

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

WALKÍRIA PALOMA DE LIMA SILVA FREITAS

**AS CONTRIBUIÇÕES DAS ABORDAGENS METODOLÓGICAS DA EDUCAÇÃO
FÍSICA PARA O DESENVOLVIMENTO DE UM ESTILO DE VIDA ATIVO ENTRE
ESCOLARES**

RECIFE

2025

WALKÍRIA PALOMA DE LIMA SILVA FREITAS

**AS CONTRIBUIÇÕES DAS ABORDAGENS METODOLÓGICAS DA EDUCAÇÃO
FÍSICA PARA O DESENVOLVIMENTO DE UM ESTILO DE VIDA ATIVO ENTRE
ESCOLARES**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial para aprovação na disciplina Seminário de TCC II do curso de Licenciatura em Educação Física do Departamento de Educação Física, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Pernambuco.

Orientador: Prof. Dr. André dos Santos Costa

Titulação: Doutor em Educação Física – USP

RECIFE

2025

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

Silva Freitas, Walkíria Paloma de Lima.

As Contribuições das Abordagens Metodológicas da Educação Física para o desenvolvimento de um estilo de vida ativo entre escolares / Walkíria Paloma de Lima Silva Freitas. - Recife, 2025.

34p.

Orientador(a): André dos Santos Costa

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde, Educação Física - Licenciatura, 2025.

1. Educação Física Escolar. 2. Abordagens Metodológicas. 3. Estilo de Vida Ativo. I. Costa, André dos Santos. (Orientação). II. Título.

610 CDD (22.ed.)

WALKÍRIA PALOMA DE LIMA SILVA FREITAS

**AS CONTRIBUIÇÕES DAS ABORDAGENS METODOLÓGICAS DA EDUCAÇÃO
FÍSICA PARA O DESENVOLVIMENTO DE UM ESTILO DE VIDA ATIVO ENTRE
ESCOLARES**

BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente
 **ANDRE DOS SANTOS COSTA**
Data: 22/04/2025 20:50:05-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dr. André dos Santos Costa Universidade

Federal de Pernambuco – UFPE

Documento assinado digitalmente
 **DANIELA KARINA DA SILVA FERREIRA**
Data: 23/04/2025 08:48:03-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Dra. Daniela Karina da Silva Ferreira

Universidade Federal de Pernambuco – UFPE

Documento assinado digitalmente
 **THAIENE CAMILA BELTRÃO MOURA**
Data: 22/04/2025 22:22:38-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Ms. Thaiene Camila Beltrão Moura

Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA

RECIFE

2025

RESUMO

As diferentes abordagens metodológicas da Educação Física Escolar apresentam um potencial significativo para a promoção da melhoria na qualidade de vida dos estudantes, especialmente devido ao aumento expressivo de crianças e adolescentes com comportamentos sedentários. O presente estudo objetivou compreender como as diferentes abordagens metodológicas da Educação Física podem contribuir para o estabelecimento e a manutenção de um estilo de vida ativo entre estudantes do ensino básico. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica com abordagem qualitativa de caráter exploratório. Com a busca nas bases de dados Scientific Eletronic Library Online (SCIELO) e Google Acadêmico, localizaram-se cinco estudos publicados nos últimos dez anos (2014-2024) que apontaram como as abordagens utilizadas expandiram a percepção dos alunos sobre os conteúdos da disciplina de Educação Física e, em alguns casos, proporcionaram a procura e a realização de atividades físicas fora do ambiente escolar. Em vista disso, percebeu-se que as diferentes abordagens metodológicas podem colaborar para a promoção de um estilo de vida ativo entre os escolares do ensino básico.

Palavras-chave: Educação Física Escolar. Abordagens Metodológicas. Estilo de Vida Ativo.

ABSTRACT

The different methodological approaches to Physical Education in Schools have significant potential to promote improvements in students' quality of life, especially due to the significant increase in the number of children and adolescents with sedentary behaviors. The present study aimed to understand how the different methodological approaches to Physical Education can contribute to the establishment and maintenance of an active lifestyle among elementary school students. An literature review was carried out with a qualitative exploratory approach. By searching the Scientific Electronic Library Online (SCIELO) and Google Scholar databases, we found five studies published in the last ten years (2014-2024) that pointed out how the approaches used expanded students' perception of the contents of the Physical Education subject, and in some cases led to the search for and performance of physical activities outside the school environment. In view of this, we realize that the different methodological approaches can significantly contribute to the promotion of an active lifestyle between elementary school students.

Keywords: School Physical Education. Methodological Approaches. Active Lifestyle.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	8
1.1 OBJETIVOS	11
1.1.1 Objetivo geral.....	11
1.1.2 Objetivos específicos.....	11
2. METODOLOGIA	12
3. REVISÃO DE LITERATURA	13
3.1 A IMPORTÂNCIA DE UM ESTILO DE VIDA ATIVO E SUA RELAÇÃO COM A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR.....	13
3.2 O COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E OS RISCOS À SAÚDE.....	16
3.3 AS ABORDAGENS METODOLÓGICAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E SUA RELAÇÃO COM UM ESTILO DE VIDA ATIVO	17
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO	26
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	30
REFERÊNCIAS	32

1. INTRODUÇÃO

A Educação Física Escolar brasileira carrega consigo uma complexa trama histórica e cultural que moldou sua prática e compreensão ao longo dos anos. Desde sua institucionalização, a disciplina tem sido influenciada por diversos fatores sociais, políticos e pedagógicos, os quais reverberam de forma significativa em suas bases teórico-metodológicas, sobretudo as contribuições das ciências humanas e sociais ante as compreensões e explicações pertinentes ao corpo humano em movimento (Pernambuco, 2013).

Enquanto componente curricular, a Educação Física procura ampliar os conhecimentos transmitidos para os alunos, considerando as práticas corporais em seus diferentes formatos de codificação e significação social, compreendidas como manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, produzidas pelos mais diversos grupos sociais no decorrer da história (Brasil, 2018, p. 213). Dessa forma, o movimento corporal perpassa as questões sociais e culturais dos estudantes, levando ao aprendizado além do ambiente escolar.

Com o passar do tempo, a disciplina de Educação Física assumiu modelos diversificados influenciados pelos momentos históricos e sociais vivenciados pelo país. Concepções com abordagens atreladas a transformar os escolares em atletas e com a percepção higienista predominaram durante certo período no Brasil. Para Darido (2003), ambas as concepções – higienista e militarista – da Educação Física consideravam-na como uma disciplina essencialmente prática, não necessitando, portanto, de uma fundamentação teórica que lhe desse suporte.

As abordagens metodológicas surgem como novos movimentos em oposição à vertente mais tecnicista, esportivista e biológica na Educação Física Escolar. Isso acontece especialmente no final da década de 1970, com inspiração no novo movimento histórico, político e social por que o Brasil passou, influenciando a educação de forma geral e a Educação Física especificamente (Darido, 2003).

Ainda conforme Darido (2003), no cenário atual coexistem, na área da Educação Física, distintas concepções, todas elas com o objetivo em comum de romper com o modelo mecanicista, oriundo de um momento recente da Educação Física. São elas: Humanista; Fenomenológica; Psicomotricidade, baseada nos Jogos Cooperativos; Cultural;

Desenvolvimentista; Interacionista-Construtivista; Crítico-Superadora; Sistêmica; Crítico-Emancipatória; Saúde Renovada, baseada nos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL,1998); além de outras (Darido, 2003).

A análise da relevância inerente às diferentes abordagens da Educação Física revela o potencial significativo que elas detêm para a promoção de um estilo de vida saudável, especialmente no contexto brasileiro contemporâneo, que aponta para um aumento crescente de crianças e adolescentes com comportamentos sedentários. A compreensão e a aplicação estratégica dessas abordagens pedagógicas podem ser cruciais para combater o comportamento sedentário e seus efeitos deletérios na saúde infantojuvenil.

Segundo o Ministério da Saúde (2021), o comportamento sedentário envolve atividades realizadas quando a pessoa está sentada, reclinada ou deitada e gastando pouca energia. Essas atividades fazem parte do cotidiano dos mais distintos segmentos populacionais. Conforme Bassette (2025), o comportamento sedentário entre adolescentes tem se tornado um grande problema no mundo, apresentando impactos na saúde física e mental dessa parcela da população.

Estudos elaborados entre 2001 e 2016 pela Organização Mundial da Saúde (OMS) revelam que quatro a cada cinco jovens no mundo possuem estilo de vida sedentário. No Brasil, 84% dos jovens entre os 11 e os 17 anos não praticam uma hora de atividade física, como é recomendado pela OMS (Correio Braziliense, 2019).

A OMS indica que as tendências globais em termos de atividade física insuficiente entre os adolescentes revelam a necessidade urgente de aumentar os níveis de atividade física entre os meninos e meninas dos 11 aos 17 anos de idade, porquanto mais de 80% dos adolescentes em idade escolar no mundo todo não atinge o mínimo recomendado de uma hora de atividade física diária (Correio Braziliense, 2019).

No Brasil, de acordo com o Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) do Ministério da Saúde, a cada sete crianças uma está com excesso de peso ou obesidade. Isso corresponde a 14,2% das crianças abaixo de cinco anos de idade. A média global é de 5,6%, ou seja, menos da metade da média do país. Entre os adolescentes, a situação é mais preocupante: a taxa é de 33%; já a média mundial é de 18.2% (Varela, 2023).

O Ministério da Saúde (2023) assinala que diversas atividades, entre elas o trabalho, os estudos e até mesmo os momentos de lazer, têm levado as pessoas a ficar cada vez mais sentadas por longos períodos durante o dia. Daí se percebe a necessidade da utilização de estratégias que auxiliem a diminuir e a interromper o comportamento sedentário, com o intuito de amenizar os efeitos prejudiciais desses comportamentos.

Levando em consideração essa realidade, compreende-se que a formulação de estratégias que visem à melhoria da qualidade de vida de crianças e adolescentes configura-se como um desafio fundamental para a sociedade brasileira. Os dados disponíveis revelam um aumento preocupante do comportamento sedentário infantil no cotidiano da população, o que exige ações urgentes e coordenadas para reverter esse quadro.

A Educação Física Escolar tende a contribuir de maneira significativa para a saúde e o desenvolvimento pessoal dos/as escolares. A participação nas aulas deve ir além da prática propriamente dita da atividade física e da promoção do desenvolvimento de habilidades motoras, como correr e saltar; ela proporciona melhora na qualidade de vida dos escolares, contribuindo para uma vida ativa e saudável (Brasil, 2021).

Neste contexto, a Educação Física Escolar tem se consolidado, nos últimos anos, como um importante instrumento para a promoção da melhoria na qualidade de vida dos estudantes. Assim sendo, o problema da pesquisa é: como as diferentes abordagens metodológicas da Educação Física podem contribuir para o desenvolvimento de um estilo de vida ativo entre escolares?

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Objetivo geral

Compreender como as diferentes abordagens metodológicas da Educação Física podem contribuir para o estabelecimento e a manutenção de um estilo de vida ativo entre estudantes do ensino básico.

1.1.2 Objetivos específicos

- Analisar as principais abordagens metodológicas adotadas na Educação Física Escolar;
- Identificar os elementos de cada abordagem que favorecem a formação de hábitos saudáveis e a prática de atividades físicas regulares;
- Apontar os desafios e as limitações da implementação de diferentes abordagens no ambiente escolar e;
- Indicar os impactos teóricos das abordagens metodológicas na promoção de um estilo de vida ativo, com base em pesquisas anteriores.

2. METODOLOGIA

O presente estudo configura-se numa pesquisa bibliográfica, qualitativa, de caráter exploratório, sobre como as diferentes abordagens metodológicas da Educação Física podem contribuir para o desenvolvimento de um estilo de vida ativo entre os escolares. Optou-se pela abordagem qualitativa, pelo fato de que esse tipo de pesquisa trabalha com uma visão que não engloba números e comparações de caráter estatístico, e sim considera o entendimento, a compreensão e a observação nas relações sociais com o intuito de refletir e investigar novas possibilidades para a questão investigada (De Paiva, et al., 2021).

Optou-se pela pesquisa bibliográfica para a realização do estudo, uma vez que essa forma de pesquisa tem como objetivo estabelecer um contato direto entre o pesquisador e todo o material referente a determinado assunto (Marconi; Lakatos, 2003). Consultaram-se diferentes publicações sobre as questões relacionadas ao problema de pesquisa.

O material foi pesquisado nas seguintes fontes de dados: Scientific Eletronic Library Online (SCIELO) e Google Acadêmico. Essas plataformas foram selecionadas devido à variedade de periódicos e por sua acessibilidade. As palavras utilizadas foram: “Educação Física Escolar”, “Abordagens Metodológicas” e “Estilo de Vida Ativo”. Os critérios de inclusão para selecionar os materiais a serem pesquisados foram: artigos científicos completos em português publicados nos últimos dez anos (2014-2024). Consideraram-se como critérios de exclusão as pesquisas que não foram realizadas com estudantes do ensino básico e os estudos cujas metodologias não apontaram ser experiências pedagógicas nas próprias instituições de ensino.

A coleta do material foi realizada no período de dezembro de 2024 a fevereiro de 2025. Inicialmente, as palavras foram lançadas nos bancos de dados, selecionando-se os materiais de acordo com o objetivo apresentado nos resumos. Em seguida, constatou-se que cinco artigos correspondiam ao objetivo proposto pela pesquisa. Separaram-se esses materiais numa pasta virtual e se prosseguiu com a leitura e análise deles. Buscou-se examinar os materiais considerando a realidade social apresentada em cada contexto apontado nos estudos escolhidos.

3. REVISÃO DE LITERATURA

3.1 A IMPORTÂNCIA DE UM ESTILO DE VIDA ATIVO E SUA RELAÇÃO COM A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

O debate sobre uma concepção ampliada de saúde tem ganhado relevo nos últimos anos, influenciando diretamente o cotidiano da população. A partir dessa perspectiva, os elementos que abrangem a qualidade de vida têm se destacado. Santos e Simões (2012) assinalam a necessidade de considerar a complexidade desse tema, que envolve aspectos objetivos e subjetivos, condições e estilos de vida, assim como fatores multidimensionais.

Para Nahas (2017), a qualidade de vida é compreendida como “sendo a percepção de bem-estar resultante de um conjunto de parâmetros individuais e socioambientais, modificáveis ou não, que caracterizam as condições em que vive o ser humano” (Nahas, 2017, p.15). No que se refere aos parâmetros individuais, destaca-se o estilo de vida que está vinculado aos hábitos alimentares, controle de estresse, atividade física habitual, relacionamentos e comportamento preventivo (Nahas, 2017).

A promoção de um estilo de vida ativo está atrelada aos fatores sociais e ambientais de cada sujeito, sendo necessário entender que, diante de contextos diversos, a concepção de qualidade de vida também se diferencia. Compreender o conceito de estilo de vida para além de questões individuais é fundamental.

Segundo Madeira (2018), estilos de vida saudáveis são hegemonicamente interpretados como um conjunto de comportamentos individuais capazes de favorecer a saúde, sendo percebidos como um fenômeno eminentemente biológico. O referencial teórico da Promoção da Saúde (PS) acrescenta o conceito da determinação social aos debates acerca das relações entre estilo de vida e saúde.

Quanto às questões pertinentes à qualidade de vida, Santos (2012) indica que o profissional de Educação Física pode e deve oferecer sua contribuição à sociedade através da produção de conhecimento sobre o assunto e por meio de sua própria atuação profissional. Faz-se necessário considerar os aspectos biopsicossociais do movimento humano e suas manifestações, com o intuito de evitar uma fragmentação metodológica.

A Educação Física Escolar tende a contribuir de maneira significativa para a saúde e o desenvolvimento pessoal dos estudantes. A participação nas aulas de Educação Física deve ir além da prática propriamente dita de atividade física e da promoção do desenvolvimento de habilidades motoras, como correr e saltar; ela proporciona melhora na qualidade de vida dos escolares, contribuindo para uma vida ativa e saudável (Brasil, 2021).

Segundo o Ministério da Saúde (2022), a Educação Física é importante para o pleno desenvolvimento humano; sua prática deve perpassar todas as etapas da vida. Contribuir para a manutenção do peso corporal saudável, prevenir doenças crônicas não transmissíveis e a melhoria da saúde mental são alguns benefícios promovidos pela atividade física.

A Educação Física oferece muitos benefícios para o desempenho escolar, haja vista que é através do movimento que a criança desenvolve não apenas suas habilidades motoras, sua coordenação e equilíbrio, mas também os elementos de socialização e sua capacidade cognitiva. Isso permite que o estudante transfira conhecimentos e habilidades adquiridos por meio da atividade física para as tarefas escolares (Ministério da Saúde, 2022).

O conceito de estilo de vida saudável também tem ganhado espaço nas agendas de discussões de todas as camadas sociais, inclusive no ambiente escolar. Pensar na introdução de hábitos saudáveis que viabilizem um estilo de vida ativo para os estudantes dos mais distintos níveis escolares é algo que requer bastante esforço por parte de todos os atores da comunidade escolar, principalmente o professor de Educação Física.

Conforme a Base Nacional Curricular Comum (BNCC) (Brasil, 2018), as práticas corporais da disciplina de Educação Física precisam ser abordadas como um fenômeno cultural, dinâmico, diversificado, pluridimensional, singular e contraditório. Essas práticas auxiliam os estudantes na (re)construção de conhecimentos que permitem ampliar a sua consciência com relação a seus movimentos e aos recursos para o cuidado de si e dos outros, promovendo a autonomia para a utilização da cultura corporal de movimento e favorecendo sua participação de forma confiante na sociedade (Brasil, 2018).

Cumprir perceber as múltiplas probabilidades que a Educação Física Escolar tem disponibilizado aos estudantes e ampliar a concepção sobre a sua relevância para a sociedade.

É fundamental frisar que a Educação Física oferece uma série de possibilidades para enriquecer a experiência das crianças, jovens e adultos na

Educação Básica, permitindo o acesso a um vasto universo cultural. Esse universo compreende saberes corporais, experiências estéticas, emotivas, lúdicas e agonistas, que se inscrevem, mas não se restringem, à racionalidade típica dos saberes científicos que orientam as práticas pedagógicas na escola. Experimentar e analisar as diferentes formas de expressão que não se alicerçam apenas nessa racionalidade é uma das potencialidades desse componente na Educação Básica. (BNCC, 2018, p. 213).

As aulas de Educação Física devem promover uma gama de possibilidades para que os escolares consigam desenvolver suas diversas habilidades, considerando as particularidades e singularidades dos alunos, entre elas a faixa etária e problemas de saúde, por exemplo. Algumas atividades que podem ser realizadas para crianças até cinco anos no ambiente escolar são: natação, ginásticas, lutas, danças e esportes. A partir dos seis anos, os professores de Educação Física podem apresentar distintas atividades físicas, entre elas jogos, práticas corporais, brincadeiras, danças e esportes (Brasil, 2021).

Para a BNCC (Brasil, 2018), práticas corporais são as atividades realizadas fora das obrigações laborais, domésticas, higiênicas e religiosas, nas quais os indivíduos se envolvem em razão de um propósito específico. Há três elementos fundamentais comuns a essas práticas: movimento corporal como elemento essencial; organização interna (de maior ou menor grau), embasada por uma lógica específica; e produto cultural associado ao lazer/entretenimento e ou o cuidado com o corpo e a saúde (Brasil, 2018).

Essas práticas, segundo a BNCC (Brasil, 2018), propiciam o acesso a uma forma de conhecimento particular gerado pela vivência de experiências e são consideradas unidades temáticas abordadas ao longo do ensino fundamental. São elas: brincadeiras e jogos, esportes, ginásticas, lutas e as práticas corporais de aventuras (Brasil, 2018).

É importante ressaltar que os professores de Educação Física têm suas práticas embasadas em conteúdos que proporcionam a ampliação do conhecimento dos escolares, tendo um papel fundamental em relação à promoção da saúde, educação e prevenção de doenças, contribuindo para hábitos de vida mais saudáveis – Krug et al. (2009b) apud Krug et al. (2012).

Partindo dessa premissa, entende-se que as aulas de Educação Física Escolar devem proporcionar atividades que vão além do divertimento ou da movimentação corporal mecânica, podendo ser uma aliada à promoção de um estilo de vida ativo entre os escolares.

3.2 O COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E OS RISCOS À SAÚDE

Ao longo dos anos, a sociedade tem vivenciado mudanças sociais, históricas, econômicas e culturais que atingem diretamente a forma de relacionamento entre as pessoas. O avanço da tecnologia ampliou horizontes para o entretenimento e a comunicação, adquirindo uma enorme influência na vida da população, principalmente em crianças e jovens.

As redes sociais possuem grande relação com um dos maiores problemas dos últimos anos, o comportamento sedentário, caracterizado pela ausência de atividade física regular e prolongada, associada ao tempo significativo despendido em atividades como assistir a TV, jogar videogame e usar dispositivos eletrônicos (Bandeira et al., 2023).

Duarte et al. (2024) destacam que o comportamento sedentário infantil é uma preocupação crescente na atual sociedade, haja vista que as crianças estão cada vez mais envolvidas em atividades sedentárias, em detrimento das atividades físicas e brincadeiras ao ar livre que contribuem para o desenvolvimento de habilidades motoras e cognitivas. “Esse estilo de vida sedentário acarreta sérias consequências para a saúde das crianças, incluindo o aumento das taxas de obesidade infantil e problemas de saúde associados” (Duarte, 2024, p. 204).

Um relatório elaborado pela OMS alerta que o comportamento sedentário pode levar 500 milhões de pessoas a desenvolverem doenças cardíacas, obesidade e diabetes, entre outras doenças não transmissíveis até 2030 (Nações Unidas Brasil, 2021). Essas informações revelam como é extremamente importante promover a prática regular de atividades físicas no cotidiano da população em geral.

Conforme o Ministério da Saúde (2023), as evidências científicas mostram que longos períodos em comportamentos sedentários estão associados a um maior risco de mortalidade, surgimento de diabetes, de doenças cardiovasculares e de câncer, independentemente da quantidade de atividade física praticada.

Numa pesquisa realizada por Bandeira et al. (2023) sobre a influência das mídias digitais no comportamento sedentário de adolescentes, foi constatado que o crescente uso de mídias digitais por crianças e adolescentes, levando em consideração o tempo excessivo de exposição, resultou em hábitos sedentários, além de outros entraves, como, por exemplo, questões psicossociais e doenças.

Conforme Bassette (2025), cada vez mais pesquisas têm demonstrado que os efeitos do comportamento sedentário não se restringem ao corpo físico, mas têm impacto também na saúde mental, com o crescimento de sentimentos relacionados à ansiedade e à depressão.

A Sociedade Brasileira de Pediatria (2022) aponta algumas causas que podem estar relacionadas ao aumento no índice do comportamento sedentário infantil, entre elas a falta de incentivo à realização de atividade física e os avanços tecnológicos presentes no cotidiano de grande parte desse segmento populacional.

Nesse cenário, percebe-se a necessidade de fomentar o debate sobre como o comportamento sedentário apresenta diversos riscos à saúde da população de forma geral, sobretudo entre as crianças e os adolescentes, assim como estratégias dentro e fora do espaço escolar que promovam hábitos de vida mais saudáveis.

3.3 AS ABORDAGENS METODOLÓGICAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E SUA RELAÇÃO COM UM ESTILO DE VIDA ATIVO

No contexto escolar, torna-se imprescindível reconhecer a importância da Educação Física como parte integrante das políticas de educação e saúde, contribuindo assim para a saúde, a qualidade de vida e o desenvolvimento humano e social dos escolares, tendo como base currículos que apontem os objetivos específicos da Educação Física, conforme as referências nacionais, estaduais e municipais (Brasil, 2021).

Para Bracht (2010), o entendimento de conteúdo da Educação Física no ambiente escolar foi marcado até meados da década de 1980 pela ideia de atividade, no caso de uma atividade física. Já em outras disciplinas escolares, o conteúdo foi compreendido como conhecimento de caráter conceitual. Na Educação Física, ele tinha a finalidade de melhorar a aptidão física dos discentes, além de influir no comportamento destes.

A concepção de Educação Física de forma mecanicista, esportivista e tecnicista está relacionada ao período histórico e cultural vivenciado no país durante a ditadura militar. Nesse cenário, a associação do esporte com a Educação Física foi uma estratégia do governo que serviu para alienar a população, haja vista que nesse momento grande parte dos brasileiros ocupava-se com atividades relacionadas à prática esportiva do futebol, mais exatamente, com

os jogos da Copa do Mundo, em detrimento das problemáticas sociais presentes no próprio país (Maldonado et al., 2008).

Bracht (2010) destaca que a referência para a Educação Física estabelecida legalmente era a aptidão física; a forma de atividade física que se tornou hegemônica nas décadas de 1970 a 1990 foi o esporte. Isso se deu devido à integração da Educação Física Escolar ao sistema esportivo brasileiro, tendo como uma de suas principais funções proporcionar a iniciação esportiva, com o intuito de identificar talentos que futuramente representariam o país em competições internacionais. De acordo com Bracht (2010, p. 1), “esse processo de ascendência do esporte ficou conhecido como a ‘esportivização’ da Educação Física”.

Apesar de sua hegemonia, Darido (2003) aponta que, principalmente a partir da década de 1980, o modelo esportivista foi muito criticado pelos acadêmicos. É nesse período que a Educação Física enfrenta um momento de valorização dos conhecimentos produzidos pela ciência. O debate sobre o estudo da Educação Física promove a abertura para elementos e questionamentos relacionados a um novo panorama político e social, contribuindo para o rompimento, ao menos no nível do discurso, da valorização excessiva do desempenho como objetivo único na escola (Darido, 2003).

Nessa perspectiva, o rompimento com as concepções mecanicistas embasadas no desempenho e na transformação de alunos em atletas proporciona um movimento de oposição ao conceito hegemônico. Azevedo e Shigunov (2000, p. 1) consideram que as “abordagens pedagógicas da Educação Física podem ser definidas como movimentos engajados na renovação teórico-prática com o objetivo de estruturação do campo de conhecimentos que são específicos da Educação Física”.

Essas abordagens apresentam diferentes concepções sobre qual deve ser o papel da Educação Física no ambiente escolar. Neste estudo discute-se sobre as principais abordagens utilizadas nas instituições de ensino do Brasil e como elas têm contribuído para a promoção de um estilo de vida ativo entre os estudantes. Entre as abordagens, enfatizam-se a crítico-superadora, a cultura corporal, a desenvolvimentista e a construtivista-interacionista.

Pensar na realidade social apresentada pela escola (condições estruturais e materiais) assim como nas experiências e contextos de vida de cada estudante remete a refletir sobre as singularidades e particularidades do processo de aprendizagem. Dada a conjuntura e a

importância das abordagens metodológicas na Educação Física, concorda-se com Darido (2012, p. 1), para quem:

Faz-se necessário destacar que, na prática pedagógica, as perspectivas que se instalam não aparecem de forma pura, mas com características particulares, mesclando aspectos de mais de uma linha pedagógica. Em outras palavras, dificilmente seguimos uma única abordagem.

A prática pedagógica do docente, mesmo que de forma subconsciente, é sempre influenciada por uma determinada percepção de aluno, ensino e aprendizagem. Essa percepção molda a representação que o professor constrói sobre seu próprio papel, o papel do aluno, a metodologia utilizada, a função social da disciplina e os conteúdos a serem ministrados em sala de aula, impactando diretamente na qualidade do processo educativo (Darido, 2012).

Para o professor de Educação Física, a compreensão das principais abordagens metodológicas e o conhecimento dos embasamentos teóricos que as fundamentam revestem-se de suma importância para o processo de ensino-aprendizagem. O Currículo Pernambucano (Pernambuco, 2013) pontua a necessidade de os professores se apropriarem de pressupostos que envolvam a desconstrução de conceitos cristalizados, embasados em modelos tradicionais que fragmentam os conhecimentos dos distintos componentes curriculares. Há a necessidade de adequações curriculares, devido às especificidades da escolar atendida. Isso faz com que o profissional consiga refletir sobre como sua prática pedagógica pode contribuir para o processo de ensino-aprendizagem.

Para Tinôco e Araújo (2021), as abordagens metodológicas críticas da Educação Física, entre elas a crítico-superadora, busca suplantar o modelo tradicional de ensino, que considera o professor como detentor do conhecimento e protagonista, com aulas mecanizadas e focadas nos mais habilidosos. Essas pedagogias criticam o viés direcionado apenas à saúde, biológico e objetivo, até então, da área, atribuindo-lhe também um caráter humano, social e subjetivo.

Conforme Darido (2003), a proposta crítico-superadora faz uso do discurso de justiça social como ponto de apoio. Baseia-se no marxismo e no neomarxismo, recebendo influências dos educadores Jose Libano e Demerval Saviani. Considerando sua base teórica, a abordagem crítico-superadora procura apresentar questões e elementos presentes na realidade social, com o intuito de promover reflexões sobre a historicidade dos fatos. Busca entender com profundidade o ensinar, que não representa apenas a transferência ou a repetição de conhecimentos, mas cria possibilidades de sua produção crítica sobre a assimilação destes

conhecimentos, valorizando o contexto dos acontecimentos e o resgate histórico (Tinôco e Araújo, 2021).

Essa proposta se embasa teoricamente nos movimentos marxista e neomarxista, com elementos pertinentes às categorias trabalhadas por essas linhas de conhecimentos. Os pressupostos da teoria social crítica apontam a função essencial do trabalho no processo de transformação do ser social e enfatizam a compreensão da realidade a partir das contradições existentes no sistema de produção capitalista.

Os fundamentos da abordagem crítico-superadora consideram extremamente relevante problematizar questões encontradas na realidade social, visando aprofundar a prática pedagógica. Esta não deve se restringir a apenas transferir ou repetir conhecimentos, mas deve criar possibilidades para a assimilação destes saberes, valorizando a contextualização de fatos e sua historicidade (Azevedo e Shigunov, 2000).

O processo de ensino-aprendizagem nessa perspectiva procura romper com o modelo tradicional educacional, que tem o professor como o transmissor do conhecimento. Há a necessidade de fomentar as atividades a partir das contradições apresentadas pela sociedade, problematizando questões diversas que permeiam o cotidiano do estudante.

A abordagem de ensino deve promover um ambiente escolar mais democrático no que se refere à relação educador-educando, a fim de possibilitar a autonomia e a criticidade em relação aos conteúdos da Educação Física Escolar, em consonância com a perspectiva de educação de Paulo Freire (Dos Anjos Ribeiro, 2018).

Quanto à estruturação da disciplina, conforme Taffarel (2016), devem ser levados em consideração pressupostos políticos, lógicos, psicológicos e didáticos, embasados na dialética materialista como lógica e na teoria do conhecimento, e tomando o trabalho, categoria central, como ponto de partida.

O termo cultura corporal do movimento foi inicialmente utilizado pelo Coletivo de Autores (1992). Essa abordagem conduz à percepção de componentes históricos e sociais, valorizando a liberdade de expressão dos movimentos presentes num contexto cultural e proporcionando a ampliação da visão restrita a elementos biológicos e funcionais (Torres et al., 2019).

A abordagem cultura corporal compreende a Educação Física Escolar num aspecto cultural; a partir desse referencial, a Educação Física pode ser considerada como parte da cultura humana. Ou seja, ela se constitui numa área de conhecimento que estuda um conjunto de práticas ligadas ao corpo e ao movimento, criadas pelo homem ao longo de sua história: os jogos, as ginásticas, as lutas, as danças e os esportes (Daolio, 1996).

A Educação Física na perspectiva da cultura corporal no ambiente escolar transmite aos estudantes um rico patrimônio cultural da humanidade, atrelado aos jogos, ao esporte, às danças e ginásticas. Trata-se de ensinar práticas e saberes que podem ser preservados e transmitidos às novas gerações (Darido, 2012).

Na prática concreta, durante as aulas de Educação Física, a partir dessa abordagem, o conhecimento transmitido para o aluno deve apreender elementos que vão além do ensino de jogos e esportes. Assim, os alunos devem compreender quais são os benefícios de tais atividades, por que se praticam tais manifestações da cultura corporal no presente momento e quais são suas relações com a produção midiática (Darido, 2012).

Darido (2012) assinala que a cultura corporal, com seu conjunto de saberes diversificados e riquíssimos, assume uma enorme relevância nas aulas de Educação Física. Seus conhecimentos tornam-se indispensáveis à ampliação do universo cultural do estudante e para a compreensão da realidade em que ele está inserido, com a finalidade de exercer uma ação consciente em seu contexto social.

A compreensão do ser humano como um ser biológico é fundamental e permeia diversas áreas do conhecimento, dada a influência inegável das ciências naturais. No campo da Educação Física, essa influência se mostra particularmente determinante, talvez em função de sua atuação direta sobre e através do corpo humano (Daolio, 1996). Essa perspectiva biológica, no entanto, não deve obscurecer a complexidade do ser humano, que também é um ser social, cultural e psicológico.

Diversamente de modelos tradicionais que objetivam atividades educacionais no âmbito da Educação Física enfatizando a eficiência técnica e o rendimento esportivo dos escolares, Daolio (1996) propõe uma Educação Física plural que deve atingir todos os alunos, sem discriminar ou desconsiderar os menos hábeis, ou seja, levando em consideração suas diferenças, sejam estas biológicas, físicas, sociais, entre outras.

Fiorante et al. (2018) assinalam que, no Brasil, a abordagem desenvolvimentista é representada principalmente pelos trabalhos do professor Go Tani. Essa proposta é direcionada a crianças e adolescentes entre quatro e 14 anos. Os princípios que embasam a elaboração de programas de Educação Física são abalizados nos conhecimentos acerca do desenvolvimento humano, mais especificamente o comportamento motor, integrando a ele o desenvolvimento motor, a aprendizagem e o controle motor.

A abordagem desenvolvimentista prioriza o desenvolvimento das habilidades motoras, sendo um dos conceitos mais relevantes desta abordagem, pois é através dela que as pessoas se adaptam aos problemas do dia a dia, resolvendo problemas motores (Darido, 2003). Essa metodologia possibilita que as crianças, ao longo do processo de aprendizagem, ampliem o seu repertório de movimentos, adquirindo habilidades motoras e aprendendo a modificá-las mediante os conceitos de movimentos (Silva et al., 2012).

Nessa abordagem, a ênfase encontra-se na importância de observar e compreender os movimentos dos estudantes, considerando suas especificidades e os níveis de complexidades. Conforme Darido (2003), os conteúdos da disciplina de Educação Física devem ser direcionados de acordo com uma sequência fundamentada no modelo de taxionomia do desenvolvimento motor, proposta por Gallahue (1982) e ampliada por Manoel (1994), obedecendo à seguinte ordem: fase dos movimentos fetais, fase dos movimentos espontâneos e reflexos, fase dos movimentos rudimentares, fase dos movimentos fundamentais, fase de combinação de movimentos fundamentais e movimentos culturalmente determinados.

Ainda conforme Darido (2003), esses conteúdos necessitam ser desenvolvidos segundo uma ordem de habilidades, que compreende atividades mais simples, que são as habilidades básicas, até as mais complexas, as habilidades específicas. Essas habilidades são classificadas em locomotoras (andar, correr, saltar, saltitar), manipulativas (arremessar, chutar, rebater) e de estabilização (girar, flexionar, realizar posições invertidas).

Com base nesses conceitos, Palácio et al. (2019) assinalam que o professor de Educação Física tem a responsabilidade de observar de forma periódica o comportamento dos escolares e enquadrá-los numa determinada fase, identificando as falhas e mostrando possibilidades de correção para que ocorra a superação. Nessa abordagem, os erros são entendidos como um momento essencial para a aquisição de habilidades motoras (Darido, 2003).

De acordo com Tani (2021), a abordagem desenvolvimentista visa ao desenvolvimento das potencialidades motoras dos estudantes e consiste em respeitar suas características peculiares de crescimento, desenvolvimento e aprendizagem. Ou seja, trabalhar essas características em consonância com a fase dos escolares, permitindo pensar no contexto motor da criança e apontando possibilidades que favoreçam o processo de ensino-aprendizagem.

Para a abordagem desenvolvimentista, a Educação Física deve proporcionar ao aluno condições para que seu comportamento motor seja desenvolvido através da interação entre o aumento da diversificação e a complexidade dos movimentos. Assim, o principal objetivo da Educação Física é oferecer experiências de movimento adequadas ao seu nível de crescimento e desenvolvimento, a fim de que a aprendizagem das habilidades motoras seja alcançada. A criança deve aprender a se movimentar para adaptar-se às demandas e exigências do cotidiano em termos de desafios motores. (Darido, 2003, p. 5).

A concepção desenvolvimentista percebe a importância de compreender e identificar como as experiências de movimentos são basilares para o desenvolvimento de habilidades motoras que podem ser adquiridas ao longo da trajetória de vida de cada sujeito.

A abordagem desenvolvimentista, segundo (Tani, 2021), se fundamenta na compreensão de que o movimento se constitui numa das principais preocupações centrais do processo educacional, em razão de sua relevância intrínseca – biológica, psicológica, sociológica, antropológica e cultural – para a vida da população. O ser humano não nasce com a capacidade de movimento já desenvolvida, mas com um grande potencial a ser explorado no decorrer da vida; sua aquisição, diversificação e aperfeiçoamento constante possuem um significado educacional inegável.

Em estudo realizado por Briete et al. (2022), foram analisados o quociente motor grosso e a idade motora de 19 crianças entre três a cinco anos de idade, matriculadas numa instituição de ensino no interior do estado de São Paulo e que frequentavam um Programa de Educação Física Desenvolvimentista. Foi constatado que a prática sistematizada desenvolvimentista e a presença de um professor de Educação Física potencializam o desenvolvimento motor dos estudantes da referida faixa etária.

A pesquisa mostra que a abordagem desenvolvimentista possibilita o desenvolvimento das habilidades motoras dos escolares. Porém, não são enfocadas questões referentes ao ambiente de convívio dos estudantes, uma vez que o foco dessa abordagem está no movimento. Darido (2003) assinala que uma das limitações dessa abordagem é referente à pouca

importância, ou a uma discussão limitada, no tocante ao contexto social e cultural que envolve a aquisição das habilidades motoras.

A abordagem construtivista-interacionista baseia-se teoricamente nos estudos de Jean Piaget e foi difundida no Brasil pelo professor João Batista Freire. É direcionada a crianças de dois a 12 anos de idade, tendo como principal temática o esquema motor e a organização de movimentos construídos pela criança, resultando na construção do conhecimento (Fiorante, 2018).

Na abordagem construtivista-interacionista, o conhecimento é construído a partir da interação do sujeito com o mundo. Deve-se respeitar o universo cultural do aluno, aproveitando as diversas possibilidades educativas de atividades lúdicas espontâneas e sugerindo tarefas mais complexas e desafiadoras, objetivando a construção de conhecimento (Azevedo e Shigunov, 2000).

De acordo com Freire (1991), considerar o ato motor de forma isolada restringe o papel da Educação Física. O autor enfatiza que apenas enquadrar as crianças em padrões de movimento leva ao risco de prejudicar uma compreensão mais ampla do projeto educacional.

Nessa concepção há o reconhecimento da importância das atividades motoras no processo de ensino-aprendizagem, porém é necessário considerar os aspectos que já existem e que contribuem para a construção desse conhecimento. Para Freire (1991, p. 15), “é preciso entender que as habilidades motoras, desenvolvidas num contexto de jogo, de brinquedo, no universo da cultura infantil, de acordo com o conhecimento que a criança já possui, poderão se desenvolver sem a monotonia dos exercícios prescritos por alguns autores”.

O resgate da cultura de jogos e brincadeiras dos estudantes emerge como uma estratégia fundamental no processo de ensino-aprendizagem, capaz de enriquecer a experiência educativa e fortalecer o vínculo entre os alunos e o conhecimento.

Aprender a trabalhar com esses brinquedos poderia garantir um bom desenvolvimento das habilidades motoras sem precisar impor às crianças uma linguagem corporal que lhes é estranha. Assim como a linguagem verbal falada pela professora em sala de aula é, por vezes, incompreensível para os alunos, também a linguagem corporal pode sê-lo, se não se referir, de início, à cultura que é própria dos alunos. (Freire, 1991, p. 15).

É inegável a importância que o jogo enquanto estratégia de ensino possui para a proposta construtivista-interacionista. É considerado como a principal forma de ensinar, sendo utilizado como um instrumento pedagógico, pois, uma vez que a criança joga ou brinca, ela também aprende. Esse aprendizado deve acontecer num ambiente lúdico e prazeroso para o aluno (Darido, 2003).

Segundo Darido (2012), a abordagem construtivista-interacionista busca valorizar as experiências dos discentes, a sua cultura e também possui o mérito de propor uma alternativa aos métodos diretivos presentes na prática da Educação Física, considerando que o aluno constrói seu conhecimento a partir da interação com o meio, resolvendo problemas.

Cada abordagem possui suas possibilidades e limitações, o que influencia o professor na tomada de decisão sobre qual abordagem pode ser adequada para a sua estratégia de ensino conforme sua metodologia, questões pertinentes à faixa etária e ao período escolar dos alunos.

Neste capítulo, apresentaram-se algumas das principais abordagens metodológicas da Educação Física utilizadas por docentes em instituições de ensino. Percebe-se que cada abordagem, em conformidade com suas características e objetivos específicos, desempenha um papel fundamental no processo de ensino-aprendizagem. Adicionalmente, observa-se que tais abordagens não se manifestam de forma isolada, pois em alguns momentos podem apresentar complementaridade, evidenciando a complexidade e a riqueza do campo metodológico da Educação Física.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos estudos permitiu identificar cinco pesquisas que indicam alguma relação entre as abordagens metodológicas da Educação Física para a contribuição do desenvolvimento de um estilo de vida ativo entre escolares do ensino básico.

Todos os estudos utilizaram a abordagem qualitativa entre os métodos para a realização da coleta das informações. Identificou-se a observação participante, o diário de campo e a análise de documentos. Dos cinco estudos, três apontam abordagens críticas, entre elas a crítico-superadora, a problematizadora e a educação libertadora, uma cultura corporal e uma construtivista. Entretanto, em alguns estudos percebeu-se a associação entre determinadas abordagens metodológicas, ou seja, elas não se apresentam de maneira isolada no tocante à prática pedagógica dos professores de Educação Física.

Da Silva et al. (2020) desenvolveram uma pesquisa com o objetivo de descrever uma experiência de ensino das lutas na Educação Física Escolar, envolvendo as possibilidades, as estratégias e os desafios presentes no processo de ensino-aprendizagem desta modalidade. A experiência foi realizada em 2018, contando com a participação de 313 estudantes do ensino fundamental de uma escola municipal de Blumenau (SC). A Educação Física na instituição de ensino ocorria com frequência de três aulas semanais, com duração de 45 minutos cada uma, realizadas na sala de aula e na quadra de esportes.

Essa pesquisa teve como abordagem metodológica a construtivista-interacionista, que, conforme Da Silva et al. (2020), possibilitou que os alunos pudessem vivenciar um contexto de reflexão, discussão e compartilhamento de ideias, contribuindo assim para o processo de ensino-aprendizagem flexível e centrado no discente. O estudo aponta que essa proposta de ensino de lutas na Educação Física Escolar proporcionou aos escolares o desenvolvimento de habilidades como criatividade, empatia e reflexividade, assim como a ampliação da consciência de si durante o processo, e também o reconhecimento da necessidade de assumir uma maior responsabilidade pelo próprio aprendizado (Da Silva et al., 2020).

O estudo revela que a aproximação dos estudantes com a realidade dos profissionais de lutas (professores, mestres, senseis), realizada durante a pesquisa, possibilitou diálogos reflexivos sobre os seus fundamentos e princípios, incentivando a prática extraclasses. “Podem-se citar, como exemplo, seis estudantes que passaram a participar de academias de lutas na região escolar” (Da Silva et al., 2020, p. 835). Os autores concluem que é possível adotar as

lutas como conteúdo nas aulas de Educação Física Escolar, conferindo um papel ativo aos escolares no processo de ensino-aprendizagem (Da Silva et al., 2020). Essa pesquisa revelou que a atuação do professor de Educação Física em conjunto com elementos estruturais, e mediante uma abordagem metodológica fundamentada, pode promover um estilo de vida ativo aos discentes fora dos muros da escola.

O estudo de Pereira et al. (2023) também aborda questões sobre ensino de lutas/artes marciais no campo da Educação Física, com abordagem crítica, na perspectiva das obras de Paulo Freire. Foi realizada uma pesquisa-formação qualitativa, com observação, análise e reflexão sobre a experiência com três turmas de Ensino Médio de uma escola pública do município de Lavras (MG). Conforme os autores, esse estudo partiu da concepção de que as lutas/artes marciais são inseridas no âmbito da cultura corporal, sendo práticas historicamente importantes e que acompanham os seres humanos ao longo do tempo. Pereira et al. (2023) consideram que o conhecimento da Educação Física Escolar associada ao conhecimento marcial pode apresentar inúmeros benefícios, ampliando a apropriação crítica da cultura dessas práticas.

A proposta metodológica de ensino dessa pesquisa, conforme (Pereira et al., 2023), não se reduz a um método de ensino de lutas/artes marciais cujo objetivo é ensinar e aplicar técnica e golpes, mas apresentar-se como um projeto de reflexão crítica. Nesse contexto, “os educandos e as educandas não apenas aprenderam técnicas e movimentos, mas também embarcaram numa jornada de autoconhecimento e compreensão cultural, refletindo sobre as representações midiáticas e o papel dessas práticas no contexto social e histórico” (Pereira et al., 2023, p. 6).

A pesquisa de Maldonado et al. (2018), realizada com alunos do ensino médio em duas escolas com características distintas, mas que buscam a formação do pensamento crítico dos estudantes sobre as manifestações da cultura corporal, teve como objetivo refletir sobre a contribuição da disciplina de Educação Física na formação da cidadania desses escolares, além de pontuar questionamentos sobre a Medida Provisória (MP) nº 746/2016 (revogada).

Em uma das instituições, inicialmente foi explicado aos estudantes o conceito de cultura corporal e a importância de compreender as suas diferentes manifestações. Em seguida, conforme estabelecido com as turmas participantes, as atividades foram divididas em blocos que abarcavam estudar o esporte, o jogo e a ginástica (Maldonado, 2018). As atividades desenvolvidas nos blocos de esporte e jogo propiciaram momentos reflexivos aos escolares,

uma vez que as aulas associaram a temática das práticas esportivas a temas relacionados à formação e à cidadania dos jovens.

Foram tratadas questões referentes à relação do esporte com a saúde e com a mídia. Houve debates sobre situações de machismo, racismo e homofobia que acontecem no contexto das práticas corporais; a temática da violência nos estádios de futebol e assuntos alusivos à economia e aos megaeventos esportivos também foram considerados (Maldonado, 2018). A partir dos resultados da pesquisa, Maldonado et al. (2018) concluíram que existe espaço para a Educação Física no ensino médio com a função de formar pessoas conscientes da importância de práticas saudáveis, da adoção de um estilo de vida ativo e para a consciência cidadã e democrática.

Laranjo e Filho (2024) realizaram uma pesquisa interdisciplinar, entre as disciplinas de Educação Física e ciências, pautada pela perspectiva dialógico-problematizadora freiriana, com alunos do 7º ano do ensino fundamental II matriculados numa escola em Curitiba (PR). Foram elaboradas nove aulas de cada uma das disciplinas; as aulas aconteceram sequencialmente, e as de Educação Física antecederam as de ciências. A metodologia foi elaborada a partir de três momentos pedagógicos que contemplam a problematização inicial, a organização do conhecimento e a aplicação do conhecimento (Laranjo e Filho, 2024).

A aplicação da sequência didática foi fundamentada na abordagem dialógico-problematizadora desde a primeira aula, promovendo uma evolução progressiva e desafiando os professores e os alunos. Durante as atividades, questionamentos e contradições presentes na realidade provocaram o senso crítico por parte de alguns escolares, que assim se manifestaram: “na vila não há lugares seguros para correr, a menos que seja fugindo dos bandidos” (Fala com código 1. BNP. H); “uma atleta negra não tem os mesmos privilégios que uma atleta branca” (Fala com código 1. BNEF. B) (Laranjo e Filho, 2024, p. 11).

Isso revela que durante as atividades, os escolares expandiram seus conhecimentos não apenas do conteúdo relacionado à prática esportiva, mas ampliaram sua percepção por meio de questões pertinentes a diversas temáticas vivenciadas por eles, entre elas o racismo, o preconceito, a violência e a ausência de políticas públicas. Laranjo e Filho (2024, p. 19) anota que “os estudantes puderam mapear seus saberes, receber informações científicas e práticas e, por meio de uma abordagem interdisciplinar, ressignificar seu entendimento acerca da cultura corporal de movimento”.

O estudo realizado por Inácio et al. (2015) com trinta alunos de duas escolas da rede municipal de Goiânia teve como objetivo identificar algumas possibilidades de inserção das práticas corporais de aventura na escola e avaliar a ampliação do seu repertório de manifestações corporais associada às sensações e emoções obtidas pelos alunos durante as atividades.

A abordagem metodológica utilizada neste estudo foi a crítica superadora. De acordo com Inácio et al. (2015), as aulas foram desenvolvidas tendo por base a cultura corporal como conteúdo principal da Educação Física, sendo utilizadas as etapas de constatação, interpretação, compreensão e explicação para a leitura da realidade. Houve a divisão das atividades em fases, iniciando-se com uma discussão que abordou conteúdos e objetivos da aula, com a participação dos alunos; a segunda fase consistiu na apreensão do conhecimento e, em seguida, a avaliação e a discussão com a turma.

As atividades introdutórias foram realizadas nos pátios das instituições escolares, feitas geralmente em grupos e sobre elementos acerca do trabalho em equipe, confiança e o respeito às diferenças entre os escolares. Apesar da autoexclusão inicialmente por parte de alguns escolares, no final todos participaram das atividades (Inacio et al., 2015).

Ao longo das aulas, a participação foi intensificada, mostrando a motivação e o interesse deles nas práticas. Surgiram novas possibilidades para a execução das atividades. Ao final, os relatos foram positivos relacionados à experimentação de algo novo e inesperado, que foge da rotina. Ademais, percebeu-se o desenvolvimento de um sentimento maior de respeito e união entre os estudantes, fato identificado pelos autores: “[...] pudemos notar avanços pedagógicos, como uma maior coletividade da turma durante cada atividade, e maior compreensão e interesse acerca do tema trabalhado, incluindo aí pesquisas realizadas pelos próprios alunos, sem solicitação do professor” (Inacio et al., 2015, p. 10).

Nesses últimos estudos, observou-se que durante as aulas de Educação Física os escolares vivenciaram experiências, entre elas algumas que fogem de sua rotina e que ampliaram sua compreensão sobre a relevância da disciplina e como ela pode contribuir para a promoção de um estilo de vida ativo, não necessariamente atrelado apenas à prática de atividade física, mas no que se refere ao conhecimento de si próprio, compreendendo suas limitações e as possibilidades concretas para a melhoria de sua qualidade vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo dos anos, a Educação Física Escolar no Brasil passou por transformações significativas, influenciadas por mudanças sociais, históricas e educacionais que impactaram diretamente a forma como a disciplina é percebida pela comunidade escolar e pela sociedade em geral. Nesse cenário, é essencial que os professores de Educação Física atuem com base em metodologias que promovam a ampliação do conhecimento dos alunos, além da simples reprodução de modalidades esportivas e/ou atividades livres.

Pensar sobre metodologias de ensino e práticas pedagógicas leva à necessidade de refletir sobre o contexto real vivenciado por docentes e discentes: as condições estruturais das escolas, a escassez de recursos didáticos e metodológicos, além das múltiplas realidades sociais, culturais e econômicas dos escolares. Conhecer e dominar as diferentes abordagens metodológicas é fundamental para que o professor consiga desenvolver uma prática pedagógica condizente com as necessidades dos escolares, contribuindo para a formação integral deles.

Uma escolha consciente e fundamentada das abordagens metodológicas permite aos docentes intervenções planejadas adequadamente, capazes de cultivar a adoção de um estilo de vida ativo desde a infância. Em contrapartida, observa-se ainda a forte presença de práticas tradicionais nas aulas de Educação Física, o que não dialoga com os desafios contemporâneos enfrentados pelos escolares. Num mundo onde comportamentos sedentários, o baixo nível de atividade física e o uso de dispositivos eletrônicos são constantemente estimulados – especialmente pelas mídias e pela lógica de consumo –, torna-se urgente compensar o papel da disciplina na promoção da saúde e da qualidade de vida.

Organismos internacionais demonstram preocupação com o aumento de doenças crônicas não transmissíveis, como obesidade, diabetes e problemas cardiovasculares, cujas raízes muitas vezes estão em hábitos adquiridos ainda na infância e na adolescência. A Educação Física, portanto, assume um papel estratégico na prevenção desses quadros, sendo uma aliada potente na construção de hábitos saudáveis, especialmente um estilo de vida ativo.

Cada abordagem metodológica, com suas características, potencialidades e limitações, pode contribuir de maneira específica e complementar para esse processo. A pluralidade de metodologias permite ao docente adaptar sua prática às diferentes realidades escolares, respeitando as particularidades de cada grupo e oferecendo experiências diversificadas e específicas.

Infelizmente, ainda é possível perceber certa fragilidade na formação docente no que diz respeito à apropriação crítica das abordagens metodológicas. Tal lacuna contribui para a manutenção de práticas tradicionais nas escolas, em detrimento da implementação de metodologias ativas e participativas, que promovem o protagonismo estudantil e o desenvolvimento integral dos escolares.

Ressalta-se que não existe uma abordagem metodológica superior às demais. Cada uma possui suas contribuições específicas e pode ser mais eficaz, a depender do contexto escolar, das características dos escolares e dos objetivos pedagógicos traçados. A diversidade metodológica deve ser compreendida como uma riqueza para a prática docente, permitindo ao professor atuar de forma mais sensível e adaptada às múltiplas realidades presentes nas escolas. A integração entre diferentes abordagens pode ampliar as possibilidades de ensino-aprendizagem, fortalecendo o papel da Educação Física na promoção de um estilo de vida ativo, saudável e consciente.

Dessa forma, espera-se que a Educação Física Escolar, enquanto componente curricular essencial à formação humana, contribua para a construção do conhecimento, para o exercício da autonomia e da criticidade, além de proporcionar condições para que os escolares compreendam seu corpo, sua saúde e seu papel na sociedade. Estimular um estilo de vida ativo ao longo da vida é uma responsabilidade compartilhada por educadores, instituições e políticas públicas, e as abordagens metodológicas são indispensáveis nesse processo.

REFERÊNCIAS

BASSETTE, Fernanda. CNN Brasil. **Comportamentos sedentários pioram a saúde mental de adolescentes, diz estudo**. 2025. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/comportamentos-sedentarios-pioram-saude-mental-de-adolescentes-diz-estudo/> Acesso em: 28 fev. 2025.

BRACHT, Valter. A educação física no ensino fundamental. **Seminário Nacional do Currículo em Movimento**, v. 1, p. 1-14, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. Glossário Saúde Brasil. **Comportamento Sedentário**. 2023. Disponível em: [https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/glossario/comportamento-sedentario#:~:text=As%20evid%C3%A2ncias%20cient%C3%ADficas%20mostram%20que,quantidade%20de%20atividade%20f%C3%ADsica%20praticada](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/glossario/comportamento-sedentario#:~:text=As%20evid%C3%A2ncias%20cient%C3%ADficas%20mostram%20que,quantidade%20de%20atividade%20f%C3%ADsica%20praticada.). Acesso em: 7 abr. 2025.

BRASIL. Secretaria de Educação Básica. **Base Nacional Curricular Comum: BNCC**. MEC/CNE. DF: Brasília, 2018.

BRIET, Rafael Nunes et al. **A educação física desenvolvimentista na educação infantil amplia a aquisição e refinamento das habilidades motoras fundamentais**. 2022.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino de Educação Física**. 1. ed. rev. – São Paulo: Cortez, 1992

DA SILVA, Jaqueline et al. Ensino das lutas na Educação Física escolar: um relato de experiência fundamentado no ensino centrado no aprendiz. **Revista prática docente**, v. 5, n. 2, p. 823-842, 2020.

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.

DE PAIVA, Adriana Borges; DE OLIVEIRA, Guilherme Saramago; HILLESHEIM, Mara Cristina Piolla. Análise de conteúdo: uma técnica de pesquisa qualitativa. **Revista Prisma**, v. 2, n. 1, p. 16-33, 2021.

DOS ANJOS **RIBEIRO**, Herbert Victor; KOHL-DEF-UFPE, Henrique. Educação física escolar: abordagens metodológicas numa perspectiva da educação freiriana. **Revista Semana Pedagógica**, v. 1, n. 1, 2018.

FIORANTE, Flávia Baccin et al. Educação física na educação infantil: um estudo das escolas municipais da cidade de Limeira/SP. **Temas em Educação e Saúde**, p. 198-210, 2018.

FREIRE, João Batista. **Educação de corpo inteiro: teoria e prática da educação física**. São Paulo: Scipione, 1991.

INACIO, Humberto Luís de Deus et al. Práticas corporais de aventura [na natureza] na educação física escolar: uma experiência em escolas da rede municipal de Goiânia. In: **Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte**. 2015.

KRUG, Rodrigo de Rosso; MARCHESAN, Moane; ACOSTA, Marco Aurélio. A contribuição da educação física escolar para um estilo de vida ativo. **Revista Linhas**, Florianópolis, v. 13, n. 2, p. 200-214, 2012. Disponível em: <https://www.revistas.udesc.br/index.php/linhas/article/view/1984723813022012200>. Acesso em: 8 abr. 2025.

LAKATOS, E. M; MARCONI M. A. **Fundamentos de Metodologia Científica**. 5. ed. São Paulo: Altas, 2003.

LARANJO, Marta Meira de Castro; SAAVEDRA FILHO, Nestor Cortez. Abordagem dialógico-problematizadora e interdisciplinar envolvendo mediação tecnológica, Ciências e Educação Física: análises e reflexões para uma educação emancipatória no ensino fundamental II. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, v. 105, p. e6126, 2024.

MADEIRA, Francilene Batista et al. Estilos de vida, habitus e promoção da saúde: algumas aproximações. **Saúde e Sociedade**, v. 27, p. 106-115, 2018.

MALDONADO, Daniel Teixeira; HYPOLITTO, Dinéia; DE ALMEIDA LIMONGELLI, Ana Martha. Conhecimento dos professores de Educação Física sobre abordagens da Educação Física Escolar. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 7, n. 3, 2008.

MALDONADO, Daniel Teixeira; NOGUEIRA, Valdilene Aline; DOS SANTOS SILVA, Sheila Aparecida Pereira. Reflexões sobre possibilidades para o desenvolvimento da cidadania por meio da educação física no ensino médio. **Pensar a Prática**, v. 21, n. 3, 2018.

NAHAS, Markus V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 7. ed. Florianópolis, Ed. do Autor, 2017. 362, p. 2017.

PALACIO, Diogo Queiroz A. et al. Abordagem desenvolvimentista e suas contribuições para a educação física escolar. IN: Ferreira, H. Simões et al. (org.). **Abordagens da educação física escolar: da teoria à prática**. 1. ed. Fortaleza: Assembleia Legislativa do Estado do Ceará: EdUECE, 2019, p. 123-138.

PEREIRA, Álex Sousa; OLIVEIRA, Marcelo Alberto de; PRODÓCIMO, Elaine. O ensino de lutas/artes marciais como uma prática de educação libertadora: entremeando círculos de cultura, situações-problema e jogos. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 46, p. e20230068, 2024.

PERNAMBUCO. Secretaria de Educação. **Parâmetros para a educação básica do estado de Pernambuco: parâmetros curriculares de educação física**. Recife, 2013.

SANTOS, Ana Lúcia Padrão dos; SIMÕES, Antônio Carlos. Educação física e qualidade de vida: reflexões e perspectivas. **Saúde e sociedade**, v. 21, p. 181-192, 2012.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **O adolescente e o sedentarismo: como auxiliar?** 2022. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/especiais/pediatria-para-familias/medicina-do-adolescente/o-adolescente-e-sedentarismo-como-auxiliar/> Acesso em: 7 abr. 2025.

TANI G. (2021). **Habilidades motoras fundamentais na abordagem desenvolvimentista e nos programas de atividade física visando à saúde.** Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, 35(4), 239-250.

TORRES, Aline Lima et al. V. Ensino e aprendizagem na educação física escolar: um olhar sobre a abordagem cultural da educação física escolar. In: Ferreira, H. Simões et al. (org.). **Abordagens da educação física escolar: da teoria à prática.** 1. ed. Fortaleza: Assembleia Legislativa do Estado do Ceará: EdUECE, 2019, p. 87-104.