

# **A VISÃO DOS PROFESSORES SOBRE A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR PARA A QUALIDADE DE VIDA DOS ALUNOS E SEUS REAIS IMPACTOS.**

Antonia Maria Vieira da Costa Xavier<sup>1</sup>  
Francisco Lemos de Melo Neto<sup>1</sup>  
Luciana de Sousa Gomes<sup>1</sup>  
Layanna Cibelle de Assunção Carvalho<sup>2</sup>

## **RESUMO**

A Educação Física escolar é importante no desenvolvimento integral do aluno já que ele precisa ser visto em sua totalidade: capacidades afetivas, física, cognitiva, ética, estética, além de sua inter-relação pessoal e de sua inserção na sociedade. Partindo desse pressuposto, este trabalho tem como objetivo principal conhecer a visão dos professores sobre a importância da Educação Física escolar para a qualidade de vida dos alunos, analisando os impactos que ela pode acarretar dependendo da forma como é desenvolvida na escola. Como método de estudo, optou-se pela pesquisa de natureza exploratória, utilizando-se a entrevista como instrumento de coleta de dados. O cenário da pesquisa foi uma escola da rede estadual de ensino da cidade de Angical do Piauí onde foram investigados três professores de Educação Física e oito alunos de 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental. Os resultados coletados revelaram que a Educação Física contribui de forma positiva para a melhoria da qualidade de vida dos alunos e que as atividades podem gerar impactos que promovem seu desenvolvimento pleno e o exercício da cidadania, quando desenvolvidas adequadamente. Considera-se, portanto, que o estudo sobre o tema não se limite a este trabalho, mas espera-se que ele seja útil no sentido de incentivar o interesse pelo assunto e pela realização de novas pesquisas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física. Qualidade de Vida dos Alunos. Impactos.

## **RESUMEN**

La educación física escolar es importante en el desarrollo integral del alumno ya que él necesita ser visto en su totalidad: capacidades afectivas, física, cognitiva, ética, estética, además de su interrelación personal y de su inserción en la sociedad. Partiendo de ese presupuesto, este trabajo tiene como objetivo principal, conocer la visión de los profesores sobre la importancia de la educación física escolar para la calidad de vida de los alumnos, analizando los impactos que ella puede ocasionar, dependiendo de la forma como es desarrollada en la escuela. Como método de estudio, se optó por la pesquisa de naturaleza exploratoria, utilizando la encuesta como instrumento de coleta de dados. El escenario de la pesquisa fue una escuela de la red estatal de ensino de la ciudad de Angical do Piauí, donde fueron investigados tres profesores de educación física y ocho alumnos de 6º al 9º año de la enseñanza primaria. Los resultados obtenidos mostraron que la educación física contribuye de forma positiva para la mejor calidad de vida de los alumnos y que las

<sup>1</sup>Pós-graduandos do curso de especialização em atividades físicas para os ciclos iniciais da educação básica. Email: toinha-vieira@hotmail.com; lemaok30@hotmail.com; lulugomesluli@gmail.com <sup>2</sup>Professora orientadora do curso de especialização em atividades físicas para os ciclos iniciais da educação básica. Email: cibelle.assuncao@ifpi.edu.br

actividades pueden generar impactos que promueven su avance pleno y el ejercicio de la ciudadanía, cuando desarrolladas adecuadamente. Se considera, por lo tanto, que el estudio acerca del tema no se limite a este trabajo, pero se espera que él sea útil para despertar el interés por el asunto y por la realización de nuevas pesquisas.

**PALABRAS CLAVE:** Educación Física. Calidad de vida de los alumnos. Impactos.

## 1 INTRODUÇÃO

A Educação Física deve exercer papel fundamental na escola visto que contribui para a formação do educando em sua totalidade, inclusive no aspecto referente à saúde. Observando-se, informalmente, pessoas sedentárias, percebeu-se que elas são mais suscetíveis às doenças. Esse fato foi a motivação para a escolha do tema. Enquanto estudantes curiosos e preocupados, essas observações despertaram a seguinte reflexão: como a escola pode contribuir para melhorar a qualidade de vida dos alunos? A partir desse questionamento, surgiu a hipótese de que a solução estaria na Educação Física escolar. Resolveu-se, então, pesquisar o tema a fim de confirmar ou não a hipótese levantada.

Norteados por essa motivação, o trabalho estabelece como objetivo central descrever a visão dos professores sobre a importância da Educação Física escolar para a qualidade de vida dos alunos, analisando os impactos que ela pode acarretar, dependendo da forma que é desenvolvida no contexto escolar.

O trabalho apresenta uma estrutura voltada para a consecução do objetivo proposto. Inicialmente, faz-se uma breve apresentação do tema e, em seguida, registra os fundamentos teóricos que embasaram a pesquisa.

Na parte seguinte, apresentam-se os meios através de que se pretende alcançar os propósitos estabelecidos, optando-se por pesquisa de natureza exploratória e, como técnica de coleta de dados, a entrevista foi o instrumento utilizado.

Após explicitar sobre a metodologia, descreveram-se os dados da pesquisa, procurando explorá-los à luz dos estudos de alguns teóricos.

Finalmente, apresentam-se as conclusões a que se chegou através da realização do trabalho bem como as contribuições que ele pode oferecer ao leitor. Espera-se, através da realização dessa pesquisa, poder contribuir de forma positiva, especialmente no contexto educacional, no sentido de sensibilizar professores e

alunos quanto à importância da Educação Física, alertando-os acerca dos resultados que ela pode proporcionar.

## **2 A RELAÇÃO EDUCAÇÃO FÍSICA / QUALIDADE DE VIDA**

É inegável que há uma forte relação entre a prática de atividade física e a qualidade de vida. Por isso, os educandos devem ser sensibilizados, desde cedo, acerca da importância de conhecer os cuidados que se deve ter para manter a boa forma e a saúde do corpo. Partindo desse princípio, a Educação Física passa a fazer parte do currículo escolar, contribuindo para a formação do indivíduo como um todo.

Nesse sentido, Prado (2009) considera que a escola é o espaço responsável por desempenhar essa função. O autor alega que o aluno, além do corpo, tem um cérebro que pensa e, por isso, precisa ser visto em sua totalidade.

As considerações do estudioso estão em consonância com o que orientam os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) ao estabelecer, como objetivo do Ensino Fundamental, que os alunos sejam capazes de "desenvolver o conhecimento ajustado de si mesmos e o sentimento de confiança em suas capacidades afetiva, física, cognitiva, ética, estética de inter-relação pessoal e de inserção social, para agir com perseverança na busca de conhecimento e no exercício da cidadania" (BRASIL, 1997).

Os fundamentos teóricos expostos acima, mostram que a Educação Física não se limita apenas ao desenvolvimento do corpo, mas também deve preocupar-se com a transmissão de conteúdos e conceitos que envolvem, além de habilidades motoras, outras capacidades que contribuem para a vida em sociedade e para gozar do direito de ser cidadão.

Reafirma-se, dessa forma, a importância e a necessidade de a escola oportunizar a educação do corpo e da mente, preocupando-se com o estado físico saudável de seus discentes e menos suscetível a doenças, a fim de contribuir para a melhoria de sua qualidade de vida.

O que se observa, entretanto, é a limitação da escola em relação ao cumprimento de seu papel, muitas vezes, ocasionada pela falta de espaço adequado e carência de instrumentos que auxiliem no desenvolvimento das atividades práticas da Educação Física. Quanto a esse aspecto, os alunos precisam

estar conscientes de seus direitos e reivindicar o acesso a centros esportivos e de lazer e a programas de práticas corporais dirigidas à população. Afinal, isso não deve ser privilégio apenas dos esportistas profissionais ou de pessoas que podem pagar por serviços de academias e clubes.

Outro ponto importante a destacar é que a Educação Física pode, ainda, favorecer a formação de uma consciência individual e social pautada no bem estar, em posturas não preconceituosas e não discriminatórias e no cultivo dos valores coerentes com a ética democrática. Nessa perspectiva, há inúmeras discussões acerca do trabalho do educador físico que mostram que esse profissional tem influência sobre os aspectos sociais uma vez que suas ações podem repercutir na maneira como os educandos se posicionam nas situações cotidianas. De fato, quando bem trabalhada, essa disciplina desenvolve tanto os aspectos físicos como também cognitivos e éticos.

Tratando sobre esse assunto, Terra (2010) é incisivo ao enfatizar que aquele que não repensar sua função enquanto educador físico, será responsável pelo cultivo de corpos rígidos, contraídos e insensíveis que permeiam as ruas.

O posicionamento desse autor mostra que é necessário que o educador físico esteja, constantemente, avaliando sua atuação. Caso contrário, pode ser responsável por problemas físicos que os educandos possam apresentar. Nesse sentido, a formação inicial e continuada do educador físico exerce um papel relevante na vida profissional, a fim de buscar sempre a excelência nas aulas práticas e teóricas.

Oliveira (2013), chamando a atenção para as vivências das aulas de Educação Física, diz que, para boa parte das pessoas que frequentaram a escola, as aulas de Educação Física foram experiências contrastantes: em alguns momentos, uma experiência prazerosa, de sucesso e vitórias; em outros, uma vivência amarga, de sensação de incompetência, de falta de jeito, de medo de errar e outras inquietações.

Mais uma vez, constata-se a importância da formação do profissional da Educação Física cujos conteúdos e contribuição devem promover o desenvolvimento de capacidades que levam à autonomia, à cooperação, à participação social e à afirmação de valores e princípios democráticos.

O corpo humano e a saúde tornam-se, assim, vertentes orientadoras da Educação Física no sentido da valorização do patrimônio corporal. " Após as experiências corporais, o professor pode propor a busca de outros formatos distintos do inicial. Também devem surgir atividades de interpretação da manifestação corporal e ampliação dos conhecimentos sobre ela". (NEIRA, 2011, p.5)

Essas noções têm como intuito a capacitação para a apropriação e disseminação de conteúdos e metodologias educativas e científicas, dirigidas a estimular a manifestação de novas habilidades para o desenvolvimento humano, relacionadas com a educação para a saúde, criação de ambientes saudáveis e oferecimento de serviços de saúde e alimentação saudável.

Nesse sentido, Neira (2011, p.5) esclarece que " a escola, antes voltada para o conhecimento acadêmico ou para a inserção no mercado de trabalho, agora deve objetivar a participação do aluno em todos os setores da vida social". De acordo com essa concepção, o objetivo maior é a reconstrução da cidadania dos alunos. Para tanto, torna-se necessária uma nova configuração, com novos objetivos e novas práticas. Para Dias (2010, p.15), esse é o novo desafio: "Juntos, os professores da área devem trabalhar na construção da Educação Física enquanto componente curricular da Educação Básica".

Nessa concepção, Neira (2011, p.5) destaca que "a vivência de qualquer manifestação corporal na escola exige reflexão e adaptação, visando torná-la mais interessante e próxima aos alunos. Afinal, cada grupo dança, joga e luta do seu jeito. Não fosse assim, a variedade não seria tão ampla".

Por isso, torna-se importante aperfeiçoar-se cada vez mais. " É como um convite que o desafio da sistematização dos conhecimentos da capoeira e de outros conteúdos da Educação Física escolar são colocados a todos nós professores de Educação Física" (DIAS, 2010, p.16). Na mesma direção, estão as ideias de Lico (2010, p.18) quando diz que "o esforço e o objetivo aqui serão no sentido de reconhecer, nas mais diferentes atividades, a possibilidade de um trabalho rico e plural."

Assim, o período do Ensino Fundamental torna-se o momento ideal para o professor de Educação Física ampliar a cultura corporal do movimento da criança [...] " na medida em que os alunos passam a compreender melhor as regras e as complexidades motoras envolvidas naquela prática" (LICO, 2010, p.18).

Por outro lado, as instituições de ensino, muitas vezes, chegam a adotar uma prática contrária ao tentar forçar os alunos a seguirem determinadas posturas que não promovem qualidade de vida. Por conseguinte, torna-se necessário que o aluno diversifique as atividades práticas afim de assegurar a saúde do seu corpo.

Para Pereira (2001, p.50), " porém, esse seu papel estará limitado se ela não for capaz de promover o exercício crítico dos determinantes sociais, econômicos, políticos e ambientais relacionados aos seus conteúdos". Decerto, agindo dessa forma, a escola torna-se repressiva já que tenta influenciar os educandos a adotarem certos paradigmas. Isso acarreta vários danos à saúde e na vida em sociedade, posto que afeta, sobremaneira, suas atitudes e comportamentos.

Afinal, a escola não educa mentes, mas corpos também. Não há como dissociar uma coisa da outra, pois o indivíduo é corpo-mente. Portanto, a escola tem como papel promover inúmeras vivências corpóreo-intelectuais para que o indivíduo possa desenvolver-se integralmente e não parcialmente.

Vale ressaltar, ainda, que a busca por uma melhor qualidade de vida tem sido constante nas sociedades, fato que tem gerado tentativas de se estabelecer valores para o nível de qualidade de vida, a partir de indicadores econômicos, consumo alimentar, prática de atividade física, entre outros aspectos, que traduzem sua complexidade, intrínseca que está com questões de ordem social, como meio-ambiente, educação, segurança e promoção da saúde, enfim para a construção de uma plena cidadania.

De quaisquer formas e, diante dos fundamentos apresentados, é fato que a Educação Física tem um papel especial na melhoria da qualidade de vida dos educandos, seja através da prática de atividades com o corpo, seja por meio da transmissão de conteúdos teóricos. É imprescindível, portanto, que a escola seja o ambiente propício ao desenvolvimento das competências e habilidades necessárias.

Para tanto, deve-se partir da forma como os docentes concebem a Educação Física na escola para, posteriormente, analisar os impactos que essa prática pode ocasionar à saúde dos educandos.

### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Para o alcance dos fins a que se destina, utilizou-se a pesquisa de campo, de natureza exploratória, como instrumento de coletas de dados, optou-se pela entrevista estruturada, com abordagem qualitativa dos dados. O estudo teve como cenário uma escola da rede estadual de ensino, onde foram investigados três professores de Educação Física e oito alunos de 6º ao 9º ano, escolhidos aleatoriamente. Para garantir a preservação da identidade, os professores participantes da pesquisa serão identificados por P1,P2 e P3.

As questões que constituíram o roteiro de entrevista desta pesquisa abordaram pontos importantes referentes ao desenvolvimento das atividades do professor de Educação Física do Ensino Fundamental regular em sala de aula e os benefícios da Educação Física para a qualidade de vida. Questionaram-se os professores sobre a importância de atividade física; tipos de práticas desenvolvidas; como essas práticas melhoram a qualidade de vida e os benefícios dessas atividades para os alunos. Ao todo, foram quatro perguntas, sendo todas abertas. Em relação aos alunos, a pesquisa procurou coletar dados referentes ao peso e à altura, com cálculo de Índice de Massa Corpórea (IMC) para analisar a saúde físico-corporal dos alunos em decorrência das atividades promovidas pela Educação Física na escola.

### **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O trabalho de Educação Física permite que se vivenciem diferentes práticas corporais advindas das mais diversas manifestações culturais e se enxergue como uma variada combinação de influências presentes na vida cotidiana. Tais práticas, na escola, poderão favorecer a autonomia dos alunos para monitorar as próprias atividades regulando esforço, traçando metas, conhecendo as potencialidades e limitações, sabendo distinguir situações de trabalho corporal que podem ou não ser prejudiciais, o que é essencial para a saúde e contribui para o bem estar individual e coletivo.

Nesse sentido, merece destaque uma observação. A Educação Física também é lazer e a disponibilidade de espaços para tais atividades lúdicas e

esportivas são necessidades básicas e, por isso, direito do cidadão. Na escola campo de investigação, as aulas práticas de Educação Física são realizadas em uma quadra de esporte localizada nas proximidades da escola, mas que não pertence ao estado, sendo aberta à comunidade e funciona em parceria como o município.

Essa informação torna-se relevante na medida em que, sabendo da importância das atividades físicas para a saúde, os alunos podem e devem reivindicar o acesso a elas, reconhecendo, cada vez mais, que a Educação Física escolar proporciona ao educando a experimentação dos movimentos de modo que ele tenha capacidade de desenvolver o conhecimento corporal e compreender os motivos pelos quais praticam tais atividades.

A seguir, os dados coletados na pesquisa serão apresentados em quadros, procurando-se explorá-los à luz das considerações de alguns teóricos.

#### **QUADRO 1 - DEFINIÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA**

|                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------|
| Professor 1 - É todo movimento corporal realizado pelos músculos. |
| Professor 2 - É todo movimento realizado pelo ser humano.         |
| Professor 3 - É todo e qualquer movimento realizado pelo corpo.   |

**FONTE:** Dados da pesquisa direta, 2016.

O quadro 01 apresenta as respostas dos professores quando questionados acerca da definição de atividade física, através dele, pode-se verificar que todos os professores definem a atividade física como sendo "todo movimento realizado pelo corpo humano". Carvalho (2001) conceitua atividade física como sendo toda e qualquer ação humana que comporte a ideia de trabalho físico, realizado com gasto de energia que ocorre quando o indivíduo se movimenta. Assim, tudo que é movimento humano é atividade física.

Conhecendo o conceito de atividade física do estudioso, e analisando os dados coletados nesse quesito, observa-se que os professores investigados tem uma concepção pertinente sobre o termo, pois o movimento é o principal fator que caracteriza a atividade física.



## QUADRO 2 – TIPOS DE PRÁTICAS DESENVOLVIDAS NA ESCOLA

|                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------|
| Professor 1 – Jogos, praticando esportes individuais e coletivos, danças, etc. |
| Professor 2 – Jogos, ginástica, brincadeiras e outras.                         |
| Professor 3 – Jogos e esportes.                                                |

**FONTE:** Dados da pesquisa direta, 2016.

Depreende-se, do quadro 2, que a prática de jogos e outros esportes são as atividades comuns desenvolvidas na escola, mas também se percebe um esforço no sentido de diversificar as aulas de Educação Física já que são realizadas outras atividades, como ginástica, danças e brincadeiras. Assim, percebe-se a preocupação em estar atualizando e enriquecendo as aulas de Educação Física, embora lentamente. No dizer de (LICO, 2010, p. 19), “o mais importante é estarmos atentos a tudo isso e compreendermos o quão positiva pode ser a adoção de um currículo alternativo, criativo, inclusivo, plural e extremamente rico sob os pontos de vista motor e cultural”.

É verdade que há um longo caminho a percorrer. Muitas dificuldades já foram superadas, mas muitas outras ainda dificultam o trabalho do professor no sentido de ampliar o campo de atuação da Educação Física na escola. Muitas dessas dificuldades vivenciadas pelo educador físico se devem ao fato de essa área, no passado, ter sido restrita à preparação militar, sem a preocupação com o corpo e com a busca pela qualidade de vida. Por isso, é importante abandonar práticas ultrapassadas, além de criar um ambiente escolar acolhedor e propor situações variadas aos alunos.

## QUADRO 3 – AS PRÁTICAS QUE MELHORAM A QUALIDADE DE VIDA

|                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Professor 1 – Todas, mas principalmente, as práticas esportivas.                                     |
| Professor 2 – Projetos educacionais com os temas: alimentação, saúde, etc.                           |
| Professor 3 – Incentivando todos a participarem da aula, tanto aos mais habilidosos quanto os menos. |

**FONTE:** Dados da pesquisa direta, 2016.

Inquiridos sobre as práticas que contribuem para melhorar a qualidade de vida dos alunos, os docentes consideram que todas, em especial, as esportivas e os projetos educacionais com temas referentes à alimentação e saúde. Como esse item

faz alusão às atividades práticas, observando a resposta dada por P3, percebe-se que fugiu ao tema visto que apresenta uma certa incoerência com relação ao que foi proposto.

Na visão de Devide (2002, p. 77), “a busca por uma melhor qualidade de vida tem sido constante nas sociedades”. Entretanto, ainda existem escolas que não se adequaram às novas práticas e continuam presas a antigos modelos que em pouco, ou nada, contribuem para esse fim. Por isso mesmo, é fundamental que escolas e professores se adequem às práticas mais modernas a fim de garantir um estilo de vida de qualidade.

#### **QUADRO 4 - BENEFÍCIOS DIRETOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA OS ALUNOS**

|                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Professor 1 – Proporciona mais disposição, mais resistência etc.                                          |
| Professor 2 – No desenvolvimento social, afetivo e motor.                                                 |
| Professor 3 – As atividades geralmente são muito agradáveis e procuro colocar atividades que eles gostem. |

**FONTE:** Dados da pesquisa direta, 2016.

As respostas declaradas nesse quadro revelam que os docentes percebem as vantagens proporcionadas pela atividade física. De fato, ao promover o desenvolvimento social, afetivo e motor, além de proporcionar disposição e resistência, a atividade física cumpre o papel profícuo de desenvolver integralmente o aluno, assegurando o direito de exercer sua cidadania. Nesse caso, a resposta de P3 pode ser considerada uma consequência dos benefícios promovidos. Afinal, quando tratada de forma adequada, a expectativa é de que os discentes realmente gostem das atividades que são desenvolvidas. Nessa perspectiva, a Educação Física pode subsidiar e encorajar os estudantes a adotarem um estilo de vida ativo e, conseqüentemente, saudável. Esse papel, segundo Pereira (2001, p.50), estará limitado se não for capaz de promover o exercício crítico dos determinantes sociais, econômicos, políticos e ambientais relacionados aos seus conteúdos.

Os dados que serão apresentados nos quadros 05,06 e 07 retratam o resultado da pesquisa realizada com os alunos e se referem aos itens peso, altura e Índice de Massa Corpórea-IMC. As informações a seguir mostram o resumo das respostas obtidas nesses quesitos.

**QUADRO 5 - DISTRIBUIÇÃO DOS ALUNOS POR FAIXA DE PESO**

| <b>Peso</b>    | <b>Valor Absoluto</b> | <b>Porcentagem (%)</b> |
|----------------|-----------------------|------------------------|
| Até 40 kg      | 02                    | 25,0                   |
| De 41 a 48 kg  | 02                    | 25,0                   |
| Acima de 49 kg | 04                    | 50,0                   |
| <b>Total</b>   | <b>08</b>             | <b>100,00</b>          |

**FONTE:** Dados da pesquisa direta, 2016.

**QUADRO 6 - DISTRIBUIÇÃO DOS ALUNOS POR FAIXA DE ALTURA**

| <b>Altura</b>    | <b>Valor Absoluto</b> | <b>Porcentagem (%)</b> |
|------------------|-----------------------|------------------------|
| Até 1,50 m       | 02                    | 25,0                   |
| De 1,51 a 1,60 m | 04                    | 50,0                   |
| Acima de 1,60 m  | 02                    | 25,0                   |
| <b>Total</b>     | <b>08</b>             | <b>100,00</b>          |

**FONTE:** Dados da pesquisa direta, 2016.

**QUADRO 7- DISTRIBUIÇÃO DOS ALUNOS POR IMC**

| <b>IMC</b>     | <b>Valor Absoluto</b> | <b>Porcentagem (%)</b> |
|----------------|-----------------------|------------------------|
| Desnutrição    | 01                    | 12,5                   |
| Abaixo do Peso | 01                    | 12,5                   |
| Desejável      | 05                    | 62,5                   |
| Sobrepeso      | 01                    | 12,5                   |

**FONTE:** Dados da pesquisa direta, 2016.

Os dados referentes ao peso e altura dos alunos serviram de base para o cálculo de Índice de Massa Corpórea-IMC cujo resultado revelou que mais da metade dos sujeitos da pesquisa encontram-se no peso desejável. É importante destacar que o IMC é uma técnica utilizada para verificar o estado nutricional e observar se a pessoa está dentro dos padrões da normalidade com relação ao seu peso e sua estatura.

Sobre esse resultado, Vilarta (2007) ressalta a importância das dietas e da prática de atividades físicas para o controle do peso corporal dos alunos. Adicionalmente, o condicionamento físico, obtido através de atividade física, reduz a mortalidade e a morbidade, mesmo em indivíduos que se mantêm obesos.

Na mesma direção, está o pensamento de Fox (2000, p.406) ao enfatizar que “o exercício mantém baixo o conteúdo gorduroso total do corpo e pode reduzir o ritmo de acúmulo das células adiposas”. Nesse sentido, uma análise conjunta dos quadros 05,06 e 07 mostra que a Educação Física impactua positivamente na saúde dos alunos, tendo em vista o percentual que se encontra em situação favorável, considerando-se a relação peso/altura.

Ressalta-se, finalmente, que a Educação Física, na escola cenário da pesquisa, caminha na direção certa rumo à garantia do acesso dos alunos às práticas corporais que contribuirão para a promoção da melhoria da saúde e, em consequência, da qualidade de vida.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Enquanto componente do currículo escolar, a Educação Física pode propiciar uma aprendizagem significativa, promovendo atividades que mobilizam o corpo e a mente, contribuindo, dessa forma, para a melhoria da qualidade de vida.

A escola, nesse sentido, pode se tornar um espaço prazeroso ou entediante para os alunos, a depender da forma como a Educação Física é encarada e das condições em que ela é desenvolvida. Dessa forma, é importante descrever a visão dos docentes acerca da importância dessa disciplina para a melhoria da qualidade de vida dos alunos, bem como os impactos que ela pode acarretar em suas vidas. Nessa perspectiva foi que esse trabalho foi realizado.

Como a Educação Física envolve não só práticas corporais, mas também outras atividades que desenvolvem o aspecto cognitivo, valores e princípios que contribuem para o bem estar individual e coletivo, ela promove inúmeros benefícios. Partindo desse pressuposto, esta pesquisa procurou investigar como os professores concebem a Educação Física, que tipos de práticas são desenvolvidas na escola, quais as práticas que melhoram a qualidade de vida e como a atividade física beneficia, diretamente os alunos. De posse desses dados, analisaram-se os impactos que a Educação Física acarreta na saúde dos alunos.

Quanto ao primeiro quesito investigado, a pesquisa mostra que os professores pesquisados têm a mesma concepção de atividade física, definindo-a como todo movimento realizado pelo corpo humano. O estudo mostrou também que

o jogo é a principal atividade desenvolvida e, segundo os professores, as práticas esportivas, projetos educacionais e incentivo à participação das aulas são as práticas que ajudam a melhorar a qualidade de vida. Conforme os dados obtidos na pesquisa, a atividade física melhora a disposição e resistência dos alunos, o desenvolvimento social, motor e afetivo sendo bastante agradável aos alunos.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação física** / Secretaria de Educação Fundamental. – Brasília: MEC/SEF, 1997.

CARVALHO, Yara Maria de. **O mito da atividade física e saúde**. 3ª ed. São Paulo: Hucitec, 2001.

DIAS, João Carlos Neves de Sousa e Nunes. **Joga bonito que eu quero aprender: saberes da capoeira na escola**. In: Revista Direcional Educador. Ano 6. Edição 65. São Paulo: junho/2010.

DEVIDE, Fabiano Pries. **Educação Física, Qualidade de Vida e Saúde: campos de intersecção e reflexões sobre a intervenção**. In: Revista Movimento Nº 2. Porto Alegre: 2002. Volume 8. (quadrimestral)

FOX, Merle L.; KETEVAN, S. **Bases Fisiológicas do Exercício e do Esporte**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2000.

LICO, Flávio. **Educação Física na Escola: para além do quarteto fantástico**. In: Revista Direcional Educador. Ano 6. Ed. 65. São Paulo: junho/2010.

NEIRA, Marcos Garcia. **Educação Física além do esporte**. In: Jornal Mundo Jovem nº 413. Ano 49. Porto Alegre: Editora PUCRS, Fevereiro/2011.

OLIVEIRA, Ramon Martins, **A tematização das lutas na Educação Física Escolar segundo os PCN'S**. Disponível em: <http://slideplayer.com.br/slide/1241503>.

PEREIRA, F. M. **Dialética da Cultura Física**. São Paulo: Ícone, 2001.

PRADO, Edna. **Alfabetização: corpo pede passagem**. In: Revista Direcional Educador Nº 56. Ano 5. São Paulo: Grupo direcional, setembro 2009. (mensal)

VILARTA, Roberto. (Org.). **Alimentação saudável e atividade física para a qualidade de vida**. Campinas, IPES Editorial, 2007.

TERRA, Janaina Demarchi. **Educação Física Escolar para além do Esporte: e a necessidade de educar para a sensibilidade**. In: Revista Direcional Educador. Ano 6. Edição 65. São Paulo: junho/2010.