



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

DANIELE MARIA DE MOURA

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR DURANTE E PÓS PANDEMIA: uma revisão da
literatura com enfoque no Método Natural de Hébert**

Recife
2023

DANIELE MARIA DE MOURA

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR DURANTE E PÓS PANDEMIA: uma revisão da
literatura com enfoque no Método Natural de Hébert**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Licenciatura em
Educação Física da Universidade Federal
de Pernambuco, como requisito parcial
para a obtenção do título de Licenciada
em Educação Física.

Orientadora: Profa. Me. Débora Priscila Lima de Oliveira.

Recife
2023

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

Moura, Daniele Maria de.

Educação física escolar durante e pós pandemia: uma revisão da literatura com
ênfase no método natural de Hébert / Daniele Maria de Moura. - Recife,
2023.

31 p.

Orientador(a): Débora Priscila Lima de Oliveira

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de
Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde, Educação Física - Licenciatura,
2023.

1. educação física escolar. 2. pandemia. 3. aulas remotas. 4. abordagens
pedagógicas. 5. método natural de Hébert. I. Oliveira, Débora Priscila Lima
de. (Orientação). II. Título.

370 CDD (22.ed.)

DANIELE MARIA DE MOURA

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR DURANTE E PÓS PANDEMIA: uma revisão da
literatura com enfoque no Método Natural de Hébert**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Licenciatura em
Educação Física da Universidade Federal
de Pernambuco, Centro de Ciências da
Saúde, como requisito parcial para a
obtenção do título de Licenciada em
Educação Física.

Aprovada em: 28/09/2023.

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Me. Débora Priscila Lima de Oliveira (Orientadora)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof. Me. Bruno Rafael Simões Costa (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^a Williane de Sales Tôres (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco

AGRADECIMENTOS

Gostaria de expressar meus sinceros agradecimentos a todas as pessoas e instituições que contribuíram de maneira significativa com a minha jornada até aqui. Primeiramente, à minha família, em especial à minha mãe, Severina, que mesmo tendo tido seus direitos aos estudos negados ainda na infância, sempre demonstrou um amor genuíno e inabalável apoio nos momentos mais cruciais. À minha querida irmã, Sandra, pela constante motivação, companheirismo e parceria; ela foi minha maior incentivadora para chegar até esta etapa. Vocês sempre estiveram lá para mim, nos bons e nos maus momentos.

Agradeço profundamente à minha orientadora, Débora Oliveira, pela orientação dedicada e pelas inestimáveis contribuições ao longo deste processo. Sua experiência e infinita paciência foram a luz que iluminou muitos momentos de desafio, tornando-se fundamentais para a conclusão deste trabalho.

Àqueles amigos de infância que construíram a base da pessoa que sou hoje - Fábio, Glayce e Heitor - minha gratidão por uma infância rica e memorável graças a vocês. Aos amigos da Biblioteca do CTG - Margareth, César, Gabriel, Jefferson, Felipe e Vitória -, que compartilharam comigo cafés e muitas conversas, enriquecendo-me com seus conhecimentos e oferecendo palavras de conforto. A presença de vocês foi fundamental no encerramento desta jornada.

Às minhas amigas distantes - Jazmin, Thais, Alexia e Nara -, que, mesmo à distância, continuam a apoiar e incentivar meu crescimento. Vocês foram um verdadeiro refúgio em meio ao caos da pandemia.

Aos amigos e colegas de curso, em especial a Marcelo, que compartilhou comigo desafios, resenhas e conquistas ao longo desta jornada acadêmica. Agradeço pela parceria e apoio mútuo.

Quero estender minha gratidão a todos aqueles que, mesmo não mencionados, contribuíram de alguma forma para a minha chegada até aqui. Seja apoiando ou desafiando meu potencial, todos vocês tiveram um papel importante em minha motivação. Pois, afinal, nem todos os incentivos precisam ser positivos para nos impulsionar.

Por último, mas não menos importante, dedico este trabalho a mim mesma. Em meio a crises depressivas e inúmeros obstáculos, consegui erguer-me. Houve dias em que não conseguia sair da cama, dias sem sono, dias de lágrimas, dias

sombrios e sem esperança. No entanto, estou aqui, continuando a escrever e a narrar minha história.

A todos vocês, minha mais profunda e sincera gratidão. Este trabalho não teria sido possível sem a contribuição de cada um de vocês, independentemente da magnitude dessa contribuição. Em nossos encontros, sempre deixamos algo e levamos algo conosco, e nenhuma dessas conexões passou despercebida.

“A educação, qualquer que seja ela, é sempre uma teoria do conhecimento posta em prática” (FREIRE, 1996).

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo investigar a viabilidade do Método Natural de Hébert (MNH) como estratégia pedagógica para minimizar os efeitos negativos da pandemia da COVID-19 nas aulas de Educação Física escolar. Para essa pesquisa, optou-se pela metodologia de revisão narrativa da literatura, utilizando como base as plataformas Google Acadêmico, SciELO, Periódicos Capes e pesquisas bibliográficas, no período de 2020 a 2023. Os estudos analisados evidenciaram problemáticas decorrentes da pandemia que se refletiram nas aulas de Educação Física, uma vez que houve a necessidade de uma mudança abrupta do seu formato presencial para o remoto sem que houvesse uma preparação adequada para essa transição. Com o retorno ao modelo presencial, observou-se a necessidade de repensar estratégias metodológicas que pudessem atender às novas demandas características desse período pandêmico. Nesse contexto, o Método Natural de Hébert, alinhado a outras abordagens originais da Educação Física escolar, demonstrou ser uma ferramenta bastante eficaz para enfrentar os desafios educacionais decorrentes da pandemia.

Palavras-chave: Educação física escolar; pandemia; aulas remotas; abordagens pedagógicas; Método Natural de Hébert.

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the feasibility of the Natural Hébert Method (NHM) as a pedagogical strategy to minimise the negative effects of the COVID-19 pandemic in school Physical Education classes. For this research, we opted for the narrative literature review methodology, using Google Scholar, SciELO, Periódicos Capes and bibliographic research platforms as a basis, from 2020 to 2023. The studies analyzed showed problems arising from the pandemic that were reflected in Physical Education classes, since there was a need for an abrupt change from its face-to-face format to the remote format without adequate preparation for this transition. With the return to the face-to-face model, there was a need to rethink methodological strategies that could meet the new demands characteristic of this pandemic period. In this context, Hébert's Natural Method, aligned with others original approaches to school physical education, proved to be a very effective tool for dealing with the educational challenges arising from the pandemic.

Keywords: School physical education; Pandemic; Remote classes; Pedagogical approaches; Hébert's Natural Method.

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue investigar la viabilidad del Método Natural Hébert (MNH) como estrategia pedagógica para minimizar los efectos negativos de la pandemia del COVID-19 en las clases de Educación Física escolar. Para esta investigación, optamos por la metodología de revisión narrativa de la literatura, utilizando como base Google Scholar, SciELO, Periódicos Capes y plataformas de investigación bibliográfica, desde 2020 hasta 2023. Los estudios analizados mostraron problemas derivados de la pandemia que se reflejaron en las clases de Educación Física, ya que hubo la necesidad de un cambio abrupto de un formato presencial a uno a distancia sin una preparación adecuada para esta transición. Con el retorno al modelo presencial, hubo la necesidad de repensar estrategias metodológicas que pudieran atender a las nuevas demandas características de este período pandémico. En este contexto, el Método Natural de Hébert, alineado con otros enfoques originales de la Educación Física escolar, se mostró como una herramienta muy eficaz para hacer frente a los desafíos educativos derivados de la pandemia.

Palabras clave: Educación física escolar; pandemia; clases a distancia; enfoques pedagógicos; Método Natural de Hébert.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	11
2	OBJETIVOS	14
2.1	Geral	14
2.1	Específicos	14
3	MÉTODOS	15
3.1	Análise dos dados	16
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	17
4.1	Pandemia da Covid-19	17
4.2	Desafios das aulas remotas na Educação e na Educação Física escolar	18
4.3	Retorno às aulas presenciais	20
4.4	O Método Natural de Hébert: contexto histórico e conceito	22
4.5	O Método Natural de Hébert e Educação Física escolar	25
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	27
	REFERÊNCIAS	28

1 INTRODUÇÃO

Em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarava e caracterizava o surto da doença causada pelo novo coronavírus como uma pandemia. Com isso, o mundo precisou se adequar a um novo modo de vida, em que cada nação criou suas medidas de enfrentamento dessa nova realidade. No Brasil, o Ministério da Saúde declarou situação de emergência em 3 de fevereiro de 2020, marcando o início de uma série de ações para conter a propagação da doença, incluindo campanhas de conscientização, o uso obrigatório de máscaras em locais públicos, a ênfase na higienização das mãos, o fechamento de fronteiras, a suspensão de eventos e a promoção do isolamento social.

As medidas de distanciamento e isolamento social impuseram uma redução significativa no contato físico entre os indivíduos, transformando rapidamente a maneira como nos relacionamos. As pessoas foram aconselhadas a limitar os encontros presenciais, evitando abraços e apertos de mão. Como resultado, houve um aumento substancial no uso de tecnologia, com aplicativos de mensagens, videochamadas e redes sociais se tornando meios essenciais de comunicação à distância.

Um setor particularmente afetado pela pandemia foi a Educação, que, assim como as demais áreas, precisou se adequar à nova realidade. Em março de 2020, o Ministério da Educação (MEC) autorizou, por meio da portaria nº 343, a substituição das aulas presenciais por aulas remotas. Essa medida foi tomada em caráter de urgência, na tentativa de manter a continuidade do processo de ensino e minimizar os prejuízos. Ao analisar esse novo cenário, Alves (2020) previu consequências negativas para a relação estudante- escola-professor, estimando um déficit no próprio desenvolvimento pessoal desses atores educacionais.

Outros estudos, como o de Do Nascimento *et al.* (2021), que identificou possíveis efeitos do distanciamento social para o desenvolvimento cognitivo infantil, destacam que esse tipo de isolamento pode repercutir em possíveis transtornos psiquiátricos, transtornos de desenvolvimento e problemas de aprendizagem, sobretudo quando as necessidades específicas dessa faixa etária não são devidamente atendidas. Além disso, é crucial ressaltar as complexidades enfrentadas pelos professores ao adaptarem seus métodos de ensino à nova realidade, levando em consideração aspectos estruturais como espaço físico e

disponibilidade de recursos. Isso se torna ainda mais evidente no contexto dos professores de Educação Física, cuja disciplina é predominantemente de práticas corporais.

No estudo feito por Oliveira *et al.* (2021), que fala sobre as implicações das aulas remotas, foi observado uma crescente necessidade de elaborar e integrar atividades que levassem em conta a individualidade de cada aluno, independentemente de sua disponibilidade de ferramentas e equipamentos. Associados a isso, as condições socioeconômicas, de espaço, e a própria falta de acesso à internet interferiram, direta ou indiretamente, no pleno exercício das atividades educacionais e no seu processo de ensino-aprendizagem.

Para a disciplina de Educação Física, esses desafios se estenderam até o retorno das aulas presenciais, onde puderam ser identificadas, com mais precisão, as consequências desse período de pandemia. Com isso, após analisar esse novo cenário, ficou evidente a necessidade de encontrar métodos e estratégias pedagógicas que pudessem auxiliar os professores de educação física em suas intervenções e, principalmente, ajudar a minimizar os impactos causados pela pandemia.

Dessa forma, a pesquisa se justifica pela necessidade de identificar e compreender os desafios enfrentados pela Educação Física escolar durante e após a pandemia de COVID-19. Diante do cenário de suspensão das aulas presenciais e das restrições do distanciamento social, que afetaram o ensino e a prática de atividades físicas nas escolas, torna-se fundamental investigar a adaptação da Educação Física para atender às necessidades dos estudantes no pós-pandemia. A partir, vimos como possibilidade a utilização do Método Natural de Hébert como ferramenta de intervenção, uma vez que, até a elaboração deste trabalho, não foram identificados estudos que o considerassem como uma estratégia viável dentro do contexto em questão. O Método Natural enfatiza a prática de habilidades fundamentais e a sua aplicação em diferentes contextos, além de estimular a aproximação da relação do homem com a natureza, fator a ser considerado devido ao período de aproximadamente dois anos de isolamento que a sociedade precisou se manter devido à pandemia. “A natureza, em sua obra, é pródiga não apenas para as curas, mas também para procedimentos educativos e divertimentos que, deliberadamente, afastam-se das cidades” (Soares, 2015, p. 156).

Sendo assim, a pesquisa contribuirá para a formulação de estratégias que aprimorem a qualidade do ensino de Educação Física nas escolas, explorando o Método Natural de Hébert como ferramenta pedagógica dentro das aulas presenciais, a fim de minimizar os impactos gerados durante a pandemia, garantindo o desenvolvimento contínuo e integral dos alunos, e cumprindo com o que consta como direito na Constituição brasileira: A educação é um direito de todos e dever do Estado e da família, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho (Brasil, 1988, art. 205, § 1º).

2 OBJETIVOS

2.1 Geral

O presente estudo tem como objetivo investigar a viabilidade do Método Natural de Hébert (MNH) como estratégia pedagógica para minimizar os efeitos negativos da pandemia da COVID-19 nas aulas de Educação Física escolar.

2.1 Específicos

- Apresentar os principais impactos pedagógicos causados pelo distanciamento social nos escolares de Educação Física durante a pandemia;
- Abordar as aplicações do Método Natural de Hébert nas aulas de Educação Física;
- Associar o Método de Hébert a uma abordagem pedagógica da Educação Física escolar.

3 MÉTODOS

Este estudo caracteriza-se como uma revisão narrativa da literatura, que, segundo Carvalho (2021), "a pesquisa narrativa é entendida como um texto falado ou escrito, dando conta de um evento/ação ou série de eventos/ações, conectados cronologicamente". O objetivo é responder à seguinte pergunta norteadora: O Método Natural de Hébert é uma alternativa a fim de minimizar os efeitos negativos da Pandemia da Covid-19 identificados nas aulas de Educação Física escolar?

Para responder à pergunta condutora, foram realizadas buscas nas bases de dados eletrônicas Scielo, Periódicos Capes, Google Acadêmico e livros entre o período de março de 2022 a agosto de 2023.

A estratégia de busca utilizou de descritores controlados e não controlados, na língua portuguesa e espanhola. Foram usadas as seguintes combinações em português: *Educação Física Escolar, Pandemia, Aulas Remotas, Abordagens Pedagógicas e Método Natural de Hébert*. Já em espanhol, recorreu-se a: *Educación Física Escolar, Pandemia, Clases Remotas, Enfoques Pedagógicos y Método Natural de Hébert*. Além das palavras-chave/descriptores foram utilizados os operadores booleanos AND e OR.

Os critérios de inclusão para seleção dos artigos foram os seguintes:

- Artigos completos, originais, que envolvessem a temática;
- Estudos de revisão;
- Disponíveis na íntegra.

Além disso, não houve restrição de idiomas ou período. Foram incluídos especificamente estudos relacionados ao Método Natural de Georges Hébert. Os artigos selecionados, abordando a temática da pandemia e pós-pandemia, foram publicados no período de 2020 a 2023. Foram excluídos da pesquisa:

- Artigos cujo os estudos não foram feitos com humanos;
- Estudos que não dialogam com os conteúdos da temática;
- Pesquisas que não disponibilizam informações suficientes para a análise crítica, como falta de metodologia detalhada ou resultados.

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, alguns artigos com a temática foram selecionados para revisão. Vale ressaltar, também, que este estudo iniciou em meio a pandemia e seguiu até o seu término ser decretado, necessitando de ajustes metodológicos ao longo do processo.

3.1 Análise dos dados

Os dados coletados foram analisados de forma qualitativa, por meio da técnica de análise de conteúdo. A análise foi realizada de forma independente por dois pesquisadores, com posterior discussão dos resultados.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Esta seção apresenta os resultados e discussões da pesquisa, que serão subdivididos em cinco subseções. O objetivo da pesquisa foi revisar e sintetizar o Método Natural de Hébert como estratégia pedagógica para diminuir os impactos causados pelo distanciamento social durante a pandemia do COVID-19 nas aulas de Educação Física escolar. A seguir, apresentamos os resultados que demonstraram uma inclinação positiva em relação à adoção do Método Natural, discutindo-os à luz da literatura relevante.

4.1 Pandemia da Covid-19

A pandemia da COVID-19 teve origem em dezembro de 2019, quando os primeiros casos de uma síndrome respiratória aguda grave (SARS) foram identificados em Wuhan, província de Hubei, na China. A COVID-19, doença respiratória provocada pelo SARS-CoV-2, pertence ao grupo de vírus chamado betacoronavírus, que também inclui outros vírus causadores de doenças respiratórias em humanos, como o SARS-CoV (responsável pela epidemia de SARS em 2003) e o MERS-CoV (que causou a epidemia de MERS em 2012 no Oriente Médio). O principal modo de transmissão envolve gotículas expelidas por indivíduos contaminados, seja por meio de tosse, espirro ou fala. Além disso, a transmissão também pode ocorrer por contato com superfícies contaminadas, embora seja menos comum. Os sintomas da COVID-19 variam de leves, como febre, tosse, fadiga e dores musculares, a graves, incluindo pneumonia, insuficiência respiratória e, em casos extremos, morte.

Para conter o avanço da doença, diversas medidas foram implementadas, incluindo o uso de máscaras, higienização das mãos e objetos e o distanciamento social. Ainda assim, o vírus espalhou-se rapidamente entre as pessoas e logo atingiu uma dimensão global. No entanto, foi somente em março de 2020 que a Organização Mundial da Saúde (OMS) oficialmente classificou a COVID-19 como uma pandemia. No Brasil, segundo um levantamento feito pelo Ministério da Saúde, mais de 700 mil pessoas morreram devido às complicações da COVID-19, cujo desfecho foi declarado em maio de 2023, mais de três anos após os primeiros casos terem surgido.

4.2 Desafios das aulas remotas na Educação e na Educação Física escolar

Inicialmente, o Brasil adotou as recomendações vindas da OMS e também criou suas próprias ações de enfrentamento perante a pandemia. Todas as ações foram geradas com o intuito de reforçar o distanciamento social, evitando a propagação do vírus. Uma das primeiras medidas adotadas foi a suspensão das aulas presenciais nas escolas e universidades, em que logo após, foi autorizada a substituição por aulas remotas, a fim de dar continuidade ao processo de ensino no país.

Como essa medida foi adotada em caráter emergencial, não houve uma análise prévia de suas implicações. Os professores foram desafiados a adaptar rapidamente suas formas de ensinar, enfrentando dificuldades como manter a atenção dos alunos virtualmente, a escassez de recursos materiais e espaços físicos não favoráveis à aprendizagem, entre outras questões. Portanto, era de se imaginar que a interação entre alunos e professores também poderia ser afetada, uma vez que as aulas remotas não permitiram o mesmo nível de estrutura que geralmente é encontrado em um ambiente presencial.

Além do desafio de adaptar as aulas ao novo cenário, os professores também tiveram que se capacitar para usufruir de suas novas ferramentas de trabalho. No entanto, os resultados de várias pesquisas indicam que muitos professores não receberam o treinamento adequado para se ajustarem às aulas remotas. Em um estudo realizado por Sousa (2021) no estado do Piauí, constatou-se que 59,8% dos professores, tanto da rede pública quanto da rede particular, não receberam capacitação para ministrar aulas nesse novo formato. A nível nacional, o estudo conduzido por Gonçalves e Guimarães (2020) revelou que 53,6% dos docentes da rede pública de ensino no Brasil não se sentiam preparados para ministrar aulas não presenciais. Esses dados demonstram que uma parcela significativa dos professores enfrentou desafios ao lidar com o modelo remoto de ensino desde a sua implementação.

Outro desafio enfrentado foi a desigualdade de acesso à educação. Muitos alunos em vulnerabilidade socioeconômica foram prejudicados pela falta de recursos tecnológicos. De acordo com um levantamento realizado pela PNAD (Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua) em 2021, cerca de 7,1 milhões de domicílios no país não possuem acesso à internet. Desses, 27,1% dos moradores

não a acessam devido à falta de conhecimento sobre o uso da tecnologia, o que reforça a informação passada anteriormente, de que a educação, que já possuía questões de enfrentamento a serem trabalhadas antes mesmo da pandemia, teve que lidar com novas demandas no seu processo de ensino-aprendizagem.

Todas as questões mencionadas até este ponto corroboram o estudo de Cardoso *et al.* (2020), que já previa impactos bastante significativos:

Impactos do período de pandemia na educação serão sentidos a curto e a longo prazo, como evasão escolar, defasagem de desempenho, reprovação e baixa autoestima dos alunos. A médio e longo prazo é provável que os níveis de qualidade educacional retroajam e a disparidade entre as médias verificadas em avaliações externas aumentem em relação à determinadas regiões e estratos sociais. Também é possível que as metas previstas no PNE sejam impactadas, dificultando que sejam atingidas no tempo pré-determinado. (Cardoso *et al.*, 2020, p.42).

Ao analisar a questão de forma mais específica, destacamos que a Educação Física escolar foi uma das disciplinas mais impactadas durante a pandemia. Tradicionalmente caracterizada por práticas corporais e de movimento, com a necessidade de um espaço físico próprio para sua realização, como quadras, campos, pátios e outros, a disciplina teve que passar por modificações drásticas para que seu conteúdo pudesse ser continuamente transmitido aos alunos. Assim, as aulas de Educação Física no formato virtual se tornaram um verdadeiro desafio para os professores. Além da situação adversa e imprevista, a falta de interação interpessoal devido à necessidade do distanciamento social, o afastamento dos ambientes específicos da disciplina e a repentina invasão dos lares por meio do ensino remoto também foram fatores que colocaram em risco a qualidade da aprendizagem.

Conforme ressaltado por Machado e colaboradores (2021), os conhecimentos trabalhados pela Educação Física são compostos por três elementos: conceituais, corporais e atitudinais. Os conhecimentos atitudinais são caracterizados pela interação entre os indivíduos, portanto, a falta de contato interpessoal enfraquece o desenvolvimento desse elemento. Mesmo diante da necessidade de distanciamento social, as ações adotadas pelos professores no início da pandemia tinham como objetivo manter a qualidade do ensino desses conhecimentos, por meio de

adaptações realizadas em suas aulas, visando dar continuidade ao ano letivo sem prejuízos significativos ao calendário acadêmico. No entanto, como essas medidas foram adotadas em caráter emergencial, não se tinha certeza quanto à sua efetividade e os seus impactos no desenvolvimento dos alunos com o decorrer do tempo.

Já nos primeiros meses de ensino remoto, os professores puderam vivenciar as implicações desse novo modelo de ensino e relatar seus maiores desafios, como evidenciado no estudo conduzido por Godoi *et al.* (2020):

No que tange aos desafios enfrentados pelos professores, eles destacaram: lidar com sentimentos de medo, angústia, ansiedadee [sic] a necessidade de se superarem relação a nova forma de ensino; a adaptação para as aulas online e o domínio das ferramentas tecnológicas para o ensino; a inibição dos alunos em não abrir as câmeras nas aulas online; a dificuldade em encontrar atividades adequadas para o ensino remoto; a dificuldade de avaliar e de darfeedback [sic] para os alunos; saber lidar com as reclamações e falta de apoio de algumas famílias. (Godoi *et al.*, 2020, p.98).

A duração do ensino remoto emergencial no Brasil durante a pandemia variou de acordo com o estado e o município. Entretanto, foi em julho de 2021 que o MEC determinou o retorno das aulas presenciais na educação básica, lançando o “Guia de Implementação de Protocolos de Retorno das Atividades Presenciais nas Escolas de Educação Básica”, que fornecia orientações quanto aos protocolos sanitários para garantir a segurança de alunos, professores e funcionários.

4.3 Retorno às aulas presenciais

Dado o contexto apresentado, era de se esperar que, assim como os professores tiveram que se reinventar durante o período de aulas online, o retorno ao formato presencial também exigisse um esforço significativo e uma capacidade de adaptação semelhante. Consequentemente, a transição para as aulas presenciais necessitou de uma consonância com as orientações nacionais e/ou estaduais de saúde, incluindo medidas como o uso de máscaras, a prática regular de higienização das mãos, assim como o emprego de álcool em gel, a adoção de distanciamento físico e a vigilância constante dos sintomas.

Os estudantes retornaram gradualmente às aulas, adotando um sistema de revezamento com o propósito de evitar superlotação e garantir a segurança. Com isso, os primeiros encontros ocorreram, permitindo observar mais de perto os impactos causados pela pandemia. No estudo realizado por Neuenfeldt *et al.* (2022) acerca do retorno ao ensino presencial e das dificuldades percebidas, os professores de Educação Física entrevistados identificaram uma redução na aptidão física dos alunos e reconheceram a necessidade de estimular a interação social, sendo este mais um ponto em déficit.

Diante disso, para os professores ficou clara a necessidade de repensar a Educação Física nesse novo cenário, assim como enfatiza Neuenfeldt *et al.* (2022):

A pandemia sinaliza a importância de discutir o papel da EF na escola, o seu compromisso de criar um contexto de experimentação da diversidade das práticas corporais, de construir saberes que se dão no corpo e a sua responsabilidade na formação de alunos críticos do seu contexto social, tendo em vista a transformação social (Neuenfeldt *et al.*, 2022, p.15).

Essas questões foram observadas por diferentes profissionais, de diferentes disciplinas e até mesmo pelos profissionais em formação, como foi no caso da minha própria experiência durante o estágio supervisionado, realizado logo após o retorno às aulas presenciais. Durante o desenvolvimento do estágio, um desafio identificado desde o início foi a dificuldade nas relações interpessoais entre os alunos da turma que acompanhei. A turma em questão havia iniciado sua jornada no ensino fundamental de forma remota e teve seus primeiros contatos presenciais apenas quando a escola retomou as atividades presenciais. Frequentemente, enfrentava pequenos conflitos durante as atividades propostas, resultando em interrupções constantes das aulas. Ao percebermos esses atritos, começamos a rever as atividades a serem realizadas, a abordagem utilizada e a questionar as razões por trás disso.

Diante desse desafio, decidimos testar os recursos que tínhamos naquele momento, com o intuito de gerar uma resposta positiva ao problema encontrado. Modificamos o planejamento original das aulas, adaptando uma delas a uma abordagem inteiramente baseada em atividades que seguiam o modelo tradicional tecnicista, com instruções voltadas predominantemente para o desenvolvimento de

habilidades motoras e técnicas. Essa abordagem ia contra aquilo que considerávamos mais adequado para o trabalho em sala de aula, mas decidimos testá-la. Como Castellani Filho (1988) apontou, esse modelo é alvo de críticas devido à sua ênfase na formação que carece de pensamento crítico, concentrando-se sobretudo no desenvolvimento de habilidades técnicas e profissionais, negligenciando aspectos cruciais do desenvolvimento humano, como os cognitivos, sociais e afetivos, o que pode resultar em transtornos em várias áreas da vida cotidiana.

No entanto, após testar essa nova abordagem, os resultados surpreenderam, uma vez que, ao contrário das aulas anteriores, não ocorreram interrupções devido a conflitos. Adicionalmente, de acordo com o feedback dos alunos, a aula foi considerada uma das mais prazerosas devido ao significativo esforço físico envolvido. Diante desse retorno, essa experiência me trouxe a necessidade de refletirmos nossas próprias abordagens em sala de aula, levando em consideração essa nova realidade do pós-pandemia, com consequências ainda em descobrimento.

As inquietações e a necessidade de atender às demandas decorrentes do período pandêmico levaram aos seguintes questionamentos: Qual abordagem pedagógica representa a solução mais eficaz para enfrentar os impactos da pandemia? Será viável a utilização de métodos pouco explorados no contexto brasileiro como estratégia de intervenção? Diante dessas indagações, considerando que não existe uma fórmula pronta, mas sim a possibilidade de experimentar, foi concebido o Método Natural de Hébert como uma sugestão de estratégia de intervenção com o propósito de minimizar as consequências decorrentes da pandemia.

4.4 O Método Natural de Hébert: contexto histórico e conceito

O Método Natural de Hébert (MNH), conhecido também como *Méthode Naturelle*, é um método ginástico caracterizado por um sistema de treinamento físico e mental que busca desenvolver habilidades naturais e funcionais de movimento. Criado pelo oficial naval francês Georges Hébert (1875-1957), o método é composto por “uma série de 10 grupos de exercícios: 1- marcha; 2- corrida; 3- salto; 4- quadrupedia; 5- trepar; 6- equilíbrio; 7- lançamentos; 8- transporte; 9- defesa; 10-

natação” (Soares, 2003, p. 27). Essas habilidades físicas são trabalhadas através de exercícios combinados e progressivos, o praticante é desafiado a aumentar sua capacidade física e seus limites de forma gradual e controlada, utilizando sempre áreas abertas, o reaproximando da natureza.

Além do desenvolvimento das capacidades físicas, o método também enfatiza a cooperação e traz a possibilidade de adaptações:

Hebért explorou ainda as possibilidades de execução de exercícios com ou sem o uso aparelhos e, evidentemente, a interação com a natureza ganhou destaque nessa obra. O trabalho coletivo exaltava o altruísmo, pois, feito em grupos, trios ou duplas, reproduzia resgates e salvamentos. Os exercícios respiratórios, os jogos, os esportes e os trabalhos manuais também estavam presentes no âmbito dessa sistematização. (Jubé, 2020, p. 6)

De acordo com Jubé e Quitizau (2019), Georges Hébert iniciou sua carreira na Marinha aos 18 anos e aos 20 anos começou a velejar. Durante as diversas expedições marítimas, ele teve contato com povos nativos de colônias francesas, que deixaram uma forte impressão em razão de seus corpos atléticos desenvolvidos através de suas atividades diárias. Essa observação marcou Hébert de tal forma que, posteriormente, desempenhou um papel significativo na criação de seu método, o Método Natural. Outro evento que também impulsionou a criação desse método foi a erupção de um vulcão. “Na ocasião, dirigiu a operação de salvamento às vítimas desse desastre — que matou mais de 30 mil pessoas na capital da Martinica — e, assim, teria percebido a lacuna que existiria na formação da juventude frente à uma situação de catástrofe, ou mesmo de guerra.” (Jubé e Quitizau, 2019, p. 7).

Para Hébert, a natureza era uma fonte de inspiração, onde buscava reverter o afastamento das habilidades naturais inatas em favor de uma abordagem mais holística e funcional para o condicionamento físico, que levasse em consideração a nossa conexão com o mundo natural e a capacidade de adaptar-se a ele. Para Soares:

Não há dúvida de que a obra de Hébert contribui para pensar formas de prevenir e curar, uma vez que o corpo individual e coletivo é tocado pelas suas proposições bastante simples e que se valem do que estaria, em tese, ao alcance de todos: o sol, o ar, a água, os banhos, a atividade no lugar do repouso (Soares, 2015, p.156).

O estudo de Dalben e Soares (2011) lança luz sobre a vida urbana na cidade de São Paulo na década de 1940 e como essa urbanização acelerada afetou adversamente a saúde física e mental da população. Como resultado, surgiu um crescente interesse em utilizar a natureza como um recurso para a revitalização física e mental das pessoas. Viagens para montanhas, praias e áreas rurais começaram a ser prescritas por médicos como uma necessidade para escapar do cansaço provocado pelo ritmo frenético da cidade. Durante esse período de afastamento urbano, terapias como a helioterapia (banho de sol), hidroterapia (banho de mar) e atividades esportivas realizadas em colônias de férias infantis ganharam destaque.

Estas informações reforçam a visão de Hébert sobre a capacidade da natureza em promover saúde e cura. Inspirado por Rousseau, ele acreditava que povos nativos, que viviam em harmonia com a natureza, eram mais saudáveis e fortes do que os povos "civilizados". Este seu pensamento representa uma crítica à vida moderna, que ele próprio percebia como opressora e limitadora do potencial físico humano.

Hébert, após suas experiências a bordo de um veleiro, ingressou na Escola de Ginástica e Esgrima, ainda à frente da Marinha. Enquanto esteve nessa escola, Hébert publicou alguns folhetos e treinou dezenas de homens da Escola de Fuzileiros, utilizando o método que estava em desenvolvimento e que posteriormente levaria o seu próprio nome. Atualmente, a abordagem de Hébert tem influência em diferentes sistemas de treinamento, como por exemplo o parkour, que segundo Stramandinoli *et al.* (2012), talvez não tivesse existido se antes não houvesse a existência do Método Natural de Georges Hébert. Na Educação Física, sua influência perpassa décadas e continua forte em seu país de origem. No Brasil, o Método Natural encontrou solo propício durante uma época em que se promovia a prática de atividades físicas ao ar livre. No entanto, devido à sua disseminação limitada, ainda permanece pouco conhecido entre o público em geral, como ressalta o estudo feito por Jubé:

Por fim, é preciso frisar que, na França, não houve uma interrupção significativa nos estudos sobre o Método Natural, diferentemente do Brasil, onde após 1945 se percebe uma considerável diminuição da discussão dos

métodos ginásticos em função dos debates sobre o esporte. (Jubé, 2020, p. 8)

Apesar disso, alguns pesquisadores, como Carmen Lúcia Soares e Carolina Nascimento Jubé, continuaram a destacar essa abordagem como algo relevante dentro do nosso contexto de vida urbana, evidenciando seus princípios e reforçando a sua utilização dentro de uma educação que valoriza a conexão com a natureza.

4.5 O Método Natural de Hébert e a Educação Física escolar

Por se tratar de um método ginástico e a Ginástica ser um conteúdo obrigatório nas aulas de Educação Física, de acordo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) de 2017, é possível que os alunos tenham, pelo menos, ouvido falar sobre o Método Natural. No entanto, do ponto de vista acadêmico, as pesquisas nas bases de dados resultaram em uma baixa disponibilidade de material sobre o MNH dentro do contexto escolar, o que nos leva a crer que ele é pouco utilizado nesse ambiente.

Dessa forma, retornamos à pergunta norteadora da pesquisa: O Método Natural de Hébert é uma alternativa a fim de minimizar os efeitos negativos da Pandemia da Covid-19 identificados nas aulas de Educação Física escolar?

Conforme já destacado neste estudo, muitos dos desafios enfrentados pelos professores estavam relacionados às dificuldades nas relações interpessoais e na aptidão física dos alunos. Essas questões podem ser abordadas com eficácia pelo Método Natural devido ao seu estímulo a atividades coletivas, que, por sua vez, podem melhorar essas relações, bem como ao seu conjunto de exercícios específicos, direcionados para a melhoria da aptidão física deficitária.

Levando para as práticas em sala de aula, os professores têm várias maneiras de incorporar a abordagem de Hébert. Isso inclui seu uso no aquecimento para os exercícios físicos, no treinamento para modalidades esportivas, nas modalidades de ginástica, nas práticas ao ar livre, nas atividades de jogos e brincadeiras, entre outras possibilidades. Além disso, devido ao seu enfoque na relação do homem com a natureza, esse método também pode ser trabalhado dentro um tópico obrigatório estabelecido pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC): a educação ambiental. A BNCC, apoiada na resolução Resolução nº 02, de 15 de junho de 2012, que estabelece Diretrizes Curriculares Nacionais para o ensino

da Educação Ambiental, direciona a temática do meio ambiente para que seja abordada em sala de aula.

Adicionalmente, o Método de Hébert, quando combinado com outras abordagens pedagógicas da Educação Física escolar, como a crítico-superadora, se revela uma poderosa ferramenta para enfrentar os desafios trazidos pela pandemia. “A proposta crítico-superadora utiliza o discurso da justiça social como ponto de apoio e é baseada no marxismo e neo-marxismo, tendo recebido na Educação Física grande influência dos educadores José Libâneo e Dermeval Saviani” (Darido, 2012). Ela propõe uma Educação Física escolar crítica, reflexiva e transformadora, priorizando a cultura corporal e colocando o aluno no centro do processo de ensino-aprendizagem. Isso cria um ambiente que vai além do ensino de atividades físicas, com o propósito de formar cidadãos críticos, conscientes e ativos, que compreendam as dimensões sociais e políticas. Além disso, busca empoderar os alunos a se tornarem agentes de mudança em relação a si próprios e à sociedade em geral, o que se alinha perfeitamente com o MNH, quando este questiona a vida moderna e o afastamento do homem em relação à natureza.

Ainda que distintos, o Método Natural de Hébert pode ser adaptado para se alinhar com os princípios da abordagem crítico-superadora da Educação Física, criando um ambiente educacional abrangente, promovendo o desenvolvimento integral dos estudantes, o que reforça a ideia da sua utilização como estratégia de intervenção para enfrentar os desafios decorrentes da pandemia.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa abordou a análise do Método Natural de Hébert como uma estratégia pedagógica para mitigar os efeitos negativos causados à Educação Física escolar durante a pandemia da COVID-19. Ao longo deste estudo, conseguimos identificar algumas das complexas questões que impactaram professores, alunos e a qualidade do ensino, tanto no contexto das aulas remotas quanto na transição para as aulas presenciais.

Frente a essa realidade, o Método Natural de Hébert se mostrou uma sugestão bastante promissora ao se alinhar com a necessidade de promover a aptidão física e a interação social, problemáticas bastante relatadas pelos professores de Educação Física. Este método não apenas sublinha a importância de utilizar a natureza como um meio para resgatar nossas capacidades naturais, mas também como uma fonte de cura e bem-estar.

No entanto, é importante ressaltar que a implementação bem-sucedida desse método requer planejamento cuidadoso, adaptação às necessidades dos alunos e o apoio de abordagens pedagógicas complementares. Portanto, recomenda-se que pesquisas futuras explorem mais profundamente as implicações da pandemia dentro da Educação Física escolar e a aplicação prática do Método Natural de Hébert a longo prazo. Acreditamos que essa pesquisa pode contribuir significativamente para enfrentar os desafios educacionais decorrentes da pandemia e promover uma educação mais completa e envolvente.

REFERÊNCIAS

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Acesso à internet e à televisão e posse de telefone móvel celular para uso pessoal 2021**. Rio de Janeiro: IBGE, 2022. 115 p. Disponível em: https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101963_informativo.pdf. Acesso em: 15 out. 2023.

ALVES, Lynn *et al.* Educação remota: entre a ilusão e a realidade. **Interfaces Científicas-Educação**, Sergipe, v. 8, n. 3, p. 348-365, 2020. Disponível em: <https://periodicosgrupotiradentes.emnuvens.com.br/educacao/article/view/9251>. Acesso em: 03 mai. 2022.

ARANTES, Ana Cristina. A história da educação física escolar no Brasil. **Revista Digital**, Buenos Aires, v. 13, n. 124, p. 1-15, set. 2008. Disponível em: <https://encr.pw/reRaw>. Acesso em: 15 out. 2023.

BRASIL. [Constituição (1988)]. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Senado Federal, 2022. Disponível em: <https://portal.stf.jus.br/constituicao-supremo/artigo.asp?abrirBase=CF&abrirArtigo=205>. Acesso em: 26 mai. 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular: Educação Física. Educação é a Base. Brasília: MEC, 2017.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação; Conselho Pleno. Resolução nº 2, de 15 de junho de 2012. Estabelece as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Ambiental. Diário Oficial da União, Brasília, 18 de junho de 2012, Seção 1, p. 70. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/rcp002_12.pdf. Acesso em: 1 set. 2023.

BRASIL. Portal Do Governo Federal. **MEC recomenda volta às aulas presenciais**. Brasília, DF, 29 jul. 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/noticias/educacao-e-pesquisa/2021/07/mec-recomenda-volta-as-aulas-presenciais>. Acesso em: 10 set. 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. **Portaria nº 343**. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19. Brasília, DF, 2020. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/portaria/prt/portaria%20n%C2%BA%20343-20-mec.htm. Acesso em: 26 mai. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. COVID-19. 2023-07-20. Disponível em: https://infoms.saude.gov.br/extensions/covid-19_html/covid-19_html.html. Acesso em: 10 set. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 188**. Declara Emergência em Saúde Pública de importância Nacional (ESPIN) em decorrência da Infecção Humana pelo novo Coronavírus (2019-nCoV). Brasília, DF, 2020. Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2020/prt0188_04_02_2020.html. Acesso em: 19 mai. 2023.

CARDOSO, Cristiane Alves; FERREIRA, Valdivina Alves; BARBOSA, Fabiana Carla Gomes. (Des) igualdade de acesso à educação em tempos de pandemia: uma análise do acesso às tecnologias e das alternativas de ensino remoto. **Revista Com Censo: Estudos Educacionais do Distrito Federal**, Brasília - DF, v. 7, n. 3, p. 38-46, 2020. Disponível em: <https://periodicos.se.df.gov.br/index.php/comcenso/article/view/929>. Acesso em: 22 ago. 2023.

CARVALHO, Tássio Mascarenhas; DA SILVA, Cristiane Rodrigues; BIANCHI, Eliane Maria Pires Giavina. Análise Crítica da Pesquisa Narrativa. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 8, p. e54510817743-e54510817743, 2021. Disponível em: <file:///C:/Users/juhms/Downloads/17743-Article-218930-1-10-20210709.pdf>. Acesso em: 1 set. 2023.

CASTELLANI FILHO, Lino. **Educação Física no Brasil: a história que não se conta**. São Paulo: Papirus Editora, 1988. Disponível em: <https://doceru.com/doc/88cc0sx>. Acesso em: 1 set. 2023.

DALBEN, André; SOARES, Carmen Lúcia. Uma educação pela natureza: vida ao ar livre e métodos terapêuticos nas colônias de férias infantis do Estado de São Paulo (1940). **Pro-Posições**, São Paulo, v. 22, p. 167-182, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pp/a/8dk9MfCxKYQhxKY7GrBwPLz/>. Acesso em: 27 ago. 2023.

DARIDO, Suraya Cristina. Diferentes concepções sobre o papel da educação física na escola. **Cadernos de Formação: Conteúdos e Didática de Educação Física**, São Paulo, v. 1, p. 34-50, 2012. Disponível em: <https://ury1.com/0adDt>. Acesso em: 1 set. 2023.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 74. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996. 144 p.

GODOI, Marcos; KAWASHIMA, Larissa Beraldo; DE ALMEIDA GOMES, Luciane. “Temos que nos reinventar”: os professores e o ensino da educação física durante a pandemia de COVID-19. **Dialogia**, São Paulo, n. 36, p. 86-101, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5585/dialogia.n36.18659>. Acesso em: 10 out. 2023.

GONÇALVES, Gustavo Bruno Bicalho; GUIMARÃES, Jane Mary de Medeiros. Aulas remotas, escolas vazias. **Revista Retratos da Escola**, Brasília - DF, v. 14, n. 30, 2020. Disponível em: <file:///C:/Users/juhms/Downloads/1203-4245-2-PB.pdf>. Acesso em: 25 ago. 2023.

GOV.BR. OMS classifica coronavírus como pandemia, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/noticias/saude-e-vigilancia-sanitaria/2020/03/oms-classifica-coronavirus-como-pandemia>. Acesso em: 19 mai. 2023.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Acesso à internet e à televisão e posse de telefone móvel celular para uso pessoal 2021**. Rio de Janeiro: IBGE, 2022. 115 p. Disponível em: https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101963_informativo.pdf. Acesso em: 12 set. 2023.

JUBÉ, Carolina Nascimento. Método Natural de Georges Hébert: princípios e primeiras influências (1905-1914). **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, [S. l.], v. 42, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/QLDP5pT7Gh6Y5QJSPSSWkVK/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 18 set. 2023.

JUBÉ, Carolina Nascimento; QUITZAU, Evelise Amgarten. Georges Hébert e a legitimação do esporte no Brasil: notas a partir da imprensa (1920-1930). **Motrivivência**, Santa Catarina, v. 31, n. 57, 2019. Disponível em: http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S2175-80422019000100001&script=sci_arttext. Acesso em: 30 jul. 2023.

MACHADO, Roseli Belmonte *et al.* Educação física escolar em tempos de distanciamento social: panorama, desafios e enfrentamentos curriculares. **Movimento**, Rio Grande do Sul, v. 26, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/mov/a/6y48CqX6XhtKmg6vQ5MYDqz/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 22 ago. 2023.

NASCIMENTO, Jarezia Barreto *et al.* O DESENVOLVIMENTO DA COGNIÇÃO INFANTIL: EFEITOS DO DISTANCIAMENTO SOCIAL. **Gep News**, Alagoas, v. 5, n. 1, p. 487-492, 2021. Disponível em: <https://www.seer.ufal.br/index.php/gepnews/article/view/12958>. Acesso em: 24 mai. 2022.

NEUENFELDT, Derli Juliano; OLIVEIRA, Elzanira Sousa de; BAUMGARTEN, Macgregor. Educação física escolar: desafios, superação e retorno às aulas presenciais. **Linhas Críticas**, Brasília - DF, v. 28, 2022. Disponível em: http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S1981-04312022000100136&script=sci_arttext. Acesso em: 30 ago. 2023.

OLIVEIRA, Achilles Alves; SCHOLZE, Sara. Movimento, criação e expressão em tempos de pandemia: reflexões sobre o ensino de Educação Física e Artes nos anos iniciais do Ensino Fundamental. **Olhar de Professor**, Ponta Grossa, v. 24, p. 1-8, 2021. Disponível em: <https://revistas.uepg.br/index.php/olhardeprofessor/article/view/15979>. Acesso em: 20 mai. 2023.

SOARES, Carmen Lúcia. Georges Hébert e o método natural: nova sensibilidade, nova educação do corpo. **Revista brasileira de ciências do esporte**, [S. l.], v. 25, n. 1, 2003. Disponível em: <http://oldarchive.rbceonline.org.br/index.php/RBCE/article/view/171>. Acesso em: 10 mai. 2022.

SOARES, Carmen Lúcia. Uma educação pela natureza: o método de educação

física de Georges Hébert. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, [S. l.], v. 37, p. 151-157, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/Jdv3cg3fwdqWWgcBC8dZqYb/>. Acesso em: 10 mai. 2022.

SOUSA, Bento Bruno de *et al.* **Aulas em tempos de pandemia**: relatos de experiências de professores e alunos do nível médio sobre as aulas remotas. c2021. Disponível em: <http://bia.ifpi.edu.br:8080/jspui/handle/123456789/1165>. Acesso em: 25 ago. 2023.

Stramandinoli, Ana Luiza Martins; Remonte, Jarbas Gomes; & Marchetti, Paulo Henrique. Parkour: história e conceitos da modalidade. **Revista Mackenzie De Educação Física E Esporte**, São Paulo, v. 11, n. 2, 2012, p. 13-25. Disponível em: <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/4037>. Acesso em: 10 set. 2023.