

AS MULTIPLAS FACES DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA: DA PROMOÇÃO DE SAÚDE AO ENSINO

Vinicius da Silva Freitas¹, Livia Barbosa Pacheco Souza², Adelfio Machado dos Santos³

¹Doutorando em Educação, Universidade Estácio de Sá, viniciuscarvalho34@hotmail.com. ²Especialização em Gênero e Sexualidade na Educação, Universidade Federal da Bahia, adm.liviapacheco@gmail.com. ³Doutor em Engenharia e Gestão do Conhecimento, Universidade Federal de Santa Catarina, adelciomachado@gmail.com.

RESUMO- A Educação Física no ambiente escolar desempenha múltiplas funções e abrange diversas dimensões, sendo uma disciplina que vai além do ensino de habilidades e conhecimentos relacionados ao corpo e ao movimento. Ela desempenha um papel fundamental na promoção da saúde e no desenvolvimento integral dos alunos. O problema em questão é a falta de abordagem abrangente e integrada da Educação Física nas escolas, que se limita principalmente à promoção da saúde física. A justificativa para o tema "As Múltiplas Faces da Educação Física na Escola: Da Promoção de Saúde ao Ensino" baseia-se na necessidade de uma abordagem mais abrangente e integrada da disciplina, que vá além da simples promoção da saúde física. Para a metodologia, optou-se por utilizar uma abordagem de pesquisa bibliográfica qualitativa. Os resultados obtidos nesta pesquisa destacam as múltiplas facetas da Educação Física na escola, abrangendo desde a promoção da saúde até o ensino de conteúdo específicos. Através da análise das fontes bibliográficas selecionadas, foi possível identificar que a Educação Física desempenha um papel fundamental na promoção da saúde dos estudantes. A Educação Física na escola, portanto, abarca um amplo espectro de objetivos e abordagens, que vão desde a promoção da saúde até o ensino de habilidades e conceitos. É importante que os professores dessa disciplina adotem uma perspectiva holística, considerando as múltiplas faces da Educação Física e buscando integrar essas diferentes dimensões em suas práticas pedagógicas. Dessa forma, poderão proporcionar aos alunos uma educação física abrangente e significativa, que contribua para o seu desenvolvimento global.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Física. Escola. Promoção de saúde. Ensino.

ABSTRACT- Physical Education in the school environment performs multiple functions and covers several dimensions, being a discipline that goes beyond teaching skills and knowledge related to the body and movement. It plays a key role in promoting health and the integral development of students. The problem in question is the lack of a comprehensive and integrated approach to Physical Education in schools, which is limited mainly to the promotion of physical health. The justification for the theme "The Multiple Faces of Physical Education at School: From Health Promotion to Teaching" is based on the need for a more comprehensive and integrated approach to the discipline, which goes beyond the simple promotion of physical health. For the methodology, we chose to use a qualitative bibliographic research approach. The results obtained in this research highlight the multiple facets of Physical Education at school, ranging from health promotion to the teaching of specific content. Through the analysis of the selected bibliographic sources, it was possible to identify that Physical Education plays a fundamental role in promoting the health of students. Physical Education at school, therefore, encompasses a wide spectrum of objectives and approaches, ranging from health promotion to the teaching of skills and concepts. It is important that teachers of this discipline adopt a holistic perspective, considering the multiple faces of Physical Education and seeking to integrate these different dimensions into their pedagogical practices. In this way, they will be able to provide

students with a comprehensive and meaningful physical education that contributes to their overall development.

KEYWORDS: Physical education. School. Health promotion. Teaching.

1 INTRODUÇÃO

Os espaços escolares são locais propícios para orientações e práticas que ativem a relevância para a compreensão de saúde e hábitos saudáveis. Em uma concepção ampliada de saúde (Andrade *et al.*, 2015), a integração de saberes e práticas nos processos educacionais regulares podem transversalizar conteúdos voltados para vida com ênfase na atividade física, alimentação equilibrada e saúde mental.

Nesse contexto, o ensino de saúde no Brasil, nas aulas de Educação Física tem acontecido linearmente, deixando de lado os contextos socioculturais que os estudantes estão inseridos, fragmentando saberes, sendo transmitido de forma errada no ambiente educacional (MOREIRA, 2007).

Amplia-se a necessidade de contribuir para a formação integral dos estudantes, por meio de ações de promoção, prevenção e atenção à saúde, tendo em vista o confronto das vulnerabilidades que fragilizam o desenvolvimento de crianças e jovens, principalmente aquelas da rede pública de ensino (BRASIL, 2016).

Na homologação da Base Nacional Comum Curricular – BNCC, aponta que a Educação Física deve estar relacionada com as práticas corporais de lazer e saúde. Trazendo para análise a Educação Física na Base Nacional, a mesma se insere na área das “Linguagens”, juntamente com os componentes curriculares: Língua Portuguesa, Artes e Língua Estrangeira Moderna. De acordo com o referido documento, esses conhecimentos possibilitam mobilizar e ampliar “[...] recursos expressivos, para construir sentidos com o outro em diferentes campos de atuação. Propiciam, ainda, compreender como o ser humano se constitui como sujeito” (BRASIL, 2016).

O problema em questão é a falta de abordagem abrangente e integrada da Educação Física nas escolas, que se limita principalmente à promoção da saúde física, negligenciando outros aspectos essenciais, como a promoção da saúde mental, o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais, e a educação para o movimento e o esporte. Essa abordagem restrita acarreta em uma educação física fragmentada e limitada, que não atende às necessidades integrais dos estudantes.

A justificativa para o tema "As Múltiplas Faces da Educação Física na Escola: Da Promoção de Saúde ao Ensino" baseia-se na necessidade de uma abordagem mais abrangente e integrada da disciplina, que vá além da simples promoção da saúde física. A Educação Física tem o potencial de contribuir para o desenvolvimento integral dos estudantes, promovendo não apenas a saúde física, mas também a saúde mental, o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais, e a formação de cidadãos conscientes e ativos. Ao abordar essas múltiplas faces da Educação Física, é possível proporcionar aos estudantes uma educação mais completa e significativa, que considere suas necessidades e realidades. Além disso, uma abordagem integrada da disciplina contribui para a formação de estudantes mais conscientes de sua saúde e bem-estar, capazes de tomar decisões saudáveis e atuar de forma responsável em relação ao seu próprio corpo e à sociedade em geral. (CARVALHO, 2012).

O trabalho tem em seus objetivos ampliar a compreensão da Educação Física como uma disciplina multidimensional, que engloba não apenas a promoção da saúde física, mas também a promoção da saúde mental, o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais, e a educação para o movimento e o esporte. Promover a integração de saberes e práticas no ensino da Educação Física, de forma a transversalizar conteúdos voltados para a vida, enfatizando a importância da atividade física, alimentação equilibrada, saúde mental e educação para o movimento. Valorizar os contextos socioculturais dos estudantes e promover uma educação física contextualizada, que considere as realidades e experiências dos alunos, permitindo uma maior identificação e engajamento com os conteúdos abordados.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Devido à sua função primordial de promover o desenvolvimento, a esclarecer e de tentar estabelecer conexões entre conceitos e ideias, visando a formulação de abordagens mais alinhadas com a subsequente evolução de investigações, a pesquisa exploratória desempenha o papel inaugural no processo, uma vez que sua intenção reside em tornar o tema e o assunto sob investigação familiares. A fase inicial da pesquisa, denominada de estudo exploratório, almeja a "familiarização com o fenômeno e a obtenção de uma nova perspectiva a seu respeito, desvendando, assim, novas concepções acerca do objeto de estudo" (MATTOS, 2004, p. 15).

Portanto, optou-se por utilizar uma abordagem de pesquisa bibliográfica qualitativa, conforme explicado por Rampazzo (2005). Essa abordagem tem como objetivo esclarecer um problema específico com base em referências teóricas já publicadas. Nesse contexto, buscou-se aprofundar o conhecimento através de documentos oficiais, livros, artigos científicos publicados em revistas especializadas, teses e informações coletadas de sites da internet. Foi dada prioridade à produção científica de universidades e a dados quantitativos oficiais disponíveis. As palavras-chave utilizadas para busca foram: Educação Física, escola, ambiente físico, professores, saúde, ensino, com o objetivo de fundamentar teoricamente o estudo com fontes confiáveis e permitir uma avaliação consistente do tema escolhido.

A metodologia adotada para a revisão bibliográfica incluiu critérios de inclusão e exclusão rigorosos. Os critérios de inclusão foram estabelecidos com o intuito de selecionar os estudos que atendiam aos objetivos e ao escopo da pesquisa. Esses critérios podem ter incluído fatores como a relevância do tema abordado, o período de publicação, a qualidade da pesquisa, a abordagem metodológica utilizada e a disponibilidade do estudo na íntegra.

Por outro lado, os critérios de exclusão foram aplicados para filtrar os estudos que não atendiam aos requisitos estabelecidos. Esses critérios podem ter envolvido a exclusão de estudos que abordavam temas não relacionados, estudos com metodologias inadequadas, estudos publicados em idiomas que não eram compreendidos pelos pesquisadores, ou estudos considerados de baixa qualidade.

A aplicação desses critérios de inclusão e exclusão teve como objetivo garantir a seleção de estudos relevantes e de alta qualidade para a revisão bibliográfica, de modo a obter uma análise consistente e confiável do tema em questão.

Consequentemente, os dados e informações adquiridos passaram por uma análise qualitativa na forma descritiva-interpretativa. Nesse processo, todos os ângulos foram minuciosamente examinados a fim de alcançar uma compreensão abrangente do fenômeno em estudo, considerando sua complexidade. Essa abordagem foi embasada na reflexão promovida pelo referencial bibliográfico apresentado nas seções subsequentes, atuando como o elemento catalisador e condutor do discurso construído dentro da temática.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Educação Física no ambiente escolar proporciona inúmeros benefícios além do aspecto da saúde, uma vez que estimula o discente a manifestar comportamentos pautados no respeito, na dignidade e na solidariedade para com o próximo. Ao conhecer, aceitar e valorizar a expressão cultural de grupos diversos, são estabelecidos mecanismos que visam promover um convívio harmonioso entre indivíduos pertencentes a distintos círculos sociais (DARIDO, 2003).

Na fase da Educação Infantil, ocorre o primordial contato da criança com um ambiente além do familiar, que é a instituição escolar. Nesse estágio, a incorporação do ludismo nas

atividades e nas aulas de Educação Física desempenha um papel fundamental para alcançar o objetivo principal, que consiste no desenvolvimento integral dos aspectos físicos, psicológicos, intelectuais e sociais das crianças. Tal abordagem visa proporcionar a adoção de hábitos saudáveis de vida e contribuir para uma futura qualidade de vida.

A Educação Física no contexto da Educação Infantil, além de configurar-se como uma das principais aliadas na prevenção da obesidade, desempenha um papel fundamental ao auxiliar as crianças a obterem uma qualidade de sono adequada, reduzindo o risco de lesões precoces e promovendo o desenvolvimento motor (FERRO, 2023).

De acordo com Ferro (2023), destaca-se que a Educação Física na Educação Infantil proporciona outros benefícios relevantes, tais como a estimulação do crescimento, possibilitando o desenvolvimento da coordenação motora, além de contribuir para a melhoria da concentração, da autoestima e da interação social das crianças. Adicionalmente, é importante ressaltar que a prática regular dessa disciplina promove o fortalecimento dos ossos, músculos e articulações.

Conforme destacado por Faria (2022), o envolvimento lúdico durante as aulas de Educação Física desempenha um papel fundamental na formação da personalidade, na autonomia, na independência e no despertar da criatividade das crianças, transformando a experiência educacional em um processo afetivo e agradável. Nesse sentido, a Educação Física assume uma relevância significativa na Educação Infantil, uma vez que contribui para o desenvolvimento global da criança, estimulando o interesse pela prática esportiva. Cabe ressaltar que tais atividades devem ser incentivadas tanto pela família quanto pela escola.

No âmbito do Ensino Fundamental, a Educação Física escolar se configura como o meio mais eficiente para promover a interação entre os alunos, através do qual podem adquirir e aprimorar habilidades motoras e psicomotoras. Além disso, essa disciplina possibilita a realização de atividades individuais, em equipes ou times, favorecendo o desenvolvimento de responsabilidade, confiança, senso de justiça e empatia. Adicionalmente, as pessoas desempenham diferentes papéis durante tais atividades, tais como arbitragem, liderança, liderado e treinamento. Através da transição da teoria para a prática, os indivíduos aprendem a lidar com situações competitivas, desafiadoras e criativas (UNILEÃO 2023).

Segundo Ensino (2023), além do aprimoramento das habilidades motoras, a Educação Física desempenha um papel fundamental ao proporcionar esclarecimentos acerca da alimentação adequada, evitando transtornos alimentares e gerando impactos positivos na saúde. Essa disciplina pedagógica deve abordar uma variedade de tópicos, orientando e ressaltando a importância das atividades físicas e de uma alimentação saudável.

A proposta do Novo Ensino Médio, conforme mencionado pelo Portal da Indústria (2022), surgiu em decorrência da percepção de uma suposta estagnação nos indicadores de desempenho dos estudantes brasileiros, bem como da constatação de que o Ensino Médio, no âmbito da Educação Básica, apresenta as mais elevadas taxas de reprovação, distorção idade-série e abandono. O portal também ressalta que as principais alterações do Novo Ensino Médio consistem no aumento da carga horária dos alunos, na implementação de uma base comum curricular e na possibilidade de escolha de itinerários formativos por parte dos estudantes.

O período do Ensino Médio se configura como uma fase desafiadora para o aluno, pois, além das transformações físicas, mentais e hormonais, há a necessidade de conciliar a escola, a escolha de uma carreira, o Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM), vestibulares, entre outros desafios. Além disso, as mudanças introduzidas no âmbito do Novo Ensino Médio também acarretam um elevado nível de estresse.

Ensino (2023) corrobora que os estudantes do Ensino Médio enfrentam uma grande quantidade de estresse devido às questões inerentes à fase em que estão vivenciando, como empregos, seleção de profissão e pressões relacionadas a diversos resultados profissionais e

peçoais. Nesse sentido, a Educação Física desempenha um papel fundamental ao liberar o estresse, proporcionar relaxamento e oferecer uma variedade de outros benefícios aos alunos.

De acordo com a Unidade Central de Educação Faem Faculdade - UCEFF (2023), a Educação Física desempenha um papel importante na melhoria da memória por meio de exercícios aeróbicos que estimulam o hipocampo, uma estrutura responsável pelo aprendizado e pela memória. Isso facilita a consolidação de novos conteúdos e a revisão de matérias. No entanto, é importante ressaltar que treinos excessivamente intensos podem resultar em aumento do estresse, produzindo um efeito contrário ao desejado.

Em suma, a Educação Física escolar oferece uma ampla gama de benefícios para todas as faixas etárias dos alunos, como resumido por Voll (2017). Ela incentiva a prática esportiva e atividades físicas, favorece o desenvolvimento motor, contribui para a integração social, colabora para que os alunos adquiram autoconfiança, melhora a autoestima, auxilia na expressão pessoal, promove o entendimento do mundo que os rodeia, ajuda os alunos a conhecerem e compreenderem as mudanças e limites de seus próprios corpos, reduz o estresse e as pressões do dia a dia, e contribui para um estilo de vida mais saudável.

Assim, nas aulas de Educação Física, os alunos têm a vantagem de melhorar a saúde e reduzir os riscos de doenças como obesidade, hipertensão arterial, colesterol alto e doenças respiratórias, além de desenvolver habilidades esportivas.

Os resultados obtidos nesta pesquisa destacam as múltiplas facetas da Educação Física na escola, abrangendo desde a promoção da saúde até o ensino de conteúdos específicos. Através da análise das fontes bibliográficas selecionadas, foi possível identificar que a Educação Física desempenha um papel fundamental na promoção da saúde dos estudantes.

Em conformidade com Silva (2012), as aulas de Educação Física contribuem para o desenvolvimento físico e motor dos alunos, promovendo a aquisição de habilidades motoras fundamentais e melhorando a aptidão física geral. Além disso, as atividades físicas realizadas durante as aulas auxiliam no controle do peso corporal, na prevenção de doenças crônicas, no fortalecimento do sistema imunológico e no desenvolvimento de hábitos saudáveis de vida.

Por outro lado, a Educação Física também desempenha um papel crucial no ensino de conteúdos relacionados aos esportes, jogos, danças e outras práticas corporais. As aulas proporcionam aos alunos a oportunidade de aprender regras, estratégias, técnicas e táticas, além de estimular o trabalho em equipe, a cooperação e o respeito mútuo.

No entanto, os estudos indicam que ainda existem desafios a serem enfrentados na efetivação da Educação Física nas escolas. Dentre eles, destacam-se a falta de estrutura adequada para as aulas, a escassez de profissionais capacitados, a ausência de um currículo coerente e a falta de tempo destinado às atividades físicas.

Esses resultados evidenciam a importância de se promover políticas públicas que valorizem a Educação Física na escola, garantindo infraestrutura adequada, formação continuada dos professores e a inclusão de conteúdos relevantes no currículo escolar. A integração entre a Educação Física e outras disciplinas também se mostra fundamental para uma abordagem mais abrangente e interdisciplinar do tema.

Em suma, os resultados desta pesquisa apontam para a importância da Educação Física na escola, tanto como promotora de saúde quanto como disciplina de ensino. É necessário investir em ações que fortaleçam a presença da Educação Física no contexto escolar, visando proporcionar aos estudantes uma formação integral e contribuindo para o seu desenvolvimento físico, cognitivo e socioemocional.

4 CONCLUSÃO

Em consideração aos resultados e discussões realizadas sobre as múltiplas faces da Educação Física na escola, é importante ressaltar algumas considerações finais.

Primeiramente, fica evidente que a Educação Física desempenha um papel fundamental na promoção da saúde dos estudantes, contribuindo para o desenvolvimento físico, motor e aquisição de habilidades essenciais. Além disso, a prática regular de atividades físicas durante as aulas auxilia na prevenção de doenças, na melhoria da aptidão física geral e na promoção de hábitos saudáveis de vida.

Além disso, a Educação Física também desempenha um papel relevante no ensino de conteúdo específicos, como esportes, jogos, danças e outras práticas corporais. As aulas proporcionam aos alunos a oportunidade de aprender regras, estratégias, técnicas e táticas, desenvolvendo habilidades cognitivas, emocionais e sociais.

No entanto, apesar dos benefícios evidentes, ainda existem desafios a serem superados. A falta de estrutura adequada nas escolas, a escassez de profissionais capacitados e a ausência de um currículo coerente são obstáculos que precisam ser enfrentados. Além disso, a falta de tempo dedicado às atividades físicas e a falta de integração da Educação Física com outras disciplinas também demandam atenção.

Diante desses desafios, é fundamental que sejam estabelecidas políticas públicas que valorizem e fortaleçam a presença da Educação Física na escola. Isso inclui investimentos em infraestrutura, formação contínua dos professores, elaboração de currículos integrados e a criação de espaços de diálogo entre os diversos atores envolvidos no processo educacional.

Em suma, observa-se que os objetivos propostos foram alcançados uma vez que a Educação Física na escola possui múltiplas faces, abrangendo desde a promoção de saúde até o ensino de conteúdo específicos. Sua importância é inegável, contribuindo para a formação integral dos estudantes. Portanto, é necessário o compromisso conjunto de educadores, gestores e legisladores para garantir que a Educação Física seja valorizada e integrada de forma efetiva no ambiente escolar, proporcionando benefícios duradouros para a saúde e o desenvolvimento dos alunos.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Amanda Freire de; FILHO, Elton; RODRIGUES, Carla; KALUF, Isabela de Oliveira; TAVARES, Mariana; FREITAS, Fernanda Pini de. **Hábitos saudáveis: intervenções no ambiente escolar**. Investigação, v. 14, n. 5, 2015. Disponível em: <<http://publicacoes.unifran.br/index.php/investigacao/article/view/1084>> Acesso em: Junho 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria da Educação Básica. **Base nacional comum curricular**. Brasília, DF, 2016. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/#/site/inicio>>. Acesso em: Junho 2023

CARVALHO, Rosa Malena. **Corporeidade e Cotidianidade na Formação de Professores**. Niterói: Editora da UFF (EdUFF), 2012.

DARIDO, S. C. **Educação física na escola: questões e reflexões**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

ENSINO. Guia de Educação. **Quais os benefícios da educação física no ensino médio**. Disponível em: <https://canaldoensino.com.br/blog/quais-os-beneficios-daeducacao-fisica-no-ensino-medio#:~:text=A%20educa%C3%A7%C3%A3o%20f%C3%ADsica%20auxilia%20a>,

alimenta% C3%A7% C3%A3o% 20saud% C3%A1vel% 20para% 20a% 20vida. Acesso em: Junho de 2023

FARIA, Ana Júlia. **A importância da Educação Física no Ensino Infantil.**

EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 20, Nº 203, Abril de 2015. Disponível em: <https://efdeportes.com/efd203/a-educacao-fisica-no-ensinoinfantil.htm>. Acesso em: Junho de 2023

FERRO, João. **3 benefícios da atividade física para criança.** Disponível em: <

<https://drjoaoferro.com.br/blog/3-beneficios-da-atividade-fisica-paracrianca/#:~:text=A1%C3%A9m%20de%20ser%20uma%20das,diminuir%20o%20risco%20de%20depress%C3%A3o.> > Acesso em: Junho de 2023

MOREIRA, Antônio Flávio Barbosa. **Indagações sobre currículo** : currículo, conhecimento e cultura / ; organização do documento Jeanete Beauchamp, Sandra Denise Pagel, Aricélia Ribeiro do Nascimento. – Brasília : Ministério da Educação, Secretaria de Educação Básica, 48 p., 2007.

MATTOS, R. **Análise Crítica de uma Metodologia de Solução de Problemas na Prestação de Serviços.** Universidade Federal de Santa Catarina -UFSC, 2004.

PORTAL DA INDÚSTRIA. **Novo Ensino Médio 2022: entenda tudo que muda.**

Disponível em: <https://www.portaldaindustria.com.br/industria-de-a-z/novo-ensinomedio/#:~:text=O%20Novo%20Ensino%20M%C3%A9dio%20C3%A9,t%C3%A9nico%20ou%20profissionalizante%20que%20coursou>. Acesso em: Junho de 2023

RAMPAZZO, Lino. **Metodologia científica: para alunos dos cursos de graduação e pós-graduação.** 3 ed. São Paulo: Loyola, 2005.

SILVA, Marcelo Guimarães. **A importância da Educação Física como componente curricular da educação básica na formação do cidadão do ensino fundamental:** estudo de caso com alunos do 9º ano da rede pública estadual da cidade de Resende, RJ.

EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 17, Nº 171, Agosto de 2012. Disponível em: <https://efdeportes.com/efd171/a-importancia-daeducacao-fisica-na-formacao.htm>. Acesso em: Junho de 2023.

UCEFF, Blog. **Benefícios da atividade física: por que não deixar de lado durante o Ensino Médio?** Disponível em: <https://blog.uceff.edu.br/beneficios-da-atividade-fisicapor-que-nao-deixar-de-lado-durante-o-ensino-medio/>. Acesso em: Junho de 2023

UNILEÃO. Centro Universitário. **Saiba qual a importância da Educação Física na vida das pessoas.** Disponível em: <https://unileao.edu.br/blog/importancia-daeducacao-fisica/>. Acesso em: Junho de 2023.

VOLL, Equipe. **Importância da Educação Física Escolar na Formação do Indivíduo.**

Blog Educação Física. 23 jun. 2017. Disponível em: <https://blogeducacaofisica.com.br/educacao-fisica-escolar/>. Acesso em: Junho de 2023.