

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
EDUCAÇÃO FÍSICA – LICENCIATURA

DIEGO DA SILVA

**A RELEVÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA E A COMPREENSÃO CORPORAL DO
ALUNO**

Recife
2022

DIEGO DA SILVA

**A RELEVÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA E A COMPREENSÃO CORPORAL DO
ALUNO**

PROJETO APRESENTADO À DISCIPLINA DE
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO II DO
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DA
UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
(UFPE), COMO REQUISITO PARA A
APROVAÇÃO NA DISCIPLINA TCC 2.

Orientador: Prof. Dr. Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

Recife
2022

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Silva , Diego da.

A relevância da atividade física e a compreensão corporal do aluno / Diego da
Silva . - Recife, 2022.

28

Orientador(a): Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de
Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde, Educação Física - Licenciatura,
2022.

Inclui referências, anexos.

1. Educação física. 2. Atividade física. 3. Escola. I. Carvalho , Paulo Roberto
Cavalcanti . (Orientação). II. Título.

610 CDD (22.ed.)

DIEGO DA SILVA

A RELEVÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA E A COMPREENSÃO CORPORAL DO ALUNO

TCC apresentado à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II do Curso de Educação Física do Departamento de Educação Física, da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), como requisito para a aprovação na disciplina TCC 2.

Aprovado em: 23/11/2022

BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente
 PAULO ROBERTO CAVALCANTI CARVALHO
Data: 23/11/2022 13:13-0300
Verifique em <https://verificador.iti.br>

Profº. Dr. Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho
Universidade Federal de Pernambuco

Documento assinado digitalmente
 FABIOLA CRISTINA DE OLIVEIRA BENTO AQ
Data: 21/11/2022 12:24:14-0300
Verifique em <https://verificador.iti.br>

Profº. Mas. Fabíola Cristina de Oliveira Bento Aquino
Universidade Federal de Pernambuco

RESUMO

A atividade física busca o desenvolvimento pleno do aluno,ou seja indo além da parte física,pois ajuda o aluno a lapidar seu raciocínio e velocidade na tomada de decisões que muitas vezes no dia a dia precisamos executar.Visto isso é importanteo incentivo da atividade física na escola e fora do ambiente escolar.Dessa forma é relevante discutir e identificar a importância da atividade física na vida dos educandos nas aulas de Educação Física Escolar, por meio de estudos na área da educação física. O presente estudo trata-se de uma pesquisa que se dará através de um levantamento bibliográfico narrativo descritivo de forma qualitativa,utilizando os recursos que estão a disposição na internet, essencialmente,do Google acadêmico, porém sem critérios explícito de divisão na hora da busca,ou seja é uma pesquisa abrangente,com escolha de artigos de forma arbitrária. Dentre o que foi encontrado e exposto na pesquisa, podemos aduzir que de fato a atividade física escolar é de grande relevância na vida dos educandos. Tendo em vista a pesquisa atual, fica claro a relevância e o impacto que a atividade física na vida dos educandos.O que pode tornar uma dificuldade para uma prática errônea é justamente um mal planejamento e uma não intervenção por parte do professor,partindo disso, faz-se necessário um planejamento adequado que leve em consideração os aspectos que pode ser impedimento no momento da prática.

Palavras-Chave: Educação Física. Atividade física.Escola.

SUMMARY

Physical activity seeks the full development of the student that is, going beyond the physical part, as it helps the student to improve their reasoning and speed in making decisions that we often need to execute on a daily basis. Physical activity in school and outside the school environment. In this way it is relevant discuss and identify the importance of physical activity in the lives of students in School Physical Education classes, through studies in the area of physical education. The present study is a research that will take place through a descriptive narrative bibliographic survey in a qualitative way, using the resources that are available on the internet, essentially from Google academic, but without explicit criteria for division at the time of search, that is, it is a comprehensive search, with arbitrary choice of articles. Among what was found and exposed in the research, we can add that in fact school physical activity is of great relevance in the lives of students. In view of the current research, it is clear the relevance and impact that physical activity has on the lives of students. It is necessary to have an adequate planning that takes into account the aspects that can be an impediment at the time of practice.

Keywords: Physical Education. Physical activity. School.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	7
2	PERGUNTA CONDUTORA	9
3	OBJETIVOS	10
	3.1 Objetivo geral	10
	3.2 Objetivos específicos	10
4	JUSTIFICATIVA	11
5	MARCO TEÓRICO	13
	5.1 Contribuição da atividade física em prol da qualidade de vida	13
	5.2 Os Benefícios da prática da atividade física na adolescência	14
	5.3 Tratar sobre a prática corporal dos educandos	16
6	METODOLOGIA	18
7	RESULTADOS E DISCUSSÕES	20
8	CONSIDERAÇÕES FINAIS	22
	REFERÊNCIAS	23
	ANEXOS	25

1 INTRODUÇÃO

A Educação Física é componente curricular obrigatório que visa a sua prática através da atividade física em si, levando em conta também aspectos da literatura na área da Educação Física, visando levar um pensamento crítico para os alunos, e sempre optando por uma prática pedagógica que supere o caráter comum.

A prática da Educação Física na escola poderá favorecer a autonomia dos alunos para monitorar as próprias atividades, regulando o esforço, traçando metas, conhecendo as potencialidades e limitações e sabendo distinguir situações de trabalho corporal que podem ser prejudiciais.
(PCN, 1997, pág. 24).

A prática de atividade física nas aulas vem com o propósito de mostrar aspectos que podem influenciar a saúde bem como a aprendizagem motora dos alunos. Vale ressaltar que além da prática em si da atividade física, é importante salientar a importância de hábitos alimentares, pois no entender de ARGENTO (2010), Mudar costumes inadequados e lapidar hábitos saudáveis vem como algo preambular para uma vida durável e de autossuficiência motora.

A sua prática surge como algo que vai além das aulas e do divertimento, pensando no aspecto do desenvolvimento pleno do aluno a nível corporal, dentro deste panorama o intuito dessa pesquisa é refletido em apresentar os caminhos para uma educação física e uma atividade física equitativa, através dos documentos e estudos na área de educação física, o estudo se dará através de um levantamento bibliográfico narrativa descritivo de forma qualitativa, utilizando os recursos que estão a disposição na internet, essencialmente, do Google acadêmico, além de discutir e identificar a importância da atividade física na vida dos educando nas aulas de Educação Física escolar no ensino fundamental, por meio de estudos na área da educação física, o estudo irá abranger e demonstrar a importância da atividade física para o desenvolvimento dos alunos e tratar sobre a percepção corporal dos educandos.

No que se refere a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB), nº 9394/96 de 20 de Dezembro, em seu artigo 26 a Educação Física é tratada como um componente curricular obrigatório na educação básica, valorizando ainda a educação física como uma área do conhecimento de grande relevância para o

desenvolvimento do educando,ou seja um dos principais documentos norteadores da organização educacional do país coloca a educação física em uma relevância curricular de ser uma disciplina que vai além do,lazer e do jogar.

Além da LDB os PCNS em referência a educação física, traz consigo em seu conjunto de conceitos o conhecimento sobre o corpo,trazendo em si o corpo como um todo em desenvolvimento pleno e não em partes,levando ao educando a perceber e sentir as mudanças com a prática da atividade física.

Com isso,fica claro que a educação física e sua prática através da atividade física vai além da brincadeira e de um componente curricular que trás só o lazer consigo, apesar de estar tudo documentado nos principais documentos norteadores,nas escolas vemos a educação física como uma fuga para desentediado de outras aulas como se a atividade física na visão de quem não é da área se limita a recreação apenas, o que torna uma problemática em torno da mesma. Posto isto, a problemática irá gerar em torno de, quais conhecimentos deve ser trabalhados e como mostrar aos educandos a relevância da prática da atividade física ?. Esse trabalho se apresenta em oito divisões.

O primeiro fragmento é a introdução,abrangendo a relevância da temática na literatura,a problemática, a razão e os objetivos com base em estudos com rigor científico,logo após, a pesquisa trás consigo a pergunta que a conduz, questionando em si qual a relevância da atividade física na vida dos educandos?,adiante em seção separada os objetivos estão elencados em geral e específicos,em seguida a justificativa é abordada,mostrando as razões e as inquietações que levaram a essa pesquisa,seguido as seções ,logo apos a pesquisa retrata o marco teorico,ou seja,o que tem de relevante na literatura em prodo tema pesquisado,em partícula posterior foi expando a metodologia,onde foi sistematizado como seria o método em si de estudo,e por fim em segmentos também diferentes, foi expostos os resultados e discussões e as considerações finais.

2 PERGUNTA CONDUTORA

Qual a relevância da atividade física na vida dos educandos?

3 OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL:

- discutir a relevância da atividade física na vida dos o educando nas aulas de Educação Física Escolar, por meio de estudos na área da educação física.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Analisar a contribuição da atividade física
- Demonstrar a importância para o desenvolvimento do educando
- Tratar sobre a percepção corporal dos educandos

4 JUSTIFICATIVA

A atividade física busca o desenvolvimento pleno do aluno,ou seja indo além da parte física,pois ajuda o aluno a lapidar seu raciocínio e velocidade na tomada de decisões que muitas vezes no dia a dia precisamos executar.Visto isso é importante o incentivo da atividade física na escola e fora do ambiente escolar.

A Educação Física continua sendo disciplina do componente curricular no sistema educacional brasileiro. Historicamente, sua permanência no currículo escolar tem sido justificada com base na abrangência e pseudo efetividade da prática esportiva no desenvolvimento biopsicossocial e cultural do jovem.(Guedes,1999,pag.10)

O movimento corporal e o entendimento sobre seu próprio corpo se dá antes mesmo do falar e do ato de alfabetizar,ou seja, gerando uma consciência corporal e lapidando o intelectual do educando desenvolvendo de forma plena como dito antes.

A descoberta do corpo, das sensações, dos limites e movimentos é muito importante para a criança da Educação Infantil, pois nesta etapa ela está construindo a sua imagem corporal. Assim, ela precisa descobrir seu corpo e também o corpo do outro.(DOS SANTOS ;COSTA,2015,pág 3).

É importante salientar que a atividade física ela é importante não só no âmbito físico como já dito, porém sabemos que cada indivíduo tem um formação,costumes e responsabilidade trazidas de casa,como base nisso é importante o professor de educação física levar em consideração esses aspectos que influenciam na hora da prática,ou seja se for levar em consideração a alimentação como um dos aspectos por exemplo as crianças não tem discernimento para ter uma alimentação regrada e isso pode impactar na hora da atividade física.

Uma concepção fundamental que favoreceu por essa experiência de pesquisa foi o aspecto de ter levado em consideração minha percepção durante todo período de curso, pois vir a refletir e a levar sempre em relevância o aspecto o qual a atividade física e o esporte em si influencia,tanto a nível físico como já visto, e esclarecido por diversos autores, quanto a nível social,por esse motivo e além do fato de vir de uma vivência e realidade o qual nunca tive privilégios, a atividade física através do esporte em específico surgiu como fuga para maximizar a falta de outros

aspectos que impactam na qualidade de vida, atualmente estudando e estando inserido na área da educação física, vejo de forma ampla essa importância e não uma atividade física que fazia para desentediado a realidade que tinha.

Com isso a presente pesquisa tem como objetivo discutir a importância da atividade física dos educandos, visto que um planejamento mal feito e uma atividade física executada de forma errônea principalmente na fase inicial da educação, pode ser um problema futuro para o aluno.

5 MARCO TEÓRICO

5.1 Contribuição da atividade física em prol da qualidade de vida.

Para enfatizar a importância da atividade física na educação escolar, Siqueira cita Börjesson: referindo que a atividade física é muito pouco utilizada no cuidado à saúde, na prevenção e no tratamento, principalmente de algumas morbidades como a hipertensão, em que o efeito da atividade física na redução da pressão arterial é similar ao da terapia farmacológica (Siqueira et al 2009 apud Börjesson et al 2016).

Partindo dessa evidência científica fica claro o impacto que a atividade física pode causar na vida do educando pois irá melhorar sua aptidão física,vale salientar que é importante que o professor de educação física tenha meios para incentivar o aluno, buscando a participação máxima nas sua aulas e buscar de forma lúdica aplicar as atividades para os que estão desencorajados da prática em si,pois muitas vezes os alunos se sentem desmotivados para praticar,sabendo disso e da importância da participação do aluno.

Darido Assume que:

O prazer e o conhecimento sobre a prática da atividade física teriam um valor bastante limitado se os alunos não vivenciassem ou aprendessem os aspectos vinculados ao corpo/movimento. Por isso,a importância da Educação Física na escola é também garantir a aprendizagem das atividades corporais produzidas pela cultura.(Darido,2004, pág 2)

É importante ressaltar que a atividade física e a educação física em si é uma importante ação preambular para minimizar e lapidar possíveis lesões e problemas de saúde em si ,sabendo disso ela não deve ser entendida como um simples componente curricular obrigatório onde os alunos na maioria das vezes e professores de outras disciplina não tem uma concepção do que se trabalha na área,e o intuito de alguma atividade sendo lúdica ou não,pois é com a própria brincadeira que o aluno desperta e melhora sua habilidades motoras.

Sabemos da importância de áreas livres onde a criança possa explorar corporalmente a própria instabilidade natural do espaço. O viver em cidades impõe a convivência com espaços amplamente cimentados, o que nos leva a pensar na necessidade de um espaço escolar que possibilite a experiência infantil em contato com a terra, árvores, grama... Atualmente, o espaço de algumas instituições de educação infantil tem limitado cada vez mais os não cimentados.(Richter,2006, pág 82).

Essa da exploração do ambiente é de cuja importância pois a atividade física exige movimentos naturais,além disso irá ajudar melhorar a comunicação e a socialização entre os alunos em um ambiente diferente da quadra ou sala de aula,partindo disso é importante diversificar o máximo possível para que criança possa aprender a importância e a necessidade da prática da atividade física independente do meio onde ela estiver.

5.2 Os Benefícios da prática da atividade física na adolescência.

A atividade física não pode se limitar dentro do espaço de aula do professor de educação na escola. Crianças e adolescentes que são agitadas e necessitam sempre estar ocupadas com algo, a atividade física vem como parceira significativa para lapidar essa questão,por isso é importante do professor sempre incentivar sua prática.

Em recente estudo em relação a atividade física a oms destaca que:

A atividade física regular é um fator de proteção fundamental para prevenção e gestão de doenças não transmissíveis doenças (DNTs), como doenças cardiovasculares, tipo 2 diabetes e vários tipos de câncer. A atividade física também beneficia a saúde mental, incluindo a prevenção de problemas cognitivos declínio e sintomas de depressão e ansiedade; e pode contribuir para a manutenção do peso saudável e bem-estar geral. (OMS,26 de novembro de 2020).

Como já exposto, a educação física (EF) escolar segundo a LDB é um componente curricular obrigatório da educação básica no Brasil,em face não só disso,ou seja de ter consigo algo que documento e que abrange de forma constitucional sua prática,o professor de educação Física deve ter como pensamento e como base, o princípio de aguçar os educandos o desejo em participar e incentivá-los com as atividades que envolve o gesto corporal, levando sempre em consideração as características físicas dos alunos.Levando em consideração e com base na evidência científica,para os adolescentes, (2020,p.12) .“oms recomenda pelo menos 60 minutos de atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa, por dia”.

Apesar do reconhecimento da importância da atividade física como agente de impulsão da saúde e de precaução de enfermidade, muitas pessoas não leva isso

em consideração e não praticam, mesmo sabendo dos benefícios que a atividade física pode levar, por isso é de fundamental importância o professor de educação física influenciar seus alunos a ir à prática.

Evidenciando isso em uma pesquisa com 4210 estudantes sobre a insuficiência de atividades físicas em seus resultados o “Estudo evidenciou elevada prevalência de níveis insuficientes de atividade física e de exposição a comportamento sedentário.” (2010, p.06).

Como citado no começo da pesquisa, com base nos PCNS, a atividade física na escola possibilita ganhos a nível físico de esforço dos alunos, pois eles irão trabalhar através dos jogos, corridas, outras aulas diversificadas, colocando em si seu corpo sempre em movimento.

Estudo feito em Florianópolis com mais de dois mil educandos em escola pública na educação básica em adolescentes trouxe indicadores de insuficiência de atividade física entre jovens, o estudo elencou diversos fatores que levaram a isso como por exemplo alunos repetentes, lugares inapropriados condições socioeconômica etc., a pesquisa mostrou maior insuficiência entre meninas.

Dentre as evidências trazidas nessa atual pesquisa sobre a relevância da atividade física e senso corporal dos educandos, vale levar em consideração no momento da prática o qual o professor de educação física estarão passando, as particulares de e vivência de cada aluno pois isso é determinante para o nível de atividade física.

5.3 Tratar sobre a prática corporal dos educandos

A BNCC Assume que:

A Educação Física é o componente curricular que tematiza as práticas corporais em suas diversas formas de codificação e significação social, entendidas como manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, produzidas por diversos grupos sociais no decorrer da história. Nessa concepção, o movimento humano está sempre inserido no âmbito da cultura e não se limita a um deslocamento espaço-temporal de um segmento corporal ou de um corpo todo. (BNCC, 2018, p.213)

Nesse aspecto do movimento já está inserido na cultura, deixa claro sua importância tanto a nível social pois o educando irá ter uma interação com o outro,

quanto a nível físico, ressaltando também que para essa compreensão e senso corporal é de grande importância o professor sempre levar em consideração de que nessa fase de criança e adolescentes erros podem ser prejudiciais, pois movimentos errôneos poderão impactar esses aspectos social e físico, por isso deve sempre levarem consideração também a individualidade.

Nesse aspecto de Importância do senso corporal Neira abrange que:

A cultura corporal de movimento é o próprio conteúdo das aulas, pois se trata do conhecimento específico que qualificará a leitura que as crianças, jovens e adultos fazem das práticas corporais disponíveis na sociedade, bem como a sua reconstrução crítica na escola. (NEIRA, 2016, p. 197)

Levando em consideração a referência e o documento oficial da BNCC, fica claro a relevância da educação física e da atividade física na vida dos educandos, pois a aula não se limita ao divertimento e recreação, mas envolve e desenvolve o aluno de forma plena, deixando claro sua importância, pois a educação física não é um componente curricular isolado, é ajudada e interliga com outras disciplinas, o professor deve pensar e planejar sempre aulas que despertem o interesse dos alunos pois algumas atividades e aulas desencorajam alguns educandos de participar.

Observando o cenário Rocha diz :

O ser humano necessita compreender a atividade em pensamento, em movimento e em sentimento, tomando consciência do seu próprio corpo e do que está à sua volta, com a intermediação entre os símbolos e a realidade; por meio de momentos de ludicidade, prazer e consciência. (ROCHA, 2009, p. 26)

Tendo em vista isso, é importante o professor saber dosar e saber conduzir a prática da atividade física de maneira o qual leve em consideração sempre os aspectos que impactam na sua prática, pois a alimentação, as características físicas e a questão social, traz consigo questões que influenciam muito na hora da aula, por isso é de grande relevância o professor ter um planejamento organizado, pois a prática em si já nos leva a percorrer caminhos diferentes da teoria, e se o professor

não tiver um planejamento ou proposta pré definida pode gerar grandes problemas.

Nessa perspectiva do professor de educação física afirmar e repassar seu modo de entender e compreender a questão corporal, professores de outras disciplinas e a própria convivência do aluno no seu meio social no que tange fora do ambiente escolar podem trazer consigo outra concepção para o aluno e outra visão do conteúdo, isso pode gerar conflito de pensamento por isso é de cuja importância a interdisciplinaridade e levar em consideração a experiência extra escolar para favorecer a aprendizagem sem confusão de conceitos.

Nessa acepção, a cultura corporal de movimento é um território de conflitos entre os grupos que coabitam a sociedade. Cada qual procura afirmar o seu modo de fazer e entender as práticas corporais, podendo inclusive rever posicionamentos ou mesmo rejeitar os demais. Os problemas gerados na convivência social podem ser identificados, também, nas manifestações da cultura corporal de movimento. Cada grupo social lhes atribui significados diferentes em conformidade com o contexto social e histórico no qual se criam e recriam. (NEIRA, 2016 apud NEIRA, 2010)

6 METODOLOGIA

Ferenhof e Fernandes assume que :

A revisão narrativa é considerada a revisão tradicional ou exploratória, onde não há a definição de critérios explícitos e a seleção dos artigos é feita de forma arbitrária, não seguindo uma sistemática, na qual o autor pode incluir documentos de acordo como seu viés, sendo assim, não há preocupação em esgotar as fontes de informação. (FERENHOF FERNANDES, 2016 apud CORDEIRO et al., 2007).

O presente estudo trata-se de uma pesquisa que se dará através de um levantamento bibliográfico narrativo descritivo de forma qualitativa, utilizando os recursos que estão a disposição na internet, essencialmente, do Google acadêmico, porém sem critérios explícito de divisão na hora da busca, ou seja é uma pesquisa abrangente, com escolha de artigos de forma arbitrária.

A pesquisa qualitativa não procura enumerar e/ ou medir os eventos estudados, nem emprega instrumental estatístico na análise dos dados. Parte de questões ou focos de interesses amplos, que vão se definindo à medida que o estudo se desenvolve. (GODOY, 1995, p 58)

Deste modo o estudo discorre caminhos o qual o professor pode recorrer para ampliar e colocar em relevância a importância da atividade física escolar, a pesquisa qualitativa foi adotada neste trabalho pelo fato da ampla literatura onde envolve o tema, e também sabendo que todo estudo tem como incentivo e referências de outros estudos. Portanto, essa pesquisa envolve delinear estudos na área da educação física para massificar o tema.

Pesquisa alguma parte hoje da estaca zero. Mesmo que exploratória, isto é, de avaliação de uma situação concreta desconhecida, em um dado local, alguém ou um grupo, em algum lugar, já deve ter feito pesquisas iguais ou semelhantes, ou mesmo complementares de certos aspectos da pesquisa pretendida. Uma procura de tais fontes, documentais ou bibliográficas, torna-se imprescindível para a não duplicação de esforços, a não "descoberta" de idéias já expressas, a não-inclusão de "lugares-comuns" no trabalho. (MARCONI E LAKATOS, 2003, p. 225).

Sabendo disso e levando sempre em consideração, o presente estudo irá partir dos principais documentos norteadores na área da educação física e nos principais estudos já feitos com o intuito de maximizar e procurar meios para mostrar a relevância da atividade física, essa pesquisa é de grande relevância para área por isso a necessidade de abordar tal tema.

Dessa maneira essa pesquisa é um estudo de grande significado no tema proposto, havendo pesquisas e sondagens e aporte científico que também auxiliaram como pilar primordial nessa elaboração de pesquisa e, concomitantemente, a relevância da atividade física eficaz nas aulas para os educandos. Sendo assim, será esclarecido e demonstrado a relevância de debater a atividade física escolar e o senso corporal para os leitores.

Observando o cenário, certamente todo estudo tem que ter um aporte científico para ser refletido e estruturado por meios de referência exposta na área por mais que seja uma pesquisa nova, ajudando e sendo um norteador para lapidar o assunto a ser estudado, contribuindo de forma positiva para gerar conclusões acerca da pesquisa.

A citação das principais conclusões a que outros autores chegaram permite salientar a contribuição da pesquisa realizada, demonstrar contradições ou reafirmar comportamentos e atitudes. Tanto a confirmação, em dada comunidade, de resultados obtidos em outra sociedade quanto a enumeração das discrepâncias são de grande importância. (MARCONI E LAKATOS, 2003, p. 225).

7 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Nessa seção iremos abordar e discutir o que foi levantado como documentos norteadores para a pesquisa, além de analisar a contribuição da atividade física, demonstrar a importância para o desenvolvimento do educando e tratar sobre a percepção corporal dos alunos. A partir das pesquisas feitas, pode-se considerar que em se tratando da contribuição da atividade física de maneira geral, levando em relevância e evidenciando como estudo no meio científico e os profissionais da área, as pesquisas mostraram de forma expressiva e significativa o impacto que a atividade física pode causar na vida de um indivíduo principalmente a nível de promoção e prevenção de saúde.

No que se refere a importância de demonstrar a atividade na adolescência foi obtido em estudo, baixo nível de atividade física em estudantes, elevando ainda mais a importância abordada em tópico anterior, além disso e se tratando de uma recomendação adequada para a prática de atividade física na adolescência a OMS ratifica que a frequência de atividade física nessa fase da vida deve ser de pelo menos 60 minutos de atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa, por dia durante a semana, porém vale ressaltar que existem vários fatores que levaram a esse comportamento, sendo importante saber para não generalizar o resultado da pesquisa, pois o estudo se deu apenas com alunos de uma etapa da educação básica, ou seja tudo isso impacta em limitações o qual deve ser consideradas.

Em caso posterior onde foi abordado a percepção corporal foi evidenciado a BNCC ao abordar as práticas corporais como movimento já inserido na cultura como um todo, essa relação e essa convivência com os demais gera interação entre alunos e maximizar ainda mais o aprendizado, porém o professor tem que ser sempre o intermediário dessa convivência sendo sempre justo quando for causar alguma interferência nessa convivência, pois vai depender muito da faixa etária e da autonomia dos alunos.

Em virtude dos fatos mencionados e levando em relevância o objetivo geral da pesquisa, um caminho a ser percorrido para maximizar a prática da atividade física e diminuir a inatividade na adolescência é de fundamental importância o professor de

educação física entender o aspecto extra escolar dos alunos, pois cada indivíduo vem de uma realidade totalmente diferente o qual impacto tanto positivamente como pode também gerar algum desinteresse por parte de outros alunos, apesar de que em uma sala de aula o professor irá lhe dar como diversos educandos é importante levar todos os aspectos e fatores no momento da prática.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa pesquisa foi elaborada com o objetivo de discutir e identificar a importância da atividade física na vida dos educandos nas aulas de Educação Física Escolar, por meio de estudos na área da educação física difundido com isso o conhecimento acerca da relevância que a atividade física e a educação física tem na escola.

Levando em consideração e reafirmando a escolha do tema, o que levou a definir qual tema seria foi a percepção que tive durante todo período de curso, pois vir a refletir e a levei sempre em relevância o aspecto do qual a atividade física e o esporte em si influenciavam, tanto a nível físico como já visto, e esclarecido por diversos autores, quanto a nível social.

Assim, considerando que a atividade física abrange e lida vários aspectos tanto a nível físico quanto mental, e respondendo a pergunta problema da pesquisa onde baseou em quais caminhos e conhecimentos precisam ser buscados para mostrar a importância da atividade física para os educandos?.

Fica claro que é de grande importância e imprescindível a mediação por parte do professor na hora da prática da atividade física, gerando assim um controle e acompanhamento, levando sempre em consideração os aspectos físicos dos alunos e qualquer outro impedimento no momento da prática, outro caminho a ser levado em contemplação é a BNCC, LDB e os PCNs sempre como pilar primordial no momento do planejamento, porém, deve levar em conta o planejamento pedagógico da escola para que o professor não fique limitado ao que está nos documentos norteadores.

Tendo em vista a pesquisa atual, fica claro a relevância e o impacto que a atividade física na vida dos educandos. O que pode tornar uma dificuldade para uma prática errônea é justamente um mal planejamento e uma não intervenção por parte do professor, partindo disso, faz-se necessário um planejamento adequado que leve em consideração os aspectos que pode ser impedimento no momento da prática, apesar da prática nós levar a caminhos diferentes do qual planejamos, é importante ter uma organização prévia para diminuir o impacto de um possível problema.

REFERÊNCIAS

- ARGENTO, Rene Souza Vianello. Benefícios da atividade física na saúde e qualidade de vida do idoso. Monografia]. Disponível em: [http://www. bibliotecadigital. unicamp. br/docume nt](http://www.bibliotecadigital.unicamp.br/document), 2010.
- BÖRJESSON, Mats et al. Atividade física e exercício reduzem a pressão arterial em indivíduos com hipertensão: revisão narrativa de 27 ECRs. *British Journal of Sports Medicine* , v. 50, n. 6, pág. 356-361, 2016.
- CORDEIRO, Alexander Magno et al. Revisão sistemática: uma revisão narrativa. *Rev. Col. Bras. Cir.*, v. 34, n. 6, p. 428-431, 2007.
- DARIDO, Suraya Cristina. A educação física na escola e o processo de formação dos não praticantes de atividade física. *Revista brasileira de educação física e esporte*, v. 18, n. 1, p. 61-80, 2004.
- DOS SANTOS, PAG 3 2015.k
- FERENHOF, Helio Aisenberg; FERNANDES, Roberto Fabiano. Desmistificando a revisão de literatura como base para redação científica: método SSF. *Revista ACB*, v. 21, n. 3, p. 550-563, 2016.
- Fundamentos de metodologia científica 1 Marina de Andrade Marconi, Eva. Maria Lakatos. - 5. ed. - São Paulo : Atlas 2003. Bibliografia. ISBN 85-224-3397-6.
- GODOY, Arlida Schmidt. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. *Revista de administração de empresas*, v. 35, p. 57-63, 1995.
- Guedes, D. P. (1999). Educação para a saúde mediante programas de Educação Física Escolar. *Motriz. Journal of Physical Education. UNESP*, 10-15.
- LDB 9394/96.

Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física/Secretaria de Ensino Fundamental (1º a 4º série) Brasília: MEC/SEF, 1997a. BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental.

Pcn 1997,pág 24.

RICHTER, Leonice Matilde et al. Movimento corporal da criança na educação infantil: expressão, comunicação e interação. 2006.

SILVA, Juliana da et al. Níveis insuficientes de atividade física de adolescentes associados a fatores sociodemográficos, ambientais e escolares. *Ciência & saúde coletiva*, v. 23, p. 4277-4288, 2018.

SIQUEIRA, Fernando Vinholes et al. Aconselhamento para a prática de atividade física como estratégia de educação à saúde. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 25, p. 203-213, 2009.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Termo de Compromisso de Orientação

Eu, _____
matricula _____, aluno do Curso de Educação Física,
Departamento de Educação Física, Centro de Ciências da Saúde, Universidade
Federal de Pernambuco, inscrito no CPF _____
e RG _____ informo que o Prof.

Lotado no Departamento _____, da
_____ será o meu orientador de
Trabalho de Conclusão de Curso. Assumo estar ciente do meu compromisso
e de todas as normas de construção, acompanhamento, apresentação e
entrega do artigo (original ou revisão) e/ou monografia.

Recife, 15 de 06 de 2022.

Assinatura do Orientador

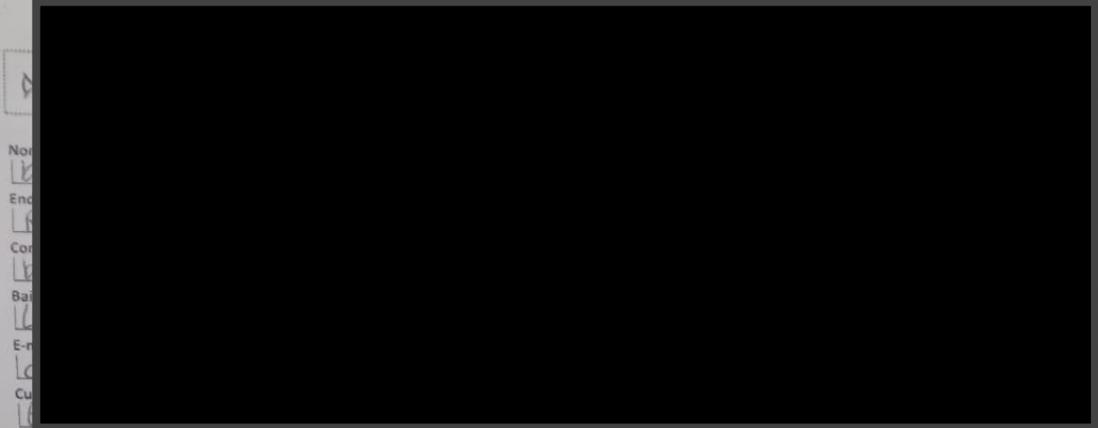
Assinatura do Orientando



Universidade Federal de Pernambuco
Pró-Reitoria para Assuntos Acadêmicos (PROACAD)

Requerimento Geral para assuntos de graduação

() Defiro () Indefiro Em ___/___/___



Nome
End.
Com.
Bairro
E-mail
Curso

Vem Requerer:
À Coordenação da Área e/ou Curso

- Acompanhamento especial
- Declaração de conclusão de curso
- Declaração de horário de aulas
- Declaração de presença a ato escolar
- Conteúdos programáticos
- Autorização para colação de grau em separado
- Cursar componentes curriculares em outra IES
- Dispensa de disciplina
- O que especifica o verso desta folha

A PROACAD

() O que especifica o verso desta folha

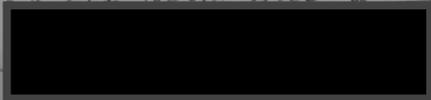
À Coordenação do Corpo Discente

- Certificado de classificação no vestibular
- Currículo pleno do curso
- Declaração de conduta escolar
- Declaração de disciplinas isoladas cursadas
- Declaração de vínculo
- Declaração de monitoria
- Documento inicial para transferência para outra ies
- Documentos pessoais
- Ficha de apresentação anual - FIAP
- Histórico escolar
- Regime de aprovação
- Reconhecimento de curso
- O que especifica o verso desta folha

Com referência à(s) seguinte(s) disciplina(s):

Cód. da disciplina	Nome da Disciplina	Turma/Horário	Ano/Semestre	Departamento

25. NOVEMBRO de 2022





UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Termo de Autorização para Depósito Definitivo Trabalho De Conclusão de
Curso-TCC

F [REDACTED]

_____ do Curso de Educação Física na
Universidade Federal de Pernambuco-UFPE, autorizo o depósito definitivo
de seu trabalho de Conclusão de Curso-TCC intitulado: " A
Relevância da atividade física e o
compreensão corporal do aluno
_____".

TIPO DE TRABALHO: ARTIGO CIENTÍFICO ()

MONOGRAFIA () CURSO: LICENCIATURA ()

BACHARELADO ()

Recife, 23 de NOVEMBRO 2022

[REDACTED]

Assinatura do Orientador

Assinatura do Orientando