



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA DE SANTO ANTÃO**

JOÃO PEDRO DA SILVA NETO

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO EM
BUSCA DA QUALIDADE DE VIDA NO ENSINO MÉDIO**

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

2019

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA DE SANTO ANTÃO
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA
NÚCLEO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS

JOÃO PEDRO DA SILVA NETO

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO EM
BUSCA DA QUALIDADE DE VIDA NO ENSINO MÉDIO**

TCC apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, como requisito para a obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientadora: Prof^a. Dra.Lara Colognese Helegda

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

2019

Catálogo na fonte
Sistema de Bibliotecas da UFPE - Biblioteca Setorial do CAV.
Bibliotecária Ana Ligia F. dos Santos, CRB4-2005

S586e Silva Neto, João Pedro da.
Educação física escolar: cultura corporal de movimento em busca da
qualidade de vida no ensino médio / João Pedro da Silva Neto. - Vitória de
Santo Antão, 2019.
24 folhas.

Orientadora: Lara Colognese Helegda.
TCC (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, CAV, Licenciatura
em Educação Física, 2019.
Inclui referências.

1. Educação Física para adolescentes. 2. Cultura Corporal. 3. Qualidade de
vida - adolescentes. I. Helegda, Lara Colognese (Orientadora). II. Título.

796.0835 CDD (23.ed.)

BIBCAV/UFPE-064/2019

JOÃO PEDRO DA SILVA NETO

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO EM
BUSCA DA QUALIDADE DE VIDA NO ENSINO MÉDIO**

TCC apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, como requisito para a obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Aprovado em: 25/06/2019.

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Dr^a. Lara CologneseHelegda (Orientadora)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^a. Dr^a. Solange Maria Magalhães da Silva Porto (Examinadora interna)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^a. Ms. Camila Tenório (Examinadora externa)
Universidade Federal de Pernambuco

Dedico esse trabalho a Deus, pelo exemplo de vida a ser seguido... Sou grato, ainda, pela sabedoria e conhecimentos conquistados e a minha família que me apoiou durante essa trajetória.

RESUMO

A importância da educação física no âmbito escolar vem se destacando e sendo discutida, pois é notável o quanto ela pode contribuir para o desenvolvimento motor e psicossocial dos discentes. A cultura corporal de movimento sendo uma prática corporal com seus conteúdos no âmbito escolar, pode contribuir tanto para o desenvolvimento psicomotor como para o desempenho em outras atividades da vida, estimulando sempre, novas habilidades corporais. Esse estudo teve como objetivo, entender alguns aspectos da cultura corporal de movimento e sua aplicabilidade para alunos do ensino médio verificando-se meios para explorar seus conteúdos nas aulas de educação física, para que, de alguma forma, possa-se estimular os discentes a terem hábitos saudáveis, buscando-se praticar dia a dia exercícios físicos. O desenvolvimento do mesmo foi realizado a partir de publicações de artigos científicos nas bases de dados periódicos capes, SCIELO e Google Acadêmico, durante o período de 1997 a 2019. Os principais descritores do assunto utilizados para a pesquisa foram: educação física escolar, ensino médio, cultura corporal de movimento. A cultura corporal de movimento quando aliada a qualidade de vida possibilita aos estudantes de ensino médio, o aprimoramento no seu desenvolvimento humano, resultando em um melhor domínio da coordenação motora geral, equilíbrio, noção de tempo e espaço, além da conscientização e aprimoramento da consciência corporal, da sua, sobre o seu corpo, e sobre a dos que com ele viveram tal experiência. Portanto, essa revisão bibliográfica da literatura sobre a cultura corporal de movimento aplicada ao ensino médio pôde contribuir significativamente para o enriquecimento pessoal e para o conhecimento do tema na aplicação nas aulas de educação física.

Palavras Chaves: Educação Física Escolar. Ensino Médio. Qualidade de Vida. Cultura Corporal de Movimento.

ABSTRACT

The education of physical education has been highlighted and is debatable, since it is a factor that can contribute to the motor and psychosocial development of the students. Body culture movement, having an article and body practice in secondary school, can contribute to both psychomotor development and performance in other activities of life, always stimulating new bodily abilities. The objective of this work was to study some aspects of body culture and their applicability to high school students, and the means of searching for teaching that are most frequent in physical education classes. this is during frequent physical exercise. The program project was carried out based on studies Capes Newspapers, SCIELO and Google Scholar, during the period from 1997 to 2019. The main descriptors of the subject are used for the research. were: school physical education, high school, body culture. Body culture, coupled with a quality of life made possible by secondary education, improvement and human evolution, from a greater domain of general motor coordination, balance of time and space, in addition to awareness and improvement of body awareness, about your body, and about your experience with experience. Therefore, this literature review of the literature on heart culture throughout the life cycle is important for personal enrichment and knowledge of the subject for application in physical education classes.

Keywords: Physical School Education. High school. Quality of life. Body Movement Culture

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 METODOLOGIA	10
3 A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO MÉDIO	11
3.1 HISTÓRICO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO NO BRASIL	11
3.2 MÉTODOS DE ENSINO ABORDADOS NESSE PERÍODO ESCOLAR	13
3.3 EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E QUALIDADE DE VIDA	15
4 CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO	16
4.1 QUALIDADE DE VIDA POR MEIO DA CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO	16
4.2 MUDANÇAS NA QUALIDADE DE VIDA DOS ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO ATRAVÉS DA CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO	18
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	20
6 CONCLUSÃO	21
REFERÊNCIAS.....	22

1 INTRODUÇÃO

O interesse em refletir sobre as teorias da Educação e da Educação Física, a forma como o ser humano apreende e desenvolve seus conhecimentos, têm sido crescente. Esse processo é decorrente da própria história da área da Educação Física no campo educacional que norteou a construção e reconstrução da sua identidade, que independente do momento histórico e sempre esteve vinculada às concepções que organizam a vida em sociedade (PALMA; OLIVEIRA; PALMA, 2010).

Sobre a Educação Física Escolar, Carrapoz (2007), afirma que existem dois conceitos teóricos a serem demonstrados: um deles, considera que o princípio do termo educação física refere-se não somente à disciplina/atividade que se dá na instituição escolar e, a outra, demonstra que a educação física abrange diversas práticas sociais, escolares, desportivas, terapêuticas, de lazer.

Vinculado a isso, pode-se pensar no aluno do ensino médio que vive uma fase da sua vida de grandes transformações, decisões e de incertezas. Assim, o professor de educação física deve atentar-se a essas questões oferecendo e aplicando conteúdos de qualidade aos educandos, ou seja, uma formação que, além dos conteúdos próprios, promova o desenvolvimento do mesmo para os embates da vida, para a continuidade de seu crescimento e desenvolvimento (MARTINS; SIMÕES; MOREIRA, 2012).

Cabe salientar, que a educação física mesmo por meio das dimensões que abrange, depara-se com a da educação para a saúde, essa se comprometendo, simultaneamente, com a educação e a saúde, caracterizando-se como uma prática social e, também, como uma disciplina curricular incentivadora da própria saúde (MENESTRINA, 2005).

Segundo, Brasil (1997), o objetivo da Educação Física Escolar é ensinar o aluno a monitorar, respaldar e ter autonomia em seu programa de atividades físicas; dar oportunidades à criação, incorporação e manutenção de um estilo de vida saudável.

Corroborando com esse conceito, Busin e Marcon (2012), apontam que o objeto de estudo da educação física de modo geral é integrado por diferentes expressões e manifestações do movimento humano. Nesse contexto, a prática pedagógica dos professores desempenha um papel fundamental de estimular o

desenvolvimento das potencialidades físicas, motoras, cognitivas, afetivas, comunicacionais, emocionais e psíquicas dos alunos.

Ainda, complementando a ideia, Barbanti *et. al.* (2002), destacam que a educação física classifica-se como sendo parte das ciências da saúde; o profissional dessa área é reconhecido como um agente importante na promoção da saúde. Contudo, definem e caracterizam a saúde como algo que contribui para que a disciplina em questão torne-se adequada e consolidada em suas atividades acadêmicas e profissionais.

A inspiração para o tema escolhido se justifica a partir da questão de querer explorar a situação das aulas de Educação Física Escolar que, na maioria dos casos, não estão desempenhando o trabalho de proporcionar aos estudantes do ensino médio aulas de qualidade e orientação necessária para que os alunos absorvam conhecimentos essenciais para sua formação pessoal.

Esse estudo, torna-se relevante porque trata-se da cultura corporal de movimento na construção e apropriação dos seus conteúdos e objetivos tanto para os docentes com aos discentes do ensino médio a respeito das aulas que possam ser aperfeiçoadas e aprimoradas e, assim, avivar os adolescentes para desfrutarem grandes aprendizados com as mesmas e adquirirem uma melhor qualidade de vida.

Portanto, esse projeto traz uma visão mais abrangente e ampla sobre o campo da Educação Física Escolar e, desse modo, tanto o professor, quanto os alunos, possam ter a convicção e a responsabilidade em seus respectivos papéis. Questionar a realidade das aulas de educação física nas escolas no ensino médio e questionar como resolvê-las, utilizando-se do pensamento lógico, a criatividade, a intuição, a capacidade de análise crítica, selecionando-se argumentos e verificando-se sua adequação, são formas de contemplar tal situação (BRASIL, 1997).

Esse estudo, ainda, torna-se importante à área no qual está inserido pois, pode ser visto como uma grande contribuição para a área da Educação Física Escolar buscando-se, assim, formar-se uma sociedade que tenha um conhecimento mais amplo sobre esse campo; para que os docentes de educação física no ensino médio procurem um melhor desempenho em suas aulas, direcionando-se os adolescentes a buscarem uma vida mais ativa por meio do conhecimento e valorização do próprio corpo e favorecê-los a uma melhor promoção da saúde no geral.

Como objetivo principal, verificou-se se a Cultura Corporal de Movimento por meio dos seus conteúdos pode proporcionar qualidade de vida para os discentes do ensino médio. Como objetivos específicos foram verificados:

a) Identificar se as aulas de educação física por meio dos seus conteúdos conscientizam e contribuem para prática de movimento corporal, a formação e a qualidade de vida dos discentes no ensino médio;

b) Quais as metodologias mais apropriadas às aulas de Educação Física Escolar no ensino médio.

2 METODOLOGIA

O presente estudo foi realizado a partir de uma pesquisa por meio de uma revisão bibliográfica, que segundo Silva (2012), consiste no ato de fichar, relacionar, referenciar, ler, arquivar, fazer resumo com assuntos relacionados a pesquisa em questão; esse tipo de pesquisa tem por finalidade investigar as diferentes contribuições científicas sobre determinado tema, de forma que o pesquisador possa utilizá-la para confirmar, confrontar ou enriquecer suas proposições.

Sendo assim, esse tipo de pesquisa é concretizada a partir de materiais já elaborados, constituídos, principalmente, de livros e artigos científicos (FERNANDES *et. al.*, 2013).

Mattos; Júnior e Blecher, (2008, p.38), afirmam que:

O método bibliográfico procura explicar um problema a partir de referências teóricas e\ou revisão de literatura de obras e documentos; em qualquer pesquisa, exige-se revisão de literatura, que permite conhecer, compreender e analisar os conhecimentos culturais e científicos sobre o assunto, tema ou problema investigado. Pode ser realizada de forma independente, constituindo-se uma pesquisa científica.

A investigação terá como fontes livros de acordo com a temática (disponíveis no acervo do centro acadêmico de Vitória, e, demais bibliotecas), monografias e artigos científicos que foram pesquisados na base de dados: *Scielo* e Periódico CAPES, assim, como o site de buscas: Google acadêmico. Utilizando-se das seguintes palavras-chaves: “educação física escolar”, “ensino médio”, “cultura corporal de movimento” e “qualidade de vida”, “formação de discentes” por meio de combinações utilizando-se dos operadores lógicos AND/OR.

3 A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO MÉDIO

3.1 HISTÓRICO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO NO BRASIL

O Brasil e a educação vivenciaram no segundo semestre de 2016 uma proposta do governo federal que mobilizou e chamou à atenção de toda sociedade brasileira, por um lado houve muita divergência e discórdia e, por outro lado, concordância e conformidade, proposta que ficou conhecida como a medida provisória (MP), uma reforma no ensino médio. De maneira muito rápida e instantânea vimos ocorrer uma contestação a tal proposta por partes de estudantes da rede pública de ensino e universitários que protagonizaram um importante movimento de mobilização envolvendo a mesma (GARIGLIO; ALMEIDA JUNIOR; OLIVEIRA, 2017).

Envolvendo-me nessa causa por ser graduando em educação física, não apoiaria tal questão, ou seja, essa “nova reforma”. Uma das intenções visava retirar as disciplinas de educação física e artes como matérias obrigatórias para o ensino médio e que essas seriam, a partir de então, opcionais para os alunos, desprezando todo histórico, relevância, benefícios e aplicabilidades que ambas às disciplinas oferecem.

Trazendo-se agora o foco para a educação física, essa, não pode ser ignorada ou considerada irrelevante pelas autoridades educacionais do país, considerando-se o fato de que ela tem proporcionado aos estudantes novas experiências de vida e desenvolvimento físico, intelectual, cognitivo, emocional, social e de cidadãos, principalmente no ensino médio, onde existe todo um respaldo para que esses discentes se sintam parte dessa sociedade em que vivemos.

Isso se explica, pois a prática regular de exercícios físicos, que deveria ter sido intensificada, ao contrário, têm só declinado consideravelmente, e de uma forma dramática na fase da adolescência. Se é preocupante a situação, como os grandes e poderosos do Brasil esperam por uma melhora, com tal proposta? Em contra posição a isso, devia-se estimular à ampliação, expansão e constância da educação física nas instituições do país, obrigatoriamente trazendo-se a prevenção cada vez mais para o âmbito escolar (SILVA *et. al.*, 2009).

Silva *et. al.*, (2009), reforça dizendo que os jovens podem obter benefícios substanciais à saúde com atividades moderadas de 20 a 30 ou 60 minutos, todos os

dias ou três vezes por semana.

Essa prática de exercício físico em minha rotina se dá de 5 a 6 dias por semana e, percebe-se quão grande benefício e bem-estar é oferecido, quando faz-se essa escolha de estilo de vida. Infelizmente a maioria dos jovens apenas dedicam-se a assistir televisão, alimentando-se sem parar, jogando videogame, passando-se tempos e tempos em redes sociais, estando-se frequentemente envolvidos em atividades intelectuais, como, tarefas escolares, leituras, cursos de formação, trabalho (remunerado ou não) e total ausência nas aulas de educação física e atividades práticas diversas, de lazer, recreação; Tudo isso, acarretando-se em malefícios à saúde, mudanças ruins de comportamento, entre outras situações negativas como comenta (SILVA *et. al.*, 2009).

Portanto, essa tal proposta governamental mencionada anteriormente, não deveria nem ser cogitada, visto que nenhum proveito ou vantagem traria aos envolvidos, ou seja, os discentes.

Vale ressaltar, ainda, que mudanças ocorreram na história da educação física, desde a sua origem e, ocorrem até o momento atual, tanto em relação aos conteúdos desenvolvidos nos diferentes níveis de ensino, como também, as respectivas metodologias pedagógicas que nortearam e norteiam o processo educativo da disciplina (BENVEGNÚ JÚNIOR, 2011).

Soares (2012), alega que a mais antiga notícia sobre a educação física em terras brasileiras datam do ano de sua descoberta, 1500. Sendo assim, destaca-se no Brasil colônia, às atividades físicas realizadas pelos escravos e indígenas, que representaram os primeiros elementos do movimento físico mais elaborado da área no país. Pode-se pensar, dessa forma, que a educação física no Brasil existe desde a era primitiva, onde, de uma forma ou outra já foi experimentada nos primórdios da humanização.

Percebe-se, enfim, que há muito tempo a educação física é motivo de debates, contendas e polêmicas. Buscando-se a fundo, Zago e Galante (2006), argumentam que para entender essas dificuldades principais que professores enfrentavam e enfrentam com alunos do ensino médio e, por experiências vividas, contemplavam e refletiam sobre essa circunstância e condição.

Pensando-se assim, essa menção das autoras e acrescentando-se o que, nesse mundo tecnológico, nessa sociedade onde cada pessoa preocupa-se consigo mesma e, onde os alunos não estão interessados em estudar, principalmente

educação física, fica complicado e difícil lidar com alunos jovens nas aulas de educação física, tornando-se, portanto, um desafio.

Por se apresentar como um desafio, não é impossível de mudar-se esse quadro. Dedicção, vontade e ânimo devem provir por parte de cada docente, mas não só deles, alunos, instituições, a escola em geral, autoridades, todos envolvidos nesse processo.

Dias e Correia (2013), trazem suas expectativas dizendo que a educação em um sentido mais amplo sempre existiu e que a mesma pode cumprir com sua responsabilidade e papel de grande importância e protagonismo na vida de qualquer indivíduo. Realmente, compreende-se essa questão quando alguém que por meio da educação busca conhecimento para si e, por meio disso, transmite e repassa o conhecimento, a experiência para outro indivíduo, perpassando os limites de onde a educação como um todo pode nos levar.

3.2 MÉTODOS DE ENSINO ABORDADOS NESSE PERÍODO ESCOLAR

Primeiramente, aborda-se os **Parâmetros Curriculares Nacionais** (PCN's) (1998), que apresentam a ideia do final da década de 70; surgiram novas metodologias de ensino relacionadas à educação física e que inspiraram-se no momento histórico social pelo qual se encontrava o país, ou seja, em novas tendências da educação de uma maneira geral, além de questões específicas da própria educação física.

A partir dessa manifestação, para se trabalhar com o ensino médio de forma proveitosa no contexto escolar é necessário e preciso ter ciência da especificidade desse grupo de indivíduos. Suas aspirações, seus desejos e necessidades; Novos desafios devem ser propostos: a iniciação desportiva é bastante recomendável, a experiência do aprendizado de jogos coletivos, danças, gincanas competitivas e olimpíadas escolares, além de excursões para espaços próprios de manifestação da cultura corporal de movimento que são atividades adequadas para estudantes nesse nível de ensino e, para que fortaleçam sobre seu próprio corpo, tudo isso, com a colaboração bem traçados de objetivos, conteúdos, atitudes e propostas do professor de educação física (SIMÕES, 2011).

Dario (2015), corrobora salientando-se que o importante é entender que as aulas de educação física nas escolas, quando bem aplicadas, têm sido um fator

extremamente vantajoso para o desenvolvimento da cultura corporal de movimento, da prática regular de atividade física. Boas experiências nestas aulas influenciam à prática das mesmas na idade adulta, conseqüentemente, diminuindo o risco de surgimento de doenças como obesidade, diabetes, hipertensão, essas do grupo das doenças crônicas degenerativas que levam aos problemas cardiovasculares precoces.

Diga-se a juventude é a fase de maior mudança na vida, tanto físicas como mentais. Esse é o período da puberdade, onde muitos hormônios são liberados no organismo e, certamente, aulas de educação física, quando bem aplicadas e desenvolvidas, proporcionam benefícios a essa clientela.

Dario (2015) acentua esses dizeres por meio da sua descrição onde diz que os benefícios da prática regular de atividade física despontam sob todos os aspectos do organismo, sendo do ponto de vista musculoesquelético, onde ajuda na melhora da força, do tônus muscular, da flexibilidade, fortalecimento dos ossos e das articulações. Ressalta-se, também que, se trabalhados adequadamente conteúdos diversos como: esportes, ginástica, lutas dentre outros; todos geram movimento corporal, logo, oferecem benefícios físicos orgânicos ao organismo.

Em uma abordagem secundária trazida por Darido e Rangel (2015, p.16), observa-se outra metodologia chamada saúde renovada, que vem dizendo:

A abordagem saúde renovada tem por paradigma a aptidão física relacionada à saúde e por objetivos: informar, mudar atitudes e promover a prática sistemática de exercícios, embora seus pressupostos e finalidades sejam semelhantes ao modelo biológico higienista, que promovia a saúde por meio de atividades nas aulas de educação física, alguns aspectos distinguem esta proposição mais recente, conferindo-lhe um caráter renovado.

Darido e Rangel (2015) acrescentam dizendo que o objetivo de favorecer a autonomia no gerenciamento da aptidão física, a partir desse princípio, deve abranger todos os alunos, e não somente os mais aptos.

Outra metodologia que trabalha o pensamento da educação física é o raciocínio **desenvolvimentista** propondo que:

A aula de educação física deve privilegiar a aprendizagem de movimento, embora possam estar ocorrendo outras aprendizagens em decorrência da prática das habilidades motoras, um dos conceitos mais importantes dentro dessa abordagem, pois é através dela que os seres humanos se adaptam aos problemas do cotidiano, resolvendo problemas motores (DARIDO; RANGEL, 2015, p.9).

Para a abordagem desenvolvimentista, a educação física deve proporcionar ao aluno condições para que seu comportamento motor seja desenvolvido, oferecendo experiências de movimento adequadas às faixas etárias (DARIDO; RANGEL, 2015, p.9).

3.3 EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E QUALIDADE DE VIDA

Os aspectos sociais e culturais da educação física já fazem parte dos hábitos, valores, práticas de trabalho, lazer e das tradições; Isto faz com que a educação física apareça, desde cedo, no currículo escolar, de tal forma que faz refletir a cultura social em que está inserida; a educação física e seus respectivos conteúdos e programas constituem representações sociais das atividades físicas e desportivas dentro do contexto social educacional em que hoje vivemos (DARIO, 2015).

Santos e Piccolo (2011), afirma que o professor, em sua prática pedagógica, pode propiciar elementos que favoreçam a formação desses jovens como agentes transformadores. Mas, é necessário, também, que o professor identifique os instrumentos de ação pedagógica a serem usados em suas aulas de educação física, estimulando a automotivação dos seus alunos, tornando-os mais criativos em busca de seu conhecimento.

Um dos objetivos do professor de educação física é conhecer o próprio corpo e dele cuidar, valorizando-se e adotando hábitos saudáveis como um dos aspectos básicos da qualidade de vida e agindo com responsabilidade em relação à sua saúde e à saúde coletiva. Tendo em vista tudo isso, entendemos que apesar das dificuldades encontradas no âmbito escolar o professor, agente fundamental para incentivar os estudantes a buscar mais qualidades de vida, dentro ou fora da escola, por meio de hábitos saudáveis de vida e assim proceder pelo resto da vida (BRASIL, 1998).

4 CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO

4.1 QUALIDADE DE VIDA POR MEIO DA CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO

A educação física, componente curricular obrigatório da educação básica, trabalha com um conhecimento específico dentro da escola: a cultura corporal de movimento. Essa engloba esportes, ginásticas, lutas, jogos e brincadeiras, atividades rítmicas e expressivas e capoeira (DARIDO; RANGEL, 2015).

No entanto, as aulas de educação física são, um espaço de aprendizado desses conhecimentos, os quais também podem ser vivenciados em outros espaços educativos, dentro da própria escola ou em clubes, praças, escolas de esporte, academias de ginástica. O aprendizado desses conhecimentos diz respeito ao corpo, à expressão corporal, ao gesto, às habilidades, às técnicas, à tática, à execução de movimentos e essa apropriação dos conhecimentos exige um envolvimento corporal com os conteúdos, uma experiência vivenciada e praticada pelo corpo e a mente (ALTMANN *et. al.*, 2017).

Zancha *et. al.*, (2013), argumenta que o ensino da temática saúde também tem sido um desafio para a educação no que tange à possibilidade de garantir uma aprendizagem efetiva e transformadora de atitudes e hábitos de vida, transmitindo informações a respeito do funcionamento do corpo e da cultura corporal, descrevendo as características de algumas doenças, divulgando hábitos de higiene, alimentação e atividades físicas e, isso apenas, não é suficiente para desenvolver hábitos contínuos de qualidade de vida.

Imagina-se o quão bom seria se cada jovem estudante compreendesse a importância e a seriedade, a prioridade quando o assunto é qualidade de vida, cultura corporal de movimento, educação do físico, saúde; Se a prioridade estivesse vinculada à prevenção e entendessem que isso terá um efeito em suas vidas, resposta pela atitude de cada um em relação a questão.

Muitos estudiosos, professores, estudantes e pessoas ligadas à área da educação física provam que a mesma pode ser considerada sim uma área de conhecimento, onde se vivencia e aprende a cultura corporal de movimento, com todas as suas particularidades e objetivos que a tornam hoje uma disciplina escolar respeitável, tanto quanto as demais inseridas no contexto escolar (MOYA, 2007).

Primeiramente, o objetivo da educação física era a preparação para a defesa

da pátria, para o trabalho na indústria e na agricultura. Hoje, o papel do professor de educação física é trabalhar a conscientização do aluno de forma coletiva, para que os mesmos possam promover seu bem-estar, cuidado e promoção da saúde, qualidade de vida por meio da cultura corporal de movimento e, conseqüentemente, com o seu semelhante, tendo respeito ao próximo, criticidade e diálogo (DANTAS; DANTAS; CORREIA,2016).

Nesse mesmo pensar, Silva *et. al.*, (2009), reflete sobre os comportamentos sedentários trazendo a preocupação de que mais pesquisas na área da atividade física são necessárias; a contribuição da educação física na atividade física em geral, disponíveis na literatura são insuficientes e, contudo jovens participam cada vez menos das aulas de educação física e os engajados têm apresentado baixa participação em atividades de intensidade moderada a vigorosa durante as aulas.

Aplicando-se para estudantes de ensino médio, muitos são evasivos das aulas, influenciando outros nesse mesmo caminho, trazendo sobre si e outros um estilo de vida mau, fazendo com isso, que os aprendizes já sedentários, continuem na mesmice e acomodação, o que é prejudicial à saúde, é necessário muita dedicação e força do professor para tentar mudar esse quadro/hábito dos mesmos.

Comentando-se sobre a historicidade inscrita sobre os corpos, Goellner (2010), fala sobre a aproximação entre educação física, ciência e saúde; ressalta a relevância das atividades físicas como forma de potencializar a saúde dos brasileiros.

Tal necessidade é indicada para o fortalecimento da etnia, da raça, pois a constituição homogênea do povo brasileiro passou a ser o pilar fundamental de um projeto de humanidade centrado na eliminação de tudo àquilo corporalmente intolerável (GOELLNER, 2010).

Pode-se notar, então, pelo argumento do autor mencionado que não tem-se como separar a educação física da ciência e da saúde e, dentro disso, ainda, encaixar-se a qualidade de vida, o movimento corporal. Esses elementos, estão e devem permanecer inteiramente ligados, retirando-se quaisquer desses aspectos da área é desconhecer e diminuir a abrangência, os méritos e o poder existente em todo vasto campo da educação física e, que, deve ser inteiramente aplicada tanto aos estudantes de todas as idades como toda a sociedade brasileira.

4.2 MUDANÇAS NA QUALIDADE DE VIDA DOS ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO ATRAVÉS DA CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO

A prática educacional precisa ser constantemente refletida e revista, para que a mesma cause uma mudança saudável nos alunos, isto faz parte de um processo cíclico, que envolve contextos e pessoas diferentes; e se o educador não considerar tais aspectos, o trabalho pedagógico poderá ficar comprometido e até mesmo enrijecido, sendo que os maiores prejudicados serão os educandos (BIANCARDI, 2013).

Diz-se que para o ensino médio deve-se traçar, objetivos mais intensos nas aulas pois, muitos querem fazer qualquer coisa, menos estudar, apreender e fazer exercícios físicos quando requerido. Para reverter isso, requer-se muita disciplina, instrução e perseverança por parte do professor e, também, que a escola onde o mesmo esteja atuando possa contribuir para esse fim.

A busca por uma mudança na qualidade de vida tem sido uma constante nas sociedades, mas parece que os educandos do ensino médio não estão preocupados com isso, tendo em vista isso, a qualidade de vida e uma mudança nos hábitos surge como algo a se alcançar, algo que a prática do exercício pode fornecer (DEVIDE, 2010).

Biancardi (2013) salienta que os aprendizes estão interessados no avanço da tecnologia, tornando-se, assim, a própria vida, um sedentarismo único, acarretando-se outros problemas de saúde em razão da ausência ou diminuição da regularidade da prática de atividades físicas e, conseqüentemente, o aumento do sedentarismo.

Cabe salientar que, um bom professor de Educação Física, a partir de um diagnóstico da sua turma de ensino médio encontrará as principais demandas em saúde, atividade física e práticas alimentares podendo-se, assim, propor recomendações mais adequadas à seus educandos, avaliando-se os resultados de sua ação educativa e adotando-se as medidas necessárias para o progresso de vida, tanto físico, cognitivo, emocional, social (VILARTA; BOCALETTO, 2008).

Para promover uma mudança nessa situação, as aulas de educação física no ensino médio devem trabalhar de forma enfática, a questão da cultura corporal de movimento, nessa faixa etária; os adolescentes necessitam ter conhecimentos em atividades corporais no âmbito escolar, para que sejam reproduzidas em outras oportunidades fora da escola (PERES; MASCINKOWSKI, 2012 p. 27).

Para tanto, um professor de educação física não pode esperar melhora, mudança, transformação, por parte dos discentes, se nem mesmo os docentes mudam, atuam de forma indesejada, realizando aulas no improviso, sem um planejamento que dê sustentação a seus objetivos de trabalho, sem a devida preparação, organização e sentido, tratando a disciplina como mera área de atividade, ou seja, sem prioridade e importância (MOYA, 2007).

Portanto, as aulas de educação física no ensino médio devem fazer com que os alunos participem de atividades que acabem envolvendo a cultura corporal de movimento e, ainda, criar vínculos, valorizando-se às atitudes éticas, além de conduzir informações sobre uma vida saudável para despertar o gosto pela atividade física; Contudo, o professor deve preparar-se e desenvolver para um papel agregador no sentido de se utilizar das características e experiências dos alunos e fazer com que aprimorem-se, ainda mais, suas habilidades e capacidades físicas, emocionais, cognitivas e sociais adquiridas tanto na escola quanto fora dela (PERES; MARCINKOWSKI, 2012).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pelas leituras realizadas, foram observadas situações onde a cultura corporal de movimento, quando aplicada com eficácia para o ensino médio, produz e conduz à uma boa contribuição à qualidade de vida dos praticantes, devendo-se à eles o incentivo por meio dos professores de educação física durante as aulas, buscando-se continuamente qualidade de vida, dentro e fora do âmbito escolar. Tudo isso, contribuirá para o aperfeiçoamento cognitivo, social, físico e emocional dos discentes que participam dos diversos conteúdos que contemplam hoje a nossa educação física.

No entanto, percebe-se que é pouco explorado pelos professores na sala de aula esse contexto da cultura corporal de movimento, seus métodos de ensino, objetivos e conteúdos a serem trabalhados.

Os autores referenciados apresentam importantes citações a respeito do tema, nas quais pode-se fundamentar e mostrar a significação desse trabalho para a área de educação física.

Sendo assim, o dever ético e profissional como professor licenciado em educação física é o de estimular os alunos, independentemente da idade, sendo todos, principalmente os envolvidos no ensino médio, devido a escolha do tema, a experimentarem aulas, movimentos corporais, pensamentos, criticidade, realizados por meio das tarefas, conteúdos, exercícios físicos variados, orientações e curiosidades que a vida em movimento pode proporcionar como hábitos, promoção e qualidade de vida aos jovens do ensino médio.

6 CONCLUSÃO

A cultura corporal de movimento mostra-se uma prática adequada por meio dos seus objetivos e conteúdos, quando bem aplicada nas aulas de educação física.

Essa proposta, pode conduzir seus praticantes a uma melhor compreensão dos métodos de ensino utilizados e o quanto essas aulas podem favorecer a qualidade de vida desses discentes que praticam e se apropriam dos diversos momentos de estudo e conteúdos vivenciados em aula.

Cabe salientar, que a explanação dada pelo professor da área, fará toda a diferença de incentivo e motivação, conscientização, contribuição à prática do movimento corporal, à formação aos seus alunos no ensino médio, garantindo mais qualidade em suas vidas.

REFERÊNCIAS

- ALTMANN, H. *et al.* Gênero e cultura corporal de movimento: práticas e percepções de meninas e meninos. **Revista Estudos Feministas**, Florianópolis, v 26, n 144074, p. 1–16,2017.
- BARBANTI, V.J. *et al.* **Esporte e Atividade Física: interação entre rendimento e Saúde**. São Paulo: ed. manole, 2002
- BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares Nacionais – Educação Física**. Brasília: MEC/SEF; 1997.
- BIANCARDI, G. **AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO: análise do nível de motivação e desmotivação dos alunos do 3º ano**. Ponta Grossa: ed. ISBN, 2013.
- BUSIN D.; MARCON, D. Universidade de Caxias do Sul, UCS. **rev da Faculdade de Educação Física de Unicamp**. Campinas v. 10, n. 2, p. 121-144, 2012.
- CARRAPOZ, F.E. **Entre a Educação Física na escola e a Educação Física da escola**. 3.ed. Campinas, São Paulo: ed. ISBN, 2007.
- DANTAS, G. M; DANTAS, L. C. G; CORREIA, M. S. **Por uma educação física crítica no ensino médio no Macapá**, Macapá, v.8 n.2, p. 92-107, jul-dez 2016.
- DARIDO, S. C; RANGEL, I. C. A. **Educação física na escola: implicações para a prática pedagógica**. 2.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.
- DARIO, V. L. **A importância das aulas de educação física no ensino médio**. 2015. Artigo científico (Especialização em Educação e a interface com a Rede de Proteção Social) Unoesc, Xanxerê, 2015. Disponível em: <http://www.uniedu.sed.sc.gov.br/wp-content/uploads/2017/02/Vagner-Luis-Dario.pdf>. Acesso em: 01 jul. 2019.
- Orientador Prof. Me. Gilberto Oliari. Dezembro de 2015. Xanxerê SC, Dezembro de 2015.
- DEVIDE, F. P. EDUCAÇÃO FÍSICA, QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE: campos de intersecção e reflexões sobre a intervenção. **Movimento**, Porto Alegre, v. 8, n. 2, p.77-84, maio/ago. 2002.
- DIAS, D. I.; CORREIA, W. R. A educação física no ensino médio como objeto de estudo da produção acadêmico-científica nos períodos nacionais. **Ver Bras EducFís Esporte**, São Paulo, v. 27, n. 2, p. 277-87, Abr-Jun 2013.
- FERNANDES, N.P. *et al.* A prática do exercício físico para melhoria da qualidade de vida. **rev Ciência. Saúde nova esperança**, João Pessoa, v. 11, n. 3, p. 60-6, dezembro/2013.

GARIGLIO, J. A.; JUNIOR ALMEIDA, A. S. O “novo” ensino médio implicações ao processo de legitimação da educação física. **Motriciência**, Florianópolis, v. 29. N 52.XX, p. 53- 70, setembro/2017.

GOELLNER, S. V. EDUCAÇÃO FÍSICA, CIÊNCIA E SAÚDE: notas sobre o acervo do centro de memória do esporte (UFRGS). **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, Rio de Janeiro, v.17, n.2, abr.-jun. 2010

BENVEGNÚ, J. A. E. **Educação física escolar no Brasil e seus resquícios históricos**. Vol. 6 – Nº 13 - Janeiro - Julho 2011.

MATTOS, M.G.; ROSSETO, A.D.R; BLECHER, S. **Metodologia da pesquisa em Educação Física: construindo sua monografia, artigos e projetos**. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2008.

MOREIRA, W.W.; SIMÕES, R.; MARTINS, I. C. **Aulas de Educação Física no ensino médio**. 2.ed. Campinas, São Paulo: Papirus, 2012. Cap.1.

MENESTRINA, E. **Educação Física e Saúde**. 3. ed. Florianópolis SC. Ed. Unijuí, 2005.

MOYA, L. F. **Educação física no ensino médio: aproximações sobre a atuação dos profissionais da área em Escolas Estaduais de Londrina**.2008. 138f. Dissertação(mestrado em educação),Londrina,2008.

PALMA, A.P.T.V; OLIVEIRA, A.A.B; PALMA,J,A,V. **Educação Física e a organização curricular: educação infantil, ensino fundamental, ensino médio**. Londrina: Eduel, 2010.

PERES, A. L. X; MARCINKOWSKI, B.B. A motivação dos alunos do ensino médio: realização das aulas de educação física. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, v. 13, n. 4, p. 26-33, Out/Dez, 2012.

SANTOS, M. A. G. N; PICCOLO- NISTA. V. L. O esporte e o ensino médio: a visão dos professores de educação física da rede pública. **Rev. bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v.25, n.1, p.65-78, jan./mar. 2011.

SILVA, A.E. **Conceitos: pesquisa bibliográfica e pesquisa de campo 2012**, Disponível em: <https://pt.slideshare.net/erinaldoamorim/tarefa-modulo-3-met-cient>. Acesso em: maio de 2019.

SILVA, S. K. et al. Fatores associados à atividade física, comportamento sedentário e participação na educação física em estudantes do ensino médio em Santa Catarina, Brasil. **Cad. Saúde pública**, Rio de Janeiro, v. 25, p.2187-2200, 2009.

SIMÕES, J. L. **Educação física e sua importância na adolescência**. Ed. Even3, 2018

SOARES, E. R. Educação física no Brasil: da origem até os dias atuais. **Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital**, Buenos Aires, v.17, n. 169, p. 1/1, jun. 2012.

ZAGO, N. GALANTE, R. C. **Educação física no ensino médio: concepções e reflexões**. Araraquara, Ca.2006.

ZANCHA, D. *et al.* Conhecimentos dos professores de educação física escolar sobre a abordagem saúde renovada e a temática saúde. **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 11, n. 1, p. 204-217, jan./mar. 2013.