



O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DE ALUNOS DO ENSINO MÉDIO DAS ESCOLAS PÚBLICAS DE PARANAÍ-PR

Marcelo de Assis¹
Ricardo dos Santos²

RESUMO

A educação em saúde é o primeiro passo para estimular a Prática de Atividade Física Regular, medidas adotadas para combater o sedentarismo e as condições patológicas decorrente da inatividade física. O processo educativo em saúde é um importante instrumento para diminuir a mortalidade por Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), sendo o professor de Educação Física o agente promotor e difusor da ideia de um estilo de vida ativo e hábitos saudáveis. O objetivo desse estudo foi analisar os métodos e técnicas utilizando pelos professores de Educação Física do Ensino Médio das escolas da Rede Pública de Paranaíba-PR, para desenvolver a temática saúde. Essas informações foram coletadas pela aplicação de um questionário com dez questões de múltiplas escolhas, abordando aspectos de formativos, relevância da educação física na escola, conteúdos estruturantes, desenvolvimento da temática saúde, abordagens/tendências metodológicas e recursos metodológicos aplicados em aulas e avaliações. Para isso foi realizado uma pesquisa de campo envolvendo 15 professores que ministra ou ministraram aulas no Ensino Médio. Com resultado da pesquisa, observou-se que a maioria desenvolve a temática saúde na escola, porém a prática esportiva ainda é predominante no meio escolar. Por meio da amostra coletada foi possível observar que os docentes que fizeram especialização da área da saúde, corpo ou aptidão física relacionada à saúde, desenvolvem uma maior quantidade de assuntos relacionados à saúde e corpo. As Tendências/Abordagens utilizadas por eles com maior recorrência foram a Esportivista, Saúde Renovada e os Parâmetros Curriculares Nacionais, respectivamente. O processo avaliativo na escola ocorre por meio de avaliações teóricas, práticas e trabalhos em sala ou em casa. De modo geral, a pesquisa revelou que os professores de Educação Física estão desenvolvendo a temática saúde na escola, contribuindo positivamente para o estímulo de hábitos saudáveis e a Prática Regular de Atividade Física. No entanto necessita-se realizar outros estudos de caráter observatório (aulas ministradas) juntamente com uma coleta de medidas antropométrica e anamnese com os alunos, a fim de avaliar se a orientação sobre saúde e a Prática de Atividade Física está surtindo o efeito desejado sobre mudanças de hábitos e composição corporal.

Palavras-chave: Educação em Saúde; Professor de Educação Física; Procedimentos Metodológicos.

¹ Pós graduando da Universidade Tecnológica Federal do Paraná- e-marcelojw1@hotmail.com

² Professor da Universidade Tecnológica Federal do Paraná - e-rsantos@utfpr.edu.br

1 INTRODUÇÃO

O contexto escolar parece ser um ambiente propício para desenvolver aspectos referentes à promoção de saúde e qualidade de vida. Todavia, educadores devem apropriar-se desses temas e desenvolver estudos sobre esses conteúdos com seus alunos, a fim de estimular a aderência de comportamentos de vida saudáveis.

Nesse aspecto, a educação como promoção da saúde vem como uma alternativa para melhorar qualidade de vida dos discentes, pois possibilita o entendimento sobre a importância da prática regular de Atividade Física e seus benefícios para o corpo, bem como, aspectos relevantes sobre a adoção de hábitos alimentares saudáveis. Como resultado, menos adolescentes ficarão obesos ou desenvolverão DCNT na vida adulta, pois adotaram um estilo de vida ativo.

Para perpetuar em conhecimentos para os alunos e em sociedade é essencial a colaboração da equipe pedagógica, juntamente com os professores de Educação Física. É por meio do trabalho em conjunto que ocorre a possibilidade de elaborar uma proposta que estimule compreender os efeitos benéficos do Exercício Físico e de uma alimentação saudável.

Para isso, a utilização de métodos e técnicas adequadas pode ser uma estratégia para potencializar a aplicação desse conteúdo no contexto escolar, facilitando o entendimento do aluno e a autonomia crítica sobre os principais aspectos que podem auxiliar adoção comportamentos preventivos por parte dos alunos. Esse estudo procurou mostrar como os docentes estão aplicando e desenvolvendo os conteúdos relacionados à saúde na escola.

A pesquisa aconteceu nas escolas da Rede Públicas de Paranavaí, procurando observar como o professor de Educação Física está trabalhando com a saúde e quais os principais temas selecionados pelos docentes. Esse artigo foi titulado como “O papel do professor de Educação Física na promoção da saúde de alunos do Ensino Médio das escolas públicas de Paranavaí – PR”, pelo fato de que a incidência de pessoas com DCNT vem crescendo de forma significativa e são altos os investimentos governamentais em internações hospitalares e remédios.

Por isso, medidas preventivas se apresentam como uma forma de contribuir para a boa saúde de indivíduos e evitar futuros transtornos. Com isso, o objetivo

desse estudo foi analisar os métodos e técnicas utilizando pelos professores de Educação Física do Ensino Médio das escolas da Rede Pública de Paranaíba-PR, para desenvolver a temática saúde.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO E SUA IMPORTÂNCIA COMO COMPONENTE CURRICULAR.

A educação brasileira atualmente é regulamentada pela Lei de Diretrizes e Base da Educação (n.9.394/96 LDB), que estabeleceu mudanças significativas no cenário educacional. Assim o Ensino Médio foi incluído na educação básica, vindo junto à elaboração de orientações como as Diretrizes Curriculares Nacionais do Ensino Médio (DCNEM) e os Parâmetros Curriculares Nacionais do Ensino Médio (PCNEM).

De acordo como Santos e Piccolo (2011), essa legislação permitiu que o Ensino Médio passasse a integrar o processo educacional que a nação considera básico para o exercício da cidadania. O Ensino Médio é a etapa final da Educação Básica, com duração de três anos, que visa consolidar e aprofundar saberes estudados no Ensino Fundamental, preparando o discente para o trabalho e a cidadania.

Nesse último nível o discente tem maior autonomia de continuar aprendendo e flexibilidade em diferentes situações de capacitação ou de ocupação (BRASIL, 2009). Além disso, colaborara para a formação da pessoa humana, incluindo a formação ética e o desenvolvimento da autonomia intelectual, do pensamento crítico e da compreensão dos fundamentos científico-tecnológicos dos processos produtivos (BRASIL, 2009).

O Ensino Médio é uma etapa da “formação básica especificamente pensada para alunos cujo perfil não se define tão somente pelo recorte cronológico da juventude ou da vida adulta, mas também por características socioculturais que possam definir o sentido que esses mesmos dão às experiências vivenciadas na escola” (BRASIL, 2006 p. 221). Partindo desse princípio, para a construção do currículo para o Ensino Médio, é necessário a seleção e produção de saberes, envolvendo áreas da cultura, de embates concretos, concepções de conhecimento e

aprendizagem, para elaborar formas de imaginar e perceber o mundo (BRASIL, 2013).

Ao assumir um currículo disciplinar a escola pode enfatizar a socialização do conhecimento de forma científica e reflexiva, equalizado com as classes menos favorecidas, distribuindo os conteúdos em disciplinas, de forma que enfatize o diálogo numa perspectiva de interdisciplinaridade (PARANÁ, 2008). De certo, cada disciplina deve ser considerada como um componente curricular que só tem sentido pedagógico a medida que seu objeto se articula aos diferentes objetos dos outros componentes do currículo.

Tendo em vista o quarto ciclo (1ª, 2ª e 3ª), observa-se um aprofundamento da sistematização do conhecimento, permitindo o aluno pensar, compreender e explicar propriedades do objeto que antes eram inacessível, devido pseudoconceitos próprios do senso comum (COLETIVO DE AUTORES, 1992). Nessa esfera a Educação Física no Ensino Médio, pode ser entendida como parte integral do componente curricular estando ligada a proposta pedagógica da escola (BRASIL, 2014).

A Educação Física vista no currículo escolar sofreu influência de diversas Tendências/Abordagens educacionais durante seu percurso histórico, assumindo funções militares, higienistas, de biologização e de psicopedagogização, características que instauraram em alguns momentos históricos que permeiam na prática docente atual (GONÇALVES, 1997 apud BARNI e SCHNEIDER, s/d). O currículo básico da Educação Física teve contribuições da pedagogia Histórica-Crítica, da Abordagem Progressista e das Abordagens Críticas que tinham sob pressupostos teóricos do materialismo histórico dialético (PARANÁ, 2008).

Por consequência, muitos dos conteúdos escolares aplicados no Ensino Médio, ainda sofrem influência e um prolongamento para os esportes aprendidos no ensino fundamental, tendo em comum a mesma metodologia de ensino, executando fundamentos e vivenciando situações de jogo (MOREIRA, 1993 apud MATTOS e NEIRA, 2013). Com resultado na Educação Física Escolar tem apenas produzido espectadores e não praticantes de atividade física, pois o docente não está fazendo com que os alunos compreendam o que fazem e o porquê (BRASIL, 2000).

Na tentativa de reverter esse quadro foi realizada uma reforma curricular na educação brasileira, no qual consistiu na aprovação da LDB/1996 e das Diretrizes

Curriculares Nacionais possibilitando uma divisão dos saberes escolar em três áreas. Nessa nova estrutura tem por prioridade a interdisciplinaridade, no qual a Educação Física está inserida na área de Linguagens, Códigos e suas Tecnologias. (MATTHIESEN et. al. 2008 p.230).

Nas aulas de Educação Física contempla-se múltiplos conhecimentos, desde o corpo até o movimento, envolvendo atividades culturais de movimento, objetivando o lazer, a expressão de sentimentos, afetos e noções, e com possibilidades de promoção, recuperação e manutenção da saúde (BRASIL, 2000). Por isso, a Educação Física deve promover atitudes em prol da formação de hábitos saudáveis, buscando a saúde da população infanto-juvenil, principalmente atualmente que vem aumentando as condições crônicas de desenvolver alguma patologia, que antes parecia apenas em adultos e idosos (CONFEEF, 2014).

Segundo Mattos e Neira (2013), para que a Educação Física tenha um reconhecimento em relação a outras áreas dos saberes escolares é essencial estabelecer os objetivos, onde o plano esteja vinculado à realidade, necessidades e a motivação dos discentes, evitando a improvisação. De acordo com Darido (2001), as aulas de Educação Física devem estar ligadas uma dimensão procedimental, atitudinal e conceitual, ultrapassando os limites do ensino do esporte, da ginástica, da dança, dos jogos, atividades rítmicas, expressivas e conhecimento sobre o próprio corpo para todos.

A Educação Física é parte integrante da cultura escolar, sendo um componente que desenvolvem atividades expressivas, como jogos, ginástica, danças, esportes, brincadeiras, lutas entre outros conteúdos da cultura corporal (BARNI e SCHNEIDER, S/d). Assim no Ensino Médio a Educação Física como componente curricular procura introduzir e integrar o discente com cultura corporal de movimento.

Portando, formando o cidadão capaz de produzir, reproduzir e transformar, “instrumentalizado para usufruir do jogo, do esporte, das atividades rítmicas e dança, das ginásticas e práticas de aptidão física, em benefício da qualidade da vida” (BETTI e ZULIANI, 2002 p. 75). Nesse contexto, faz parte do currículo o desenvolvimento de estratégias, conservação e transformação dos conhecimentos historicamente acumulados, proporcionando a socialização das crianças e o acesso

dos jovens aos saberes escolares e as experiências de aprendizagem (NEIRA e NUNES, 2009).

Dessa forma, é importante abordar e pensar estratégias para inserir dos conteúdos da Educação Física no currículo escolar de uma maneira que crie possibilidades de relacionar a educação em saúde com os assuntos referentes da própria disciplina ou de outras.

2.2 A INSERÇÃO DOS CONTEÚDOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

A Educação Física em sua magnitude é embasada em fundamentos sociológicos, filosóficos, antropológicos, psicológicos e biológicos, no qual o corpo é considerado o agente comunicador, que pensa, age, sente refletindo em gestos e expressões. A sua dinâmica, os gestos, a postura e as expressões são modificadas pelo contexto cultural, comunicando-se corporalmente de forma cultural (MATTOS e NEIRA, 2013).

No contexto escolar, a Educação Física é formalizada por meio da prática pedagógica tematizada por aspectos relacionados a cultura corporal/movimento e quanto aos conteúdos abordados, estes são contextualizados historicamente e socialmente (PESTANA S/d). A partir desse viés, a cultura corporal é vista como parte inerente para desenvolver uma reflexão pedagógica adequada, buscando formas de representação do mundo que o homem ao longo da história, exteriorizadas pela expressão corporal (COLETIVO DE AUTORES, 1993).

De acordo com Pestana (S/d), a Cultura Corporal refere-se a especificidade da Educação Física no interior da escola, representados pelos jogos, danças, ginástica, esportes entre outros. De fato, a expressão corporal como uma linguagem é um conhecimento universal que pode ser transmitido e assimilado, sua ausência impede que a realidade seja compreendida (COLETIVO DE AUTORES, 1993).

Nesse ponto, os conteúdos da Educação Física estão diretamente ligados a uma multiplicidade de práticas corporais produzidas no interior de contextos culturais diferenciados, práticas que estão carregadas de valores, sentidos e significados vinculadas aos sujeitos (BRASIL, 2006). É nítido que expressão corporal não deve se limitar a movimentos e técnicas corporais, muito menos encarar o corpo apenas

um ser biológico, devendo ser visto como a interação entre natureza e cultura (PESTANA, s/d).

No Ensino Médio os conteúdos da Cultura Corporal podem ser relacionados com a temática saúde, buscando a orientação e a tomada de decisões para um estilo de vida saudável. Por isso, Zancha et. al. (2013), considera que o ensino dessa temática, envolve a aprendizagem efetiva e transformadora de atitudes e hábitos de vida, mostrando aos discentes, informações sobre o funcionamento do corpo, descrição das características das doenças e a divulgação de hábitos de higiene, alimentação e atividade física.

Acima de tudo a construção dos conhecimentos no Ensino Médio está estritamente ligada aos movimentos, gestos e expressões, no qual leve o aluno à prática ampliando e estimulando seu potencial de leitura, interpretação e dos movimentos da cultura corporal (MATTOS e NEIRA, 2013). Para os autores Mattos e Neira (2013), o docente deve desenvolver competências relacionadas ao corpo, aptidão e saúde, ginástica, esportes, jogos e lutas e a ritmos e a expressões por meio do movimento.

Para tanto, os conteúdos estruturantes da Educação Física tem a função social de colaborar para que os escolares se tornem capazes de reconhecer o próprio corpo, adquirir expressividade corporal consciente e refletir criticamente sobre as práticas corporais (PARANÁ, 2008). Portanto, do prisma pedagógico, o educador deve abordar os conteúdos e mediar o processo de ensino, onde o discente tem possibilidade ter um maior aprendizado tornando-se pessoas autônomas e críticas, defendendo a importância da prática de exercício físico.

2.3 O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA MEDIADOR DO PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM DOS CONTEÚDOS DA CULTURA CORPORAL.

O professor de Educação Física Escolar é o de estar em contato direto com os discentes e o conteúdo ensinado, agindo como um mediando dos saberes da Cultura Corporal. O papel do docente é desenvolver as diversas dimensões do conhecimento e sistematizar as práticas corporais por meio dos conteúdos estruturantes propostos pelos documentos norteadores.

A contextualização citada nos PCNEM e a interdisciplinaridade mencionada nos DCE podem ser vista como recurso para tornar a aprendizagem significativa ao associá-la a experiências da vida cotidiana ou a conhecimentos adquiridos espontaneamente, como também ampliar as inúmeras possibilidades de interação entre as disciplinas e as áreas nas quais as disciplinas venham a ser agrupadas (DARIDO, 2002). Esse tipo de instrumento é utilizado para que motivar os alunos a participarem mais efetivamente das aulas e compreenderem e a cultura corporal do movimento em sua totalidade envolvendo aspectos, muito mais além do que meros gestos e movimentos coordenados.

Exemplificando, o docente em suas aulas pode mostrar como são realizados os trabalhos dos massagistas e as atividades de massagem, contribuindo positivamente para o a compreensão linguagem do corpo via identificação das tensões musculares, auxiliando o aluno a ter uma melhor consciência de si, de seu corpo e das possibilidades de movimentá-lo (MATTHIESEN et. al.). Observa-se que professor tem a capacidade de conduzir o conhecimento das práticas corporais e proporcionar uma compreensão sobre corpo, promovendo a adesão dos indivíduos aos jogos esportivos, dança, lutas, ginástica e outras atividades, bem como, a reflexões a respeito de padrões estéticos (MELLO, VAISBERG e FERREIRA).

Diante disso, entende-se que um dos papéis da Educação Física é compreender e discutir junto a esses jovens os valores e significados que estão por detrás dessas práticas corporais, mostrando os reais significados e possíveis interpretações dos movimentos corporais, situações e manipulações ideológicas por parte da mídia (BRASIL, 2006). Do mesmo modo, é válido frisar que, para a aprendizagem ocorrer de forma efetiva nessa fase, o docente deve buscar relacionar os conteúdos da Cultura Corporal com as preocupações comuns na vida do jovem.

Inúmeros são conteúdos de interesse dos adolescentes, cabe aos professores saberem selecioná-los de acordo com a realidade encontrada (DARIDO, 2002). Mantendo-se nesse pensamento cria-se uma atmosfera propícia para de aplicar conteúdos relacionados á nutrição, aspectos anatomo-fisiológicos da prática corporal, lesões e primeiros socorros e Doping (PARNÁ, 2008).

O professor de Educação Física na escola pode elaborar diversas estratégias para cativar e despertar o interesse dos alunos pela disciplina e pelo prazer de praticar um exercício físico. Com isso, o docente tem a possibilidade de abordar

conteúdos sobre aptidão física relacionada à saúde, sedentarismo, controle do peso, obesidade, doenças crônicas não transmissíveis, atividade física, saúde e qualidade de vida dentre outros (MATTOS e NEIRA, 2013).

Diante disso, o professor tem por essência orientar e mediar o ensino-aprendizagem, colaborando para o sucesso da aprendizagem, sabendo lidar com as diversidades entre os alunos (DARIDO, 2002). É com essa iniciativa que o docente poderá incentivar atividades de enriquecimento cultural, práticas investigativas, “elaborar e executar projetos para desenvolver conteúdos curriculares; utilizar novas metodologias, estratégias e materiais de apoio; desenvolver hábitos de colaboração e trabalho em equipe” (DARIDO, 2002 p. 240).

Com isso, é coerente ressaltar que, o educador deve estar atento ao selecionar os conteúdos para o ensino médio, pois envolve fatores como: especificidade da área, especificidade do grupo, interesse e aplicabilidade social, reais condições de trabalho na escola e os processos avaliativos utilizados (MATTOS e NEIRA, 2013). Existem inúmeros fatores influenciam no processo de ensino-aprendizagem, basta saber quais elementos que envolvem o contexto escolar e social dos escolares.

2.4 O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA DESENVOLVENDO CONTEÚDOS DE SAÚDE NO ENSINO MÉDIO

O professor de Educação Física no contexto escolar deve ter objetivos bem estabelecidos quanto a forma de trabalhar com a temática saúde no ensino médio, já que, existem diferentes tendências/abordagens pedagógicas que abordam esse assunto. Assim, é necessário optar pela que atenda as especificidades do cenário educacional que o educador se encontra, a sua seleção partir sempre na realidade, considerado aspectos físicos, sociais, psicológicos e culturais.

Cabe mencionar que, ao desenvolver os conteúdos na escola o professor deve ter muito cuidado com a tendência/abordagem utilizada, pois pode valorizar de forma extrema o biológico e o individualismo ou apenas social e coletiva, passando por uma educação corporal unilateralizada, esquecendo que a educação para ser completa deve considerar aspectos sociais, psicológico, fisiológicos e emocionais dos alunos. Por isso na realidade atual, é essencial o docente selecionar conteúdos da cultura corporal que valorizem a prática de atividade física. Já que a literatura tem

apontado que níveis habituais de prática de Atividade Física reduzem os índices de adiposidade e aumenta o desempenho motor (BRASIL, 2000).

Atualmente, o professor de Educação Física em sua formação, deve ser capacitado para atuar na área de saúde, pois o sedentarismo está cada vez mais presente no cotidiano das pessoas, e muitos sentem prazer na não execução de atividade física (MELLO, VAISBERG, FERREIRA, 2010). Fato que fundamenta a necessidade de se elaborar uma estratégia de ensino que vise a aplicação de conteúdos relacionados à saúde.

Conforme os PCNEM, a incidência de adolescentes obesos é alta, fato oriundo da inatividade física, associadas a diversas patologias, levando a pensar na retomada da vertente voltada à Aptidão e Saúde (BRASIL, 2000). Para Zancha et. al. (2013), propõe que a abordagem pedagógica Saúde Renovada tem por paradigma a aptidão física relacionada à saúde, com objetivos de informar, mudar atitudes e promover a prática sistemática de exercícios físicos, por meio dos conhecimentos sobre a Cultura Corporal e aptidão física promoção da saúde buscando a indicação para um estilo de vida fisicamente ativo.

Exemplificando, pode-se citar o exemplo, o tema da ginástica afro-brasileira: treinamento aeróbico, nesse caso o professor poderá trabalhar com a ginástica aeróbica e enfatizar a cultura popular nordestina (capoeira, frevo e xangô) e elementos da cultura erudita, associando isso a aspectos treinamento aeróbico, criando linguagens simples sobre essa temática (COLETIVO DE AUTORES, 1992). Outra forma de conteúdo para se aplicar com as turmas do ensino médio é o uso de substâncias entorpecentes e os seus efeitos sobre a saúde, levando os alunos a compreenderem o que motiva a produção e a disseminação desses produtos (PARANÁ, 2008).

Ao elaborar um planejamento de ensino o professor deve ser hábil em envolver de forma coerente os objetivos do seu trabalho (BRASIL, 2000). Criando estratégias promovam a participação efetiva dos alunos, no qual deve deixar de lado o modelo pedagógico concebido para o ensino fundamental e encarar que no ensino médio os indivíduos passaram por diversas mudanças psicossociais (BETTI e ZULIANI, 2002)

Todavia, os conhecimentos ocorrem em relação às vivências das atividades corporais com objetivos ligados ao lazer, saúde/bem estar e expressão de

sentimentos, garantindo uma autonomia nas diferentes práticas corporais (DARIDO et. al. 2001). Sendo assim, os conteúdos desenvolvidos devem ser contextualizados não apenas sobre o prisma biológico, mas deve-se considerar aspectos culturais (modificações nos hábitos de vida da população ao longo dos anos), políticas (políticas públicas voltadas à manutenção de um estilo de vida ativo), e socioeconômicas (barreiras econômicas que impossibilitam populações mais humildes de ter acesso a academias, bem como alternativas para essas camadas populacionais) que tem influência sobre a aquisição de um estilo de vida ativo. (CARDOSO et. al. 2014).

3.PROCEDIMENTOS METODOLOGICOS

A pesquisa foi dividida em duas partes: um levantamento bibliográfico e uma pesquisa de campo (questionário fechado), sendo a sua fundamentação teórica realizada por meio de buscas realizadas em Google e no projeto Scielo, utilizado como critério procura palavras-chave como saúde + escola + ensino médio, professor de educação física + saúde, currículo + educação física, orientação didática metodológicas+ educação física, bem como, livros ligados a temática.

Essa pesquisa iniciou-se com professores que ministra ou ministraram aulas no Ensino Médio da Rede Pública da cidade de Paranavaí (PR), totalizado 8 escolas e 15 professores de Educação Física, os quais concordaram em participar do estudo. Convém ressaltar que os critérios de inclusão dos participantes na pesquisa foram: a atuação no Ensino Médio em escolas públicas do município de Paranavaí e o aceite do professor em participar espontaneamente desse estudo a partir da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e segundo as normas da Universidade Tecnológica Federal do Paraná.

Como instrumento de pesquisa campo foi elaborado um questionário com qual contém 10 questões de múltipla escolha, no qual o professor do Ensino Médio tem a possibilidade de optar por mais de uma resposta. As perguntas envolvem aspectos interligados a formação, relevância da Educação Física na escola, conteúdos estruturantes aplicados nas aulas, desenvolvimento da temática saúde,

abordagens e tendências metodológicas, bem como, e recursos metodológicos aplicados em aulas e avaliações.

A fonte de análise e interpretação foi a entrevista por questionário, realizada de forma escrita em uma perspectiva qualitativa, no qual foi realizado com um professor de cada vez. Para análise dos dados foi utilizado o programa Microsoft Excel 2010, sendo as 10 questões marcadas (A ao J) com as opções de respostas enumeradas para facilitar a quantificação e a análise dos dados.

Em cada questão, as respostas escolhidas foram agrupadas e analisadas a fim de, observar de que forma os docentes da cidade de Paranavaí- PR estão aplicando os conteúdos da Cultura Corporal e estabelecendo relação com aspetos relacionados ao conhecimento do corpo, aptidão e saúde, bem como os métodos avaliativos para se aplicar esse conteúdo. Os resultados serão convertidos em porcentagem para serem comparados com as propostas que a literatura tem a respeito dos conteúdos e das formas de se desenvolver aspectos referentes à Cultura Corporal e saúde.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

A presente pesquisa foi realizada com quinze professores do Ensino Médio de Rede Estadual de Ensino de Paranavaí - Paraná, no qual nove foi do sexo feminino e seis do sexo masculino. Ao analisar as opções assinaladas, nove professores entrevistados já concluíram a faculdade a mais 10 anos, quatro de 3 a 5 anos e três de 5 a 10 anos.

Ao termino da faculdade, os professores de Educação Física iniciam seu percurso, deixando de serem estagiários para se tornarem professores formandos e com a possibilidade de atuação com a Educação Física Escolar. Por isso, muitos docentes no inicio da carreira investem alto em formação profissional, mas com o passar do tempo investem menos, enfrentado uma fase de desinvestimento. (FOLE e NASCIMENTO 2010). Nesse estudo mais da metade está um tempo considerável atuando na escola, estabelecendo um plano de carreira docente e possivelmente seus investimentos em formação relacionada à área de fisiologia, saúde ou aptidão tendem a declinar.

No entanto, a amostra apenas revelou se professores possuem especialização ou cursos relacionados à fisiologia, aptidão ou saúde, descartando se estão estudando, ou se tem outros cursos. Nota-se que nove docentes tem pós-graduação em uma das áreas mencionada, sendo seis na área de fisiologia do exercício e três em atividade física e saúde.

A especialização interfere diretamente sobre a quantidade e seleção dos conteúdos das aulas, como também, na forma avaliativa e a abordagem metodológica utilizada durante o processo de ensino. Os professores que possuem conhecimentos em saúde, corpo e aptidão física relacionada á saúde, tem um repertorio maior de assuntos a serem desenvolvidos.

Ao considerar os blocos de conteúdos da Cultura Corporal do Movimento que os docentes mais desenvolvem durante o ano letivo, observou-se que todos os professores abordam o esporte, jogos ou lutas, onze enfatizam a importância do conhecimento de saúde, corpo e aptidão física, nove aplicam assuntos referentes a ginástica. Apenas cinco optaram por ritmo e a expressão por meio do movimento, já dois professores frisaram a importância da utilização dos conteúdos estruturantes da Educação Física e sua articulação com temas ligados a nutrição, saúde, mídias entre outros.

A prática esportiva, ainda é predominante no contexto escolar nos anos finais, mas a temática saúde vem ganhado destaque e adeptos, mas é algo que deve ser aprimorado e estudado mais aprofundado. Segundo Cardoso et. al. (2014), a prática de esportes de quadra é evidenciada na Educação Física Escolar, deixando outros assuntos de lado, sendo algo negativo, pois oferece pouco impacto nos conhecimentos dos alunos em relação a aspectos relacionados ao Exercício Físico, provocando poucas adaptações e mudanças no nível da aptidão física de crianças e adolescentes.

Todavia, o professor deve ser o mediador no processo de ensino-aprendizagem é visto na Educação Física como uma disciplina que envolve diversos conhecimentos da Cultura Corporal. Nessa perspectiva, é possível utilizar o conteúdo da Cultura Corporal, exemplo, ginástica e articulando com a temática saúde. (PARANÁ, 2008).

Para estabelecer essa ligação entre os conteúdos, os professores necessitam elaborar suas próprias Tendências/Abordagens pedagógicas relacionado-as com

suas especificidades, tais concepções são influenciadas por diferentes movimentos e autores da área (RUFINO e AZEVEDO, 2012). Por isso, a utilização de uma Tendência/Abordagem parece viável, pois durante o processo de ensino facilitando a forma de abordar os conteúdos.

Na amostra identificou-se a utilização de diferentes Tendências/Abordagem, oito são da tendência Esportivista, seis a abordagem Saúde Renovada e Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), três aplicam a abordagem Construtivista e a abordagem Crítico-Emancipatória, dois deles se apóiam fielmente nas Diretrizes Curriculares Estaduais (DCE), valor se equivale a abordagem psicomotora, a tendência Pedagogicista. Cabe salientar que, alguns professores têm limitações em se libertar do modelo tradicional de Educação Física, denominado por Guiraldelli Jr.(1988), de Esportivista (DARIDO, 2003).

Nas palavras de Santos e Piccolo (2011) é essencial ocorrer o rompimento de paradigmas e transpor barreira, quebrando o ciclo em que se estabelece a presença constante das modalidades esportivas, que em geral é desenvolvida por meio da competição. Esse fato vai contra a proposta do Ensino Médio, defendida pelos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) e por outras abordagens relacionadas à saúde.

Ao desenvolver a temática saúde, a ideia não é evidenciar modelo eugênico, higienista e biologicista de encarar a saúde, muito menos fazer uma apologia ao estilo de vida ativo e a exercitação mecânica (SOARES, 1994 apud FERREIRA e SAMPAIO, s/d). Mas encarar a Educação Física como um modelo transformador aplicado conceitos de atividade física e saúde, bem como, aspectos presentes na Cultura Corporal.

É importante analisar criticamente as diferentes tendências pedagógicas e/ou abordagens do processo educativo, pois podem extrair apropriações consubstanciadas de conceitos e referências para enriquecermos a prática pedagógica contemporânea, a fim de compreender o processo educativo (RUFINO e AZEVEDO 2012). Para atender essa realidade é visto que os docentes utilizem mais de uma tendência ou abordagem para desenvolver a temática saúde, principalmente no Ensino Médio, momento pelo qual pode-se utilizar PCN e Abordagens relacionadas à saúde, como ferramenta para aplicar conteúdos relacionados a saúde, corpo e aptidão física.

Na atualidade, pela crescente taxa de crianças e adolescentes obesos e com baixa inatividade física necessita-se investir em programas escolares em educação em saúde, elaborando estratégias eficazes para reduzir problemas atrelados ao estilo de vida sedentário e a padrões alimentares errôneos (MELLO, LUFT, MEYER, 2004). Diante da situação atual, é necessário apoiar-se em documentos que oriente os educadores para que estimulem os alunos do Ensino Médio a defenderem a prática da atividade física.

Nessa perspectiva, o grupo entrevistado, sete docentes, atribui a importância Educação Física no Ensino Médio como forma de aprofundar conhecimentos adquiridos, dando continuidade nos conteúdos aprendidos no Ensino Fundamental. Outros cinco vêem como formação da cidadania e preparação para o mercado de trabalho, desenvolvendo habilidades como continuar a aprender, flexibilização e aceitação a novas condições impostas pela sociedade.

Para doze professores a Educação Física Escola deve promover conhecimentos relacionados práticas saudáveis, como alimentação equilibrada, atividade regular, bem como, os riscos do sedentarismo e de doenças associadas. Agora cinco deles, vêem a disciplina como facilitadora para o educando se tornar um humano, com valores éticos, autonomia intelectual e crítica, compreendendo conhecimentos científicos-tecnológicos, político-sociais e apenas quatro acreditam que todos os pontos acima citados são cruciais para justificar a permanência da Educação Física na escola.

Ao perguntar sobre que temas os educadores ministram, doze aprofundam em conhecimentos do funcionamento do organismo humano, de maneira que modifique comportamentos, valorizando os recursos para a melhoria de suas aptidões relacionadas a saúde. Outros dez, afirmam que nas aulas buscam explicar sobre conteúdos relacionados a corpo, saúde e aptidão, por meio de informações teóricas sobre a adaptação e melhoria de sistemas relacionados à aptidão física.

Pensando sobre informações exclusivas da Cultura Corporal, dez deles criam momentos de discerni-las e reinterpretá-las com bases científicas, adotando uma postura autônoma na seleção de atividade e procedimentos para a manutenção ou aquisição de saúde. Além disso, dez deles motivam os alunos serem ativo fisicamente alertando da importância para manutenção da saúde, atenuando o

aparecimento de condições crônicas.

Por outro lado, treze dos docentes optam por consideram durante o processo de ensino, conteúdos ligados ao esforço, intensidade e frequência e a importância do planejamento e da orientação de um professor de educação física para a determinação dessas variáveis, para melhoria da qualidade de vida e saúde e aptidão. Logo nove dos entrevistados apresentam assuntos envolvendo os tópicos relatados acima, dividindo eles em grau de complexidade e importância, distribuídos pelos três anos dos anos finais.

Ao indagar os participantes da pesquisa sobre assuntos relacionados ao corpo, aptidão e saúde que, possivelmente estão incluso no planejamento de ensino, treze, abordam nas aulas conceitos gerais de atividade física, aptidão, saúde e qualidade de vida. Seis, buscam relacionar nas aulas princípios da atividade física (individualidade biológica, sobrecarga crescente, frequência, volume, intensidade, princípio da: especificidade, continuidade e reversibilidade).

Durante o ano letivo oito deles retrata aspectos sobre o aquecimento e o resfriamento para a prática da atividade física, o papel do alongamento e a importância da manutenção da flexibilidade. O estudar sobre nutrição geral (Carboidratos, proteínas, gorduras, vitaminas e minerais e suplementação) e a importância do exercício associado ao consumo desses alimentos para manutenção e no controle do peso corporal.

Ao referir-se as temáticas sobre o funcionamento dos principais órgão e aparelhos envolvidos na atividade física (coração, sistema circulatório, respiratório) e a aspectos relacionados ao controle do colesterol, triglicerídeos, hidratação, obesidade, transtornos alimentares, sedentarismo, hipertensão, diabetes tipo I e II, nove deles acreditam sendo importante os tais assuntos serem abordados no Ensino Médio.

A pesquisa mostra que, quatro dos professores discutem em sala características do treinamento aeróbio e anaeróbio e seus efeitos benéficos sobre o corpo. Outros cinco sobre a anatomia e fisiologia do aparelho locomotor (ossos, articulações, músculos, fibras musculares, tipos de contração muscular), parcela da amostra que escolheu esse tema foi menor, pois os participantes argumentavam que esses assuntos são muito complexo para o Ensino Médio.

Parte dos educadores julgam necessário os alunos entenderem aspectos

relacionados aos componentes da aptidão física relacionada a saúde (força/resistência muscular, capacidade aeróbica, coordenação motora, flexibilidade e composição corporal), totalizando dez. Onze deles, desenvolvem a temática esporte como promotor de conceitos relacionados a saúde e respeito a regras.

Os professores que eram de uma vertente Esportivista, somavam quinze e, possivelmente introduziam aspectos relacionados à saúde, mas essa questão deve ser analisada com cuidado principalmente no processo de ensino se manter características competitivas e de desempenho isso pode prejudicar o aprendizado. Para Ferreira e Sampaio (s/d) os professores deixam de lado aspectos sociais e educativos e afetivos para se preocupar somente com o rendimento e o aprimoramento das habilidades esportivas.

É necessário que o ensino do esporte contemple o aprendizado das técnicas, táticas e regras básicas das modalidades esportivas e o aspecto competitivo, mas também proporcionar ao aluno uma leitura de sua complexidade social, histórica e política e seu sentido como fenômeno de massa (PARANÁ, 2008). Segundo Santos e Piccolo (2011), o esporte pode ser usado como forma do ensino da saúde, desde que envolva aspectos físicos, culturais, psicológicos, econômicos e sociais da saúde, forma que se encaixa dentro dos objetivos da Educação Física.

Por outro lado, sete dos docentes, afirmam orientarem seus discentes sobre alimentação saudável e organização de uma dieta, como também, aspectos relacionados ao controle do colesterol, triglicérides, hidratação, obesidade, transtornos alimentares, sedentarismo, hipertensão, diabetes tipo I e II. Assim Mello, Vaisberg e Ferreira (2010), destacam a importância do movimento corporal ao longo da história, moldando o organismo humano, sendo a atividade física uma forma de reduzir a crescente taxa de pessoas sedentárias nos países desenvolvidos e em desenvolvimento.

O Professor de Educação Física no processo educativo, deve ensinar comportamentos saudáveis associados a conteúdos da Cultura Corporal, para isso correr é interessante estabelecer uma metodologia e procedimentos técnicos diferenciados. É através dos procedimentos que é evidenciado a importância do saber fazer, do saber agir de maneira eficaz em situações diversas, sendo agrupados em ações e decisões que resultam a elaboração ou participação ativa (COLL, 1998 apud MERANTES e SANTOS, 2008).

Observa-se que os professores do Ensino Médio, quanto aos procedimentos metodológicos usados para abordar a temática saúde, oito, apropriam-se do princípio da experimentação (alunos vivenciam a tarefa proposta individualmente, realizando tentativas pessoais mediante orientação mais geral, e não específica), quatro, usavam o procedimento de reproduzir modelos (quando cabe aos alunos a observação para, em seguida, construir o seu próprio modelo mental para realizar a tarefa solicitada) quatro, do ensino direto (o professor ou os alunos, mostram exatamente como o aluno deverá atuar, dirigindo a prática dele). Na descoberta dirigida (o aluno é apresentado o problema que deve ser refletido e analisado, e o docente e o guia nesse processo de ensino-aprendizagem), onze, educadores preferem trabalhar com esse modelo procedimental.

É sabida a escolha dos conteúdos, metodologia e os procedimentos de aplicação são fundamentais para o desenvolvimento da aula, mas é necessário se atribuir notas aos alunos. Assim ao referir-se a essa assunto muitos docentes atribuem diferentes formas de avaliar o aluno, mas para isso ocorre de forma eficiente é necessário se estabelecer critérios para a avaliação de educação física (MATTOS e NEIRA, 2013)

A amostra revelou que, dois realizam uma avaliação teórica, envolvendo apenas assuntos discutidos na teoria, bem como, uma avaliação prática, envolvendo apenas assuntos discutidos na prática. Nesses tópicos sempre o processo avaliativo envolvia mais formas de atribuir nota aos alunos, ou seja, eles escolhiam mais de uma opção conforme a que mais se encaixavam com seu perfil.

Para Mattos e Neira (2013), aquisição de conhecimentos teóricos é fundamental, mas isso não significa que a prática de provas contendo questões que verifiquem apenas a memorização de conceitos. Com resultado, nove, escolheram avaliação teórica, incluindo os itens discutidos em aula, experiências vivenciadas nas aulas práticas, debates e material didático ou disponibilizado.

É importante considerar no processo uma avaliação prática, incluindo conceitos básicos, gestos motores aplicadas ao conteúdo desenvolvido durante as aulas, cinco dos educadores preferiam esse forma de avaliar. O mesmo valor foi atribuído quando se trata de uma avaliação consiste a inclusão de uma prova teórica, bem como, a participação dos alunos nas aulas práticas, o comportamento e vestimentas dos discentes. Porém, dez dos educadores optaram por considerar o

que foi ensinado na teoria e a prática na avaliação final.

Ao estudar sobre processo avaliativo deve-se enxergar a avaliação como uma forma de referência para analisar sua aproximação ou seu distanciamento em relação ao eixo curricular que norteia o projeto pedagógico da escola (DARIDO, 2002). Por fim, o processo avaliativo para o ensino médio em educação física é algo complexo e essencial para a eficiência do ensino, sendo parte fundamental para coleta de dados para modificação e a melhoria do trabalho pedagógico (MATTOS e NEIRA, 2013).

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa procurou analisar os métodos e técnicas que os professores de educação física do ensino médio das escolas de Paranaíba-PR, estão utilizados para desenvolver a temática saúde. Diante desse contexto foi aplicado um questionário para avaliar os métodos e procedimentos metodológicos utilizados para abordar esse tema.

Com isso, foi constatado que a maioria dos professores ainda utilização um modelo Esportivista no processo de ensino, mas abordagens como dos Parâmetros Curriculares Nacionais e a abordagens de Saúde Renovada, parece ter espaço quando se fala em corpo, saúde e aptidão física relacionada a saúde. Para o ensino ocorrer de forma eficiente é necessário considerar os pontos positivos de cada tendência/abordagem, evitando unilateralizar o processo educativo, ou seja, considerar apenas um aspecto de ensino.

Partido desse princípio, é necessário que o educador tenha aspectos bem definidos sobre quais modelos teóricos de educação será utilizado para trabalhar com os conteúdos da cultura corporal, sendo necessário utilizar diferentes forma de ensinar para que alcance áreas do campo social, fisiológico, econômico, cultural, psicológico e emocional. Nesse caso, se o tema principal for ginástica, o docente pode abordar pontos referentes ao contexto histórico, gesto técnico, análise das diferentes movimentos com suas práticas, a presença da ginástica competitiva na mídia, bem como, falar sobre a importância da flexibilidade na manutenção da saúde ou sobre frequência cardíaca alcançada durante uma aula de ginástica aeróbica.

Mantendo-se nesse viés, nota-se que os professores de educação física do Ensino Médio da rede pública de Paranaíba, quando se trata organização de conteúdos relacionados a essa temática a maioria preferem trabalhar com conteúdos relacionados ligados ao esforço, intensidade e frequência e a importância do planejamento e da orientação de um professor de educação física para a determinação dessas variáveis, para melhoria da qualidade de vida e saúde e aptidão. Por consequência, relacionam esse conteúdos com algum conteúdo estruturante, por exemplo o esporte, pois esse tema aparece no estudo com destaque ao lado da conceitos gerais atividade física, aptidão, saúde e qualidade de vida.

Ao serem indagados sobre os procedimentos metodológicos utilizados para desenvolver esses conteúdos, a maioria dos professores optaram pela descoberta dirigida, visto que é algo proposto pelos documentos norteadores, possibilitando maior autonomia de decisão e de aquisição do conhecimento. Por fim, o processo avaliativo foi constatado que a maior parte utiliza aspectos e práticos no processo avaliativo, bem como, uma prova que inclua uma avaliação teórica, incluindo os itens discutidos em aula, experiências vivenciadas nas aulas práticas, debates e material didático ou disponibilizado pelo docente.

Dessa forma pode-se observar que na cidade de Paranaíba-PR, os educadores estão desenvolvendo temáticas relacionadas a saúde, corpo e aptidão. Provavelmente esses resultados é decorrente da necessidade imposta pela sociedade atual, onde a cultura corporal é evidenciada na mídia como medida preventiva de doenças, sedentarismo e obesidade ou em sua forma competitiva.

7. REFERÊNCIAS

BARNI, M. J.; SCHNEIDER, E. J. **Educação Física no Ensino Médio: Relevante ou irrelevante?** Instituto Catarinense de Pós-graduação. Disponível em: <<http://www.posuniasselvi.com.br/artigos/rev03-02.pdf>>. Acesso em: 24 mai. 2015.

BETTI, M.; ZULIANI, L. R. **Educação Física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas.** Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, n.1, p.73-81, 2002. Disponível em: < <http://www.ceap.br/material/MAT25102010170018.pdf>>. Acesso em: 14 mar. 2015.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Ensino Médio**. Brasília, 2000, 71 p. Disponível em: < http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/14_24.pdf>. Acesso em: 20 mar. 2015.

_____. **Orientações curriculares para o Ensino Médio: línguas, códigos e suas tecnologias**. Secretaria de Educação Básica, Brasília: Ministério da Educação, 2006, 240p. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/book_volume_01_internet.pdf>. Acesso em: 10 jul. 2015.

_____. **LDB: Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional: Lei n. 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional**. 10 ed. Brasília: Câmara dos Deputados, Edições Câmara, 2014. Disponível em: <http://www.profdomingos.com.br/ldb_lei_9.394_1996.pdf>. Acesso em: 14 mar. 2015.

CARDOSO, M. A.; PEREIRA, F. M.; AFONSO, M. R.; ROCHA JUNIOR, I. C. **Educação física no ensino médio: desenvolvimento de conceitos e da aptidão relacionados à saúde**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. São Paulo, jan./mar. 2014, p.147-161. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v28n1/1807-5509-rbefe-28-01-00147.pdf>>. Acesso em: 22 mai. 2015.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.

DARIDO, S. C.; GALVÃO, Z.; FERREIRA, L. A.; FIORIN, G. **Educação Física no Ensino Médio: reflexões e ações**. Revista Motriz, Rio Claro-SP. v.5, n.2. dez.1999. Disponível em: < <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/05n2/5n202Darido.pdf>>. Acesso em: 10 jul. 2015.

DARIDO, S. C. **Os conteúdos da educação física escolar: influência, tendências, dificuldades e possibilidades**. Perspectivas em Educação Física Escolar, Niterói, v.2, n.1, 2001.

DARIDO, S. C. **PCN + Parâmetros Curriculares Nacionais mais Ensino Médio**. Brasília: Secretaria de Educação Média e Tecnológica/MEC, 2002.

DARIDO, S. C. **Educação física na escola: questões e reflexões**. São Paulo: Guanabara Koogan, 2003. 90p. Disponível em:

<http://www.seduc.ro.gov.br/educacaofisica/images/LIVROS/EDUCACAO_FISICA_NA_ESCOLA_DARIDO.pdf>. Acesso em: 11 jul. 2015.

FERREIRA, H. S.; SAMPAIO, J. J. C. **O papel da saúde nas tendências e abordagens pedagógicas de Educação física escolar.** Disponível em: <<http://congressos.cbce.org.br/index.php/conece/3conece/paper/viewFile/2446/964>>. Acesso em: 18 abr. 2015.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica.** Fortaleza: UEC, 2002. Apostila

FOLLE, A.; NASCIMENTO, J. V. **Trajetória docente em educação física: percursos formativos e profissionais.** Centro de Desportos e Saúde, Universidade Federal de Santa Catarina. Revista Brasileira de Educação Física e esporte. São Paulo, 2 ed., v.24, n.4, p. 507-523, out./dez. 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v24n4/a08v24n4.pdf>>. Acesso em: 15 jul. 2015.

MARANTE, W. O.; SANTOS, M. C.; **Metodologia de ensino da Educação Física: reflexão e mudanças a partir da pesquisa ação.** Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, v.7, n.2, 2008, p. 69-83. Disponível em: <http://www.mackenzie.br/fileadmin/Editora/REMEF/Remef_7.2/Original_Metodologia_de_ensino.pdf>. Acesso em: 20 abr. 2015.

MARQUES, Camila Neves Corrêa. **A Educação Física e as práticas corporais no Ensino Médio: visão da legislação e dos professores.** 2009. 125 f. Trabalho de Conclusão de Curso(Graduação) – Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas,2009.

MATTHIESEN, S, Q.; DARIDO, S. C.; LORENZETTO, L. A.; LÓRIO, L. S.; RANGEL, I. C. A.; RODRIGUES, L. H.; NETO, L. S.; SILVA, E. V. M.; VENÂNCIO, L.; CARREIRO, E. A.; MONTEIRO, A. A.; GALVÃO, Z. **Linguagem, corpo e educação física.** Revista Mackenzie de Educação física e Esporte. Universidade Estadual Paulista, São Paulo, v.7, n.2, 2008, p.129-139. Disponível em: <http://www.mackenzie.com.br/fileadmin/Editora/REMEF/Remef_7.2/Revisao_-_LINGUAGEM_CORPO_E_EDUCACAO_FISICA.pdf>. Acesso em: 22 jul. 2015.

MATTOS, M. G.; NEIRA, M. G. **Educação física na adolescência: construindo o conhecimento na escola.** 6 ed. São Paulo: Phorte, 2013.

MELLO, E. D.; LUFT, V. C.; MEYER, F. **Obesidade infantil: como podemos ser eficazes?** Jornal de Pediatria. Porto Alegre-RS, v.80, n.3, 2004.