

**UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA UNIVERSIDADE
ABERTA DO BRASIL – PÓLO PIRITIBA**

**O PAPEL DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA PREVENÇÃO DA
OBESIDADE DOS ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL II EM UMA
ESCOLA PÚBLICA NA CIDADE DE MUNDO NOVO**

WELBER CERQUEIRA ALVES

PIRITIBA

2014

**O PAPEL DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA PREVENÇÃO DA
OBESIDADE DOS ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL II EM UMA ESCOLA
PÚBLICA NA CIDADE DE MUNDO NOVO**

WELBER CERQUEIRA ALVES

**Monografia apresentada como requisito
final para aprovação na disciplina Trabalho
de Conclusão de Curso II do Curso de
Licenciatura em Educação Física do
Programa UAB da Universidade de Brasília
– Piritiba**

ORIENTADOR: ROBSON DE SOUZA LOBATO.

Lista de Quadros

Quadro 01: Respostas dos alunos à pergunta “O que é Educação Física?”

Quadro 02: Respostas dos alunos à pergunta “Você já estudou sobre o tema Obesidade nas aulas de Educação Física?”

Quadro 03: Respostas dos alunos à pergunta “A prática regular de atividade física nas aulas e fora delas pode contribuir para a prevenção da obesidade?”.

SUMÁRIO

LISTA DE QUADROS	03
INTRODUÇÃO	03
CAPÍTULO I: Educação Física	06
CAPÍTULO II: Práticas pedagógicas no Ensino Fundamental	10
CAPÍTULO III: Obesidade	16
METODOLOGIA	21
ANÁLISE DE DADOS	24
CONSIDERAÇÕES FINAIS	32
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	35
ANEXOS	38
APÊNDICES	41

INTRODUÇÃO

Nos tempos atuais, percebe-se que os momentos de maior diversão e modo de viver das crianças e adolescentes são a TV, o videogame, o celular, o tablet, a internet e demais tecnologias. Nota-se também, o modo de alimentação destes, que cada vez torna-se menos saudável e mais prático, mais chocolates, mais salgadinhos, mais doces, menos cálcio, menos fibras, menos vitaminas, o que contribui para o surgimento de complicações na saúde. Com isso, cresce a obesidade infantil, com índices cada vez maiores e preocupantes.

Diante de tal, torna-se emergente a atenção a essa situação, para promover meios que amenizem os agravos e complicações que a obesidade traz a esses indivíduos. Objetivamos, porém, analisar o quadro da obesidade e de suas causas, bem como suas prevenções nesta fase da vida, podendo proporcionar aos nossos adolescentes e crianças um futuro com melhor qualidade de vida.

Vários estudos mostram que a Educação física muito contribui para a prevenção e tratamento da obesidade; o indivíduo obeso, é sedentário, tem menos mobilidade, menos flexibilidade e aptidão física. No entanto, a prática de atividades físicas contribui consideradamente para a reabilitação da pessoa com sobrepeso, desde crianças até em adultos, por na maioria das vezes as pessoas não perseverarem em dietas. Essas práticas auxiliam na manutenção do peso, evitando maiores problemas e no desenvolvimento corporal do mesmo. A obesidade também pode trazer problemas psicoemocionais ao indivíduo obeso, por muitas vezes se sentir excluído do meio em que vive, e por muitas vezes não participar ativamente das atividades cotidianas e ser criticado pelos que estão à sua volta. Vejo portanto, um urgente tema para discussão e atenção dos profissionais da área educativa e da saúde como também das famílias.

Percebendo assim, que a maioria dos adolescentes e crianças está se tornando pessoas sedentárias, sem práticas físicas saudáveis, sem alimentação saudável, busca-se conhecer as práticas educativas desenvolvidas pelos professores de Educação Física e suas inquietações diante da obesidade.

As crianças e adolescentes passam boa parte de seu dia na escola, porque não aproveitar desse espaço para instruí-los em uma prática de vida saudável e promissora?

O espaço escolar hoje, é um local para discussão de diversos temas e assuntos por estar aberto a um público maior, sem distinção de raça, cor, posição social ou econômica, em especial por ser nela que se aprendem práticas, valores, se formam cidadãos e dispõe de recursos sobretudo educativos.

Discutir saúde e pesquisar sobre a mesma, tem sido muito mais fácil quando busca-se a escola, por ali existir uma grande diversidade no modo de vida, na cultura, e nos hábitos sociais. Muitos pesquisadores preferem o ambiente escolar na realização de suas avaliações e pesquisas por obterem dados mais concretos e realistas.

Desta forma, torna-se relevante a pesquisa na escola em especial sobre a obesidade, por nela encontrarmos o público mais afetado pela doença e ser também um local de prevenção e ao mesmo tempo de tratamento.

As aulas de Educação Física são consideradas fortes influenciadoras da prática de atividades físicas e de melhores hábitos alimentares, o que contribui para a amenização do índice de obesidade nas crianças e adolescentes. (SAHOTA et al., 2001)

O interesse por esse estudo se deu pelo fato de ver cada vez mais nossas crianças e adolescentes vulneráveis à obesidade e aos males que ela traz. Muitos indivíduos deixam de frequentar a escola por vergonha, por ser criticado e ainda por questão de imobilidade. Desta forma, é preocupante ver esse público tendo seu desenvolvimento interrompido, por falta de cuidado e atenção a saúde. Cabe aos educadores, escola e família, já que são habilitados a isso, instruir, alertar e prover meios que impeçam o desenvolvimento da obesidade.

A presente pesquisa poderá contribuir para os professores de Educação Física, apresentando ideias para realização de seu trabalho em sala de aula na prevenção da obesidade e também no trabalho com os alunos obesos, como também para os profissionais da saúde, para a família que possui pessoas obesas e para que as famílias previnam-se deste mal.

Para ser uma pessoa saudável, é preciso equilibrar a alimentação, a prática de atividades físicas, o estresse cotidiano. As atividades físicas, porém, devem ser programadas objetivando mudanças habituais e melhorias de vida (NAHAS; CORBIN, 1992).

A Educação Física na escola é reconhecida como uma disciplina que tem como conteúdo a prática de gestos repetitivos, ou esportes. As informações

transmitidas sobre várias práticas esportivas, são na maioria das vezes entendidas como principal conteúdo a ser abordado, esquecendo-se de que os demais conteúdos são também importantes e merecem uma sistematização (ROSÁRIO; DARIDO, 2005). No entanto, esta disciplina pode ir além de uma movimentação programada e discutir proveitosamente conhecimentos da área da saúde, inclusive no que diz respeito a práticas regulares de exercícios físicos, que vão além de uma simples repetição de gestos.

Silva et al (2006) afirma, que ao observar crianças na faixa etária de 10 anos, pode perceber que os meninos movimentam-se com mais intensidade que as meninas, porém mesmo as práticas da aula de Educação física são de baixa intensidade. Podendo estas crianças tornarem-se adultos sedentários e favoráveis a problemas de saúde de maior âmbito. Preocupações como esta, deram norte ao estudo de Ronque et al (2007), no qual perceberam que os programas de exercício físico para crianças e adolescentes tem grande contribuição no desenvolvimento e conservação da aptidão física, e devem ser estimulados e em especial trabalhados no ambiente escolar.

Diante de tais informações, compreendemos que a participação da criança e do adolescente nas aulas de Educação Física não quer dizer que a aptidão física será aprimorada, mas serve de incentivo para que estes indivíduos tenham uma vida ativa e de qualidade.

A partir da discussão, apresentamos a pesquisa com o seguinte problema: Como as aulas de Educação Física vêm exercendo seu papel na prevenção da obesidade dos alunos do ensino fundamental II em uma escola pública na cidade de Mundo Novo.

O primeiro capítulo abordará sobre a Educação Física, enquanto disciplina escolar e suas vertentes na vida humana. O segundo capítulo apresentará as práticas pedagógicas da Educação Física e seus aspectos curriculares no Ensino Fundamental II. O terceiro capítulo traz informações sobre a obesidade, sua prevenção, tratamento e conseqüências para o ser humano.

1 Educação Física

A Educação Física, passou por diversos estados e mudanças durante todo esse tempo. Cada processo perpassado trouxe diferentes traços para o que hoje chamamos de Educação Física (BETTI, 1992).

A prática de atividades físicas, lúdicas ou de esportes, passou a ser plano educacional apenas no final do século XIX, e foi sendo apurada e amparada como uma prática necessária aos povos. Cada etapa de transformação esteve ligada à cultura do período e suas representações próprias.

Desde muito cedo, a Educação Física já influenciava a vida humana, no que diz respeito a estereotipação voltada ao comportamento masculino e feminino na sociedade- (LINO, 1998)

No século XX o controle de um corpo racional, repressivo, com atenção especial biologicamente e psicologicamente falando, para haver estímulo e prazer corporal deixou de ser o enfoque principal. (COURTINE 1996; LE BRETON 1995).

Nesse período (séculos XIX e XX), a política do corpo ganhou significado social. A prática esportiva foi desde cedo inclinada para a produtividade e competição (RIGAUER 1969). A competição é também um aspecto da ginástica, que é outra técnica corporal, orientada pela medicina Europeia, por aumentar o rendimento do atleta, sendo este conseguido através de intervenções científico-rationais que envolve diversas aparências, tanto biológicas quanto de resistência e força, como comportamentos e hábitos de vida moderados, respeitando à normas e regras. OS treinos esportivos e a ginástica têm consequências benéficas aos ser humano, como a capacidade de trabalho com bom rendimento pessoal e social, a saúde e o alcance dos objetivos da cultura corporal de movimento (SOARES (1997).

O esporte tornou-se de suma importância após a Guerra civil, exigindo sacrifício pessoal e interesse a uma causa comum, acabando com o individualismo.

Já no final do século XIX, esta ideia de preparação racional e moral estava por acabar. No início desse século, as finalidades da cultura corporal, foram sendo substituídas por outras concepções. De forma maior, apresentou-se a competitividade, a vontade de vencer, isso influenciados pelo esporte, buscando também a satisfação pessoal e prazerosa do corpo. (COURTINE 1995)

O esporte e a ginástica são fenômenos que apresentam diversos sentidos e relações sociais. Sendo assim, cada ocupa um espaço diferente, com princípios que

são aderidos pelos indivíduos que os praticam. A pedagogia da Educação Física, aderiu o esporte, como uma nova técnica do corpo, sem necessidade de fazer mudanças em seus princípios, apenas juntou novos sentidos à prática, como a preparação da nova geração para serem representantes do país, como consta no Diagnóstico da Educação Física/Desportos, realizado e publicado em 1971, pelo governo do Brasil.

Tendo os mesmo princípios e objetivos, o ponto central era a interferência no corpo, visando seu melhor funcionamento, para o desenvolvimento de atividades esportivas ou de produção. O conhecimento de base da Educação Física continua sendo a biologia e as ciências naturais, em suas diversas vertentes, no auxílio da medicina na aplicação de suas práticas.

Na década de 30, a Educação Física destacou-se entre os militares, influenciando na preparação física de homens para defesa da pátria, devido aos transtornos político-econômicos que o Brasil passava, como também devido o processo de industrialização, para que o homem brasileiro conseguisse força e resistência para dar continuidade à mão de obra do trabalho humano.

Nos anos, 80 surge uma compreensão diferente e inovadora para a Educação Física. Propõe-se que esta, seja entendida como prática pedagógica que rodeia recursos da Cultura Corporal, sendo a Expressão Corporal como Linguagem, seu objeto de estudo (Coletivo de Autores, 1992). Desta maneira, conjunto de conhecimentos adquiridos pela humanidade, amontoado por toda a História, ligados à cultura corporal, é portanto, organizado e agrupado através de temas que tornam-se discussões para as aulas de Educação Física.

Se acordo com Santin(1992,p.65) :

a história da educação física é longa e conhecida na dedicação de fabricar corpos disciplinados e submissos. Em duas áreas sua eficiência foi demonstrada com maior empenho: na formação de corpos guerreiros e na formação de corpos de atletas.

No entanto, Ghiraldelli(1997) fala de 5 tendências da Educação Física, desde 1851, na sua implantação no Brasil: A) a educação Física Higienista: A saúde estava em primeiro plano; B) A EF Militarista: visando a preparação do cidadão e a exclusão dos não capacitados; C) A EF Pedagogicista: a preocupação era com os jovens que iam à escola; D) A EF competitivista: Que visava a competição, o sucesso individual;

E) A EF Popular: entendo que a educação dos trabalhadores está ligada à organização das classes populares;

Dentre estas tendências, a que mais se adequa a Educação Física social é a pedagógica, que busca a importância das mudanças e estados psicossociais, o qual estimula habilidades e faz da Educação Física um instrumento para desenvolvimento destas habilidades.

Atualmente, compreende-se a Educação Física como uma prática pedagógica que trata a respeito da cultura corporal, de movimentos e a Educação Física escolar é uma disciplina que apresenta e inclui o aluno na cultura corporal de movimento, preparando o indivíduo que vai reproduzi-la e transformá-la, utilizando-a para o desenvolvimento de jogos, das danças, dos esportes, das lutas e das ginásticas beneficiando a prática do exercício da cidadania e de uma vida de qualidade (BRASIL, 1998).

A Educação Física escolar deve dar oportunidades a todos os alunos para que desenvolvam suas potencialidades, de forma democrática e não seletiva, visando seu aprimoramento como seres humanos. Cabe assinalar que os alunos portadores de necessidades especiais não podem ser privados das aulas de Educação Física . (BRASIL, 1998,p. 29)

Os Parâmetros Curriculares Nacionais para a área de Educação Física tem como grande princípio, a inclusão, tendo como objetivo inserir todos os alunos na cultura corporal de movimento. Dessa forma, procura-se mudar o quadro da história, onde antes existia distinção entre sujeitos aptos e inaptos a terem práticas corporais, resultado esse, da super valorização da eficiência. Em outras palavras, deve-se explorar os aspectos social e participativo, fazendo com que o aluno se integre cada dia mais, sem levar em conta sua capacidade física ou técnica, acabando com “os melhores e os piores”.

Um dos desafios da Educação Física escolar é a maneira como relacionar teoria e prática. De um lado, o educador preocupa-se com temas voltados à saúde, melhorias de qualidade e epistemologias. Por outro lado, os alunos têm a expectativa de uma aula divertida, com esportes, brincadeiras e que livremente pratiquem suas atividades.

Por um lado, o surgimento da EF se deu, para cumprir com a função de auxiliar na preparação de corpos saudáveis e de fácil cuidado, ou seja, com uma

educação estética, (voltada a sensibilidade) permitindo um adequado aceitamento do processo produtivo ou para atender expectativas política nacionalistas, e, por outro lado, foi autenticado pelo conhecimento médico-científico referente ao corpo que aceitava as possibilidades, necessidades e as vantagens dessa interferência no corpo. Le Breton (1995), afirma que a medicina representa, em todas as sociedades, um entendimento em alguma disposição oficial do corpo.

O grande desempenho da Educação Física, não é formar atletas, mas preparar o bom desenvolvimento do indivíduo, através da elaboração de um planejamento para suas práticas. Trabalhando aspectos biopsicossociais, dentro das aulas, estimulando o aluno a gostar do aprender desenvolvendo suas habilidades.

Silveira (2002) afirma que, "o trabalho da Educação Física fundamenta-se, nas concepções do corpo em movimento, considerando-se seu desenvolvimento, as dimensões culturais, política e afetiva do ser humano, que interage e movimenta como sujeito social e cidadão".

2- Práticas pedagógicas no Ensino Fundamental

A Educação Física enquanto disciplina escolar, deve ter a responsabilidade de preparar o indivíduo como um cidadão capaz de posicionar-se de forma crítica diante das novidades voltadas às formas da cultura corporal de movimento – o esporte, as atividades de academia, os espetáculos esportivos apresentados pela mídia e outras práticas. Entretanto, a Escola Brasileira não pode comparar-se ao funcionamento e a estrutura das academias e dos clubes, até porque a função da escola é outra.

A disciplina tem como compromisso, integrar e incluir o aluno na cultura corporal de movimento, sendo este, um cidadão pronto a utilizá-la na sociedade. Dessa forma, não basta apenas aprender habilidades e capacidades motoras e de atividades físicas, apenas esta aprendizagem não é suficiente. Não basta apenas, que o aluno aprenda regras e normas de um determinado jogo ou esporte, é necessário também, desenvolver hábitos de organização e de respeito diante dos companheiros e da sociedade.

Betti (1992), diz que a Educação Física pode contribuir dando melhor usufruto do esporte- espetáculo apresentado pela televisão instrumentalizando o aluno para apreciar de forma estética e técnica, fornecendo as informações políticas, históricas e sociais para que este possa analisar de forma crítica a violência, os interesses políticos e econômicos no esporte, o doping. No entanto, é necessário preparar o indivíduo que irá utilizar aos programas de musculação, ginástica aeróbica, natação, etc., em instituições tanto públicas como privadas, para que seja possível avaliar a qualidade daquilo que lhe é oferecido, podendo identificar e compreender as práticas que melhor promovam sua saúde e bem-estar. Da mesma forma, deve-se aprontar o espectador ou leitor para que de forma crítica analisem o que lhe é apresentado pelos meios de comunicação a respeito da cultura corporal de movimento.

Por esse motivo, num período de longo prazo, a EF deve fazer com que o aluno descubra os sentidos e motivos das atividades corporais, de modo que favoreça o desenvolvimento de ações positivas, levando-os à aprendizagem significativa de comportamentos corretos à prática, compreendendo, conhecendo e analisando o que lhes é apresentado, adquirindo assim, vontade e apreciação da sua prática e do corpo que está em movimento. (BETTI,1992)

Assim, o professor deve sempre incentivar e auxiliar o aluno para que este, compreenda o sentir e o relacionar-se dentro do espaço da cultura corporal de movimento. Este é um processo que varia de acordo os níveis de desenvolvimento de cada aluno, bem como suas características e interesses.

O aprimoramento das habilidades específicas e da aprendizagem de habilidades mais complexas são buscadas nos anos finais do Ensino Fundamental, quando inicia-se um trabalho mais voltado para a aptidão física, sendo entendida como o desenvolvimento geral e equilibrado das aptidões físicas. Nesta fase, inicia-se também a organização de concepções teóricas da cultura corporal de movimento, buscando sempre a relação entre a experiência e o conhecimento, bem como a interdisciplinaridade (Lüdke & Mediano, 1992).

A Educação Física possui uma tradição técnico-pedagógica de pelo menos um século e meio em estratégias de ensino nos campos da ginástica, recreação, esporte e atividades rítmicas e expressivas. Autotestagem ou conteste, jogos de competição e cooperação, sequências pedagógicas, demonstração, descobrimento guiado, resolução de problemas, jogos de mímica e expressão corporal, grandes jogos, jogos simbólicos, jogos rítmicos, exercícios em duplas, trios, grupos, com e sem material, circuito, aulas com música, aulas historiadas, jogos pré-desportivos, gincanas, campeonatos, festivais. A esse conjunto devem somar-se outras estratégias quando se tem em vista o plano cognitivo: discussões sobre temas da atualidade ligados à cultura corporal de movimento, leitura de textos, dinâmicas de discussão em grupo, matérias de jornais e revistas, uso de vídeo/TV (produções específicas ou gravações de programas da TV), mural de notícias e informações sobre esporte e outras práticas corporais, organização de campeonatos pelos próprios alunos, trabalhos escritos, pesquisas de campo, etc. É oportuno observar que na Educação Física não há delimitação clara entre conteúdos e estratégias; muitas vezes, eles se confundem. É o caso do jogo que, como sinônimo de lúdico, pode tanto ser visto como um conteúdo ou como uma estratégia de ensino. (Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, 2002, p. 76)

Estas ideias e conteúdos, possibilitam ao professor e à Educação Física uma metodologia interdisciplinar, o que promoverá um desenvolvimento pleno e significativo do indivíduo, nos aspectos social, afetivo e motor.

Cabe ao professor, a escolha dos objetivos específicos e das estratégias de cada tema e aula, levando em conta cada etapa e série a ser aplicada. Ainda durante o desenvolvimento das aulas, outras estratégias podem surgir, devido as características dos conteúdos e também atendendo à alguns interesses dos alunos. No entanto, todas as estratégias e objetivos, devem obedecer aos princípios metodológicos gerais.

A Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte(2002, p. 77) apresenta os princípios metodológicos:

Princípio da inclusão: Os conteúdos e estratégias escolhidos devem sempre propiciar a inclusão de todos os alunos.

Princípio da diversidade: A escolha dos conteúdos deve, tanto quanto possível, incidir sobre a totalidade da cultura corporal de movimento, incluindo jogos, esporte, atividades rítmicas/expressivas e dança, lutas/artes marciais, ginásticas e práticas de aptidão física, com suas variações e combinações.

Princípio da complexidade: Os conteúdos devem adquirir complexidade crescente com o decorrer das séries, tanto do ponto de vista estritamente motor (habilidades básicas à combinação de habilidades, habilidades especializadas, etc.) como cognitivo (da simples informação à capacidade de análise, de crítica, etc.).

Princípio da adequação ao aluno: Em todas as fases do processo de ensino deve-se levar em conta as características, capacidades e interesses do aluno, nas perspectivas motora, afetiva, social e cognitiva.

Para que as aulas tornem-se de interesse aos alunos, é necessário apresentar-lhes a importância da Educação Física, bem como esclarecer as influências e benefícios que esta proporciona ao indivíduo, tanto em bem-estar, como em saúde, fazendo com que estes a entendam não apenas como uma prática obrigatória, mas que seja uma prática agradável. Deve-se ainda, abordar outros benefícios vindos da Educação Física, como um leque de conhecimentos em relação a outras disciplinas.

Silveira(2002), aborda que a Educação Física, deve proporcionar a exploração e desenvolvimento das capacidades e habilidades de cada sujeito, para que seus potenciais sejam formados integralmente, estando preparados para os obstáculos. Apesar dos empecilhos encontrados pela Educação Física, não basta apenas formar um aprendiz de regras, jogos, ginásticas, mas é preciso favorecer o desenvolvimento do indivíduo enquanto cidadão.

Diante disso, a Educação Física tornou-se um meio de inclusão social, melhorando a visão social das crianças e adolescentes, tornando-se conscientes da cidadania, no que tange ao respeito mútuo e as diversidades de interesses e expressões também na Educação Física.

A Educação Física escolar deve dar oportunidades a todos os alunos para que desenvolvam suas potencialidades, de forma democrática e não seletiva, visando seu aprimoramento como seres humanos. Cabe assinalar que os alunos portadores de necessidades especiais não podem ser privados das aulas de Educação Física . (BRASIL, 1998,p. 29)

São pequenos detalhes, mas que fazem mudanças significativas no âmbito social. Moreira(2006), diz que o lazer e o esporte têm sido um dos grandes “mediadores do desenvolvimento humano”(TABARES, 2006, p.212)

Marco(2008), afirma que o profissional habilitado à Educação Física, tem aptidão para desenvolver os valores promovidos pelas práticas de atividades físicas, como o lazer, a diversão e o desenvolvimento social e também pessoal. Diante dessa ideia, é que o indivíduo desenvolve a inteligência, tornando-se não apenas um ser pessoal, mas social, agindo significativamente na sociedade e contribuindo positivamente para o desenvolvimento da mesma.

A partir do momento que o profissional da área utiliza as aulas para a produção de movimentos corporais agradáveis e prazerosos, ocorre uma eficiência da motricidade de cada um, com superações e sem exclusão.

É a convivência amorosa com seus alunos e na postura curiosa e aberta que assume e, ao mesmo tempo, provoca-os a assumirem enquanto sujeitos sócio-históricos-culturais do ato de conhecer, é que ele pode falar do respeito à dignidade e autonomia do educando. (FREIRE, 1997, p.11)

Assim, o professor deve ter o compromisso e o interesse em organizar os desejos e necessidades de seu público, buscando um novo destino, educando de forma transformadora, percebendo a importância da relação entre teoria e prática para a vida dos seus educandos não apenas no âmbito escolar, mas também socialmente.

Deve-se sempre utilizar práticas que abordem o meio social e levem os alunos à despertar o interesse pelas práticas de atividades físicas e também de atividades de aspecto social, promovendo aprendizagens significativas e efetivas.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais(1998, p.63) apresenta como um dos objetivos da prática de Educação Física no Ensino Fundamental:

solucionar problemas de ordem corporal em diferentes contextos, regulando e dosando o esforço em um nível compatível com as possibilidades, considerando que o aperfeiçoamento e o desenvolvimento das competências corporais decorrem de perseverança e regularidade e que devem ocorrer de modo saudável e equilibrado;

Desta forma, percebe-se a importância de trabalhar a Educação Física em suas mais variadas vertentes, para promoção do desenvolvimento geral do aluno e para que suas capacidades sejam aguçadas e aperfeiçoadas. Durante a formação de informações e conhecimentos, forma-se também ações que facilitam os benefícios da saúde e o conhecimento da cultura corporal, promovendo não apenas valores estéticos, mas valores qualitativos em sua vida. (DARIDO, 2003)

Segundo Darido (2003), na Educação Física Escolar, atividades como jogos, dentro das aulas, podem auxiliar no processo de desenvolvimento, psicomotor, cognitivo e social do indivíduo. Já que na escola, um dos lugares de aprendizagem, o sujeito tem o trabalho de aprender como se movimentar e usufruir de tudo daquilo que lhe é apresentado na Educação Física.

As ideias de avaliação dependem dos conceitos mais amplos de metodologia, o que envolve a relação professor-aluno e aprendizagem. Quanto ao desempenho da avaliação a metodologia desenvolvida pelo professor é determinante. Os passos escolhidos pelo professor como parte importante para avaliar a classe, são em sua maioria a principal ferramenta, variando de professor a professor.

Os conceitos mais progressistas sugerem a avaliação da totalidade do aluno, como reflexão ideal do seu rendimento, já que seus conceitos são determinados a partir de sua cultura. (GIMENO, 1988). Diante disso, O melhor resultado não é apenas intelectual, mas deve-se considerar aspectos gerais de personalidade, o que envolve os aspectos afetivo, social e corporal.

Outro ponto importante, é a necessidade de pensar em todas as etapas evolutivas do indivíduos, no que tange os aprendizados específicos (LÜDKE & MEDIANO, 1992). Deve-se levar em conta o que dependeu do aluno e o que resultou na mediação do professor. Este é um ponto muito relevante na Educação Física pois o aluno que hoje não corre adequadamente, dias mais tarde saberá correr de forma a alcançar o objetivo. Esse tipo de desenvolvimento está ligado à questões voltadas ao crescimento e desenvolvimento físico, ou a um aprimoramento de tal habilidade. No entanto, o desenvolvimento de habilidades depende do

ambiente cultural e das ocasiões específicas das práticas, senso estes fatores de aprendizagem. Portanto, a avaliação em Educação Física deve ter tais conhecimentos e habilidades de forma particular nos indivíduos.

3 Obesidade

3.1 Conceituando obesidade

Torna-se necessário à compreensão do assunto em pauta, conhecer o que é a obesidade, como ela interfere na saúde humana, como se manifesta, como preveni-la e tratá-la.

O Instituto Zilberstein (2008, p. 1) em São Paulo, define a obesidade:

Como o aumento do peso corpóreo em relação ao peso ideal devido ao excesso de tecido adiposo (gordo) no organismo. Atinge indivíduos de ambos os sexos e todas as idades, porém é mais frequente nos adultos do sexo feminino.

Jansen (2004, 23) alerta que:

As proporções epidêmicas da obesidade infantil indicam ainda que, dentro de alguns anos, o percentual de adultos obesos será muito maior que o atual. Estatísticas mostram que 80% das crianças obesas se tornam adultos obesos.

Para Marra e Marques (APUD OLIVEIRA, 2005), a obesidade é excesso de gordura no tecido adiposo, estendido em todo o corpo ou em regiões, causado por diversos fatores (ambientais, endócrino-metabólicos e genéticos).

A obesidade pode trazer riscos de morte e aparecimento de outras doenças, o que a torna um risco maior ao ser humano. Ao ter o peso elevado, aumenta-se a gordura (colesterol), a glicose, e também a pressão do sangue. Infarto, insuficiência respiratória, diabete, hipertensão arterial, e outras anormalidades podem surgir em pessoas obesas. Problemas psicossociais também podem ser desenvolvidos pelo fato da não aceitação desses indivíduos, no caso de adolescentes e crianças são mais fáceis de ocorrer por conviverem com indivíduos que em sua maioria discriminam.

De acordo com alguns pesquisadores, o grau de escolaridade das mães tem relação com os níveis de obesidade das crianças:

Os dados demonstram que ocorreram, no decorrer dos sete anos que separaram os dois inquéritos, mudanças relevantes nas prevalências de obesidade entre menores de cinco anos de idade. Tais mudanças foram no sentido de maiores prevalências nas regiões menos desenvolvidas, acompanhadas de reduções nas prevalências em regiões mais

desenvolvidas. Tanto os aumentos quanto as reduções ocorreram mais intensamente entre os filhos de mães com maiores graus de escolaridade das respectivas regiões. (TADDEI et al 2002, p.29)

Os fatores de risco aos indivíduos e que mais favorecem a obesidade são a falta de exercício, a qualidade dos alimentos, a quantidade e os modelos alimentares. No entanto, estas mesmas causas podem tratar a doença, basta mudar os hábitos alimentares e comportamentais. Caso não se consiga as mudanças necessárias, o indivíduo obeso tem como medida o uso de medicamentos (HELLER; KERBAUY, 2000).

As primeiras medidas preventivas para a obesidade e as mais eficazes, devem ser iniciadas desde bebês, estas devem continuar até a adolescência para obtenção de bons resultados.

3.2 Sedentarismo, nutrição e obesidade

Cada vez mais, a prática de exercícios físicos tem sido esquecida e/ou trocada por aparelhos tecnológicos, como celulares, TV's, tablet's e outros. Desde a criança, que nasce e cresce envolvida com as tecnologias, até o adulto que deixa práticas saudáveis e senta em uma poltrona para assistir TV. Os indivíduos se acomodaram devido a estas e outras causas e acabaram esquecendo de cuidar de si mesmos, trazendo consequências a sua saúde. (MELLO, 2003)

Monteiro et al. (1995) relatam que se vive no Brasil um momento de movimentação nutricional; estão ocorrendo mudanças no hábito alimentar das pessoas em razão das mudanças dietéticas, sendo as transformações sociais, econômicas e influência da mídia, as principais causadoras.

Segundo alguns pesquisadores:

Há completa ausência de frutas e vegetais. A pirâmide construída a partir da frequência de veiculação de alimentos na TV difere significativamente da pirâmide considerada ideal. Há, na realidade, uma completa inversão, com quase 60% dos produtos representados pelo grupo de gorduras. (SÁ, 1995, p. 15)

Neste meio sedentário, destacam-se os adolescentes e jovens, por estarem envolvidos com mais frequências às inovações da sociedade. Quando estão na escola, praticam atividades físicas por conta da disciplina em estudo e fora dela, não

praticam nenhuma outra atividade, isso acontece com a maioria desse público. Além da falta de atividades físicas, a alimentação irregular e incorreta, contribui para o desencadeamento de irregularidades na saúde, como problemas digestivos, desnutrição, obesidade e outros. Dentre estes, a obesidade tem tido destaque, por estar mais frequente nos adolescentes e crianças.

As transformações de hábitos e gostos alimentares iniciados na infância podem ser permanentes (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2005). A má alimentação e o alto consumo de gorduras, açúcares e alimentos com alto índice energético e a diminuição da prática de atividades, são as maiores causas da obesidade. Estudos comprovam que os indivíduos que não realizam atividades físicas, ou que realizam menos que deveriam, tem maior facilidade de adquirir uma doença, principalmente a obesidade, pois esta, está voltada à má alimentação e a falta de exercícios físicos.

Desta forma, atualmente, as políticas escolares voltadas a educação em saúde são a forma mais eficiente na redução dos problemas relacionados ao sedentarismo e má alimentação na saúde pública, o que compõem um estilo vida errôneo e nada saudável.

3.3 - Obesidade na escola

Em seus estudos Philippi (2000) mostra que na maioria das vezes o problema de se ter uma alimentação saudável ocorre também nas escolas. As cantinas escolares não estão tão preocupadas com o tipo de alimentação a ser vendida. Visam alimentos que as crianças e adolescentes mais gostam, como: refrigerante, doces, frituras.

Segundo César (2000), a escola é o principal agente preventivo da obesidade, em razão da doença acometer principalmente as crianças e adolescentes e estes serem mais influenciados pelos professores e terem maior contato diariamente. Desta forma a maioria das pesquisas e avaliações sobre a ocorrência da obesidade ou desnutrição acontece no ambiente escolar (SILVA, 2001).

O interesse e a preocupação pelo bem estar e pela saúde das crianças e adolescentes, deve ser o alvo das cantinas; deve-se preparar uma alimentação diferenciada, com proteínas, vitaminas, alimentos saudáveis, e com grande valor

nutricional. A família deve ficar atenta a esse comportamento e sempre cobrar da escola.

Os estudos citados mostram que avaliações e pesquisas epidemiológicas podem ser realizadas no âmbito escolar, especialmente envolvendo professores da escola. E, a disciplina que melhor agrupa as condições necessárias para os estudos de nutrição dos alunos é a Educação Física, que também auxilia nas propostas de intervenção.

A contribuição da Educação Física está presente na ideia do aumento dos índices de atividade física desses adolescentes e na abordagem de definições associadas a assuntos voltados à saúde e à obesidade. Podemos adicionar à escola outro ponto importante, no que se refere à obtenção e reconstrução de valores, voltados à prática de atividade física, alimentação e outras vertentes que levam ao alojamento da obesidade (COSTA et al ,2001).

Matsudo et. al. (2002, p. 24) nos diz que “todo o indivíduo deve acumular ao menos 30 minutos de atividade física, na maioria dos dias da semana, em intensidade moderada, de forma contínua ou acumulada”, está prática auxilia na manutenção da saúde. Podemos observar a importância da Educação Física para os indivíduos quando presenciamos as atividades práticas, nas quais se percebe a movimentação do corpo, esforços que contribuem para o desempenho motor e principalmente a disposição daqueles que praticam sempre. Nos indivíduos acima do peso, as habilidades motoras já são menores e existem dificuldades de locomoção mais rápida, como corridas ou outros exercícios que exigem mais esforço físico, estes tem menos agilidade ao desempenhar algumas atividades, o que compromete o seu desenvolvimento físico e biológico, é o que nos afirma Malina e Bouchard (2002).

Os métodos de tratamento da obesidade que envolvem crianças e adolescentes, estão voltados à atividades físicas, e ginásticas exigentes, proporcionando resultados que beneficiam o indivíduo no alcance dos objetivos maiores: a perda de peso e melhor instrução física (MALINA, 2002).

A escola deve se preocupar com altos índices de obesidade e ter uma postura diferenciada, preocupando-se com os alunos obesos, sendo que estes podem ter seu desenvolvimento educativo comprometido, mas também preocupar-se com os alunos em peso normal, buscando métodos preventivos e de incentivo à atividades

físicas. A depender dos programas da escola, esta poderá incentivar dietas saudáveis, a prática de atividades físicas ou desanimar seus alunos.

Neste contexto, a escola juntamente com a família podem buscar ajuda de profissionais da área visando a reeducação alimentar e comportamental dos indivíduos.

METODOLOGIA

A pesquisa científica é o conjunto de procedimentos sistemáticos, que objetiva encontrar soluções para o problema em questão, através do uso de métodos científicos. Por isso, a metodologia é uma importante e indispensável ferramenta para organização e planejamento de qualquer pesquisa a ser realizada. (F.B. REIS, R.M. CICONELLI & F. FALOPPA, 2002)

A metodologia, porém, objetiva bem mais do que levar o aluno a elaborar projetos, a desenvolver um trabalho monográfico ou um artigo científico como requisito final e conclusivo de um curso acadêmico. Ela almeja levar o aluno a comunicar-se de forma correta, inteligível, demonstrando um pensamento estruturado, plausível e convincente, através de regras que facilitam e estimulam à prática da leitura, da análise e interpretação de textos e conseqüentemente a formação de juízo de valor, crítica ou apreciação com argumentação plausível e coerente. (MAIA, 2008)

Desta forma, necessita-se de instrumentos metodológicos que facilitem a análise e interpretação, bem como de um planejamento bem elaborado para que se alcance os resultados esperados.

Esta pesquisa classifica-se como estudo de caso, por ser este um método exploratório, o qual se adequa melhor ao estudo em pauta, tendo em vista que investigamos a prática pedagógica das aulas de Educação Física no que diz respeito aos momentos em que estas favorecem a prevenção da obesidade nos adolescentes de uma escola pública da cidade de Mundo Novo-BA, bem como o tema vem sendo abordado durante as aulas. Sendo esta, uma pesquisa que depende de análise e avaliação de um determinado momento da vida real e seus fatores, compreendemos então, a importância de utilizar o método de estudo de caso, segundo YIN (1989, p. 23) afirma:

O estudo de caso é uma inquirição empírica que investiga um fenômeno contemporâneo dentro de um contexto da vida real, quando a fronteira entre o fenômeno e o contexto não é claramente evidente e onde múltiplas fontes de evidência são utilizadas.

Diante disso, se tem uma pesquisa qualitativa, com a participação de outros indivíduos, por meio de entrevistas e pesquisa documental para a obtenção de informações que tornem a pesquisa clara e objetiva, trazendo uma compreensão facilitada do problema em questão, já que a mesma envolve não apenas o ambiente educacional, mas o bem estar social.

Desta forma, percebemos a relevância de se ter a participação de outros indivíduos durante a pesquisa, para que as informações sejam de fácil compreensão e a abordagem o tema em discussão seja clara, tendo em vista que para entendermos os comportamentos e seus fatores é relevante a compreensão daqueles que estão no alvo do problema a ser discutido. Por essa razão, escolheu-se esse método de pesquisa, percebendo que as vivências e experiências são fatores que comprometem significativamente na discussão e estão mais intimamente ligados ao problema em foco.

A pesquisa foi realizada em uma escola pública no município de Mundo Novo-BA, tendo como público alvo os alunos das séries finais do Ensino Fundamental II e o professor de Educação Física destes respectivos alunos. Estes foram os maiores participantes na realização da pesquisa por estarem ligados ao questionamento principal.

Para entrada neste campo, foi solicitada a autorização da direção escolar, apresentando aos mesmos o “Termo de consentimento livre e esclarecido de participação na pesquisa” (Anexo A), no qual se explica a participação dos indivíduos na pesquisa, o objetivo da mesma e como esta será realizada. Não se contatou com o diretor do colégio, por não estar na cidade, por conta do período de férias, mas contatou-se com um(a) dos(a) responsáveis, a coordenadora pedagógica. Esta etapa foi realizada também com o professor de Educação Física do colégio, que mora em Mundo Novo- Ba, o qual recebera o Termo de consentimento livre e esclarecido de participação na pesquisa” (Anexo B) e se dispusera a participar da pesquisa.

Alguns alunos também foram procurados para participarem da pesquisa; estes receberam o Termo de consentimento livre e esclarecido de participação na pesquisa” (Anexo C) , o qual foi apresentado aos seus responsáveis e assim consentiram a participação dos menores na pesquisa.

Após autorização de ambos, organizou-se o roteiro das entrevistas que seriam realizadas com o professor e alguns alunos. Houve pesquisa documental, na qual analisou-se o plano de curso do professor em seguida realizou-se as entrevistas, com os alunos e o professor, para assim, analisar e desenvolver esta pesquisa.

O uso de entrevistas, coleta de dados, são importantes para que haja maior valorização do estudo em pauta, como também, da excelência e da eficácia dos resultados que serão obtidos.

A entrevista utilizada para os professores foi semiestruturada. Os questionamentos aos alunos tiveram perguntas abertas e fechadas para que estes ficassem à vontade e pudessem passar com clareza as informações necessárias à minha pesquisa. A pesquisa documental foi realizada através da observação e estudo dos planos de aulas do educador, e outros materiais didático-pedagógicos apresentados. Com esta amostra, compreendemos as práticas educativas voltadas à Educação Física enquanto disciplina, bem como a metodologia desenvolvida pelo profissional da área e o que tem apresentado e trabalhado em relação a obesidade, como os alunos se comportam a respeito do assunto e o que tem compreendido.

ANÁLISE DE DADOS

A sistematização dos dados foi feita a partir do estudo e análise dos resultados obtidos visando responder aos objetivos da pesquisa.

Os dados analisados foram qualitativos, através das entrevistas realizadas com os alunos e professor da área. Os dados foram organizados em gráficos e com descrições para melhor apreciação e compreensão dos resultados.

Os alunos participantes tinham entre 12 e 15 anos., cursando o 6° e 7° anos do Ensino Fundamental II. Foram entrevistados 10 alunos(a). Os gêneros participantes eram de: 5 meninos e 5 meninas.

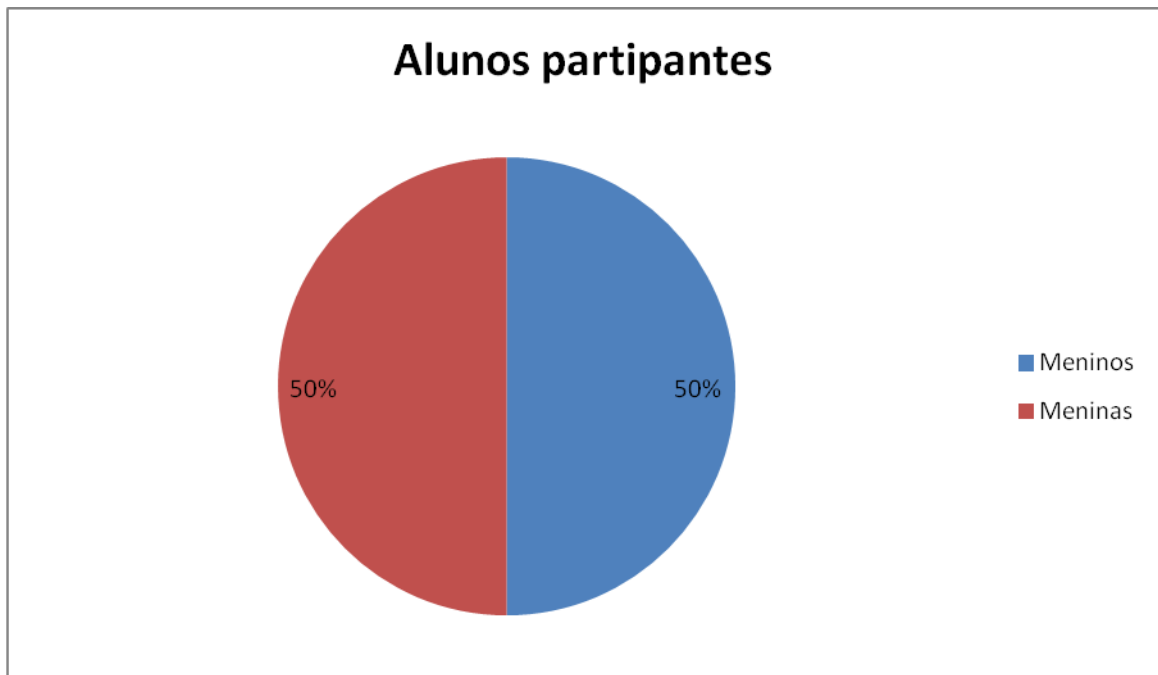


Gráfico 1: Gêneros dos participantes

Durante as entrevistas, o comportamento dos dois gêneros foram diferentes. O interesse e envolvimento das meninas na pesquisa era mais notável do que com os meninos; estes ficavam mais calados sempre aguardando as perguntas, enquanto as meninas conversavam e sentiam curiosidade no assunto.

Ao perguntar “o que é Educação Física?”, não se intimidaram e foram logo respondendo, sem medo, ou indecisão. Em suas respostas sempre usavam as palavras “movimento”, “esporte”, “corpo”.

Quadro 1: Respostas dos alunos à pergunta “O que é Educação Física?” :

Aluno 1	É uma disciplina que pratica esportes e ajuda no movimento e
----------------	--

	desenvolvimento do corpo.
Aluno 2	É tudo que movimenta o corpo e a mente, para nosso desenvolvimento.
Aluno 3	A Educação Física é uma forma de estudar o corpo.
Aluno 4	É uma matéria que ensina sobre esporte, movimento do corpo e assuntos que fazem bem a saúde.
Aluno 5	É uma prática de esporte que ajuda a desenvolver o corpo usando movimentos.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL,1998), apresenta três blocos que devem ser trabalhados na Educação Física ao longo do Ensino Fundamental, são estes: (a)Jogos, Ginásticas, Esportes e Lutas, (b)atividades rítmicas e expressivas, (c)Conhecimentos sobre o corpo.

Dentro desta perspectiva, percebe-se, o conceito bem formado do que é a Educação Física; os alunos mostraram compreensão de que a disciplina não é apenas esportes, indo além da simples prática de exercícios físicos.

Quando foram perguntados “Quais os benefícios que as aulas de Educação Física podem proporcionar para saúde?”, responderam de forma clara apontando diversas opiniões, desde uma boa saúde à uma boa forma física.

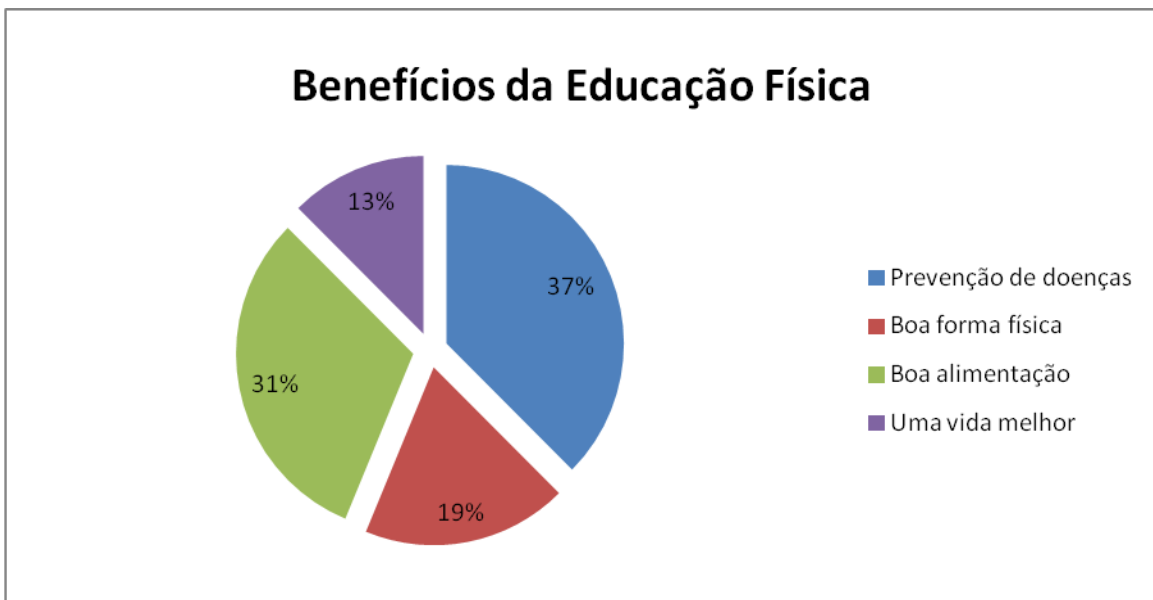


Gráfico 2: Benefícios da Educação Física

Pode-se perceber que quando pensam em Educação Física, sempre lembram de doenças e boa alimentação, isso mostra que o desenvolvimento das aulas a eles apresentadas têm trazido bons resultados.

Guedes e Guedes (1994) apontam a Educação Física escolar como promotora de saúde por estar relacionada à um estilo de vida saudável, a ensinamentos de nutrição, formação corporal, além das atividades corporais. Guedes (1999) afirma que há a necessidade das escolas promoverem atividades que despertem atitudes alimentares conscientes nos alunos, para obterem uma vida saudável.

Desta forma, a orientação e aprendizados destes alunos estão de acordo a ideia do autor citado, e é notável a compreensão das aulas ministradas sobre o tema. É, portanto, uma proposta de grande valor, e também um grande desafio aos ministradores da disciplina, discutir e obter resultados significativos diante do assunto.

Em seguida perguntou-se “Você já estudou sobre o tema da Obesidade na aulas de Educação Física?” , e pediu-se que explicasse um pouco sobre o tema. Os alunos logo responderam, mostrando confiança em sua fala e com muita clareza; explicando que as pessoas que estão acima do peso são consideradas obesas; alguns deram exemplos do dia-a-dia, citando pessoas conhecidas e até falaram das formas de prevenção e o que a obesidade pode causar no indivíduo. Mostraram-se a par do tema e muito bem informados.

Quadro 2: Respostas dos alunos à pergunta “Você já estudou sobre o tema Obesidade nas aulas de Educação Física?” :

Aluno 1	Sim; inclusive estudei sobre dietas e boa alimentação para não ficar acima do peso.
Aluno 2	Sim. E entendemos que a obesidade pode provocar outras doenças, como pressão alta.
Aluno 3	Sim. Aprendemos que a vida sedentária traz riscos à saúde porque aumenta o peso e pode causar infarto e outras doenças como obesidade.
Aluno 4	Sim. Estudei sobre a obesidade, que é estar acima do peso e como evitar.
Aluno 5	Sim. Pessoas obesas tem o peso acima do normal e pode trazer riscos a saúde das pessoas.

Da mesma forma, responderam quando foram perguntados “De que maneira a disciplina de Educação Física pode contribuir para a prevenção da obesidade?”. Logo citaram que a disciplina avisa sobre os perigos e fala das formas de

alimentação, das práticas de exercícios físicos, caminhadas, esportes e outras atividades que previnem a doença, e muitas práticas são realizadas na escola.

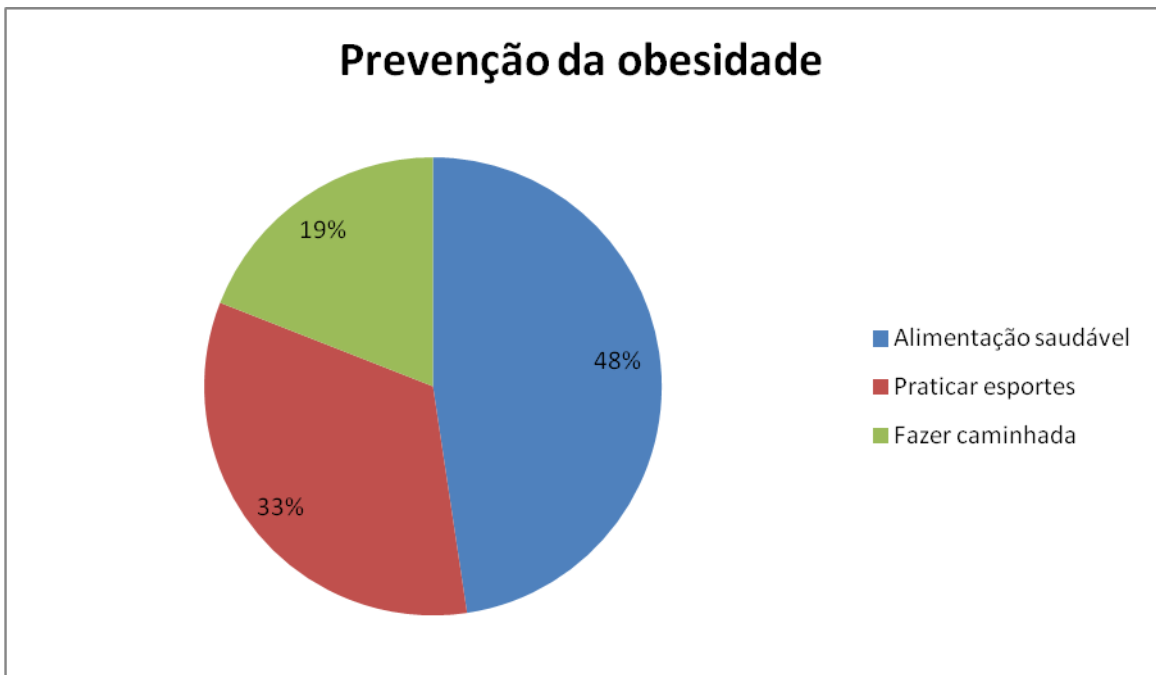


Gráfico 3: Prevenção da obesidade

As aulas de Educação Física são consideradas fortes influenciadoras da prática de atividades físicas e de melhores hábitos alimentares, o que contribui para a amenização do índice de obesidade nas crianças e adolescentes, bem como podem prevenir a doença. (SAHOTA et al., 2001)

A partir dessa ideia, percebe-se a relação das respostas dos alunos com a afirmação de Sahota, apresentando o que foi concluído das aulas e podendo perceber que a ministração do professor foi clara e compreensível.

Após falarem das práticas preventivas da obesidade, foram indagados se “ A prática regular de atividade física nas aulas e fora delas pode contribuir para a prevenção da obesidade?”. Todos responderam que sim e explicaram que quando praticam algo na escola, desperta o desejo de continuar fazendo fora da escola e isso acaba ajudando a prevenir a doença. Um aluno disse: ” Mesmo que não faça todo dia, mas já está ajudando a não ter a doença”.

Quadro 3: Respostas dos alunos à pergunta “A prática regular de atividade física nas aulas e fora delas pode contribuir para a prevenção da obesidade?”.

Aluno 1	Sim; Por que o corpo não pode ficar parado. A gente precisa perder as calorias que consumimos.
Aluno 2	Sim. Porque as atividades físicas são responsáveis pela prevenção da

	obesidade.
Aluno 3	Sim. Porque a gente começa na escola e quer fazer também fora da escola.
Aluno 4	Sim. Por que quando movimentamos o corpo estamos perdendo calorias.
Aluno 5	Sim. Mesmo que não faça todo dia, mas já está ajudando a não ter a doença.

Ronque et al (2007), apresenta um estudo no qual perceberam que os programas de exercício físico para crianças e adolescentes tem grande contribuição no desenvolvimento e conservação da aptidão física, e devem ser estimulados e em especial trabalhados no ambiente escolar, como prevenção da obesidade.

Diante de tais informações, compreendemos que a participação da criança e do adolescente nas aulas de Educação Física não quer dizer que a aptidão física será aprimorada, mas serve de incentivo para que estes indivíduos tenham uma vida ativa e de qualidade.

Em continuidade à entrevista, perguntou-se a alguns, se tinham uma alimentação saudável. Uns responderam que comiam “muita besteira”, outros disseram que tomava “refrigerante de vez em quando”. Outros: “minha mãe não gosta que coma muita besteira para não adoecer.” O gráfico abaixo, mostra o resultado da conversa.

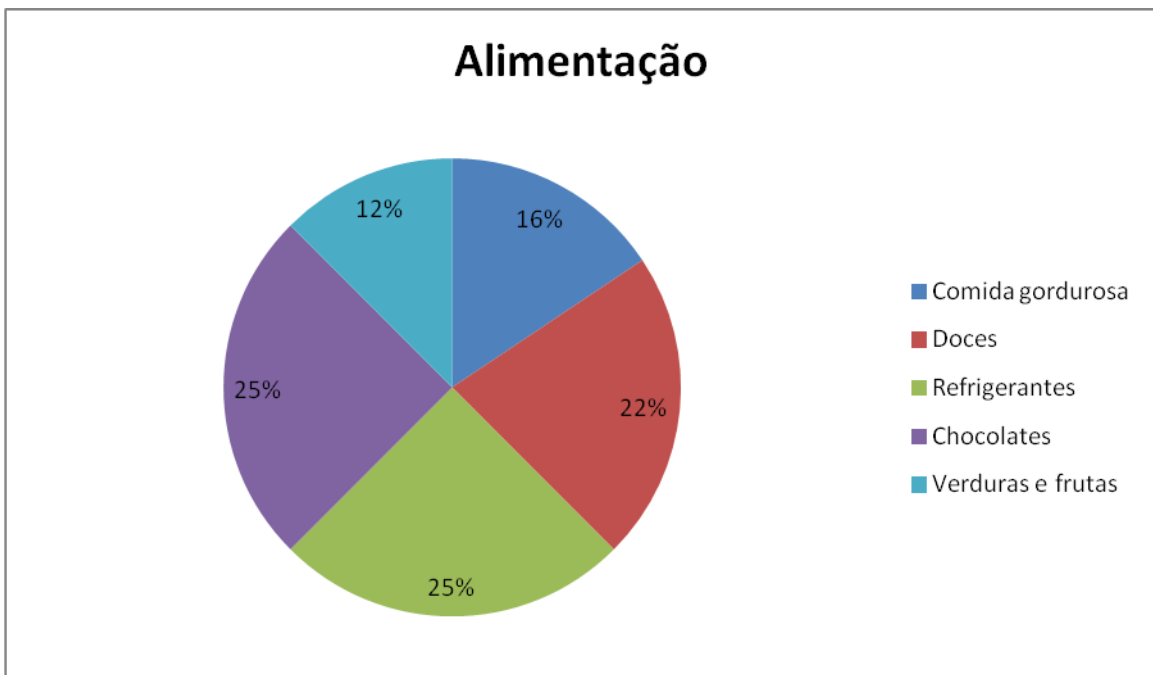


Gráfico 4: Alimentação dos entrevistados

Pode-se perceber que os adolescentes ainda não têm um hábito de alimentação saudável, mesmo sendo conscientes do que podem adquirir com este tipo de alimentação. Foram também perguntados sobre o que lancham no colégio; responderam que quando não comem o lanche oferecido pelo colégio, compram num homem que vende merenda no portão. Os lanches vendidos são: salgadinhos, frituras, doces e refrigerantes.

Monteiro et al. (1995) relatam que se vive no Brasil um momento de movimentação nutricional; estão ocorrendo mudanças no hábito alimentar das pessoas em razão das mudanças dietéticas, sendo as transformações sociais, econômicas e influência da mídia, as principais causadoras. No entanto, há a consciência dos indivíduos, mas há a forte influência da mídia que é um empecilho para que o indivíduo tenha hábitos alimentares saudáveis.

Os alunos entrevistados mostraram grande afinidade com o assunto e a disciplina explorada. Apresentaram ideias reais e grandes argumentos para responder às perguntas. Estes, estão bem informados e conscientes de como ter uma vida de qualidade, no entanto, necessitam de um apoio maior, da sociedade e em primeiro lugar da família, que é uma grande influenciadora na forma de vida destes adolescentes.

A entrevista feita ao professor de Educação Física do Colégio foi bastante clara e objetiva, com resultados significativos. A compreensão do seu papel enquanto professor da disciplina é notável em sua resposta à pergunta: O que é ser um professor de Educação Física? “é estar preocupado e se sentir comprometido com a formação do indivíduo de forma integral e conseqüentemente com o bem estar físico, mental e social do indivíduo.” (Professor de Educação Física)

Segundo Pereira,

A atividade docente, o ensino da Educação Física, a orientação técnica e física de equipes desportivas, as situações de ensino e treinamentos da cultura física – da iniciação desportiva ao desporto de alto nível – devem ser de competência exclusiva dos profissionais de nível superior, professores de Educação Física. Estes profissionais, com a competência necessária para o desempenho destas funções, estariam para a cultura física assim como os profissionais de mesmo nível, como odontólogos e engenheiros estão para a odontologia e a engenharia. (PEREIRA, 1988, p.120).

Moreira(2000) apresenta argumentos como os de Pereira e acrescenta que o profissional de educação física antes de se preocupar com técnicas e estéticas, deve se preocupar com o conhecimento e cuidado com a totalidade do corpo humano. O que vemos na resposta do professor entrevistado, mostrando preocupação com o

bem-estar do indivíduo e seu modo de vida. Sendo bem próximo a concepção do que espera-se de um profissional da área.

Ao perguntar sobre os benefícios que as aulas de Educação Física Escolar podem trazer para os estudantes, ele responde que:

Colabora para a formação integral, a partir do momento que são passados os conhecimentos específicos da área, sendo que hoje é imprescindível não se ter este tipo de conhecimento. E logo se fala em saúde. Não tem jeito de não pensar em saúde. Então, logo promove o bem estar em todos os aspectos: o bem estar físico, emocional, psicológico. Temos então um conjunto de benefícios trazidos pela Educação Física. (PROFESSOR)

O professor ainda disse que percebe o interesse de alguns alunos pelas atividades práticas quando são antecedidas por uma aula teórica que trate de alguma doença, e “ isso se torna um benefício da Educação Física, o interesse pela prática de exercícios físicos”.

Ao falar da relação da Educação Física com saúde o professor deixou claro que ambas se complementam,

a relação da aula de educação física como uma produtora de saúde não é tão forte, mas a aula de educação física como incentivo de saúde, é forte. Acredito que essa atividade pode ser grande influenciadora dos alunos, sempre desperta a vontade de praticar algo(...). (Professor)

Quando perguntado sobre o que é obesidade, logo respondeu:

“ A obesidade é o acúmulo de gordura no corpo, causada por consumo excessivo de alimentos de alto teor calórico, superando a quantidade de calorias liberadas pelo corpo. Ou seja: quando a pessoa ingere mais calorias do que o que gasta, se torna obesa.” (Professor)

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS¹), pode –se conceituar a obesidade como o acúmulo anormal ou excessivo de gordura no organismo, podendo levar a sérios comprometimentos da saúde. Sabe-se que esse acúmulo se dá por conta de a pessoa liberar menos calorias que a quantidade consumida. O professor entrevistado mostra seu conceito de forma sinônima à definição que a OMS dá sobre a obesidade.

Perguntou-se sobre o desenvolvimento de suas aulas, se o tema obesidade é tratado e de que maneira.

¹ Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 10, n. 1, p. 133-153, jan./abr. 2012. ISSN: 1983-9030

Sempre que possível falo do tema em minhas aulas, promovo atividades práticas que despertem a preocupação com a prática de exercícios, o sedentarismo e principalmente com uma boa alimentação. No entanto, acredito que não são apenas as aulas de Educação Física que vão fazer efeito, este é um tema interdisciplinar para se trabalhar e obter bons resultados. (Professor)

A última pergunta feita ao professor foi: Você acredita que as aulas de Educação Física podem contribuir para a prevenção da obesidade? Como? Sua resposta foi:

Acredito que sim. No entanto, ela sozinha se torna pequena. Pois a todo momento a mídia mostra gostosuras e mais gostosuras. Quando não se tem nada a fazer, você vai pra frente da TV ou da internet. A TV te apresenta coisas deliciosas, mas não fala da obesidade, mas quer te vender algo para emagrecer. A internet, traz anúncios e mais anúncios de coisas novas pra você se deliciar, mas não diz que na hora do lanche é bom comer uma fruta. Apenas a escola não é o suficiente, falta incentivos positivos da família, dos amigos e da sociedade em geral. (Professor)

Para Matsudo e Matsudo (2007), o sedentarismo ou a insuficiente prática de atividade regular é um dos fatores responsáveis pela ocorrência da obesidade. Os professores de Educação Física, ao utilizarem estratégias para o combate do sedentarismo, estão contribuindo com a saúde dos alunos. Assim, tem-se exercício, o esporte e a aptidão física como conteúdos essenciais nas aulas de Educação Física escolar.

A opinião do professor está ligada também ao estudo feito por Harris e Bargh (2009) apresentando a televisão como uma forte influenciadora, durante a infância, de hábitos e preferências alimentares do futuro. Foi percebido que a escolha e o gosto pelos alimentos são estimulados pelo hábito de assistir a TV, verificando-se que até mesmo a percepção do sabor do alimento pode ser alterada, imaginando um melhor que o outro.

Diante dessas informações, percebe-se o quanto o professor e a escola tem se esforçado para oferecer uma vida de qualidade aos seus alunos; dependem ainda, de um apoio maior para que alcancem resultados significativos em sua vida. Nota-se que o trabalho realizado pelo professor é muito bem desenvolvido e planejado, demonstrando interesse e dedicação em seu trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo partiu da premissa de que a obesidade pode ser abordada nas aulas de Educação Física Escolar, como forma de prevenção da mesma. Uma vez que os adolescentes da atualidade tem se alimentado de maneira não saudável, não têm praticado atividades físicas, atividades de desporto, preferindo ficarem à frente da TV ou computador, tornando-se cada vez mais sedentários. Isso preocupa, por serem hábitos que são levados por boa parte da vida.

A ocorrência da obesidade entre adolescentes e crianças tem apresentado índices cada vez mais elevados, sendo esse um dos motivos que levaram a esse estudo. A prática de exercícios físicos entre esse público tem sido reduzida, por conta das novas tecnologias que chamam a atenção, são 'mais divertidas e não cansam tanto'. Além da obesidade em si, a doença traz consigo outras irregularidades biológicas que comprometem ainda mais a saúde humana, como hipertensão, problemas de respiração, problemas cardíacos, além da baixa autoestima, problemas psicoemocionais, podendo afetar até mesmo o processo de aprendizagem escolar.

A escola, talvez seja um dos ambientes mais propícios, sendo também o mais acessível para tratar desse assunto. A educação física escolar é o momento mais adequado no ambiente, para tratar da obesidade e suas generalidades, bem como para falar sobre alimentação, prática de atividades físicas e demais informações necessárias à formação do indivíduo. Por conta da má interpretação e visão das aulas de Educação Física, as práticas foram amenizadas. No entanto, a disciplina pode se tornar uma das mais completas disciplinas na escola, por estar relacionada ao tema saúde, tornando as aulas bastante produtivas para tratar da obesidade, sua prevenção e controle. Ainda há, visões deturpadas sobre a Educação Física, que não fáceis de obstruir, no entanto, não deve-se desanimar, ou deixar de trabalhá-la de forma responsável, pois estas ações de hoje poderão trazer mudanças futuras. É necessário ainda, mais atenção do governo para a disciplina, no que diz respeito a promoção de programas e planos de ação que venham favorecer a disciplina, bem como sua propagação positiva pela sociedade. Entendo a Educação Física e suas práticas corporais, bem como hábitos saudáveis, como uma ponte até a saúde e o bem estar.

A educação física escolar tem um papel muito importante no processo de aquisição de boas maneiras que promovam uma qualidade de vida, como hábitos de alimentação saudáveis, e regular prática de exercícios físicos. O ponto de partida vem dos professores e da coordenação pedagógica da escola, promovendo propostas que abordem os conteúdos, inserindo-os não apenas na Educação Física, mas trabalhando-os de forma interdisciplinar. Deve-se promover programas na escola que trabalhem a saúde, promovendo não apenas conhecimento mas a prática de seus educandos.

Sabe-se que nessa fase da vida, tudo chama a atenção, tudo que é novo é bom, quanto menos movimento melhor, tendo a comodidade como principal aliada do sedentarismo e conseqüentemente da obesidade. Assim, as ações educativas devem ser propositalmente elaboradas de forma que venham influenciar na vida dos alunos, promovendo desejo de mudanças de hábitos e comportamentos no que dizem respeito à saúde e qualidade de vida.

A pesquisa proporcionou compreender as práticas desenvolvidas pelo professor no colégio e como seu público compreendeu aquilo que lhe foi apresentado. Através das entrevistas, ficou claro o conhecimento dos alunos a cerca do tema, bem como a conscientização de cada um em relação às suas práticas cotidianas, estas, já inculcadas pelo professor da disciplina, que desempenha muito bem a abordagem do tema em sala de aula.

Estas são, portanto, ações relevantes para o futuro dos estudantes, pois desde já, têm conhecido as ações preventivas da obesidade, assim como o papel da disciplina no ambiente escolar, que não é apenas uma disciplina recreativa para gastar as energias dos alunos, e sim uma disciplina séria, que preocupa-se com a saúde do seu público. Discussões de temas como este, promovem uma série de informações que não ficam apenas nas quatro paredes da escola, mas, percorrem toda a sociedade, produzindo cidadãos conscientes e bem informados, promovendo a saúde não apenas dos estudantes mas de toda a comunidade.

Outro aspecto, que foi notado e que é relevante para a Educação Física escolar, é que o professor é licenciado na área, trazendo ganhos significativos para a instituição e para os alunos. Isso demonstra real interesse pela educação, de forma séria e comprometida.

O ambiente escolar deve ser reservado para discussões de temas voltados à saúde, como a obesidade, para refletir na sociedade em geral, formando sujeitos

críticos e comprometidos com a saúde, não apenas individual, mas de todos à sua volta.

Foi percebido também, que os alunos tem tido compreensões de nível social, quanto à suas práticas de vida, estas, apresentadas na disciplina de Educação Física, como ações promotoras de uma boa qualidade de vida e de bem-estar não apenas pessoal, mas social. Isto, porque fazem conhecidas pela sociedade as atividades desenvolvidas no ambiente escolar, as quais despertam curiosidade nos indivíduos, e estes acabam se informando e praticando o que lhes foi apresentado.

REFERÊNCIAS

BETTI, M. **Ensino de 1º. e 2º. graus: Educação Física para quê?** Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 13, n. 2, p. 282-7, 1992.

BOLOGNINI, Luciana. **O educador enquanto agente da transformação?** 2013, p. 1. Disponível em: <<http://bolognini.wordpress.com/>> Acesso em: 09 de dez de 2013.75.

Sociedade Brasileira de Cardiologia. **I Diretriz de Prevenção da Aterosclerose na Infância e na Adolescência (versão final)**, Arq. Bras. Cardiol volume 85, Suplemento VI, Dezembro/2005.

CEZAR, C. (2000), **“Alguns aspectos básicos para uma proposta de taxionomia no estudo da composição corporal, com pressupostos em cineantropometria”**. Revista Brasileira Medicina do Esporte, 6, 5: 188-193.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez,1993.

COSTA, Ester de Q.; RIBEIRO, Victoria M.B. & RIBEIRO, Eliana Claudia de O. **Programa de alimentação escolar: espaço de aprendizagem e produção de conhecimento**. Revista Nu Revista Nutrição Revista Nutrição. São Paulo, v.14, n.3, p. 225 – 22 trição 9, set./dez. 2001.

DARIDO, S. C. **Educação Física na escola: questões e reflexões**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia**. São Paulo: Paz e Terra, 1997.

GIMENO, José S. **El curriculum evaluado**. In:.. El curriculum una reflexión sobre La practica. Madrid, Ediciones Morata, 1988.

GUEDES, D. P. **Educação para a saúde mediante programas de Educação Física Escolar**. Motriz, Rio Claro, v. 5, n. 1, jun. 1999.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Sugestões de conteúdo programático para programas de educação física escolar direcionados à promoção da saúde. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v. 16, n. 9, p. 3-14, 1994.

Harris, J. L., Bargh, J. A., & Brownell, K. D. (2009). **The direct effects of television food advertising on eating behavior**. Health Psychology, 28(4), 404–413.

HELLER, D. C. L; KERBAUY, R. R. Redução de peso: identificação de variáveis e elaboração de procedimentos com uma população de baixa renda e escolaridade. **Revista brasileira de terapia comportamental e cognitiva**. Campinas, Associação Brasileira de psicoterapia e Medicina Comportamental. V.2, n.1, 2000.

Janssen I, Katzmarzyk PT, Srinivasan SR, et al. **Utility of childhood BMI in the prediction of adulthood disease: comparison of national and international references.** *Obes Res.* 2005; 13:1106-15

LE BRETON, D. **Antropologia del cuerpo y modernidad.** Buenos Aires: Nueva Visión, 1995.

LÜDKE, M. & MEDIANO, Z. **Avaliação na escola de 1º Grau: Uma análise sociológica.** Campinas: Papyrus, 1992.

MALINA, R. M.; BOUCHARD, C. **Atividade física do atleta jovem: do crescimento à maturação.** São Paulo: Roca, 2002.

Mello ED. Obesidade. In: Ferreira CT, Carvalho E, Silva LR, editors. **Gastroenterologia e hepatologia em pediatria: diagnóstico e tratamento.** São Paulo: Medsi, 2003. p. 341-4.

MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. K.; ARAUJO, T. L.. **Perfil do nível de atividade física e capacidade funcional de mulheres maiores de 50 anos de idade de acordo com a idade cronológica.** *Rev. Bras. Ativ. Física e Saúde*, v.6, n.1, p. 12-24, 2001b.

MATSUDO, S.M.; MATSUDO, V.K.R. (2007), “**Atividade física e obesidade: prevenção e tratamento**”. São Paulo: Atheneu.

MONTEIRO, CA; BENICIO, MHA; IUNES, RF; GOUVEIA, NC; CARDOSO, MAAC. **Evolução da Desnutrição Infantil.** In: MONTEIRO, CA ; org. Velhos e novos males da saúde do Brasil: a evolução do país e de suas doenças. São Paulo: hucitec-Nupens- USP; 1995, 93-114.

Moreira, Marco A. (2006). **A teoria da aprendizagem significativa e sua implementação em sala de aula.** Brasília: Editora da UnB.

NAHAS, M.V.; CORBIN, C.B. **Aptidão física e saúde nos programas de educação física: desenvolvimentos recentes e tendências internacionais.** *Rev. Bras. Ciência e Movimento.* v.6, n. 2, abr, p. 47-58, 1992.

OLIVEIRA, R.J. (2005), “**Saúde e atividade física: algumas abordagens sobre atividade física relacionada à saúde**”. Rio de Janeiro: Shape.

PHILIPPI ST e col. “**Alimentação saudável na infância e na adolescência**”. In: Curso de atualização em alimentação e nutrição para professores da rede pública de ensino; 2000 mai/jun 31-01; Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz (Esalq). Piracicaba.

Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte – Ano 1, Número 1, 2002 . Educação Física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas.

Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 10, n. 1, p. 133-153, jan./abr. 2012. ISSN: 1983-9030.

RONQUE, E. R. V. et al. **Diagnóstico da aptidão física em escolares de alto nível socioeconômico: avaliação referenciada por critérios de saúde.** Rev Bras Med Esporte, 13(2) Niterói mar/abr 2007.

ROSÁRIO, L.F.R; DARIDO, S.C. **A sistematização dos conteúdos da Educação Física na escola: a perspectiva dos professores experientes.** Motriz, Rio Claro, v.11, n.3, p.167-178, 2005.

SAHOTA, P., RUDOLF, M. C. J., DIXEY, R. HILL, A. J., BARTH, J. H., CADE, J. **Evaluation of implementation and effect of primary school based intervention to reduce risk factors for obesity.** British Medical Journal, Londres, v. 323, p. 1-4, 2001.

SILVA, R.G. (2001), **“Condição nutricional de pré-escolares em escolas públicas do município de São Carlos-SP de acordo com a condição socioeconômica”.** Tese (Doutorado em Ciências) – USPSP, São Paulo.

SILVA, D. J. L.; SANTOS, J. A. R.; OLIVEIRA, B. M. P. M. **A Flexibilidade em Adolescentes - Um Contributo para a Avaliação Global.** Rev. Bras. Cineantropom. Desempenho Hum., 8(1):72-79, 2006.

SILVEIRA, J. **A Responsabilidade civil do profissional de Educação Física.** Revista da Educação Física/UEM. Maringá, v. 13, n.1, p.47-54. 1 sem.2002.

TABARES, J. F. **O esporte e a recreação como dispositivos para a atenção da população em situação de vulnerabilidade social.** In: MELLO, V. de A.; TAVARES, C. O exercício reflexivo do movimento: educação física, lazer, e inclusão social. Rio de Janeiro: Shape, p. 212-224, 2006.

Taddei JA, Colugnati FA, Rodrigues EM, Sigulem DM, Lopez FA. **Desvios nutricionais em menores de cinco anos.** 1 a .ed. São Paulo:Unifesp Universidade Federal de São Paulo; 2002.

VERARDI Carlos Eduardo Lopes; DE MARCO Ademir. **Iniciação esportiva: a influência de pais, professores e técnicos.** Revista eletrônica da Escola de Educação Física e Desportos – UFRJ, v. 4, n. 2, Julho / Dezembro 2008.

YIN, Robert K. - **Case Study Research - Design and Methods.** Sage Publications Inc., USA, 1989.

ANEXOS

ANEXO A



Universidade de Brasília

Decanato de Ensino de Graduação

Cursos de Educação a Distância



FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TERMO DE AUTORIZAÇÃO DA ESCOLA OU EMPRESA

Eu, _____, RG _____, responsável pela escola/empresa _____ no exercício do cargo de _____ autorizo a realização da pesquisa para fins acadêmicos e científicos de título:..... Fui devidamente esclarecido pelo estudante **Welber Cerqueira Alves** sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os seus objetivos e finalidades. Foi-me garantido que poderei cancelar a autorização em qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade. Também fui informado que os dados coletados durante a pesquisa, serão divulgados para fins acadêmicos e científicos, através de um Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) que será apresentado em sessão pública de avaliação e posteriormente disponibilizado para consulta através da Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UnB.

_____, ____ de _____ de _____

Nome / assinatura

Cargo/função

Pesquisador Responsável
Nome e assinatura

ANEXO B



Universidade de Brasília
Decanato de Ensino de Graduação

Cursos de Educação a Distância



FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TERMO DE CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO NA PESQUISA

Eu, _____, RG _____, aceito participar desta pesquisa para utilização de fins acadêmicos e científicos de título:..... Fui devidamente esclarecido pelo estudante **Welber Cerqueira Alves** sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os seus objetivos e finalidades. Foi-me garantido que poderei desistir de participar em qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade. Também fui informado que os dados coletados durante a pesquisa, serão divulgados para fins acadêmicos e científicos, através de um Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) que será apresentado em sessão pública de avaliação e posteriormente disponibilizado para consulta através da Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UnB.

_____, ____ de _____ de _____

Nome / assinatura

Pesquisador Responsável
Nome e assinatura

ANEXO C

TERMO DE CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO NA PESQUISA

Eu, _____, RG _____,
responsável pela criança/adolescente: _____

_____ autorizo sua participação na para utilização de fins acadêmicos e científicos de título:..... Fui devidamente esclarecido pelo estudante **Welber Cerqueira Alves** sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os seus objetivos e finalidades. Foi-me garantido que poderei desistir desta autorização em qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade. Também fui informado que os dados coletados durante a pesquisa, serão divulgados para fins acadêmicos e científicos, através de um Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) que será apresentado em sessão pública de avaliação e posteriormente disponibilizado para consulta através da Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UnB.

_____, ____ de _____ de _____

Nome / assinatura

Pesquisador Responsável
Nome e assinatura

APÊNDICES

APÊNDICE A

ROTEIRO DE ENTREVISTA- ALUNOS

- 1- Em sua opinião, o que é Educação Física?
- 2- Quais os benefícios que as aulas de Educação Física podem proporcionar para saúde?
- 3- Você já estudou sobre o tema da Obesidade na aulas de Educação Física? Fale um pouco a respeito.
- 4- De que maneira a disciplina de Educação Física pode contribuir para a prevenção da obesidade?
- 5- A prática regular de atividade física nas aulas e fora delas pode contribuir para a prevenção da obesidade? Explique.
- 6- Como é sua alimentação?
- 7- Você lancha na escola? Que tipo de lanche ?

APÊNDICE B

ROTEIRO DE ENTREVISTA

- 1- O que é ser um professor de Educação Física?
- 2- Em sua opinião, quais os benefícios que as aulas de Educação Física Escolar podem trazer para os estudantes?
- 3- Como você percebe a relação entre saúde e Educação Física?
- 4- Em sua opinião, o que é obesidade?
- 5- Você desenvolve temas sobre a Obesidade durante as aulas? De que maneira?
- 6- Você acredita que as aulas de Educação Física podem contribuir para a prevenção da obesidade? Como?