogos, brincadeiras, danças, movimentos gímnicos, esportivos etc., o ensino da educação física na escola tem como intenção a de que os alunos venham a construir um conhecimento acerca das práticas da cultura corporal de movimento. Apreender a cultura corporal de movimento pela construção de novos significados e sentidos para as práticas corporais que a perfazem. A ideia trazida pelo autor, de uma “apropriação crítica”, que tem intrinsecamente a ideia de que para apropriar-se de algo é necessária uma ação ativa por parte dos alunos, conduz-nos a buscar construir uma prática pedagógica que possibilite a eles descobrirem “[...] *motivos e sentidos* nas práticas corporais, favorecer o desenvolvimento de *atitudes* positivas para com elas, levar à aprendizagem de *comportamentos* adequados à sua prática [...]” (BETTI; ZULIANI, 2002, p. 75, *grifo dos autores*), entre outros.

Uma aprendizagem, vale a pena destacar, que não deve ocorrer de forma dissociada de uma vivência concreta das práticas da cultura corporal de movimento (BETTI, 2013). Uma aprendizagem que deve, sempre, desenvolver-se impregnada de um *saber*, um *saber fazer* e um *saber ser*, como forma de a educação física não se transformar num discurso sobre a cultura corporal de movimento, mas constituir-se como uma ação pedagógica com ela (BETTI; ZULIANI, 2002).

E foi com esse entendimento que a tematização dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro-2016 foi desenvolvida nas aulas. Por meio das vivências práticas, rodas de conversa e outras intervenções pedagógicas realizadas, buscou-se ampliar os conhecimentos dos alunos sobre as práticas que compõem a cultura corporal de movimento. Talvez por se tratar de um evento que estava sendo realizado em nosso

próprio país, os alunos das três turmas de 3º ano sempre demonstraram um grande envolvimento nas aulas, tanto nos espaços das conversas em roda quanto nas práticas realizadas.

Nas *rodas de conversa*, opiniões favoráveis e contrárias à realização dos jogos eram dadas a partir das notícias trazidas nos recortes de jornal e impressos da internet. Os gastos com a realização dos jogos eram criticados e comparados com necessidades mais urgentes vivenciadas pelos próprios alunos em sua escola, bairro e cidade (educação, saúde e segurança). A comparação entre o que viam a respeito da estrutura construída e utilizada para a realização dos jogos e a realidade mais imediata da própria escola ou da comunidade em que viviam era frequentemente discutida nas aulas. Foram vários os alunos que trouxeram recortes de jornal com manchetes que destacavam os altos gastos com a realização dos jogos, em contraste com a falta de investimento em educação, segurança, saúde, moradia etc. Não que os alunos não estivessem “empolgados” com os Jogos Olímpicos, mas a empolgação que sentiam e expressavam nas vivências desenvolvidas nas aulas não deixava de vir acompanhada de algumas críticas à forma como ele foi realizado em nosso país.

Além das análises de notícias, também havia os momentos em que os alunos relatavam o que haviam acompanhado nos dias anteriores. Alguns optavam por apenas narrar uma ou outra modalidade que haviam assistido, muitas vezes pela primeira vez, ou o que haviam achado da mesma, entre outros pontos. Essas narrativas vinham, às vezes, com pedidos de esclarecimentos em relação a uma ou outra regra da referida modalidade, ou mesmo sobre uma situação ocorrida que lhes havia chamado a atenção. Já outros alunos realizavam o que poderíamos chamar de *narrativas orais/gestuais*. Desenvolvidas com bastante empolgação, ao contarem aos colegas o que haviam assistido, esses alunos “incorporavam” os gestos e expressões dos atletas, demonstravam a forma de correr, de rebater, de velejar, sacar no voleibol, chutar no taekwondo, fazer um movimento ginástico, entre outros tantos gestos. Esses momentos eram muito ricos pela enormidade de assuntos surgidos, além das relações que iam sendo tecidas com as vivências práticas desenvolvidas nas aulas.

Ainda nesses momentos das *rodas de conversa*, em algumas das aulas eram distribuídas algumas “cartinhas” com imagens de diferentes modalidades olímpicas, contendo também algumas informações sobre cada modalidade (forma de disputa, origem, curiosidade etc.). A proposta era para que cada um lesse sua carta e procurasse dar dicas sobre a modalidade que tinha em mãos ao colega que fazia dupla consigo. Com essas dicas, esse aluno deveria dizer a que modalidade o colega estava se referindo. Depois invertiam-se os papéis. Por duas ou três rodadas as duplas eram trocadas e a atividade continuava. Embora as informações contidas nos materiais fossem bem simples, eram frequentes relatos como: “Nossa professor, eu não sabia que existia esse esporte!”, “Eu não sabia isso sobre essa modalidade”, “Eu vou querer assistir esse!” etc. Seja ao dizerem as dicas ou na tarefa de “adivinharem”

a modalidade, os alunos iam aprendendo um pouco mais sobre as modalidades esportivas dos jogos olímpicos.

Acerca das vivências de jogos que partilhavam semelhanças com modalidades esportivas olímpicas, apesar das várias adaptações necessárias quanto aos materiais e o espaço das práticas, a intenção de aproximar os alunos daquilo que estavam acompanhando pela TV, internet etc. sobre os jogos do Rio de Janeiro com o vivido nas aulas se concretizou. Nas vivências práticas, as relações entre o jogo realizado e as modalidades olímpicas eram destacadas aos alunos pelo professor, mas também, em diversas oportunidades, pelos próprios alunos. Por diversas vezes surgiam comparações entre o vivenciado nas aulas e o assistido na tela da TV: “Como a gente vai praticar a natação professor?”; “Professor, eles usam um apoio nos pés para começar a correr! E nós?”; “As saltadoras (do salto em distância) podiam se jogar no ar porque caíam na areia. Nós temos de cair de pé para não machucar!”; “Os jogadores do *rugby* trombam bastante, mas a gente não vai não, né?”.

Durante as vivências também era visível o quanto os alunos eram inspirados pelo que assistiam na TV. Como exemplo, nas corridas de velocidade um contra um, a postura de largada era semelhante à realizada pelos atletas olímpicos nos blocos de saída. Ao final da “prova”, um(a) ou outro(a) aluno(a) ainda imitavam a comemoração de “raio” do Jamaicano velocista Usain Bolt. Em uma das variações da brincadeira “Pega-Pega colete”, quando um aluno enfrentava outro, no círculo central, de cada vez, a postura de início (em pé, braços estendidos com as mãos ao lado da perna) e o cumprimento entre si faziam referência ao assistido nas competições de judô. Na brincadeira de “Pega-pegas congela o atacante”, desenvolvida com alguns elementos constituintes do *rugby* (jogado com duas equipes, uma bola carregada com as mãos, com passes apenas realizados para trás, possibilidade de chute da bola para passá-la a frente etc.) e do pega-pegas (o jogador de posse da bola, o atacante, era parado apenas com o toque de um dos adversários, tendo, com isso, de ter de passar a bola a um companheiro posicionado atrás da linha da bola), era preciso reforçar em alguns momentos a orientação para que o contato corpo a corpo não fosse realizado em virtude da possibilidade de se machucarem.

Conforme já foi dito, no trato pedagógico dado ao tema dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro-2016 junto às turmas do 3º ano do ensino fundamental lançou-se mão de diferentes estratégias de ensino para que os alunos ampliassem seus conhecimentos e vivências sobre a cultura corporal de movimento. Apesar de diferentes, elas se mostraram complementares, contribuindo conjuntamente para o processo de ensino e aprendizagem. Sobre isso, Darido e Souza Júnior (2007) referem-se a *uma visão ampliada de conteúdo*, a qual faz-se necessária para a integração dos alunos na esfera da cultura corporal de movimento.

Nesse sentido, o papel da educação física ultrapassa o ensinar esporte, ginástica, dança, jogos, atividades rítmicas, expressivas, e o passar conhecimentos sobre o próprio corpo para todos, em seus fundamentos e técnicas (dimensão

procedimental), mas inclui também os seus valores subjacentes, ou seja, quais atitudes os alunos devem ter nas e para as atividades corporais (dimensão atitudinal). E, finalmente, busca garantir o direito do aluno de saber por que ele está realizando este ou aquele movimento, isto é, quais conceitos estão ligados àqueles procedimentos (dimensão conceitual). (DARIDO; SOUZA JÚNIOR, 2007, p. 17)

Essa visão ampliada de conteúdo, a qual é encontrada na proposta aqui delineada, acresce consideravelmente as possibilidades de ensino da educação física na escola. Tal entendimento encontra respaldo em Daolio (2006), para quem a educação física tem como objetivo, não a aptidão física dos alunos ou até mesmo a busca de um rendimento esportivo ótimo, mas sim um trato pedagógico que dê ênfase ao “[...] conhecimento a respeito da cultura de movimento, conhecimento que engloba os aspectos cognitivos, motores, afetivos e socioculturais” (DAOLIO, 2006, p. 89).

Um último ponto a ser comentado nesse tópico diz respeito à avaliação. Embora não tenha sido adotada uma avaliação pontual, uma atividade avaliativa formal, sobre aquilo que foi apreendido pelos alunos, os indícios de que foi alcançada uma efetiva aprendizagem sobre a temática tratada foram percebidos ao longo de todo o processo, como descrito no texto. É claro que questionamentos podem ser feitos à dinâmica com que as aulas foram conduzidas, especialmente com relação à avaliação da aprendizagem, mas isso não deve diminuir a relevância do que foi construído.

4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo das aulas, as estratégias adotadas no presente relato de prática mostraram-se, ao nosso ver, acertadas quanto ao objetivo de promover a apropriação crítica do tema dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro/RJ pelos alunos. Nas rodas de conversa, opiniões favoráveis e contrárias à realização dos jogos surgiam a partir das notícias trazidas para a aula. Os relatos das competições assistidas no dia anterior à aula eram acompanhados de demonstrações e um contagiante entusiasmo. Os encartes analisados contribuíram para a ampliação dos conhecimentos acerca das modalidades olímpicas. E, nas vivências práticas as relações entre os jogos realizados e as modalidades olímpicas eram destacadas por professor e alunos a partir do que ia sendo experimentado.

Ao socializarem, alunos e professor, o que iam aprendendo sobre os jogos nas rodas de conversa e ao relacionarem as vivências práticas das aulas com o que viam acontecer na TV, tanto o megaevento esportivo dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro quanto o correr, o pular e o jogar nas aulas de educação física puderam ganhar novos significados e sentidos.

Lembrando o que Betti e Zuliani (2002) trazem ao final de seu texto, finalizamos o presente relato reafirmando a ideia de que educação física, se quer continuar

contribuindo para a formação integral das crianças e jovens e a apropriação crítica da cultura corporal de movimento, precisa inovar pela experimentação de novos modelos, estratégias, metodologias, conteúdos etc. Com o que foi aqui apresentado, esperamos que tenhamos dado alguma contribuição nesse sentido.

REFERÊNCIAS

BETTI, M. **A janela de vidro**: esporte, televisão e educação física. Campinas: Papirus, 1998.

BETTI, M. **Educação física escolar**: ensino e pesquisa-ação. Ijuí: Ed. Unijuí, 2013.

BETTI, M.; ZULIANI, L. R. Educação física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, ano 1, n. 1, p. 73-81. 2002. Disponível em: <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/1363/1065>. Acesso em: 10 mai 2019.

DAOLIO, J. Educação Física escolar: em busca da pluralidade. In: DAOLIO, J. **Cultura**: educação física e futebol. 3ª Ed. rev. Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2006. p. 85-90.

DARIDO, S. C.; SOUZA JUNIOR, O. M. **Para ensinar educação física**: possibilidades de intervenção na escola. Campinas: Papirus, 2007.

RUBIO, K. A imagem do Brasil nos jogos olímpicos do Rio de Janeiro. **Revista Usp**, São Paulo, n. 110, p. 66-71, jul/ago/set, 2016.

TOLEDO, R. M.; GRIX, J.; BEGA, M. T. S. Megaeventos esportivos e seus legados: uma análise dos efeitos institucionais da eleição do Brasil como país-sede. **Revista Sociologia e Política**, Curitiba, v. 23, n. 56, p. 21-44, dez. 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-44782015000400021&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 10 mai 2019.

VAZ, A. F. Jogos olímpicos: pensar sobre o Brasil e o nosso tempo. **Cadernos de Formação RBCE**, p. 81-91, mar, 2016.

PRÁTICAS PSICOPEDAGÓGICAS: TIME-V: TREINO PARA INCLUSÃO, MOVIMENTO ESPORTE E VIDA

Mariana França Machado

Apae Vitória, Vitória - ES

Jéssica Fraga Dalgobbo

Apae Vitória, Vitória - ES

PSYCHOPEDAGOGIC PRACTICES: TIME-V:
TRAINING FOR INCLUSION, MOVEMENT
SPORTS AND LIFE

RESUMO: Este artigo apresenta o projeto TIME-V: TREINO PARA INCLUSÃO, MOVIMENTO, ESPORTE E VIDA realizado na Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais de Vitória - ES (APAE – VITÓRIA). O projeto foi conduzido por profissionais da área da educação física e da psicologia e utilizou de jogos pré desportivos e atividades recreativas como ferramenta de apoio para o desenvolvimento motor, e o desenvolvimento social de crianças e adolescentes com deficiência intelectual e/ou múltipla e/ou autismo, dos 6 aos 17 anos, bem como de suas famílias. A implantação desse projeto propiciou as possibilidades de inclusão social, de ruptura do preconceito, de melhor exercício da cidadania e participação social das pessoas com deficiência intelectual e suas famílias na comunidade. Acreditamos que ações como estas são os primeiros passos para uma formação pessoal com qualidade de vida para uma pessoa com deficiência.

PALAVRAS-CHAVE: Deficiência Intelectual; jogos; Inclusão social.

ABSTRACT: This article presents the TIME-V project: TRAINING FOR INCLUSION, MOVEMENT, SPORTS AND LIFE realized in the Association of Parents and Friends of Exceptional People of Vitória - ES (APAE - VITÓRIA). The project was conducted by professionals in the area of Physical Education and Psychology and used pre-sport games and recreational activities as a tool to support motor development and social development of children and adolescents with intellectual and / or multiple disabilities and / or autism, from 6 to 17 years old, as well as from their families. The implementation of this project provided opportunities for social inclusion, rupture of prejudice, better exercise of citizenship and social participation of people with intellectual disabilities and their families in the community. We believe that actions like these are the first steps towards personal training with quality of life for a person with a disability.

KEYWORDS: Intellectual Disability; games; Social inclusion.

1 | INTRODUÇÃO

O presente artigo é um recorte do projeto destinado ao Conselho Municipal dos direitos da criança e do adolescente de Vitória intitulado “TIME-V: TREINO PARA INCLUSÃO, MOVIMENTO, ESPORTE E VIDA”. Projeto esse, desenvolvido por profissionais da área da educação física e psicologia ocorrido na Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais de Vitória (APAE - VITÓRIA).

O Projeto TIME-V: TREINO PARA INCLUSÃO, MOVIMENTO, ESPORTE E VIDA utilizou como meio de intervenção jogos pré desportivos e atividades recreativas para apoiar o desenvolvimento motor e o desenvolvimento social em crianças e adolescentes com deficiência intelectual e/ou múltipla e/ou autismo dos 6 aos 17 anos.

Nosso intuito foi contribuir para a formação integral da criança e adolescente em seus aspectos físico e psicossocial, visando a inclusão e a melhoria da qualidade de vida do aluno e de seus familiares.

Para isso, durante todo o período do projeto foram planejadas atividades direcionadas e adaptadas a necessidade de cada um permitindo que cada sujeito fosse visto de forma única.

Esse planejamento sistematizado, proporcionou maior adequação no processo de ensino-aprendizagem, convivência e a integração social não somente dos alunos, mas também dos familiares que participaram ativamente das ações propostas.

Sobre as atividades sugeridas em aula ficou evidenciado que a grande participação e motivação dos alunos ocorreu uma vez que foi oportunizado a todos vivências recreativas e pré desportivas sem obrigatoriedade do alto desempenho e em consonância com as possibilidades individuais. Não discriminando participante em função do grau de comprometimento e/ou habilidade.

Com a proposta de promover a interação do nosso público com a comunidade de forma a facilitar sua inclusão social, propomos nesse projeto dois passeios, durante o período de 12 meses, a lugares públicos como clubes, parques, patrimônio cultural das cidades e/ou outros espaços, para que eles fossem vistos e reconhecidos pela sociedade.

Essa ideia é de suma importância para a sociedade uma vez que trouxe à comunidade envolvida um novo olhar sobre inclusão de crianças e adolescentes com deficiência, aprendendo a enxergá-las a partir de suas potencialidades e possibilidades e não de suas limitações.

Esperamos que essa visão seja replicada nos outros ambientes de convivência deste público.

2 | JUSTIFICATIVA

Nos últimos tempos as pessoas com deficiência vêm conquistando seu

espaço e garantindo direitos na sociedade. Entretanto, essa história nem sempre foi assim. Nos diferentes períodos históricos esse grupo encontrou diversas formas de tratamento pela sociedade, ora de extermínio ou abandono, ora de aceitação e respeito. As mudanças de comportamento se constituíram de acordo com as transformações sociais, as descobertas científicas e tecnológicas e as mudanças culturais e econômicas ocorridas na sociedade (CARVALHO; ORSO, 2014).

Com esse avanço, as pessoas com deficiência conquistaram os mesmos direitos constitucionais como qualquer outro cidadão, inclusive lhe foram assegurados um ambiente sadio e adaptado à suas necessidades inclusivas.

Em relação às crianças e adolescentes, as práticas esportivas e as brincadeiras são garantidas por lei, conforme consta no Estatuto da Criança e do Adolescente – Lei 8.069/1990, em seu Capítulo II, Art. 16 que prevê o direito à liberdade e os seguintes aspectos: da prática esportiva, do brincar e divertir-se, determinando o princípio da inclusão, não havendo qualquer tipo de discriminação.

Discorrendo sobre a demanda populacional significativa de crianças e adolescentes com deficiência propomos esse projeto pois são poucos os espaços esportivos acessíveis a esse público como também, são poucos os profissionais na área de educação física que se dedicam a atividade prática, orientação e pesquisa com esse segmento.

A nossa proposta não foi trabalhar o esporte como forma de treinamento para competição e sim trabalhar uma iniciação pré - desportiva, de forma lúdica e recreativa, para um melhor desenvolvimento das habilidades motoras, cognitivo e social das crianças/adolescentes.

Já a psicologia teve papel fundamental nas relações comportamentais e psicossocial dos alunos, além de acolher as famílias durante todo o projeto pois, acreditamos que os pais ou responsáveis pela pessoa com deficiência, por sua vez, também se tornam pessoas com *necessidades especiais*, eles precisam de orientação e principalmente do acesso a grupos de apoio. Na verdade, são eles que intermediarão a integração ou inclusão de seus filhos junto à comunidade.

Devemos ressaltar ainda, a relevância do projeto destacando o diagnóstico da realidade vivenciada pelos usuários, as quais transcendem as questões da deficiência. A maioria dos nossos alunos são provindos de família de baixa renda e a expressão social vivenciada por eles, como afirma Iamamoto (2011, p. 28) é vista como desigual e “[...] também de rebeldia, por envolver sujeitos que experienciam as desigualdades de formas múltiplas, incluindo a pressão social”.

Podemos salientar que são várias as expressões da Questão Social que interfere na qualidade de vida dos usuários, entre essas expressões “desigualdades indissociáveis da concentração de renda, de propriedade e do poder, que são o verso da violência, da pauperização e das formas de discriminação ou exclusão social” (IAMAMOTO, 2011, p. 59).

Dessa forma, verificamos que a realidade vivenciada por nossos usuários e

suas famílias, caracterizam-se por demonstrar dificuldades nos âmbitos cognitivos, socioeducacionais e emocionais, as quais afetam negativamente a maneira pela qual os valores, comportamentos e conhecimentos são alcançados ou alterados, como produto de formação e experiências desses sujeitos, colocando-os em situações de vulnerabilidade e risco.

Outro fenômeno importante a ser considerado é a expressiva participação de mulheres nos grupos de apoio. As famílias das pessoas com deficiência são famílias que por vezes, designam como função do cuidar a figura feminina. Muitas delas abdicam do seu trabalho e das relações sociais para viver restritamente para os filhos com deficiência.

Por meio do acolhimento realizado nos grupos proporcionamos um momento o qual as mulheres tiveram a oportunidade de se expressar, de olhar para si mesmas buscando identificar redes de apoio e suportes a partir de suas necessidades específicas, estratégias para fortalecer a saúde mental e bem estar. Os grupos funcionaram como molas propulsoras que incentivaram essas mulheres a realizarem seus desejos pessoais.

Contudo, a implantação desse projeto propiciou as possibilidades de inclusão social, de ruptura do preconceito, de melhor exercício da cidadania e participação social das pessoas com deficiência intelectual e suas famílias, uma vez que a metodologia preconiza o desenvolvimento das atividades também em espaços potenciais da comunidade e a realização de eventos em contato com outros públicos e com as famílias.

Acreditamos que o desenvolvimento dessas atividades são o primeiro passo para uma formação pessoal com qualidade de vida para uma pessoa com deficiência.

As atividades pré-desportivas trabalhadas de forma lúdica e sem a obrigatoriedade do alto desempenho contribuíram muito bem para o desenvolvimento das habilidades motoras. Somado a isso, o trabalho desenvolvido pela psicologia visou a promoção da autoestima, da educação, da autonomia, do bem-estar e, principalmente, inclusão social das crianças e adolescentes participantes e seus familiares.

Segundo Cruz & Barreto (2005), trabalhar com pessoas *com deficiência* intelectual, pode parecer deprimente para alguns e despertar sentimentos de pena em outros. No entanto, quando se sonha com um mundo melhor para estas pessoas, o que permite o trabalho não são sentimentos de depressão ou pena, mas sim a certeza de que é possível construir algo melhor e mais digno para elas.

3 | METODOLOGIA

O Projeto TIME-V: TREINO PARA INCLUSÃO, MOVIMENTO, ESPORTE E VIDA teve como finalidade o atendimento de crianças e adolescentes com deficiência intelectual e/ou múltipla e/ou autismo através do oferecimento da prática de atividades pré-esportivas e recreativas concomitante com o acompanhamento da psicologia.

A proposta foi conduzida por profissionais da educação física e da psicologia e apresentava como objetivo melhorar as capacidades e habilidades motoras das crianças e adolescentes, além de contribuindo para a formação social dos participantes, acrescentando valores e respeito a diversidade, e proporcionando condições psicoafetivas e neurofuncionais adequadas.

Foram beneficiados diretamente com o projeto 50 crianças e adolescentes com deficiência, de 06 a 17 anos, bem como suas famílias que receberam o acompanhamento da psicologia durante todo período de realização do programa.

Com a proposta de uma atuação interdisciplinar foi necessário realizar um planejamento conjunto, psicóloga e professora de educação física, traçando objetivos e estratégias de ação singulares para cada grupo de aluno, considerando a importância das atividades lúdicas nesse processo.

Nesse trabalho conjunto, a psicóloga acompanhou a profissional da educação física nas atividades de desenvolvimento de habilidades motoras básicas, auxiliando-a a desenvolver concomitantemente as habilidades sociais, cognitivas e psicológicas.

Acolheu também as demandas da professora naquilo que foi observado das atitudes dos alunos frente os desafios da atividade em si e na relação interpessoal, tanto com os colegas como com os familiares.

O projeto aconteceu em parceria com a família, uma vez que foi trabalhado junto a elas temas relacionados às habilidades motoras e de interação social em desenvolvimento, acompanhamento e feedback individual, além de orientações sobre relacionamentos interpessoais e desenvolvimento infantil, favorecendo os sentimentos de afiliação e pertencimento.

Estas temáticas foram abordadas junto aos familiares em grupo, com 9 reuniões previstas durante a execução do projeto, entretanto, com a disponibilidade do profissional da psicologia para demandas espontâneas dos familiares e das crianças ou adolescentes que surgiram durante todo o período de execução.

Sua proposta previu grupos menores, até 10 crianças ou adolescentes com duração de 1 (uma) hora e frequência de 2x por semana, visando alcançar adaptações adequadas aos sujeitos participantes.

Também foram propostas mediações nas relações sociais (nos casos necessários), como forma de facilitar a promoção de vínculos afetivos e noção de grupo e pertencimento.

Foram realizadas duas ações externas (uma no teatro e outra no parque municipal), visando sua interação com a comunidade de forma a facilitar sua inclusão social.

As avaliações dos participantes foram efetuadas em caráter participativo, sendo elaborados registros periódicos e instrumentais apropriados, com a finalidade de subsidiar os serviços de orientação, processo de avaliação e eventuais modificações no planejamento das atividades do projeto.

Na área pré desportiva foram aplicados aos participantes dois testes de

desempenho motor, conhecidos como KTK e THT. Os testes foram efetuados (dentro do período de 12 meses) três vezes: início, meio e fim do projeto. Concomitante à avaliação física, foram realizadas avaliações das habilidades sociais através do questionário de rastreio *Vineland*, sendo este adaptado para a nossa realidade. Assim, foram utilizados para avaliar apenas os subdomínios relacionados a Autonomia, Socialização e Regras sociais.

Foram também aplicadas entrevistas semi-estruturadas com familiares dos participantes na mesma frequência da avaliação física, de forma a complementar a percepção sobre as aquisições e potencialidades do sujeito no âmbito psicossocial, no que tange ao desenvolvimento e potencialização da formação de vínculos de amizade (pertencimento de grupo), características de interação, habilidade sociais, relacionamento interpessoais e participação social.

4 | RESULTADOS

Por meio dos testes aplicados, dos relatos dos familiares e das vivências ocorridas em grupo podemos perceber e comprovar uma melhora das capacidades e habilidades motoras, bem como um progresso no convívio e na interação social das crianças/adolescentes participantes do projeto.

O desenvolvimento das atividades pré desportivas de uma forma lúdica fez com que as crianças se coloquem como protagonistas do gesto, proporcionando a elas o significado de suas ações. A atividade esportiva favorece uma atitude ativa da criança/adolescente no processo da iniciação esportiva, desenvolvendo a sua autonomia, criatividade e espontaneidade, além de proporcionar o conhecimento e apropriação do próprio corpo, das suas capacidades, da sua necessidade de cuidado.

De acordo com Sadi (2008), ao verbalizar as variadas ocorrências no jogo, as crianças realizam o pensamento estratégico, que envolvem situações de múltiplas escolhas, interação social, e interpretação da realidade.

Somado a isso, as intervenções feita pela profissional da psicologia, no momento das atividades, foram de extrema importância para uma adequação de comportamentos considerados inadequados e que se mostravam bastante frequentes como: agressividade física e verbal, desrespeito, desonestidade, não cumprimento das regras e falta de empatia, comportamentos que em nada se relacionavam com as características da deficiência intelectual.

O ambiente no qual a criança está inserida exerce influência no seu desenvolvimento. A teoria ecológica desenvolvida por Bronfrenbrenner (1996) demonstra que não só o ambiente familiar é um contexto de desenvolvimento, mas também as instituições infantis. Com base nessa teoria, o profissional da psicologia, utilizou-se dos jogos pré desportivos, ocorrido nas aulas de educação física, para intervir nas vivências do dia a dia, permitindo que os alunos se expressassem de uma maneira mais adequada ao se depararem com situações da realidade.

Nesta perspectiva, considera-se que a atividade física e o esporte sejam relevantes neste processo de desenvolvimento, visto que ocorrem nos microssistemas da criança, tais como a escola, clubes, projetos sociais, escolas de esporte (GABARRA; RÚBIO; ANGELO, 2009, on-line).

Segundo Baliulevicius e Macário (2006, p.54) o jogo, faz parte de uma [...] necessidade básica da personalidade, e é caracterizado como uma atividade espontânea, funcional e satisfatória.

Essas atividades proporcionaram o aprimoramento das habilidades motoras básicas que são essenciais ao aprendizado e ao desenvolvimento integral das crianças e adolescentes com deficiência intelectual e/ou múltipla e/ou autismo.

Ficou evidente após a realização dos testes e questionários que os alunos entenderam e motivaram-se a desenvolver todas as atividades propostas. A ludicidade e a cooperação foram intensamente trabalhadas e enfatizadas. Todos se esforçaram para melhorar seus desempenhos e vivenciaram as atividades com entusiasmo e dedicação.

Houve melhora também no aspecto disciplinar desses alunos, após várias intervenções observou-se adequações nos aspectos comportamentais de grande parte dos alunos.

5 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Verificou-se ao final desse projeto que os alunos se sentiram motivados a participar visto que tiveram a oportunidade de conhecer o universo das práticas pré-desportivas e recreativas sem a cobrança do alto desempenho. Também se sentiram confortáveis nas aulas pois as atividades foram pensadas e planejadas de acordo com as necessidades de cada grupo, fato que propiciou diversos avanços seja ele motor ou psicossocial.

Desse modo é importante mostrar a devida importância e reforçar a estimulação da prática de atividades que propiciem a ludicidade e o jogo pré-desportivo para o desenrolar da vida infantil das pessoas com deficiência intelectual e/ou múltipla e/ou autismo.

O trabalho interdisciplinar da educação física e da psicologia foi de extrema importância para que essas relações de aprendizado, desenvolvimento e inclusão acontecesse.

Entretanto sabemos que esse projeto foi apenas uma pequena contribuição e esperamos que mais atividades nesse sentido aconteça para um melhor desenvolvimento das nossas crianças e adolescentes com deficiência.

REFERÊNCIAS

- BALIULEVICIUS, N. L. P.; MACÁRIO, N. M. **Jogos cooperativos e valores humanos: perspectiva de transformação pelo lúdico.** *Fitness & Performance Journal*, v. 5, n.1. p.54.2006.
- BRASIL. [Estatuto da criança e do adolescente (1990)]. **Estatuto da criança e do adolescente : lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990**, e legislação correlata [recurso eletrônico]. – 9. ed. – Brasília : Câmara dos Deputados, Edições Câmara, 2010. 207 p. – (Série legislação ; n. 83).
- BRONFRENBRENNER, U. **A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados.** 4. ed. Porto Alegre: Artes Médicas.1996.
- CARVALHO, A. R.; ORSO, J. P. **As pessoas com deficiência e a lógica da organização do trabalho na sociedade capitalista.** In: CARVALHO et al. (Org.). **A pessoa com deficiência na sociedade contemporânea: Problematizando o debate.** Cascavel: EDUNIOESTE. 2º ed. p.107-126. 2014.
- CRUZ, L.R; BARRETO, S.J. **A importância do lazer na inclusão de pessoas portadoras de deficiência mental na sociedade.** In: **Monografia apresentada ao curso de especialização em psicopedagogia.** Instituto Catarinense de Pós Graduação. 2005. Disponível em: <<http://docplayer.com.br/16612142-A-importancia-do-lazer-na-inclusao-da-pessoa-portadora-de-deficiencia-mental-na-sociedade.html>>. Acesso em: 16 maio. 2019.
- GABARRA, L. M.; RÚBIO, K.; ANGELO, L. F. **A Psicologia do Esporte na Iniciação Esportiva Infantil.** **PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y FORMACIÓN DE TRIUNFADORES.** México. n18. nov. 2009.
- IAMAMOTO, M. V. **Serviço Social em tempo de capital fetiche: capital financeiro, trabalho e questão social.** 5 ed. São Paulo: Cortez. 2011.
- SADI, R. S. **Compreensão, criatividade e competitividade em jogos esportivos coletivos.** **Revista Eletrônica da Escola de Educação Física e Desportos**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 2.p.125-143, jul./dez. 2008.

OS EFEITOS DE UM PROGRAMA DE EXERGAMES NO FUNCIONAMENTO EXECUTIVO E NO DESEMPENHO ACADÊMICO DE ESCOLARES NUMA PERSPECTIVA NEUROPSICOPEDAGÓGICA

Fabício Bruno Cardoso

LIEENP - Faculdade CENSUPEG
São Fidélis, RJ

Aline Cabreira Pinheiro

LIEENP - Faculdade CENSUPEG
São Fidélis, RJ

Saulo Souza

LIEENP - Faculdade CENSUPEG
São Fidélis, RJ

Danilo Cunha

LIEENP - Faculdade CENSUPEG
São Fidélis, RJ

Pablo Gandra

LIEENP - Faculdade CENSUPEG
São Fidélis, RJ

Austrogildo Hardmam Junior

PPG em ENSINO – UNIC
Cuiabá- MT

Cleonice Terezinha Fernandes

PPG em ENSINO – UNIC
Cuiabá- MT

Alfred Sholl Franco

CEC-NUDECEN – IBCCF/UFRJ
Rio de Janeiro - RJ

executivo e desempenho acadêmico de escolares. Participaram deste estudo 88 crianças com idade entre 8 e 9 anos, de ambos os sexos, da cidade de São Fidélis/RJ. Os participantes foram divididos em quatro grupos (A1 – 25 crianças que não apresentem dificuldades de aprendizagem e que realizaram o EXG ; A2 – 25 crianças sem dificuldades de aprendizagem que não realizaram o EXG; B1 - 19 crianças que apresentem dificuldades de aprendizagem e que realizaram o EXG; B2 – 19 crianças com dificuldades de aprendizagem e que não realizaram o EXG), sendo o EXG a prática do jogo TETRIS, em 30 sessões semanais, de 10 minutos cada. Utilizamos para avaliação os seguintes protocolos: a) teste de processamento mental de dupla escolha (DMCPT); b) teste de nomeação automatizada de Denckla. c) avaliação do rendimento escolar nas disciplinas de Português e Matemática. Nossos resultados mostram que após a intervenção as crianças do grupo A1 tiveram uma redução no Tempo de Reação Motora de 18% ($p < 0,01$) e as crianças do grupo B1 obtiveram uma redução 40% ($p < 0,01$). Em relação ao teste de DENCKLA a redução foi de 14,29% ($p < 0,05$) para as crianças do grupo A1 e de 23% ($p < 0,01$) para as crianças do grupo B1. Em relação ao desempenho acadêmico de português e matemática ambos grupos obtiveram um aumento superior a 15% em seus

RESUMO: O objetivo do presente estudo foi de avaliar os efeitos de um programa neuropsicopedagógico motor através da prática de exergames (EXG) no funcionamento

desempenhos.

PALAVRAS-CHAVE: Crianças; Funcionamento Executivo, Desempenho Acadêmico; Neuropsicopedagogia.

THE EFFECTS OF A EXERGAMES PROGRAM IN EXECUTIVE FUNCTIONING AND SCHOOL OF ACADEMIC PERFORMANCE IN NEUROPSYCHOPEDAGOGICAL PERSPECTIVE

ABSTRACT: The objective of the study was to evaluate the effects of a neuropsychopedagogical and motor program through the practice of exergames (EXG) in the executive functioning and academic performance of schoolchildren. The study included 88 children aged 8 to 9 years old, of both sexes, from the city of São Fidélis / RJ. The participants were divided into four groups (A1 - 25 children who did not present learning difficulties and who carried out the EXG; A2 - 25 children without learning difficulties who did not perform the EXG; the EXG, B2 - 19 children with learning difficulties and who did not perform the EXG), the EXG being the practice of the TETRIS game, in 30 weekly sessions of 10 minutes each. We used the following protocols for evaluation: a) double-choice mental processing test (DMCPT); b) Denckla automated naming test. c) evaluation of school performance in Portuguese and Mathematics subjects. Our results show that after the intervention the children in the A1 group had a reduction in the Motor Reaction Time of 18% ($p < 0.01$) and the children in the B1 group had a 40% reduction ($p < 0.01$). In relation to the DENCKLA test, the reduction was 14.29% ($p < 0.05$) for the children in the A1 group and 23% ($p < 0.01$) for the children in the B1 group. In relation to the academic performance of Portuguese and mathematics both groups obtained an increase of more than 15% in their performances.

KEYWORDS: Children; Executive Performance; Academic Performance; Neuropsychopedagogy

1 | INTRODUÇÃO

Diversos pesquisadores destacam, atualmente, ser de vital importância pensarmos o movimento como uma tarefa fundamental para a adaptação física, mental e emocional de um indivíduo ao meio e à sua própria evolução, proporcionando às crianças oportunidades de aprendizagens através do domínio de seu corpo, relevante para o desenvolvimento infantil (GALLAHUE, OZMUN, GOODWAY, 2013)

A relação entre desenvolvimento motor e o desempenho acadêmico tem-se tornado cada vez mais evidente, pois à medida que a criança começa a perceber melhor o mundo ao seu redor, suas habilidades motoras afloram. O movimento coordenado dos olhos e das mãos, depois dos olhos e dos pés, é a base para as atividades do dia a dia da criança, seja na hora de vestir-se, comer ou brincar e inclusive para a aquisição da leitura e da escrita. (MUKHERJEE, JAMIE e FONG,

2017; TALLET, ALBARET e RIVIÈRE, 2015; DUNN, 2010; DIAMOND, 2011)

Há, portanto, uma possível relação entre o desenvolvimento motor e a aprendizagem escolar, sendo que esta relação se apresenta mais acentuada nos primeiros anos do ensino fundamental, onde a criança está sendo alfabetizada e que coincide com o período em que costumam aparecer os primeiros sinais das dificuldades de aprendizagem (FERNANDES, et al, 2015)

Estudos sugerem prontamente que crianças com dificuldades de aprendizagem apresentam movimentos significativamente menos precisos em sala de aula do que aquelas sem dificuldades de aprendizagem em tarefas que exigem coordenação óculo-manual e integração visuo-motora durante o processo de alfabetização (BIDZAN-BLUMA, LIPOWSKA, 2018; HILLMAN, SCHOTT, 2015)

No Brasil estima-se que 50% das crianças que apresentam dificuldades de aprendizagem nas séries iniciais do Ensino Fundamental possuem atrasos na aquisição do desenvolvimento motor, o que faz com que estas crianças apresentem maior lentidão e menor atenção quando da realização de tarefas específicas, assim como uma perda progressiva de atenção sustentada e prontidão de resposta, prejudicando assim seu desempenho acadêmico. Neste sentido diversos estudos vêm mostrando a importância da prática de exercícios físicos de maneira contextualizada para a melhora na capacidade de concentração e de processamento das informações de maneira mais organizada (BELTRAME et al, 2017).

O ponto preocupante disso é que, na maioria das vezes, os meios e os recursos utilizados para este fim vão à contra mão do que o aprendiz necessita de verdade para contemplar um aprendizado significativo. Nesse sentido é fundamental o desenvolvimento de ações que levem em consideração aspectos relacionados ao cérebro, funcionamento da mente e das teorias de Educação, e que sejam aplicáveis em sala de aula (coletivos), que ajudem o professor tanto na tarefa de rastreamento de escolares de risco, como, conseqüentemente, na intervenção precoce, independentemente de diagnóstico definitivo, em uma atitude conhecida como intervenção neuropsicopedagógicas (THOMAS e KNOWLAND, 2009; SALES, SHOLL-FRANCO, CARDOSO, 2018).

A partir do comentado este estudo teve por objetivo avaliar os efeitos de um programa neuropsicopedagógico motor através da prática de exergames (EXG) no funcionamento executivo e desempenho acadêmico de escolares

2 | METODOLOGIA

Ética na Pesquisa

Os protocolos utilizados foram aprovados pelo comitê de ética da UFRJ (parecer

no. 517.483). As crianças que integraram esta pesquisa participaram de uma reunião, com a presença dos respectivos responsáveis, para tomarem ciência de todos os procedimentos da mesma, levando-se em consideração princípios bioéticos. Após os esclarecimentos e livres para optarem pela participação ou não na pesquisa, de forma voluntária, cada responsável assinou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Todas as crianças participantes deste estudo (experimentais e controles, com ou sem dificuldades de aprendizagem, tiveram acesso às atividades propostas e, de forma alguma foram privadas das atividades pertinentes ao estudo, conforme recomendação do comitê de ética, podendo, inclusive, cancelar suas participações em qualquer momento.

Universo do Estudo

O universo do presente estudo foi composto por 88 crianças com idade entre 8 e 9 anos, de ambos os sexos, da cidade de São Fidélis/RJ, que foram divididos em quatro grupos (A1 – 25 crianças que não apresentem dificuldades de aprendizagem e que realizaram o EXG ; A2 – 25 crianças sem dificuldades de aprendizagem que não realizaram o EXG; B1 - 19 crianças que apresentem dificuldades de aprendizagem e que realizaram o EXG; B2 – 19 crianças com dificuldades de aprendizagem e que não realizaram o EXG)

Foram considerados como critério inclusão para sem queixa de acuidade visual ou auditiva, sem histórico de alteração de linguagem ou fala, sem uso de medicamentos neuropsiquiátricos, sem queixa de alteração de comportamento. Foram excluídos os sujeitos que não se adequaram aos critérios de inclusão. Os escolares foram selecionados com base no bom desempenho acadêmico em leitura, escrita e matemática e sem queixa de aprendizagem ou de deficiência visual e auditiva, com alterações comportamentais ou em uso de medicamentos neuropsiquiátricos. Tais aspectos foram verificados pelos professores em sala de aula e também por meio da ficha de saúde e prontuário escolar dos alunos .

Procedimentos de Avaliação

Para consecução do referido objetivo inicialmente as crianças foram submetidas ao Teste de processamento mental de dupla escolha (DMCPT) que consiste em avaliar o tempo que decorre da apresentação de um estímulo não-antecipado ao início da resposta, através das seguintes características: são apresentados três quadrados na tela. Um dos quadrados estará posicionado no centro superior da tela para acender como luz de alerta, avisando que uma luz verde irá aparecer após um (1) segundo. Para cada participante foram realizadas 100 tentativas.

O Teste de Nomeação Automatizada Rápida de Denckla (Rapid Automated

Naming – RAN) O Teste de Nomeação Automática Rápida (RAN) mede continuamente o desempenho na velocidade de nomeação sequencial de estímulos comuns, ou seja, a velocidade com que a criança verbaliza sequencialmente uma lista contendo símbolos básicos. O referido teste é composto dos subtestes de nomeação de cores, dígitos, letras e objetos.

No presente estudo apenas foi O subteste de cores que é composto pelas cores: verde, vermelho, amarelo, preto, azul e amarelo, onde o avaliado deverá nomear as cores o mais rápido possível. A prova só foi aplicada após a orientação e verificação de que a criança conhecia todas as cores que seriam aplicadas.

A aplicação de ambos os protocolos foi feita na mesma escola na qual os estudantes frequentam em um horário oposto do período de aula com duração de a 10 minutos com cada

Os instrumentos utilizados foram, ficha de identificação e triagem das crianças e protocolo de aplicação da prova de velocidade de recodificação fonológica. A prova só foi aplicada após a orientação e verificação de que a criança conhecia todos os símbolos que seriam aplicados.

Para a identificação do desempenho escolar das crianças, utilizou-se de uma avaliação elaborada pelo próprio professor das respectivas crianças, conforme os critérios a seguir explicitados: utilizou-se como indicador de desempenho escolar o parâmetro chamado Ensino por Atividade.

O referido critério da não utiliza notas numéricas e sim os conceitos: Não Construído (NC) se referindo a crianças com desempenho escolar insatisfatório e Em Construção (EC) se referindo a crianças com desempenho escolar satisfatório, sendo ao final do ano letivo realizado o fechamento com o conceito de EC para os alunos que não alcançaram total desenvolvimento e DC para os alunos que se desenvolveram e desempenharam de forma proficiente as atividades escolares.

Procedimentos de Intervenção

Programa neuropsicopedagógico motor através da prática de exergames (EXG) foi desenvolvido através da prática do jogo TETRIS, realizado com os pés através da interface MANKEY-MANKEY, em duas sessões semanais, com duração de 10 minutos cada (total de 30 sessões), em um ambiente claro e devidamente iluminado,

O início das práticas aconteceu sempre no nível de dificuldade ‘iniciante’ (*beginner*). Portanto, todas as atividades se iniciam no nível mais fácil e a progressão acontece dependendo do desempenho do indivíduo.

3 | RESULTADOS

Ao observar a tabela 01 pode-se perceber que as crianças do grupo A1, apresentaram inicialmente uma variação dos seus resultados entre 0,741 e 0,982

segundos, com um desempenho médio igual a 0,860 segundos. Quando avaliados após o programa neuropsicopedagógico motor, desenvolvido nesse estudo, nota-se que houve uma redução de 18% ($p < 0,05$) no tempo de reação motora dessas crianças, pois a média apresentado foi de 0,702 segundos com uma variação de resultados entre 0,598 e 0,803 segundos. Já as crianças do grupo A2, ou seja, as crianças que realizaram as duas avaliações no mesmo espaço de tempo que as crianças do grupo A1, apresentaram inicialmente uma variação de resultados entre 0,754 e 1,118 segundos, com um desempenho médio igual a 0,843 segundos. Quando avaliados pela segunda vez pode-se perceber que o desempenho médio foi igual a 0,903 segundos e a variação de resultados foi igual a 0,763 e 1,106 segundos.

Pode-se notar então uma superioridade do grupo A1 em relação ao grupo A2, superioridade está que através da análise de variância mostrou-se significativa, pois para um $F = 27,19$ revelou um $p < 0,01$.

CATEGORIAS	A1-1ª AV	A1 2ª AV	A2 – 1ª AV	A2 – 2ª AV
Mínimo	0.741	0.598	0.754	0.763
Máximo	0.982	0.803	1.118	1.106
Média	0.860	0.702*	0.843	0.903
Desvio padrão	0.071	0.069	0.091	0.122

Tabela 01: Resultados descritivos das crianças sem dificuldades de aprendizagem no DMCPT

Av- Avaliação; A1 – n= 25 ; A2 – n=25; * $p < 0,05$ para comparação entre AV2 x AV1.

Em relação as crianças com dificuldades de aprendizagem, pode-se perceber que as crianças que foram submetidas a intervenção desenvolvida nesse estudo (B1) apresentaram inicialmente uma variação de resultados entre 1,283 e 2,117 segundos, com um desempenho médio igual a 1,833 segundos. Ao serem avaliados após o período da intervenção neuropsicopedagógica motora o tempo de reação motora dessas crianças apresentou uma redução significativa ($p < 0,01$) de 40%, visto que o desempenho médio foi de 1,096 segundos com uma variação entre 0,744 e 1,387 segundos. Já as crianças do grupo B2, ou seja, que apenas realizaram os testes no mesmo espaço de tempo das crianças do grupo B1, apresentaram inicialmente uma variação de resultados entre 1,483 e 2,108 segundos com um desempenho médio igual de 1,808 segundos. Já na segunda avaliação a variação de resultados foi de 1,603 e 2,189 segundos com desempenho médio igual 1,876 segundos.

Ao estabelecer uma comparação intergrupos através da análise de variância verificou-se uma superioridade do grupo B1 em relação ao grupo B2, pois para um $F = 29,48$ foi revelado um $p < 0,01$, o que mostra que muito provavelmente a intervenção neuropsicopedagógica influenciou de forma positiva o desenvolvimento perceptivo-motor das crianças com dificuldades de aprendizagem e conseqüentemente contribuiu para a melhora dessas crianças para o planejamento de uma resposta motora.

CATEGORIAS	B1-1ª AV	B1 2ª AV	B2 – 1ª AV	B2 – 2ª AV
Mínimo	1.283	0.7440	1.483	1.603
Máximo	2.117	1.387	2.108	2.189
Média	1.833	1.096**	1.808	1.876
Desvio padrão	0.2706	0.1830	0.2153	0.1685

Tabela 02: Resultados descritivos das crianças com dificuldades de aprendizagem no DMCPT
Av- Avaliação; B1 – n= 19 ; B2 – n=19; **p<0,01 para comparação entre AV2 x AV1.

Quando avaliados em relação a capacidade de nomeação automatizada de cores as crianças sem dificuldades de aprendizagem que participaram da intervenção neuropsicopedagógica motora desenvolvida nesse estudo (A1), inicialmente apresentaram uma variação de resultados entre 26,21 e 31,52 segundos, com um desempenho médio igual a 28,96 segundos. Já após o período de intervenção é possível perceber uma redução de 14,29% ($p < 0,05$) no tempo de nomeação desses indivíduos, ou seja, o desempenho médio foi igual a 24,65 segundo com uma variação de resultados entre 22,98 e 26,15 segundos. Ao observar os resultados das crianças do grupo A2 pode-se perceber que inicialmente a variação de resultados foi entre 24,54 e 31,21 segundos, com um desempenho médio igual 27,87 segundos, e que na segunda avaliação esse desempenho médio foi de 27,71 segundos, com uma variação de resultados entre 25,96 e 29,88 segundos.

Ainda ao observar a tabela 03 é possível notar que existe uma superioridade de das crianças pertencentes ao grupo A1 em relação as crianças do grupo A2, de 3,06 segundos, diferença esta que através de uma análise variância para um $F = 31,46$ revelou-se um $p < 0,05$.

CATEGORIAS	A1-1ª AV	A1 2ª AV	A2 – 1ª AV	A2 – 2ª AV
Mínimo	26.21	22.98	24.54	25.96
Máximo	31.52	26.15	31.21	29.88
Média	28.96	24.65*	27.87	27.71
Desvio padrão	1.734	1.078	2.411	1.517

Tabela 03: Resultados descritivos das crianças sem dificuldades de aprendizagem no DENCKLA

Av- Avaliação; A1 – n= 25 ; A2 – n=25; *p<0,05 para comparação entre AV2 x AV1.

Quando avaliado o desempenho das crianças com dificuldades de aprendizagem em relação a capacidade de nomeação automatizada, nota-se que as crianças do grupo B1 inicialmente apresentaram uma variação de resultados entre 30,11 e 59,16 segundos, com um desempenho médio igual a 42,83 segundos. Porém quando avaliados num segundo momento (AV2), ou seja, após a o período de intervenções é possível observar uma redução de 23% ($p < 0,01$) em relação a AV1. Já as crianças do grupo B2 apresentaram na primeira avaliação uma variação

de resultados entre 29,09 e 57,12 segundos e um desempenho médio igual a 43,16 segundos, desempenho médio este que na segunda avaliação foi igual a 42,37 segundos, com uma variação de resultados entre 33,04 e 55,91 segundos.

A partir de uma breve análise dos resultados é possível notar que as crianças do grupo B1 conseguiram obter uma diferença de a 9,68 segundos a menos na realização da tarefa em relação as crianças do grupo B2. Diferença esta que se mostrou significativa através da análise de variância pois para um $F= 39,76$ revelou um $p<0,01$.

CATEGORIAS	B1-1ª AV	B1 2ª AV	B2 – 1ª AV	B2 – 2ª AV
Mínimo	30.11	26.77	29.09	33.04
Máximo	59.16	41.12	57.12	55.91
Média	42.83	32.69**	43.16	42.37
Desvio padrão	8.435	4.597	9.227	7.764

Tabela 04: Resultados descritivos das crianças com dificuldades de aprendizagem no DMCPT

Av- Avaliação; B1 – n= 19 ; B2 – n=19; * $p<0,01$ para comparação entre AV2 x AV1.

Quando avaliados em relação ao desempenho acadêmico é possível perceber que em relação a disciplina de Português (tabela 05) que na primeira avaliação as 36% das crianças do grupo A1 apresentaram não construção dos conteúdos e que 28% das crianças do grupo A2 apresentaram uma não construção dos conteúdos. Já quando avaliados num segundo momento é possível perceber que houve uma diminuição significativa ($p<0,05$) de em 16% ($n= 4$) das crianças com desempenho de não construção dos conteúdos (NC), o que já não ocorreu no com as crianças do grupo A2 pois a redução de crianças com NC ficou restrita apenas a 1(uma) criança.

Em relação ao desempenho acadêmico na disciplina de matemática (tabela 06) pode-se perceber que na primeira avaliação 32% das crianças apresentaram um desempenho insatisfatório, ou seja, os conteúdos ainda não estavam construídos (NC) e após o período de intervenção é possível perceber que houve uma redução significativa ($p<0,01$) de 24% em relação ao número de crianças com desempenho NC. Já em relação as crianças do grupo A2 cabe ressaltar que número de crianças com NC foi o mesmo nos dois momentos avaliativos.

GRUPOS	1ª Avaliação		2ª Avaliação	
	NC	EC	NC	EC
A1	9	14	5	20*
A2	7	18	6	19

Tabela 05 : Desempenho acadêmico em português das crianças sem dificuldades de aprendizagem

Av- Avaliação; A1 – n= 25 ; A2 – n=25;

NC- não construído;

EC – em construção

*p<0,05 para comparação entre AV2 x AV1.

GRUPOS	1ª Avaliação		2ª Avaliação	
	NC	EC	NC	EC
A1	8	15	2	23**
A2	7	18	7	18

Tabela 06: Desempenho acadêmico em matemática das crianças sem dificuldades de aprendizagem matemática

Av- Avaliação; A1 – n= 25 ; A2 – n=25;

NC- não construído;

EC – em construção

**p<0,01 para comparação entre AV2 x AV1.

Ao observar a tabela 07 pode-se perceber que 63,15% das crianças do grupo B1 e 52,63% das crianças do grupo B2 apresentaram a não construção dos conteúdos relacionados a Português. Porém quando avaliados num segundo momento (AV2) é possível notar uma redução significativa ($p<0,01$) de 21,05% no número de crianças do grupo B1 com desempenho NC, o que não ocorreu com as crianças do grupo B2, visto que a redução apresentada foi de apenas uma criança. Em relação ao desempenho na disciplina de matemática inicialmente 73,68% das crianças do grupo B1 e 78,94% das crianças do grupo B2 apresentaram desempenho NC. Quando avaliados o desempenho em relação a disciplina de Matemática pela segunda vez (Av2) é possível perceber uma redução significativa ($p<0,01$) de 31,58% no número de crianças com desempenho NC no grupo B, já em relação as crianças do grupo B2 não foi notado uma redução significativa novamente.

GRUPOS	1ª Avaliação		2ª Avaliação	
	NC	EC	NC	EC
B1	12	7	8	11**
B2	10	9	9	10

Tabela 07: Desempenho acadêmico em português das crianças com dificuldades de aprendizagem português

Av- Avaliação; B1 – n= 19 ; B2 – n=19;

NC- não construído;

EC – em construção

**p<0,01 para comparação entre AV2 x AV1.

GRUPOS	1ª Avaliação		2ª Avaliação	
	NC	EC	NC	EC
B1	14	5	8	11**
B2	15	4	14	5

Tabela 08: Desempenho acadêmico em matemática das crianças com dificuldades de aprendizagem

Av- Avaliação; B1 – n= 19 ; B2 – n=19;

NC- não construído;

EC – em construção

**p<0,01 para comparação entre AV2 x AV1.

4 | CONCLUSÃO

A partir dos resultados obtidos pode-se concluir que programa neuropsicopedagógico motor através da prática de exergames muito provavelmente possibilitou em seus praticantes uma melhora nas suas dimensões temporais, o que se reflete diretamente no funcionamento executivo e conseqüentemente no desempenho acadêmico. Sendo assim pode-se afirmar que muito provavelmente as crianças que foram submetidas a intervenção neuropsicopedagógica apresentaram melhoras em suas variáveis bioperacionais o que impactou de forma positiva no desempenho acadêmico.

Portanto pode-se concluir uma possível relação entre a prática de atividade física com a melhora do desenvolvimento motor e funções executivas, crianças com e sem dificuldades de aprendizagem em idade escolar que dedicaram pelo menos quinze minutos por dia a atividades físicas mostram um funcionamento cognitivo muito melhor, do que as crianças que apenas realizaram as avaliações em mesmo período que elas.

REFERÊNCIAS

BELTRAME, T.S. et al. Prevalência do Transtorno do Desenvolvimento da Coordenação em uma amostra de crianças brasileiras/Prevalence of Developmental Coordination Disorder in a sample of Brazilian children. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 25, n. 1, 2017.

BIDZAN-BLUMA, I., LIPOWSKA, M. Physical Activity and Cognitive Functioning of Children: A Systematic Review. **International journal of environmental research and public health**, 15(4), 800-810, 2018.

DIAMOND, A., Interventions shown to aid executive function development in children 4 to 12 years old. **Science**, 333(6045), 959964.doi:10.1126/science.1204529, 2011.

DUNN, J. R. Health behavior vs the stress of low socioeconomic status and health outcomes. **Jama** 303, 1199-1200, doi: 10.0011 jama. 332(2010), 2010.

FERNANDES, M. M.; PENHA, D. S. G.; DE ASSIS, F. Obesidade infantil em crianças da rede pública de ensino: prevalência e conseqüências para o desempenho físico. **Journal of Physical Education**, v. 23, n. 4, p. 629-634, 2012.

GALLAHUE, D.L.; OZMUN, J.C.; GOODWAY, J.D. **Compreendendo o Desenvolvimento Motor:** bebês, crianças, adolescentes e adultos. 7ª ed. Porto Alegre: AMGH Editora Ltda, 2013.

HILLMAN, C.H., SCHOTT N. Der zusammenhang von fitness, kognitiver leistungsfähigkeit und gehirnzustand im schulkindalter. Konsequenzen für die schulische leistungsfähigkeit [Fitness and cognitive performance in childhood. **Z. Sportpsychol.** 220:33–41, 2015

MUKHERJEE, S.K.; JAMIE, L.C.; FONG, L.H. Fundamental Motor Skill Proficiency of 6- to 9-Year-Old Singaporean Children. **Percep. Motor Skills**, 124 (3), 584-600, 2017.

SALES, G.S.; SHOLL-FRANCO, A.; CARDOSO, F.B. O uso do Teste Gross Motor Development-2 Edition na avaliação neuropsicopedagógica para identificação de dificuldades motoras em crianças. In: RUSSO, R.M.T. (Org.). **Neuropsicopedagogia Institucional**, 139-154 São Paulo, Juruá, 2018.

TALLET, J.; ALBARET, J.M.; RIVIÈRE J. The role of motor memory in action selection and procedural learning: insights from children with typical and atypical development. **Socioaffec. Neurosc. Psychol.**, 5, 28004, 2015.

THOMAS, M,S.C.; KNOWLAND, V.C.P.. Sensitive periods in brain development: Implications for education policy. **Eur. Psych. Rev.** 2, Vol. 1, p. 17-20, 2009.

TREINAMENTO DE FORÇA EM IDOSOS E SEUS BENEFÍCIOS: UM ESTUDO DE REVISÃO

Mauro Castro Ignácio

Universidade Federal do Rio Grande do Sul,
ESEFID
Porto Alegre – RS

Walter Reyes Boehl

Universidade Federal do Rio Grande do Sul,
ESEFID
Porto Alegre - RS

Augusto Dias Dotto

Universidade Federal do Rio Grande do Sul,
ESEFID
Porto Alegre – RS

Anderson da Silveira Farias

Universidade Federal do Rio Grande do Sul,
ESEFID
Porto Alegre - RS

Bruna Brogni da Silva

Universidade Federal do Rio Grande do Sul,
ESEFID
Porto Alegre – RS

Paloma Müller de Souza

Universidade Federal do Rio Grande do Sul,
ESEFID
Porto Alegre - RS

Guilherme de Oliveira Gonçalves

Centro Universitário Fadergs
Porto Alegre - RS

levar a redução na habilidade dos músculos de gerar força máxima, potência e resistência, influenciando de forma negativa o desempenho motor funcional e acarretando uma maior dependência dos idosos. Estudos mostram que a diminuição da potência muscular está relacionada a limitações funcionais em suas atividades de vida diária. Desta forma, o objetivo do presente estudo foi revisar na literatura os resultados de treinos de força em populações idosas, buscando analisar quais os benefícios esse tipo de treinamento pode trazer à essa parcela da população nas suas atividades cotidianas. Foram utilizados para essa revisão de literatura artigos que abordassem o treino de força em idosos. Os benefícios do treino de força para a população idosa são imensos, com melhorias na aptidão física, melhora na qualidade de vida e diminuição dos sintomas de depressão, entre outros. desse modo podemos concluir que o treino de força é recomendado para a população idosa.

PALAVRAS CHAVE: idosos, qualidade de vida, treino de força, saúde.

STRENGTH TRAINING IN THE ELDERLY AND ITS BENEFITS: A REVIEW STUDY

ABSTRACT: The aging process causes neuromuscular changes, which can lead to a

RESUMO: O processo de envelhecimento ocasiona alterações neuromusculares, podendo

reduction in the muscles' ability to generate maximum strength, power and endurance, negatively influencing functional motor performance and leading to greater dependence on the elderly. Studies show that the decrease in muscular power is related to functional limitations in their activities of daily living. In this way, the objective of the present study was to review the results of strength training in elderly populations in the literature, seeking to analyze what benefits this type of training can bring to this part of the population in their daily activities. Articles that addressed strength training in the elderly were used for this literature review. The benefits of strength training for the elderly population are immense, with improvements in physical fitness, improvement in quality of life and decrease in depression symptoms, among others. In this way we can conclude that strength training is recommended for the elderly population.

KEYWORDS: elderly, quality of life, strength training, health.

1 | INTRODUÇÃO

A população idosa vem crescendo ao longo dos anos, tanto quanto pelos avanços da medicina, quanto pela melhora nas condições básicas de saúde. Com o aumento da expectativa de vida, processos fisiológicos até pouco conhecidos como sarcopenia e osteopenia, entre outros, decorrentes do avanço da idade, foram ficando em evidencia (WILBORN et al, 2004).

Buscando um envelhecimento saudável e uma melhora na qualidade de vida alguns estudos mostram que o desempenho das tarefas diárias, como subir escadas ou levantar um objeto, requer força muscular e potência. Reduções de força e potencia associadas à idade podem afetar a capacidade de idosos em desempenhar coisas comuns do dia a dia (MISZKO et al , 2003).

Para melhorar ou manter o desempenho funcional, é indicado que idosos realizem exercícios físicos (CIVINSKI; MONTIBELLER; DE OLIVEIRA, 2011). Uma das possibilidades de treinamento são os de força máxima.

Estudos demonstram que resistência constante e protocolos de treinamento de velocidade moderados resultam em aumento significativo da força do músculo em adultos mais velhos. Embora este modo de treinamento também tenha sido utilizado para aumentar a força muscular, estas mudanças ocorrem na maioria das vezes através do aumento da capacidade de força na relação força-velocidade (HENWOOD; RIEK; TAAFFE, 2008), o que sugere que o treinamento focado na potência pode ser mais eficaz do que o de força máxima, principalmente para a melhoria no desempenho das atividades diárias.

Esse estudo traz alguns artigos que avaliaram a o treino de força em populações idosas e os seus resultados, com o intuito de verificar se o treino de força é benéfico para essa população.

2 | MÉTODOS

Foi realizada uma revisão de literatura. Esse método de pesquisa busca analisar o que foi produzido sobre determinado fenômeno em um período de tempo específico (NORONHA, FERREIRA, 2000).

Os artigos utilizados para o desenvolvimento do presente estudo foram extraídos de pesquisas realizadas nas bases de dados Google acadêmico, Scielo, PubMed e nas referências de artigos selecionados.

Os critérios de escolha de artigos para este estudo foram artigos científicos da área do treinamento que tratavam sobre treinamento de força, resistência, de potência muscular, na qualidade de vida em idosos e suas implicações para as tarefas de vida diária e funcionalidade.

3 | RESULTADOS

Os principais estudos selecionados tiveram os seguintes métodos de aplicação dos exercícios de força e os resultados que se seguem.

Estudo	Semanas/Dias de treino	Volume e intensidade TF	Exercícios de treino	Resultados
DE SOUZA VALE ET AL (2004)	16/2x	2x 8 a 10 rep. (45%, 60%, 75%) o mais rápido possível.	Chest press, remada inclinado, flexão de cotovelo, <i>leg press</i> , extensão e flexão de joelhos, abdominal reto.	O estudo avaliou idosos que realizam TF, apresentam melhorias no ganho de força máx. e na flexibilidade com apenas 2 sessões de treino por sem.
DE SOUZA VALE ET AL (2006)	16/2x	2x 8 a 10 rep. (75% a 85%) mais rápido possível.	Supino reto, leg press, puxada por trás, hack 45°, rosca bíceps com halteres, extensão de pernas e rosca tríceps no pulley.	O estudo avaliou a correlação entre o ganho de força máx. na autonomia das idosas, com resultados positivos, além de ganho de flexibilidade.
BRUNONI ET AL (2015)	12 /2x	45 a 75% de 1 RM.	Pressão de pernas, supino plano, flexão de joelhos, puxada frontal e extensão de joelhos.	O estudo encontrou melhora nos sintomas da depressão dos avaliados, assim como melhorias nas subescalas de qualidade de vida sendo elas: capacidades funcionais, vitalidade, saúde geral e vitalidade.

ALLENDORF ET AL (2015)	26/2x	3x 8 a 12 RM.	Remada sentada, extensão de joelhos, voador, flexão de joelhos, rosca direta com halteres, cadeira abdução, rosca tríceps, cadeira adutora.	Ao comparar a mobilidade de idosos fisicamente ativos com idosos praticantes de TF, o estudo concluiu que idosos praticantes de TF tem melhor mobilidade que idosos fisicamente ativos não praticantes de TF.
PEDRO; AMORIM(2008)	16/2x	1RM sub-maximo.	Leg press horizontal, supino reto articulado.	Foram encontradas melhorias na circunferência dos braços e coxas dos avaliados, com melhoria da força e equilíbrio dos idosos, reduzindo o risco de quedas e dando suporte maior para a prática das atividades diárias.
SILVA ET AL (2015)	26/2x	Maior número de rep. de flexão de cotovelo em 30 segundos.	Exercícios de força e alongamento, sem especificar.	As idosas praticantes de TF apresentaram melhor aptidão física quando comparadas as que praticavam atividades físicas em praças e as idosas sedentárias.
MACHADO; SANTINI; REIS FILHO (2013)	32/3x	10 rep. entre 70% a 80% de 1RM.	Voador peitoral, puxada pela frente, abdução de ombros, rosca direta com halteres, tríceps na polia alta, leg press horizontal, cadeira extensora, cadeira flexora, cadeira adutora e flexão plantar.	O estudo comparou idosas praticantes de TF com as que realizam atividade física habituais. As praticantes de TF apresentaram um maior domínio físico, psicológico, social e uma melhor qualidade de vida geral, enquanto as que realizavam atividade física habitual apresentaram resultado melhor somente no domínio ambiental.

Tabela 1: Resumo dos estudos.

Legendas: TF: treino de força; Máx: máxima; Sem: semanas; Rep: repetições RM: Repetição máxima.

Nos estudos conduzidos por De Souza Vale e colaboradores, o primeiro de 2003, foi constatado o ganho de força máxima e de flexibilidade nas idosas com o treino de força, e no estudo de 2006, ao analisar o ganho de força decorrente do

treino de força, foi encontrada correlação positiva e significativa entre o ganho de força máxima e a autonomia das idosas.

No estudo de Brunoni e colaboradores (2015), além da melhora na qualidade de vida, foi constatado que o treino de força também ajuda a reduzir os sintomas da depressão na população idosa.

No estudo conduzido por Allendorf e colaboradores (2015), concluiu-se que idosos que praticavam treino de força obtiveram melhora na mobilidade quando comparados aqueles que eram fisicamente ativos mas não praticantes de musculação. Na mesma linha, ao comparar praticantes de treino de força com não praticantes fisicamente ativos, Pedro e Amorim (2008), concluíram que os praticantes de treino de força apresentavam melhoras significativas no equilíbrio, além de possuírem mais massa muscular, evitando ou minimizando os problemas decorrentes da sarcopenia nos idosos.

No estudo de Silva e colaboradores (2015), comparando idosas praticantes de treino de força com praticantes de academias de praça e sedentárias, assim como no estudo anterior o IMC não foi significativo entre os grupos, porém no teste de força e resistência as praticantes de TF foram melhores, comparadas com os outros 2 grupos, assim como também em flexibilidade e no teste de preensão manual.

No estudo de Machado, Santini e Reis Filho (2013), os idosos praticantes de TF tiveram melhora significativa na qualidade de vida relacionada ao domínio físico, o que proporciona melhora na execução de atividades do cotidiano.

4 | CONCLUSÃO

Os benefícios do treino de força para a população idosa são imensos, com melhorias na aptidão física, diminuição da perda de massa muscular, inclusive trazendo ganhos, melhora do equilíbrio, contribuindo para a diminuição no número de quedas, um dos principais problemas na fase idosa, melhora da flexibilidade, aumento da força de preensão palmar, possibilitando o melhor manuseio de objetos e utensílios do dia a dia, melhora na qualidade de vida e diminuição dos sintomas de depressão.

Elaborar treinos de força para a população idosa exige conhecimentos sobre as limitações do indivíduo, suas possíveis doenças e enfermidades, medicação e os possíveis efeitos e interferências no treino de força, mas com toda a certeza trará uma melhora na qualidade de vida e na execução das tarefas do cotidiano, contribuindo para sua independência e autonomia, o que justifica sua inclusão na rotina dos idosos.

REFERENCIAS

ALLENDORF, Diego Brum et al. **Idosos praticantes de treinamento resistido apresentam melhor mobilidade do que idosos fisicamente ativos não praticantes.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 24, n. 1, p. 134-144, 2015.

BRUNONI, Leticia et al. **Treinamento de força diminui os sintomas depressivos e melhora a qualidade de vida relacionada a saúde em idosos.** Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, v. 29, n. 2, p. 189-196, 2015.

CIVINSKI, Cristian; MONTIBELLER, André; DE OLIVEIRA, André Luiz. **A importância do exercício físico no envelhecimento.** Revista da UNIFEBE, v. 1, n. 09, 2011.

DE SOUZA VALE, Rodrigo Gomes et al. **Efeitos do treinamento de força na flexibilidade de mulheres idosas.** Fitness & performance journal, n. 5, p. 266-271, 2004.

DE SOUZA VALE, Rodrigo Gomes et al. **Efeitos do treinamento resistido na força máxima, na flexibilidade e na autonomia funcional de mulheres idosas.** Rev. bras. cineantropom. desempenho hum, v. 8, n. 4, p. 52-58, 2006.

HENWOOD, Tim R.; RIEK, Stephan; TAAFFE, Dennis R. **Strength versus muscle power-specific resistance training in community-dwelling older adults.** The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences, v. 63, n. 1, p. 83-91, 2008.

MACHADO, Eliel Ribeiro; SANTINI, Eliana; REIS FILHO, Adilson Domingos. **Percepção da qualidade de vida por mulheres praticantes de treinamento de força versus praticantes de atividade física habitual.** Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano, v. 10, n. 2, 2013.

MISZKO, Tanya A. et al. **Effect of strength and power training on physical function in community-dwelling older adults.** The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences, v. 58, n. 2, p. M171-M175, 2003.

NORONHA, Daisy Pires; FERREIRA, Sueli Mara S. P. **Revisões de literatura.** In: CAMPELLO, Bernadete Santos; CONDÓN, Beatriz Valadares; KREMER, Jeannette Marguerite (orgs.) Fontes de informação para pesquisadores e profissionais. Belo Horizonte: UFMG, 2000.

PEDRO, Edmila Marques; AMORIM, Danielle Bernardes. **Análise comparativa da massa e força muscular e do equilíbrio entre indivíduos idosos praticantes e não praticantes de musculação.** CONEXÕES: Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, v. 6, 2008.

SILVA, Alessandro de Oliveira et al. **Aptidão física de idosas no treinamento de força em academia, em praças e institucionalizadas.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 23, n. 4, p. 15-22, 2015.

WILBORN, Colin et al. **THE EFFECTS OF EXERCISE INTENSITY AND BODY POSITION ON CARDIOVASCULAR VARIABLES DURING RESISTANCE EXERCISE.** Journal of Exercise Physiology Online, v. 7, n. 4, 2004.

TREINAMENTO FUNCIONAL PARA IDOSOS

Givanildo de Oliveira Santos

Docente do Curso de Educação Física
Bacharelado da Faculdade de Piracanjuba GO -
(FAP).

Westter Vinicio Vieira Alves

Graduado em Educação Física Bacharelado pela
Faculdade de Piracanjuba GO - (FAP).

Hugsom Vieira Alves

Graduado em Educação Física Bacharelado pela
Faculdade de Piracanjuba GO - (FAP).

RESUMO: O presente artigo tem por objetivo levantar dados sobre o treinamento funcional para idosos no Brasil e os benefícios envolvidos com essa prática. Para entender melhor esse assunto e demonstrar de maneira clara os problemas estagnados no tema, foi feita uma pesquisa em dados bibliográficos relacionados à atividade funcional e também aos benefícios ocorridos durante os trabalhos com pessoas idosas. Os principais resultados obtidos demonstram que a atividade funcional é ótimo aliado contra o sedentarismo e os problemas musculares e ortopédicos do idoso, porém o uso incorreto dessa ferramenta pode causar danos irreversíveis ao indivíduo. Ficou constatado, que os principais benefícios estão relacionados ao desenvolvimento motor e físico do idoso, podendo proporcionar grandes avanços musculares e aumentar de maneira abrangente

a resistência do organismo. Pode-se concluir através da pesquisa, que a atividade funcional é uma das melhores ferramentas de redução do sedentarismo, devido seu efeito rápido e direto no organismo do idoso melhorando assim os fatores psicológicos e a qualidade de vida.

PALAVRAS-CHAVE: Atividade Motora; Autonomia de Idosos; Envelhecimento; Benefícios; Problemas musculares.

FUNCTIONAL TRAINING FOR ELDERLY

ABSTRACT: This article aims to collect data on functional training for the elderly in Brazil and the benefits involved with this practice. The main results show that the functional activity is a strong weapon against the sedentarism and the muscular and orthopedic problems of the elderly, however the incorrect use of this tool can cause irreversible damages to the individual. It was also observed that the main benefits are related to the motor and physical development of the elderly, being able to provide great muscular advances and to increase in a comprehensive way the resistance of the organism. In order to better understand this issue and to clearly demonstrate the stagnant problems in the subject, a bibliographical data search was made regarding functional activity and also the benefits that occurred during the work with elderly people. This research will

evaluate the processes that interfere with functional exercise, thus reducing the doubts and the presumption of using this technique with the elderly. It can be concluded from the research that functional activity is one of the best tools to reduce physical inactivity due to its rapid and direct effect on the elderly organism, thus improving psychological factors and quality of life.

KEYWORDS: Motor Activity; autonomy of the elderly; Aging; Benefits; Muscle problems

INTRODUÇÃO

Com aumento de idosos no Brasil, torna-se necessário manter esse núcleo populacional ativo fisicamente, mantendo níveis toleráveis de vida. Com base na pesquisa do IBGE (2010), todo ano são inseridos cerca de 650 mil idosos na população brasileira, muitos deles com várias limitações de mobilidade e problemas crônicos. A população tem vivido mais, isso pode ser observado na comunidade acima de 65 anos ser cerca de 4% em 1991, aumentando para 5,9% em 2000 e chegando em 7,4% em 2010 (IBGE, 2010).

O envelhecimento segundo Organização Mundial de Saúde (2010), é algo irreversível, sequencial, universal comum em toda espécie, levando o indivíduo ao declínio do organismo através da exposição ao estresse contido no ambiente. As limitações contidas no envelhecimento podem ser agravadas devido ao modo de vida do indivíduo, como: má alimentação, sedentarismo e uso de força excessiva podem aumentar o declínio do organismo, levando o indivíduo a diversas doenças como: hipertensão, artrite, artrose.

A interpretação do treino funcional para idosos, e através do mesmo a avaliação dos benefícios para melhorias na vida das pessoas da terceira idade. Para demonstração dos benefícios foi utilizado a revisão de literatura, a estrutura de interpretação e a descrição do comportamento de determinados grupos, busca-se entender o uso desse conceito e os benefícios para o idoso.

Nessa perspectiva, a problemática da presente pesquisa está relacionada às dificuldades que o sedentarismo pode causar, afetando não somente a saúde dos idosos e o desenvolvimento social e legislativo. Com base nesse raciocínio torna-se justificável a criação de um projeto que tenha por objetivo geral, a descrição dos benefícios envolvidos no treino funcional para idosos. Busca-se melhorar o conhecimento das pessoas sobre esse tipo de prática e como ela pode influenciar positivamente na vida das pessoas da terceira idade.

O IDOSO E O ENVELHECIMENTO

Ao longo da vida os seres humanos passam por diversas transformações e durante esses processos inúmeros fatores psicológicos e físicos são afetados, a

idade influência negativamente nos fatores moleculares, comportamentais, cognitivos e outros muitos pontos que regulam o funcionamento do organismo.

Conforme Stocco (2017), todo o contexto de envelhecer reduz drasticamente as capacidades fisiológicas e mentais da pessoa, tornando mais frágil e vulnerável a diversos problemas.

A expectativa de vida do brasileiro aumentou bastante com o tempo, Segundo Paula (2010), a longevidade ocorreu devido à brusca queda na taxa de mortalidade, esse fator está vinculado aos novos tratamentos médicos e o desenvolvimento dos fatores físicos através de exercícios físicos ou trabalhos, estimasse que até 2030, existam milhões de idosos com idade igual ou maior que 70 anos (BRASIL, 2003).

O envelhecimento é um fator Heterogêneo, pois funciona de maneira diferente de uma pessoa para outra. No Brasil, definir envelhecimento é ainda mais complicado, já que o país é banhado por uma extensa diversidade racial e social. Para STOCCO (2017), a única característica do envelhecimento que se torna ressaltante indiferente das desigualdades é o declínio físico, social e psicológico. A decadência do organismo nasce do sedentarismo e da história alimentar vivida pelo o indivíduo. Contudo Carvalho e Forti (2008), defendem duas visões diferentes dos problemas ocorridos com a idade, sendo elas:

- a. Vida intrauterina: Pode ser considerado o declino que ocorre desde antes do nascimento, pela forma que a gestante vive, alimenta, prática exercícios e é levado durante toda a vida, nos fatores emocionais, físicos e psicológicos (CARVALHO E FORTI, 2008).
- b. Maturação Sexual: Determina o declínio corporal ocorrido após a maturação sexual do indivíduo quando as mudanças do corpo são mais expressivas e pode prolongar por toda vida (CARVALHO E FORTI, 2008).

Claramente, como vivemos afeta diretamente o desenvolvimento do organismo, seja antes ou depois da maturação sexual, devemos pensar o quanto nosso modo de vida pode nos afetar mais tarde. Para Paula (2010), o declino ocorre através de alterações auditivas, celulares, reprodutoras, respiratórias, visuais, ósseas, urinárias, psicológicas e até mesmo digestivas, tudo isso influenciado pelo meio ambiente que o indivíduo está inserido.

Segundo Matsudo (2001), existem várias alterações no tecido adiposo, no subcutâneo do tronco, na massa corpórea após os 60 anos, a estatura do indivíduo com o tempo e outros problemas mais abrangentes a partir dos 40 anos. O autor ainda ressalta que esses problemas estão relacionados à: doenças crônicas, fatores sociais, alterações morfológicas e outros dados relacionados ao sedentarismo do indivíduo.

A perda de massa é chamado Sarcopenia, que segundo Stocco (2017), é o responsável por parte da deterioração do organismo, sendo o responsável pelos diversos problemas de fratura, cansaço muscular e diabetes. Contudo apesar

desses vários problemas devemos pensar que com a idade vem à maturidade e que como expressado por Matsudo (2001) com boa alimentação e com treinamento físico correto podemos reduzir os danos causados pelo envelhecimento.

O ENVELHECIMENTO E OS EXERCÍCIOS FÍSICOS

Ao passar da idade, a capacidade física se degrada causando uma série de perdas progressivas, que crescem mais e mais com o tempo, para Carvalho e Forti (2008), o desempenho da pessoa está relacionada à prática de exercícios físicos, pois a inatividade física age como um acelerador para o declínio corporal, ou seja, quanto menor a quantidade de atividades físicas, maior a chance de doenças, de obesidade e mortalidade.

Os idosos no Brasil, são classificados por níveis de Capacidade Funcional, que na visão de Bertani, Campos e Neto (2010), determina a potencialidade e a eficiência com qual o indivíduo pode desempenhar atividades do dia-a-dia, pois, as incapacidades físicas podem reduzir a autonomia do idoso, tornando qualquer atividade física um empecilho para sua boa qualidade de vida.

Contudo na visão de Rosa et al. (2003), existe uma grande diferença entre incapacidade física e a avaliação de capacidade funcional, pois, a primeira só pode ser calculada através da ineficiência de efetuar uma atividade diária, normalmente causado por algum problema funcional ou físico, o outro é definido pela potencialidade do indivíduo em efetuar as atividades cotidianas, sem definir os problemas ocasionados com esse ato. Claramente a visão de Rosa é um pouco mais abrangente sobre fato, pois não seria possível determinar um indivíduo somente por sua incapacidade é necessário entender suas capacidades também.

A legislação brasileira tem por avaliação o nível de capacidade funcional, pois ele afeta diretamente os fatores psicossociais e culturais do indivíduo, modificando assim até sua visão perante a sociedade. Segundo Rosa et al. (2003), a relação social do indivíduo e seu comportamento é afetado diretamente, pois, o mesmo perde seu potencial de manter o nível de vida, atividades que seriam fáceis se tornam difíceis ou podem influenciar negativamente a saúde, como: fumar, beber, manter relações sexuais, sociais e outros fatores afetados pela capacidade funcional.

A capacidade física do indivíduo define a aptidão de desempenhar exercícios físicos diários. Para Glaner (2002), existem dois tipos de aptidão física sendo eles:

- a. Aptidão física relacionada as habilidades esportivas: Nessa etapa é necessário avaliar a saúde, o estado físico e mental do indivíduo para verificar se ele está apto para efetuar aquele exercício, contudo esse modelo não é só aplicado em idosos, mas também atletas (GLANER, 2002).
- b. Aptidão física relacionada à saúde: Nessa etapa existem diferentes tipos de avaliação, pois todos os processos médicos necessitam de uma avaliação

física para determinar se o indivíduo consegue ou não passar pelo procedimento (GLANER, 2002).

A avaliação da aptidão física assim como da capacidade funcional, deve ser minuciosa nos idosos, pois, todo e qualquer erro pode causar sérios danos a seu organismo e dependendo da expressividade do fato poderá até causar a morte. Para Stocco (2017), os indivíduos com idade entre 20 e 30 anos atingem o pico de força, que tende a cair drasticamente até os 60 anos, a partir dos 65, já existiram vários problemas motores e grande perda muscular.

Esses fatores são ainda mais agravantes perante uma pessoa sedentária, ocorrendo esse declínio muscular ainda mais rápido. Como visto pelos dados acima, a degradação física e a aptidão para efetuar exercícios físicos está relacionado ao desenvolvimento motor do indivíduo, claramente não se pode parar as etapas de envelhecimento da vida, contudo podemos reduzir os danos causados pelo estilo de vida atual.

TREINO FUNCIONAL

Apesar do que todos imaginam muitos profissionais da área física tem serias dúvidas sobre o chamado Treino Funcional. Segundo Ehlert (2011), treinamento funcional é usado em várias áreas do desenvolvimento humano e da ciência, atividades como: treinamento esportivo, reabilitação física e o condicionamento físico em geral. O autor ressalta que a descoberta desse método ocorreu devido à necessidade de reabilitação de indivíduos, avaliando o nível da lesão e sua dependência física, o principal objetivo era a recuperação da lesão.

Para Carvalho e Forti (2008), as atividades funcionais viabilizam a reabilitação de um paciente ou aluno, a fim de restaurá-lo de uma lesão física ou mesmo crônica, contudo são utilizados em outras áreas pelos profissionais da área física como forma de desenvolver atividades laborais e esportivas, com o objetivo de melhorar a saúde do indivíduo.

Na mesma visão Monteiro e Evangelista (2012), definiram que treinamento funcional é um treinamento especializado em força muscular, utiliza o corpo da pessoa como ferramenta acompanhado por outros instrumentos, como: Bola, anilhas, elásticos, podem ser usados para o desenvolvimento motor, a resistência física e até o condicionamento cardiovascular do indivíduo.

Em uma visão um pouco mais científica Antunes (2013), definiu que o exercício funcional é um movimento que envolve estabilização e equilíbrio de força, a fim de desenvolver setores separados da musculatura ou influenciar um ambiente específico do corpo. O autor ainda ressalta que as principais ações musculares são:

- a. Concêntrica: Quando à encurtamento muscular, normalmente usados para exercícios de bíceps, através da contração e da sustentação de peso

(ANTUNES, 2013).

- b. Ação Estática: Nessa forma o membro fica completamente parado, a força gerada pelos seus músculos não permite a movimentação, normalmente é usado para manutenção da postura, também chamada de contração isométrica (ANTUNES, 2013).
- c. Excêntrica: O musculo é alongado durante a contração desacelerando os segmentos a fim de absorver o choque (ANTUNES, 2013).

As ações acima citadas usadas através de outras ferramentas ou mesmo sozinhas formalizam os trabalhos funcionais atuais. Desta maneira podemos observar que o intuito de tal atividade é a melhoria na saúde e no condicionamento físico da pessoa, priorizando sempre o aumento da chamada capacidade funcional. Segundo Monteiro e Evangelista (2012), as atividades funcionais só são possíveis através do alinhamento correto do chamado *CORE*, que são formados por 29 músculos localizados na proximidade da região lombar, os mesmos podem ser divididos em dois grupos: Os internos (Oblíquo interno, multifídio, transversos espinhais lombares e do abdômen); os externos (Oblíquo externo, reto do abdominal, eretores da coluna, complexo adutor, quadrado lombar, isquio tibiais e glúteo máximo) (MONTEIRO; EVANGELISTA, 2012).

Como visto a maioria dos músculos do *CORE*, estão totalmente relacionados à instabilidade do corpo e para pratica do Treino Funcional é necessário manter uma boa postura e verificar as regiões próximas a coluna para não aumentar os danos musculares. Todo esse processo torna-se mais complicado quando efetuado em idosos devido os graves desgastes musculares ocorridos durante a vida e a chance de aumentar os danos no organismo (GLANER, 2002).

TREINO FUNCIONAL E BENEFICIOS AOS IDOSOS

Com a idade a musculatura do corpo vai sofrendo vários danos relacionados à alimentação e a prática de exercícios contínuos, com isso o nível das respostas motoras e das fibras musculares, vão se reduzindo, causando uma redução direta na potência do indivíduo. Segundo Stocco (2017), além das graves deteriorações do organismo com a idade temos também a redução de força, equilíbrio, mobilidade e danos nas articulações podendo assim transforma uma pessoa que sempre foi ativa em alguém sedentário.

No mesmo contexto acima Ehlert (2011) cita que para manter a saúde física e mental do idoso é necessário uma boa alimentação e exercícios físicos diários, sendo eles avaliados por um profissional. Contudo para Antunes (2013) o Treinamento Funcional é a melhor opção para reabilitação e para o desenvolvimento do idoso, pois como é ferramenta desenvolvida para a restauração funcional, ajudará no

melhor desenvolvimento dos músculos.

O treinamento funcional torna-se o programa de treinamento físico para trabalhar com idosos, devido os princípios de reabilitação e como expressado por Stocco (2017), pelo fato de estimular de beneficemente os ambientes neuromusculares, melhorando a agilidade e a coordenação motora do indivíduo. Claramente esses trabalhos são essenciais para os idosos que já sofrem de perdas funcionais e motoras provenientes dos processos de envelhecimento.

Monteiro e Evangelista (2012), a pratica de exercícios físicos é essencial a vida de todos, porém, a partir de certa idade torna-se algo fundamental, devido ao desgaste muscular por anos de atividades vinculadas ao estilo de vida individual, provocam danos ao organismo, acarretando em dores localizadas em diferentes partes do corpo. Observando alguns desses fatores Dutra (2016) e outros autores, demonstraram alguns problemas causados pelo processo de envelhecimento, sendo elas:

- a. Artrite, inflamação da articulação que gerando séries de problemas, como: dor, dificuldade motora, deformidade da articulação, estes problemas ocorrem normalmente devido ao excesso de peso corporal nas articulações ou movimentos e práticas repetitivas (GOMES, 2016).
- b. Hipertensão arterial, doença crônica ocorrida pelos altos níveis de pressão sanguínea. Normalmente ocorre, por fatores genéticos, alimentação, obesidade, tabagismo e sedentarismo (GOMES, 2016).
- c. Doenças cardíacas são doenças crônicas que afetam o coração, existem várias causas, as principais estão relacionadas à hipertensão, a obesidade, tabagismo e sedentarismo (DUTRA, 2016).
- d. Comprometimentos ortopédicos, problemas que afetam a musculatura e normalmente são desenvolvidos devido à má postura, a falta de exercícios físicos, atividades repetitivas ou uso excessivo de força com a postura errônea (GOMES, 2016).

O autor Dutra (2016) cita que todos os problemas acima poderiam ser amenizados pela pratica correta de treinos funcionais, vinculado a uma boa alimentação. Com base nesse raciocínio Action (2017), demonstrou 5 efeitos benéficos com a prática do treino funcional, sendo eles:

I - O desenvolvimento funcional está diretamente relacionado ao sistema muscular, existem vários benefícios em efetuar essa prática de maneira pontual, para aumento da resistência física, melhora desenvolvimento motor, cárdio respiratório e reabilitação física.

II - A idade traz várias alterações ósseas que podem ser trabalhadas através de exercícios físico localizado, contudo as implicações na densidade só se mostraram efetiva com bastante tempo de treinamento.

III - O treinamento funcional aumenta a capacidade de efetuar as atividades funcionais ao decorrer do dia, através do desenvolvimento muscular e mental, acompanhado pelo aumento das capacidades do indivíduo de resistência físicas, através da atividade contínua.

IV - O fato de ocorrer perda muscular devido à idade, não significa que o idoso não possa ganhar massa muscular, apesar de lento esse processo ocorre naturalmente com tempo.

V - Através do desenvolvimento contínuo dos treinos, o idoso passa a se movimentar mais aumentando assim o desenvolvimento muscular e melhorando a potência do músculo.

Existem vários benefícios vinculados ao uso do treinamento funcional para os idosos e os problemas causados com a idade podem ser controlados aumentando a resistência do corpo e o desenvolvimento motor do indivíduo, reduzindo através disso a chance de adquirir novos problemas acarretados pelo sedentarismo e melhorias perante os tratamentos médicos.

DISCUSSÕES

Fragoso e Bondam (2014), O Treinamento funcional (TF) e *core training* foi desenvolvido em 3 meses, com duas aulas na semana, de 1 hora cada, com 14 idosos, após passar os 3 meses realizaram os testes novamente nos quais obteve melhora de 21,4% na funcionalidade de fazer as tarefas cotidianas. Foram utilizadas atividades que trabalharam toda musculatura corporal e funcionalidade do corpo. Com bases nas análises do programa (TF e *core training*), desenvolvido com o grupo não obteve muito resultados, notando melhoras de apenas três indivíduos, que totalizaram 21,4%, os demais 78,6% não apresentou evolução na capacidade funcional do dia-a-dia.

Para Okuma (1998) ressalta que é interessante determinar a aptidão física e funcional daquele que vai iniciar um treinamento. É importante realizar avaliações nos idosos que estejam inseridos em um programa de exercícios físicos periódicos, pois surge a necessidade de acompanhar a transformação de um programa de atividades físicas ou estudarmos algum efeito especial sobre variáveis que influenciam na capacidade funcional do movimento. As pessoas mais jovens demonstram um melhor ganho comparada as pessoas idosa. No entanto, dependendo da capacidade física inicial, apresentaram um percentual significativo de melhora em relação à aptidão física.

Cader S. et al. (2007), com o tempo e com a idade, perda da força muscular pode afetar a performance respiratória das pessoas. A perda da força dos músculos respiratórios, diminui a performance e capacidade física, principalmente durante os exercícios.

O sistema respiratório foi avaliado por um instrumento de medição, próprio

denominado Manovacuômetro, o fortalecimento dos músculos inspiratórios causou também uma melhoria da autonomia funcional, após a análise dos resultados, concluindo que o fortalecimento da musculatura inspiratória causou aumento da capacidade de força dos músculos inspiratórios e na melhora da atividade dos idosos.

CONCLUSÃO

Como visto, o envelhecimento é algo que causa muitos problemas ao organismo em todos os sentidos, tanto no corpo físico, quanto no mental das pessoas. A degradação do corpo é contínua e ainda pode ser agravado por atividades repetitivas, excesso de peso, má alimentação, má postura, obesidade e muitos outros problemas que a maioria das pessoas enfrenta pela vida.

Com base nesses problemas uma boa opção para auxiliar os profissionais de medicina é uma boa alimentação rica em alimentos naturais, juntamente com o uso dos treinos funcionais, que visam melhorar o desempenho muscular e motor do indivíduo, auxiliando diretamente na restauração ou mesmo na reabilitação dos sistemas do indivíduo e o desempenho psicológico do idoso.

Com base nesses conceitos conclui-se que o treinamento funcional é uma ótima ferramenta para reduzir os efeitos degradativos do envelhecimento, podendo também ser considerado uma ferramenta para diminuir o número de doenças, pois com o aumento da fibra muscular, com a redução do sedentarismo e as melhorias relacionadas à mobilidade do indivíduo o mesmo terá mais resistência física e uma boa saúde mental.

REFERÊNCIAS

ACTION, S O. Benefícios do treinamento funcional na terceira idade. 2017. Disponível em: <<https://www.action360.com.br/blog/beneficios-do-treinamento-funcional-na-terceira-idade/>>. Acesso em: 04 de julho de 2018.

ANTUNES, M. Conheça os tipos de ação muscular. 2013. Disponível em: <<https://malharbem.com.br/tipos-de-acao-muscular/>>. Acesso em: 04 de julho de 2018.

BRASIL, Lei 10741/03 | Lei no 10.741, de 1º de outubro de 2003. Estatuto do idoso. Disponível em: <https://presrepublica.jusbrasil.com.br/legislacao/98301/estatuto-do-idoso-lei-10741-03>. Acesso em: 04 de julho de 2018.

CADER et al. Efeito do treino dos músculos inspiratórios sobre a pressão inspiratória máxima e a autonomia funcional de idosos asilados. Motricidade. 2007, v.3

CARVALHO, R. B. C; FORTI, V. A. M. O processo de envelhecimento e os benefícios da atividade física na saúde e qualidade de vida. Lecturas, Educación Física y Deportes, Campinas, ano 13, n. 124, p. 1, set. 2008.

CARVALHO, J.; SOARES, J. M. C. Envelhecimento e força muscular: breve revisão. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, Portugal, v.4, n.3, p.79-93, 2004.

- DUTRA et al. Doenças cardiovasculares e fatores associados em adultos e idosos cadastrados em uma unidade básica de saúde J. res.: fundam. Care, jun. v.8, n. 2, p. 501–4509, 2016.
- EHLERT, R. A utilização do treinamento físico funcional para população idosa: estudo de revisão bibliográfica. 2011. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/32284/000785229.pdf>>. Acesso em: 04 de julho de 2018.
- FRAGOSO A; BONDAM L. A influência do treinamento funcional e core training na execução das atividades diárias de um grupo de indivíduos na cidade de fraiburgo,SC. Unoesc & Ciência - ACBS, Joaçaba, v. 5, n. 1, p. 15-24, 2014.
- FLECK, S. J.; JUNIOR, A. F. Treinamento de força para fitness e saúde. São Paulo, Phorte: 2003.
- FLECK, S. J.; SIMÃO, R. Força: Princípios metodológicos para o treinamento de força. São Paulo: Phorte, 2008.
- GLANER, M. F. Nível de atividade física e aptidão física relacionada à saúde em rapazes rurais e urbanos. Revista Paulista de Educação Física, São Paulo, v.16, n.1, p.76-85, Jan/Jun. 2002.
- GOMES, et al. Impacto da artrite reumatoide no sistema público de saúde em santa catarina, BRASIL: análise descritiva e de tendência temporal de 1996 a 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbr/v57n3/pt_0482-5004-rbr-57-03-0204.pdf> . Acesso em: 04 de julho de 2018.
- IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Sinopse do Censo Demográfico, 2010. Disponível em: <<https://ww2.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/sinopse.pdf>> Acesso em: 01 de julho de 2018.
- MATSUDO, S. M. M. Envelhecimento e atividade física. Londrina: Midiograf, 2001. Disponível em: <http://periodicos.ses.sp.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-18122009000200020&lng=pt>. Acesso em: 03 de julho de 2018.
- MONTEIRO, A. G.; EVANGELISTA, A. L. Treinamento funcional: uma abordagem prática. São Paulo: Phorte, 2010. 208 p.
- OKUMA, S.S. O idoso e a atividade física: Fundamentos e pesquisa., Campinas SP, editora Papirus 1998, 208 p.
- OMS. Organização mundial da saúde. Idoso. 2010. Disponível em: <<http://www.who.int/about/es/>>. Acesso em: 03 de julho.
- OWADA, A. Envelhecimento e hipertrofia muscular. São Paulo: Phorte, 2005.
- PAULA, F. de L. Envelhecimento e quedas de idosos. Rio de Janeiro: Apicuri, 2010.
- ROSA et al. Fatores determinantes da capacidade funcional entre idosos. Revista Saúde Pública, São Paulo, v.37, n. 1, p. 40-48, Out. 2003.
- STOCCO, M R. Treino funcional para idosos. 2017. 54 f. trabalho de conclusão de curso (dissertação de mestrado), Pós-graduação stricto sensu mestrado em exercício físico na promoção da saúde – UNOPAR. 2017.

RELAÇÃO ENTRE OS EXERCÍCIOS AERÓBICOS E QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS QUE VIVEM COM HIV/AIDS

Saulo Freitas Pereira

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física
Mossoró – RN

Francisco Renato de Oliveira Vitor

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física
Mossoró – RN

Kerginaldo Leite de Souza

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física
Mossoró – RN

Adson Batista da Mota

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física
Mossoró – RN

Carlos Alberto de Medeiros Silva

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física
Mossoró – RN

Sandro Elias de Medeiros Filho

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte,
Faculdade de Educação Física
Mossoró – RN

Leylson Roberto Lopes de Freitas

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte,
Faculdade de Educação Física
Mossoró – RN

Dimas Anaximandro da Rocha Morgan

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física
Mossoró – RN

Állan Frederico Medeiros da Silva

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física
Mossoró – RN

RESUMO: objetivo: investigar através da literatura qual a relação entre os exercícios aeróbicos e qualidade de vida para as pessoas que vivem com HIV/AIDS. Metodologia: foi feita uma busca nas bases de dados Pubmed, Scielo, Google acadêmico e de sites governamentais no período de julho de 2016 a novembro de 2016. Os estudos foram selecionados pela leitura de título, resumos e artigos completos. Resultados: nove trabalhos fizeram parte da análise crítica dos resultados e do conteúdo, os quais cinco demonstraram haver resultados positivos na qualidade de vida dessas pessoas que vivem com HIV/AIDS. Considerações: com bases nas pesquisas, a prescrição de exercícios físicos aeróbicos conciliada com a terapia medicamentosa possibilita melhoria no sistema cardiovascular e respiratório.

PALAVRAS-CHAVE: Exercício Aeróbico. HIV/AIDS. Qualidade Vida.

RELATIONSHIP BETWEEN AEROBIC EXERCISES AND THE QUALITY OF LIFE OF PEOPLE LIVING WITH HIV / AIDS

ABSTRACT: To investigate in literature the relationship between aerobic exercise and quality of life for people living with HIV / AIDS. We searched the databases PubMed, Scielo, Google academic and governmental sites from

July 2016 to November 2016. The studies were selected by reading the title, abstracts and complete articles. Nine studies were part of the critical analysis of the content, of which five demonstrated positive results in the quality of life of people living with HIV / AIDS. Based on the research, the prescription of aerobic physical exercises reconciled with the drug therapy allows improvement in the cardiovascular and respiratory system. **KEYWORDS:** Aerobic Exercise, HIV / AIDS, Quality of Life.

1 | INTRODUÇÃO

A Síndrome Imunodeficiência Adquirida (AIDS), surgiu no início da década de 1980. A AIDS é causada pelo Vírus Imunodeficiência Humana (HIV) que ataca o sistema imunológico, responsável por defender o organismo de doenças, onde as células mais atingidas são os linfócitos T CD4+, causando rompimento nessas células, permitindo uma deficiência no sistema imunológico e propiciando outras infecções. HIV é um retrovírus, classificado na subfamília dos *Lentiviridae*, esses vírus compartilham algumas propriedades comuns: período de incubação prolongado antes do surgimento dos sintomas da doença, infecção das células do sangue e do sistema nervoso e supressão imune (BRASIL, 2016).

Estimativas sobre o HIV e AIDS para o Brasil e de que havia 781.000 (setecentos e oitenta e um mil) de pessoas vivendo com HIV, e estima-se que ocorreram 44.000 (quarenta e quatro mil) novas infecções, segundo a pesquisa feita pelo Programa Conjunto das Nações Unidas sobre AIDS/HIV (UNAIDS) no Brasil, no ano de 2014. Sobre a epidemia de AIDS no Brasil, algumas populações são mais afetadas que outras, e que a principal forma de transmissão é a sexual. Dados mostram que 0,4% e 0,7% da população geral estejam vivendo com AIDS, como por exemplo, os homossexuais e heterossexuais por praticarem o ato sexual sem o uso de preservativos, indivíduos que fazem o uso de drogas endovenosas (BRASIL, 2014).

Em uma larga escala, uma nova classe de terapia para o tratamento da AIDS iniciou-se, estas medicações deram um novo impulso ao tratamento desta doença, permitindo a introdução da HAART (Terapia antirretroviral de alta potência), possibilitando a máxima supressão da replicação do vírus na corrente sanguínea em grande parte dos indivíduos infectados, conseqüentemente reduzindo os casos de mortes por AIDS (BARROS et al., 2007).

Juntamente com os benefícios da HAART começaram a ser descritos as primeiras alterações metabólicas e morfológicas decorrentes da terapia, como a dislipidemias, tolerância alterada a glicose, resistência à insulina, acidose láctica, osteopenia, osteoporose, entre elas a lipodistrofia, que significa alteração na gordura, causando acúmulo ou perda em áreas localizadas do corpo, nos homens, por exemplo, o aumento de gordura na região abdominal, na região posterior do pescoço e, nas mulheres o aumento no volume dos seios. Os casos de perda de gordura periférica também são observados, na face, afinamento dos membros superiores

e inferiores, visualizando assim os grupamentos musculares e vasos sanguíneos (BARROS et al., 2007).

O Brasil adotou novas estratégias para diminuir a epidemia de AIDS, oferecendo tratamento a todas as pessoas vivendo com HIV, independentemente do estado das células linfócitos CD4+, simplificando e descentralizando a Terapia Antirretroviral (TAR) (BRASIL, 2014).

Nesta perspectiva, segundo Simões e Gomes (2006), o exercício físico orientado e regular, beneficia pessoas de todas as idades, tanto homens quanto as mulheres, além de ser importante para a resistência muscular, dos ossos, das articulações, inclusive para a saúde mental. O exercício físico é um “medicamento” econômico e muito saudável, sem efeitos colaterais negativos.

Sendo assim, sabe-se que o desenvolvimento de novas estratégias de intervenções tem sido essencial para contribuir esse quadro e oportunizar melhor qualidade de vida para as pessoas que vivem com HIV/AIDS (SOARES, 2012). Os exercícios físicos aeróbicos podem melhorar a qualidade de vida de pessoas que vivem com o vírus HIV, afetando os parâmetros cardiorrespiratórios, aumento de massa muscular, neuromusculares, psicológicos e promovendo a evolução da aptidão física como resistência cardiorrespiratória, redução da fadiga, e melhora na capacidade funcional e emocional, dessa forma, constitui um importante coadjuvante no tratamento dessas pessoas que vivem com HIV/AIDS (PINTO; SILVA, 2015).

Porém, muitas dessas pessoas que vivem com HIV/AIDS passam a se isolarem e perde o hábito das atividades de lazer, e ficam reduzidas ao âmbito familiar chegando assim ao isolamento total, dessa forma, a carência social e a falta dessas práticas causa impacto direto com a qualidade de vida e no lazer dessas pessoas (PUPULIN et al., 2014). O essencial é que todos os profissionais envolvidos (médicos, psicólogos, enfermeiros, profissionais de educação física, nutricionistas e assistentes sociais) estejam bem preparados para lidar com todas essas questões e com a imensa diversidade das pessoas afetadas pelo HIV/AIDS (BRASIL, 2012).

Sendo assim, diante desta problemática, o objetivo desse estudo é investigar por meio de uma revisão bibliográfica qual a relação entre a prática sistemática de exercícios aeróbicos para a qualidade de vida de pessoas que vivem com HIV/AIDS.

2 | REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 HIV/AIDS e exercícios aeróbicos

As infecções pelo vírus da Imunodeficiência humana (HIV) e a falta de controle da infecção causa a síndrome imunodeficiência Adquirida (AIDS) onde os primeiros casos começaram a serem descobertas no início da década de 1980. Surgiram na África, mas com um aumento posteriormente em todo mundo, dessa forma, sendo considerada uma pandemia. Desde o primeiro caso relatado, a doença tem sido

amplamente estudada e seu principal objetivo passou a ser a destruição total do vírus (ANDRADE, 2016).

O HIV pertence à família *Retroviridae* e o gênero *Lentivirus* no qual abrange os sorotipos HIV-1 e HIV-2. A infecção do pelo HIV no organismo humano inicia-se com um quadro clínico agudo e progride para a infecção crônica dos tecidos linfoides periféricos. O curso natural da infecção divide-se em três fases: a) síndrome retroviral aguda, onde se consolida a infecção dos linfócitos T CD4+; b) fase média crônica, onde há replicação viral, principalmente dos linfonodos e baço, além da destruição celular contínua; c) síndrome imunodeficiência adquirida (AIDS), essa última fase e considerada pela falência das defesas do hospedeiro, conseqüentemente aumentando descontroladamente o vírus no plasma e a doença clínica grave (ZANETTI, 2016). De acordo com o autor supracitado a maioria das pessoas infectadas pelo HIV evolui para AIDS após 7 a 10 anos.

O HIV pode ser transmitido pelo sangue, contato sexual, compartilhamento de seringa ou pela transmissão vertical que corresponde a infecção de mãe para filho, seja através da placenta, durante a gravidez ou pelo leite materno. A introdução do vírus não representa a manifestação da AIDS, após o contágio quatro fases podem ser consideradas no processo de evolução: Infecção aguda, fase assintomática, fase sintomática e AIDS (BRASIL, 2016).

A primeira fase, a infecção aguda, inicia-se quando o vírus atravessa a mucosa e inicia seu processo replicação no hospedeiro. Nesta fase, a replicação viral é intensa e recebe auxílio das células T CD4+ para o local na tentativa de controle. Entre as 2 e 4 semanas após o primeiro contato ocorre o pico de viremia que promove uma diminuição acentuada das T CD4+ e aparecem sintomas de gripe ou resfriado (GONÇALVES, 2014).

A segunda fase, assintomática, pode durar anos dependendo da agressividade, do tipo do HIV e do sistema imunológico de cada pessoa. Durante essa fase ocorre replicação viral, só que menos intensa e perda do sistema imunológico. Não existem sintomas clínicos, porém pode ocorrer linfadenopatia (GONÇALVES, 2014).

A terceira fase, sintomática, começa quando a contagem de T CD4+ começa a reduzir e a carga viral aumenta demais. Os sintomas por exemplos, febre recorrentes, sudorese noturna, fadiga e perda de peso associados em alguns casos com infecções oportunistas e principalmente dermatológicas (GONÇALVES, 2014).

A última é a AIDS propriamente dita, ocorre quando a contagem de T CD4+ está abaixo de 200 milímetro cúbico de sangue. Nesta fase ocorre a piora dos sintomas mencionados na fase sintomática, o aumento de infecções oportunistas, tuberculose, herpes simples, herpes zoster, hepatites, pneumonias, ademais de tumores como o sarcoma de kaposi (GONÇALVES, 2014).

O Brasil, além de ter a maior prevalência de pessoas infectadas pelo HIV na América Latina, foi o único país sul-americano a apresentar aumento no número de infecções entre os anos de 2005 e 2013, o que torna necessário mais programas de

conscientização e prevenção da transmissão do HIV (UNAIDS, 2014).

Em 1996, surgiu a *High Activity Antirretroviral Therapy* (HAART), onde houve um controle eficaz da infecção, dando as pessoas que vivem com HIV/AIDS uma redução na morbidade, melhoria na qualidade de vida e sobrevida. A expectativa de vida dessas pessoas vivendo com HIV/AIDS em tratamento atualmente aproxima-se das pessoas não infectadas devido à inibição da replicação viral e a melhoria e manutenção do sistema imunitário celulares, que contribuem para a redução das infecções (GARCIA, 2014).

Relatos apontam que as pessoas que vivem com HIV/AIDS em uso da terapia antirretroviral sofrem com alterações corporais, anormalidades metabólicas e neuropsicológicas. As características corporais caracterizam-se por redistribuição anormal de gordura, com perca no tecido subcutâneo em face e extremidades, acompanhados ou não de gordura no pescoço, região dorso-cervical, região do tronco superior e região intra-abdominal, chamada de lipohipertrofia. Esse conjunto de alterações é denominado síndrome de lipodistrofia associada ao HIV e associa-se com alterações metabólicas, as quais parecem preceder as alterações morfológicas (SILVA, 2016).

As anormalidades metabólicas são caracterizadas por um perfil lipídico, com aumento no colesterol total e lipoproteína de baixa intensidade, a resistência à insulina, consequentemente intolerância à glicose e a lipodistrofia que compartilham características comum como redistribuição de gordura corporal, resistência à insulina, anormalidades lipídicas e o aumento do risco cardiovascular (DA SILVA, 2016).

Do ponto de vista psicológico, o HIV/AIDS não age diretamente no sistema neurológico, que venha alterar, por mecanismos fisiológicos o comportamento da pessoa infectada. Os abalos psicológicos surgem antes mesmo de a pessoa descobrir se é ou não soropositivo, com isso, o perfil psicológico da pessoa infectada caracterizasse por algumas fases: comportamento de risco e ansiedade pelo resultado do exame; quando a pessoa realiza e conhece o resultado do teste e em caso de negatividade, apresenta uma sensação de alívio. Em caso de positivo, pode ocorrer o choque emocional, a negação, a agressividade, a depressão e a aceitação (PAES NETO, 2011).

3 | METODOLOGIA

O processo metodológico desse estudo constituiu em uma revisão bibliográfica, tendo como base: Scientific electronic library online (Scielo), United States National Library of Medicine (Pubmed), Google Acadêmico e sites governamentais. Foram utilizadas as palavras-chaves: Exercício Físico, Exercício Aeróbico, HIV/AIDS, Síndrome Lipodistrófica.

Os critérios para seleção dos artigos foram adotados conforme os objetivos da pesquisa, aqueles artigos que não atenderam a esses critérios foram excluídos de

estudo. Os Critérios de inclusão estabelecidos no estudo: 1) foram utilizados apenas estudos de caso, 2) analisados estudos em que os pacientes faziam o uso da terapia indicada para tratamento da patologia e praticavam exercícios.

4 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Devido aos grandes registros de infecção, juntamente com o efeito adversos do TARV, foi incluído de maneira cada vez mais ascendente os exercícios físicos como terapia não medicamentosa. Dentre eles os exercícios aeróbicos que promove alterações positivas e importantes para a qualidade de vida dessas pessoas, melhorando as capacidades funcionais, o sistema imune, além de atenuar as complicações metabólicas ligadas ao HIV/AIDS. Dessa forma, a TARV pode se tornar o principal motivo para a inclusão de exercícios aeróbicos no tratamento (CUNHA; GALVÃO, 2010).

O treinamento aeróbico para as pessoas que vivem com HIV/AIDS, visa melhorar os sistemas cardiovasculares, respiratórios e na redução dos adipócitos, agindo como modulador do perfil lipídico, reduzindo o risco doenças cardiovasculares (ANDRADE, 2016).

Uma revisão sistemática mostrou que a prática regular de exercício físico aeróbico em pessoas infectadas pelo HIV é capaz de reverter as alterações metabólicas observadas com o uso da TARV, entretanto, dentre os benefícios deste tipo de exercício estão o aumento do consumo máximo de oxigênio (VO_{2max}) e dos valores de células T CD4+, diminuição da adiposidade corporal, normalização dos valores de colesterol total (CT), triglicerídeos (TG) e da lipoproteína de baixa densidade (LDL) (ZANETTI, 2016).

Em um outro estudo, foram recrutados 39 homens soropositivos no ambulatório do departamento de doenças infecciosas da Dinamarca entre fevereiro de 2005 e março de 2006, mediante todos foram submetidos a exames médicos. Os critérios de inclusão foram pessoas entre 18-65 anos, HAART estável, sedentários, e com síndrome lipodistrofica e hipolipodistrofica. Os sujeitos foram treinados três vezes por semana durante 16 semanas. Todos os programas continham um aquecimento de 5 minutos. O treinamento aeróbico consistiu de oito programas diferentes com 35 minutos de treinamento intervalado. Em conclusão, os resultados foram de que os exercícios aeróbicos reduziram o colesterol total, colesterol de lipoproteína de baixa densidade, ácidos graxos livres, proteína C reativa de alta sensibilidade, colesterol aumentado de lipoproteínas de alta densidade, diminuição da adiposidade corporal (LINDEGAARD et al., 2008).

5 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para tanto, diante da problematização, constata-se que os exercícios aeróbicos funcionam como terapia não medicamentosa e deve ser paralela a HAART, visando assim a melhoria do sistema cardiovascular e respiratório, contribuindo para a saúde e qualidade de vida das pessoas que vivem com HIV/AIDS. Neste sentido, faz-se necessário que o indivíduo aprenda a lidar com a prática sistemática dos exercícios aeróbicos para assim ajudar no sucesso do tratamento e no cumprimento de medidas terapêuticas.

Apesar da combinação entre as terapias e exercícios aeróbicos mostrarem resultados no tratamento, é necessário o desenvolvimento de novos estudos que contemplem a ênfase na referida temática, buscando a divulgação e conscientização da importância desta prática para a melhora do quadro clínico e social das pessoas vivendo com HIV/AIDS.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, Ricardo Dias de. **Efeito no treinamento concorrente no controle autonômico cardíaco, desempenho cardiorrespiratório, força muscular e na composição corporal das pessoas que vivem com hiv/aids**. 2016. 49 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2016.
- BRASIL. Ministério da saúde: **Departamento de DST, Aids e Hepatites Virais**. 2016. Disponível em: <<http://www.aids.gov.br/aids>>. Acesso em: 08 out. 2016.
- BRASIL. **Ministério da Saúde**: Programa Conjunto das Nações Unidas. 2014. Disponível em: <<http://unaids.org.br/estatisticas/>>. Acesso em: 08 out. 2016.
- BRASIL. **Departamento de DST, Aids e Hepatites Virais**: Ministério da Saúde. 2016. Disponível em: <<http://www.aids.gov.br/pagina/sintomas-e-fases-da-aids>>. Acesso em: 13 nov. 2016.
- BRASIL, Ministério da Saúde. **Recomendações para a prática de atividades físicas para pessoas vivendo com hiv e aids**: Departamento de DST, Aids e Hepatites Virais. Brasília: Amanda Soares, 2012. 88 p.
- BARROS, Eunice Silva et al. **Influência da alimentação na lipodistrofia em portadores de hiv-aids praticantes de atividade física regular**. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, São Paulo, v. 1, n. 2, p.13-18, mar. 2007.
- CUNHA G H; GALVÃO M T G. Diagnósticos De Enfermagem Em Pacientes Com o Vírus Da Imunodeficiência Humana/ Síndrome Da Imunodeficiência Adquirida Em Assistência Ambulatorial. *Acta Paul Enferm* 2010; 23(4): 526-32.
- DA SILVA, Iana Conceição et al. **Perfil metabólico, antropométrico e lipodistrofia em pessoas vivendo com hiv/aids em uso de terapia antirretroviral**. *Nutrición clínica y dietética hospitalaria*, v. 36, n. 3, p. 38-44, 2016.
- GARCIA, A. **Effects of combined exercise training on immunological, physical and biochemical parameters in individuals with HIV/AIDS**. *J Sports Sci*, v. 32, n. 8, p. 785-92, 2014.
- GONÇALVES, Juliana Carneiro. **Análise Comparativa de Protocolos de Terapia Medicamentosa**

em Pessoas Adultas Vivendo com HIV/AIDS. 2014. 52 f. Monografia (Especialização) - Curso de Farmácia, Departamento de Farmácia, Universidade de Brasília – Unb Faculdade de Ceilândia – Fce, Brasília, 2014.

LINDEGAARD, B. et al. **The effect of strength and endurance training on insulin sensitivity and fat distribution in human immunodeficiency virus-infected patients with lipodystrophy.** J Clin Endocrinol Metab, v. 93, n. 10, p. 3860-9, Oct 2008.

PAES NETO, Pedro Pinheiro. **Educação para a saúde e a atividade física na promoção da qualidade de vida de pessoas que vivem com HIV/aids.** 2011. 163 f. Tese (Doutorado) - Curso de Enfermagem, Educação em Saúde e Formação de Recursos Humanos, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2011.

PUPULIN, Aurea Regina Telles et al. **Efeito de exercícios físicos e de lazer sobre os níveis de cortisol plasmático em pacientes com Aids.** Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Maringá, v. 6, n. 6, p.1-6, abr. 2014.

PINTO, Stefânia Moraes; SILVA, João Paulo Clemente da. **A atividade física como tratamento terapêutico da depressão em soropositivos: um estudo de intervenção.** Cinergis: Revista do Departamento de Educação Física e Saúde e do Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul / Unisc, Santa Cruz do Sul, v. 16, n. 3, p. 169-172, jul. 2015.

SIMÕES, Elizabeth; GOMES, André Luiz Marques. **Respostas Fisiológicas, hematológicas e Bioquímicas do portador do HIV a um programa de atividade física orientada.** Fitness Performance, Rio de Janeiro, v. 5, n. 3, p. 139-145, maio 2006.

SOARES, Themis Cristina Mesquita. **HIV/AIDS e estilo de vida: Marcadores Biológicos, Síndrome Lipodistrófica e sua relação com a prática de exercícios.** 2012. 113 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2012.

UNAIDS. **The gap report.** Programa Conjunto das Nações Unidas. 2014. Disponível em:<http://www.unaids.org/sites/default/files/media_asset/UNAIDS_Gap_report_en.pdf>. Acesso em: 8 out. 2016.

ZANETTI, Hugo Ribeiro. **Efeitos do treinamento resistido não linear sobre antropometria, parâmetros metabólicos, inflamatórios e imunes, força muscular e componentes da síndrome metabólica em pessoas infectadas pelo hiv: ensaio clínico randomizado.** 2016. 70 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Física, Universidade Federal do Triangulo Mineiro, Uberaba, 2016.

RELATO DE EXPERIÊNCIA: UMA PERSPECTIVA A PARTIR DA AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL COM O PÚBLICO HIV/AIDS

Silvana Corrêa Matheus

Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Educação Física e Desportos
Santa Maria – Rio Grande do Sul

Camila Valduga

Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Educação Física e Desportos
Santa Maria – Rio Grande do Sul

Bruna dos Santos

Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Educação Física e Desportos
Santa Maria – Rio Grande do Sul

Mauri Schwanck Behenck

Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Educação Física e Desportos
Santa Maria – Rio Grande do Sul

Uliana Soares Schaffazick

Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Educação Física e Desportos
Santa Maria – Rio Grande do Sul

Renata Palermo Licen

Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Educação Física e Desportos
Santa Maria – Rio Grande do Sul

RESUMO: A AIDS é uma doença crônica causada pelo vírus HIV, para a qual não há cura, até o momento, tornando-se relevante discutir e aprimorar o entendimento sobre diferentes aspectos relacionados a esse público

em seu contexto multidisciplinar. Este trabalho tem como objetivo relatar uma vivência de acadêmicos da graduação e pós-graduação do curso de Educação Física da UFSM, refletindo sobre a avaliação da composição corporal e os consequentes resultados dos pacientes portadores do HIV/AIDS. Tal experiência ocorreu no LABCINE da UFSM, que presta serviço para estes pacientes a partir de uma ação multidisciplinar. É possível perceber através desta experiência o quão é importante a relação entre diferentes profissionais da saúde e pacientes infectados com o HIV, compreendendo que a relação interdisciplinar propicia a estes pacientes a possibilidade de se sentirem participantes de seu cuidado, bem como, menos excluídos pela rotulação da doença, além de possibilitar o acesso aos resultados e esclarecimentos sobre as avaliações de composição corporal e força.

PALAVRAS-CHAVE: composição corporal; HIV; avaliação

EXPERIENCE REPORT: A PERSPECTIVE
FROM THE EVALUATION OF BODY
COMPOSITION WITH THE PUBLIC HIV/AIDS

ABSTRACT: AIDS is a chronic disease caused by the HIV virus, for which there is no cure so far, making it relevant to discuss and improve

understanding about different aspects related to this public in its multidisciplinary context. The objective of this study is to describe the experience of undergraduate and postgraduate students of the UFSM Physical Education course, reflecting on the evaluation of body composition and the consequent results of patients with HIV/AIDS. This experience occurred in the LABCINE of UFSM, which provides service to these patients from a multidisciplinary action. It is possible to perceive from this experience how important the relationship between different health professionals and patients infected with the HIV, understanding that the interdisciplinary relationship allows these patients the possibility to feel participants in their care, as well as, less excluded by the disease labeling, in addition to providing access to results and clarifications on body composition and strength assessments.

KEYWORDS: body composition; HIV; evaluation

1 | INTRODUÇÃO

Existem cerca de 36 milhões de portadores do vírus HIV (Vírus da Imunodeficiência Humana) no mundo, sendo que no ano de 2016 ocorreram aproximadamente 1 milhão de mortes em decorrência da AIDS (UNAIDS, 2016).

No Brasil, a incidência da doença vem diminuindo gradativamente nos últimos anos. No entanto, apesar dessa queda, o número de pessoas que vivem com HIV ainda é alta no país. De acordo com o Boletim Epidemiológico 2017, entre 1980 até junho de 2016 foram registrados no país, 548.850 (65,1%) casos de infecção pelo HIV em homens e 293.685 (34,9%) em mulheres. Na região Sul, os dados se detêm entre os anos de 2007 a 2016, sendo 13.855 especificadamente no Rio Grande do Sul (RS).

A AIDS é uma doença crônica causada pelo vírus HIV, um retrovírus que ataca o sistema imunológico de seu portador, impedindo-o de realizar sua função de defesa do organismo o deixando vulnerável a doenças oportunistas, as quais utilizam a fragilidade do sistema imunológico para causar diversos prejuízos a estes pacientes (BAYLOR INTERNATIONAL PEDIATRIC AIDS INITIATIVE, 2010; CUNICO et al., 2008).

A partir da década de 90, devido ao uso das terapias antirretrovirais (TARV) houve aumento da sobrevivência de pacientes HIV/AIDS. A introdução da TARV também ocasionou uma estabilização da doença, melhorando a qualidade de vida do paciente (CRUM et al., 2006; DIEHL et al., 2008; DOURADO, et al., 2006; NASH et al., 2008; PALELLA et al., 1998; SEGATTO, 2010). Porém, apesar dos benefícios trazidos a seus usuários, foram relatados diversos efeitos colaterais podendo citar entre estes as dislipidemias, o aumento da resistência periférica a insulina e hiperglicemia, a redistribuição da gordura corporal e os fatores de risco para doenças cardiovasculares (COLLINS et al., 2000).

A redistribuição da gordura corporal é um aspecto de particular interesse no

contexto ora apresentado tendo em vista o possível impacto que pode ter sobre o contexto de avaliação da composição corporal.

Sendo assim, buscou-se nesse trabalho, relatar a experiência profissional e pessoal de integrantes do Laboratório de Cineantropometria (LABCINE) (graduandos e pós-graduandos) no que diz respeito à avaliação da composição corporal de pacientes portadores da referida patologia.

2 | METODOLOGIA

Os pacientes atendidos no Centro de Tratamento e Assistência (CTA) – Casa Treze de Maio, um serviço de referência para a população de Santa Maria-RS, recebem a oportunidade de terem um atendimento multidisciplinar, através da integração professor/alunos dos cursos do Centro de Educação Física e Desportos (CEFD) da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) e de profissionais da Rede Pública de Saúde do Município de Santa Maria-RS.

As avaliações são realizadas em diferentes locais, variando de acordo com o resultado a ser oferecido, ou seja, as avaliações com aspectos clínicos, como: perfil bioquímico e nutricional são realizados na Casa Treze de Maio e as avaliações que se referem à composição corporal são realizadas no LABCINE do CEFD/UFSM.

Fazendo referência especificamente as avaliações da composição corporal, a sequência da obtenção dos dados é baseada no protocolo padrão do LABCINE, o qual é seguido pelos seus membros. O avaliado tem acesso às informações e esclarecimentos durante todo o período de realização da avaliação. Após a realização da mesma os dados são computados e analisados e o avaliado recebe por e-mail um informativo com os resultados de sua avaliação.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tomando como base as informações que caracterizam o vírus (mudanças morfológicas e metabólicas) e o entendimento sobre o assunto, nota-se a significância de discutir essas questões no âmbito da Educação Física, que muitas vezes está mais relacionada a contextos esportivos e *fitness*. Assim, com o envolvimento com este público, através das avaliações, leitura de artigos e debates acerca do tema, os integrantes do LABCINE vivenciam momentos que os diferem como profissionais (equipe multidisciplinar), além de possibilitar um espaço de discussão do assunto para a área de atuação.

No que diz respeito à composição corporal em específico, é possível comprovar através das avaliações que alguns pacientes apresentam uma redistribuição de gordura corporal, no entanto, esta situação não dificulta a realização das medidas. Dessa forma, é possível afirmar que a avaliação deste público, se assemelha a de

indivíduos sem a patologia e que essa vivência possibilita uma maior experiência dos integrantes do LABCINE com diferentes populações.

Quanto ao aspecto mais humano, em conversas com os pacientes, percebe-se a importância que a maioria deles remete a oportunidade de realizarem a avaliação da composição corporal, obtendo assim, mais informações sobre seu estado geral de saúde. Além disto, o paciente também tem outro tipo de experiência, fora do contexto hospitalar e/ou ambulatorial, com o esforço da equipe do LABCINE para que a mesma ocorra em um ambiente agradável no qual o paciente sinta-se confortável.

Enfim, acredita-se que a vivência esteja proporcionando a evolução de todos, tornando nós profissionais mais capacitados para trabalhar com este público, e os pacientes individualmente, por conquistarem este espaço como uma contribuição para o ganho de conhecimento sobre mais uma alternativa de avaliação que pode auxiliá-los a enfrentarem os desafios provocados pelo vírus.

4 | CONCLUSÃO

A experiência vivida a partir das avaliações da composição corporal com este grupo em específico tem proporcionado a todo o grupo envolvido, discussões importantes que permitem compreender com mais profundidade a doença em suas múltiplas facetas, especialmente no que se refere à composição corporal e a redistribuição de gordura. Nesse sentido, esta vivência constitui-se em um espaço importante de construção, articulação de saberes e transformação do contexto social no qual se insere a ação da Universidade, reafirmando sua função social e proporcionando a integração com a equipe de saúde do Município.

REFERÊNCIAS

BAYLOR INTERNATIONAL PEDIATRIC AIDS INITIATIVE. **CURRÍCULO DO VHI PARA O PROFISSIONAL DE SAÚDE**. Houston, Texas: Baylor College of Medicine, 2010. Disponível em: <<http://www.bipai.org/WorkArea/DownloadAsset.aspx?id=137>>. Acesso em: 13 abr. 2018.

COLLINS, E.; WAGNER, C.; WAMSLEY, S. Psychosocial impact of the lipodystrophy syndrome in HIV infection. **The AIDS Reader**, v.10, n. 9, p. 546-551, 2000. Disponível em: <http://www.medscape.com/viewarticle/410316_1>. Acesso em: 11 abr. 2018.

CRUM, N. C.; RIFFENBURGH, R. H.; WEGNER, S.; AGAN, B. K.; TASKER, S. A.; SPOONER, K. M. et al. Comparisons of Causes of Death and Mortality Rates Among HIV-Infected Persons. Analysis of the Pre-Early, and Late HAART (Highly Active Antiretroviral Therapy) Eras. **Journal of Acquired Immune Deficiency Syndromes**. U.S.A, v. 41, n. 2, p. 194-200, 2006. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16394852>>. Acesso em: 13 abr 2018.

CUNICO, W.; GOMES, C. R. B.; VELLASCO W. T. J. HIV – recentes avanços na pesquisa de fármacos. **Química Nova**. São Paulo, v. 31, n. 8, p. 2111-7, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-40422008000800035>. Acesso em: 9 abr 2018.

DIEHL, L. A.; DIAS, J. R.; PAES, A. C. S; THOMAZINI, I. M. C.; GARCIA, L. R. et al. Prevalência

da Lipodistrofia Associada ao HIV em Pacientes Ambulatoriais Brasileiros: Relação com Síndrome Metabólica e Fatores de Risco Cardiovascular. **Arquivo Brasileiro de Endocrinologia & Metabologia**. São Paulo, v. 52, n. 4, p. 658-667, 2008. Disponível em: <http://biblioteca.universia.net/html_bura/ficha/params/title/prevalência-da-lipodistrofia-associada-ao-hiv-em-pacientes-ambulatoriais-brasileiros/id/37351330.html>. Acesso em: 14 abr 2018.

DOURADO I. et al. Tendências da epidemia de AIDS no Brasil após a terapia antirretroviral. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, v. 40, p. 9-17, 2006. Disponível em: <<http://www.scielosp.org/pdf/rsp/v40s0/03.pdf>> Acesso em: 14 abr. 2018.

MINISTÉRIO DA SAÚDE Brasil - Secretaria de Vigilância em Saúde - Departamento de DST, Aids e Hepatites Virais. **Boletim Epidemiológico - Aids e DST**. Brasília. Ano V, 2016. Disponível em: <<http://www.aids.gov.br/ptbr/pub/2016/boletim-epidemiologico-de-aids-2016>> Acesso em: 13 abr. 2018.

NASH, D.; KATYAL, M.; BRINKHOF, M. W.; KEISER, O.; MAY, M.; HUGHES, R. et al. Long-term immunologic response to antiretroviral therapy in low-income countries: a collaborative analysis of prospective studies. **Official Journal of the International AIDS Society**. New York, U.S.A., v. 22, n. 17, p. 291-302, 2008. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2794130/>>. Acesso em: 09 abr. 2018.

PALELLA, F. J.; DELANEY, K. M.; MOORMAN, A. C.; LOVELESS, M. O.; FUHRER, J.; SATTEN, G. A.; ASCHMAN, D. J.; HOLMBERG, S. D. Declining Morbidity and mortality among patients with advanced human immunodeficiency virus infection. **The New England Journal of Medicine**. U.S.A. v. 338, n. 13, p. 858-60, 1998. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9516219>>. Acesso em: 09 abr. 2018.

SEGATTO A. M. F. **Atividade física e lipodistrofia em portadores de HIV/AIDS submetidos à terapia Anti-Retroviral**. Dissertação (Mestrado em Fisioterapia) - Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", Presidente Prudente, São Paulo, 2010. Disponível em: <http://www4.fct.unesp.br/pos/fisioterapia/dissertacao/09/dissertacao_aline_segato.pdf>. Acesso em: 13 abr. 2018.

UNAIDS, AIDS epidemic update: December 2009. Disponível em: <http://data.unaids.org/pub/Report/2009/jc1700_epi_update_2009_en.pdf>. Acesso em: 13 abr. 2018.

QUALIDADE DE VIDA E INTERESSE PELA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS DE PESSOAS COM MOBILIDADE REDUZIDA NA CIDADE DO RJ

Edvaldo de Farias

Universidade Estácio de Sá

Curso de Educação Física

Rio de Janeiro - RJ

Florisfran Melo Soares

Universidade Estácio de Sá

Curso de Educação Física

Rio de Janeiro

RESUMO: A evidência de um crescente número de pessoas com algum tipo de deficiência adquirida ao longo de sua vida é inquestionável e confirma-se em diferentes pesquisas realizadas no mundo, demonstrando assim que este não é um fato pontual, mas sim uma característica da sociedade contemporânea. Na maioria dos países, a proporção mínima entre pessoas com e sem deficiências motoras, intelectuais ou sensoriais é de uma para cada dez pessoas e a presença delas impacta de forma negativa no mínimo 25% da população. A adoção de hábitos saudáveis e da prática de exercícios físicos regulares tem se mostrado favorável para a aquisição de bem-estar físico, psicológico e social dessas pessoas. A pesquisa teve o propósito de mensurar a percepção de Qualidade de Vida de adultos com mobilidade reduzida e o nível de interesse pela prática de exercícios físicos orientados. Foi adotada

a aplicação do instrumento WHOQOL-*bref*, auto-preenchível, em um total de 40 sujeitos de ambos os sexos em amostragem por conveniência. Os resultados demonstram que os respondentes possuem uma percepção da qualidade de vida como frágil e com perdas qualitativas, ao mesmo tempo em que registraram singular interesse pela prática de exercícios físicos orientados. Conclui-se por uma lacuna no atendimento das necessidades específicas dessas pessoas além de uma falha mercadológica para os profissionais de Educação Física interessados em atuar nesse segmento. Recomenda-se estudos mais abrangentes, em diferentes estratos da sociedade e com pessoas dotadas de outras limitações, além de sugerir maior ênfase no estudo dessa clientela e suas demandas específicas na graduação em Educação Física. **PALAVRAS-CHAVE:** atividade física, mobilidade reduzida, bem-estar, idosos

QUALITY OF LIFE AND INTEREST BY THE PRACTICE OF PHYSICAL EXERCISES OF PEOPLE WITH REDUCED MOBILITY IN THE RJ

ABSTRACT: The current society have lived with a substantial growing number of people with some kind of disability. The estimated amount of

610 million people in this condition are reported by different researches developed all around the world, demonstrating that this is not an isolated fact, but rather a feature of the contemporary society. In most countries, the minimum ratio of people with a physical, mental or sensory disability is one in ten, and this disability impacts in a negative way at least 25% of all population. Therefore the adoption of healthy habits and physical activity have shown to be essential to provide the state of physical, psychological and social wellness of these people. Thus, the survey aimed to measure the perception of Quality of Life in adults with reduced mobility in the southern zone of Rio de Janeiro, and their interest on practicing physical activity. To measure these parameters, the participants had to deliberately answer a WHOQOL-*bref* questionnaire, with the convenience sampling in a total of 40 subjects. The results demonstrated that the interviewed people had a perception of their Quality of Life as endowed with weaknesses, however they still have a singular interest in the practice of regular exercise. Therefore, it was evident that there is a gap in relation to satisfaction of specific needs of these people, which not only evidence the marketing failure for physical education professionals interested on working in this segment, as it also makes clear the possible reasons why these people were out of regular physical activity. The research recommends the development of a broader study, in different strata of society and with people affected by other limitations. Furthermore, future researches should emphasize more on the study of these clients and their specific demands in undergraduate courses of Physical Education.

KEYWORDS: physical activity/ physical disability/ wellness/ seniors

INTRODUÇÃO

Estilo de vida é o conjunto de ações habituais que refletem as atitudes, os valores e as oportunidades na vida dos sujeitos (NAHAS, 2003). No entanto, Gonçalves (2004) define modo de vida como a garantia das necessidades de subsistência do indivíduo, através de sua condição econômica e, em parte, por políticas públicas; e condições de vida como os determinantes político-organizacionais da sociedade como um todo, que norteiam a relação entre os grupos de sujeitos e as variantes de saneamento, transporte, habitação, alimentação, educação, cuidados à saúde, entre outros. Porém, recentes estudos têm demonstrado que intervenções no estilo de vida são tão eficazes quanto as terapias médicas baseadas em evidências sobre a redução da mortalidade. A redução da mortalidade nos EUA atribuída às mudanças nos fatores de risco em função da melhora no Estilo de vida e no ambiente alcançaram 44%, enquanto que aquelas relacionadas às terapias médicas alcançaram 47%. Entre os componentes do Estilo de vida responsáveis pela redução da mortalidade se destacam, em ordem, a abstinência do tabagismo, redução da pressão arterial, redução do peso e prática de atividades físicas regulares, redução do sal na dieta, e aumento da ingestão de frutas e verduras (PORTES, 2011).

Por sua vez, qualidade de vida segundo Nahas (2003) é a inter-relação mais ou

menos harmoniosa dos fatores que moldam o cotidiano do ser humano resulta numa rede de fenômenos e situações que, abstratamente, pode ser chamada qualidade de vida. Em geral, associam-se à expressão qualidade de vida fatores como estado, relações familiares, disposição e até espiritualidade e dignidade. Difícil de se definir objetivamente, qualidade de vida pode ser considerada como um conjunto de parâmetros individuais, socioculturais e ambientais que caracterizam as condições em que vive o ser humano. No entanto, Almeida *et al* (2012), compreendem qualidade de vida como uma forma humana de percepção do próprio existir, a partir de esferas objetivas e subjetivas, é um desses. Porém, é preciso que, para uma compreensão adequada, não haja reducionismo perante esse tema, pois o que se percebe são inter-relações constantes entre os elementos que compõem esse universo.

A Organização Mundial de Saúde – OMS (2013) define a saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades”. De fato, durante muito tempo, a saúde foi entendida simplesmente como o estado de ausência de doença. Considerada insatisfatória, esta definição de saúde foi substituída por outra, que engloba bem-estar físico, mental e social. Almeida (2013) completa esta ideia dizendo que embora mais abrangente, o novo conceito não está livre de dificuldades, sobretudo quando se leva em conta a legitimidade dos movimentos que defendem a saúde para todos (ALMEIDA FILHO, 2013).

Canguilhem (2006), por sua vez, afirma que saúde implica poder adoecer e sair do estado patológico. Em outras palavras, a saúde é entendida por referência à possibilidade de enfrentar situações novas, pela “margem de tolerância ou de segurança que cada um possui para enfrentar e superar as infidelidades do meio”, ou ainda “um guia regulador das possibilidades de reação” (p. 149). A ameaça da doença é, portanto, um dos elementos constitutivos da saúde (COELHO; ALMEIDA FILHO, 2003) e portanto, a saúde não é um bem individual, de vez que nenhum indivíduo sentirá es se bem quando, em seu derredor, sofrem muitos e a comunidade reflita, em seu funcionamento, o sofrimento de muitos. A saúde é, portanto, um valor coletivo, um bem de todos, devendo cada um gozá-la individualmente, sem prejuízo de outrem e, solidariamente, com todos.

No passado, segundo Gouveia (1960 *apud* Rossetto, 2014), a saúde era a perfeição morfológica, acompanhada da harmonia funcional, da integridade dos órgãos e aparelhos, do bom desempenho das funções vitais; era o vigor físico e o equilíbrio mental, apenas considerados em termos do indivíduo e ao nível da pessoa humana. O mesmo autor referia ainda que a “saúde social”, traduzia-se na alegria de viver, no bem-estar físico, psíquico e econômico do indivíduo, relacionado a sua família e ao meio em que vive. “Ela não se revela na cota de imposto de renda, no cadastro bancário, no gozo da propriedade e no privilégio de prerrogativas político-sociais. O que a expressa é o comportamento ajustado do indivíduo dentro da comunidade; é a aceitação e o exercício corretos dos padrões de vida adotados por esta; é a eficiência social do indivíduo bem integrado na ordem e no esforço

organizado da comunidade, quando busca resolver os problemas fundamentais de sua gente; é a participação inteligente e interessada na solução das necessidades sociais, suas próprias e da sua família; é manter boas relações humanas; é ser livre; é ser feliz; é ser consciente de suas responsabilidades; é sentir a vida e vencê-la com satisfação «. Atualmente, a saúde passou a ser considerada sob outro plano ou dimensão; saiu do indivíduo para ser vista, também, em relação ao indivíduo com o trabalho e com a comunidade. No que diz respeito ao indivíduo, quanto ao seu bem-estar físico, devemos referir que não há saúde de órgãos porque a saúde é total, é o todo. Assim como não existem doenças estritamente locais, não há também “saúde local” (OMS, 2013).

Portes (2011) afirmava que, existem sólidas evidências de que mudanças no estilo de vida têm grande impacto sobre a qualidade de vida individual e da população, principalmente quando se diz respeito ao estilo de vida saudável como não fumar, praticar atividades físicas e o consumo de frutas e vegetais.

Atualmente há no mundo um número considerável e sempre crescente de pessoas deficientes. A quantidade estimada em 610 milhões vê-se confirmada pelos resultados de pesquisas referentes a diversos segmentos da população e pela observação de peritos. Na maioria dos países, pelo menos uma em cada dez pessoas tem uma deficiência física, mental ou sensorial e a presença dessa deficiência repercute de forma negativa em pelo menos 25% de toda a população. (ONU, 2000).

O Censo 2010 no Brasil demonstrou que 14,5% da população nacional quase 24,6 milhões de brasileiros possuem algum tipo de deficiência. No estado do Rio de Janeiro este número ultrapassa 327.000 pessoas (IBGE, 2010).

A Lei nº. 7.853, de 24/10/1989 dispõe sobre o apoio às pessoas com algum tipo de deficiência, sua integração social, ficando esta responsabilidade sob a égide da Coordenadoria Nacional para Integração da Pessoa Portadora de Deficiência. Ficam estabelecidas normas gerais que asseguram o pleno exercício dos direitos individuais e sociais das pessoas portadoras de deficiências, e sua efetiva integração social, nos termos desta Lei. O Ministério da Saúde (2008), atribui ao setor as seguintes responsabilidades e funções: (1) a promoção de ações preventivas; (2) a criação de uma rede de serviços especializados em reabilitação e habilitação; (3) a garantia de acesso aos estabelecimentos de saúde e do adequado tratamento no seu interior, segundo normas técnicas e padrões apropriados; (4) a garantia de atendimento domiciliar de saúde ao deficiente grave não internado; e (5) o desenvolvimento de programas de saúde voltados para as pessoas portadoras de deficiências e desenvolvidos com a participação da sociedade (art. 2.º, inciso II).

Atualmente a OMS procura enfatizar a funcionalidade, a capacidade de viver a vida e sua total potencialidade e atuação no contexto social. Fazendo com que os direitos sociais asseguram o direito de igual oportunidade, independentemente da condição diferente e peculiar que uma pessoa apresentar (GREGOUL, 2013). Dentre

as inúmeras doenças ou acometimentos que podem, por consequência, acarretar dificuldades ou impedimentos na locomoção podemos citar as 3 de maior incidência: acidentes vasculares encefálicos, traumas ou lesões medulares e diabetes.

O acidente vascular encefálico – AVE, atualmente denominado como doença vascular encefálica – DVE, é a doença cerebrovascular que apresenta maior incidência, tem maior taxa de morbidade e resulta em incapacidades segundo Karch (1998), levando a estatística de 40 - 50% dos indivíduos acometidos irem a óbito após 6 meses. A maioria dos sobreviventes apresenta deficiências neurológicas e incapacidades residuais significativas, o que faz desta patologia a primeira causa de incapacitação funcional no mundo ocidental (ANDRÉ, 2006). Há dados suficientes no Brasil para afirmar que esta doença é grave, geradora de incapacidades crônicas com perda da independência e que, muitas vezes, suprime a autonomia das pessoas acometidas, pressupondo a necessidade iminente de alguém que auxilie essas pessoas nas suas dificuldades para o desempenho das AVD - atividades da vida diária (KARCH, 1998).

Em relação as lesões raquimedulares, Greguol (2013) afirma que, até algumas décadas anteriores, as pessoas acometidas estavam destinadas ao abandono e a uma vida praticamente vegetativa. A expectativa de vida dos indivíduos era baixa, e muitos morriam em decorrência de infecções diversas ou por outros problemas advindos do sedentarismo. Após a 2ª. Guerra Mundial, com o advento dos antibióticos e dos tratamentos de reabilitação, o quadro de óbitos precoces de indivíduos com lesão da medula espinhal mudou. Quando tratados, esses indivíduos não morrem mais na fase aguda. Por meio de uma reabilitação bem planejada e assistida as sequelas da lesão tendem a ser minimizadas, proporcionando ao indivíduo uma possibilidade de vida mais próxima da normal.

Em relação ao Diabetes Mellitus, a Sociedade Brasileira de Diabetes (2014) informa que esta doença silenciosa constitui um grupo de doenças metabólicas caracterizadas pela perda do controle do aumento da glicemia resultante de alterações na secreção e/ou na ação da insulina. O Ministério da Saúde no Brasil (2010) comunica que 70% das cirurgias para amputações ou retirada de membros no Brasil são derivados desta doença, estimando-se que 55 mil amputações anuais ocorrem em pacientes diabéticos. Ainda em termos de Brasil, em 2013 o Ministério da Saúde identificou um crescimento de 76% relacionado a 2010, sendo 90% dos casos de Diabetes tipo 2 que diretamente relacionados ao estilo de vida. Atualmente mais de 13,4 milhões de Brasileiros possuem Diabetes.

No que diz respeito as deficiências físicas, podemos defini-la segundo o Ministério da Educação e Cultura – MEC (2004) como sendo a resultante de “(...) diferentes condições motoras que acometem as pessoas, comprometendo a mobilidade, a coordenação motora geral e da fala, em consequência de lesões neurológicas, neuromusculares, ortopédicas, ou más formações congênitas ou adquiridas (...)”. De acordo com o Decreto nº 5.296 de 2 de dezembro de 2004, deficiência física é

definida como:

“ (...) uma alteração completa ou parcial de um ou mais segmentos do corpo humano, acarretando o comprometimento da função física, apresentando-se sob a forma de paraplegia, paraparesia, monoplegia, monoparesia, tetraplegia, tetraparesia, triplegia, triparesia, hemiplegia, hemiparesia, ostomia, amputação ou ausência de membro, paralisia cerebral, nanismo, membros com deformidade congênita ou adquirida, exceto as deformidades estéticas e as que não produzam dificuldades para o desempenho de funções (...)”.

Sobre esta temática, Lemos (2013) afirma que no Brasil as principais causas de deficiência física são os acidentes de trânsito, os ferimentos por arma de fogo e doenças geradoras de incapacidades físicas totais ou parciais.

No que diz respeito ao processo de individualização, seja ela nos mais diferentes tipos de serviços ou bens de consumo, e compreendendo tal processo como uma característica crescente deste momento histórico das sociedades complexas a partir da possibilidade tecnológica que gerou a capacidade antes inimaginável da “personalização em massa” (FARIAS, 2010), Bauman (2001) defendia a posição de que a individualização traz para o indivíduo a liberdade da experimentação e o enfrentamento das consequências desse novo *design* no relacionamento de consumo. A responsabilidade pelas escolhas parece ser exclusiva de cada indivíduo consigo mesmo e, para fugir do erro e da reprovação, parece ser seguro delegar a responsabilidade de si para outra pessoa. O treinador personalizado, segmento de intervenção profissional na Educação Física passa então a ser o alvo e foco desta transferência de responsabilidade.

Neste sentido, este mesmo autor já sublinhava há quase duas décadas que a nossa sociedade é constituída essencialmente por consumidores e justifica esta afirmação considerando que consumidores são, em síntese, “primeiro e acima de tudo, acumuladores de sensações”.

Bossle (2008), numa consistente e pertinente análise crítica, afirmava que o treinador personalizado se assemelha a uma versão atualizada do consultor privado dos primeiros séculos, embora pareçam existir diferenças cruciais entre estas duas figuras, na medida em que, enquanto o consultor privado objetivava o aconselhamento para assegurar a autonomia do indivíduo, o treinador personalizado parece visar a dependência eterna do cliente aos seus serviços, estabelecendo uma relação na qual somente com sua presença e acompanhamento os resultados pretendidos pelo cliente podem acontecer. Assim, com ares de modismo, esta perspectiva de atividade foi introduzida no Brasil, segundo Rodrigues (1998), no início dos anos 90 do século XX, fazendo com que esta perspectiva agregasse novos papéis às atividades exercidas pelo profissional de Educação Física no segmento *fitness*. Desta forma, Rodrigues (1998) desde muito antes de uma verdadeira “febre” no mercado da prescrição de treinamentos, parecia delinear um desses novos papéis quando definia o profissional *do treinamento personalizado* como uma “super microempresa” capaz de vender serviços ligados à aptidão física, bem-estar e qualidade de vida

com foco na conquista, satisfação, manutenção e fidelização dos seus clientes.

Diante deste contexto, a pesquisa teve o propósito de investigar a percepção de qualidade de vida e o interesse pela prática de atividade física personalizada de pessoas com mobilidade reduzida residentes em bairros da zona sul na cidade do Rio de Janeiro.

MATERIAL E MÉTODO

Em termos de classificação foi utilizado a Cartilha do Censo 2010 e utilizando Gil (2008) como base teórica, a pesquisa pode ser caracterizada quanto aos fins como qualitativa e quantitativa, uma vez que foram identificadas as adaptações na qualidade de vida destes sujeitos e quantificado o interesse dessa população pela prática de exercícios físicos. Foi utilizado o questionário WHOQOL abreviado pois o mesmo é curto o suficiente para ser usado onde o tempo é escasso e o contato pessoal com os inquiridos é de difícil acesso. Ele tem ampla utilização em pesquisas e ensaios clínicos, cobrindo uma boa gama de facetas que foram combinadas por um consenso internacional. Uma notável característica é a inclusão de domínios sociais e ambientais para avaliação (ROCHA, 2011). Surgindo após mais de 10 anos de desenvolvimento sobre cuidados com a saúde e qualidade de vida, o WHOQOL abreviado tornou-se um instrumento multilíngue, onde o sujeito é o foco principal avaliando-o subjetivamente, projetado para uso similar ao WHOQOL-100 com um perfil multidimensional, permitindo assim, a análise de diferentes estado de saúde e uma ampla gama de doenças. Possuindo vários pontos fortes, pois é baseado em um conceito transcultural e está disponível na maioria dos principais idiomas do mundo, sendo, portanto, apropriado para uso em pesquisa colaborativa multinacional por envolver uma variedade de intervenções em diferentes ambientes de serviços (ROCHA, 2011).

Inicialmente a pesquisa foi desenvolvida por meio de uma revisão da literatura nacional e estrangeira com vistas a conceituar os subtemas que construíram a base teórica do estudo e esta revisão teve como base a consulta a publicações científicas, livros e portais de pesquisa devidamente indexados e que abordaram as temáticas secundárias ou mesmo a principal, qual seja a qualidade de vida e interesse por prática de exercício físico por pessoas com mobilidade reduzida na zona sul do Rio de Janeiro.

O bairro da zona sul do Rio de Janeiro selecionado inicialmente foi Ipanema, pois é um bairro de fácil acesso pelo pesquisador e faz parte de sua área de atuação. Principalmente por trabalhar a mais de 20 meses na Academia Proforma Unidade 3- Ipanema, situada na Avenida Prudente de Moraes, 1276. Contudo o número de idosos abordados chegou a 100% dos entrevistados. Fazendo com que o bairro de Copacabana foi também participasse da pesquisa. Já que Copacabana segundo o IBGE (2010), na zona sul do Rio, dispara na liderança do levantamento. Dos

146.392 habitantes do bairro, 43.431 estão acima dos 61 anos, idade a partir da qual a Constituição considera, oficialmente, um brasileiro como idoso. Com isso, Copacabana tem cerca de 3,3 idosos para cada dez habitantes. Na média dos bairros, essa proporção não chega a um idoso para cada dez moradores.

O período da coleta de dados foi durante os meses de julho e agosto de 2015, através da aplicação do questionário WHOQOL abreviado. Contudo, procurando conhecer o perfil dos sujeitos, foram adicionadas 4 perguntas no final do questionário, elaborado pelo próprio autor, e submetido ao processo de validação em relação aos aspectos coerência, clareza e aplicabilidade, e tal validação foi feita buscando agregar dados específicos a pesquisa no que diz respeito : a idade do entrevistado, ao seu interesse pela prática de exercícios físicos, sua disponibilidade semanal e sua preferência por exercícios em casa, academia ou ao ar livre. Todo questionário, pode ser aplicado pessoalmente pelo pesquisador, contudo acreditando que uma das maiores dificuldades da pesquisa, foi o acesso pessoal a estes sujeitos.

Estas informações encontraram-se impressas em um panfleto explicativo, contendo todos os dados da pesquisa, informação do pesquisador e da Universidade Estácio de Sá, que foram entregues aos sujeitos da pesquisa. O critério de inclusão foi de escolha dos sujeitos de ambos os sexos, intencional por conveniência sujeitos com diferentes tipos de deficiências que ocasione dificuldade de locomoção. Tanto de natureza permanente quanto temporária.

Após a coleta dos dados foi feito o devido tratamento estatístico, utilizando-se para isso de estatística descritiva no tratamento dos dados obtidos, por meio por meio da aplicação do instrumento supracitado.

RESULTADO E DISCUSSÃO

Apresentamos a seguir os resultados obtidos na pesquisa cujo objetivo foi a percepção de Qualidade de Vida e o interesse por exercícios físicos por pessoas com mobilidade reduzida na zona sul do Rio de Janeiro.

Primeiramente, com o intuito de identificar e caracterizar os sujeitos da pesquisa foram feitas, antes da aplicação do WHOQOL-*bref*, 5 indagações, as quais apresentamos os respectivos resultados na modalidade questão-a-questão, com o intuito de facilitar a compreensão e respectiva discussão, quando for possível.

Em relação a 1ª. questão, que abordava o **local de moradia** dos sujeitos, obtivemos 55% (22) residindo no bairro de Ipanema e 45% (18) residindo no bairro de Copacabana.

Na 2ª. questão, que trata sobre o **interesse por exercícios físicos** existe uma parcela de 82,5% (33) com interesse pela prática de exercícios, uma parte 15% (6) não tem interesse pela prática de exercícios. Entre os indecisos o percentual foi de 2,5% (1). O resultado mostra um desejo dos sujeitos pela prática de exercícios

buscando uma melhoria no estado físico. O que é condizente com Macedo *et al* (2003) onde afirmava que a melhora nos aspectos físicos pode ser relacionada com maior dedicação dos indivíduos às suas atividades físicas, ou profissionais.

A 3ª. questão, que informa a **faixa etária** dos sujeitos da pesquisa ficou distribuída entre adultos 55% (22) e idosos 45% (18).

Já a 4ª. questão, que se referiu a **disponibilidade semanal** para prática de exercícios físicos, apresentou a seguinte distribuição: 50% (20) de 1 a 2 vezes, 45% (18) de 2 a 5 vezes e 5% (2) acima de 5 vezes. Esta distribuição pode ser visualizada na figura 1 a seguir.

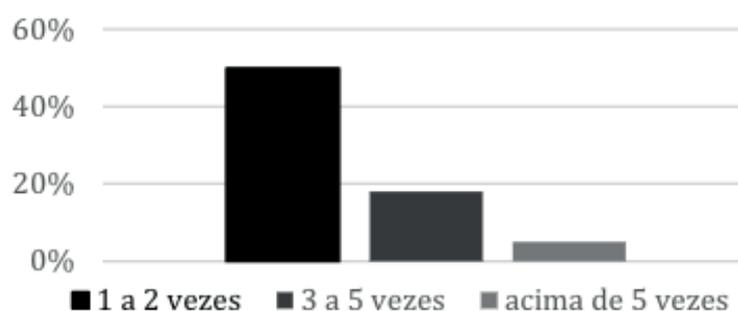


Figura 1- Disponibilidade Semanal

Fonte: o autor

Este resultado não corrobora com a pesquisa realizada por Malta *et al* (2006) onde afirmam que existe uma prevalência de sedentarismo no Brasil oscilando entre 26,7 e 78,2% da população e também com Santos e Knijnik (2006) onde apontam que uma das maiores dificuldades expressas pelas pessoas para a prática de atividade é a falta de tempo, normalmente ligada à jornada excessiva de trabalho, tempo para obrigações familiares e dificuldade na administração do tempo.

Na 5ª. questão, que diz respeito ao **local da prática de exercícios** físicos 32,5% (13) optaram por exercícios em casa, 40% (16) na academia e 27,5% (11) por exercícios ao ar livre. Resultado condizente com Vendruscolo (2009 *apud* BARBOSA, 2010), onde afirmam que a possibilidade de sair de casa, ocupar o tempo livre, conhecer pessoas e lugares, tende a adicionar novas dimensões e significados nas vidas dos idosos, o que por sua vez abre novas perspectivas de vida. Dados que podem ser verificados na figura 2.

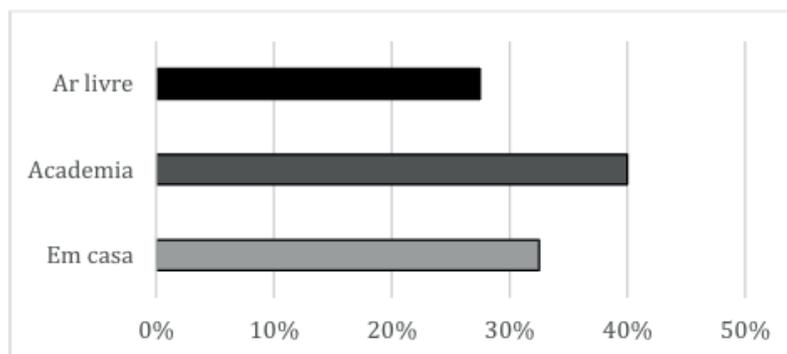


Figura – 2 Locais de Prática de Atividade Física

Fonte: o autor

Em seguida apresentamos os resultados obtidos diretamente pelo instrumento adotado nessa investigação o WHOQOL-*bref*.

No que diz respeito ao domínio **Relações Sociais** apresentou o escore (58,8%), abrangendo as relações pessoais e o apoio de amigos e familiares. Embora, para Fleck *et al.*, (2000) este domínio não possuísse grande relevância no valor total da qualidade de vida dos sujeitos.

O domínio **Físico** obteve o escore (43,6%), o que pode ter sido consequência dos valores das facetas: Dor e Desconforto (52,5%) e Dependência de Medicação ou de Tratamentos (61,9%) que contribuem negativamente na percepção da qualidade de vida. Sobre tal resultado, Eiras *et al.* (2010) cita que a diminuição das capacidades físicas é um fator limitante para o ingresso de idosos em exercícios físicos estruturados, que muitas vezes não se percebem competentes para a realização destes exercícios. Portanto, cabe ao profissional de Educação Física motivar e incentivar qualquer participação do idoso em exercícios físicos, mostrando os benefícios e impactos positivos. Entretanto, contrapondo com o mesmo autor, mesmo que estas tenham apresentado escores negativos, não parecem ter se tornado empecilho para uma futura adesão a prática de exercícios físicos. A pesquisa feita por Eiras *et al.* (2010), com idosos que praticam exercícios físicos ao ar livre, encontrou resultados semelhantes quando a dores e problemas de saúde que impedem os idosos a praticarem exercícios físicos, porém, em seu estudo esse fator também não se tornou uma barreira.

Já as facetas Mobilidade (45,6%) e Atividades da vida cotidiana (38,8%), obtiveram os menores escores. Resultado preocupante, quando comparado com a Organização Pan-Americana da Saúde (2005) onde considera a independência e a autonomia fundamentais para garantir uma boa qualidade de vida no processo de envelhecimento. As atividades da vida diária são determinantes para a independência do indivíduo, juntamente com a capacidade de se deslocar (OLIVEIRA; GORETTI; PEREIRA, 2006).

O domínio **Psicológico**, por sua vez, apresentou um escore total de 58,8%,

com as facetas Autoestima e Imagem Corporal e Aparência, apresentadas com uma média de 62,5% e 57,5% respectivamente. Este resultado confirma a posição de Chaim; Izzo; Sera (2009) que apresentam a ideia de que quando indivíduo possui uma autoestima elevada, sente-se mais confiante, capaz e adequado à vida, fazendo com que seu cotidiano seja mais satisfatório. Para estes autores, o profissional da área da saúde deve dar atenção e conhecer detalhadamente a influência da autoestima e da concepção do idoso em relação ao próprio corpo, de modo que leve em consideração nas suas prescrições todos os aspectos que englobam a saúde deste segmento social, ou seja, as dimensões: física, emocional, psicológica dentre outras.

A média da percepção da Qualidade de Vida foi de 56%. Este valor no que diz respeito a percepção da Qualidade de Vida possui relevância no contexto onde foi mensurado na medida em que Santos; Knijnik (2006) referiam que uma boa ou ótima qualidade de vida é um forte indicador de boas condições de vida, de trabalho, de desenvolvimento de potencialidades e outros fatores da vida do indivíduo. Além disso, e de acordo com posicionamento da OMS (1998) a prática de exercícios exerce, de alguma forma, influência positiva na qualidade de vida de seus praticantes, fazendo com que a atividade física se constitua em um fator de influência direta nesse aspecto e nessa faixa etária.

CONCLUSÃO E RECOMENDAÇÕES

Ao final da pesquisa foi verificado que os índices do WHOQOL-*bref* na sua maioria estão abaixo de 60%, o que é preocupante em se tratando da autopercepção da Qualidade de Vida. Estudos relacionados a qualidade de vida e bem-estar para pessoas com mobilidade reduzida retratam de modo geral resultados insatisfatórios, principalmente pelas limitações físicas, adaptações do meio ambiente e relacionamentos sociais que essas pessoas experimentam. Contudo percebe-se que este índice indica uma frágil percepção corporal. Além disso, uma autoestima elevada é primordial para uma satisfatória Qualidade de Vida.

Nesta pesquisa conclui-se que existe uma importância substancial no que diz respeito ao interesse por exercícios físicos, contradizendo alguns autores, onde afirmam que a falta de tempo é o principal fator para a não adesão a prática de exercícios físicos. No resultado deste trabalho a falta de tempo não se caracteriza como fator para a não adesão dos sujeitos, já que os mesmos, possuíam disponibilidade para tais práticas. Contudo é evidente que se faz necessário uma melhor organização do tempo disponível.

Finalmente, pode-se afirmar que existe um grande nicho de mercado na Educação Física relacionado a melhoria da Qualidade de Vida de pessoas com mobilidade reduzida. Embora, exista uma demanda significativa, precisamos conhecer com

riqueza de detalhes, características, interesses e necessidades dessas pessoas de tal forma que nos permita a ofertas de serviços “sob medida” a eles. Caracterizando assim a verdadeira personalização na prescrição e acompanhamento de exercícios físicos.

Com isso, conclui-se que esta investigação desperta a necessidade de repensar a forma de entrega este serviço, que tipo de exercícios e as razões pelo qual este grupo encontra-se fora da prática de atividades físicas regulares, merecendo, portanto, uma singular atenção por parte dos Profissionais de Educação Física.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA FILHO, N. de; PAIM, J. S. **Saúde coletiva - teoria e prática**, Rio de Janeiro, RJ, 1ª ed. MEDBOOK, 2013.

ANDRÉ C. **Manual de AVC**. Rio de Janeiro, 2ª. ed. Revinter; 2006.

BAUMAN, Z. **Modernidade Líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

BAUMAN, Z. **Globalização: as consequências humanas**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1999.

BOSSLE, Cibele Biehl. **O personal trainer e o cuidado de: uma perspectiva de mediação profissional**. PPGCMH - ESEF - UFRGS. Porto Alegre, RS, 2008.

BRASIL. Decreto no 5.296 de 2 de dezembro de 2004. Regulamenta as Leis nº 10.048, de 8 de novembro de 2000, que dá prioridade de atendimento às pessoas que especifica, e 10.098, de 19 de dezembro de 2000, que estabelece normas gerais e critérios básicos para a promoção da acessibilidade das pessoas portadoras de deficiência ou com mobilidade reduzida, e dá outras providências. Diário Oficial da União, 2004.

BRASIL. Lei nº 10.098, de 19 de dezembro de 2000. Estabelece normas gerais e critérios básicos para a promoção da acessibilidade das pessoas portadoras de deficiência ou com mobilidade reduzida, e dá outras providências. [acesso em 10 maio 2015] Disponível em: <http://www.acessibilidade.org.br/Lei%20Acessibilidade10098.htm>.

CANGUILHEM, G. **O Normal e o Patológico**. 6.ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2006.

CHAIM, J.; IZZO, H.; SERA, C. T. N. **Cuidar em saúde: satisfação com imagem corporal e autoestima de idosos**. O Mundo da Saúde, São Paulo, v. 33, n. 2, p. 175-181, 2009.

COELHO, M. T. Á. D. & ALMEIDA FILHO, N. de. **Análise do conceito de saúde a partir da epistemologia de Canguilhem e Foucault**. In: GOLDENBERG, P.; GOMES, M. H. de A. & MARSIGLIA, R. M. G. (Orgs.) **O Clássico e o Novo: tendências, objetos e abordagens em ciências sociais e saúde**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2003.

EIRAS S. B.; SILVA, W. H. A.; SOUZA D. L, VENDRUSCOLO, R. **Fatores de adesão e manutenção da prática de atividade física por parte de idosos**. Ver. Bras. Ciências do Esporte 2010;31(2):75---89.

FLECK, M. P. A. *et al.* **O instrumento de avaliação de qualidade de vida abreviado da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-breve): aplicação da versão em português**. Revista de Saúde Pública 22(2),2000.

GIL, A. C. **Como elaborar projeto de pesquisa**. São Paulo, Atlas, 4ª. ed, 2008.

- GONÇALVES, A.; VILARTA, R. (Org). **Qualidade de vida e atividade física: explorando teorias e práticas**. Barueri, SP: Manole, 2004.
- GOUVEIA, A. **Promoção de saúde materna**, Bahia, Artes Gráficas, 1960.
- GREGUOL, M.; COSTA, R. F. **Atividade Física Adaptada**, Barueri, SP: Manole, 3ª. ed, 2013.
- IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo, 2010**.
- IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde**, 2013.
- IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Indicadores sociodemográficos**, São Paulo, SP, Arbeit, 2006.
- KARCH U. M. S, organizador. **Envelhecimento com dependência: revelando cuidadores**. São Paulo: EDUC; 1998.
- LEMOS, E. **Deficiência Física**, Curitiba, Paraná, 2013. [acesso em 15 maio 2015] em http://curitiba.ifpr.edu.br/2013/06/DefFisica_abril.pdf
- MACEDO, C. S.; GARAVELLO, J.; OKU, E.; MIYAGUSUKU, F.; AGNOLL, P.; NOCETTI, P. **Benefícios do exercício físico para a qualidade de vida**. Revista brasileira de atividade física, Londrina, PR, 2010.
- MALTA, D. C.; MOURA, E; CASTRO, A.; CRUZ, D.; MORAIS NETO, O.; MONTEIRO C. **Padrão de atividade física em adultos brasileiros: resultados de um inquérito por entrevistas telefônicas em 2006**. Ministério da Saúde e Secretaria de Vigilância em Saúde. Brasília, DF, 2009.
- MATSUO, R. F.; VELARDI, M.; BRANDÃO, M.; MIRANDA, M. **Imagens corporal de idosas e atividade física**. Revista Mackenzie de Educação Física e esporte, Tatuapé, SP, 2007.
- Ministério da Saúde. **Política nacional de saúde da pessoa portadora de deficiência**, 1ª. ed Brasília, DF, MS, 2008.
- NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 3 ed. Londrina, PR: Midiograf, 2003.
- OLIVEIRA D. L. C, GORETTI I. C, PEREIRA I. S. M. **O desempenho de idosos institucionalizados com alterações cognitivas em atividades de vida diária e mobilidade**: estudo piloto Rev. Brasileira de fisioterapia., 10 (1): 91-96), 2006.
- ROCHA, V. L. S. **Avaliação clínica e da qualidade de vida de indivíduos com distrofia muscular progressiva**, Salvador, 2011.
- RODRIGUES, C. E. C. **Personal Training**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
- RODRIGUES, C. E. C.; CONTURSI, E. B. **Manual do Personal Trainer**. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.
- SANTOS, S. C.; KNIJNIK, J. D. **Motivos de adesão à prática de atividade física na vida adulta intermediária**. Revista Mackenzie de Educação física e Esporte, Tatuapé, SP, 2006.
- Sociedade Brasileira de Diabetes. **Atlas do diabetes 2014**, 6a. ed, IDF. [acesso em 15 maio 2015] em <http://www.diabetes.org.br/images/pdf/Atlas-IDF-2014.pdf>

Portal Ministério da Saúde. **Diabetes é maior causa de amputações no Brasil**, 2010. [acesso 15 maio 2015] em www.g1.globo.com

PRÁTICAS CORPORAIS PARA A SAÚDE DO TRABALHADOR DA SEDUCE-GO: A EXPERIÊNCIA NA PERSPECTIVA BIOPSISSOCIAL

Max Santana Cananéia

Universidade Federal de Goiás – UFG /
Universidade Estadual de Goiás – UEG

Rafael Vieira de Araújo

Universidade Federal de Goiás - UFG

RESUMO: É um relato de experiência compreende sobre os avanços, os obstáculos e as experiências de uma intervenção no ambiente de trabalho de servidores públicos da Seduce-GO, tendo as práticas corporais como estratégia de promoção e prevenção da saúde. Foram ofertadas gratuitamente aos servidores da seduce: Ginástica Funcional, Caminhada Orientada e Voleibol visando a interação social, o fortalecimento da corporeidade (corpo consciente) e o combate ao sedentarismo por meio de exercícios físicos para os servidores.

PALAVRAS-CHAVE: práticas corporais; saúde do trabalhador; biopsicossocial.

CORPORATE PRACTICES FOR THE HEALTH OF SEDUCE-GO WORKERS: EXPERIENCE IN THE BIOPSYCOSOCIAL PERSPECTIVE

ABSTRACT: It is an experience report about the advances, obstacles and experiences of an

intervention in the work environment of public servants of Seduce-GO, having the corporal practices as a strategy of promotion and prevention of health. They were offered free of charge to the servers of the seduce: Functional Gymnastics, Guided Walks and Volleyball aimed at social interaction, strengthening of body (conscious body) and the fight against sedentarism through physical exercises for the servers.

1 | INTRODUÇÃO

O relato de experiência compreende sobre os avanços, os obstáculos e as experiências de uma intervenção no ambiente de trabalho de servidores públicos da Secretaria de Estado de Educação, Cultura e Esporte - Seduce do Estado de Goiás, tendo as práticas corporais como estratégia de promoção e prevenção da saúde.

A Seduce, em 2013, identificou uma alta incidência de afastamentos dos profissionais da educação, principalmente, os decorrentes de transtornos mentais, comportamentais e doenças osteomusculares. Tais patologias associadas às atividades docentes e administrativas elevam os índices de faltas ao trabalho, interferem nas atividades administrativas e prejudicam o processo de

ensino-aprendizagem, além de afetarem a qualidade de vida dos professores e servidores administrativos.

Neste cenário, visando a melhoria da qualidade de vida do servidor e a redução desses afastamentos, a Seduce em março de 2013 implantou o Programa de Prevenção Biopsicossocial para a Qualidade de Vida e de Saúde do Trabalhador em Educação do Estado de Goiás, voltado para a Atenção à Saúde desses profissionais. O referido Programa constitui uma das ações da Equipe de Prevenção Biopsicossocial – Eprebi, formada por diversos profissionais de diferentes áreas (professor de educação física, pedagogo, psicólogo, fonoaudiólogo e assistente social).

É um projeto que visa a interação social, o fortalecimento da corporeidade (corpo consciente) e o combate ao sedentarismo por meio de exercícios físicos, com intervenção em um grupo específico: servidores da Seduce. Conforme Freire (2013, p.132) ao definir corpo consciente discorre que [...] “é, como totalidade – razão, sentimentos, emoções, desejos, que meu corpo consciente no mundo e de mim capta o mundo a que se intenciona”.

A definição de saúde que a Eprebi segue é conforme Brasil (1986, p.4) “A saúde não é um conceito abstrato. Define-se no contexto histórico de determinada sociedade e num dado momento de seu desenvolvimento.” Assim, para que um sujeito seja considerado saudável, dependerá não apenas dos fatores biológicos, mas, também, dos aspectos psicossociais, espirituais, econômicos, políticos e religiosos. Nesse sentido, a perspectiva biopsicossocial, é uma perspectiva que compreende as dimensões física, psicológica e social, proporcionando assim uma visão integral do sujeito (DE MARCO, 2006).

Nesse sentido, a intencionalidade com as práticas corporais foram consolidadas e reestruturadas devido à demanda e ao cumprimento da legislação. Destarte, em conformidade com a Lei Estadual nº 19.145, de 29 de dezembro de 2015, que dispõe sobre a Política de Segurança e Saúde no Trabalho dos Servidores Públicos, a Eprebi visa reduzir o sedentarismo, o estresse, prevenir doenças crônico-degenerativas e promover saúde dos servidores da Seduce por meio de práticas corporais integrativas.

2 | METODOLOGIA

O projeto das práticas corporais foi apresentado e implementado no primeiro semestre de 2013 e as aulas iniciaram no segundo semestre. Vale ressaltar, que as mesmas foram planejadas por meio de sequenciador de aulas, elaboração do plano de treinamento macrociclo, constando os objetivos de aprendizagem a partir do diagnóstico (anamnese) de qualidade de vida dos servidores através do protocolo de IPAQ (Questionário Internacional de Atividade Física), com exigência do atestado médico. A avaliação das aulas acontece de forma processual, contínua e formativa, com instrumentos descritivos e orais.

Dessa forma, as práticas corporais oferecidas desde 2013 são: Caminhada

Orientada, Treinamento Funcional e Voleibol. As aulas de ginástica funcional ocorrem três vezes por semana, com duração de 1 hora, as aulas de voleibol são ministradas duas vezes por semana, com duração de 1 hora e a caminhada orientada duas vezes por semana, com duração de 1 hora.

3 | ANÁLISE E DISCUSSÃO

Ocorreram 232 aulas de práticas corporais sendo essas: Ginástica Funcional-127 aulas; Caminhada orientada-70 aulas e voleibol-35 aulas. Conseguimos também uma parceria visando à perspectiva biopsicossocial com a empresa MUNDIAL FISIO, que realizou um trabalho gratuito de caráter preventivo com foco no combate ao Cansaço Físico, Estresse, Tendinite e LER (Lesão por esforço repetitivo), bem como a prática de Massagem, de Relaxamento Corporal e de Aferição da Pressão Arterial.

Um dos obstáculos encontrados no decorrer do processo metodológico diz respeito à resistência de um grupo de gestores em liberar os servidores para participarem das aulas, durante o horário de trabalho. Porém, tendo em vista que estes são respaldados pela (Lei nº 19.145, 2015) foi realizado contato com tais gestores, a fim de conscientizar os mesmos da lei que corrobora com a Política de Segurança e de Saúde no Trabalho dos Servidores Públicos.

4 | CONCLUSÕES

A intenção com o programa das práticas corporais não é de reproduzir os momentos mecanicistas e autômatos que muitas vezes o trabalhador vivencia no seu contexto ocupacional. Ao contrário, sugerir novas experiências relacionadas às atividades e aos exercícios físicos que podem ser realizados de forma consciente, mas também, lúdica, criativa e espontânea. Assim, com o apoio da comunidade da Seduce e com a implementação de projetos deste teor, acreditamos na possibilidade de alcançarmos melhor qualidade de vida, dentro e fora do ambiente de trabalho.

Concluimos que, apesar do desinteresse e/ou até mesmo da dificuldade de grande parte dos servidores em participar das práticas corporais oferecidas, a cada ano que o projeto vem se expandindo, percebemos melhoras significativas. As mesmas se evidenciam tanto nos aspectos biológicos, como a ruptura com o sedentarismo, o controle do estresse, a recuperação e a manutenção da homeostase corporal, quanto nos aspectos psicossociais, como a socialização, a capacidade de enfrentamento e a ressignificação da autoimagem e da autoestima.

FONTES DE FINANCIAMENTO

Secretaria de Estado de Educação, Cultura e Esporte (SEDUCE)

REFERÊNCIAS

Assembleia legislativa do Estado de Goiás. **LEI Nº 19.145, DE 29 DE DEZEMBRO DE 2015**. Governo do Estado de Goiás, Secretaria de estado da Casa Civil.

BRASIL. Ministério da Saúde. Relatório Final da 8ª Conferência Nacional de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 1986.

DE MARCO, Mario Alfredo. **Do modelo biomédico ao modelo Biopsicossocial: um projeto de Educação permanente**. Revista Brasileira de Educação Médica. Rio de Janeiro, v.30, nº 1. Jan./abr. 2006.

FREIRE, Paulo. **A Sombra desta mangueira**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Constituição da Organização Mundial de Saúde**. Conferência Internacional da Saúde. New York: WHO, 1948.

PADRÃO DO SONO RELACIONADO A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ACADÊMICOS DO NÍVEL SUPERIOR

Edvando Trajano Freitas Júnior

UNIRN, Departamento de Educação Física
Natal- RN

Paula Rocha de Melo

UniNassau, Faculdade Maurício de Nassau
Natal- RN

Celina Maria Pinto Guerra Dore

UniNassau, Faculdade Maurício de Nassau
Natal- RN

RESUMO: A irregularidade do padrão do sono e a inatividade física podem acarretar diversas repercussões para o ser humano, como o mau funcionamento cognitivo, uma propensão de alterações no metabolismo, no sistema endócrino e distúrbios psicológicos. O presente estudo teve o objetivo em avaliar o padrão do sono relacionado a prática de atividade física em estudantes do nível superior. Participaram do estudo acadêmicos do curso de bacharelado em Educação Física matutino e noturno da Faculdade Maurício de Nassau, uma Instituição privada de ensino superior situada em Natal – RN/Brasil. Estabelecendo a relação entre o tempo de sono entre os alunos matriculados no curso de bacharelado em Educação Física pela manhã ou noite, foi visto que não houve diferença estatística significativa entre as mulheres e homens praticantes ou não de atividade física,

em ambos os turnos. Entretanto, com relação ao nível de sonolência entre os estudantes, foi visto que houve diferença estatística significativa entre as mulheres e homens praticantes ou não de atividade física, em ambos os turnos. A prática de atividade física contribuiu para o aumento do nível de sonolência nas horas que antecede o horário de dormir. No entanto, questões de comportamento pode influenciar no tempo total de sono.

PALAVRAS-CHAVE: Sono, Atividade física, Saúde.

SLEEP PATTERN RELATED TO PRACTICE OF PHYSICAL ACTIVITY IN ACADEMICS OF THE SUPERIOR LEVEL

ABSTRACT: The relation of the standard of sleep and physical inactivity causes several repercussions for human beings, such as poor cognitive functioning, a tendency to changes in the metabolism, endocrinal systems and psychological disorders. The present study had the objective of evaluating the sleep pattern related to the practice of physical activity in upper level students. The students who participated of the study were from the morning and evening groups of the Physical Education course at the undergraduate level at the Faculdade Mauricio de Nassau, a private institution of higher

learning, located in Natal – RN, Brazil. Was established a relation between the time of sleep among the students that studied in the morning and evening groups of the physical education undergraduate course, it was noted that there was no significant statistical difference between women and men, whether they be practicing or not physical activity, in either of the groups. However, in relation to the level of sleepiness among the students, a significant statistical difference was shown between men and women who practiced physical activity or not, in both groups. The practice of physical activity contributed to an increase in the level of sleepiness in the hours that preceded bedtime. Still, questions of behavior could influence the total time of sleep.

KEYWORDS: Sleep, Physical activity, Health.

1 | INTRODUÇÃO

A irregularidade do padrão do sono e a inatividade física podem acarretar diversas repercussões para o ser humano, como o mau funcionamento cognitivo, uma propensão de alterações no metabolismo e no sistema endócrino e distúrbios psicológicos (CRISPIM et al., 2007). O sono é um estado biológico, cíclico e sofre influência de fatores endógenos, sociais e ambientais. É considerado um dos processos fisiológicos fundamentais para a vida do ser humano (FOSTER; WULFF, 2005). Durante o sono acontecem inúmeras funções importantes para a manutenção da saúde, entre elas, a restauração corporal, mental, alterações fisiológicas e comportamentais (processos cognitivos e de aprendizagem), além da consolidação da memória (CARVALHO et al., 2013). Estes processos são regulados considerando um ciclo circadiano (em torno de 24 horas), com influência do ciclo claro/escuro (FELDEN et al., 2015).

Neste contexto, estudantes universitários que não mantêm uma qualidade e quantidade de sono adequada estão sujeitos a ter seu processo de aprendizagem e seu desempenho acadêmico prejudicados devido à má restauração das funções biológicas supracitadas, podendo favorecer o surgimento de problemas cognitivos e de saúde nesta parcela da população (PEREIRA; GORDIA; QUADROS, 2011). A necessidade de sono é individual e difere nas diversas fases da vida. Por exemplo, um bebê em seus primeiros dias de vida necessita de longos períodos de sono e à medida que o indivíduo se desenvolve esta dinâmica sofre alteração. Na fase da adolescência, para a manutenção da saúde física e cognitiva, recomenda-se noites de 8,33 a 10 horas de sono (PEREIRA et al., 2015). No entanto, os universitários estão mais sujeitos a um estilo de vida inadequado, que pode incluir além da adoção de comportamentos sedentários e mudanças no hábito alimentar, por exemplo, o hábito de dormir mais tarde (PEREIRA; GORDIA; QUADROS, 2011). Para se enquadrarem nos horários de aula estabelecidos, os estudantes ficam mais propensos a alterações no seu ciclo de vigília/sono, tornando-se expostos a problemas relacionados ao padrão do sono (FURLANI; CEOLIM, 2005).

Atualmente, os exercícios são reconhecidos como uma intervenção não farmacológica para a melhoria do padrão de sono (LAVIE, 1996). No entanto, por falta de conhecimento de professores e/ou médicos, a prescrição de exercícios físicos não é muito utilizada para essa finalidade (PEREIRA; GORDIA; QUADROS, 2011). Não obstante, bons hábitos de sono parecem contribuir para a melhoria física e intelectual, potencializando a capacidade de aprendizagem do indivíduo, bem como sua capacidade para realizar tarefas cotidianas que necessitam da prática de atividades físicas (SILVA et al., 2010). Um estudo relevante sobre o tema com a população brasileira, porém não com universitários, foi um levantamento epidemiológico da prática de atividade física e fatores associados na população geral da cidade de São Paulo com idade acima de 20 anos, de ambos os sexos, desenvolvido por Mello et al. (2000, 119-124). Os achados demonstraram associação entre a prática de atividades física e o sono, sendo que as queixas de insônia e de SDE eram maiores entre os entrevistados que não realizavam atividades físicas regularmente. Com base nestes achados, parece ser possível considerar que a atividade física e a higienização do sono podem ser tratadas como um meio não farmacológico interessante para diminuir a predisposição ao desenvolvimento de transtornos do sono e disfunções orgânicas para a população em geral (SILVA *et al.*, 2010). E a cada ano cresce o número de ingressantes no ensino superior brasileiro. Segundo o Censo da Educação Superior realizado pelo MEC no ano de 2008, 711.432 indivíduos ingressaram em universidades, 216.252 ingressaram em centros universitários e 578.135 em faculdades em cursos presenciais através de processos seletivos (INEP, 2008).

Este estudo faz-se importante devido ao crescente número de ingressantes no ensino superior do país e à escassez de estudos que enfoquem a contribuição da prática de atividade física de lazer para a saúde, a qualidade de vida e a qualidade do sono nesta parte da população.

1.1 Objetivo Geral

Avaliar o padrão do sono em estudantes do nível superior praticantes ou não de atividade física.

2 | MATERIAIS E MÉTODOS

2.2 Tipo do estudo

O presente estudo transversal, têm um caráter qualitativo e descritivo. Objetivou avaliar a qualidade do sono de dois grupos de acadêmicos do curso de bacharelado em Educação Física matutino e noturno da Faculdade Maurício de Nassau, os que praticam e os que não praticam atividade física.

2.3 Amostra

Constituíram a amostra do presente estudo, acadêmicos do curso de bacharelado em Educação Física matutino e noturno da Faculdade Maurício de Nassau, uma Instituição privada de ensino superior situada em Natal – RN/Brasil.

2.4 Grupo Controle

É composto por acadêmicos que não praticam atividade física, não possuem distúrbios de sono e que estão regularmente matriculados no curso de bacharelado em Educação Física da Instituição de ensino superior supracitada. E que concordaram em participar da pesquisa.

2.5 Critérios de Inclusão e Exclusão

Estar regularmente matriculado no curso de bacharelado em Educação Física na Instituição de ensino superior supracitada, e concordar em participar da pesquisa.

Foram excluídos das análises de dados os indivíduos que não preencheram o diário de sono por três dias, e os que fazem uso de medicamentos para sono.

2.6 Instrumentos utilizados

Foram utilizados como ferramentas de avaliação subjetiva da qualidade de sono (validadas internacionalmente), o questionário Diário de Sono e a Escala de Sonolência Karolinska.

2.7 Procedimentos de coleta

O diário de sono consiste no relato pessoal diário do indivíduo a respeito do seu sono (Anexo 1). Através dele poderá se obter dados como os horários de dormir e acordar, duração do sono noturno, despertares noturnos, cochilos diurnos. O diário de sono foi preenchido por uma semana por cada um dos participantes da pesquisa.

Antecedendo o início do diário de sono, foi aplicado a Escala de Sonolência Karolinska, proposto por Akerstedt, T. & Gillberg, M., 1990 (anexo 2). A escala mediu os níveis de sonolência dos indivíduos durante três dias, em horários diferentes, a cada duas horas num período que compreendeu das 9hs às 21hs.

2.8 Análise estatística

Os dados coletados foram reportados como média \pm erro padrão. As comparações entre os grupos tratados e controle foram feitas por meio do teste T ou por meio do teste ANOVA de uma via. Valores de $p < 0,05$ foram considerados significativos. Estas análises foram feitas usando o programa SPSS, versão 16.0.

3 | RESULTADOS

Relação entre os tempos de sono dos estudantes dos turnos matutino e noturno

Estabelecendo a relação entre o tempo de sono entre os alunos matriculados no curso de bacharelado em educação física pela manhã ou noite, foi visto que não houve diferença estatística significativa entre as mulheres e homens praticantes ou não de atividade física, em ambos os turnos. Nos alunos matutinos, a média de tempo de sono entre as mulheres praticantes de atividade física foi de $7,1 \pm 1,15$ h, entre as mulheres que não praticavam atividade física $7,4 \pm 1,4$ h, os homens praticantes de atividade física tiveram valores na ordem de $6,5 \pm 1,6$ h, e os que não praticavam atividade física $7,4 \pm 1,45$ h. Nos alunos do turno da noite, a média de tempo de sono entre as mulheres praticantes de atividade física foi de $7,7 \pm 1,2$ h, entre as mulheres que não praticavam atividade física $7,0 \pm 1,7$ h, os homens praticantes de atividade física tiveram valores na ordem de $6,3 \pm 2,0$ h, e os que não praticavam atividade física $6,2 \pm 1,1$ h. Ampliando essa comparação entre os turnos, esta diferença também inexistente (Gráficos 01 e 02).

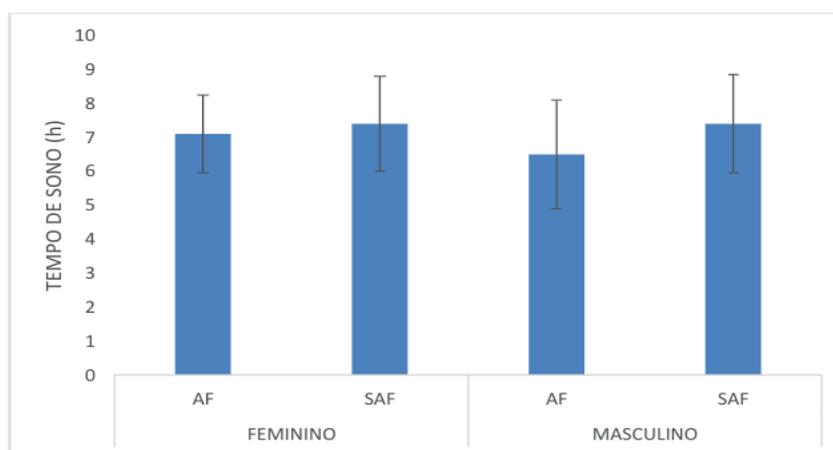


Gráfico 01: Comparação entre as médias do tempo de sono dos alunos matutinos entre sexos e relacionados ao grupo que praticou atividade física (AF) e sem prática de atividade física (SAF) $P \geq 0,05$.

Gráfico 02: Comparação entre as médias do tempo de sono dos alunos Noturno entre sexos e relacionados ao grupo que praticou atividade física (AF) e sem a prática de atividade física (SAF) $P \geq 0,05$.

3.9 Tempo para levantar da cama

Um outro critério para avaliação da qualidade do sono e até mesmo saber se as horas dormidas foram reparadoras para reestabelecer a disposição do indivíduo, é o tempo em que esse indivíduo leva para despertar e levantar da cama. Nos grupos avaliados, foi visto que mesmo em alunos matutinos, houve diferença significativa entre os que praticaram ou não atividade física (Gráfico 03). Nos estudantes noturnos, a prática de atividade física também contribuiu para aumentar a disposição dos

alunos para se levantar da cama (Gráfico 04).

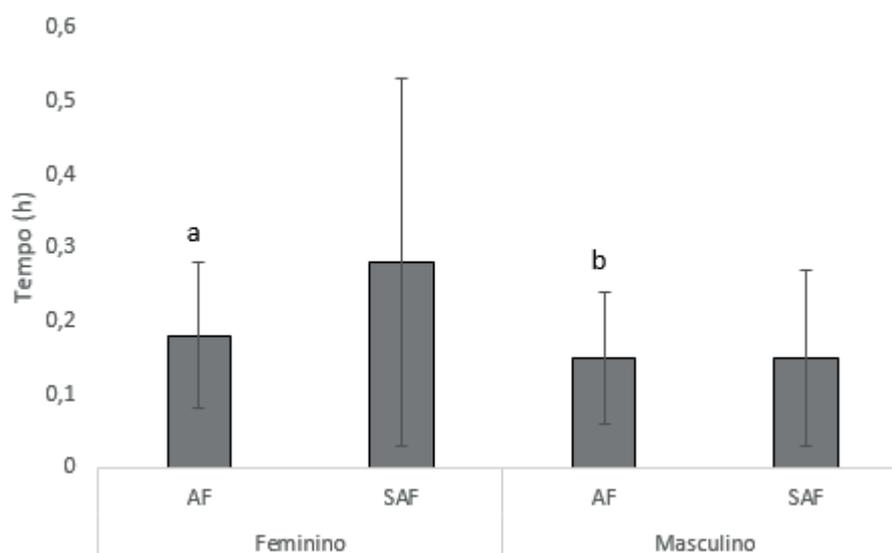


Gráfico 03: Avaliação do tempo para levantar da cama em alunos matutinos. AF: Praticaram atividade física; SAF: sem prática de atividade física. A- nível de significância com relação a feminino SAF ($P \geq 0,01$), B- Nível de significância com relação a masculino SAF ($P \geq 0,05$).

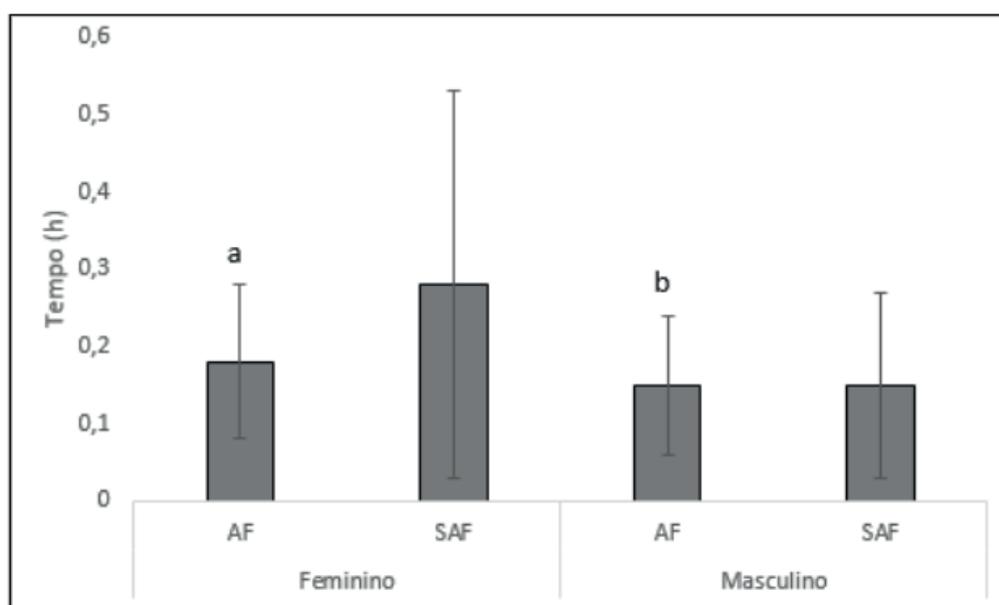


Gráfico 04: Avaliação do tempo para levantar da cama em alunos Noturnos. AF: Praticaram atividade física; SAF: sem prática de atividade física. A- nível de significância com relação a feminino SAF ($P \geq 0,01$), B- Nível de significância com relação a masculino SAF ($P \geq 0,01$).

3.10 Sonolência

Estabelecendo a relação de comparação entre os alunos matutinos de ambos os sexos, que praticavam ou não atividade física, foi visto que as mulheres que praticavam atividade física (MUL AF), possui picos de sonolência menores que aquelas que não tiveram essa prática (MUL SAF). Especialmente, durante a noite, há uma diferença considerável ($P \geq 0,05$) quanto ao aumento da escala de sonolência, o que se faz particularmente interessante, por se tratar do horário de descanso dessas pessoas. Esse padrão também foi observado entre os homens (Gráfico 05). Entre

os alunos noturnos, esse padrão se manteve entre as mulheres, entretanto, não foi observado entre os homens (Gráfico 06).

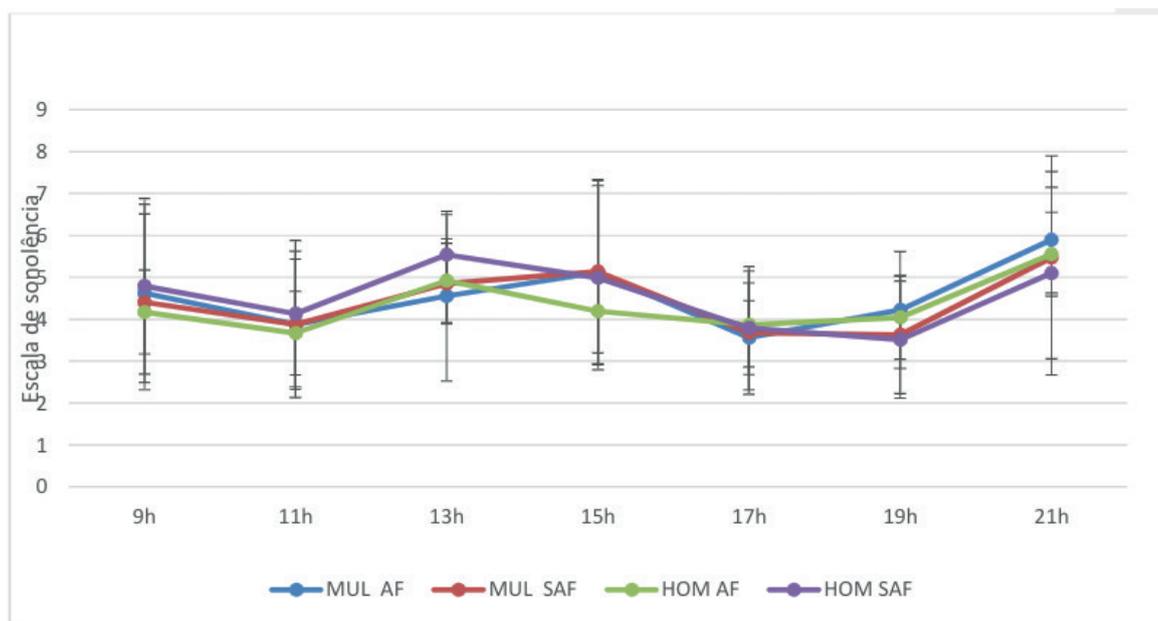


Gráfico 05: Comparação entre as médias da classificação de sonolência dos alunos Matutinos entre sexos e relacionados ao grupo que praticou atividade física (AF) e sem prática de atividade física (SAF).

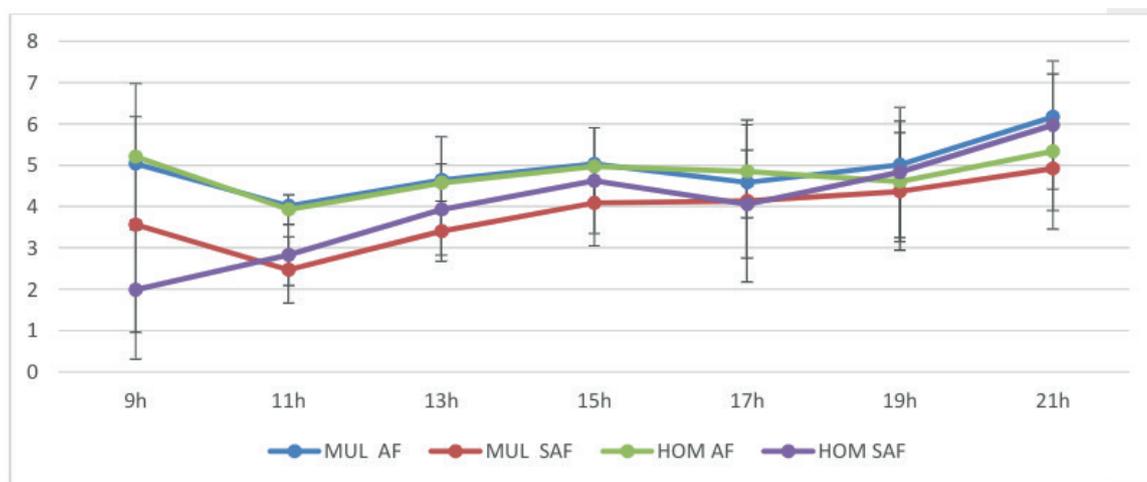


Gráfico 06: Comparação entre as médias da classificação de sonolência dos alunos Noturnos entre sexos e relacionados ao grupo que praticou atividade física (AF) e sem prática de atividade física (SAF).

4 | DISCUSSÃO

A falta de conhecimento dos estudantes a respeito dos malefícios causados pela privação do sono, põe em risco a boa saúde desse padrão, e a prática de atividade física se apresenta como possível meio não farmacológico para tratar o padrão do sono. O que tornou viável avaliarmos a relação entre esse padrão e a prática supracitada. Entretanto, estabelecendo a relação entre o tempo de sono entre os estudantes, foi visto que não houve diferença estatística significativa entre

as mulheres e homens praticantes ou não de atividade física, em ambos os turnos.

O comportamento dos estudantes praticantes de atividade física pode ter influenciado nesse resultado, como por exemplo ócio ativo em redes sociais antes de dormir. A exposição a luz artificial durante a noite, e o uso de aparelhos eletrônicos pode suprimir a liberação de melatonina, hormônio secretado pela glândula pineal a partir da serotonina, é um importante marcador de inúmeros processos fisiológicos. Sua produção é regulada por uma via multisináptica do relógio biológico, localizada no núcleo supra-quiasmático hipotalâmico, sendo secretada em condições normais entre 21:00 e 07:00 horas (MELLO, 2002).

O momento tão almejado do ingresso do jovem na graduação pode ser um período cheio de mudanças negativas como hábitos noturnos, consumo de drogas lícitas e ilícitas, sedentarismo, dentre outras que também não corroboram com hábitos saudáveis e um estilo de vida ativo, esse leque de oportunidades pode ser nocivo a saúde dos mesmos.

Segundo Felden et al. (2015, 94-103), para os estudantes do turno matutino, mesmo que seja necessário despertar mais cedo, não conseguem antecipar o horário de dormir (o que pode estar ligado às atividades acadêmicas, afazeres domésticos, laborais e sociais), implicando a quantidade total de horas dormidas. Por sua vez, os estudantes do turno da noite, que após as aulas chegando em casa, podem precisar realizar refeições, finalizar atividades e organizar outras para o dia seguinte, todos esses fatores corroboram com o atraso no seu horário de dormir. Isso, somado às possíveis atividades laborais, domésticas ou familiares ao amanhecer, podem encurtar seu sono. Dessa forma, esses grupos com suas respectivas heterogeneidades podem ter a sua quantidade e qualidade do sono prejudicada.

A classificação etária dos grupos é semelhante, não havendo diferença estatística entre elas, tendo a mesma característica de idade. O que não é um fator que influenciou diretamente diferenciação no tempo de sono.

Entretanto, estabelecendo a relação entre o nível de sonolência entre os estudantes, foi visto que houve diferença estatística significativa entre as mulheres e homens praticantes ou não de atividade física, em ambos os turnos. Corroborando esse resultado, estudos antes realizados apontam as seguintes hipóteses:

A primeira hipótese, vista como reguladora da temperatura, atesta que a elevação da temperatura do corpo em decorrência da atividade física, favoreceria o início do ciclo do sono, devido ao estímulo dos dispositivos, dissipador da alta temperatura e de induzir a dormir, esses sistemas são regulados pelo hipotálamo (DRIVER; TAYLOR, 2000).

A segunda hipótese, vista como preservação de energia, descreve que o acréscimo no gasto energético ascendido pelo exercício durante o período em que está acordado, elevaria a necessidade de sono a fim de alcançar a positividade no balanço energético, retomando uma condição favorável para mais um período de

vigília (DRIVER; TAYLOR, 2000).

A terceira hipótese, restauradora ou compensatória, da mesma forma que a anterior, relata que a alta atividade catabólica durante a vigília reduz as reservas energéticas, aumentando a necessidade de sono, favorecendo a atividade anabólica (HOBSON, 1968).

Segundo O'Connor e Youngstedt (1995, 105-34), o sono de pessoas ativas é melhor que o de pessoas inativas, com a hipótese de que um sono melhorado proporciona menos cansaço durante o dia seguinte e mais disposição para a prática de atividade física.

5 | CONCLUSÕES

Podemos concluir com o presente estudo que a prática de atividade física contribuiu para o aumento do nível de sonolência nas horas que antecede o horário de dormir, o que é necessário para que se obtenha uma melhora na qualidade desse padrão. E que questões de comportamento pode influenciar no tempo total de sono.

Ainda, em um contexto acadêmico, a privação de sono pode ocasionar falhas no desempenho de várias habilidades cognitivas (cálculos, memória, raciocínio lógico e tomada de decisões), as quais são de extrema importância para a formação acadêmica (CARVALHO *et al.*, 2013).

A atividade física é usada como um meio não farmacológico afim de evitar e amenizar os transtornos no padrão do sono. Dessa forma, a higienização do sono que é uma série de medidas adotadas, como exemplo: diminuir a luminosidade no ambiente, corroboram para que o ciclo do sono aconteça. Os transtornos do sono estão relacionados ao surgimento de várias comorbidades, sendo necessários mais estudos em outros grupos da população.

REFERÊNCIAS

CARVALHO, Thays Maria da Conceição Silva; SILVA JUNIOR, Ivanildo Inácio da; SIQUEIRA, Pedro Paulo Simões de; ALMEIDA, Jarly de Oliveira; SOARES, Anísio Francisco; LIMA, Anna Myrna Jaguaribe de. **Qualidade do sono e sonolência diurna entre estudantes universitários de diferentes áreas**. RevNeurocienc 2013; 21(3):383-387.

CRISPIM, Cibele Aparecida; ZALCMAN, Ioná; DÁTTILO, Murilo; PADILHA, Heloisa Guarita; TUFIK, Sérgio; MELLO, Marco Túlio de. **Relação entre o sono e obesidade: uma revisão da literatura**. Arq Bras EndocrinolMetab 2007 out; 51(7): 1.041-49.

DRIVER, HS; TAYLOR, S. **Exercise and sleep**. Sleep Med Rev 2000;4:387-402.

FELDEN, Érico Pereira Gomes; FERRARI JUNIOR, Geraldo José; ANDRADE, Rubian Diego; CLAUMANN, Gaia Salvador; PELEGRINI, Andreia; TEIXEIRA, Clarissa Stefani. **Fatores associados à baixa duração do sono em universitários ingressantes**. R. bras. Ci. e Mov2015;23(4): 94-103.

FONTES, Ana Cláudia Dias; VIANNA, Rodrigo Pinheiro Toledo. **Prevalência e fatores associados ao**

baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste – Brasil. RevBrasEpidemiol 2009 mar; 12(1): 20-29.

FOSTER, Russell G.; WULFF, Katharina. **The rhythm of rest and excess.** Nat RevNeurosci 2005; 6(5):407-14.

FURLANI, Renata; CEOLIM, Maria Filomena. **Padrões de sono de estudantes ingressantes na Graduação em Enfermagem.** Rev Bras Enferm 2005; 58(3):320-4.

HOBSON, JA. **Sleep after exercise.** Science 1968;162:1503-5.

Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira – INEP. **Censo da Educação Superior 2008** [acesso em 20 jun 2011]. Disponível em:<http://download.inep.gov.br/download/censo/2008/resumo_tecnico_2008_15_12_09.pdf.

LAVIE, Peretz. **The enchanted world of sleep.** New Haven: Yale University Press, 1996.

MELLO, MT. (org) **Paralimpíadas Sidney 2000: Avaliação e prescrição do treinamento do atletas brasileiros.** São Paulo: Editora Atheneu, 2002.

MELLO, Marco Túlio de; FERNANDEZ, Ana Cláudia; TUFIK, Sérgio. **Levantamento epidemiológico da prática de atividade física na cidade de São Paulo.** RevBrasMed Esporte 2000 jul/ago; 6: 119-124.

O'CONNOR, PJ; YOUNGSTEDT, SD. **Influence of exercise on human sleep.** Exerc Sport Sci Rev 1995;23:105-34.

PEREIRA, Ellen Galvão; GORDIA, Alex Pinheiro; QUADROS, Teresa Maria Bianchini. **Padrão do sono em universitários brasileiros e sua relação com a prática de atividades físicas: Uma revisão da literatura.** RevBrasCiên Saúde 2011; 9(30).

PEREIRA, **Érico** Felden ; BARBOSA, Diego Grasel ; ANDRADE, Rubian Diego; CLAUMANN, Gaia Salvador; PELEGRINI, Andreia; LOUZADA, Fernando Mazzilli. **Sleep and adolescence: how many hours sleep teenagers need?** J Bras Psiquiatr 2015; 64(1):40-44.

SILVA, Rodrigo Sinnott; SILVA, Ivelissa da; SILVA, Ricardo Azevedo da; SOUZA, Luciano; TOMASI, Elaine. **Atividade física e qualidade de vida.** Ciênc Saúde Coletiva 2010 jan; 15(1): 115-20.

Nome do aluno:_____.

Idade: _____ turma: _____

DIÁRIO DE SONO

Data: ____/____/ 2016 Dia da semana: _____.

1. A que horas você foi deitar ontem ? _____.
2. Quanto tempo você demorou para pegar no sono ? _____.
3. Você lembra de ter acordado e dormido de novo ?
Sim () Quantas vezes ? _____.
Não ()
Não me lembro ()
4. A que horas você acordou hoje? _____.
5. Quanto tempo você acha que demorou para levantar da cama? _____.
6. Como você foi acordado?

- Pelo despertador ()
 Alguém me chamou ()
 Sozinho ()
7. Você cochilou durante o dia de hoje ?
 Não ()
 Sim () Quantas vezes ? _____

HORA QUE COCHILOU	HORA QUE ACORDOU

8. Você praticou alguma atividade física? () Sim () Não
 a. Se sim, por quanto tempo? _____
 b. Qual a intensidade da atividade física praticada? _____
9. Como você classifica a sua rotina diária? (Com relação ao nível de estresse)
 a. Muito leve
 b. Leve
 c. Intensa
10. Qual o horário da sua última refeição? _____

Karolinska Sleepiness Scale: Akerstedt T & Gillberg M. Subjective and objective sleepiness in the active individual. International Journal of Neuroscience. 1990; 52:29-37

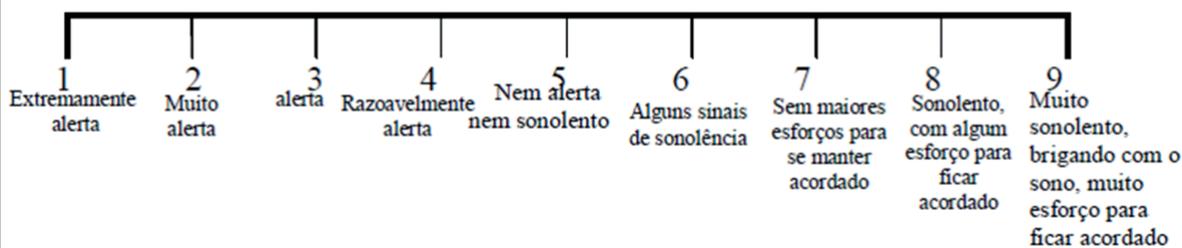
Nº na pesquisa: _____

DATA: ___ / ___ / 2007

Dia da Semana: 2ª 3ª 4ª 5ª 6ª Sábado Domingo

Horário: ____ : ____

Como você está se sentindo



ESPAÇOS PÚBLICOS DE LAZER NO MUNICÍPIO DE SAPUCAIA DO SUL/RS

Walter Romeu Bicca Júnior
Natalia Silveira Antunes
Jenifer Thais Pagani
Luana Ribeiro

RESUMO: A pesquisa “Espaços Públicos de Lazer no Município de Sapucaia do Sul” teve como objetivo geral realizar uma análise dos espaços públicos de Lazer de Sapucaia do Sul/RS. A metodologia fundamentou-se na abordagem qualitativa, estudo de caso e quantitativa. Foi utilizado como instrumento um roteiro de registros para analisar as condições dos espaços de Lazer dos trinta e dois bairros do município, porém apenas vinte e três localidades possuíam algum local público para Lazer. O instrumento possibilitou a avaliação das condições dos locais de Lazer do município e seus equipamentos. Constatamos que o poder público não cumpre a legislação própria quando não realiza a manutenção dos espaços públicos para o Lazer e tampouco amplia esses espaços. Apesar de ser um direito constitucional, a população de Sapucaia do Sul/RS não é atendida plenamente em seu direito ao Lazer no que tange os espaços para essa prática.

PALAVRAS-CHAVE: Lazer; Políticas Públicas; Qualidade de Vida;

PUBLIC AREAS OF LEISURE IN THE MUNICIPALITY OF SAPUCAIA DO SUL / RS

ABSTRACT: The research “Leisure in Sapucaia do Sul/RS: An analysis of the public spaces of leisure” hadas general objective to make an analysis of the public spaces of Sapucaia do Sul/RS. The methodology was based on the qualitative approach, case study and quantitative. It as used as instrument a script of records to analyze the conditions of the Leisure spaces of the thirty two districts of the municipality, but only twenty-three localities had some public place for Leisure. The instrument made it possible to evaluate the conditions of the City’s Leisure sites and their equipment. We find that the public power does not comply with its own legislation when it does not maintain the public spaces for leisure and does not extend these spaces. Although it is a constitution alright, the population of Sapucaia do Sul/RS is not fully served in its right to leisure in what spaces for this practice.

KEYWORDS: Leisure; Public policy; Quality of life;

1 | INTRODUÇÃO

Esta pesquisa é um desdobramento do Trabalho de Conclusão do Curso Técnico

Integrado em Eventos, curso oferecido pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense- Campus Sapucaia do Sul. O foco principal deste trabalho foi conhecer e analisar os espaços de Lazer que o município de Sapucaia do Sul/RS oferece à sua população para o Lazer. As condições destes locais e de seus equipamentos também foram alvos da pesquisa, descrevendo seus estados de conservação. A temática Lazer foi escolhida pelo contato em disciplinas ao longo do curso que abordam as políticas públicas, onde alertavam sobre o direito de todo o cidadão ao Lazer.

O Lazer deve ser incentivado e promovido pelo poder público, pois é um direito social garantido no Art. 6º da Constituição Federal (1988):

Art. 6º São direitos sociais a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o transporte, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição.

O Lazer também está previsto no Art. 180º da lei orgânica de Sapucaia do Sul/RS:

Art. 180 O Município proporcionará meios de recreação e lazer sadios e construtivos à comunidade, como forma de promoção social, mediante:

I - Reserva de espaços verdes e livres, em forma de parques, bosques, jardins, praias, e assemelhados, como base física de recreação urbana;

II - Construção de equipamentos e parques infantis, centros de juventude e centro de convivência comunal;

III - aproveitamento e adaptação de rios, lagos, matas e outros recursos naturais como locais de passeio e diversão, observadas as normas de preservação ecológica (SAPUCAIA DO SUL, 2003).

Dessa forma, todo o cidadão tem o direito a ter atividades e espaços públicos voltados para este fim. A gestão municipal de Sapucaia do Sul/RS, não disponibiliza informações sobre as atividades e os espaços de Lazer. Os meios virtuais oficiais e gerenciados pelo município estão desatualizados e possuem escassez de informações sobre as opções de Lazer. Por esta razão é importante o desenvolvimento desta pesquisa, para que possamos disponibilizar informações sobre as possibilidades de espaços para o Lazer da comunidade.

O município de Sapucaia do Sul/RS possui uma Secretaria de Esporte e Lazer, que tem as seguintes responsabilidades:

I – desenvolver atividades desportivas nas diversas modalidades atendendo as características de diferentes faixas etárias;

II – incentivar o atletismo e o lazer, considerando as diferenças individuais; garantir a comunidade o direito a participação no processo de construção das ações referentes ao esporte e lazer;

V – implantar e conservar espaços destinados a prática esportiva bem como,

suprir necessidades quanto a equipamentos e materiais;

VII – elaborar projetos envolvendo escolas municipais e estaduais a fim de promover integração, saúde e bem estar; firmar intercâmbios esportivos e de lazer a nível estadual e regional;

VIII – manter, expandir ou criar áreas destinadas ao lazer (SECRETARIA DE ESPORTE E LAZER, 2003).

A partir destas informações manifestamos a preocupação sobre o cumprimento da legislação pelo poder público no que diz respeito aos espaços de Lazer em Sapucaia do Sul/RS.

Espaços de Lazer

No Brasil a existência de praças vem de um longo período, iniciando nos primeiros séculos da colonização. Um dos primeiros jardins públicos criados em nosso país foi o Passeio Público do Rio de Janeiro. Por determinação do vice-rei D. Luís de Vasconcelos, suas obras iniciaram em 1779 (SEGAWA, 1996).

Desta forma, é essencial deixar clara a relevância proposta aos espaços de lazer nos municípios, em sua origem, pois pretendiam aumentar a relação entre o espaço e os indivíduos.

Sendo assim, a disponibilidade e o acesso aos espaços de lazer podem conceber novas relações sociais, pois, quanto maior o rol de experiências positivas que o lugar possa oferecer, maior será o número de utilizadores. De fato, o lugar de lazer é capaz de gerar relações individuais e coletivas, proporcionando o bem-estar, benefícios à saúde, qualidade de vida e convivência entre os habitantes da cidade (SILVA *et al*, 2012, p.15).

Neste sentido, vale ressaltar a importância dos espaços públicos como locais que devem proporcionar uma ligação social entre os indivíduos. A partir disto, o espaço de lazer atribui um valor para a sociedade, pelo fato de se definir como um lugar de ponto de encontro e convívio social. Porém, quando os espaços possuem sua verdadeira função, grande parte dos parques, playground e praças dispõem de equipamentos de recreação como: Gangorra, balanço, gira-gira, escorregador e barras. Para brincarem, as crianças apoiam-se em brinquedos ou, como afirma Vygotsky (2003, p. 24) “O equipamento de recreação é o pivô do pensamento”.

Os espaços públicos podem variar em nome e função, e possuem diferentes termos técnicos utilizados em suas definições como: Espaço livre, área verde, arborização urbana, sistemas de lazer, praças e parques urbanos e similares. Geraldo (1997) propõe as seguintes classificações para os espaços livres:

Jardins de representação e decoração: Ligados à ornamentação, de reduzida importância com relação à interação com o meio e sem função recreacional. São jardins à volta de prédios públicos, igrejas etc;

Parques de vizinhança: Praças, playground. Apresentam função recreacional,

podendo abrigar alguns tipos de equipamentos;

Parques de bairro: São áreas ligadas à recreação, com equipamentos recreacionais, esportivos dentre outros, que requerem maiores espaços do que os parques de vizinhança;

Parques setoriais ou distritais: Áreas ligadas à recreação com equipamentos que permitam que tal atividade se desenvolva;

Áreas para proteção da natureza: Destinadas à conservação, podendo possuir algum equipamento recreacional para uso pouco intensivo;

Áreas de função ornamental: Áreas que não possuem caráter conservacionista nem recreacional. São canteiros de avenidas e rotatórias;

Áreas de uso especial: Jardins zoológicos e botânicos;

Ruas de pedestres: Calçadas (GERALDO, 1997, p. 40).

No meio de numerosos benefícios das áreas verdes, Guzzo(1999) julga três como principais: Social, estética e ecológica. O papel social está diretamente relacionado à oferta de espaços para o lazer da população. A função estética está marcada, principalmente, no papel de integração entre os espaços criados e os determinados à circulação. Com destaque ao meio urbano, estas áreas proporcionam melhor qualidade de vida pelo fato de garantirem áreas destinadas ao Lazer, paisagismo e preservação ambiental. As contribuições ecológicas ocorrem na proporção em que os elementos naturais que constituem esses espaços reduzem tais impactos resultantes da industrialização.

Sendo assim, o espaço é identificado como um local onde os indivíduos se relacionam, vivem, pensam e se emocionam. Com isto, proporciona possibilidades de uma realização mais eficiente, definidas por relações afetivas e emotivas relacionadas de modo direto ao cotidiano e ao social.

História do Lazer

Para que seja possível compreender os assuntos que envolvem a área do lazer, como seus conceitos, significados e manifestações atuais, necessita-se realizar uma breve abordagem histórica desse fenômeno em nossa sociedade. A discussão sobre o lazer como conceito iniciou-se apenas a partir do Século XIX, após a Revolução Industrial, com a mudança de comportamento de toda uma sociedade com relação ao trabalho, tendo início nos países europeus. Antes disso, havia discussões somente sobre o tempo de ócio (BETTINE E GUTIERREZ, 2005). A primeira documentação formal que se tem em prol do lazer é o clássico livro “O Direito à preguiça” que aborda o direito ao lazer dos operários, trazendo indagações e críticas sobre o capitalismo e o cristianismo ocidental e foi escrito em 1880 pelo alemão Paul Lafargue, um militante socialista o qual gerou grande impacto através de seus manifestos(BETTINE E

GUTIERREZ, 2005).

Nesta época, o Lazer era tratado de acordo com a ideologia marxista, como parte da crítica ao sistema capitalista. No Século XX, a temática começou a ser estudada sistematicamente nas sociedades urbano-industriais, tanto capitalistas quanto socialistas (MARCELLINO, 2002). O destaque no crescimento econômico e industrial na época incentivou mudanças que viabilizaram um acesso maior ao lazer por meio do desenvolvimento das artes e espetáculos. De acordo com Gomes (2005) diversos autores acreditam que as manifestações a respeito do lazer se dão em compatibilidade com o sistema capitalista em locais urbanos industrializados. Partindo desta concepção, se analisa o surgimento do lazer antes da implantação de uma organização social, pois precedendo á estas circunstâncias, o lazer ainda não se estabelecia em um fenômeno com particularidades próprias.

Um ponto relevante segundo Corbin (1995) é o desenvolvimento do esporte de elite e a criação de teatros e musicais. Bettine e Gutierrez (2005) salientam, também, o aumento ágil de uma classe urbana, focando principalmente na massa de estudantes a qual facilita o aumento na busca por lugares para praticar esportes, como também locais de passeio.

Frente a uma classe urbana crescente, onde se destaca uma massa de estudante que super povoa as universidades públicas das grandes metrópoles, desenvolve-se de forma acelerada a prática de esporte nos clubes, a importância da casa de campo ou praia, e os passeios de carro pela rede de estradas em expansão (BETTINE E GUTIERREZ, 2005, p. 38).

A maioria destas manifestações de Lazer iria transformar-se, logo após o Golpe Militar de 1964, principalmente pelo desenvolvimento urbano, pela censura e pela repressão policial às práticas de ruas. Estes acontecimentos designaram o fim de um progresso cultural e do movimento popular, dando passagem para a indústria cultural televisiva. O “milagre econômico” de 1970, frisa do pelo desenvolvimento rápido, aumentou também a desigualdade social, a ponto do Brasil ser classificado pela ONU (Organização das Nações Unidas), como o país mais desigual do mundo (ORTIZ, 1985). Porém, ao mesmo tempo, acontecia o crescimento no número de famílias de classe média que conseguiam comprar televisões ir ao cinema, passar fins de semana de lazer no campo e substituir o comércio urbano por um passeio ao shopping.

Como regime militar a televisão virou a maior prática de Lazer popular. Com a censura, as práticas de Lazer popular ficaram limitadas aos eventos do regime militar como Esporte Para Todos, com espetáculos de circos populares, parques e com as atividades do Serviço Social do Comércio e da Indústria, de onde surgiram, na década de 1980, os primeiros filósofos do lazer no Brasil, Nelson Marcellino e Renato Requiza, tendo como base de seus estudos os acontecimentos políticos apresentados (SANT’ANNA, 1994).

Sendo assim, a história do Lazer está fortemente ligada ao avanço e as

mudanças do capitalismo, já que quanto mais o capitalismo se instalava, mais o Lazer se tornava um instrumento capitalista o qual gerava dinheiro, se tornando, automaticamente, um privilégio para os que tinham como pagá-lo. O que nos leva a pensar se hoje em dia isso é algo que ainda acontece, ou se existem locais públicos e gratuitos destinados ao Lazer e com boa infraestrutura para a população usufruir.

Conceitos de Lazer

Considerando que o estudo das diferentes concepções de Lazer é uma função complexa, este trabalho deseja auxiliar com as reflexões sobre o entendimento de alguns autores que aprofundaram conhecimentos sobre o lazer, apresentando conceitos sobre o tema o qual iremos retratar. No final da década de 60, Joffre Dumazedier (1994), afirma que o Lazer é um tempo para a expressão individual ou em grupo que provoca nas pessoas grandes influências no cotidiano por meio de suas práticas sociais. Tudo que estiver fora das obrigações do trabalho, familiares, escolares ou espirituais é denominado Lazer.

O lazer é um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se, ou ainda, para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares ou sociais (DUMAZEDIER, 1979, p. 34)

O Lazer, em suas mais diversas atividades, pode ser considerado uma prática cultural, abrangendo os mais variados interesses humanos. Estas atividades devem ser vividas em tempos vagos de obrigações, sendo elas diárias – de rotina – profissionais ou domésticas, como também deve fugir de atividades realizadas por necessidade física, pensamento apontado por Melo (2012).

As atividades de lazer são práticas culturais, em seu sentido mais amplo, englobando também os diversos interesses humanos, suas diversas linguagens e manifestações [...] sendo vivenciadas no tempo livre das obrigações – profissionais, domésticas, religiosas – e das necessidades físicas (MELO, 2012, p. 34).

Mesmo estando inserido no tempo livre é preciso entender que nem todas as atividades realizadas neste tempo podem ser consideradas de Lazer. Obrigações de rotina, mesmo realizadas em um tempo vago e livre de obrigações, não podem ser consideradas atividades de lazer se levar em conta a substancial observação do autor Marco Stigger (2002) que fala sobre as diferenças entre Lazer e tempo livre. Devemos compreender com clareza estas divergências apontadas pelo escritor a fim de compreender melhor um dos conceitos de Lazer abordados.

O lazer está inserido no tempo livre, sendo parte deste, considerando que o conjunto das atividades voltadas para a satisfação pessoal do indivíduo sejam entendidas como lazer, diferente das obrigações do tempo livre. Embora seja tempo livre, muitas pessoas têm obrigações rotineiras como pagar contas,

deslocar-se da casa para o trabalho e muitas outras, sendo atividades que não são necessariamente prazerosas ou significadas como de lazer (STIGGER, 2002, p. 48).

É importante abordarmos que se pode dizer que o Lazer na sociedade moderna ainda favorece as classes sociais mais altas, o tempo livre destinado ao Lazer é vantagem para aqueles que têm o capital mais alto e se destacam na sociedade. No mesmo momento que as classes sociais altas têm o tempo livre desobstruído com o aglomerado de riquezas adquiridas, nas classes sociais mais baixas, o ilusório tempo livre para o Lazer se é dado pelo desemprego.

Segundo Stigger (2002), a definição de lazer pode ser entendida por toda atividade que não possui caráter obrigatório, voltadas para a satisfação do indivíduo, sendo diferente das obrigações diárias. Sendo assim, o Lazer é todo aquele tempo o qual não temos obrigações a cumprir, por isso todas as atividades as quais fazemos são meramente por gostarmos e/ou para nos sentirmos bem são atividades de Lazer.

Importância do Lazer

Associando a qualidade de vida com o Lazer, Gáspari (2001), enfatiza como a prática do lazer e das atividades esportivas proporcionam elementos prazerosos para a vida das pessoas. Esses elementos são capazes de auxiliar para a melhoria da automotivação, bem como podem trazer maior satisfação pessoal e social, contribuindo para uma melhor qualidade de vida. Segundo Camargo (1989), não se pode negar que o Lazer é essencial, pois pode ter fins educativos, recreativos, de caráter cultural, resultando na perda de cansaço psicológico, do estresse do dia-a-dia e proporcionando a tranquilidade e o bem-estar. As atividades de Lazer proporcionam, a um nível mais elevado e por um período momentâneo, o surgimento de sensações agradáveis às quais geralmente são inexistentes em nossa rotina cotidiana. A função do Lazer não é apenas a libertação de tensões diárias como estresse, apreensões e ansiedades, mas também a renovação do nosso corpo e mente a respeito das preocupações do dia a dia, o que constitui um fator importante em nossa saúde mental (ROCHA E DELCONTI, 2011).

O Lazer como qualidade de vida nos dias de hoje deve fazer parte da vida de todo cidadão, pois o mesmo auxilia em nossa saúde mental e física por meio de atividades benéficas à saúde, por esta razão é importante à realização do Lazer para uma melhor qualidade de vida, sendo assim a criação de espaços públicos e gratuitos destinados ao Lazer é fundamental, até mesmo para que a população que não tem condições de pagar locais voltados para o lazer tenha onde praticar atividades deste cunho.

2 | METODOLOGIA

A metodologia adotada fundamentou-se na abordagem qualitativa em formato de estudo de caso e quantitativa. Para que os objetivos desta pesquisa fossem atingidos, foi analisado 01 (um) espaço para Lazer por bairro do município, conforme listagem (Anexo 01) disponibilizada pela Secretaria de Esporte e Lazer de Sapucaia do Sul/RS. Para mapear esses locais utilizamos como critério para escolha os espaços mais centralizados, geograficamente, de cada bairro. No total tivemos registros de 23 (vinte e quatro) espaços, pois 09 (nove) bairros não possuem nenhum espaço público de Lazer. Verificamos a informação por meio do Google Earth e também visitamos a localidade para confirmar esta informação.

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um roteiro para analisar os espaços de lazer, sendo os critérios organizados dessa forma:

- Equipamentos de Recreação: considerando a sua existência e qualidade da pintura;
- Espaços Esportivos: considerando a sua existência, a sua demarcação, manutenção do piso, segurança para expectadores, arquibancada e equipamentos;
- Limpeza: Se visualmente está limpo, considerando a altura da grama, também, como um aspecto da limpeza do local e se havia lixeiras e seu quantitativo.

Cada um dos critérios possuía as possibilidades de assinalar como péssimo, regular, bom e ótimo, além da possibilidade de indicar a inexistência.

Como dito anteriormente, ponto inicial para nossa pesquisa foi realizado o contato com a Secretaria de Esporte e Lazer do município de Sapucaia do Sul/RS para a solicitação da lista dos espaços de lazer. Após o recebimento da lista de locais de lazer, foi realizado o mapeamento pelo Google Earth. Em seguida, procedemos com as visitas nos espaços (entre fevereiro e maio de 2017), fazendo a análise por meio de nossos critérios, citado anteriormente, e realizando registros (fotos).

Os espaços de lazer analisados em nossa pesquisa foram classificados conforme propõe o autor Geraldo (1997): Parques de vizinhança, que são praças onde apresentam função recreacional, podendo abrigar alguns tipos de equipamentos. Parques de bairro, que são áreas ligadas à recreação, com equipamentos esportivos, que requerem maiores espaços do que os parques de vizinhança e por fim, áreas de função ornamental, que são canteiros de avenidas e rotatórias.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÕES

O primeiro aspecto de análise em nosso instrumento de coleta foi sobre a identificação dos espaços de Lazer, conforme propõe a classificação de Geraldo (1997). O percentual de parques de vizinhança, como praças e playgrounds é o mais alto, chegando a 83% (oitenta e três por cento), que equivale a 19 (dezenove) espaços de Lazer. Já os parques de bairro, que são espaços esportivos, ocupam 13% (treze

por cento) desses espaços o que equivale a 03 (três) locais. O menor percentual, 4% (quatro por cento), é a área de funções ornamentais, que são canteiros e rotatórias, equivalente a apenas 01 (um) local.

Um aspecto importante para a manutenção de um espaço de lazer e a sua utilização efetiva pela população é a limpeza. Para que os locais fossem classificados como visualmente limpos consideramos os seguintes aspectos: Objetos industrializados (papel de bala/chiclete/pirulito, pacote de bolachas/biscoitos/salgadinho, garrafas de suco/água/refrigerante, latas de bebidas, restos de cigarros) jogados pelo chão, como também acúmulo de folhas e/ou grama alta dificultando a passagem. Um total de 52% (cinquenta e dois por cento) foram considerados visualmente sujos, como por exemplo, o parque de vizinhança do bairro Fortuna que está com a grama alta e com lixos pelo chão do local. Outro exemplo é a Praça da Bíblia localizada no bairro Diehl que contém acúmulo de lixo. Enquanto apenas 48% (quarenta e oito por cento) foram considerados limpos, como por exemplo, o parque de vizinhança do bairro Santa Catarina que foi considerada limpa, pois não havia grama alta e nenhum sinal de lixos jogados pelo chão. A Praça Noeli da Silveira localizada no bairro Nova Sapucaia também é um exemplo de local visualmente limpo por não haver lixos pelo chão e o local estar bem conservado levando em conta o aspecto da limpeza. O mesmo percentual está no aspecto sobre ter lixeiras no local e pode-se associar os locais visualmente sujos com o quantitativo que não possuem lixeiras. Dos locais que possuem lixeiras, contabilizamos o quantitativo desses itens em cada local, em 37% (trinta e sete por cento) dos locais que possuíam lixeira há apenas 01 (um) cesto de lixo, enquanto em 36% (trinta e seis por cento) dos locais há 02 (duas) lixeiras. Em 09% (nove por cento) dos locais há 03 (três) lixeiras, também em 09% (nove por cento) há 4 (quatro) lixeiras e há 10 (dez) cestos de lixo em 09% (nove por cento) dos locais.

Nos 19 (dezenove) parques de Vizinhança, foram encontrados 205 (duzentos e cinco) equipamentos, entre eles brinquedos e aparelhos de ginástica. Os brinquedos e aparelhos de ginástica que foram considerados bons, se encontravam em boas condições, pois estavam com assentos fixados, escorregadores contendo todos os degraus e equipamentos de madeira conservados. No total, 86 (oitenta e seis) equipamentos foram considerados em bom estado, os mais identificados foram os bancos e balanços.

Pudemos constatar que 66 (sessenta e seis) equipamentos de recreação foram identificados como regulares, dado que os brinquedos estavam em condições de uso, porém necessitavam de alguns reparos como apertar pregos, fixar assentos em balaços/bancos/gangorra e inserir degraus em faltas. Alguns dos equipamentos encontrados em estado regular foram balanços e gangorra.

Além dos equipamentos bons e regulares, também foram encontrados equipamentos em péssimos estados, pois estavam sem possibilidade de uso. De 205 (duzentos e cinco) equipamentos, apenas 29 (vinte e nove) foram considerados

como péssimo, escorregador, gira-gira e multi exercitador são exemplos de disto.

Por fim temos os equipamentos em falta, como por exemplo, equipamentos que tinham apenas o arco, mas sem o brinquedo em si. Ao total 23 (vinte e três) equipamentos foram classificados em falta. Dentre eles estavam a moto, vai-e-vem, simulador de caminhada e trem.

Com isto, podemos observar que 42% (quarenta e dois por cento) dos equipamentos estão em estado bom, 33% (trinta e três por cento) em estado regular, 14% (quatorze por cento) em estado péssimo e 11% (onze por cento) em falta. Desse modo percebemos que os brinquedos e aparelhos de ginástica com a classificação “equipamentos bons” prevalecem.

Os equipamentos encontrados foram avaliados a partir do nosso roteiro de registro e foi levado em conta o estado de conservação da pintura dos equipamentos. De 205 (duzentos e cinco) equipamentos, 47 (quarenta e sete) foram consideradas em estado bom, pois se encontravam totalmente preservados. Equipamentos como: Balanços, bancos e casinha são exemplos disso.

Os equipamentos identificados com a pintura regular somaram um total de 143 (cento e quarenta e três) itens, pois a pintura estava deteriorada. Exemplos desta classificação são: Gangorras, escorregador e moto.

As pinturas avaliadas como em péssimo estado de conservação foram devido ao fato de não estarem pintadas. De 205 (duzentos e cinco) equipamentos, 13 (treze) foram consideradas como em péssimo estado, tais como: Gira-gira, gangorra, casinha e mesa com bancos. Assim podemos concluir que a classificação que predomina são as pinturas regulares.

As áreas de função ornamental, que são áreas que não possuem caráter conservacionista nem recreacional, são canteiros de avenidas e rotatórias. Os equipamentos encontrados na única área ornamental do município foram apenas os bancos, com 03 (três) unidades, os mesmos estavam em bom estado de conservação, assim como suas pinturas que foram consideradas como boas, como mostra o gráfico acima.

Foram avaliados 03 (três) espaços como parques de bairro. No primeiro item, demarcação, avaliamos 01 (um) como bom, pois estavam pintadas adequadamente, porém com dimensões não oficiais. Na categoria regular, classificamos 01 (um) como estado regular, porque as demarcações estavam corretas, mas em parte apagadas. Por fim, na última praça de bairro classificamos a demarcação como não há, pois não havia nenhum sinal disto.

Ao avaliarmos a manutenção do piso, observamos que cada espaço se encontrava em um estado diferente. Apenas 01 (um) recebeu a classificação bom, onde consideramos o piso em boas condições e não identificamos riscos de acidentes no local. Outro espaço foi avaliado como regular, pois o piso necessitava de manutenção, além de haver deformidades que poderiam comprometer a segurança dos praticantes. No péssimo, 01 (um) espaço foi identificado desta maneira, pois o

piso estava inadequado para a prática esportiva.

Na segurança dos expectadores consideramos se havia algum equipamento que mantinha segurança entre os atletas e os expectadores. Um dos espaços foi avaliado como bom, pois havia material de segurança necessitando de manutenção, porém não causava nenhum risco aos expectadores. Já 02 (dois) espaços foram classificados como péssimo, porque existia um equipamento, mas não oferecia nenhuma segurança aos expectadores, pois estava localizado incorretamente.

Entre os itens avaliados, também está arquibancadas, 01 (uma) delas foi classificada como ótima, considerando que se encontrava em ótimas condições de uso para os expectadores. Porém nos outros dois espaços de cunho esportivo não havia arquibancadas, recebendo a classificação “não há”.

Equipamentos como traves, suporte para redes, tabela, aro e redes também foram avaliados por meio do roteiro de registro, tendo como objetivo principal observar se os espaços possuíam ou não estes itens. Estes equipamentos foram avaliados como bom, quando o local possuía o equipamento e estava em boas condições de uso, regular, quando o local possuía o equipamento, necessitava de reparos, mas era utilizável, avaliados como péssimo, quando o espaço possuía o equipamento, porém era inutilizável ou eram classificados como “não há” quando não havia o equipamento no espaço.

De todos os equipamentos citados apenas as traves foram encontradas nos espaços, onde 01 (uma) estava em bom estado e 02 (duas) em estado regular. Os demais itens não haviam nos parques de bairro.

4 | CONCLUSÕES

O presente estudo possibilitou uma análise dos espaços públicos do município voltados para o Lazer, suas infraestruturas, segurança e limpeza. O objetivo da nossa pesquisa era conhecer e analisar um local de cada um dos 32 (trinta e dois) bairros do município, além de descrever o estado de conservação destes espaços, porém 09 (nove) bairros não possuíam locais destinados ao Lazer, portanto foi possível analisar apenas 23 (vinte e quatro) espaços. Em relação a isso, entendemos que esta escassez acaba prejudicando os moradores dos bairros em questão, pois o Lazer é importante para nossa saúde física e mental, sendo essencial a criação de espaços públicos em todos os bairros para que a população tenha acesso.

Após visitar os locais, analisar os dados coletados e compará-los com nossos objetivos foi possível concluir que o poder público necessita investir mais nos espaços já existentes, uma vez que as condições dos espaços disponibilizados não contemplam integralmente a população. Quanto à qualidade das pinturas dos equipamentos encontrados nos locais, as mesmas se encontravam em estado regular, seja para equipamentos de Lazer seja para equipamentos de ginástica, o que é algo significativo, pois se os equipamentos estiverem com boa aparência

poderão atrair maior público para o local e incentivar os moradores a utilizarem o espaço, porém os equipamentos atuais necessitam de certa manutenção.

De acordo com dados gerais como limpeza, iluminação e manutenção podemos constatar que mais da metade dos espaços não são visualmente limpos e o mesmo percentual de locais não possuem lixeiras, acreditamos que os locais estarem sujos está ligado diretamente ao fato de não haver lixeiras. Podemos concluir que a escassez de lixeiras nos locais e a falta de manutenção e limpeza faz com que a comunidade não tenha interesse em frequentar o local.

Mesmo não sendo o foco da nossa pesquisa, nos deparamos com a situação de nunca presenciar um guarda municipal nos locais visitados. Esse pode ser uma justificativa para, em muitos locais, não estarem com a manutenção adequada e com a preservação adequada. A figura de um agente público além de inibir ações de vândalos também valoriza o espaço e demonstra preocupação do poder público para com os locais.

Ao analisarmos os equipamentos de cada espaço de cada bairro, concluímos que a maioria dos espaços eram pequenos, possuíam poucos equipamentos e grande parte deles se encontrava em estado precário, com poucos equipamentos de Lazer e sem amparo do poder municipal. Os principais espaços de lazer que estão em boas condições se localizam próximo ao centro da cidade, enquanto os locais menores e escassos estão em bairros mais afastados. Desse modo, aparentemente o município se preocupa muito mais com os espaços de Lazer em torno do local mais movimentado da cidade, abandonando os demais.

Em relação a isso, a partir das legislações sobre o lazer previsto na lei orgânica de Sapucaia do Sul/RS abordadas na pesquisa, podemos perceber que o município não cumpre com êxito certas leis, como implantar e conservar espaços voltados ao esporte, dado que apenas 03 (três) locais observados eram deste cunho e nestes espaços os equipamentos em falta prevaleceram. Assim como o inciso VIII, que garante manter, expandir ou criar áreas destinadas ao lazer, mas notamos que nenhum espaço era novo ou parecia ser, e a maioria que estava com uma aparência de manutenção reformada era porque os moradores se preocuparam com a situação que os espaços estavam ficando sem o cuidado do município e decidiram tomar a atitude de reestruturar o espaço, mesmo não recebendo auxílio da cidade.

Dado a importância dos apontamentos feitos nesta pesquisa, apresentamos algumas sugestões para os espaços serem aproveitados de uma maneira melhor. Primeiro é que seria fundamental a prefeitura estimular os moradores a preservarem os espaços próximos de suas casas investindo financeiramente, para que os habitantes possam estabelecer um vínculo com a cidade e valorizem os espaços de Lazer ao invés de depredarem e/ou irem para outras regiões vizinhas em busca de locais de Lazer. Além disso, a criação de alguma segurança para os espaços é imprescindível, pois acreditamos que assim o índice de vandalismo iria diminuir e a necessidade de manutenção dos equipamentos seria menos frequente.

O Lazer é importante por trazer maior satisfação pessoal e social, contribuindo para uma melhor qualidade de vida, por esta razão é fundamental que o poder público disponibilize espaços adequados para o Lazer. Uma parcela importante da população não possui recursos para investir em Lazer e os espaços públicos municipais atenderiam essa parcela da população. O Lazer é um direito constitucional e o poder público deve ofertar os diversos tipos de Lazer para contemplar toda população de Sapucaia do Sul/RS.

REFERÊNCIAS

- BETTINE, Marco; GUTIERREZ, Gustavo. **O lazer no Brasil: Do nacional-desenvolvimentismo à Globalização**. Faculdade de Educação Física/UNICAMP. 2005. Disponível em: <http://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637887/5578>. Acesso em: 10 de Maio. 2017.
- BRASIL. **CONSTITUIÇÃO DA REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL**. 1988. Disponível em: HTTP://www6.senado.gov.br/con1988/CON1988_05.10.1988/CON1988.htm. Acesso em: 20 de Maio. 2017.
- CAMARGO, Luiz Otávio de Lima. **O que é Lazer**. São Paulo: Brasiliense, 1989.
- CORBIN, Alain. **O advent da recreação (1850-1960)**. Paris: Aubier, 1995.
- DUMAZEDIER, Joffre. **Lazer e cultura popular**. São Paulo: Perspectiva, 1979.
- _____. **A revolução cultural do tempo livre**. São Paulo: Nobel. 1994.
- GÁSPARI, Josset. **Adolescência, esporte e qualidade de vida**. Revista Motriz, Rio Claro. 2001.
- GERALDO, João Carlos. **A evolução dos espaços livres públicos de Barueri, Brotas e Dois Córregos** - SP. 1997. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1997.
- GOMES, Christianne. Reflexão conceitual sobre o lazer. Lazer e trabalho. Brasília: SESI DN, 2005, p.25-39.
- GUZZO, Perci. **Estudos dos espaços livres de uso público e da cobertura vegetal em área urbana da cidade de Ribeirão Preto**. SP. 1999. 106f. Dissertação (Mestrado em Geociências). Instituto de Geociências e Ciências Exatas, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro. 1999.
- MARCELLINO, Nelson. **Introdução às ciências sociais**. São Paulo. Editora: Papyrus. 2002.
- MELO, Victor Andrade de; JUNIOR, Edmundo de Drummond Alves. **Introdução ao lazer**. 2ª ed. Barueri: Editora Manole, 2012.
- ORTIZ, Renato. **Cultura brasileira e identidade nacional**. São Paulo: Brasiliense, 1985.
- ROCHA, Bruno E DELCONTI, Wesley. **ARELAÇÃO ENTRE O LAZER E A QUALIDADE DE VIDA**. Maringá-PR. 2011. Disponível em: http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/fevereiro2012/educacao_fisica_artigos/relacao_lazer_qualidade_vida.pdf Acesso em: 07 de Jun. 2017
- SANT'ANNA, Denise Bernuzzi. **O prazer justificado: História e Lazer** (São Paulo, 1969/1979). São

Paulo: Marco Zero, 1994.

SAPUCAIA DO SUL. **Secretaria Municipal de Esporte e Lazer de Sapucaia do Sul**. Disponível em: <http://www.sapucaiaodosul.rs.gov.br/secretaria-municipal-de-esporte-e-lazer/> Acesso em 19 de Maio. 2017

_____. **Prefeitura de Sapucaia do Sul. Perfil**. Disponível em: <<http://www.sapucaiaodosul.rs.gov.br/perfil/>>. Acesso em 20 de Maio. 2017

_____. **Lei Orgânica de Sapucaia do Sul**. Disponível em: <https://leismunicipais.com.br/lei-organica-sapucaia-do-sul-rs>. Acesso em 20 de Maio. 2017

SEGAWA, Hugo. **Ao amor do público: jardins no Brasil**. São Paulo: Studio Nobel, 1996.

SILVA, Emília Amélia P. C.; SILVA, Priscilla P. C.; IRAQUITAN, Petrucio Venceslau de Moura; FREITAS, Clara Maria S. M. **Os Espaços De Lazer Na Cidade: Significados Do Lugar**. Belo Horizonte. Junho de 2012.

STIGGER, Marco Paulo. **Esporte, lazer e estilos de vida: um estudo etnográfico**. Campinas, SP: Autores Associados, 2002.

VYGOTSKY, Lev. **A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos superiores**. Organização Michael Cole et al. Tradução José Cipolla Neto, Luís Silveira Menna Barreto e Solange Castro Afeche. 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

ANEXOS

Anexo 01: Lista de espaços de Lazer de Sapucaia do Sul/RS

BAIRRO	ESPAÇO	ENDEREÇO
Boa vista	Praça Vila Verde	R. Carlos Fantinél
Camboim		
Capão da Cruz	Praça da juventude	Rua Hermes da Fonseca
Carioca		
Centro	Praça General Freitas	R. Rodrigues de Figueiredo
Cohab	Praça	Av. Alfredo Scharlau
Colonial	Praça na rua Caetés	Rua Caetés, Colonial.
Costa do Morro		
Diehl	Praça da Bíblia	R. Praça da Bíblia
Fortuna	Campo de Futebol	R. Giruá
Freitas	Campo de Futebol	R. Dr. Amado
Getulio Vargas		
Horta Florestal	Campo de Futebol	Valdir Magnante
Ipiranga	Pracinha	R. Reinaldo Borré
Jardim	Praça do Valão	Rua Mariano Couto
Kurashiki	Praça em frente ao Ginásio Municipal Kurashiki	Avenida Lúcio Bittencourt
Lomba da Palmeira	Praça com Campo de Futebol	R. Nair da Silva Rufino

Nova Sapucaia	Praça atrás da Escola João de Bairro	R. Dorival de Matos
Paraiso	Praça	R. Mal. Deodoro
Pasqualini	Praça dos Anjos	Rua do Passeio
Passo de Sapucaia		
Piratini	Praça	R. Antônio Pavani
Primor	Praça da Primor (em frente a igreja São José)	R. São João
Santa Catarina	Academia ao ar livre	Av. Castro Alves
São Jorge		
São José	Praça na rua Major de Souza Lima	R. Major de Souza Lima,
Sete	Campo do Itapemirim	Rua Octacílio José Lucas
Silva	Praça atrás da Escola Medianeira	R. Bagé
Vacchi		
Vargas	Praça do Céu	Av. Valdemiro Machado
Walderes		
Zoológico		

ESPORTES NA BAHIA: REGISTROS DE MEMÓRIAS EM JORNAIS DO INTERIOR DO ESTADO – 1910 – 1929

Roberto Gondim Pires

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia,
Departamento de Saúde I
Jequié – Bahia

Cleber Dias

Professor da Universidade Federal de Minas
Gerais, Departamento de Educação Física.
Belo Horizonte – Minas Gerais

Tayná Alves de Brito

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia,
acadêmica do Curso de Educação Física.
Jequié – Bahia

RESUMO: Este trabalho faz parte de um esforço entre Universidades Públicas dos Estados da Bahia, Goiás e Minas Gerais, objetivando realizar um estudo comparado sobre a história do esporte na Bahia, Goiás e Minas Gerais, entre as décadas de 1910 e 1929. Embora o estudo histórico do esporte no Brasil convencionalmente postule uma relação de homologia entre o desenvolvimento dos esportes e outros processos mais gerais de modernização, há situações que desestabilizam, em certa medida, essa premissa. Tratam-se de ocorrências históricas do esporte em situações marcadas por características distantes da compreensão usual modernidade. Utilizamos como fonte principal os jornais veiculados nas cidades do interior da Bahia com destaque

para o “Jornal de Itabuna” e o “Correio de Jequié”. Assim, os resultados preliminares têm apontado para situações que apontam a existência de iniciativas despregadas da lógica de expansão irradiada do centro para periferia, como por exemplo, na forma como foi verificada a introdução do ciclismo, bem como na existência inusitada de esportes locais, a exemplo do insólito “Sport Venatoris”. Estes são apenas os primeiros passos de um longo caminho que se descortina, tornado prematura para o momento a construção de certezas. Entretanto, a verificação de tais indícios tem fortalecido a tese de que o esporte em sua expansão para o interior do Brasil talvez tenha seguido por trilhas ainda pouco exploradas e em certa medida apenas visíveis a aqueles que optarem por lançar um olhar mais aguçado para fora dos grandes centros urbanos do país.

PALAVRAS-CHAVE: Esporte, Memória, Modernidade.

SPORTS IN BAHIA: RECORDS OF MEMORIES IN NEWSPAPERS OF THE INTERIOR OF THE STATE - 1910 – 1929

ABSTRACT: This work is part of an effort between Public Universities of the States of Bahia, Goiás and Minas Gerais, aiming to conduct a comparative study on the history

of sport in Bahia, Goiás and Minas Gerais between the 1910s and 1929s. historical study of sport in Brazil conventionally postule a relationship of homology between the development of sports and other more general processes of modernization, there are situations that destabilize, to some extent, this premise. These are historical occurrences of the sport in situations marked by features far removed from the usual modernity understanding. We used as main source the newspapers published in the cities of the interior of Bahia highlighting the “Jornal de Itabuna” and the “Correio de Jequié”. Thus, the preliminary results have pointed to situations that point to the existence of initiatives that are unfettered from the logic of expansion radiated from the center to the periphery, such as, for example, the introduction of cycling, as well as the unusual existence of local sports, example of the unusual “Sport Venatoris”. These are only the first steps of a long road that unfolds, made premature for the moment building certainties. However, the verification of such evidence has strengthened the thesis that the sport in its expansion into the interior of Brazil may have followed paths that have not yet been explored and to some extent only visible to those who choose to cast a sharper look outside the large urban centers of the country.

KEYWORDS: Sport, Memory, Modernity.

INTRODUÇÃO

Embora o estudo histórico do esporte no Brasil convencionalmente postule uma relação de homologia entre o desenvolvimento dos esportes e outros processos mais gerais de modernização, há situações que desestabilizam, ao menos em certa medida, o fundamento dessas premissas. Tratam-se de ocorrências históricas do esporte em situações marcadas por uma economia rural, por vezes afastadas dos principais centros políticos e econômicos de suas respectivas regiões, sem indícios claros, em suma, de um processo de modernização, tal como usualmente definido.

Aqui, menos que questionar a relação entre esporte e modernidade, trata-se de buscar compreendê-la de modo mais complexo e multifacetado, destacando padrões estruturais peculiares (EISENSATADT, 2000). Nesse sentido, porém, um dos principais obstáculos é a insuficiência de estudos sobre a história do esporte em regiões fora dos principais centros metropolitanos – que têm sido os casos mais abundantemente explorados na literatura especializada sobre o assunto. Esse estado de coisas dificulta, se não impede, uma compreensão mais adequada desses processos.

De acordo com interpretações correntes nos estudos sobre esporte, tanto no Brasil quanto no exterior, esta prática desenvolveu-se em profunda articulação com processos de urbanização, frequentemente apontados como um dos principais vetores explicativos para a emergência histórica dos esportes. Desde o início da consolidação de uma especialidade de estudos dedicada ao assunto, pesquisas diversas têm concorrido para estabelecer uma espécie de consenso a esse respeito.

De diferentes maneiras, esses trabalhos têm argumentado que a emergência e a disseminação do esporte tiveram relações profundas com o processo de crescimento das cidades. Não por acaso, o esporte e as cidades modernas teriam, inclusive, compartilhado várias características entre si (cf. LUCENA, 2001; WILCOX; ANDREWS, 2003; VANPLEW, 1988).

Direta ou indiretamente influenciados por trabalhos assim, algumas conclusões a respeito da história do esporte no Brasil, especificamente, têm seguido, em linhas gerais, esse esquema argumentativo. Nessa perspectiva, o desenvolvimento e a disseminação do esporte por várias regiões do país teria sido acompanhado por um conjunto de outras transformações mais amplas, nas quais os esportes teriam tomado parte. Entre as décadas finais do século XIX e os anos iniciais do século XX, as populações de muitas cidades brasileiras viviam já uma nova experiência urbana, marcada por ideais de velocidade, dinamismo e inovação, o que fazia do esporte uma prática simbolicamente atraente (cf. LUCENA, 2001; MELO, 2001; PEREIRA, 2000; SECVENKO, 1992). Em São Paulo, por exemplo, a partir de 1875, já se tem notícias da fundação de espaços como o Clube de Corrida Paulistano, o São Paulo Athletic Clube, o rink de patinação e o Velódromo Paulistano (FRANZINI, 2010). Em Porto Alegre, do mesmo modo, o início das discussões sobre planos e medidas para embelezar e modernizar a cidade foi logo acompanhado por iniciativas como a realização de competições de remo e natação no Rio Guaíba a partir de 1888 (GOELNER, MAZO, 2010).

Apenas muito recentemente, porém, têm sido observadas iniciativas dedicadas a investigar de modo mais regular e sistemático a história do esporte em diferentes cidades brasileiras (ver CALEIRO; SOUZA NETO; SILVA, 2012; CARVALHO, 2009; KILPP, ASSMANN, MAZO, 2012; PARDO, RIGO, 2004; ROCHA JUNIOR, SANTO, 2011; SANTOS, R., 2012; SANTOS, H., 2012; SILVA et.al., 2012). Em linhas gerais, a historiografia brasileira sobre o esporte não tem se ocupado em procurar saber como teria se dado este processo em outras regiões que não aquelas economicamente mais desenvolvidas e populosas. A população dessas regiões teria ficado à margem dessas transformações comportamentais? Regiões como os sertões das Gerais, de Goiás, da Bahia não teriam experimentado também uma nova excitabilidade urbana ligada a este costume moderno chamado “sport”?

Na Bahia, desde os fins do século XIX, conhecia-se um progressivo entusiasmo com práticas de esportes e de exercícios físicos em geral. Nessa época, estudantes da Faculdade de Medicina da Bahia envolviam-se cada vez mais com a prática, mas também com o estudo e a defesa da importância de uma difusão regular de esportes e exercícios entre toda a população. Paralelamente, corridas de cavalo, partidas de críquete ou disputas de remo tinham lugar no cenário social baiano. Já na primeira década do século XX, uma Liga Bahiana de Sports Terrestres seria criada em Salvador, visando organizar e incrementar a prática de esportes em todo o Estado. Setores soteropolitanos reivindicavam crescentemente a construção de

espaços para o futebol, ciclismo, patinação, natação e tênis (ROCHA JUNIOR, 2011). Pouco depois, em meados da década de 1920, preocupações com a oferta de esportes só fariam intensificar-se. Em 1927, o governador Francisco Marques de Góes Calmon (1927), relatava:

A educação physica, também, tem tido visível desenvolvimento. Por toda a parte, até em classes isoladas de lugares longínquos e afastados, tem ido a insistência pela gymnastica e pelos jogos, fazendo-se, hoje, de modo geral, em nossas escolas, educação physica. (p. 77-78)

Ao que tudo indica, portanto, o desenvolvimento histórico do esporte no Brasil parece desestabilizar o modelo teórico que postula a cidade e a urbanização como variáveis privilegiadas para a explicação histórica da emergência desse fenômeno. O caso brasileiro, em outras palavras, mostra algumas situações em que o florescimento de esportes ocorreu em ambientes urbanizados de modo peculiar, nos quais às vezes não se identifica com facilidade traços de uma experiência que possa ser chamada propriamente de urbana. Cidades às vezes distantes do que se supõe o centro irradiador de um ideário de progresso e modernidade, conheceram também, ainda que à sua maneira, uma sociabilidade ligada aos esportes (cf. DIAS, 2013). Isso difere, portanto, da imagem de isolamento, que tão caracteristicamente marca as representações sobre o sertão brasileiro. Essas regiões interioranas, geralmente de economia rural, mantinham-se às vezes interligadas entre si, bem como articuladas a outras mais populosas e economicamente mais dinâmicas (ver BARTELT, 2009; WISSENBACH, 1998), o que parece ter favorecido, em alguns casos, o surgimento de um campo esportivo, antes mesmo de quaisquer evidências de um processo modernizador mais generalizado.

Esporte na Bahia: o que dizem os Jornais do Interior do Estado?

Registra-se de início que na organização metodológica deste estudo, não esperávamos encontrar o que estamos considerando um manancial de informações jornalísticas de várias localidades do Interior do Estado da Bahia, muitas delas ainda pouco conhecida e conseqüentemente pouco explorada. Estes arquivos encontram-se localizado e de fácil acesso no Instituto Geográfico e Histórico da Bahia. Do manancial jornalístico mencionado utilizaremos para efeitos analíticos deste trabalho o Jornal de Itabuna, que surgiu no ano de 1920, criado pelo bacharel em Direito Lafayette Borborema, que ocupou diversos cargos no poder público local, incluindo os de promotor e de delegado do Município.

Embora o jornal de Itabuna em seu início tenha procurado assumir uma postura ambígua com relação à política local, sem assumir nenhuma bandeira partidária, não foi preciso muito tempo para perceber de que lado do jogo político este periódico estava (CARVALHO, 2010, p. 06)

O outro periódico que abordaremos é o Correio de Jequié. Aponta-se que em 01 de junho de 1902 aconteceu o lançamento do primeiro jornal impresso da cidade: “O

Jequié”, dirigido por Leopoldo Araújo, que veio da cidade de Santo Antônio de Jesus-BA. Na década de 1920, Agostinho Martins e Juvêncio Menezes personalidades influentes no Município de Jequié, lançam o semanário Correio de Jequié, que procurava retratar as transformações culturais da cidade, entre as quais as notícias esportivas. Este periódico também não ficou imune as demandas políticas locais e nacionais:

Em Jequié, muitos jovens, profissionais liberais, negociantes e comerciários, cansados dos resultados das eleições a “bico de pena”, prestaram apoio ao movimento. Os ricos fazendeiros, preocupados com a conservação de seus currais eleitorais, eram favoráveis ao governo Federal. O intendente Germiniano Saback apoiava Washington Luís. Os opositoristas encontravam no semanário “Correio de Jequié”, de propriedade de Agostinho Martins e Juvêncio Menezes, o seu porta voz.”. (Ailton, 2011, p.289)

Os jornais analisados como já dito, tinha uma forte influência política do governo ou da oposição, apontando assim, para um caráter dependente. Indicavam uma forma, até então nova de noticiar um fato, diria, que carregava muito nos detalhes. Os periódicos exibiam bom acabamento, cuidadosos com os editoriais e compromisso com a “verdade”. Vejamos a “broca” do editorial do jornal de Itabuna no ano de 1927 sobre a “jogatina” presente na cidade:

O Jogo...Itabuna não é um Monte Carlos...nunca se jogou tanto em Itabuna, pelo menos desassombadamente, às portas abertas, com licenciosidade e tolerância, como nos tempos que correm...não se joga às ocultas, nos fundos das casas, atrás dos reposteiros e no interior das tavernas, mas, às vistas da polícia e do público, como se fosse um divertimento licito...a polícia é vêsga; e os dirigentes da terra fecham os olhos a tudo isso. (JORNAL DE ITABUNA, 1927, p.01)

No campo das memórias esportivas dos periódicos analisados a predileção das reportagens é o futebol. Importa dizer que no correio de Jequié, as matérias se referem muito mais as atividades do Rio de Janeiro, como resultados de partidas de futebol, do que relatos regionais. Em 16/07/1926 a manchete foi sobre as corridas no Jokey Clube; em 05/11/1926 foi abordado a vitória do Fluminense sobre o S. Cristovam por 4X2, outras matérias externas se seguiram como: a vitória do scrath Bahiano contra os Paraenses, dentre outras. Podemos mesmo supor, que primeiro através de materiais jornalísticas e posteriormente mais fortemente com a influência dos programas de emissoras de rádio, se formou por aqui um exército de torcedores de times de futebol do eixo Rio-São Paulo. Assinale que neste contexto:

notadamente depois da Primeira Grande Guerra, Jequié começaria a experimentar significativo surto desenvolvimentista. Em 1919, por exemplo, inaugurou-se o cemitério da cidade – símbolo corriqueiro de progresso para muitas cidades do interior nessa época. Em 1923, no mesmo sentido, inaugurou-se uma agência do Banco do Brasil e em 1927, de forma ainda mais significativa, a linha férrea da Estrada de Ferro Nazareth chegou finalmente até a cidade. Este seria um acontecimento importantíssimo para os rumos do desenvolvimento de Jequié, o que dizia respeito também às práticas de esporte. (PIRES, DIAS, LEITE, 2014, p.05)

O desenvolvimento ferroviário, afinal, estivera relacionado ao início de práticas

esportivas em várias regiões do Brasil (como exemplos, ver ALMEIDA, GUTIERREZ, FERREIRA, 2010; JESUS, 2000). A forte presença de capitais e trabalhadores ingleses em praticamente todas as iniciativas de construção ferroviária no Brasil provavelmente concorreu decisivamente para esse processo (GRAHAM, 1973).

A memória esportiva abordada pelo correio de Jequié apresenta os acontecimentos futebolísticos locais, a partir do ano de 1926 e aponta muito mais do que simplesmente um evento esportivo. Na matéria de 09/01/1926, sob o título: Os collegiaes vencem os caixeiros por 6X3, indica muitos detalhes:

Foi motivo de grande surpresa para toda a cidade, a partida de futebol, realizada, no dia 6 do corrente, no campo do “América” organizada pelos rapazes do commercio e alguns collegiaes, que ora passam as férias, em companhia de suas famílias[...] o campo já estava repleto de assistente, do match, destacando-se um grande número de senhorinhas, sempre álacres e risonhas, a espalharem a beleza e a graça[...]

Apezar dos constantes ataques do quadro dos caixeiros, os collegiaes demonstraram bom treino, e muita presteza nos passes[...] domingo, às mesmas horas, jogarão dois quadros que estão sendo organizados a capricho[...] (CORREIO DE JEQUIÉ, 1926, p.03)

Na mesma linha editorial em 30/01/1926 é noticiada uma partida de futebol no mesmo lugar entre duas equipes diferentes, Girasol e Jardineiros. Nesta matéria se inaugura a escalação das equipes e do árbitro da partida.

A julgarmos pelos comentários em torno desse acontecimento desportivo vai ser bastante concorrido, não faltando a ella o mundo femenino e outras pessoas grandes da nossa sociedade... durante o tempo do jogo tocará a filarmônica Lyra 8 de dezembro, que gentilmente, se ofereceu para dar maior realce a festa desportiva. (CORREIO DE JEQUIÉ, 1926, p.03)

Matérias de 06/02/1926, 13/02/1926, encaminhavam na mesma direção, acrescentando um detalhe, qual seja, o desempenho do árbitro: “o juiz o Sr Caio de Souza, denotou conhecer as regras de futebol e foi imparcial, apesar de mostrar na questão do sonhado segundo gol, de jardineiro, pouco golpe de vista” (correio de Jequié, 13/02/1926, p.3). Pelo visto, o entusiasmo pela nova prática sócio cultural se afirmava e o jornal reservava espaço para noticiar partidas futuras de futebol, sempre no campo do América.

A memória esportiva do Jornal de Itabuna aponta muito mais para uma cultura clubística Estes relatos começam 01/12/1920 com a notícia da convocação de assembleia geral para eleição da nova diretoria do SPORT CLUB RIO BRANCO. No dia 10/12/1920, aconteceu a posse da diretoria do Clube, que havia mudado de nome, chamando-se agora: Club Sportivo Rio Branco, quem presidiu a cerimônia de posse do presidente Sr. Justino de Andrade, foi o proprietário do jornal de Itabuna, Lafayette Borborema. Outras notícias clubistas se seguiram: em 1923 com a posse da nova diretoria do Vera Cruz Sport Club; em 1925 relata a fundação do Fluminense Foot-Ball Club, que teve como seu primeiro presidente O Sr. Floro da Rocha Franco, que mais tarde se tornaria presidente do Sport Club Ypiranga; em 15/06/1925 a

fundação da Associação Athletica Itabunense, cabendo ao Sr. Oswaldo Almeida o cargo de diretor de Esporte. Na notícia de criação da Associação Athetica de Ilheos encontramos um diferencial na composição de sua diretoria, qual seja: existiam diretores para esportes específicos, assim, Juvenal Santos era o diretor de futebol, Alfredo Weibbel era diretor de natação e Odilon Correa era diretor de Atletismo. Este dado indica que tais esportes já eram vivenciados, muito embora dentro do período analisado não foi possível verificar qualquer notícias sobre como o mesmo era praticado, quem eram seus técnicos e seus praticantes.

Esta convivência clubistica parecia apontar já neste momento para algumas disputas, não parecia ser tão amistosa. Nesse sentido encontramos em 16/07/1925 uma declaração no mínimo surpreendente:

O Sport Club Ypiranga declara ao público e ao commercio em geral que não se responsabilisa de ora avante por compromissos da gestão passada, a respeito de qualquer conta que surja em referência à mesma sociedade. Floro Franco e Henrique Solter.

Esta declaração mereceu outra notícia no dia 23/07/1925, com o título: Uma Declaração Graciosa e Prejudicial. Argui o antecessor, Antonio Tourinho, que tal atitude trará prejuízos ao clube, pois alguns débitos contraídos foram aplicados em atividades do próprio clube, citando como exemplo o débito contraído em 1924 para impressão de avisos e programas para um espetáculo de circo.

Em 08/01/1925 inicia-se os relatos sobre as partidas de futebol entre equipes regionais. Assim, com o Título “**Passeio de recreio** – A visita esportiva do Flamengo ao Ypiranga” noticiou a visita do “sympathizado club Flamengo” da cidade de Ilhéus ao Ypiranga da cidade de Itabuna. Toda a reportagem relata a recepção da equipe pelos diretores do clube com a presença de oradores oficiais, presença de filarmônica, oferecimento de almoço e visitas pela cidade, notadamente a clubes locais e relata que a partida foi realizada “perante extraordinária assistência”. Da prática futebolística restaram os dois últimos parágrafos: “Os teams não demonstraram nenhuma combinação.... O Flamengo conquistou o primeiro ponto e o Ypiranga conseguiu fazer minutos depois dois pontos”.

Ao que parece, estas visitas de cortesia ou “passeio de recreio” acontecia com frequência e com o ritual parecido. Em 02/04/1925 foi a vez do Ypiranga da cidade de Itabuna visitar o Flamengo na cidade de Ilhéus. Grande público, filarmônica, oradores oficiais, oferecimento de almoço em hotel local “de trinta talheres”, presença de autoridades: A. dos empregados do commercio, S.C. Victoria, Grêmio Olavo Bilac e da Euterpe 3 de maio. A partida foi realizada com grande público no “**grammado de Copacabana**” sob atuação do juiz José Oliveira. Nesta matéria já é possível observação as distinções de atuação dos jogadores: “muitos se distinguiram no jogo os snr. Petronio, Juvenal Silva, João Pastor, Miguel e bidês pelo ypiranga, Milla, gromou, Polibio e Frascelino pelo Flamengo”. A chegada da equipe de Itabuna de retorno a cidade foi também noticiada, apontando a existência de simpatizantes da

equipe: “ao chegar a esta cidade....foi recebido na gare da State pelo comitê feminino “pró-Ypiranga” e pelo povo em verdadeiro delírio”.

Em 15/10/1925 na coluna sportiva foi relatado uma partida de futebol entre palmeiras e Helenico na Fazenda Monte Alegre, sobre forte chuva e em função disso a assistência não foi grande.

O periódico Jornal de Itabuna, apresentava alguns suplementos semanais ilustrados, nestes, cabiam espaços grandes dedicados aos esportes nacionais e internacionais. No suplemento 4/10/1925 na parte “Pagina Sportiva” ganha destaque o box, com a seguinte matéria: “O único que poz Jack dempsey a knock-out” no que se refere ao futebol o destaque foi “um grande prélio inter-estadoal.. cariocas e paulistas, finalistas do campeonato brasileiro de Football, empatam, após uma luta emocionante”.

CONCLUSÕES PROVISÓRIAS

Como já mencionado as predileções para o futebol nas matérias jornalísticas, talvez, não tenha sido por opção, mas por falta delas, encontramos poucos, mas encontramos registros de outras atividades que pode ser consideradas como manifestações esportivas locais. O Jornal de Itabuna estampa uma manchete em 18/12/1925 apresentando, ou até induzindo a ‘BICYCLETA” como um “agradavel Sport” pessoa habilitada encarrega-se de ensinar rapazes, senhorinhas ou quem interessar, em local apropriado, montar em bicicleta, garantindo aprendizagem em dois dias apenas sem riscos de queda, sujar e estragar a roupa, bem como ficarem os clientes isentos do aluguel da bicicleta.....não montará n’um motorcycleto quem não souber montar numa bicicleta...num passeio n’uma destas machinas em boas estradas experimenta-se a sensação agradável e tão desejável de se estar voando baixo.. Informações no jornal de Itabuna”. Posteriormente com frequência era divulgada a informação de bicicletas para aluguel.

A matéria mais inusitada encontrada se refere ao “Sport Venatoris” publicada em 21/11/1925 no Correio de Jequié. Este Sport consistia na caça de veados, possui regras e regulamentos próprios.

Por fim, finalizamos este texto, com a impressão que mais dúvidas restaram. Estamos falando de um período anterior a primeira copa do mundo!!! porque outras pessoas grandes da nossa sociedade participavam destes eventos? quais parâmetros para apreciação deste novo esporte? Como julgar se o juiz está atualizado? E a participação feminina? Já era tido como uma atividade moderna, ou que apontava para modernidade? Por certo, o fato de abrir outras possibilidades interpretativas em busca de outras chaves que justifique a interpretação para este fenômeno nos mobiliza a avançar nas questões que estão postas neste estudo.

REFERÊNCIA

Ailton, Domingos. Anésia Cauaçu. Via Literatum editora. Itabuna-BA, 2011 P.289

ALMEIDA, Marco Antonio Bettine de; GUTIERREZ, Gustavo Luis; FERREIRA, Ricardo Pellison. Futebol e ferrovia: a história de um trem da industrialização que parte para o noroeste paulista. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 249-259, abr.-jun. 2010.

BARTELT, Dawid Danilo. *Sertão, república e nação*. São Paulo: Ed. USP, 2009.

CALEIRO, R. C. L.; SOUZA NETO, G. J. de; SILVA, L. P. da. *O foot-ball no sertão mineiro: a história do sport bretão nos Claros Montes das Geraes*. Montes Claros: Unimontes, 2012.

CARVALHO, C. A. *Terra, grama e paralelepípedos: os primeiros tempos do futebol em São Luís (1906-1930)*. São Luís: Café & Lápis, 2009.

CARVALHO, P. M. S. Imprensa e Política em Itabuna na década de 1920: periodismo e luta política. In. *Seminário Cultural e Política na Primeira República: campanha civilista na Bahia*. UESC. 2010.

DIAS, C. Esporte e cidade: balanços e perspectivas. *Tempo*, Niterói, v. 17, n. 34, p. 33-44, Jan./Jun. 2013.

DIAS, C. Primórdios do futebol em Goiás, 1907-1936. *Revista de História Regional*, Ponta Grossa, v. 18, n. 1, 2013.

EISENSATADT, S. N. Multiple Modernities. *Daedalus*, n. 129, issue 1, p. 1-29, Winter 2000.

FRANZINI, F. Esporte, cidade e modernidade: São Paulo. In: MELO, V. (Org.). *Os sports e as cidades brasileiras: transição dos séculos XIX e XX*. Rio de Janeiro: Apicuri / Faperj, 2010, p. 49-70.

GOELNER, S. e MAZO, J. Esporte, cidade e modernidade: Porto Alegre. In: MELO, V. (Org.). *Os sports e as cidades brasileiras: transição dos séculos XIX e XX*. Rio de Janeiro: Apicuri / Faperj, 2010, p. 168-192.

GRAHAM, Richard. *Grã-Bretanha e o início da modernização no Brasil*. São Paulo: Brasiliense, 1973.

JESUS, Gilmar M. A via platina da introdução do futebol no Rio Grande do Sul. *Lecturas*, Buenos Aires, v. 5, n. 26, oct. 2000. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd26a/platina.htm>. Acesso em: 14 set. 2009.

KILPP, C. E.; ASSMANN, A. B.; MAZO, J. Z. O “abrasileiramento” das associações esportivas de Teutônia/Estrela no Rio Grande do Sul. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, vol. 26, n. 1, p. 77-85, 2012.

LUCENA, R. *Esporte e cidade: aspectos do esforço civilizador brasileiro*. Campinas: Autores Associados, 2001.

MELO, V. *Cidadesportiva: primórdios do esporte no Rio de Janeiro*. Rio de Janeiro: Relume-Dumará / Faperj, 2001.

PARDO, E. R.; RIGO, L. C. Memórias esportivas: uma história da subjetividade urbana. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Campinas, v. 25, n. 2, p. 21-37, jan. 2004.

PEREIRA, L. A. de M. *Footballmania: uma história social do futebol no Rio de Janeiro, 1902-1938*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2000.

PIRES, R.G. DIAS, C. LEITE, M. História e Memória do Esporte em Jequié. *Recorde: Revista de História do Esporte*. Vol.7, n.1, janeiro-junho de 2014, p. 1-23.

ROCHA JUNIOR, C. P.; SANTO, F. R. do E. Futebol em Salvador: o início de uma história (1899-1920). *Movimento*, Porto Alegre, v. 17, n. 3, p. 79-95, 2011.

ROCHA JUNIOR, C. P. Esporte e modernidade: uma análise comparada da experiência esportiva no Rio de Janeiro e na Bahia nos anos finais do século XIX e iniciais do século XX. Tese (Doutorado em História Comparada). Rio de Janeiro: Instituto de História / Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2011.

SANTOS, H. S. dos. Nos gramados do sul: a seleção baiana de futebol e o torneio do Centenário da Independência em 1922. *Revista de História Regional*, v. 17, n. 2, 2012.

SANTOS, R. P. Comemorando o Brasil: que Brasil? In: SANTOS, J. M. C. M.; MELO, V. A. de (Orgs.). *1922: celebrações esportivas do centenário*. Rio de Janeiro: 7 letras, 2012, p. 163-182.

SECVENKO, Nicolau. *Orfeu extático na metrópole: São Paulo, sociedade e cultura nos frementes anos 20*. São Paulo: Companhia das Letras, 1992.

SILVA, C. N. da, et. al. Esporte na imprensa em vitória (1926-1936): uma análise dos jornais *a gazeta* e o *diário da manhã*. *Revista de Educação Física da UEM*, Maringá, v. 23, n. 4, p. 529-541, 2012.

VAMPLEW, Wray. Sport and Industrialization: An Economic Interpretation of the Changes in Popular Sports in Nineteenth-Century England In: MANGAN, J. A. (ed.). *Pleasure, profit, proselytism: British culture and sport at home and abroad, 1700-1914*. London: Frank Cass, 1988. p. 7-20.

WILCOX, R. C.; ANDREWS D. L. Sport in the city: cultural, economic, and political portraits, In: WILCOX, R. C., ANDREWS, D. L. PITTER, R., IRWIN, R. L. (eds.), *Sporting Dystopias: the making and meanings of urban sport cultures*, New York, State University of New York Press, 2003, p. 1-16.

WISSENBACH, M. C. C. Da escravidão à liberdade: dimensões de uma privacidade possível. In: SECVENKO, Nicolau (org.), *História da vida privada no Brasil*, v. 3. São Paulo: Companhia das Letras, 1998, p. 513-619.

A LINGUAGEM-EXPRESSIVA-CRIADORA DA DANÇA: UMA ABORDAGEM FENOMENOLÓGICA

Danieli Alves Pereira Marques

Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha
e Mucuri (UFVJM), Diamantina – MG

Marília Del Ponte de Assis

Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP),
Campinas – SP

Aguinaldo Cesar Surdi

Universidade Federal do Rio Grande do Norte
(UFRN), Natal – RN

Elenor Kunz

Universidade Federal de Santa Maria (UFSM),
Santa Maria – RS

RESUMO: Este texto objetiva discutir a dança como linguagem-expressiva-criadora, buscando fundamentação e aproximação entre pensamentos de Merleau-Ponty e Paulo Freire, refletindo sobre arte, cultura, linguagem, educação e seus processos de “inconclusão”. Compreende-se a dança como um sistema que atualiza significações sensíveis e simbólicas, podendo ser retomada e reaberta por diferentes sujeitos, em distintos contextos.

PALAVRAS-CHAVE: dança; linguagem; fenomenologia.

THE CREATIVE-EXPRESSIVE-LANGUAGE OF DANCE: A PHENOMENOLOGICAL

APPROACH

ABSTRACT: The text aims to discuss dance as expressive-creative language, seeking the foundation and approximation between the thoughts of Merleau-Ponty and Paulo Freire, reflecting on art, culture, language, education and their processes of “inconclusion”. Dance is understood as a system that actualizes sensible and symbolic meanings and can be retaken and reopened by different human beings in distinct contexts.

KEYWORDS: dance; language; phenomenology.

1 | INTRODUÇÃO

O presente texto é um ensaio teórico que discute a dimensão da dança como manifestação da arte e da cultura, portanto, linguagem-expressiva-criadora que, entre outros aspectos, anuncia-se como um modo de existir, de “ser-no-mundo”. Por esse motivo, interessa-nos seu caráter de inacabamento, especialmente porque nos aproximamos do contexto educativo, que deve estar atento, como nos alerta Paulo Freire (1996), à “inconclusão” do ser humano e seu constante movimento de procura.

Refletindo sobre a experiência dançante

como linguagem, recorremos à noção de expressão em Merleau-Ponty (1999, 2004), para conferirmos que é sempre a partir do nosso corpo – ou do corpo de outrem – que os gestos nascem e renascem. Portanto, como espaço perceptível, sensível e partilhado culturalmente, o gesto corporal se faz significação encarnada, e enquanto o “ser” dança, torna-se linguagem viva.

A educação não se restringe somente ao contexto escolar, porém, concordamos com Gonzáles e Fensterseifer (2009, p. 21) que em sua condição republicana, “a escola é um lugar em que é possível defender e construir formas de olhar e sentir o mundo diferente daquelas que permitem outras instituições sociais”.

Esse processo não exclui as formas de aprendizagem que trazem consigo elementos das técnicas específicas da dança, pertencentes ao mundo da cultura de movimento, mas ao contrário, permitem visualizarmos as manifestações da cultura não como sistemas simbólicos arbitrários, e sim como sistemas expressivos que podem ser retomados e reabertos por diferentes sujeitos, em contextos distintos, podendo ser a eles instituídos novos sentidos.

2 | O INACABAMENTO DA ARTE, DA CULTURA E DA EDUCAÇÃO

Para Merleau-Ponty (1999), o corpo configura-se como o primeiro espaço cultural, já que é por meio dele que todas as manifestações simbólicas se instituem. Enquanto portador de comportamentos, o corpo constrói ambientes e gestualidades, deixando vestígios no espaço e no tempo que podem tornar-se rastros falantes de uma existência. Nesse sentido, a arte não se dá como repertório finalizado, conforme explicita Chauí (2010); ao contrário, dá-se como um processo criador que faz dialogar o instituído e o instituinte, fundando-se no próprio agir humano.

Quando foi feito o primeiro desenho na parede da caverna, foi prometido um mundo a pintar, o qual os pintores não fizeram senão retomar e reabrir. Quando foi proferido o primeiro canto e o primeiro poema, foi prometido um mundo a cantar e a dizer que músicos e poetas não fizeram senão retomar e reabrir. Quando foi feito o primeiro gesto cerimonial, foi prometido um mundo a dançar e a esculpir que dançarinos e escultores não fizeram senão retomar e reabrir (CHAUI, 2010, p. 286).

Nessa perspectiva, o gesto corporal pode desempenhar papel fundamental nas práticas educativas, intensificando as formas de contato com o mundo, estimulando e valorizando o fazer corporal dançante como uma das formas legítimas de saberes e conhecimentos. Vale citar que para além de simples movimento compreendido como deslocamentos de segmentos do corpo no espaço, entendemos por gesto aquele movimento portador de expressividade, que se organiza na produção de sentidos de forma significativa (GODARD, 2004). Assim, no diálogo entre tradição e inovação, a dança pode se constituir numa possibilidade de experiência sensível e criadora, atualizadora de significações perceptíveis e simbólicas.

Recorremos a Paulo Freire (1979) para identificar à qual educação nos

referimos, quando apontamos a possibilidade da dança na formação humana. Para este autor, o núcleo fundamental em que se sustenta o processo de formação é o inacabamento do ser humano. A educação só é possível para o ser porque somos sujeitos inacabados, incompletos e não sabemos de maneira absoluta.

Merleau-Ponty e Paulo Freire consideram que cultura é criação humana. Merleau-Ponty (1974) afirma que a cultura não é o decalque do mundo, mas invenção, que permite o homem projetar diante dele o mundo percebido. Freire (1979) sinaliza que “a cultura consiste em recriar e não em repetir” (p. 31). Nisso, todo o potencial do corpo se entrelaça como espaço cultural, sensível, perceptivo e expressivo, que não se encerra em ações já estabelecidas, mas cria um mundo de ações experienciais, que carregam a instabilidade, com sentidos particulares, vivos e modificáveis, assim como a vida.

Encontramos nos escritos de Freire (2009, 1996), ideias que se entrelaçam à perspectiva fenomenológica, uma vez que seu entendimento de ser humano nos mostra que deveríamos concebê-lo como um ser de relações e não apenas de contatos; ele não está apenas no mundo, mas com o mundo, agindo e se transformando junto a ele.

Isso nos recorda a perspectiva corporal de Merleau-Ponty (1999) quando ressalta a relação de reciprocidade corpo-mundo. Apostando na reversibilidade do corpo, o filósofo destaca sua possibilidade de ver e ser visto, tocar e ser tocado, sentir e ser sentido, apontando sua impossibilidade de ser considerado como simples objeto no mundo. No mesmo instante em que o ser afeta o outro e o mundo pelas suas ações, deixa-se afetar por ambos.

Para Freire (1996), educar vai muito além do treinamento do educando para o desempenho de destrezas. Concordando com o autor, podemos pensar em uma prática dançante que não esteja subordinada a uma educação bancária, que não se resuma a repertório de passos depositados nos alunos, como se esses fossem objetos. Ao contrário de apenas a memorização de coreografias prontas, como normalmente se costuma encontrar no sistema tradicional de ensino desta arte, a experiência educativa almejará sujeitos que participem do seu processo de construção. Trata-se de um trabalho voltado à exploração e investigação de movimentos que, pautados na imaginação criadora, na experiência corporal sensível, na improvisação e composição coreográfica interativa, podem contribuir com o processo de formação educacional e educação estética.

Como nos alerta Freire (1996), só há saber na inquietude permanente, na invenção, na rebeldia, na curiosidade, na capacidade de arriscar-se. Nessa perspectiva, o autor vai apontar uma pluralidade nas relações do homem com o mundo, que ocorre na medida em que vai respondendo à ampla variedade dos seus desafios. Nesse caso, o mais importante, ou, podemos dizer o que mais nos chama atenção, é que o sujeito não se esgota num tipo padronizado de resposta, mas no “jogo constante de suas respostas, altera-se no próprio ato de responder” (FREIRE,

2009, p. 48). E que importância essas relações assumem no processo educativo com a dança?

Esse jogo de perguntas e respostas, quando vivenciado via expressão corporal, permite-nos renovar nossas percepções, ampliando nossos vocabulários de movimentos e nossas maneiras de interpretação do mundo, uma vez que não apenas o conhecemos pelo pensamento, mas, sobretudo, via expressão corporal, que representa uma das formas de conhecimento.

Nessa direção, pensamos possíveis articulações da dança com a linguagem, que apesar de diferirem em suas formas de expressão, guardam possibilidades de aproximações, quando entendemos, com Fensterseifer e Pich (2012), ser a linguagem o próprio modo pelo qual o ser se dá, ou seja, como experiência de mundo. Para os autores, o ser humano é capaz de diversas linguagens e, por esse motivo, a necessidade de reconhecer a dignidade não apenas da racionalidade discursiva, mas também da linguagem corporal e da linguagem artística.

3 | DANÇA E LINGUAGEM

Ao investigar documentos curriculares de dois cursos de formação em dança – da Universidade Federal da Bahia (UFBA) e da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp) – Brasileiro (2009) se deparou com o termo linguagem diversas vezes, porém, nas fontes analisadas em sua pesquisa não fica explicitado o que se entende por essa linguagem. Segundo a autora, este é um tema que se vem destacando em estudos do corpo e do movimento, tanto no campo da Arte quanto da Educação Física. No entanto, ao se tematizar a linguagem, é com a escrita e a oralidade que se estabelecem as primeiras relações, o que não parece ser o intuito dessas áreas. Dessa forma, ao discutir essa temática, torna-se necessário ampliar o entendimento de linguagem.

Recorrendo ao filósofo russo Bakhtin, Brasileiro (2009) diz entender com ele que a linguagem é essa busca na compreensão das relações entre os sujeitos em sua produção cotidiana, e que, apesar desse autor dar ênfase ao papel privilegiado da palavra na materialização da comunicação, isso não significa que a palavra possa substituir qualquer outro signo, implicando, segundo a autora, que o próprio Bakhtin admite que uma composição musical ou um ritual religioso, por exemplo, não podem ser inteiramente substituídos por palavras (BRASILEIRO, 2009). É nesse sentido, que Brasileiro diz ser possível falar em linguagem gestual, corporal ou de movimento, pois essas têm no gesto significativo seu suporte privilegiado.

Ao discutir a dança como linguagem, Dantas (1999) volta-se à construção de sentidos coreográficos, sendo que o importante, “não é perguntar o que a dança tem a dizer, mas sim especular a respeito de como o movimento, em dança, adquire sentido, buscando-o no corpo e no movimento” (p. 61). Nota-se então que o movimento

dançado, considerado linguagem, não recorre a uma série de “significações prontas”; é nas relações corpo-dança, nas ações humanas que as significações ou os sentidos do movimento vão se constituindo.

Situando a dança como linguagem, referimo-nos a essa capacidade de expressão ligada às significações existenciais, ou seja, é antes “a maneira como as significações passam a existir em cada um de nossos comportamentos” (MULLER, 2001, p. 165), pois “é através do gesto que tornamos possível a expressividade” (ARAÚJO, 2010, p. 81).

As reflexões de Merleau-Ponty (1974, 1999, 2004) sobre a fala, a pintura, a literatura e a música nos indicam a possibilidade humana de tornar a linguagem sempre expressiva a cada vez, numa operação que permite ao ser humano ir além do sentido dado e recebido da linguagem e que mostra o poder que os sujeitos falantes possuem de ultrapassar os signos em direção ao sentido.

Portanto, Merleau-Ponty (2004) assegura que “a linguagem não é como uma prisão onde estejamos presos ou como um guia que precisaríamos seguir cegamente” (p. 116). Então, é preciso lembrar, conforme indica Carmo (2004), que, para o filósofo, a linguagem é extensão do corpo, faz parte do mundo da experiência e, assim como não precisamos representar o movimento a fazer, isso também se dá de forma semelhante no uso das palavras, momento em que a expressão ocorre no desenrolar das ideias e, com isso

o filósofo quer eliminar de antemão qualquer indício de uma teoria que conceba a linguagem como conjunto de *significações puras* ou como puros signos a que o pensamento apenas recorra. Não sendo um objeto que a consciência possa destacar, a linguagem só existe efetivamente enquanto usada na conversação diária pelos sujeitos falantes, que somos nós, que a sustentamos e a modificamos. Assim para o filósofo, a linguagem não se restringe somente à expressão verbal (CARMO, 2004, p. 103).

Merleau-Ponty (1999) anuncia uma significação que não é apenas traduzida pelas falas, mas que as habita e é inseparável delas. É essa operação expressiva que encontramos na linguagem do escritor, do poeta, do sujeito falante e também nos gestos dançantes. Dessa forma, assim como podemos utilizar as palavras criativamente para produzir novos sentidos, e reescrever de diferentes formas aquilo que se espera expressar, podemos dizer que o mesmo é possível de se concretizar nos movimentos humanos, quando, a partir de um “mundo de movimentos” particular, ou de um repertório dançante que se fez na aprendizagem, podemos articulá-los, modificá-los e reescrevê-los infinitas vezes, numa experiência que amplia o poder de significar, produzindo jogos de sentidos experimentados na ação, no qual uma nova sequência de movimentos invade as experiências dançantes.

Aí está o poder da expressão que acontece “no momento em que desenhamos nossos gestos, e de algum modo um se abre para o outro, retomando o que já havia sido dito e criando algo diferente, inédito” (ARAÚJO, 2010, p. 82). Assim, ao compreendermos a dança como linguagem, podemos aproximá-la de uma grande

prosa, possível de se tornar expressiva novamente, em cada sujeito, que retoma, experimenta, sente, reelabora e significa seus gestos.

Quando entendida como linguagem, a dança pode promover diálogos no processo educativo, agregando perguntas que podem ser respondidas de diferentes maneiras, gerando o enriquecimento de experiências que se transformam no transcorrer das propostas, nas quais o movimento é sempre significativo, configurado a partir de uma nova sintaxe, possível de se tornar expressivo a cada vez.

4 | APONTAMENTOS FINAIS

Promover, valorizar e enriquecer experiências criadoras é o papel da dança no contexto educativo. Por isso, a partir do seu entendimento como linguagem, observamos que o movimento e a gestualidade, assim como a palavra, são mais que signos arbitrários, pois os sentidos e as significações são sempre dinâmicos e contextualizados socialmente, já que a aquisição da linguagem, como nos mostra Merleau-Ponty, permanece atada ao corpo.

Nos escritos de Marques (2016), essa abertura à linguagem como realização de sentido e experiência tem sido tema fundamental de nossos esforços para pensarmos possibilidades outras da dança. Como linguagem-expressiva-criadora, a dança revela o potencial da ação expressiva, capaz de reabrir e desabrochar os movimentos, os gestos, as palavras e significar de novo, expressar de outra forma, com outros sentidos.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Lísia Costa Gonçalves de. **Ontologia do movimento humano**. 2010. 158 f. Tese (Doutorado em Educação Física) – Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2010.

BRASILEIRO, Livia Tenório. **Dança - educação física**: (in)tensas relações. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009.

CARMO, Paulo Sergio. **Merleau-Ponty: uma introdução**. São Paulo: Editora EDUC, 2004.

CHAUÍ, Marilena. Merleau-Ponty: o que as artes ensinam à filosofia. In: HADDOCK-LOBO, Rafael (Org). **Os filósofos e a arte**. Rio de Janeiro: Rocco, 2010.

DANTAS, Mônica. **Dança: o enigma do movimento**. Porto Alegre: UFRGS, 1999.

FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo; PICH, Santiago. Ontologia pós-metafísica e o movimento humano como linguagem. **Impulso**, v. 22, n. 53, p. 25-36, 2012.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 29.ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

_____. **Educação como prática da liberdade**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2009.

_____. **Educação e Mudança**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1979.

GODARD, Hubert. Gesto e percepção. In: SOTER, Silvia; PEREIRA, Roberto. **Lições de Dança 3**. Rio de Janeiro: Editora da UniverCidade, 2004.

GONZÁLEZ, Fernando Jaime; FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. Entre o “não mais” e o “ainda não”: pensando saídas do não-lugar da ef escolar I. **Cadernos de Formação RBCE**, p. 9-24, 2009.

MARQUES, Danieli Alves Pereira. **Entrelaçamento dança-linguagem: entre percepção, historicidade e expressão**. Tese (Doutorado em Educação Física) – Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2016.

MERLEAU-PONTY, Maurice. **O homem e a comunicação: a prosa do mundo**. Rio de Janeiro: Bloch, 1974.

_____. **Signos**. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

_____. **Fenomenologia da Percepção**. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

_____. **O olho e o espírito: seguido de A linguagem indireta e as vozes do silêncio e A dúvida de Cézanne**. São Paulo: Cosac & Naify, 2004.

MÜLLER, Marcos José. **Merleau-Ponty: acerca da expressão**. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2001.

SOBRE O ORGANIZADOR

WENDELL LUIZ LINHARES - Possui graduação plena em Ciências Biológicas pelo Centro Universitário Leonardo da Vinci – UNIASSELVI (2011), especialização “Lato Sensu” em Educação e Gestão Ambiental pela Faculdade de Ensino Superior Dom Bosco (2011). Em 2016 concluiu sua segunda graduação, sendo o curso de licenciatura em Educação Física pela Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG e em 2019 se tornou Mestre em Ciências Sociais Aplicadas, pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG). Seus estudos têm como objeto o Esporte, sobretudo, o Futebol, tendo pesquisado suas diversas manifestações durante a graduação e pós-graduação. Atualmente têm desenvolvido pesquisas relacionadas ao processo de “identificação e pertencimento clubístico” e atua como docente da disciplina de Educação Física na Rede Particular de Ensino da cidade de Ponta Grossa – Paraná.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Atividade Motora 104
Atletismo 17, 30, 177
Autonomia de Idosos 104

B

Benefícios 104, 112, 139

C

Capacidades Funcionais 43
Crianças 88

D

Dança 186, 187
Deficiência Intelectual 79
Desempenho Acadêmico 88

E

Educação Básica 11, 25, 29, 30, 43
Educação em Saúde 121
Educação Física Escolar 5, 11, 17, 60
Ensino 1, 8, 13, 14, 17, 24, 71, 89, 91, 188
Ensino Fundamental 13, 24, 71, 89
Envelhecimento 103, 104, 112, 113, 139
Escola 10, 14, 42, 43, 52, 53, 54, 59, 60, 86, 170
Estágio Supervisionado 1, 2, 3, 8, 9, 11, 12, 13, 14
Exercício Aeróbico 114, 118

F

Fenomenologia 187
Funcionamento Executivo 88

G

Gênero 1, 10, 19

H

HIV 8, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 125, 126

HIV/AIDS 8, 114, 116, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 126

I

Idosos 103, 104

Inclusão Escolar 41

J

Jogos 5, 9, 66, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 86

Jogos Olímpicos 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77

L

Lazer 5, 9, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 166, 167, 168, 169

M

Memória 171, 180

N

Neuropsicopedagogia 88, 97

P

Políticas Públicas 5, 9, 156

Prática Pedagógica 54

Professor 17, 23, 24, 25, 29, 76, 171

Q

Qualidade de Vida 52, 134, 137, 142, 156

R

Relato de Prática 71

S

Saúde 10, 43, 52, 53, 60, 105, 113, 120, 121, 124, 126, 129, 130, 131, 136, 138, 139, 140, 142, 143, 144, 145, 154, 171

Sono 145, 148

T

Tênis 60, 62, 66, 67, 68, 69, 70

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-7247-567-9

