INSTITUTO FEDERAL DA PARAÍBA

***CAMPUS* JOÃO PESSOA**

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA

RICARDO BRAGA DOS SANTOS

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA:
RESSIGNIFICANDO PRÁTICAS PEDAGÓGICAS PARA A EDUCAÇÃO ESCOLAR

JOÃO PESSOA - PB

2024

RICARDO BRAGA DOS SANTOS

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA: RESSIGNIFICANDO PRÁTICAS PEDAGÓGICAS PARA A EDUCAÇÃO ESCOLAR

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Educação Profissional e Tecnológica, ofertado pelo Instituto Federal da Paraíba, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Educação Profissional e Tecnológica.
.

JOÃO PESSOA - PB

2024

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Biblioteca Nilo Peçanha - *Campus* João Pessoa, PB.

S237e Santos, Ricardo Braga dos.
Educação física escolar, saúde e qualidade de vida : ressignificando práticas pedagógicas para a educação escolar / Ricardo Braga dos Santos. – 2024.
111 f. : il.
Inclui o Produto educacional Cartilha “Educação física escolar e qualidade de vida”.
Dissertação (Mestrado – Educação Profissional e Tecnológica) - Instituto Federal de Educação da Paraíba / Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica (PROFEPT), 2024.
Orientação : Profa. Dra. Alexsandra Cristina Chaves.
1.Ensino médio integrado. 2. Educação física. 3. Saúde. 4. Qualidade de vida. 5. Formação humana integral. I.Título.

CDU 373.5:613.71(043)

Elaboração: Lucrecia Camilo de Lima, Bibliotecária – CRB 15/132

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO *STRICTO SENSU*

MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA EM REDE NACIONAL

RICARDO BRAGA DOS SANTOS

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA: Ressignificando Práticas Pedagógicas para a Educação Escolar

Dissertação apresentada como requisito para obtenção do título de Mestre em Educação Profissional e Tecnológica em Rede Nacional, pelo Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica em Rede Nacional do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba – IFPB - Campus João Pessoa.

Aprovado em 21 de março de 2024.

Membros da Banca Examinadora:

Dr. Alexsandra Cristina Chaves

IFPB - PROFEPT

Dra. Jamylle Rebouças Ouverney

IFPB - PROFEPT

Dr. Nednaldo Dantas dos Santos

IFESP

João Pessoa/2024

Documento assinado eletronicamente por:

- **Alexsandra Cristina Chaves**, **PROFESSOR ENS BASICO TECN TECNOLOGICO**, em 22/03/2024 08:21:07.
- **Nednaldo Dantas dos Santos**, **PROFESSOR DE ENSINO SUPERIOR NA ÁREA DE ORIENTAÇÃO EDUCACIONAL**, em 22/03/2024 10:31:32.
- **Jamylle Reboucas Ouverney**, **PROFESSOR ENS BASICO TECN TECNOLOGICO**, em 22/03/2024 11:43:44.

Este documento foi emitido pelo SUAP em 27/02/2024. Para comprovar sua autenticidade, faça a leitura do QRCode ao lado ou acesse https://suap.ifpb.edu.br/autenticar-documento/ e forneça os dados abaixo:

Código 538367
Verificador: 036f517350
Código de Autenticação:

AGRADECIMENTOS

Principalmente a DEUS, por ter me conduzido até aqui, fortalecendo diariamente minha saúde, ouvindo minhas súplicas e dando-me o que era realmente necessário para meu desenvolvimento pessoal e profissional.

À minha amada família, cujo apoio inabalável foi meu sustento durante este período desafiador. Quero expressar minha gratidão especial à minha mãe querida, que, mesmo necessitando tanto de mim, sempre incentivou meu progresso, encorajando-me a reservar um tempo para concluir meu trabalho, sempre me perguntando se estava dando certo. Uma fofa.

À grande professora Alexsandra Chaves, minha orientadora, por me conduzir brilhantemente até aqui e, mesmo sabendo de todas as dificuldades que passei com a saúde de minha família, não soltou minha mão nem um segundo. Gratidão eterna.

Aos professores do PROFEPT, que, durante toda esta trajetória, ensinaram-me conceitos que eu jamais pensei em aprender e que tanto contribuíram e contribuem para minha formação profissional.

A todos os professores que aceitaram participar da banca e por suas contribuições para o engrandecimento desta pesquisa.

Enfim, Gratidão a todos!

RESUMO

Sabe-se que o ensino médio integrado na educação brasileira existe como uma possibilidade intelectual, física e tecnológica de formação humana, que tem como base o trabalho, a ciência, a tecnologia e a cultura. Em sintonia com esses valores, o componente curricular de educação física se propõe a trazer, de forma construtiva, alicerces para uma formação humana integral, melhora da qualidade de vida e, principalmente, romper com o sedentarismo que, atualmente, afeta de forma precoce os jovens de todo mundo. Sendo assim, o objetivo deste estudo foi identificar e ressignificar as práticas pedagógicas utilizadas em espaços formais e não-formais, aliados ao conceito de saúde e de qualidade de vida, a fim de desenvolver uma cartilha orientadora aos docentes de Educação Física, voltada para o processo de ensino-aprendizagem nos Institutos Federais de Educação Ciência e Tecnologia. A metodologia utilizada envolveu um levantamento de dados com cento e cinquenta alunos do curso de formação de soldados, da Base Aérea de Natal, constituído de aulas teóricas e práticas, com duração de aproximadamente 50 minutos cada, perfazendo um total de 12 encontros. Os instrumentos utilizados foram dois questionários, contendo 10 e 9 questões, aplicados antes e após as ações pedagógicas, respectivamente, de cunho quantitativo. Os resultados obtidos nos mostraram que manter os alunos conscientes acerca da importância da prática de atividade física é fundamental para sua saúde e qualidade de vida. Quanto ao componente curricular, é de suma importância estar sempre atualizando as formas de aprendizagem dentro do ambiente escolar, para que os alunos permaneçam sempre instigados a aprender e a compreender a construção de sua formação humana. Assim, acreditamos que a cartilha desenvolvida nesta obra como produto educacional possa ajudar na formulação de práticas pedagógicas mais inclusivas e agregadoras para o desenvolvimento e formação integral dos estudantes.

Palavras-Chave: ensino médio integrado; educação física; saúde; qualidade de vida; formação humana integral.

ABSTRACT

It is known that high school integrated in Brazilian education exists as an intellectual, physical and technological possibility of human formation, which is based on work, science, technology and culture. In line with these values, the curricular component of physical education proposes to bring, in a constructive way, foundations for an integral human formation, improvement of the quality of life and, mainly, to break with the sedentary lifestyle that currently affects young people around the world at an early age. Thus, the objective of this study was to identify and reframe the pedagogical practices used in school and non-school spaces, allied to the concept of health and quality of life, in order to develop a booklet to guide Physical Education teachers, focused on the teaching-learning process in the Federal Institutes of Education, Science and Technology. The methodology used involved data collection of one hundred and fifty students of the soldier training course at the Natal Air Base, consisting of theoretical and practical classes, lasting approximately 50 minutes, making a total of 12 meetings. The instruments used were two questionnaires, containing 10 and 9 questions, applied before and after the pedagogical actions, respectively, of quantitative nature. The results showed that keeping students aware that the practice of physical activity is essential for their health and quality of life. As for the curricular component, it is of paramount importance to always be updating the forms of learning within the school environment, so that students always remain instigated to learn and understand the construction of their human formation. Thus, we believe that the booklet developed in this work, as a delivery of an educational product, can help in the formulation of more inclusive and aggregating pedagogical practices for the development and integral formation of students.

Keywords: integrated high schoo; physical education; health; quality of life; integral human formation.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Palestra sobre Exercício Físico e saúde: riscos e benefícios. 34
Figura 2: Aferição da frequência cardíaca de repouso. 35
Figura 3: Aferição da cintura. 36
Figura 4: Aferição das dobras cutâneas. 38
Figura 5: Realização de exercícios de alongamento. 40
Figura 6: Realização da atividade de Aquecimento. 42
Figura 7: Realização da atividade de Flexibilidade. 44
Figura 8: Treinamento em circuito. 46
Figura 9: Esgrima para deficientes visuais. 49
Figura 10: Queimada sentada. 50
Figura 11: Vôlei sentado. 51
Figura 12: Capa da cartilha. 65
Figura 13: Apresentação e carta ao professor. 66
Figura 14: Análise teórica. 67
Figura 15: Eixo temático. 67
Figura 16: Capítulo da cartilha. 68

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Entendimento sobre a educação física escolar. 53
Gráfico 2: Atividade física fora do ambiente escolar. 54
Gráfico 3: Classificação da saúde. 55
Gráfico 4: A disciplina de Educação Física é capaz de contribuir para sua formação? 56
Gráfico 5: Exclusão durante as aulas de educação física pré-ação. 57
Gráfico 6: De acordo com as aulas ministradas, você se sentiu incluído no processo de construção e realização das aulas? 58
Gráfico 7: Replicar o aprendizado de educação física fora do ambiente escolar. 60
Gráfico 8: Você acredita que a disciplina Educação Física contribuirá para o seu futuro? 61

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: PPC.....32
Quadro 2: Exercícios de alongamento previsto na NSCA 54-5. 39
Quadro 3: Exercícios de aquecimento previstos na NSCA 54-5. 41
Quadro 4: Exercícios de Flexibilidade de acordo com a antiga ICA 54-3, de 2007. .43

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Questionários. 30
Tabela 2: Eixos temáticos desenvolvidos. 31

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BNCC	Base Nacional Curricular Comum
CAPES	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
ENEFD	Escola Nacional de Educação Física e Desportos
EPT	Educação Profissional e Tecnológica
EsEFEx	Escola de Educação Física do Exército
ENEFD	Escola Nacional de Educação Física e Desporto
FAB	Força Aérea Brasileira
IFAP	Instituto Federal do Amapá
IFPB	Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba
NCSA	Norma do Sistema do Comando da Aeronáutica
PE	Produto Educacional
PROFEPT	Programa de Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica
PPC	Projeto Pedagógico de Curso
PNAES	Programa Nacional de Assistência Estudantil
SISTEC	Sistema Nacional de Informações da Educação Profissional e Tecnológica
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
UNESCO	Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO 12
1.1 OBJETIVOS 16
1.1.1 Objetivo Geral 16
1.1.2 Objetivos específicos 16
2 REFERENCIAL TEÓRICO 18
2.1 BREVE HISTÓRICO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO BRASIL: BASES DE UM ENSINO TECNICISTA 20
3 METODOLOGIA 25
3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA 25
3.1.1 Quanto à classificação da pesquisa 25
3.1.2 Quanto à abordagem da pesquisa 25
3.1.3 Quanto à tipologia da pesquisa 26
3.2 UNIVERSO, AMOSTRAGEM E AMOSTRA 26
3.2.1 Quanto ao universo da investigação 26
3.2.2 Quanto à amostragem da pesquisa 28
3.2.3 Quanto à amostra do estudo 28
3.3 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS 29
3.4 ASPECTOS ÉTICOS 30
3.5 DESENVOLVIMENTO DAS AÇÕES PEDAGÓGICAS 30
4 ANÁLISE DOS DADOS (RESULTADOS E DISCUSSÕES) 52
5 PRODUTO EDUCACIONAL 63
5.1 BASES TEÓRICAS 64
5.2 ESTRUTURA DA CARTILHA 64
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS 69
APÊNDICE A – PRODUTO EDUCACIONAL 75
APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO DIAGNÓSTICO 99
APÊNDICE C – QUESTIONÁRIO PARA AVALIAÇÃO DAS FERRAMENTAS PEDAGÓGICAS UTILIZADAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA 101
APÊNDICE D – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO 103
ANEXO A – PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA 106

1 INTRODUÇÃO

Atualmente, é amplamente reconhecido que a atividade física desempenha um papel relevante na promoção da saúde e da qualidade de vida da população. A prática regular de exercícios contribui para uma melhor condição geral de saúde e de bem-estar (Nahas, 2017).

Quando nos referimos à educação física escolar, expandimos esse conceito para além do conhecimento e aprendizado, passando a considerar a educação e a saúde de forma mais abrangente. Como destacam Silva *et al.* (2021), através de práticas corporais e suas diversas experiências, como psicológica, social, física, motora, ambiental e cognitiva, constrói-se, positivamente, essa ideia de vida saudável nos estudantes.

Os mesmos autores (Silva *et al.*, 2021, p. 2) citam que:

> As estratégias utilizadas para melhorar a saúde dos escolares por meio das aulas de educação física escolar são diversas e se organizam em dimensões específicas como política e ambiente (exemplo, valorização e estrutura), instrução apropriada (exemplo, utilização de recursos nas aulas e promoção da prática de atividade física), currículo (exemplo, progressão de conteúdos e uso de diretrizes educacionais) e avaliação (exemplo, desenvolvimento e progressão de diferentes habilidades). Além disso, há estratégias que não ocorrem especificamente na educação física escolar, mas interagem com a disciplina, como por exemplo, oferta de esportes ou atividade física no contraturno. No Brasil, programas governamentais apoiam essas estratégias no ambiente escolar, como o Programa Saúde na Escola e o Programa Segundo Tempo.

Cabe ressaltar que, dentre os programas mencionados pelos autores, o programa Segundo Tempo é implementado em instituições militares, como é o caso da Força Aérea Brasileira, por meio das Bases Aéreas.

No que diz respeito à Educação Profissional e Tecnológica (EPT), Santos e Brandão (2018) enfatizam que os valores cultivados vão muito além de uma preparação para o mercado de trabalho. Segundo os autores, o objetivo base da EPT reside na formação ética dos estudantes, com ênfase nos valores da ética, da verdade e na capacidade desses alunos de intervirem e transformarem a realidade social. Em outras palavras, o propósito fundamental da EPT é capacitar indivíduos conscientes, incentivando-os a serem cidadãos críticos e agentes de mudança em suas comunidades.

Historicamente, desde que a Educação Física foi inserida no contexto

educacional como componente curricular obrigatório, foram necessários ajustes para sua organização didática, produção curricular, métodos de ensino e práticas pedagógicas (Souza; Nascimento; Fensterseifer, 2018). Nos dias atuais, no entanto, em todas as instituições escolares, as bases para o ensino são direcionadas por leis, resoluções e decretos, os quais devem ser seguidos pelos docentes para a formação dos estudantes.

Ao analisar esse enquadramento normativo do ensino, Leifeld (2021) relata que, apesar de serem primordiais ao processo pedagógico, essas documentações acabam tolhendo parte da autonomia dos docentes, tornando-os meros sujeitos repetidores de práticas pedagógicas já existentes; ou seja, inibindo a criação e inovação dos conceitos já existentes.

A mesma autora relata os desafios de um docente em educação física para desviar das dificuldades impostas por políticas educacionais, visando interesses globalizados e o verdadeiro significado de sua autonomia diante do processo criativo.

Nesse contexto, Leifeld (2021, p.10) cita que:

> A responsabilidade docente, que se constitui pela união de saberes e conhecimentos, agrupa um reservatório de saberes dos professores, impede que o docente aceite a exigência de seguir propostas curriculares fechadas e desconexas, imbuídas de ideias que divergem da realidade dos alunos. As práticas docentes indicam o posicionamento pedagógico, incide as determinações sociais, políticas e estruturais de um modelo social, e cabe ao professor determinar a abordagem pedagógica mais favorável.

Compreender essas intervenções sob os pontos de vista político, sociocultural e econômico revela a complexidade enfrentada no desenvolvimento de atividades pedagógicas na área da Educação Física Escolar. Com isso, as restrições nas práticas docentes sugerem uma educação tecnicista, baseada em um ensino mecanizado e descontextualizado, prejudicando o processo de formação humana integral dos estudantes (Neira, 2018).

Corroborando com o exposto, Garcia, Brandão e Alves (2021) destacam que, ainda nos dias atuais, é possível verificar de forma clara uma pedagogia tecnicista, baseada em uma educação que visa apenas instruir e informar. Com isso, os docentes não têm espaço para criar e inovar no processo de ensino-aprendizagem e os alunos perdem cada vez mais o interesse pelo assunto, fragmentando o ensino dentro do espaço escolar.

Outro fator importante são os achados de Almeida (2020), em que relata a utilização, por muitos professores, da prática esportiva como fonte primária no desenvolvimento de suas aulas. Em diversas escolas pelo Brasil, a educação física, na visão dos estudantes, tem sido sinônimo de jogar futebol ou praticar outro esporte, o que acaba por comprometer as propostas da disciplina, como, por exemplo, a inclusão entre os alunos, emancipação, protagonismo no processo ensino-aprendizagem.

Ampliando essa discussão, a autora supracitada argumenta que a prática de se associar o componente curricular educação física a uma bola tende a valorizar apenas os alunos que tenham habilidades no esporte previamente definido. Isso traz diversas consequências para os discentes, pois se criam exclusões dentro do próprio ambiente escolar. Neste contexto, Almeida (2020, p. 16) cita que:

> Além desse cenário de uma Educação Física reduzida à prática de esporte, observamos que algumas escolas não se preocupam em desenvolver ações educativas para levar adolescentes e jovens a adquirir hábitos que propiciem a prática regular de atividades físicas voltadas à saúde e qualidade de vida através das diversas práticas corporais.

Cabe ressaltar que, segundo Brasil (2000), o objetivo da educação física nas escolas é democratizar e humanizar a prática pedagógica. Além disso, procura-se desenvolver nos estudantes uma visão biológica, junto a um trabalho que valorize as questões afetivas, cognitivas e socioculturais.

Contudo, observa-se que, até os dias atuais, existem inúmeras dificuldades dos docentes em trazer novos métodos de ensino no universo da educação física escolar. Estudos de Leifeld (2021) apontaram que a própria base nacional comum curricular (BNCC) de 2017 tem se tornado um empecilho para os docentes na organização e desenvolvimento de transmissão de conhecimentos.

Aliando-se a toda essa problemática, estudos como os de Santos *et al.* (2019) têm mostrado que tanto crianças quanto adolescentes, dentro do ambiente escolar, têm praticado cada vez menos atividades físicas. A carga horária, a forma e a frequência com que se pratica as atividades são fatores que, ao longo do tempo, contribuem para que os alunos não obtenham os efeitos benéficos da prática de atividades físicas. Isso pode ocasionar inúmeras doenças causadas pelo sedentarismo, como obesidade, alterações metabólicas, entre outras.

Tendo como base que a atividade física escolar traz benefícios substanciais à saúde, quando desenvolvida de maneira correta e bem estruturada no plano de ensino, dando autonomia ao docente no processo de construção do planejamento e liberdade na realização das atividades, entende-se que o investimento pedagógico direcionado a um ensino humanizado é fundamental para se obter resultados e alcançar os objetivos propostos pela matriz curricular.

Assim, a relevância deste tema para o processo de ensino-aprendizagem no âmbito escolar tem fundamento ao se analisar, por exemplo, obras como a de Azevedo e Renato (2011), que analisam a falta de interesse dos alunos no componente curricular de Educação Física. Os autores relatam que a inatividade física tem se instaurado de forma cada vez mais precoce em adolescentes e o sedentarismo tem sido um dos grandes vilões para o desenvolvimento da obesidade e de doenças relacionadas.

Coadunando-se a isso, a própria Carta Internacional da Educação Física, da Atividade Física e do Esporte (Unesco, 2018) remete à Educação Física escolar como um dos pilares indispensáveis no processo de formação humana e prioriza como direito do estudante o acesso à Educação Física ao prever que:

> Todo ser humano tem o direito fundamental de acesso à educação física, à atividade física e ao esporte, sem qualquer tipo de discriminação com base em etnia, gênero, orientação sexual, língua, religião, convicção política ou opinião, origem nacional ou social, situação econômica ou qualquer outra (Unesco, 2018, p. 02).

Quando Santos *et al.* (2019) relata sobre problemas na quantidade ou qualidade de frequência das aulas de Educação Física por crianças e adolescentes, ou até mesmo coloca em dúvida se há benefícios à saúde e à qualidade de vida com essa pequena carga horária que hoje é realidade nas escolas, entende-se que esses estudantes não estão realizando adequadamente as atividades físicas, deixando assim de adquirir conhecimentos necessários para a vida e descumprindo os objetivos educacionais propostos.

Diante disso, observa-se que um dos fatores da falta de interesse dos estudantes está associado aos processos pedagógicos utilizados pelos docentes, que sempre repetem os mesmos métodos ou fazem da educação física um momento apenas para a prática de esportes, geralmente o futebol. Aquino e Menezes (2022) lembram que, nessas abordagens, chamadas de tecnicistas, os

estudantes são ensinados a trabalhar exatamente conforme programado pelos professores. Nessas práticas de ensino, a maioria dos docentes possuem visões empiristas e são vistos por seus alunos como detentores do conhecimento.

Ao inserirmos a Educação Profissional e Tecnológica (EPT) nesse contexto, podemos avaliar que esta pesquisa contribuirá com a inovação dos fundamentos das práticas educativas, integrando os estudantes e resgatando seu interesse pelo componente curricular. Ademais, a pesquisa será capaz de trazer novos conceitos de estratégias transversais e interdisciplinaridade, ajudando no desenvolvimento curricular da EPT.

Vislumbrando os benefícios sociais, esta pesquisa trará uma melhora para a educação/ensino, ficando evidente que seu produto será capaz de contribuir para a melhora do processo ensino-aprendizagem e, consequentemente, formar alunos com ampla visão de mundo. Assim, devolvendo à sociedade seres humanos melhores, capazes de contribuir de forma significativa para a evolução da educação e do mundo.

Com isso, acredita-se que esta pesquisa possui grande importância, pois apresentará dados para construção de uma nova visão no processo de ensino-aprendizagem no componente curricular de Educação Física.

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Objetivo Geral

Identificar e ressignificar as práticas pedagógicas utilizadas em espaços formais e não-formais, aliadas ao conceito de saúde e qualidade de vida, a fim de desenvolver uma cartilha orientadora aos docentes de Educação Física, voltada para o processo de ensino-aprendizagem nos Institutos Federais de Educação Ciência e Tecnologia.

1.1.2 Objetivos específicos

- Identificar a forma como os alunos percebem o componente curricular Educação Física tanto no contexto escolar quanto em suas vidas pessoais;
- Propor, às unidades de educação, ações de intervenção sobre a percepção da prática da Educação Física, relacionando-as à saúde e à qualidade de

vida;

- Propor a criação de ferramentas educacionais que possam contribuir com a integração da Educação Física, na manutenção da saúde e a qualidade de vida dos estudantes;
- Comparar as percepções dos alunos antes e depois da realização das atividades teóricas e práticas, discutindo aspectos tecnicistas e humanos relacionados ao tema.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Os estudos de Silva, Leonardo e Scaglia (2021) relatam que a escola tem assumido um papel fundamental e complexo na mudança de hábito dos estudantes, estimulando-os a saírem de uma condição de sedentários à fisicamente ativos, através da prática de atividade física. Porém, estudos realizados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2019) indicaram que mais de 70% dos estudantes da região Nordeste têm menos de dois dias de aula por semana.

Soares e Hallal (2015) afirmam que é essencial a consciência dos estudantes sobre Educação Física e saúde, pois é na adolescência que se formam os comportamentos da fase adulta. Além disso, seus estudos indicaram que somente 20% dos jovens entre 13-15 anos no mundo praticam atividade física mais de uma hora por dia.

Em seu trabalho sobre fatores associados à não participação de adolescentes nas aulas de educação física escolar, Santos *et al.* (2019) citam que em diversas obras sobre a Educação Física nas escolas, há como resultado uma elevada ausência dos alunos, bem como o desinteresse pela prática de atividade física regular. Dentre os fatores citados, estão as mudanças de comportamento em virtude da transição entre infância e adolescência, uso excessivo de celulares, televisão, videogames e as altas atribuições escolares, como tarefas de casa, leituras de livros de múltiplos assuntos e cursos.

Além disso, os autores observaram que grande parte das escolas trazem em seus componentes curriculares um número mínimo de horas-aula de atividade física semanal, muitas das vezes apenas uma vez por semana, o que é prejudicial para a saúde e qualidade de vida dos alunos.

Agregando-se a essa discussão, outros estudos citam a importância do professor e de sua formação para o desenvolvimento de novas habilidades dentro da sala de aula. A escolha de métodos de ensino, estratégias pedagógicas e metodologias de avaliação é frequentemente discutida como meio de estimular o interesse dos alunos pela disciplina (Aquino; Menezes, 2022).

Silva, Leonardo e Scaglia (2021) citam que, a partir de teorias do conhecimento, a intervenção do professor durante o processo pedagógico deve ser pautada em bases epistemológicas, a fim de subsidiar suas ações e intenções ao longo de sua atuação profissional.

Porém, estudos como os de Sousa e Paixão (2015) mostram que a ideia de criar novas metodologias de ensino, facilitando o processo de ensino-aprendizagem, ainda não é vista com bons olhos por alguns professores. A isso chamamos de educação tecnicista, na qual os docentes ensinam seus estudantes a trabalharem de uma forma padrão, normalmente já descrita em manuais ou em planos didáticos (Aquino; Menezes, 2022).

Nesse contexto, quando pesquisamos em bases de dados como Google Acadêmico, Scielo, Lilacs, observamos obras relacionadas à formação militar. Dentre elas, constam o estudo de Xavier e Almeida (2012), que retrata a chegada da doutrina tecnicista americana no Brasil, durante o nacional desenvolvimentismo brasileiro (1946-1964), e seus reflexos para a Educação Física escolar; e a obra de Nunes e Miguel (2021) sobre a educação física na ditadura militar: uma abordagem tecnicista, todas elas relacionadas às condutas de implementação da Educação Física Escolar no Brasil.

Historicamente, sabe-se que a introdução da Educação Física nas escolas se deu com base em uma educação militarizada. Santana, Santana e Maia (2020) citam que a intenção de se introduzir a Educação Física nas escolas era de selecionar os melhores estudantes, mediante processos seletivos que colocavam o esporte como base. A justificativa era selecionar e formar alunos bem preparados fisicamente, fortalecendo o conceito higienista que cultuava corpos definidos, higiene corporal e atenção à saúde.

Com isso, desde esse início já se excluíam estudantes no ambiente escolar e essa prática acontece até os dias de hoje, ao se observar aulas de educação física limitada a uma bola ou à prática de esportes.

Corroborando essas considerações, Almeida (2020), após conduzir atividades inclusivas de Educação Física, com foco na promoção da saúde e qualidade de vida, constatou que mais de 50% dos estudantes perceberam que a prática regular de atividade física proporciona maior convívio com os amigos e melhora o condicionamento físico. Antes da intervenção, a maioria dos alunos não acreditava que a educação física era capaz de trazer esses benefícios. Esses achados são fundamentais para se entender que a educação física escolar deve priorizar a inclusão dos alunos, além de manter a saúde e a qualidade de vida e não apenas querer formar atletas.

Diante disso, acredita-se que, ao se implantar práticas pedagógicas inovadoras, os discentes terão constantemente novas oportunidades de vivenciar os benefícios da prática da atividade física, de uma maneira mais democrática e inclusiva.

Porém, para que isso aconteça, os professores devem se empenhar em construir metodologias de ensino que sejam capazes de superar os conteúdos já existentes e que sempre são repetidos em sala de aula.

2.1 BREVE HISTÓRICO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO BRASIL: BASES DE UM ENSINO TECNICISTA

Apesar dos relatos de que a prática da Educação Física no Brasil remonta ao período colonial, com os indígenas se exercitando na presença dos portugueses e os escravos desenvolvendo atividades físicas ritmadas e criativas com a capoeira, deve-se reconhecer que, ao longo do Brasil colonial e imperial, a atividade física, descrita como ginástica, carecia dos conceitos e métodos necessários para a formação humana (Soares, 2012).

Ramos (1982) registra que durante o Brasil Império, visando promover uma formação integral nos alunos e enfatizar a importância da ginástica no ambiente escolar, Rui Barbosa estabeleceu a obrigatoriedade da prática dessa disciplina. No entanto, ainda segundo o relato do autor supramencionado, durante as reformas educacionais que introduziam a ginástica como disciplina obrigatória nas escolas, sua implementação ocorria quase na sua totalidade em escolas militares.

Cabe ressaltar que foi no Brasil República, a partir da Constituição Federal de 1937, que a Educação Física realmente passou a ser considerada como prática educativa obrigatória no ambiente escolar, mas não como disciplina curricular.

Antes desta constituição, no entanto, já haviam sido criadas as primeiras escolas de formação em Educação Física, como a Escola de Educação Física da Força Pública de São Paulo e a Escola de Educação Física do Exército (EsEFEx), que tinham como meta a formação militar (Azevedo; Malina, 2004).

Castellani Filho (1998, p. 80) pontua a intenção da Constituição de 1937 quanto à obrigatoriedade da Educação Física no ensino secundário circunscrita nos seguintes artigos:

> Art. 131- A educação física, o ensino cívico e o de trabalhos manuais serão obrigatórios em todas as escolas primárias, normais e secundárias, não podendo nenhuma escola de qualquer desses graus ser autorizada ou reconhecida sem que satisfaça aquela exigência.
> Art. 132- O Estado fundará instituições ou dará o seu auxílio e proteção às fundadas por associações civis, tendo umas; e outras por fim organizar para a juventude períodos de trabalho anual nos campos e oficinas, assim como promover-lhe a disciplina moral e o adestramento físico, de maneira a prepará-la ao cumprimento, dos seus deveres para com a economia e a defesa da Nação.

A partir disso, foram estudados métodos para sistematizar a Educação Física dentro do país, observando modelos como os das escolas francesa, sueca e alemã. Todas elas baseadas em conceitos higienísticos e militares, já que os aspectos relativos à saúde física, mental, moral e intelectual compunham a esfera militar (Darido; Rangel, 2005).

Com o intuito de formar novos docentes na área de Educação Física para as escolas em geral, foi criada a Escola Nacional de Educação Física e Desportos (ENEFD). De acordo com Azevedo e Malina (2004), os cursos foram ministrados, inicialmente, nos estados de São Paulo, Espírito Santo, Pará e Pernambuco. A formação desses professores era baseada no método francês de ensino e aprendizado, seguindo os modelos dos cursos militares já existentes, destacando-se a EsEFEx.

Nesse sentido, Azevedo e Malina (2004, p.131), ao entrevistarem a professora de Educação Física Maria Lenk, citam que:

> Desde aproximadamente 1936-1937, segundo conta a professora Maria Lenk em entrevista, já havia um movimento na EsEFEx para a criação da ENEFD. Daí, sua criação é dada por influência direta dos militares do exército, aliado ao conhecimento científico dos médicos. Da mesma forma, seu currículo, que se tornou padrão para as demais escolas de educação física surgidas no país, seguia o modelo da EsEFEx e, por conseguinte, o chamado método francês também foi adotado com a perspectiva de ênfase técnico-biológica. Dos cursos oferecidos pela ENEFD, o de licenciatura tinha duração de dois anos – um a menos em relação às outras licenciaturas – sendo exigido dos candidatos o nível escolar correspondente ao ensino fundamental, além de não conter, em sua grade curricular, disciplinas pedagógicas.

Percebe-se que as ações determinadas pelo Estado sobre a política de educação estão condizentes com a influência social que as escolas tinham na época. Com o pensamento no desenvolvimento socioeconômico através do trabalho e do esporte, a Educação Física era elemento fundamental na formação humana voltada

para o consumo e para a força de trabalho (Brasil, 1971).

Corroborando essas ideias, a Lei n.º 5696/71 trouxe o verdadeiro significado de ensino tecnicista ao comparar a aptidão física à capacidade de ser produtivo e melhor qualificado para o trabalho. Além disso, ressalta-se a ideia positivista em que os valores obtidos através de uma melhor aptidão física estavam diretamente relacionados com o progresso da sociedade.

Nunes e Miguel (2021, p. 1321) relatam que:

> Na Educação Física, as manifestações esportivas adquiriram contornos disciplinares e de aptidão física. A partir do crescimento urbano e da industrialização, a adoção da pedagogia tecnicista marcada por valores e modelos empresariais passou a nortear os rumos da educação, objetivando a produtividade e a eficiência, e o objetivo da Educação Física, por meio da esportivização, era alto rendimento e disciplina.

Dessa forma, podemos considerar como resultado dessa abordagem pedagógica os estudos de Leifeld (2021), nos quais os professores de Educação Física não conseguem cumprir as matrizes curriculares oficiais e enfrentam dificuldades significativas para modificar e reestruturar as práticas pedagógicas estabelecidas nos componentes curriculares.

Da mesma forma, Batista *et al.* (2014) propõem que se consolide a prática pedagógica no ensino da Educação Física. Essa afirmação vem baseada na importância de se romperem os modelos antigos que baseiam o ensino da disciplina somente no modelo esportista e tecnicista.

Para Aquino e Menezes (2022), essas abordagens puramente tecnicistas fazem dos alunos meros receptores e repetidores dos comportamentos de seus professores, que, na maioria das vezes, têm uma visão empirista do processo de ensino-aprendizagem.

Com isso, pode-se perceber, desde o início, que o processo de ensino-aprendizagem dos professores foi baseado em uma educação tecnicista. Mesmo que ao longo dos anos fossem sendo criados decretos e leis, como a própria Lei de Diretrizes e Bases (LDB), observa-se que a Educação Física nunca foi tratada como instrumento de integração e suas políticas pedagógicas sempre foram baseadas em um processo de ensino tecnocrata, visando o cuidado do corpo e a formação de atletas, atendendo às expectativas do sistema capitalista (Mommad, 2020).

Porém, nos dias atuais, a prática de atividade física, bem como os métodos

empregados para o condicionamento físico de militares, tem evoluído para áreas diferentes de apenas formar atletas ou condicionar seus profissionais para o combate (Brasil, 2020).

De acordo com a Norma do Sistema do Comando da Aeronáutica (NCSA 54-5, 2020), da Força Aérea Brasileira (FAB), que indica métodos padronizados de condicionamento físico, os objetivos de se aplicar o treinamento físico em seus militares são de promover o desenvolvimento e a manutenção do condicionamento físico necessário para o desempenho das funções laborativas e operacionais da Aeronáutica, além da cooperação para o desenvolvimento de atributos das áreas afetiva, cognitiva e psicomotora.

Esses atributos, segundo a própria norma, visam tornar os militares mais resistentes a doenças, evitar ou recuperar lesões, melhorar a saúde e a qualidade de vida. Além de promover um melhor desempenho profissional, visa trazer mais autoconfiança e motivação, dentro e fora do local de trabalho, contribuindo para uma vida social mais saudável.

Já em relação ao ensino profissionalizante, Almeida (2020) relata que, no ano de 2008, com a implantação dos Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia no Brasil, o ensino educacional integrado, que garante o desenvolvimento dos sujeitos em todas as suas dimensões formativas, ganhou o centro de discussões no âmbito pedagógico.

Nesse sentido, com as práticas de formação humana integral, incluindo a educação física no componente curricular obrigatório, voltou-se um olhar crítico para a fragmentação de ensino: prática/teoria, manual/intelectual. E, dessa forma, o papel do ensino médio passou a transformar essa dicotomia em unidade dialética.

Diante desse cenário, já dentro do contexto da Educação Profissional e Tecnológica (EPT), a mesma autora (Almeida, 2020) afirma em seu trabalho que “na educação brasileira, o ensino médio integrado existe como uma possibilidade intelectual, física e tecnológica de formação humana que tem como base o trabalho, a ciência, a tecnologia e a cultura”.

Essa afirmação tem por base os parâmetros relacionados à educação profissional, como, por exemplo, o Instituto Federal do Amapá (IFAP), que possui norma na qual é previsto que essa educação deverá ser conduzida para formação de profissionais mais críticos, com fundamentos educacionais politecnistas, visando uma formação humana integral e omnilateral, aliando a teoria e a prática para a

construção do conhecimento.

Posto isso, pensar em ações pedagógicas para a Educação Física no contexto de instituições de ensino, que tenham o trabalho como princípio educativo, é de suma importância para o processo de ensino-aprendizagem da disciplina nessa conjuntura.

Assim, juntando o contexto da educação física na EPT e os objetivos atuais do condicionamento físico dentro do ambiente militar, observa-se a criação de novos conceitos que poderão ser inseridos em ambas instituições, fazendo com que os alunos tenham a máxima experiência na disciplina, para formar cidadãos mais conscientes, críticos, dentro de uma formação humana integral.

Dito isso, esta pesquisa se propõe a reunir duas instituições importantes no processo de transformação da educação física no país. Os Institutos Federais, na ocasião específica o Instituto Federal da Paraíba (IFPB), com o programa relacionado à Educação Profissional e Tecnológica (EPT), que contribui para uma formação técnico-profissional de excelência; e a Força Aérea Brasileira (FAB), através da Base Aérea de Natal, no curso de formação de soldados, que visa formar homens de valores e, ao final do ciclo de formação obrigatória, entregar à sociedade melhores cidadãos.

3 METODOLOGIA

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

3.1.1 Quanto à classificação da pesquisa

Este estudo adotou um desenho pré-experimental com um grupo de alunos do Curso de Formação de Soldados da Aeronáutica, localizado na Base Aérea de Natal/RN. Essa classificação, conforme Selltiz, Wrightsman e Cook (1965), é aplicável quando se trabalha com um único grupo, mesmo sem enfatizar testes de significância.

De maneira geral, segundo Gil (2017), esse tipo de pesquisa prioriza a aplicação de estímulos no grupo estudado. Em seguida, avalia-se o grupo, por meio de uma ou mais variáveis, para observar o seu nível de desempenho em relação ao trabalho realizado.

Dessa forma, estudos desse tipo facilitam a caracterização do grupo, especialmente em relação às suas variáveis dependentes. Além disso, com base nos resultados pós-teste, é possível identificar variáveis que influenciam o grupo e definir sua continuidade (Sampieri; Callado; Lucio, 2013).

Portanto, o presente estudo aplicou um modelo de aula a um grupo específico e avaliou, por meio de um questionário previamente definido, a percepção dos alunos antes e após as aulas. O objetivo foi verificar se essa abordagem de inovação no processo de ensino-aprendizagem da educação física foi capaz de conscientizar os estudantes para a saúde e qualidade de vida e, principalmente, determinar se é capaz de superar os métodos tradicionais utilizados para ensinar a disciplina em sala de aula.

3.1.2 Quanto à abordagem da pesquisa

A presente pesquisa adotou uma abordagem quantitativa. A escolha por esse tipo de abordagem baseia-se na possibilidade de explicar os fenômenos estudados com base em dados coletivos e nas características predominantes de um grupo.

Conforme destacado por Mussi *et al.* (2019), a abordagem quantitativa concentra-se na materialização físico-numérica no momento da explicação, não

enfatizando a individualidade ou subjetividade. Segundo Mussi *et al.* (2019, p. 418):

> A pesquisa quantitativa pretende e permite a determinação de indicadores e tendências presentes na realidade, ou seja, dados representativos e objetivos, opondo-se à ciência aristotélica, com a desconfiança sistemática das evidências e experiência imediata.

É importante ressaltar que, nessa abordagem, o foco está na análise objetiva dos dados obtidos, com rigor no tratamento estatístico e na explicação de fenômenos naturais (Chehuen Neto; Lima, 2012).

3.1.3 Quanto à tipologia da pesquisa

Quanto à tipologia, por ter se pretendido criar questionários avaliativos, elaborar técnicas para análise e coleta desses dados, bem como interpretá-los de maneira fidedigna, esta pesquisa teve o caráter descritivo.

Estudos como de Fernandes *et al.* (2018) relatam que as pesquisas descritivas têm como objetivos analisar, descrever, classificar e interpretar fenômenos ou fatos. Além disso, procuram realizar descobertas e correlacionar variáveis entre o grupo estudado.

3.2 UNIVERSO, AMOSTRAGEM E AMOSTRA

3.2.1 Quanto ao universo da investigação

O universo da pesquisa contou com 150 alunos do Curso de Formação de Soldados da Força Aérea Brasileira, localizado em Natal, no Rio Grande do Norte. O universo compreende todos os indivíduos de um mesmo grupo pesquisado, que possuem as mesmas características definidas para o estudo (Gil, 1999).

Foi utilizado como referência o Projeto Pedagógico de Curso (PPC) do 3° ano do curso técnico integrado do Instituto Federal da Paraíba, *campus* João Pessoa, da disciplina de Educação Física III. A escolha se baseou na semelhança da faixa etária entre esses alunos e os alunos do Curso de Formação de Soldados da Força Aérea Brasileira.

Os tópicos abordados no conteúdo programático foram: antropometria, índice de massa corporal, cuidados com o corpo, alongamento e flexibilidade, esporte na

escola, condicionamento e qualidades físicas. Esses temas foram selecionados, a partir do PPC, por serem os mais relevantes para a realização do projeto e se alinharem com os conteúdos abordados nos treinamentos e testes físicos da Aeronáutica.

Além do PPC, foram utilizadas as Normas do Sistema do Comando da Aeronáutica NCSA 54-5 e NCSA 54-3, que tratam do Treinamento Físico-Profissional Militar e do Teste Físico no Comando da Aeronáutica, respectivamente. Essas normas têm como objetivo promover o desenvolvimento e manutenção do condicionamento físico para o desempenho de funções laborais e operacionais, como é aplicado o teste físico, bem como promover a cooperação para o desenvolvimento de atributos nas áreas afetiva, cognitiva e psicomotora.

Portanto, a combinação do PPC com as NSCAs teve como objetivo estabelecer novos parâmetros educacionais para auxiliar os docentes na elaboração e desenvolvimento de suas aulas, além de estimular a aprendizagem dos alunos, trazendo um novo conceito no processo de ensino-aprendizagem de dois ambientes com características distintas, mas com o mesmo objetivo: uma formação humana integral.

Essa proposta se justifica pela função final do Produto Educacional, que foi direcionado para orientar os docentes dos Institutos Federais. Utilizou-se esses conteúdos já regulamentados nos componentes curriculares do IFPB, porém com abordagens diferentes.

Observando a ementa da disciplina e as características tanto dos alunos de 3° ano do IFPB quanto dos alunos da Força Aérea, tornou-se relevante desenvolver esta pesquisa, uma vez que é nessa fase da vida que os alunos tendem a desenvolver comportamentos que os acompanharão na fase adulta (Soares; Hallal, 2015).

Em apoio a esses dados, Santos *et al.* (2019) afirmam que alunos nessa fase estão em um período importante de aprendizado para sua formação humana, e diversas variáveis, como o uso de celulares, consumo de *fast food* e o tempo gasto em frente à televisão, podem desestimular a prática de atividade física durante suas formações e ao longo da vida.

3.2.2 Quanto à amostragem da pesquisa

Segundo Gil (1999), a amostra em uma pesquisa consiste em apenas uma parte selecionada de uma população, de acordo com uma regra ou especificação.

De forma complementar, Lakatos e Marconi (1996) descrevem que a amostragem pode ser classificada como probabilística (casual simples, casual estratificada e por agrupamento) e não-probabilística (acidentais, intencionais, por quotas, por acessibilidade ou conveniência).

Neste estudo, utilizou-se uma amostragem probabilística por acessibilidade, devido à possibilidade de seleção dos próprios membros do universo já definido.

3.2.3 Quanto à amostra do estudo

Foi aplicado um questionário inicial a 150 alunos do Curso de Formação de Soldados da Força Aérea Brasileira, que está localizado na Base Aérea de Natal, no Rio Grande do Norte-RN. É importante destacar que, para garantir a consistência dos resultados e considerando o contexto do Produto Educacional (PE), critérios de inclusão e exclusão foram definidos.

Como critérios de inclusão, foram estabelecidos a matrícula regular dos estudantes no Curso de Formação de Soldados da Força Aérea Brasileira na Base Aérea de Natal e uma faixa etária entre 18 e 23 anos. Essa faixa etária foi selecionada para aproximar os participantes do perfil de alunos do 3º ano dos Institutos Federais. É importante ressaltar que não há estudantes menores de idade na Base Aérea de Natal, uma vez que o ingresso no curso exige ter pelo menos 18 anos.

Por outro lado, como critérios de exclusão, foram considerados os estudantes que não se enquadraram nesses critérios de inclusão, ou seja, menores de 18 anos e/ou maiores de 23 anos e que tenham sido matriculados no Curso de Formação de Soldados da Força Aérea Brasileira na Base Aérea de Natal.

Além disso, também foram excluídos os estudantes matriculados no Curso de Formação de Soldados da Força Aérea Brasileira, mas que não pertenciam à Base Aérea de Natal, mesmo que estivessem dentro da faixa etária de 18 a 23 anos.

Esses critérios foram estabelecidos com o intuito de garantir a homogeneidade do grupo de participantes, facilitando a análise e a interpretação dos

resultados obtidos por meio do questionário. Por essa amostra de estudantes do Curso de Formação de Soldados da Base Aérea de Natal ser bem expressiva, proporcionou *insights* relevantes para o desenvolvimento do PE e sua criação, através da cartilha.

3.3 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

Quanto ao instrumento de coleta de dados, esta pesquisa utilizou dois questionários mistos, antes e após as ações pedagógicas, que avaliaram o nível de atividade física habitual de adolescentes, percepções da atividade física para a saúde e qualidade de vida e motivações da prática no ambiente escolar.

Cabe ressaltar que, segundo Gil (2008), os questionários têm a função de identificar conhecimentos conceituais dos avaliados como conhecimentos prévios, condições socioeconômicas, opiniões, dentre outros. Assim, questionários são instrumentos amplamente utilizados tanto em áreas de pesquisas quanto de educação, pois têm a capacidade de abranger um maior número de pessoas em um tempo mais curto.

Dessa forma, o questionário dito como misto é composto por questões abertas e fechadas. Nas primeiras, os participantes têm uma maior possibilidade de relatar sua opinião sobre o assunto. Na segunda, há apenas a opção para marcação, não dando flexibilidade a outro tipo de resposta (Amaro; Póvo; Macedo, 2004).

Nascimento e Gomes (2017) citam que existem diversos tipos de instrumentos de pesquisa específicos que dão fidedignidade às pesquisas. Dentre eles, há o teste reteste, que é capaz de calcular a correlação das variáveis em diferentes situações.

Dessa forma, os resultados serão mais fidedignos quanto maior for o coeficiente de correlação das variáveis. Nesse contexto, Nascimento e Gomes (2017, p. 59) relatam que:

> Esse procedimento consiste em aplicar o mesmo teste em ocasiões diferentes e calcular a correlação. Quanto maior o coeficiente de correlação obtido entre os dados provenientes das duas exposições dos sujeitos ao mesmo conteúdo, maior a fidedignidade.

Apesar de encontrarmos inúmeros questionários para aplicação na literatura Brasileira, conforme Tabela 1, estudos de Lima *et al.* (2018, p. 02) relatam que:

> Entretanto, ainda não existe um consenso sobre qual questionário deve ser usado na população brasileira, uma vez que esses instrumentos podem variar quanto a seu rigor metodológico (nível de precisão, validação, técnica de aplicação etc. e sua reprodutibilidade em comparação com as técnicas consideradas padrão-ouro.

Tabela 1: Questionários.

QUESTIONÁRIO	AUTOR	ANO	ASSUNTO
Próprio do autor	Farias Junior *et al.*	2011	Prática de atividade física e fatores associados em adolescentes no Nordeste do Brasil.
COMPAC	Dambros *et al.*	2011	Níveis insuficientes de atividade física (32,35% da amostra) - a quantidade relativa de meninas insuficientemente ativas (40,1%).
Baecker *et al.*	Fernandes *et al.*	2011	Atividade física: prevalência, fatores relacionados e associação entre pais e filhos.

Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

A partir desses dados, foi desenvolvido um questionário capaz de mensurar, com fidedignidade, a proposta deste trabalho.

3.4 ASPECTOS ÉTICOS

Cabe ressaltar que foi utilizado o Termo de Assentimento/Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice D), sendo a pesquisa de acordo com o que preconiza a Resolução n.º 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde - CNS. Em situações não contempladas por essa Resolução, prevalecerão os princípios éticos contidos na Resolução n.º 466/2012 do (CNS).

O projeto de pesquisa referente a este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto Federal de Educação, Ciências e Tecnologia da Paraíba, de acordo com o parecer 6.162.433, de 4 de julho de 2023 (Anexo A).

3.5 DESENVOLVIMENTO DAS AÇÕES PEDAGÓGICAS

As ações pedagógicas foram realizadas no período de 28 de agosto a 5 de setembro de 2023, no Grupamento de Segurança e Defesa, da Base Aérea de Natal. As ações foram constituídas de aulas teóricas e práticas, com duração de

aproximadamente 50 minutos, perfazendo um total de 12 encontros, além de 2 dias para a aplicação dos questionários.

Foi utilizado como base o PPC do curso referente ao 3° ano do IFPB, a NCSA 54-5, que trata do treinamento físico-profissional militar, e a NSCA 54-3, que rege o teste físico, ambas do Comando da Aeronáutica, a fim de humanizar a disciplina e torná-la fundamental para o desenvolvimento dos alunos em relação a si mesmos e ao mundo.

Durante as ações pedagógicas, foram utilizados como recursos didáticos projetor multimídia*, notebook* e alguns materiais de medidas antropométricas, como o compasso de dobras cutâneas, caneta dermográfica para marcação de medidas corporais, fita métrica, balança e também foram feitas práticas de mensuração de frequência cardíaca, índice de massa corporal, flexibilidade entre outras.

Foram selecionados os seguintes eixos temáticos, de acordo com o PPC do curso técnico integrado do Instituto Federal da Paraíba, *campus* João Pessoa, da disciplina de Educação Física III, referente ao 3° ano e que convergiam com as NCSAs 54-5 / 54-3, do Comando da Aeronáutica, a fim de poder trabalhar temas similares de ambas instituições:

Tabela 2: Eixos temáticos desenvolvidos.

EIXOS TEMÁTICOS
Antropometria
Índice de Massa Corporal
Alongamento e Flexibilidade
Frequência Cardíaca e Atividade Física
Exercício Físico e saúde
Esporte na Escola
Condicionamento Físico, saúde e qualidade de vida
Qualidades Físicas: Força, Potência, Coordenação Motora, capacidades aeróbias e anaeróbias.

Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

O Quadro 2, a seguir, reflete o PPC do curso técnico integrado do Instituto Federal da Paraíba, *campus* João Pessoa, da disciplina de Educação Física III,

referente ao 3° ano, com o destaque dos conteúdos programáticos trabalhados nas ações pedagógicas.

Quadro 1: PPC.

DADOS DA DISCIPLINA	
Nome da Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA III	
Curso: Técnico em Eletrotécnica Integrado ao Ensino Médio	
Período: 3º. ANO	
Carga Horária: 3 a/s - 120 h/a – 100 h/r	
Docente Responsável: Professores da Área de Educação Física	

Ementa
Atividades físicas e saúde; musculação; mitos e tabus da atividade física; nutrição básica; atividade física para o trabalho; alongamento e flexibilidade; noções básicas de fisiologia aplicada à atividade física; qualidades físicas para o esporte e para saúde; noções de postura; vivência de atividades desportivas - natação, voleibol, futsal, futebol, handebol e basquetebol.

Objetivos
Geral: A Disciplina Educação Física no Ensino Técnico Integrado tem como objetivo principal capacitar o educando para o desenvolvimento harmonioso do corpo e da mente, desenvolvendo o gosto pela prática da cultura corporal, propiciando oportunidades de conhecimentos teóricos e experiências práticas para obter uma melhor qualidade de vida. **Específicos:** • Identificar os conceitos funcionais e corporais voltados a qualidade de vida do educando;, • Compreender os conceitos ligados a promoção da suade e qualidade de vida • Oportunizar a prática consciente das atividades corporais do educando; • Criar o hábito do bom aproveitamento da prática de atividades físicas nas horas de lazer. • Desenvolver habilidades motoras específicas a cada atividade proposta. • Desenvolver os fundamentos dos esportes a serem praticados. • Criar hábitos da boa postura. • Desenvolver os valores de cidadania consciente, como membro do grupo, através da participação dos jogos, reconhecendo seus direitos e deveres.

Conteúdo Programático
Antropométria Conceitos e Definições Indice de Massa Corporal - IMC Alongamento e Flexibilidade Freqüência Cardíaca e Atividade Física Aptidão Física Princípios da atividade física Diferenciar, atividade física e exercício Qualidades Físicas Exercício físico e saúde: riscos e benefícios Cuidado com o Corpo Compreendendo o funcionamento dos principais aparelhos O esporte na escola Modalidades: Basquetebol, Futebol, Futsal, Voleibol e Natação Origem e evolução das modalidades: Mundial e Brasil; Concepção pedagógica das modalidades e técnica de ensino; Técnica dos fundamentos individuais; Noções de sistemas de jogo; Tática ofensiva e defensiva Regras oficiais; Ginástica aeróbica e Musculação Condicionamento físico relacionada a saude e qualidade de vida Qualidades físicas: força, potencia, flexibilidade, resistência, ritmo, coordenação motora

Fonte: PPC, IFPB, *Campus* João Pessoa.

Durante o primeiro encontro, foi explanado tudo que aconteceria nas ações e a importância do desenvolvimento da Educação Física nas escolas.

No dia seguinte, iniciou-se a primeira aula, relacionada ao eixo temático 1: Exercício Físico e saúde: riscos e benefícios e condicionamento físico relacionado à saúde e à qualidade de vida.

Para o desenvolvimento desse tema, foi realizada uma palestra, tomando por base a importância em se ter uma boa qualidade de vida nos tempos atuais, onde tudo se tornou mais fácil, dos *fast foods* aos deslocamentos para a escola ou trabalho. Durante a palestra, foi destacada a importância da atividade física, bem como seus benefícios na promoção da saúde.

Foram destacados também conceitos sobre o que é saúde, os benefícios da prática de atividade física nos campos psicológicos, sociais, fisiológicos, operacionais e institucionais. Além disso, foram relatadas questões sobre sedentarismo, suas consequências a médio e longo prazo e os diversos fatores que potencializam os riscos de problemas de saúde, como lombalgias, hipertensão, obesidade, riscos cardiovasculares, infarto, entre outros.

Após isso, foram apresentadas diversas recomendações sobre como iniciar uma atividade física eficaz e com segurança, através de tabelas contendo o tempo de realização da atividade diária, podendo ser um treino contínuo ou vários, dividido durante o dia, podendo ser leve ou moderado e a quantidade ideal de dias de treino durante a semana.

Figura 1: Palestra sobre Exercício Físico e saúde: riscos e benefícios.

Fonte: Registro do autor (2023).

O segundo eixo temático, Antropometria, foi realizado em um total de três encontros de aproximadamente 50 minutos, com uma aula teórica e duas aulas práticas. Nele, foi desenvolvido todo o conceito de antropometria.

Como forma de mostrar o porquê estão sendo avaliados, foi demonstrada toda a teoria sobre a importância de se avaliar medidas antropométricas do ser humano. Dentre essas medidas, foram selecionadas a frequência cardíaca de repouso, que ajuda a definir a saúde do indivíduo, bem como seu nível de aptidão física, peso corporal e estatura, que tem como foco identificar o índice de massa corporal, um dos preditores de obesidade, medição de circunferência (cintura), além da medição de dobras cutâneas, feita com o compasso de dobras cutâneas, fundamental para acompanhar a adiposidade corporal.

Durante a explicação de cada medida, foram passados os instrumentos de aluno a aluno, a fim de conhecerem e se ambientarem com os instrumentos. Quanto à balança e ao estadiômetro, esses foram apresentados na seção de educação física da Base Aérea, durante o teste físico.

Cabe ressaltar que, antes de todas as aulas práticas que tivessem contato entre eles, o aluno que estivesse na condição de avaliador explicaria e pediria autorização para tocar o avaliado, como forma de respeito, a fim de realizar tal procedimento.

Após o término da teoria, foi realizada a parte prática, na qual todos os alunos puderam aprender a fazer em si próprios e nos seus companheiros as aferições abaixo descritas.

- Frequência cardíaca de repouso: Os alunos aprenderam como sentir os batimentos cardíacos no pulso (artéria radial), com o dedo indicador e médio e, secundariamente, na jugular. Devido à turma ser composta de 150 pessoas, foi ensinado na posição sentada e, posteriormente, na posição deitada. Durante o processo de aprendizado, foi solicitado que os alunos ficassem em silêncio, fechassem os olhos e colocassem o dedo indicador e o médio da mão direita no pulso esquerdo. Também foi ensinado que não se deve fazer uma pressão exagerada, a fim de se evitar alterações na medida.

Quanto à pulsação na jugular, o mesmo processo, mas com os dedos tocando a lateral do pescoço. Após todos sentirem suas pulsações, foi pedido para que contassem seus batimentos durante 1 minuto e anotassem em um papel. Após isso, foi discutida cada marcação de acordo com a média normal explicada na teoria.

Figura 2: Aferição da frequência cardíaca de repouso.

Fonte: Registro do autor (2023).

- Peso corporal e estatura: Após serem apresentados ao estadiômetro e à balança, os alunos puderam medir a altura e o peso uns dos outros e anotá-los em um papel. Na medição da altura, foi explicado que a forma correta é observar a distância compreendida entre o vértex, ponto mais superior da cabeça, e o calcanhar na sua porção mais inferior, mantendo os pés descalços e unidos, coluna alinhada, atentar para a posição correta da cabeça, subir a haste do estadiômetro e encaixá-la no vértex do avaliado, efetuar uma inspiração profunda, travar a haste e efetuar a leitura.

Quanto ao peso corporal, foi utilizada uma balança digital. Então, conforme a NSCA 50-5, os pesos foram auferidos apenas solicitando que os avaliados colocassem os pés onde estava a marcação e ficassem parados.

Após terem anotado o peso e a estatura uns dos outros, foi solicitado que calculassem o índice de massa corporal (IMC) de cada um. Como ensinado na aula teórica, foi calculado o IMC, dividindo o peso pela estatura ao quadrado. Após o resultado, foi apresentado uma tabela para que os alunos se classificassem de acordo com seus índices.

- Circunferência: Foram apresentados dois tipos de fitas métricas para os alunos e a forma correta de se medir a circunferência, sendo o principal aspecto da medição observar a menor circunferência entre o último arco costal e a crista ilíaca. Após terem sido feitas demonstrações, foi solicitado que os alunos medissem a circunferência uns dos outros e foram feitas as correções necessárias.

Figura 3: Aferição da cintura.

Fonte: Registro do autor (2023).

- Dobras cutâneas: Apesar de não ser mais contemplada como avaliação antropométrica no teste de aptidão física, a mensuração de dobras cutâneas, durante anos, foi realizada a fim de se obter mais uma informação sobre a saúde, através do percentual de gordura corporal, além de contribuir para manutenção da composição corporal dos militares no âmbito da Aeronáutica. Dessa forma, mesmo não sendo mais incorporada nos testes físicos da Força Aérea Brasileira, é muito utilizada nas avaliações antropométricas, inclusive ensinadas nas escolas.

Durante a explicação prática foi pontuado que deveriam, preferencialmente, usar lápis dermográfico na localização e marcação dos pontos a serem destacados sobre a pele nua, e que todas as medidas devem ser realizadas do lado direito do corpo.

Outro ponto explicado foi que a dobra cutânea é composta pela dupla camada de pele mais o tecido adiposo. Logo, deve-se tomar cuidado para não destacar tecido muscular, o que indicaria erro na leitura. Após isso, foi mostrado que devem ser pinçadas com as polpas digitais das falanges distais dos dedos polegar e indicador (pegada), com os demais dedos e a lateral da mão apoiados no corpo do avaliado.

Foi também relatado que as pontas do compasso devem estar localizadas a um centímetro abaixo do ponto da pegada e com um centímetro de profundidade e o registro deve ser feito na escala do compasso 1 ou 2 segundos (e não mais) após soltar a alavanca, devendo serem feitas na seguinte ordem: peitoral, abdominal e coxa, ou de acordo com o protocolo escolhido.

Por fim, todos os alunos tiveram contato com o compasso de dobras cutâneas, fita métrica e o lápis dermográfico podendo manuseá-los e, após toda a explicação, foi concedido que os mesmos pudessem mensurar o percentual de gordura um do outro.

Figura 4: Aferição das dobras cutâneas.

Fonte: Registro do autor (2023).

O terceiro eixo temático, composto pelo tema alongamento, aquecimento e flexibilidade, foi realizado em um total de três aulas de aproximadamente 50 minutos, sendo uma aula teórica (alongamento, aquecimento e flexibilidade) e duas práticas (uma de alongamento e aquecimento e outra flexibilidade). Para o desenvolvimento dessa temática, foi contextualizada a importância do tema para o início de uma atividade física, tendo por base a questão de segurança e cuidado na prevenção de lesões.

Assim, procurou-se destacar como objetivo, dentre os benefícios relacionados a um bom alongamento antes e após as atividades físicas, o aumento da qualidade e quantidade dos movimentos produzidos pós prática, a melhora da postura corporal, a diminuição do risco de lesões, além do favorecimento de uma maior mobilidade nas atividades diárias esportivas.

De acordo com a NSCA 54-5, os exercícios de alongamento são utilizados como uma forma complementar de atividade, utilizado antes e após o término da atividade física, a fim de diminuir os riscos de lesões musculares. Com isso, foi demonstrado para os alunos diversos exemplos de como realizar um alongamento corporal de forma geral e, após isso, foram realizados, também, os modelos de alongamento previstos nesta norma, de acordo com o Quadro 2, a seguir.

Quadro 2: Exercícios de alongamento previsto na NSCA 54-5.

Anexo A - Exercícios de alongamento

Os exercícios de alongamento podem ser usados tanto para o aquecimento quanto para a volta à calma.

Realize cada exercício durante 10 segundos. A posição a ser adotada não deve causar dor, entretanto você poderá sentir um leve desconforto na musculatura que estiver sendo estirada. Não balance o corpo. Após adotar a posição, permaneça parado. Isto o ajudará a prevenir lesões.

1-*Espreguiçar* - Em pé com as pernas afastadas, estender o corpo sentido longitudinal.

2-*Inclinação Lateral* - Após espreguiçar, inclinar lateralmente o corpo. Realize o exercício para os dois lados.

3-*Tríceps* - Puxar o cotovelo com a mão oposta por trás da cabeça. Realize o exercício para os dois lados.

4-*Deltóide* - Puxar o cotovelo contra o peito. Um braço de cada vez.

5-*Peitoral* - Unir as mãos às costas, elevando os braços o máximo possível.

6-*Mergulho* - Flexionar levemente os joelhos e, a seguir, flexionar o tronco soltando os braços e a cabeça.

7-*Panturrilhas* - Na posição de mergulho, estender uma perna e puxar a ponta do pé. Realize bilateralmente.

8-*Saci* - Apoio unilateral, flexionar a perna segurando o pé com a mão oposta. Realize bilateralmente.

9-*Abdutores* - Sentado uma perna flexionada sobre a outra com o pé apoiado no chão, puxar o joelho na direção do ombro. Uma perna por vez.

10-*Adutores* - Sentado com as pernas fletidas e solas dos pés unidas, projetar os joelhos em direção ao chão.

11-*Posteriores da Perna* - Sentado uma perna fletida e outra estendida, flexionar o tronco o máximo possível.

12-*Posteriores da Coxa* - Deitado de costas, flexionar uma perna e puxar o joelho de encontro ao peito. Realize bilateralmente.

Fonte: NSCA 54-5 (2020).

Por fim, na aula prática, os alunos foram levados ao local de atividade física para realizarem todos os tipos de alongamentos ensinados. Essa aula foi composta por exercícios de alongamento, realizados por 4 grupos que se voluntariaram a ministrar a atividade. O tempo total de cada grupo foi de 10 minutos e os 10 minutos finais foram utilizados para o *feedback* do professor e dos demais alunos participantes da atividade.

Foi solicitado, no mesmo dia e em todas as futuras aulas práticas, que eles mesmos criassem uma sequência de alongamentos antes e após todas as aulas práticas.

Figura 5: Realização de exercícios de alongamento.

Fonte: Registro do autor (2023).

Quanto às aulas de aquecimento, a parte teórica teve como objetivo apresentar a importância do aquecimento para facilitar a transição do repouso para a prática de exercícios físicos, alongar os músculos posturais, aumentar a circulação sanguínea, auxiliando na profilaxia de lesões, levando a um desempenho melhor e mais seguro.

Além disso, foram discutidos os benefícios para saúde e desenvolvimento das atividades principais como o aumento da temperatura corporal, aumento da frequência cardíaca e a ampliação da capacidade de alongamento.

Após toda a teoria, foi desenvolvido um trabalho específico sobre aquecimento, em que, na prática, foram mostrados pelo professor diversos tipos de exercícios que podem ser usados como exemplo de aquecimento, de acordo com o tipo de treino que poderá ser feito. Para isso, foi tomada como base a NSCA 54-5, que mostra os tipos de alongamentos que podem ser usados antes da prática de atividades físicas, conforme Quadro 3, a seguir.

Quadro 3: Exercícios de aquecimento previstos na NSCA 54-5.

Anexo B - Exercícios ativos do Aquecimento

Os exercícios ativos serão realizados após os exercícios de alongamento, iniciando com uma caminhada ou corrida lenta de 3 minutos. A seguir, enquanto continua a caminhar ou a correr lentamente, realize os exercícios ativos descritos abaixo por mais cinco a oito minutos, ininterruptamente. Realize 5 a 10 repetições de cada um.

1-*Circundução dos Braços para Frente* - Retardar a passada, efetuando pequenos pulos ao correr.

2-*Circundução dos Braços para Trás* - Realizar o mesmo tipo de passada do exercício anterior.

3-*Palmas à Frente* - Com passadas saltitantes, abrir e fechar os braços, cotovelos no mínimo à 90° e bater as palmas.

4-*Elevação Frontal Alternada dos Braços* - Alternar a elevação dos braços com os cotovelos estendidos.

5-*Elevação dos Joelhos* - Alternadamente, elevar os joelhos formando um ângulo reto entre a coxa e o tronco.

6-*Calcanhar no Glúteo* - Correndo, flexionando os joelhos até que os calcanhares encostem nos glúteos.

7-*Abdução de Coxa* - Com passada alternada, abrir uma perna de cada vez.

8-*Adução de Coxa* - Com passada alternada, fechar uma perna de cada vez.

9-*Chute no Ar* - Com passada alternada, chutar no ar, uma perna por vez, rotacionando o tronco para o mesmo lado. Manter os joelhos estendidos.

10-*Passada Gigante* - Alternadamente, abrir ao máximo a amplitude da passada.

11-*Corrida Lateral* - Caminhar ou correr lateralmente. Inverter o lado e repetir o exercício.

12-*Pique* - Progressivamente intensifique o ritmo da caminhada ou corrida por uma distância de 50 metros.

Fonte: NSCA 54-5 (2020).

No final da aula, foi solicitado que os alunos se dividissem em grupos e preparassem uma aula prática de aquecimento. A aula foi composta por um alongamento inicial, realizado por outro grupo sorteado, e pela atividade principal de aquecimento. O tempo total foi de 35 minutos, sendo os 15 minutos finais utilizados para o *feedback* do professor e dos demais alunos participantes da atividade.

Figura 6: Realização da atividade de Aquecimento.

Fonte: Registro do autor (2023).

Na aula de flexibilidade, o objetivo da parte teórica foi desenvolver nos alunos os conceitos que regem a ciência da flexibilidade. Perguntas como: O que significa ser flexível? Por que a flexibilidade é tão importante durante a vida e para pessoas de mais idades? A flexibilidade é considerada uma das 5 qualidades físicas associadas à saúde? O excesso de flexibilidade pode estar associado a alguma patologia? A flexibilidade é uma prática treinável?

Através dessas perguntas, foi formada uma roda de conversa em que os alunos emitiam suas opiniões e concordavam ou contrapunham-se à opinião do colega. Após as opiniões formuladas, foi passada toda a questão teórica sobre essa qualidade física, definida como um movimento de execução voluntária, com amplitude angular máxima, por uma articulação ou conjunto de articulações, dentro dos limites morfológicos, sem riscos de lesões.

Da mesma forma como foi ensinado com as dobras cutâneas, foi relatado que, no âmbito da Aeronáutica, o teste de flexibilidade foi excluído do teste físico anual, mas continua sendo um preditor de qualidade física associada à saúde.

Após isso, foram demonstrados alguns exercícios de flexibilidade que eram usados para se mensurar o nível de flexibilidade dos militares em seus testes físicos, conforme o Quadro 4.

Quadro 4: Exercícios de Flexibilidade de acordo com a antiga ICA 54-3, de 2007.

Anexo E - Exercícios de flexibilidade

Além dos exercícios de alongamento sugeridos no Anexo A, escolha dois dias por semana para realizar a seqüência abaixo, respeitando o quadro de tempo de duração e as séries programadas mês-a-mês, durante todo o período de treinamento. O intervalo entre os exercícios deve ser de até 60 seg. .

1-*Tríceps* - Apoiado na parede com o cotovelo fletido, projetar o peso do corpo sobre ele. Realize bilateralmente.

2-*Peitoral* - Utilizando um apoio, estender o braço para trás até ficar paralelo ao chão. Realizar bilateralmente.

3-*Peitoral* - Em dupla, estender os braços para trás o máximo permitido. Cuidar para que o retorno seja controlado.

4-*Adutores* - Em pé com as pernas afastadas, flexionar o tronco. Manter os pés voltados para frente. Mãos no chão.

5-*Extensores do Tronco* - Com uma das pernas apoiada, num anteparo, flexionar o tronco. Procurar encostar as mãos no pé.

6-*Extensores do Tronco* - Sentado, joelhos estendidos, procurar segurar as pontas dos pés.

7-*Glúteos* - Deitado de costas, tornozelo apoiado no joelho oposto. Com auxilio, aproximar o joelho do peito.

8-*Extensores do Quadril* - Deitado, pernas estendidas, puxá-la contra o peito com auxilio de uma toalha.

9-*Extensores do Quadril* - Em dupla, deitado de costas, aproximar a perna fletida o máximo possível do peito.

Quadro de tempo de duração e séries programadas									
	Mês 1	Mês 2	Mês 3	Mês 4	Mês 5	Mês 6	Mês 7	Mês 8	Mês 9
Tempo	10 seg.	15 seg.	15 seg.	20 seg.	15 seg.	20 seg	25 seg	30 seg	30 seg.
Nº séries	2	2	3	3	3	4	3	2	3

Fonte: ICA 54-3 (2007).

No final da aula, foi solicitado que os alunos se dividissem em grupos e preparassem uma aula prática de flexibilidade. A aula foi composta por um alongamento inicial e aquecimento, realizado por 2 grupos sorteados, e pela atividade principal de flexibilidade. O tempo total foi de 35 minutos, sendo os 15

minutos finais utilizados para o *feedback* do professor e dos demais alunos participantes da atividade.

Figura 7: Realização da atividade de Flexibilidade.

Fonte: Registro do autor (2023).

O quarto eixo temático, composto pelo tema Qualidades Físicas: Força, Potência, Coordenação Motora, capacidades aeróbias e anaeróbias, foi realizado em um total de três aulas de aproximadamente 50 minutos, sendo uma aula teórica e duas práticas. Os principais objetivos deste eixo foram: compreender a diferença entre força e potência, a importância de uma boa coordenação motora para a prática de atividade física e o que são capacidades aeróbica e anaeróbica.

Para a compreensão entre força e potência, foi solicitado aos alunos dizerem o que eles pensavam sobre essas qualidades físicas em uma palavra. Essas palavras foram anotadas e, em conjunto com o professor, foram sendo aperfeiçoadas até que se chegasse em um conceito aceitável. Sendo assim, a força ficou definida como uma capacidade de gerar tensão nos músculos e a potência como a utilização de muita força em um curto espaço de tempo.

Após definidos esses conceitos, foi solicitado aos alunos que dessem um exemplo de cada qualidade. O exemplo dado sobre força foi a capacidade de se levantar uma cadeira. Sobre a potência, foi apresentado um tiro curto, no mesmo lugar, o mais rápido possível, durante um intervalo de 10 segundos.

Ao se falar sobre coordenação motora, foi passado um vídeo no Youtube chamado “o que é coordenação motora?” do canal esporte e inclusão. Esse vídeo foi escolhido justamente por conta do próximo eixo temático trabalhado chamado esporte na escola. A ideia de se trabalhar a inclusão de todos os alunos nas

diferentes modalidades esportivas e das atividades físicas diárias do âmbito escolar e militar.

O vídeo fez um convite para que todos pensassem sobre as possíveis dificuldades de se trabalhar certos exercícios, tendo em vista habilidades não desenvolvidas em outras fases da vida, como na infância. Foi solicitado aos alunos que realizassem movimentos complexos como abrir e fechar as pernas junto com alternar os braços à frente. Nesse momento, alguns puderam perceber que não tinham coordenação motora suficiente para realizar a atividade ao mesmo tempo que os demais.

Após essa intervenção, os alunos se reuniram em grupo e escolheram exercícios que trabalhassem bem a coordenação motora geral e como se pode trabalhá-los para que todos possam executar os exercícios corretamente. Assim, foi dado 5 minutos para cada grupo apresentar um exercício e a forma de se treinar.

Por fim, foi explicada a diferença entre capacidades aeróbicas e anaeróbicas utilizando um vídeo oriundo do Youtube, chamado “Exercício Aeróbico x Exercício Anaeróbico”, de aproximadamente quatro minutos. Após a passagem do vídeo, foi mostrada uma lista de exercícios e perguntado aos alunos a que tipo de exercício cada exemplo estava se referindo.

No final da aula teórica, ainda deu tempo de os alunos demonstrarem, na prática, alguns exemplos de exercícios aeróbicos e anaeróbicos que se pode adotar nos treinamentos diários.

Ainda foi solicitado que os alunos se dividissem em grupos e preparassem uma aula prática sobre as qualidades físicas estudadas na aula, não deixando de iniciar a prática da atividade física depois de realizarem o devido alongamento e aquecimento. Para essa aula, foi disponibilizado um tempo de 40 minutos, em que 2 grupos sorteados se revezavam na demonstração do conteúdo criado para a execução dos demais alunos. Os 10 minutos finais foram utilizados para o *feedback* do professor e dos demais alunos participantes da atividade.

Nas aulas práticas desse eixo temático, os alunos realizaram as atividades na forma de treinamento em circuito, em virtude da chuva nos 2 dias de prática. Os alunos intercalaram as qualidades físicas nas estações, e houve 4 circuitos de 10 estações, com o tempo de 10 minutos, dividido em 50 segundos de exercício para 10 segundos de troca de estação. Ao final de cada grupo houve o *feedback* dos alunos e do professor.

Figura 8: Treinamento em circuito.

Fonte: Registro do autor (2023).

O quinto e último eixo temático foi composto pelo tema “Esporte na Escola”. Foram realizadas três aulas de aproximadamente 50 minutos, sendo uma aula teórica/prática e duas práticas. Para esse tema, os principais objetivos foram: dar continuidade no desenvolvimento de uma melhor capacidade física; fortalecer o pensamento de hábitos saudáveis dentro e fora da escola; aumentar a autoestima dos alunos; fortalecer a ideia de se trabalhar em equipe; e, principalmente, desenvolver o espírito de integração, independentemente da atividade que estão realizando.

Para isso, foram trabalhados temas sobre educação física nas escolas e foi apresentada a ementa e os objetivos do PPC do curso técnico integrado do Instituto Federal da Paraíba, *campus* João Pessoa, da disciplina de Educação Física III, referente ao 3° ano. Nesse momento, foi solicitado para os 5 alunos que são, também, integrantes do Instituto Federal do Rio Grande do Norte que viessem à frente e contassem suas experiências sobre a educação física em seus *campi*.

Após isso, foram sendo inseridos os conceitos de inclusão, através do entendimento da diversidade, diferença e variedade humana. Assim, foi lançada uma pergunta: Como seria uma educação física considerada inclusiva, dentro de uma escola inclusiva? Dentre várias respostas anotadas no quadro, chegamos ao consenso que uma boa aula, seria uma aula que abrangesse a todos, independente da diferença entre os alunos.

Com esse entendimento sendo formado, foi inserido o contexto geral de que inclusão não é somente o aluno estar presente dentro da escola, mas sim ter a

condição de acesso a todos os processos de ensino-aprendizagem. Foi explicado que a inclusão não é somente incluir alunos com necessidades educacionais especiais (aspectos físicos), mas também os aspectos biológicos, religiosos, culturais, ou seja, todas as diferenças que englobam a diversidade humana.

Nesse momento foi contextualizada toda a história da educação física no Brasil, que veio originada da França e buscava as questões corporais. Como o método era militarista, buscava-se formar atletas e bons guerreiros, selecionando, assim, apenas os melhores. Desse modo, foi transmitido o conhecimento que a educação física nas escolas, desde seus primórdios no país, foi uma disciplina que excluía os alunos, dando credibilidade apenas aos que tinham obtido os índices desejáveis.

Dentro dessa análise histórica, foi inserido o contexto de que a função da escola é dar acesso a todos os alunos no processo de ensino-aprendizagem, direcionando as propostas de ensino da cultura corporal do movimento, através de ginásticas, lutas, esportes e brincadeiras.

A partir desse ponto, o foco se direcionou para a pergunta: Atualmente, quais são as diferenças entre os alunos que podem afetar a inclusão nas aulas de educação física no ambiente escolar e como poderíamos contribuir para ampliar esse processo de inclusão com os treinamentos militares da FAB? A maioria das respostas ainda estava relacionada às capacidades físicas dos alunos, mas também foram faladas questões de gênero e culturas de diferentes regiões, como fala, sotaque e esportes regionais. Quanto à contribuição militar para atualização de meios de inclusão através da educação física, foram citados alguns exemplos de interação militar e escolar que acabaram sendo bem pertinentes para as aulas seguintes.

Com a vasta gama de exemplos citados pelos alunos, decidiu-se que, nas 2 aulas seguintes, eles colocassem em prática todo esse conteúdo pensado. Assim, foram divididos em 15 grupos de 10 alunos e sorteados 3 grupos para apresentação, devido ao tempo escasso. Cada um dos grupos sorteados desenvolveu um modelo de inclusão escolar baseado nos treinamentos específicos que eles costumam ter dentro da Aeronáutica. O tempo para cada apresentação foi de 30 minutos, inclusos a explicação e o desenvolvimento da atividade sugerida e mais 10 minutos para a devolutiva dos participantes.

O primeiro grupo apresentou uma atividade voltada para inclusão de deficientes visuais. O objetivo de se trabalhar esse tipo de atividade dentro da FAB foi voltado para as funções exercidas em ambientes mais hostis que necessitam de uma habilidade além de somente enxergar.

Para convencer sobre a importância desse trabalho no ambiente militar, pois sabe-se que dentro das Forças Armadas não é possível ingressar ou se manter em atividade com tal deficiência, utilizou-se como exemplo um treinamento militar muito comum no combate a incêndios dentro de ambientes fechados, que é chamado casa de fumaça. Nesse treinamento, os militares devem entrar todos juntos e não se afastarem um do outro dentro de uma casa cheia de fumaça, simulando um incêndio. Essa fumaça é controlada por uma equipe especializada, mas tamanha é a quantidade de fumaça que não se consegue enxergar absolutamente nada dentro do imóvel.

O objetivo principal é procurar por todos os pontos da casa até achar o extintor de incêndio correto, através do tato. Antes de entrarem, o instrutor diz para a equipe qual é o tipo da classe de fogo. Como objetivo secundário, procura-se trabalhar o espírito de corpo (não deixar ninguém da equipe para trás), controle da ansiedade e medo em frente a uma situação perigosa.

Em continuidade, foi citado um relato verídico de grupos de combate fazendo patrulhas dentro de uma mata fechada que, inesperadamente, foram atacados por um enxame de abelhas. Nesse caso, um militar foi severamente picado no rosto e o inchaço fez com que sua visão fosse obstruída completamente, de forma temporária. Para ser resgatado daquele local, o restante do grupo teve que utilizar diversas formas de condução até chegarem a um local de menos riscos, para que o militar pudesse ser encaminhado ao hospital.

Dito isso, o primeiro exemplo citado pelo grupo foi trabalhar uma brincadeira muito antiga chamada “cobra cega”. A atividade foi realizada dentro do alojamento dos próprios alunos. Um grupo de 10 pessoas escolhidas trouxeram óculos de natação com bastante algodão, a fim de tapar toda a visão.

O objetivo da tarefa foi que um dos alunos escolhidos, sem as vendas nos olhos, conduzisse o grupo em um caminho já definido e para seus armários, primeiramente no comando por voz e, depois, conduzindo-os. Porém, dentro do alojamento, havia beliches, mesas, cadeiras, bancos, que dificultavam o processo.

Para a segurança do grupo vendado, tomou-se o cuidado de proteger cada área e lugar que pudesse vir a machucar e os demais alunos que presenciavam a atividade fizeram um cordão de segurança para o grupo não sofrer quaisquer acidentes.

Após os alunos sentirem a dificuldade de andar dentro do seu próprio alojamento e encontrar seus armários, foi realizada uma atividade esportiva chamada esgrima para deficientes visuais. Com os alunos vendados, o objetivo era tocar com o cabo no peito do outro para marcar pontos. Quem primeiro tocasse 3 vezes ganhava o jogo.

Para delimitar a área, 4 alunos cercaram o local da atividade com uma corda e cada jogador era orientado por voz por um aluno. A fim de manter a segurança, foi orientado para que não dessem golpes muito fortes e o cabo utilizado era tipo antena, que fechava e dobrava ao entrar em contato com o peito dos alunos.

Figura 9: Esgrima para deficientes visuais.

Fonte: Registro do autor (2023).

O segundo grupo trouxe outro jogo bem popular chamado queimada sentada, atividade proposta para falar sobre inclusão de pessoas com deficiência nos membros inferiores. Cada equipe era composta por 5 jogadores em lados opostos da quadra, separada por uma corda. As únicas regras eram não poder usar as pernas; a obrigatoriedade de a bola ser passada nas mãos de pelo menos dois jogadores do time antes de serem arremessadas; e, caso a bola batesse no corpo e tocasse o solo, o aluno sairia da quadra.

O objetivo referente ao treinamento militar foi a colaboração em grupo, elemento importante para se manter o espírito de corpo, moral elevada e confiança em seu companheiro, além de desenvolver habilidades de precisão no arremesso de objetos. Como exemplo para o convencimento sobre a importância desse trabalho no ambiente militar, foi relatado um esporte militar antigo e importante para adquirir habilidade, destreza, força e potência que é o arremesso de granada. Consta de um implemento de pesos variados que é jogado o mais longe possível, dentro de uma área delimitada. Ganha quem jogar o implemento o mais longe possível, dentro da área estabelecida.

Figura 10: Queimada sentada.

Fonte: Registro do autor (2023).

O terceiro grupo sorteado também se propôs a falar sobre inclusão de pessoas com deficiência nos membros inferiores, o voleibol sentado. Cada equipe foi composta por 3 jogadores em lados opostos da quadra, e a rede foi substituída por uma corda. Optou-se por utilizar regras como não poderem utilizar as pernas, o movimento de deslocamento foi apenas utilizando as mãos, a obrigatoriedade de a bola ser passada nas mãos de pelo menos três jogadores do time antes de serem arremessadas para o lado oposto e o ponto era contabilizado cada vez que a bola caía no chão delimitado por uma corda.

Esse trabalho no ambiente militar foi explicado tomando por base a NSCA 54-5, que sugere a prática de esportes como uma atividade complementar às atividades físicas, proporcionando uma maior motivação, satisfação e a descontração dos participantes da instrução de treinamento físico nas sessões de treinamento físico.

Figura 11: Vôlei sentado.

Fonte: Registro do autor (2023).

4 ANÁLISE DOS DADOS (RESULTADOS E DISCUSSÕES)

Para a realização da análise dos dados, foram feitas comparações das respostas fornecidas em dois questionários, um aplicado antes e outro após as ações pedagógicas. De início, foi perguntado aos alunos se aceitariam participar da pesquisa. 100% deles responderam que sim e assinaram o TCLE. Ao final da atividade, todos eles também se dispuseram a responder o questionário após as ações pedagógicas. Nenhum aluno deixou de participar de quaisquer ações desenvolvidas ao longo das aulas ou relatou, diretamente, desconforto em quaisquer atividades.

A fim de se ter uma ideia mais clara acerca do perfil dos alunos e poder compará-los aos estudantes dos Institutos Federais quanto à idade, observou-se que 65% dos alunos estão na faixa de 19 anos de idade, seguidos de 26% com 18 anos de idade. Apenas 7,3% possuem idade superior a 19 anos. Isso caracteriza que todos os estudantes participantes desta pesquisa são considerados jovens adultos.

Esses dados são importantes nesta pesquisa, pois a intervenção realizada com esses jovens é compatível com a idade que, normalmente, os alunos costumam buscar um curso profissionalizante nos institutos federais, após concluírem o ensino médio. O estudo de Reis e Gonçalves (2018) corrobora essa afirmação ao mostrar que os estudantes na faixa de idade superior a 18 anos são os que mais procuram ofertas de curso no *campus*.

Com o intuito de se ter maior conhecimento sobre a vida desses alunos, foi perguntado a eles como se consideram na questão de gênero. Observou-se que, apesar de quase a totalidade dos participantes se considerarem do gênero masculino, 0,7% (1 estudante) se considera agênero.

Tomando por referência os estudos de Ferreira e Costa (2020), que relatam a importância de se criar estratégias e métodos de naturalização do tema através de ações educativas a serem trabalhadas em sala de aula, esse resultado sobre identidade se tornou essencial. O levantamento exposto propiciou o desenvolvimento de atividades que pudessem não só serem frutos de questões de saúde, mas também, adentrar nos aspectos sociais e humanos, a fim de se possibilitar necessárias transformações de cunho social, político e econômico, com vistas a transcender as desigualdades sociais.

Antes de serem iniciadas as intervenções, também se procurou saber sobre a questão de como os alunos entendem a disciplina Educação Física no ambiente escolar. O Gráfico 1, abaixo, detalha as respostas dos alunos.

Gráfico 1: Entendimento sobre a educação física escolar.

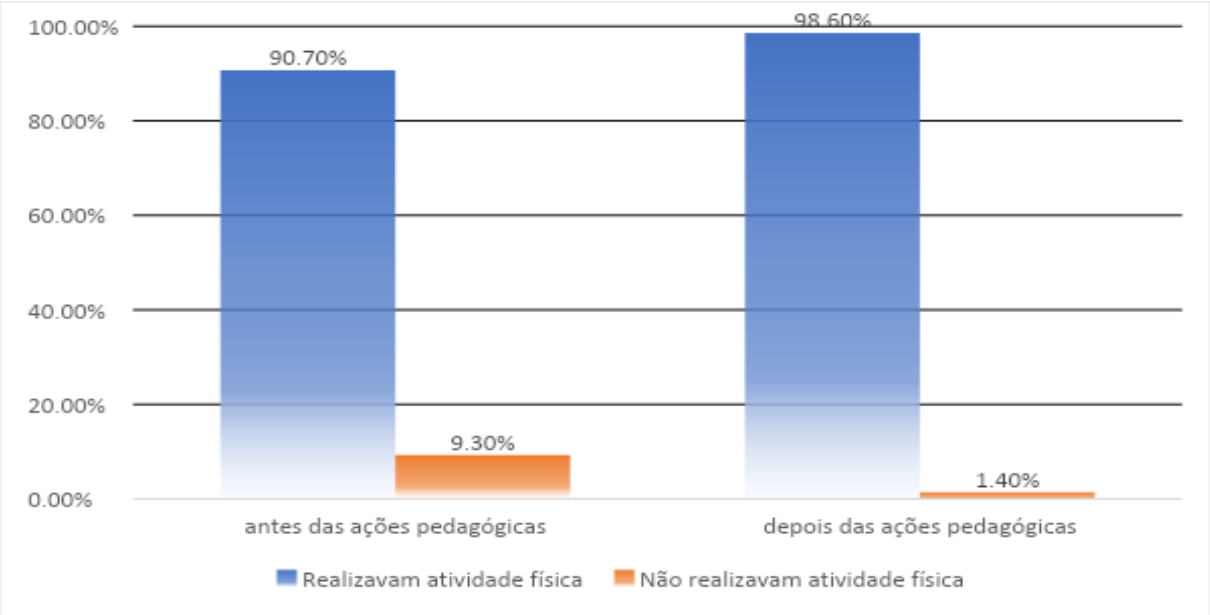
Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Observa-se que 69,5% dos alunos têm consciência de que a prática de atividade física é fundamental para se obter uma boa saúde física e mental. Um outro grupo, de quase 20% do total, acredita que a educação física escolar é um momento de praticar esportes que gostam. E os outros 10,6% entendem que é o momento de relaxar a cabeça de outras disciplinas.

Esses dados foram fundamentais para se buscar um amadurecimento no conceito de atividade física, isto é, posicioná-la como uma aliada nas questões sobre o exercício da cidadania. Isso acontece através da multiplicação do conhecimento que vai além de somente praticar esportes, ou seja, sem restringi-la ao espaço escolar e culturas corporais.

Em relação à realização de atividade física fora do ambiente escolar, o Gráfico 2 mostra as respostas dos alunos antes e depois das ações pedagógicas.

Gráfico 2: Atividade física fora do ambiente escolar.



Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Verifica-se, a partir do Gráfico 2, o aumento da quantidade de alunos que, após as ações, passaram a realizar atividade física. No entanto, faz-se necessário ressaltar que o número de alunos que a realizavam fora do ambiente escolar já era considerável antes da intervenção.

Somado a isso, percebe-se que houve uma diminuição daqueles alunos que não realizavam atividade física fora do ambiente escolar. Antes, eram 9,30% e depois diminuiu para 1,40%.

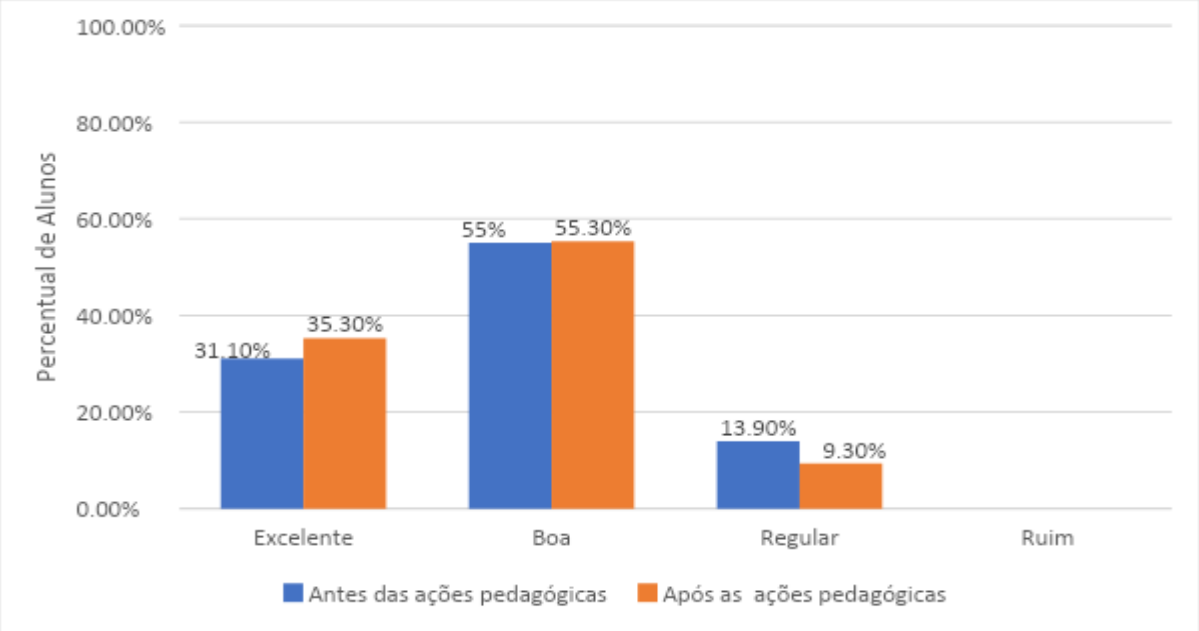
Esses dados nos levam a afirmar que as intervenções pedagógicas realizadas foram capazes de modificar a consciência dos alunos em prol de uma vida mais saudável, levando-os a crer que a atividade física é importante tanto dentro quanto fora do ambiente escolar.

Ainda nesse contexto, cabe ressaltar o estudo de Almeida (2020) que obteve resultados satisfatórios de seus alunos após ações pedagógicas relacionadas à atividade física. No referido trabalho, a autora obteve como resposta pós-ação que a prática regular de atividade física ajudou a manter a forma física, bem como o controle do peso corporal, além de melhorar a qualidade do sono, o que foi corroborado em nossos resultados.

Passando para o debate sobre percepção de saúde, foi perguntado aos alunos como eles se classificariam quanto à saúde. O Gráfico 3 ilustra a

comparação das respostas antes e após as ações pedagógicas.

Gráfico 3: Classificação da saúde.



Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Observa-se, a partir do gráfico acima, que houve uma modificação quanto ao pensamento dos alunos sobre suas classificações relativas à saúde. Percebe-se que, antes das ações pedagógicas, 31,10% achavam sua saúde excelente, 55% achavam boa. Concluído o trabalho, esse percentual de excelente aumentou para 35,30% e o de boa subiu para 55,30%.

Outro ponto a ser considerado foi que o percentual dos que acharam sua saúde regular diminuiu de 13,90% para 9,30%, o que sugere a modificação de suas classificações para excelente ou boa.

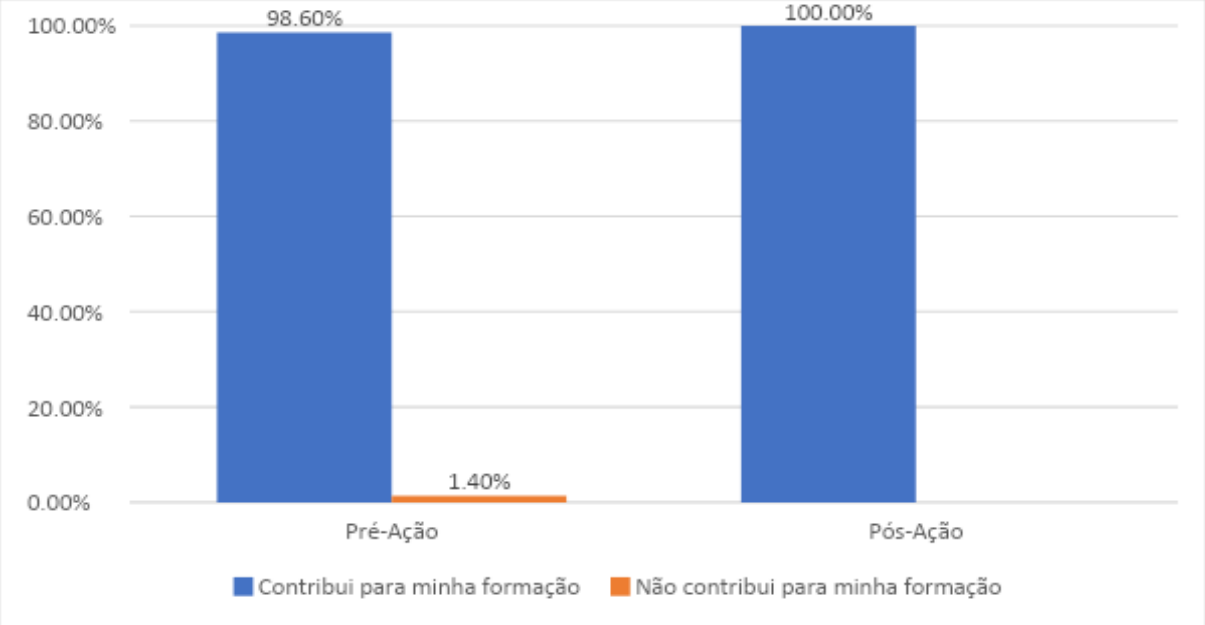
É importante ressaltar que saúde não é somente a ausência de doenças ou de dor, mas também uma percepção de qualidade de vida como elemento central, caracterizando maneiras saudáveis de como o indivíduo vive na sociedade (Silva; Schraiber; Mota, 2019).

Almeida (2020), em seus achados, relata sobre a importância de se trabalhar o conceito de saúde nas escolas, de forma a provocar nos alunos uma ampla reflexão sobre conceitos que vão desde qualidade de vida a mudanças físicas, culturais, ambientais e sociais.

Na sequência, foi perguntado se a disciplina de Educação Física seria capaz de contribuir para uma melhor formação escolar. O Gráfico 4 apresenta as respostas

dos alunos antes e após as ações pedagógicas.

Gráfico 4: A disciplina de Educação Física é capaz de contribuir para sua formação?



Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Observa-se com o gráfico acima que a grande maioria dos alunos já demonstrava consciência da importância da disciplina na sua formação antes das ações pedagógicas realizadas. Porém, ressalta-se que 1,4% dos alunos, os que achavam que a disciplina não contribuía para sua formação, mudaram de opinião após a ação, totalizando 100% dos alunos.

Dárido *et al.* (2021, p. 23) cita que:

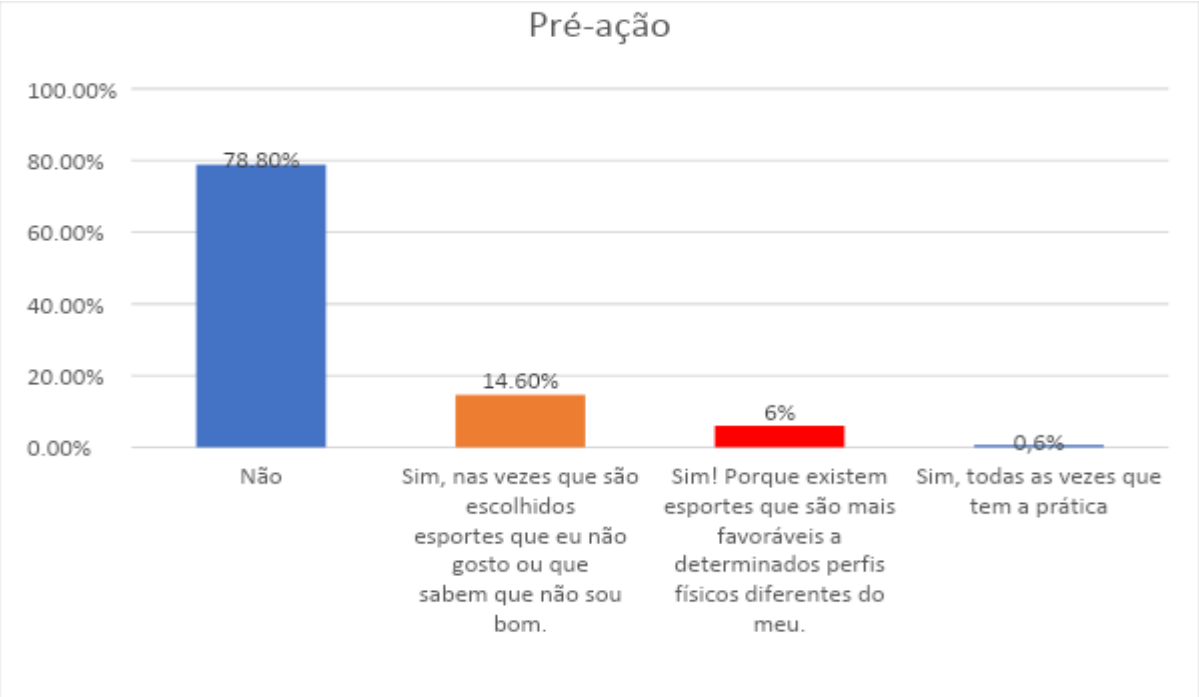
> Observa-se, sobretudo nas aulas de Educação Física, que os alunos expressam comportamentos de excitação, cansaço, medo, vergonha, prazer, satisfação, entre outros. Isso se deve, muitas vezes, ao fato das atitudes e decisões racionais serem afetadas pela intensidade e qualidade dos estados afetivos vivenciados corporalmente. O desenvolvimento moral do indivíduo está intimamente relacionado à afetividade e à racionalidade, e nas aulas de Educação Física escolar ocorrem situações que permitem uma intensa mobilização afetiva e interação social. Tal cenário apresenta-se como ambiente ideal para explicitação, discussão, reflexão e aplicação de atitudes e valores considerados éticos ou não éticos para si e para os outros.

Assim, Bego e Anjos (2020), em seu trabalho intitulado “A importância da educação física escolar para a formação do indivíduo na sociedade”, ressaltam que a educação física escolar é fundamental para ajudar na formação de um aluno que contribuirá, significativamente, para a sociedade.

Os mesmos autores afirmam que é através do desenvolvimento humano, emocional, intelectual, social, crítico, cultural e desafiador, que a educação física se torna uma parte muito importante do processo de formação dos alunos, entregando à sociedade pessoas capazes de contribuir para seu desenvolvimento.

O Gráfico 5 descreve as respostas dos alunos antes das ações pedagógicas. Na ocasião, foi perguntado se já se sentiram excluídos durante alguma aula de educação física.

Gráfico 5: Exclusão durante as aulas de educação física pré-ação.



Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

De acordo com o gráfico acima, 78,80% nunca se sentiram excluídos durante as aulas de educação física. Nota-se que, dos alunos que se sentiram excluídos, um total de 21,2%, a maioria teve relação com práticas esportivas e apenas 0,6% ou 1 aluno se sentiu excluído durante toda a prática.

Estudos de Teixeira (2009) apontaram que o caráter competitivo que se aflora entre os alunos é evidente na questão de exclusão. Dentre outras variáveis, o autor destacou a realização de práticas esportivas descontextualizadas. Essa prática conduz os alunos à individualidade e, quando praticados em grupos, à escolha de grupos mais fortes, visando somente a vitória.

Cabe ressaltar que, desde a chegada da educação física no Brasil, o esporte sempre foi utilizado como índice de aptidão física dos alunos, construindo e

educando inicialmente o público de gênero masculino. Esse fato é observado até os dias de hoje nas aulas de educação física, quando se verifica a dificuldade de os professores realizarem práticas esportivas juntando todos os gêneros (Brito; Santos, 2013).

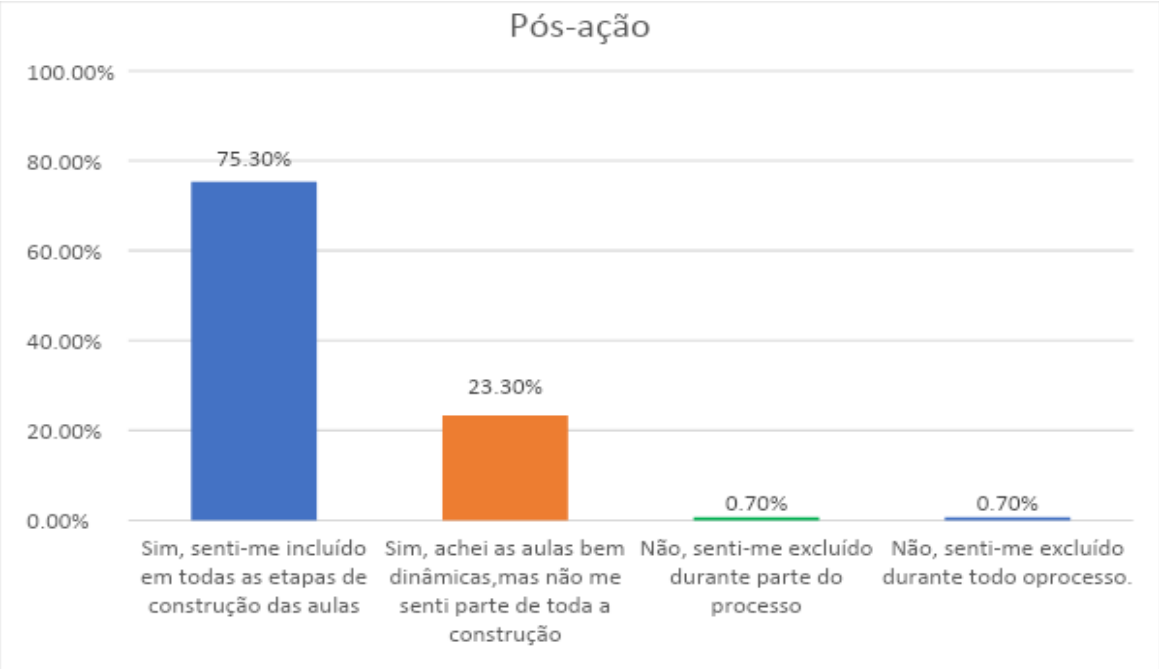
Corroborando com essa afirmação Dárido *et al.* (2021, p.20) cita que:

> A história da Educação Física no Brasil sugere que, mesmo dentro do contexto escolar, sempre houve a seleção dos mais aptos em detrimento dos inaptos, propiciando a exclusão de muitos alunos do contexto da cultura corporal de movimento.

Assim, como forma de minimizar essa exclusão através do esporte, ensinando aos alunos o respeito sobre a individualidade biológica de cada um, tem-se como um possível método adaptar regras nesse esporte a fim de criar condição de igualdade entre todos os participantes (Teixeira, 2009).

Já o Gráfico 6 detalha as respostas dos alunos sobre o sentimento de inclusão nos processos de construção e realização das aulas.

Gráfico 6: De acordo com as aulas ministradas, você se sentiu incluído no processo de construção e realização das aulas?



Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Observa-se que, após as ações pedagógicas houve uma mudança nos resultados em comparação aos resultados antes das ações. Apesar de aparentemente a quantidade de alunos que se sentiram incluídos ter diminuído, esse

resultado mostra uma diferença na forma de se trabalhar a educação física nas escolas.

Antes das ações pedagógicas, os alunos não tinham noção de como montar uma aula, de entender o porquê estavam praticando tais exercícios e o quão importantes eram aquelas práticas para sua saúde. Após as ações, percebe-se que 75,30% se sentiram incluídos em todas as etapas e 23,30% em parte das etapas, ou seja, podemos dizer que a quantidade de alunos que se sentiram incluídos, no geral, aumentou em um total de 98,60%.

Como já se sabe, as ações visavam trazê-los como protagonistas principais da montagem e do desenvolvimento das aulas. 23,30% dos alunos não se sentiram como parte de toda a construção, porém incluídos no processo. Esse resultado pode ter relação com a metodologia de trabalho utilizada. Ao se trabalhar em grupos, formados por cerca de 10 alunos devido ao grande número da amostra, os alunos devem chegar a um consenso para o desenvolvimento de suas aulas, consenso esse que nem sempre agrada a todos.

Corroborando esse pensamento, Saviczki (2019) relata que o processo de protagonismo dos estudantes deve ser fruto de uma coletividade e não de ações isoladas, a fim de vencerem os desafios de forma conjunta, fortalecendo o espírito de equipe e a conexão de ideias.

Quanto à questão de inclusão no ambiente escolar, Brasil (1998, p.30) cita que:

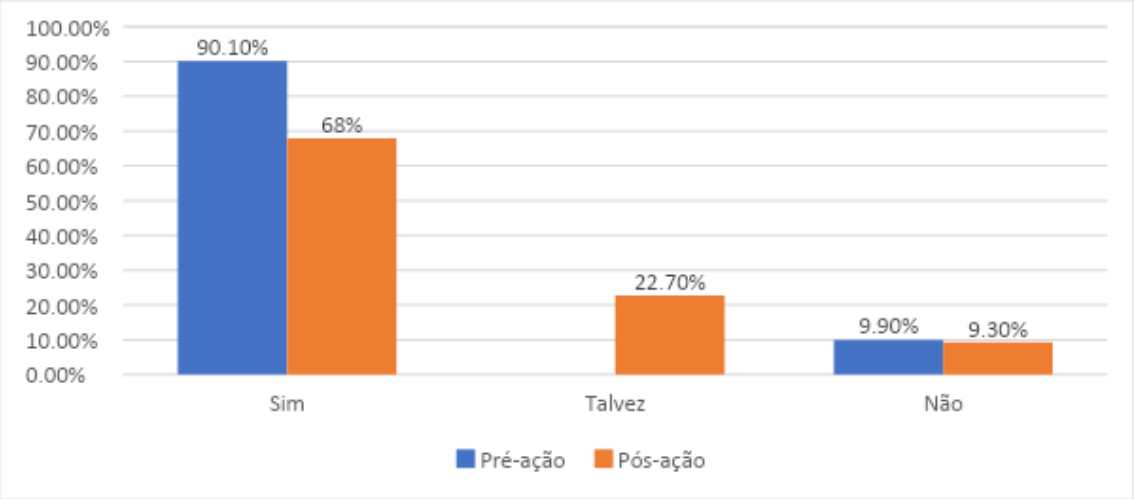
> O princípio da inclusão do aluno é o eixo fundamental que norteia a concepção e a ação pedagógica da Educação Física escolar, considerando todos os aspectos ou elementos, seja na sistematização de conteúdos e objetivos, seja no processo de ensino e aprendizagem, para evitar a exclusão ou alienação na relação com a cultura corporal de movimento. Além disso, aponta para uma perspectiva metodológica de ensino e aprendizagem que busca o desenvolvimento da autonomia, a cooperação, a participação social e a afirmação de valores e princípios democráticos.

Assim, em relação à prática em que o aluno se torna protagonista, deve-se sempre buscar compreendê-lo, bem como entender suas diferenças, para que, além de se buscar a inclusão durante as aulas, possa se tornar um fator natural entre eles uma socialização de ideias para melhorar o processo de ensino-aprendizagem (Teixeira, 2019).

A seguir, apresentamos o Gráfico 7 que detalha as respostas dos alunos

quanto à capacidade de replicar aquilo que foi aprendido na disciplina de educação física fora do ambiente escolar.

Gráfico 7: Replicar o aprendizado de educação física fora do ambiente escolar.



Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Com base nos dados apresentados, pode-se observar que os alunos estavam bastante confiantes antes das ações pedagógicas realizadas. A quantidade de alunos que se sentiram confiantes para replicar o aprendizado diminuiu significativamente, de 90,10% para 68%, após as ações realizadas.

Isso nos leva a entender que essa confiança diminuiu por conta da responsabilidade que eles passaram a observar que o professor de educação física tem nesse processo. Provavelmente esse fato aconteceu após eles terem tido todo o conceito sobre a disciplina, a responsabilidade de montar aulas que sejam inclusivas, significativas, interessantes para os alunos e repassar de forma lúdica todo processo de ensino-aprendizagem.

Assim, fica clara também a importância do professor no processo de ensino-aprendizagem, de forma a habilitar seus alunos a usarem todo seu potencial relativo a suas habilidades, responsabilidades e competências. Além disso, observou-se a importância de estimulá-los no desenvolvimento de suas criatividades quando inseridos como protagonistas do processo de ensino-aprendizagem, voltadas a aumentar capacidade de resolver situações inusitadas, inovar em atividades transformadoras, autogestão, entre outros.

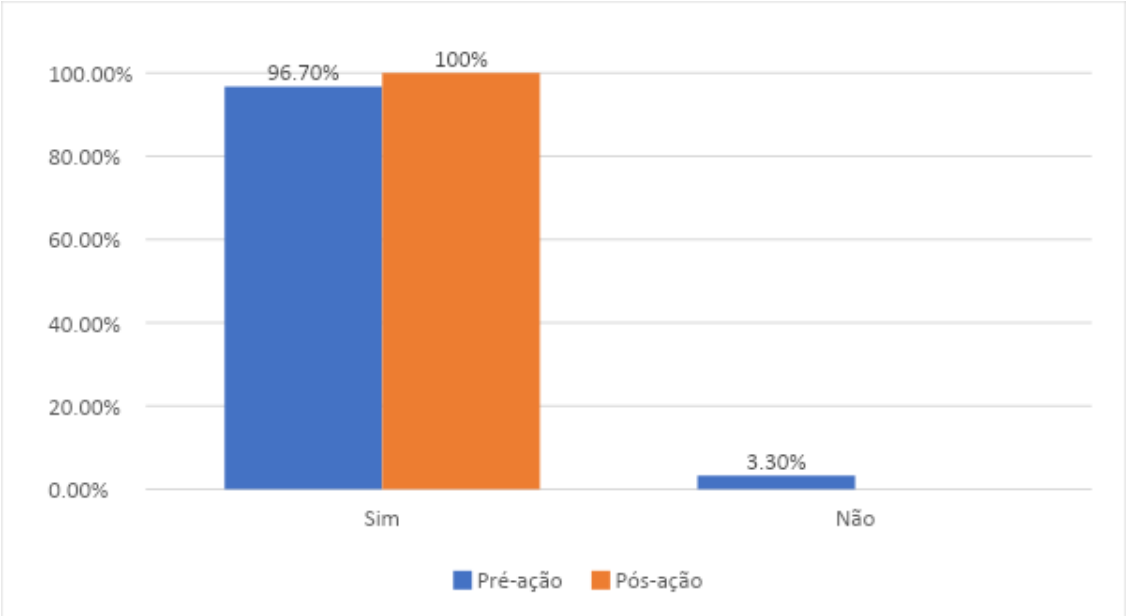
Berbel (2011, p.04) relata que:

> A implementação dessas metodologias pode vir a favorecer uma motivação autônoma quando incluir o fortalecimento da percepção do aluno de ser origem da própria ação, ao serem apresentadas oportunidades de problematização de situações envolvidas na programação escolar, de escolha de aspectos dos conteúdos de estudo, de caminhos possíveis para o desenvolvimento de respostas ou soluções para os problemas que se apresentam alternativas criativas para a conclusão do estudo ou da pesquisa, entre outras possibilidades.

Saviczki (2019) corrobora esses dados ao afirmar que as metodologias que colocam os alunos no centro do processo de aprendizagem já superaram as abordagens tradicionais em termos de eficácia na promoção da aprendizagem. Trazer os alunos como protagonistas no processo de ensino-aprendizagem é estar promovendo o desenvolvimento de suas autonomias e, além disso, melhorando suas capacidades de solucionar problemas; promover ações inovadoras e sustentáveis; e aperfeiçoar suas capacidades profissionais e pessoais.

Por fim, o Gráfico 8 apresenta as respostas dadas pelos alunos quando questionados sobre a contribuição da disciplina Educação Física para o futuro.

Gráfico 8: Você acredita que a disciplina Educação Física contribuirá para o seu futuro?



Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Podemos concluir que, após a ação pedagógica, 100% dos alunos acreditam que a educação física contribuirá para seu futuro, mostrando que as dúvidas sobre a importância da disciplina, antes das ações, foram sanadas.

Bego e Anjos (2020) ressaltam que é de responsabilidade do professor

preparar seus alunos, a fim de entregar à sociedade indivíduos que tenham compromisso, seriedade e dedicação ao trabalho. Dessa forma, essa preparação deve ser baseada em tornar alunos mais questionadores e críticos sobre os aspectos aprendidos em sala de aula, de modo a se tornarem protagonistas do próprio processo de aprendizagem.

Brasil (1998, p.30), ao tratar sobre a educação física como uma disciplina relevante no processo educativo, cita que:

> No âmbito da Educação Física, os conhecimentos construídos devem possibilitar a análise crítica dos valores sociais, como os padrões de beleza e saúde, desempenho, competição exacerbada, que se tornaram dominantes na sociedade, e do seu papel como instrumento de exclusão e discriminação social.

Assim, faz-se entender que a educação física escolar se faz relevante para o futuro e desenvolve nos alunos a consciência de formação de um indivíduo para a sociedade, através de métodos que vão muito além de práticas esportivas ou resultados competitivos. Criar métodos eficientes para o desenvolvimento cultural, social, emocional, intelectual, crítico e humano dos alunos é prepará-los para o mundo (Tinôco; Araújo, 2020).

5 PRODUTO EDUCACIONAL

O tipo de PE utilizado para a construção desta obra foi uma cartilha intitulada “Educação Física Escolar: Ressignificando práticas pedagógicas para a educação escolar”. Esta cartilha tem como foco auxiliar pedagogicamente os docentes de Educação Física na construção e desenvolvimento de suas aulas, reforçando a educação física como uma disciplina agregadora no processo de inclusão, favorecendo a aprendizagem dos estudantes.

Ao abordar temas como saúde e qualidade de vida no contexto da educação física e ao destacar que trabalhar com essa disciplina nas escolas é também uma forma de desenvolver habilidades no âmbito da formação humana, enfatiza-se a necessidade de criar novos métodos de ensino capazes de atrair os alunos para esse componente curricular.

Nessa perspectiva, ao colocar os estudantes no centro do processo de ensino-aprendizagem e permitir que não apenas realizem as atividades propostas, mas também que sejam os protagonistas na criação dessas atividades, fortalece-se o processo de inclusão e promove-se uma liderança compartilhada entre eles.

Portanto, ao construir esse PE, foi necessário considerar as principais pesquisas na área de estudo, as teorias e conceitos existentes, a fim de contribuir para uma melhor prática dos profissionais e fornecer um material que favoreça a aprendizagem.

Assim, esta cartilha tem como objetivo central transcender as barreiras tradicionais da educação física escolar, explorando novas abordagens que contribuam para a promoção da saúde, qualidade de vida e formação integral dos estudantes no contexto da EPT. Cabe ressaltar que o projeto gráfico da cartilha foi desenvolvido pelo Sr. Alex Rodrigues de Oliveira Noia.

O PE foi aplicado no período de 28 de agosto a 5 de setembro de 2023, no Grupamento de Segurança e Defesa, da Base Aérea de Natal, durante o Curso de Formação de Soldados da Força Aérea Brasileira. Na ocasião, as ações pedagógicas foram desenvolvidas para 150 estudantes do referido curso.

5.1 BASES TEÓRICAS

Consoante Farias e Mendonça (2019), o PE é uma ferramenta que facilita o processo de aprendizagem dos alunos e é uma parte inseparável da pesquisa nos programas de mestrado em Educação Profissional e Tecnológica.

Assim, ao construir um PE, é necessário considerar as principais pesquisas na área de estudo, as teorias e conceitos existentes, a fim de contribuir para uma melhor prática dos profissionais e fornecer um material que favoreça a aprendizagem (Kaplún, 2003).

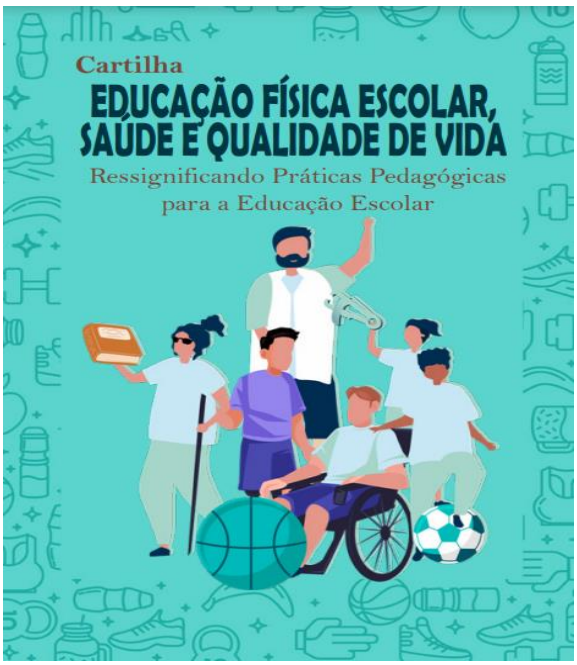
Por fim, a aplicação do PE, dentro da EPT, tem o objetivo de contribuir para o aprimoramento das atividades dos profissionais, não só da rede, mas também para todos os docentes que utilizam a pesquisa para desenvolver e melhorar suas capacidades profissionais dentro da sala de aula (Pasquali; Vieira; Castman, 2018).

5.2 ESTRUTURA DA CARTILHA

A cartilha foi construída através do programa Canva. O template foi desenvolvido pelo pesquisador, de acordo com a ordem em que as atividades foram desenvolvidas.

Iniciando pela capa da cartilha, já se observa alunos e professor juntos, demonstrando uma união saudável para o aprendizado. Além disso, pode-se observar a questão da inclusão social entre diferentes tipos de alunos. Apesar de haver bolas, tênis, dando a entender práticas de esportes, também há livro, material para desenvolver atividades métricas. Toda essa ilustração tem a intenção de mostrar que a cartilha está voltada para o desenvolvimento dos estudantes, independente do contexto social em que vivem, buscando a formação humana integral.

Figura 12: Capa da cartilha.



Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Em seguida, a cartilha faz uma apresentação breve de sua estrutura, com aspectos relacionados à importância da educação física na escola e as consequências de uma vida sedentária para a saúde e a qualidade de vida. Ao final da apresentação, é citado o que a cartilha vem propor ao docente e sua importância no processo educacional, também citados na carta ao professor.

Figura 13: Apresentação e carta ao professor.

APRESENTAÇÃO

A Educação Física Escolar vem desempenhando um papel decisivo na formação integral dos estudantes, sendo um dos componentes curriculares obrigatórios que, ao longo da história, passou por diversos ajustes para se adequar às demandas educacionais. No entanto, apesar da importância reconhecida dentro do ambiente escolar, as práticas pedagógicas muitas vezes são moldadas por diretrizes externas, limitando a autonomia dos docentes.

A falta de atividades físicas entre crianças e adolescentes tem se tornado uma inquietação entre os profissionais de educação física, com estudos indicando uma redução significativa na prática destas atividades no âmbito escolar. Diante disso, houve uma contribuição para a prevalência de problemas de saúde, como obesidade e alterações metabólicas, o sedentarismo e o aumento do uso de tecnologias, destacando a necessidade de repensar abordagens pedagógicas que sejam mais atrativas aos estudantes.

Esta cartilha vem propor intervenções pedagógicas na área de Educação Física Escolar no contexto da Educação Profissional e Tecnológica (EPT), buscando ressignificar práticas pedagógicas para promover a saúde e qualidade de vida dos estudantes. Observando a influência das normativas, como a Base Nacional Curricular Comum (BNCC).

Assim, este produto educacional da pesquisa de mestrado intitulado "EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA: Ressignificando práticas pedagógicas para a educação escolar", tem por objetivo central transcender as barreiras tradicionais da Educação Física Escolar, explorando novas abordagens que contribuam para a promoção da saúde, qualidade de vida e formação integral dos estudantes no contexto da Educação Profissional e Tecnológica.

CARTA AO PROFESSOR

É com imensa satisfação que apresentamos esta cartilha, voltada a abordagem de um tema de extrema importância no cenário educacional contemporâneo: a Educação Física Escolar e sua ressignificação no contexto da Educação Profissional e Tecnológica (EPT). Desde sua inserção como componente curricular obrigatório, a Educação Física tem passado por diversas transformações, ajustes e desafios que refletem não apenas a evolução desta área, como também as demandas sociais e educacionais.

Navegar nas páginas desta cartilha, proporcionará a você, caro leitor, uma imersão no universo da Educação Física Escolar, explorando questões básicas que vão desde a influência de normativas até a necessidade de repensar práticas pedagógicas em busca da promoção da saúde e qualidade de vida dos estudantes. Através de uma análise crítica e reflexiva, buscamos ultrapassar as barreiras tradicionais que muitas vezes limitam a inovação e a autonomia dos docentes.

As páginas seguintes conduzirão você por breve apresentação da base teórica que fundamenta este trabalho, além de um panorama que destaca não apenas os desafios enfrentados pelos educadores físicos, mas também as oportunidades e perspectivas para uma abordagem mais inclusiva e integradora. Ao trazer à luz estudos e experiências que exploram novos conceitos, buscamos inspirar uma visão mais ampla e consciente sobre a importância da Educação Física na formação integral dos alunos.

A parceria entre o Instituto Federal de da Paraíba (IFPB) e a Força Aérea Brasileira (FAB), apresentada nesta cartilha, e que sirva como exemplo concreto de como a colaboração entre diferentes instituições educacionais podem enriquecer a experiência educacional, ressignificando práticas pedagógicas em prol de uma formação mais completa e dinâmica.

Esperamos que esta cartilha não apenas informe, mas também inspire mudanças positivas no âmbito da Educação Física Escolar, incentivando docentes, gestores e demais envolvidos a promoverem a saúde e a qualidade de vida dos estudantes de forma integral.

Boa leitura!

Atenciosamente,

Ricardo Braga dos Santos

Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Seguindo, a cartilha faz uma breve análise teórica sobre saúde e qualidade de vida, com referenciais teóricos sobre cada um dos assuntos. Nessas páginas, assim como em toda cartilha, observa-se uma vasta gama de ilustrações que se destinam a deixar a cartilha mais atrativa para o leitor.

Figura 14: Análise teórica.

Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Após a análise teórica, a cartilha apresenta cada eixo temático, divididos em 5 capítulos, enumerados e descritos conforme o planejamento das aulas.

Figura 15: Eixo temático.

Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Dando sequência às páginas seguintes da cartilha, para cada capítulo, existe uma capa indicando o eixo temático trabalhado, bem como a quantidade de aulas utilizadas, os objetivos das aulas e os materiais que foram utilizados, como por exemplo:

Figura 16: Capítulo da cartilha.

Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

Por fim, foram colocadas as referências utilizadas para a construção da cartilha, bem como seu referencial teórico.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados encontrados neste estudo tiveram por base analisar a importância e eficiência em se ressignificar práticas pedagógicas de ensino da Educação Física Escolar. Trazer esse assunto à pauta, no processo de ensino-aprendizagem dentro da EPT, significa contribuir para uma visão cada vez mais ampla dos docentes.

Esses resultados também reafirmam a importância para os discentes de um ensino mais crítico, transformador, emancipador e que os façam refletir sobre serem mais autônomos dentro da sala de aula, através de um ensino mais inclusivo, baseado no processo de diálogo entre eles, trazendo-os como autores principais no processo de ensino-aprendizagem.

A possibilidade de juntar conceitos e realidades de diferentes setores de ensino, como foi o caso deste estudo, trouxe inúmeros benefícios. Os principais foram: Criação de novas linhas de aprendizagem; troca de experiências positivas entre um sistema militar e outro civil, que em um primeiro momento não faria sentido para alguns docentes; humanização das práticas pedagógicas; estímulo ao desenvolvimento do espírito de equipe e do trabalho em grupo, fundamental para socialização e inclusão dos alunos.

Em relação às novas linhas de aprendizagem, o estudo consegue transformar dois projetos de ensino já existentes (NSCA e PPC) em um novo, mesclando ambos os conhecimentos e criando novas possibilidades de ensino que irá auxiliar ambas as instituições no processo de formação humana integral.

Quanto à troca de experiências positivas entre o IFPB, através do PPC, e a FAB, com a NSCA, apesar de desafiador e de requerer estratégias para a confecção das atividades em conjunto, observamos, através dos resultados obtidos, uma boa aceitação por parte dos alunos militares, mostrando que é possível evoluir no aprendizado, mesmo em sistemas diferentes de ensino. Esse fato é de extrema importância, pois a intenção final de ambas instituições é formar excelentes cidadãos para sociedade.

Outro ponto de extrema importância verificado foi a questão da socialização e inclusão dos alunos. Trazer o aluno como centro principal do processo de ensino-aprendizagem, fazendo-o ser capaz de aprender transmitindo o próprio conhecimento a seus colegas, foi um resultado bastante motivador. Isso porque fez

os alunos participarem ativamente das aulas, discutindo e avaliando entre eles as melhores formas de desenvolverem as atividades propostas, assim resgatando a vontade de participarem de forma espontânea do processo de aprendizagem, bem como fortalecendo a inclusão, espírito de equipe e trabalho em grupo.

Ainda nesse contexto, cabe ressaltar que as atividades de inclusão propostas, quando relacionadas à deficiência física, foram um desafio, pois, no ambiente militar, é sabido que o militar precisa estar em seu pleno estado de saúde para exercer as atividades relacionadas à instituição.

Porém, para tornar possível esse trabalho, desenvolvemos atividades, descritas como estudos de caso, que poderiam acontecer em uma eventual situação dentro da atividade militar. Atividades relacionadas à visão, deambulação, ausência de membros, por exemplo, foram incluídas através de teatros, cenários de guerra ou outras atividades rotineiras, dentro de locais inóspitos, como forma de conscientizar os alunos que, através da educação física, também é possível treinar valências importantes para suas atividades, não necessitando excluir desse processo de ensino-aprendizado uma consciência mais humana de se aprender.

Por fim, ressaltamos a importância de sempre estar atualizando as formas de aprendizagem dentro do ambiente escolar, a fim de que os alunos permaneçam sempre instigados a aprender e a compreender a construção de sua formação humana.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, G.M.A. **Educação Física Escolar, Saúde e Qualidade de Vida no contexto da Formação Humana Integral**. Dissertação (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica). Programa de Pós-graduação em Educação Profissional e Tecnológica, Instituto Federal da Paraíba, João Pessoa, 2020.

AMARO, A.; PÓVOA.; MACEDO, L. **A arte de fazer questionários**. Dissertação (Mestrado em Química para o Ensino). Faculdade de Ciências da Universidade do Porto, Porto, 2004.

AQUINO, L.R.Q.T; MENEZES, R.P. Abordagens tradicionais e centradas no jogo para o ensino dos esportes coletivos de invasão: um ensaio teórico. **Revista Conexões**, Campinas: SP, v. 20, e022006, 2022.

AZEVEDO, J, RENATO, M. Tracking da atividade física ao longo da vida. In: FLORINDO, A. A.; HALLAL, P. C. (orgs). **Epidemiologia da Atividade Física**. São Paulo: Editora Atheneu, 2011.

AZEVEDO, A. C. B.; MALINA, A. Memórias do currículo de formação profissional em educação física no Brasil. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**, Campinas, v. 25, n. 2, p. 129-142, jan. 2004.

BATISTA *et al.* **O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em Educação Física**. Porto: Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, 2014.

BEGOS, G. A; ANJOS, J. R. C. A importância da educação física escolar para a formação do indivíduo na sociedade. **Revista Saúde UniToledo** – Araçatuba - SP, v. 4, n. 1, p. 13-26, jul. 2020.

BERBEL, N, A, N. As metodologias ativas e a promoção da autonomia de estudantes. **Semina:** Ciências Sociais e Humanas, Londrina, v. 32, n°. 1, p.25-40, jan./jun. 2011.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: **Educação Física**: Ensino de quinta a oitava séries / Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC / SEF, 1998.

BRASIL. Ministério da Educação. Coordenação de Indicadores Sociais. **IV PeNSE**: 1971.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais:** ensino médio. Brasília, 2000.

BRITO, L.T; SANTOS, M.P. Masculinidades na Educação Física escolar: um estudo sobre os processos de inclusão/exclusão. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, Abr./Jun; n° 27(2):235-46, São Paulo, 2013.

CASTELLANI FILHO, L. **Política educacional e educação física**. Campinas: Autores Associados, 1998.

CHEHUEN NETO, J. A.; LIMA, W. G. Tipos de pesquisa científica. In.: CHEHUEN NETO, J. A. **Metodologia da pesquisa científica**: graduação à pós-graduação. Curitiba: CRV, 2012.

DÁRIDO, S.C *et al.*. A educação física, a formação do cidadão e os parâmetros curriculares nacionais. **Rev. Paul. Educ. Fís**., São Paulo, 15(1):17-32, jan./jun. 2021.

DARIDO, S. C.; Rangel, I. C. A. **Educação física na escola:** implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. 2005.

FARIAS, M.S.F; MENDONÇA, A. P. **Concepção de produtos educacionais para um mestrado profissional.** Manaus, IFAM, 2019.

FERREIRA, G.S; COSTA, F.F. A importância da temática de gênero no ensino médio integrado dos institutos federais de educação. **Revista elite:** educação, linguagens e tecnologias. ISSN 26755718, ano 2, n°.02, jan./dez-2020.

FERNANDES *et.al*. Metodologia de pesquisa de dissertações sobre inovação: análise bibliométrica. **Desafio Online** v.6, n.1, art.8 Jan./Abr.,p. 141-159, 2018.

GARCIA, J.L; BRANDÃO, R.R; ALVES, T.V.F. O(s) corpo(s) na escola: da educação tecnicista a uma prática educativa emancipadora. **Revista Educação em Foco**, Juiz de Fora Vol. 26, Especial e26027, 2021.

GIL, A.C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 1999.

GIL, A.C. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 6 ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2017.

IFAP. **Plano de Desenvolvimento Institucional** – PDI 2019-2023. Macapá AP, 2019. Disponível em: https://ifap.edu.br/index.php?option=com_content&view=article&layout=edit&id=833. Acesso em jul. 2023.

KAPLÚN, G. Material educativo: a experiência de aprendizado. **Comunicação & Educação**, v. 27, pp. 46-60, 2003.

LAKATOS, E.M.; MARCONI, M.A. **Metodologia do trabalho científico**. São Paulo: Atlas, 1996.

LEIFELD, F. Educação Física escolar: práticas docentes aprisionadas nas grades curriculares. **Revista conexões**, Campinas: SP, v. 19, e021028, 2021.

LIMA, M.F. *et al.* Questionários para avaliação do nível de atividade física habitual em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte.** 2018.

MOMMAD, M. L. A história da educação física escolar no brasil: leis e decretos norteadores. **Revista de Educação Horizontes**, Dourados-MS, v. 9, n. 14, 2020.

MUSSI, R.F.F. *et al.* Pesquisa Quantitativa e/ou Qualitativa: distanciamentos, aproximações e possibilidades. **Revista Sustinere**. Rio de Janeiro, v.7, n.2. p.414-430, jul-dez, 2019.

NASCIMENTO, R.D; GOMES, A.D.T. Análise da validade e da fidedignidade de um questionário para identificação do conhecimento conceitual sobre plano inclinado e aceleração. Amazônia, **Revista de Educação em Ciências e Matemática**, v.13, n.26, p.56-68, Jan-Jun 2017.

NAHAS, M.V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida** : conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 7. ed. Florianópolis: Ed. do Autor, 2017. Disponível em: https://cev.org.br/media/biblioteca/1013629.pdf. Acesso em: 21 jul. 2023.

NEIRA, M.G. Incoerências e inconsistências da BNCC na educação. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 40, n. 3, p. 215-223, jul./set. 2018.

NUNES, A.C.S; MIGUEL, M.E.B. A Educação Física na Ditadura Militar: uma Abordagem Tecnicista. **Revista Intersaberes**,16(39), 1315-1328, 2021.

PASQUALLI, R; VIEIRA, J. A; CASTAMAN, A. S. Produtos educacionais na formação do mestre em educação profissional e tecnológica. **Educitec**, Manaus, v. 4, n. 07, p. 106-120, jun. 2018.

RAMOS, J. J. **Os exercícios físicos na história e na arte**: do homem primitivo aos nossos dias. São Paulo: Ibrasa, p. 289-299,1982.

REIS, E.M.C; GONÇALVES, A, O. Programa de promoção à permanência: perfil dos discentes do instituto federal de ciência e tecnologia de Brasília. **Revista Holos**, ano 34, v. 03, 2018.

SANTANA, A.Y.B.S; SANTANA, W.B; MAIA, F.E.S. Reflexões acerca do processo de inserção do esporte nas aulas de Educação Física. **Revista Pemo**, Fortaleza, v. 2, n. 2, p. 1-12, 2020.

SAMPIERI, R. H; CALLADO, C. F; LUCIO, M. P. B. **Metodologia da Pesquisa**. 5. ed. Porto Alegre: Penso, 2013. 624 p.

SANTOS, M. A. R.; BRANDÃO, P. P. Base Nacional Comum Curricular e currículo da Educação Física: qual o lugar da Diversidade cultural? **Horizontes**, v. 36, n. 1, p. 105-118, 2018.

SANTOS, *et.al*. fatores associados a não participação nas aulas de educação física escolar em adolescentes. **J. Phys. Educ**. v. 30, e3028, 2019.

SAVICZKI, S. C. **Prática pedagógica de professores em cursos técnicos de nível médio:** aplicação de metodologia ativas. (Dissertação de mestrado). Programa de Pós-Graduação em Educação, Escola de Humanidades da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2019.

SELLTIZ, C.; WRIGHTSMAN, L. S.; COOK, S. W. **Métodos de pesquisa das relações sociais**. São Paulo: Herder, 1965.

SILVA, M.J.S; SCHRAIBER, L.B; MOTA, A. O conceito de saúde na Saúde Coletiva: contribuições a partir da crítica social e histórica da produção científica. **Physis**: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 29(1), e290102, 2019.

SILVA, L; LEONARDO, L; SCAGLIA, A.J. Epistemologia da prática pedagógica na Educação Física e esporte. Mapeamento a partir de um instrumento metodológico. **Lecturas:** Educación Física y Deportes, v. 25, n. 274, 2021.

SILVA, *et al*. Educação física escolar: Guia de Atividade Física para a População Brasileira. **Revista brasileira de atividade física e saúde**, 26:e0219, 2021.

SOARES, E. R. Educação física no Brasil: da origem até os dias atuais. **Revista digital EFDesportes.com**, Buenos Aires, ano 17, n. 169, UJN, 2012. Disponível em: https://www.efdeportes.com/efd169/educacao-fisica-no-brasil-da-origem.htm. Acesso em: 15 jun. 2022.

SOARES, C.A; HALLAL, P. Interdependência entre a participação em aulas de Educação Física e níveis de atividade física de jovens brasileiros: estudo ecológico. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 20, n. 6, p. 588-597, 2015.

SOUZA, J. A; PAIXÃO, J.A. A prática do bom professor de Educação Física na perspectiva dos alunos do ensino médio. **Rev. bras. Estud. Pedagog**. (online), Brasília, v. 96, n. 243, p. 399-415, maio/ago. 2015.

SOUZA, S.P; NASCIMENTO, P.R.B; FENSTERSEIFER, P.E. Atuação docente em Educação Física escolar: entre investimento e desinvestimento pedagógico. **Motrivivência**, Florianópolis/SC, v. 30, n. 54, p. 143-159, julho/2018.

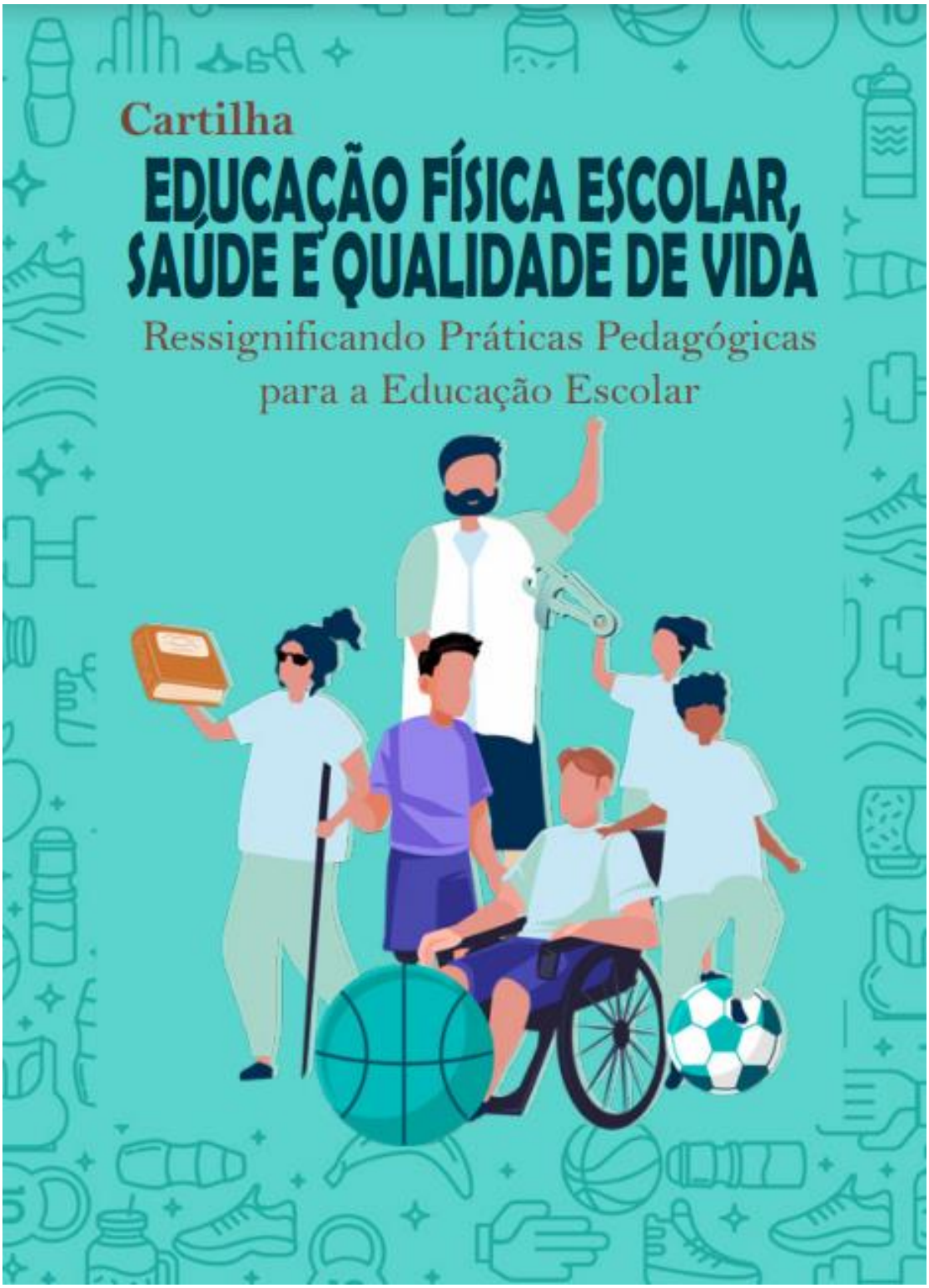
UNESCO. Unidade de Publicações da Representação da UNESCO no Brasil. **Carta Internacional da Educação Física, da Atividade Física e do Esporte**. Brasília, 2018.

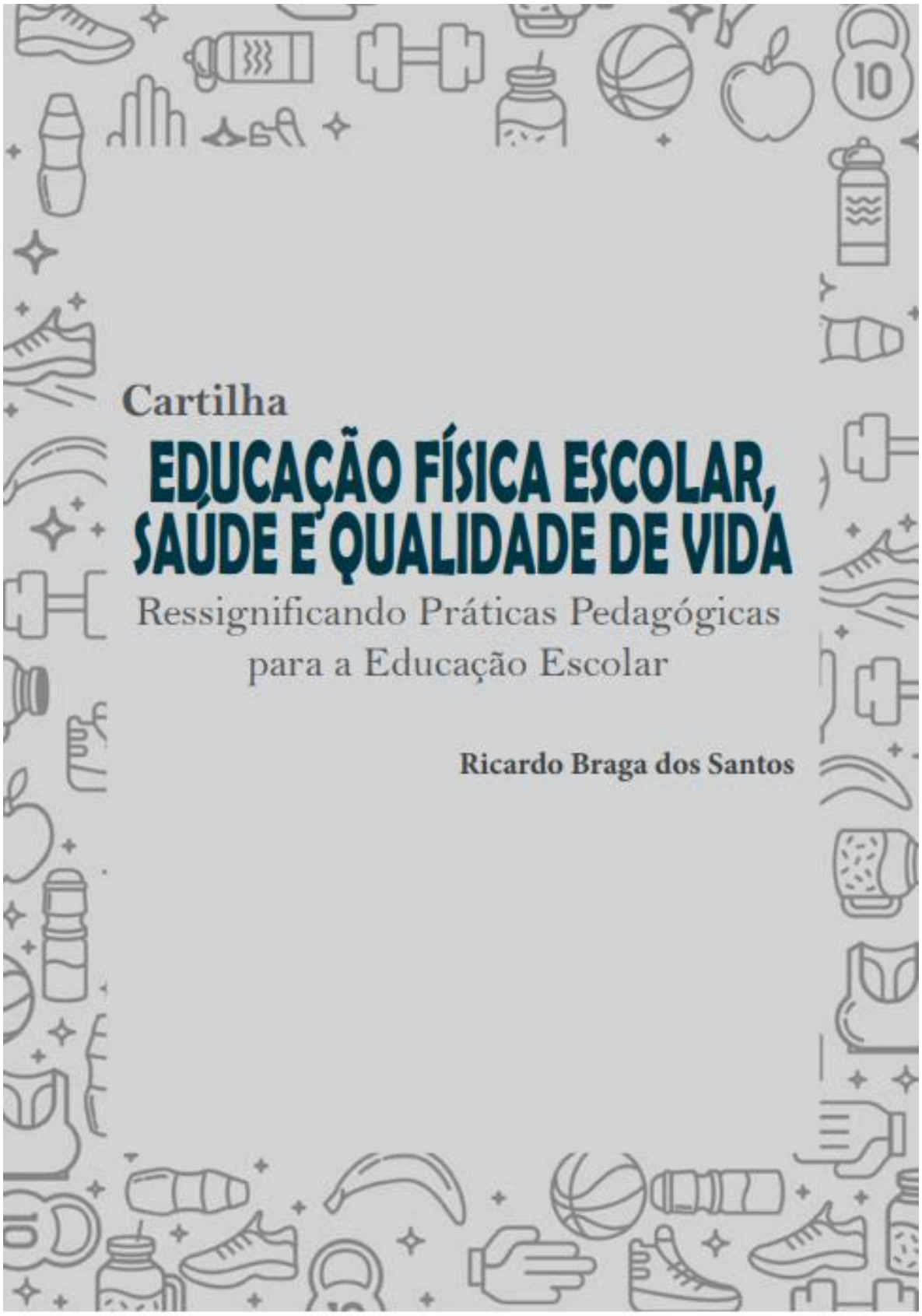
TEIXEIRA, F. A. Educação física escolar: reflexões sobre as aulas de exclusão. **Revista Motrivivência**. Ano XXI, n. 32/33, p. 335-343, Jun-Dez, 2009.

TINÔCO, R.G; ARAÚJO, A. C. Concepção Crítico-Emancipatória e Mídia-Educação: uma interlocução possível à Educação Física Escolar. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, vol. 42, e206, 2020.

XAVIER, E.M; ALMEIDA, M.A.B. A chegada da Doutrina Tecnicista Americana no Brasil durante o Nacional Desenvolvimentismo Brasileiro (1946-1964): os reflexos para a Educação Física escolar. **EFDesportes**, Revista Digital.com, Buenos Aires, v.15, n°166, 2012.

APÊNDICE A – PRODUTO EDUCACIONAL




Cartilha
EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA
Ressignificando Práticas Pedagógicas para a Educação Escolar
Ricardo Braga dos Santos

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA - PROFEPT

MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA

AUTORES
Ricardo Braga dos Santos - Mestrando
Alexsandra Cristina Chaves - Orientadora

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO
Alex Rodrigues de Oliveira Noia

1ª Edição

João Pessoa - PB
2024

APRESENTAÇÃO

A Educação Física Escolar vem desempenhando um papel decisivo na formação integral dos estudantes, sendo um dos componentes curriculares obrigatórios que, ao longo da história, passou por diversos ajustes para se adequar às demandas educacionais. No entanto, apesar da importância reconhecida dentro do ambiente escolar, as práticas pedagógicas muitas vezes são moldadas por diretrizes externas, limitando a autonomia dos docentes.

A falta de atividades físicas entre crianças e adolescentes tem se tornado uma inquietação entre os profissionais de educação física, com estudos indicando uma redução significativa na prática destas atividades no âmbito escolar. Diante disso, houve uma contribuição para a prevalência de problemas de saúde, como obesidade e alterações metabólicas, o sedentarismo e o aumento do uso de tecnologias, destacando a necessidade de repensar abordagens pedagógicas que sejam mais atrativas aos estudantes.

Esta cartilha vem propor intervenções pedagógicas na área de Educação Física Escolar no contexto da Educação Profissional e Tecnológica (EPT), buscando ressignificar práticas pedagógicas para promover a saúde e qualidade de vida dos estudantes. Observando a influência das normativas, como a Base Nacional Curricular Comum (BNCC).

Assim, este produto educacional da pesquisa de mestrado intitulado "EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA: Ressignificando práticas pedagógicas para a educação escolar", tem por objetivo central transcender as barreiras tradicionais da Educação Física Escolar, explorando novas abordagens que contribuam para a promoção da saúde, qualidade de vida e formação integral dos estudantes no contexto da Educação Profissional e Tecnológica.

CARTA AO PROFESSOR

É com imensa satisfação que apresentamos esta cartilha, voltada a abordagem de um tema de extrema importância no cenário educacional contemporâneo: a Educação Física Escolar e sua ressignificação no contexto da Educação Profissional e Tecnológica (EPT). Desde sua inserção como componente curricular obrigatório, a Educação Física tem passado por diversas transformações, ajustes e desafios que refletem não apenas a evolução desta área, como também as demandas sociais e educacionais.

Navegar nas páginas desta cartilha, proporcionará a você, caro leitor, uma imersão no universo da Educação Física Escolar, explorando questões básicas que vão desde a influência de normativas até a necessidade de repensar práticas pedagógicas em busca da promoção da saúde e qualidade de vida dos estudantes. Através de uma análise crítica e reflexiva, buscamos ultrapassar as barreiras tradicionais que muitas vezes limitam a inovação e a autonomia dos docentes.

As páginas seguintes conduzirão você por breve apresentação da base teórica que fundamenta este trabalho, além de um panorama que destaca não apenas os desafios enfrentados pelos educadores físicos, mas também as oportunidades e perspectivas para uma abordagem mais inclusiva e integradora. Ao trazer à luz estudos e experiências que exploram novos conceitos, buscamos inspirar uma visão mais ampla e consciente sobre a importância da Educação Física na formação integral dos alunos.

A parceria entre o Instituto Federal de da Paraíba (IFPB) e a Força Aérea Brasileira (FAB), apresentada nesta cartilha, e que sirva como exemplo concreto de como a colaboração entre diferentes instituições educacionais podem enriquecer a experiência educacional, ressignificando práticas pedagógicas em prol de uma formação mais completa e dinâmica.

Esperamos que esta cartilha não apenas informe, mas também inspire mudanças positivas no âmbito da Educação Física Escolar, incentivando docentes, gestores e demais envolvidos a promoverem a saúde e a qualidade de vida dos estudantes de forma integral.

Boa leitura!

Atenciosamente,

Ricardo Braga dos Santos

Vamos conhecer o que a literatura fala sobre Saúde e Qualidade de Vida e como elas estão ligadas a Educação Física Escolar.

SAÚDE

A saúde, sendo esta, um dos direitos humanos fundamentais, é equiparada a outros direitos essenciais, como liberdade, alimentação, educação e segurança, de acordo com a Declaração Universal dos Direitos Humanos - DUDH, adotada pela Organização da Nações Unidas – ONU em 1948 (NAÇÕES UNIDAS BRASIL, 2020). Reconhecida como um dos pontos essenciais para o desenvolvimento social, econômico e pessoal, a saúde é considerada uma dimensão vital da qualidade de vida (BRASIL, 2013).

Na I Conferência Internacional de Promoção da Saúde, representada pela Carta de Otawa, destacaram-se a importância da participação ativa e do controle no processo de promoção da saúde a fim de melhorar a qualidade de vida. A saúde é concebida como um estado de bem-estar físico, mental e social que deve ser buscado a partir de necessidades que modifiquem positivamente o meio ambiente (HARDARA, 2023).

No âmbito da Educação Física escolar, o desafio é inserir práticas e conteúdos relacionados à promoção e obtenção de saúde, sendo considerado as limitações de tempo e espaço em relação a este desafio. A Educação Física é reconhecida como um determinante social bastante importante nesse processo, entendendo que a saúde não é apenas uma conquista do setor saúde, mas o resultado de fatores sociais, econômicos, políticos e culturais, coletivos e individuais, que se combinam de forma específica em cada sociedade (COSTA; CAMPELO; SANTO, 2018).

QUALIDADE DE VIDA

A qualidade de vida é um termo amplamente utilizado na sociedade contemporânea que, para Santos e Simões (2012), permeia diversas áreas cruciais para o bem-estar individual e coletivo. Sua aplicação abrange desde questões relacionadas à alimentação e transporte até aspectos ligados à segurança e urbanismo, refletindo a importância desse conceito na vida cotidiana.

A qualidade de vida é compreendida como "a percepção do indivíduo de sua inserção na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações" (BRASIL, 2023). Essa definição abrangente vai além do simples estado de saúde física e engloba dimensões como bem-estar espiritual, mental, psicológico e emocional.

Para Santos e Simões (2012), os profissionais de educação física atuando na área escolar, a compreensão e promoção da qualidade de vida tornam-se elementos cruciais. Além dos tradicionais aspectos físicos e esportivos, é fundamental integrar o desenvolvimento de habilidades emocionais, sociais e cognitivas. Dessa forma, a abordagem da qualidade de vida na educação física vai além da simples prática esportiva, incorporando elementos que contribuam para a formação integral dos estudantes.

Ainda segundo Santos e Simões (2012), a qualidade de vida no contexto escolar também está intrinsecamente ligada a fatores como saúde, educação, habitação e saneamento básico, conforme foram destacados pela OMS. Ao considerar a interconexão desses elementos, os profissionais de educação física têm o cargo de desenvolver ambientes e práticas que desenvolvam não apenas a atividade física, mas também a saúde mental, o convívio social saudável e a conscientização sobre a importância de hábitos saudáveis desde a fase escolar.

Portanto, para os educadores físicos, a compreensão abrangente da qualidade de vida e sua aplicação no contexto escolar envolvem a consideração de múltiplas dimensões, indo além do físico e esportivo para abraçar a integralidade do desenvolvimento humano.

EIXO TEMÁTICO

CAPÍTULO 1
Exercício Físico e Saúde

CAPÍTULO 2
Antropometria

CAPÍTULO 4
Qualidades Físicas: força, potência, coordenação motora, capacidades aeróbias e anaeróbias

CAPÍTULO 3
Alongamento, aquecimento e flexibilidade

CAPÍTULO 5
Esporte na Escola

AÇÕES PEDAGÓGICAS DESENVOLVIDAS

As intervenções pedagógicas foram realizadas no período de 28 de agosto a 5 de setembro de 2023, foram conduzidas no Grupamento de Segurança e Defesa da Base Aérea de Natal. Com base no PPC do 3º ano do Instituto Federal da Paraíba - IFPB e nas normativas do Comando da Aeronáutica (NCSA 54-5 e NSCA 54-3), as aulas teóricas e práticas, distribuídas ao longo de 12 encontros, buscaram humanizar a disciplina, enfatizando sua relevância para o desenvolvimento integral dos alunos. Recursos como Datashow, notebook e instrumentos de medidas antropométricas foram empregados, abordando temas como frequência cardíaca, índice de massa corporal e flexibilidade.

1 Capítulo

Exercício Físico e Saúde

Quantidade de aulas

4 AULAS DE 50 MINUTOS

Para abordar o eixo temático "**Exercício Físico e Saúde**", é recomendável dedicar uma série de aulas para garantir uma compreensão aprofundada dos conceitos relacionados à promoção da saúde e qualidade de vida e como elas estão associadas a atividade física. Sugere-se um cronograma de, pelo menos, quatro aulas com uma distribuição equitativa do tempo entre teoria e prática.

Objetivos das Aulas

1 **OBJETIVO 1**
Desenvolver os conceitos fundamentais de saúde e prática de atividade física.

2 **OBJETIVO 2**
Discutir as implicações psicológicas, sociais, fisiológicas e institucionais da prática regular de atividade física.

3 **OBJETIVO 3**
Conscientizar os estudantes sobre a importância da atividade física para a promoção da saúde e qualidade de vida.

4 **OBJETIVO 4**
Reconhecer os riscos associados ao sedentarismo.

5 **OBJETIVO 5**
Adquirir conhecimentos sobre como iniciar uma prática de atividade física eficaz e segura.

Como desenvolver as aulas?

1

Aula Inaugural:

Inicie com uma palestra introdutória destacando a relevância da qualidade de vida na sociedade contemporânea. Aborde os riscos do estilo de vida moderno e introduza os benefícios da atividade física para a saúde.

2

Exploração de Conceitos:

Dedique uma aula para explorar conceitos fundamentais, como os diferentes aspectos da saúde impactados pela prática regular de exercícios. Discuta o sedentarismo, suas consequências a longo prazo e os fatores de risco associados.

3

Recomendações Práticas:

Reserve uma aula para apresentar recomendações práticas sobre como iniciar e manter uma rotina de atividade física eficaz e segura. Utilize tabelas e gráficos para ilustrar o tempo ideal de atividade diária, tipos de treinos e a frequência semanal recomendada.

4

Aplicações Práticas e Avaliações:

Encerre com a aplicação prática do conhecimento adquirido. Realize atividades físicas que exemplifiquem os conceitos discutidos e promova avaliações para medir a compreensão dos alunos sobre os temas abordados.

Materiais que podem ser utilizados

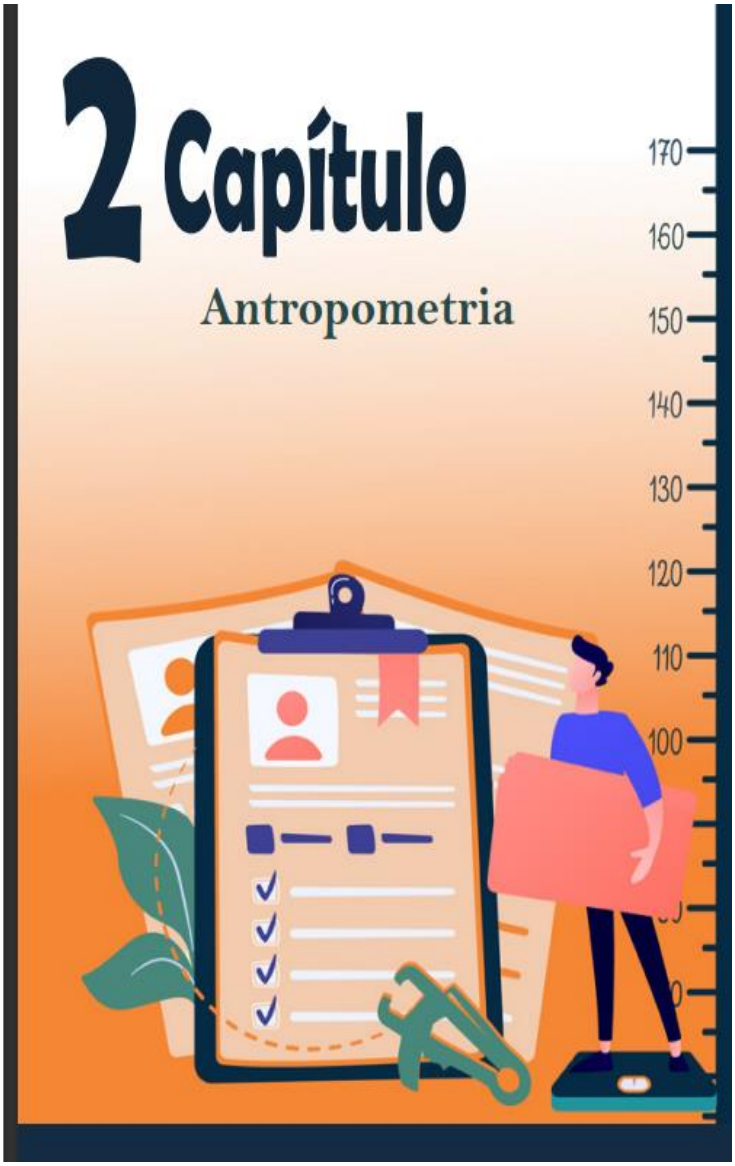
1. **Datashow e Notebook:**
Para apresentação visual de conceitos, gráficos e recomendações.

2. **Materiais de Medidas Antropométricas:**
Utilize compassos de dobras cutâneas, fita métrica, balança e outros instrumentos para demonstrações práticas.

3. **Recursos Interativos:**
Explore vídeos educativos, infográficos e materiais interativos para reforçar os conceitos.

4. **Questionários e Discussões:**
Promova discussões em sala de aula e utilize questionários para avaliar a compreensão dos alunos.

Ao seguir essa estrutura, será possível não apenas transmitir informações essenciais sobre **Exercício Físico e Saúde**, mas também envolver os estudantes de maneira prática e estimulante, contribuindo para a ressignificação das práticas pedagógicas na Educação Física Escolar.



Quantidade de aulas

3 AULAS DE 50 MINUTOS

O tema "**Antropometria**" necessita de um cuidado especial, tendo em vista a complexidade das medidas envolvidas. Recomenda-se um total de três encontros, distribuídos em uma aula teórica inicial, seguida por duas aulas práticas, cada uma com aproximadamente 50 minutos. Esse tempo é essencial para garantir uma melhor compreensão dos conceitos teóricos e aplicações práticas das medidas antropométricas.

Objetivos das Aulas

1 **OBJETIVO 1**
Mostrar os conceitos fundamentais da antropometria.

2 **OBJETIVO 2**
Destacar a importância das medidas antropométricas para a avaliação física e a saúde

3 **OBJETIVO 3**
Capacitar os estudantes a realizar medidas antropométricas com precisão.

4 **OBJETIVO 4**
Levar os estudantes a compreender a relevância de cada parâmetro avaliado.

Como desenvolver as aulas?

1

Aula Teórica:

Apresente a importância da avaliação antropométrica para promover saúde e bem-estar, abordando teoricamente os principais conceitos da antropometria e destacando as medidas selecionadas, como frequência cardíaca de repouso, peso corporal, estatura, circunferência e dobras cutâneas, com uma explicação detalhada sobre a relevância de cada medida no contexto da saúde e aptidão física.

2

Aula Prática 1:

Inicie com uma introdução aos instrumentos, como estadiômetro, balança digital, fitas métricas e compasso de dobras cutâneas, seguida por uma demonstração prática da medição de altura e peso, proporcionando uma prática supervisionada entre os alunos, que medirão uns aos outros, e finalize com uma discussão sobre a relevância da precisão e das técnicas corretas de medição.

3

Aula Prática 2:

Realize uma abordagem prática da frequência cardíaca de repouso, demonstre o processo de medição e cálculo do índice de massa corporal (IMC), supervisione a prática da medição da circunferência e dobras cutâneas pelos alunos e promova uma discussão abrangente sobre os resultados obtidos, classificação do IMC e interpretação das medidas.

Materiais que podem ser utilizados

1. **Instrumentos de Medição:**
Utilize estadiômetro, balança digital, fitas métricas (comuns e específicas para dobras cutâneas) e compasso de dobras cutâneas.

2. **Recursos Visuais:**
Uso de notebook e Datashow para apresentar gráficos, tabelas e imagens explicativas. Explore vídeos instrutivos sobre técnicas de medição.

3. **Material Escrito:**
Papel e caneta para anotações e cálculos, e o uso de tabelas de classificação do IMC para referência.

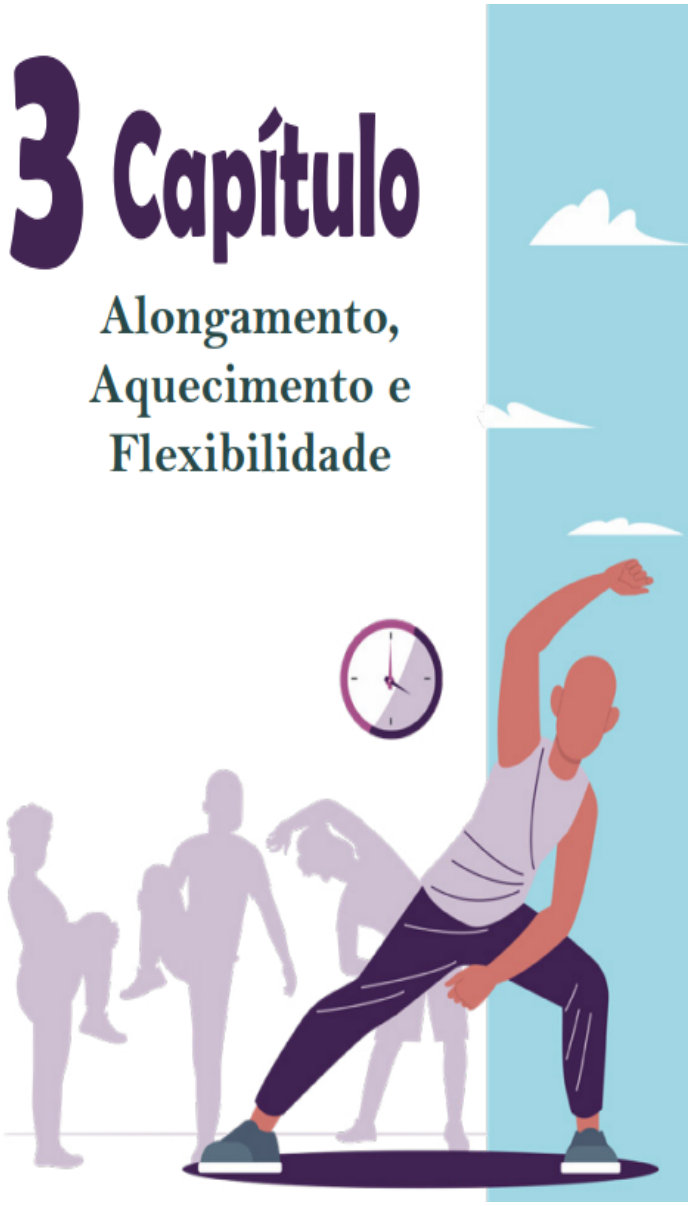
4. **Instrumentos de Marcação:**
Lápis dermográfico para marcação de pontos nas dobras cutâneas.

5. **Atenção Ética:**
Reforçar a importância da ética durante as aulas práticas, destacando a necessidade de consentimento e respeito à privacidade dos colegas durante as avaliações.

Ao seguir essa abordagem, os alunos não apenas compreenderão os fundamentos teóricos da antropometria, mas também desenvolverão habilidades práticas essenciais para a aplicação segura e precisa dessas medidas, promovendo uma ressignificação das práticas pedagógicas na Educação Física Escolar, alinhada ao contexto militar e à promoção da saúde.

3 Capítulo

Alongamento, Aquecimento e Flexibilidade



Quantidade de aulas

3 AULAS DE 50 MINUTOS

Para o eixo temático "Alongamento, Aquecimento e Flexibilidade", sugere-se um total de três aulas, cada uma com aproximadamente 50 minutos. A estrutura seria uma aula teórica inicial, seguida por duas aulas práticas, sendo uma dedicada ao alongamento e aquecimento, e a outra à flexibilidade.

Objetivos das Aulas

1 **OBJETIVO 1**
Apresentar a importância do alongamento, aquecimento e flexibilidade na atividade física.

2 **OBJETIVO 2**
Discutir sobre os benefícios, incluindo prevenção de lesões, melhora da mobilidade e promoção da saúde.

3 **OBJETIVO 3**
Explicar sobre a norma NSCA 54-5 e como pode ser aplicada nas práticas realizadas.

Como desenvolver as aulas?

1

Aula Teórica:

Apresente a relevância do alongamento, aquecimento e flexibilidade na prática da atividade física, abordando os benefícios como prevenção de lesões, aprimoramento da mobilidade e promoção da saúde, e forneça uma explicação sobre a norma NSCA 54-5, destacando sua aplicação nas práticas realizadas.

Exercícios de alongamento, aquecimento e flexibilidade.

2

Aula Prática de Alongamento e Aquecimento:

Realize a demonstração prática dos diversos tipos de alongamento geral e específico, execute os exercícios de aquecimento seguindo as diretrizes da NSCA 54-5, envolva ativamente os estudantes na condução das sequências de alongamentos e aquecimento, e incentive o feedback entre os alunos para aprimorar suas técnicas.

3

Aula Prática de Flexibilidade:

Desenvolva uma discussão teórica sobre os conceitos de flexibilidade, sua importância e questionamentos relevantes ao tema, realize uma demonstração de exercícios de flexibilidade com base na norma NSCA 54-5 e nos testes de aptidão física de acordo com a norma NSCA 54-3. Conduza uma atividade prática, que inclua o alongamento inicial, aquecimento e exercícios de flexibilidade, e por fim, realize um momento feedback estruturado para avaliação e melhoria contínua das práticas desenvolvidas.

Acesse as normas NSCA 54-3 e NSCA 54-5

NSCA 54-3

NSCA 54-5

Materiais que podem ser utilizados

1. **Instrumentos de Medição:**
Utilize fitas métricas para acompanhar o progresso na flexibilidade e demais instrumentos de avaliação física.

2. **Recursos Visuais:**
Para os recursos visuais, o uso de notebook e Datashow para apresentar gráficos, tabelas e imagens explicativas. Além de vídeos instrutivos sobre técnicas de alongamento e flexibilidade.

3. **Material Escrito:**
Papel e caneta para anotações e criação de sequências de alongamentos.

4. **Equipamentos para Aula Prática:**
Tapetes para atividades no solo e cones ou marcadores para delimitar áreas de prática.

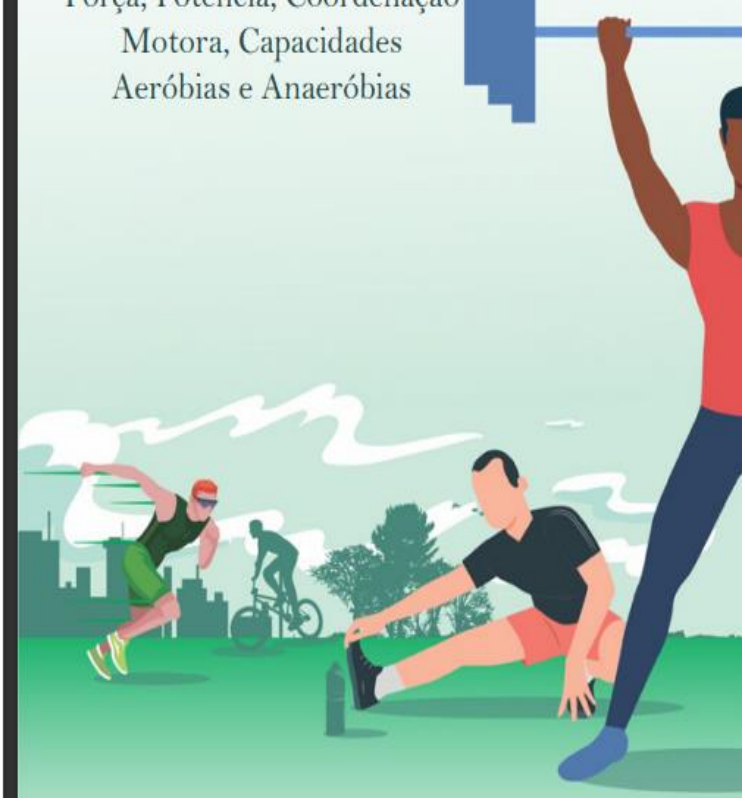
5. **Atenção Ética:**
Reforçar a importância de respeitar os limites individuais durante as práticas, evitando forçar movimentos além do conforto e orientando sobre a importância de respeitar a integridade física dos colegas.

Ao estruturar as aulas conforme proposto, os alunos não apenas absorverão conhecimentos teóricos essenciais sobre **alongamento, aquecimento e flexibilidade**, mas também terão a oportunidade de aplicar esses conceitos na prática, fortalecendo sua compreensão e habilidades, e contribuindo para a promoção da saúde e qualidade de vida na Educação Física Escolar.

4 Capítulo

Qualidades Físicas:

Força, Potência, Coordenação Motora, Capacidades Aeróbias e Anaeróbias



Quantidade de aulas

3 AULAS DE 50 MINUTOS

Para o eixo temático **"Qualidades Físicas: força, potência, coordenação motora, capacidades aeróbias e anaeróbias"**, recomenda-se um total de três aulas, cada uma com aproximadamente 50 minutos. A estrutura inclui uma aula teórica inicial e duas aulas práticas.

Objetivos das Aulas

1 **OBJETIVO 1**
Levar a compreensão das diferenças entre força, potência, coordenação motora, capacidades aeróbicas e anaeróbias.

2 **OBJETIVO 2**
Realizar atividades práticas focadas na coordenação motora.

3 **OBJETIVO 3**
Desenvolver treinamentos em circuitos intercalando as qualidades físicas.

Como desenvolver as aulas?

1

Aula Teórica:

Inicie uma discussão sobre força e potência, encorajando a participação dos estudantes na definição desses conceitos; utilize exemplos práticos, como levantar uma cadeira e realizar tiros curtos rápidos, para ilustrar força e potência; faça uma apresentação de vídeo sobre coordenação motora, seguida por uma atividade prática para avaliar as habilidades dos alunos; explique as capacidades aeróbias e anaeróbias por meio de um vídeo comparativo; e promova uma discussão em grupo sobre exercícios específicos relacionados a essas capacidades.

Treinamento em circuito

2

Aula Prática:

Divida os alunos em grupos, incentivando a criação e apresentação de exercícios que visem aprimorar a coordenação motora geral; apresente exercícios e métodos de treinamento voltados para o aprimoramento da coordenação motora; faça uma demonstração prática de exemplos de exercícios aeróbicos e anaeróbicos; organize um treinamento em circuito, intercalando diferentes qualidades físicas em estações; e por fim, promova a participação dos alunos na execução do circuito.

3

Feedback e Avaliação:

Reserve um tempo no término de cada aula prática para fornecer feedback, tanto do professor aos estudantes, quanto entre eles; Realize uma avaliação do desempenho individual e do grupo, estimulando a busca por melhorias contínuas; e promova uma discussão sobre a relevância da integração das qualidades físicas para uma prática esportiva eficiente.

Materiais que podem ser utilizados

1. **Recursos Visuais:**
Uso de vídeos para ilustrar conceitos, como o "Exercício Aeróbico x Exercício Anaeróbico". Recursos visuais, notebook e Datashow para uso de apresentações de slides ou quadro branco, para esclarecer definições e exemplos.

2. **Equipamentos para Aula Prática:**
Utilize cones, marcadores ou estações para o treinamento em circuito, tapetes para atividades no solo e cronômetro para controlar os intervalos no circuito.

3. **Material Escrito:**
Papel e caneta para anotações durante as atividades práticas e feedback.

4. **Espaço Físico:**
Organização de áreas específicas para diferentes estações no circuito.

5. **Atenção Ética:**
Reforçar a importância do respeito entre os alunos durante as atividades práticas, garantindo um ambiente inclusivo e colaborativo.

Ao seguir essa estrutura, os alunos terão a oportunidade de compreender e vivenciar as diferentes qualidades físicas, promovendo uma experiência prática e participativa na Educação Física Escolar.

5 Capítulo

Esporte na Escola

Quantidade de aulas

3 AULAS DE 50 MINUTOS

O eixo temático "**Esporte na Escola**" compreendeu três aulas, cada uma com uma duração aproximada de 50 minutos. A estrutura incluiu uma aula teórica/prática e duas aulas práticas, proporcionando uma abordagem completa para o tema.

Objetivos das Aulas

1 **OBJETIVO 1**
Levar à compreensão da importância do esporte na escola como meio de promover a inclusão.

2 **OBJETIVO 2**
Estimular a colaboração em grupo nas atividades práticas no ambiente escolar.

3 **OBJETIVO 3**
Fortalecer os valores como espírito de integração e autoestima, independentemente da atividade realizada.

4 **OBJETIVO 4**
Desenvolver práticas educativas de inclusão no esporte escolar.

Como desenvolver as aulas?

1 Aula Teórica/Prática:

Promova uma discussão sobre os conceitos de inclusão e diversidade, explorando como seria concebida uma abordagem inclusiva na educação física; contextualize historicamente a educação física no Brasil, ressaltando práticas excludentes do passado; e aborde a função da escola em garantir acesso a todos os alunos no processo de ensino-aprendizagem.

2 Discussão e Debate:

Explore as diferenças entre os alunos que podem afetar a inclusão nas aulas de educação física, destacando a relevância de uma inclusão que considere não apenas aspectos físicos, mas também diferenças biológicas, religiosas, culturais, entre outras.

3 Aulas Práticas:

Divida os alunos em grupos para criar modelos de inclusão escolar com base nos treinamentos específicos da FAB, seguido por apresentações e demonstrações dos modelos por grupos sorteados. Realize atividades práticas, como "cobra cega" e esgrima para deficientes visuais, para proporcionar experiências de inclusão em diferentes deficiências. Finalize com a demonstração de jogos, como "queimada sentada" e voleibol sentado, para promover a inclusão de pessoas com deficiência nos membros inferiores.

4 Feedback e Avaliação:

Programe um período ao término de cada aula prática para receber feedback, tanto do professor aos alunos, quanto entre eles. Realize avaliações do desempenho dos grupos na apresentação e execução das atividades e promova discussões sobre a importância da inclusão e da promoção de hábitos saudáveis na escola.

Descrição das Atividades Esportivas

Cobra Cega

Na atividade "Cobra Cega" pode ser desenvolvida por um grupo de 10 pessoas que pode ser utilizado um óculo de natação com algodão ou pano para vedar os olhos, um aluno sem venda conduz o grupo por um caminho definido. O objetivo é guiar o grupo por um caminho definido, inicialmente por comando de voz e depois fisicamente. A segurança é garantida por medidas de proteção das áreas perigosas, enquanto os demais alunos formam um cordão de segurança.

Esgrima para Deficientes Visuais

Os alunos jogam com os olhos vendados a pratica da esgrima, buscando tocar o peito do oponente para marcar pontos. Pode ser utilizados hastes para tocar o peito do oponente e marcar pontos, onde também, uma área deve ser delimitada por uma corda, orientando os jogadores por voz. Para segurança, os golpes não devem ser muito fortes, e as hastes utilizadas devem ser flexíveis, do tipo antena.

Queimada Sentada

Nesta atividade destaca a inclusão de pessoas com deficiência nos membros inferiores. As equipes, compostas por 5 jogadores cada e como regra, não podem usar as pernas. A bola deve ser passada nas mãos de pelo menos dois jogadores antes do arremesso, e, se tocar o corpo e o chão, o jogador sai. O objetivo é promover a colaboração em grupo, confiança, manter o espírito de equipe e desenvolver habilidades de arremesso.

Voleibol Sentado

As equipes devem ser compostas por 3 jogadores e não podem usar as pernas. A rede pode ser substituída por uma corda, e a bola deve passar pelas mãos dos três jogadores antes de ser arremessada. Os pontos são marcados quando a bola cai no chão. O jogo busca promover a inclusão de pessoas com deficiência nos membros inferiores, incentivando o deslocamento apenas com as mãos.

Materiais que podem ser utilizados

1. **Recursos Visuais:**
Utilize notebook e Datashow para uso de apresentações de slides ou quadro branco para ilustrar conceitos teóricos. Vídeos ou depoimentos visuais para enriquecer a compreensão dos alunos.

2. **Equipamentos para Atividades Práticas:**
Pode ser utilizado óculos de natação com algodão para a atividade "cobra cega" ou um tecido para vendar os olhos. Cordas para delimitar áreas de atividades e simular redes em jogos adaptados. Bolas e outros equipamentos esportivos necessários para jogos e atividades práticas.

3. **Espaço Físico Adequado:**
Escolha áreas externas ou ginásio para a realização de atividades esportivas. Ambientes internos para atividades que requerem mais controle, como a "cobra cega".

4. **Atenção a Segurança:**
Garanta que todas as atividades respeitem as normas de segurança e estabeleça áreas seguras e supervisione adequadamente durante as atividades práticas.

Ao seguir essa estrutura, os alunos terão a oportunidade não apenas de compreender os conceitos teóricos relacionados ao esporte na escola, mas também de vivenciar na prática a importância da inclusão e da promoção de hábitos saudáveis, contribuindo para o desenvolvimento holístico de cada indivíduo na Educação Física Escolar.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Nacional em Saúde. Qualidade de vida em cinco passos. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/qualidade-de-vida-em-cinco-passos/>. Acessado em 28 de dezembro de 2023.

_____. Normas do Sistema do Comando da Aeronáutica. NSCA 54-3. portaria COMGEP nº 32/3SC, de 25 de novembro de 2019.

_____. Normas do Sistema do Comando da Aeronáutica. NSCA 54-5. portaria COMGEP nº 10/dle, de 12 de fevereiro de 2020.

COSTA, F. S.; CAMPELO, R. C. V.; SANTOS, A. M.. Educação Física Escolar, Saúde e Qualidade de Vida: contribuições epistemológicas do campo e a emergência de ressignificações curriculares. Anais do IV SIPASE [recurso eletrônico] : Seminário Internacional Pessoa Adulta, Saúde e Educação : a construção da profissionalidade docente : a pessoa em formação, 2018, Brasil. Disponível em: <https://hdl.handle.net/10923/14371>. Acessado em 30 de dezembro de 2023.

HARADA, J. Cadernos de escolas promotoras de saúde. Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Saúde Escolar. Disponível em:. Acessado em 28 de dezembro de 2023.

NAÇÕES UNIDAS BRASIL. 2020. Declaração Universal dos Direitos Humanos. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/91601-declara%C3%A7%C3%A3o-universal-dos-direitos-humanos>. Acessado em 20 de dezembro de 2023.

SANTOS, A. L. P.; SIMÕES, A. C. Educação Física e qualidade de vida: reflexões e perspectivas. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902012000100018>. Acessado em 30 de dezembro de 2023.

APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO DIAGNÓSTICO

1. Qual é a sua idade?

Resposta:_____

2. Gênero?
( ) Masculino ( ) Transgênero ( ) Agênero
( ) Feminino ( ) Não binária

3. Qual seu entendimento sobre a Educação Física Escolar?

a) Momento para praticar o esporte que gosto.
b) Momento para entender como cuidar da minha saúde física e mental.
c) Momento para relaxar a cabeça de outras disciplinas.
d) Não é importante no currículo escolar.

4. Você costuma fazer exercícios físicos fora do ambiente escolar?

a) Sim, todos os dias.
b) Não faço fora da escola.
c) Sim, apenas 1 dia na semana.
d) Sim, entre 2 e 5 dias da semana.

5. Como você classificaria sua saúde?

a) Ruim
b) Regular
c) Boa
d) Excelente

6. Qual a sua percepção sobre saúde e educação física?

a) Ambas caminham juntas.
b) São variáveis completamente opostas.
c) Só existe corpo saudável se praticar atividade física.
d) Nem sempre praticar atividade física é sinal de saúde.

7. Qual a importância da disciplina Educação Física na Escola no seu processo de formação?

a) Muito Importante.
b) Importante.
c) Não tão importante.
d) Não vejo nenhuma importância.

8. Você já se sentiu excluído durante as aulas de Educação Física?

a) Não.
b) Sim, nas vezes que são escolhidos esportes que eu não gosto ou que sabem que não sou bom.
c) Sim! Porque existem esportes que são mais favoráveis a determinados perfis físicos diferentes do meu.
d) Sim, todas as vezes que tem a prática.

9. Você conseguiria aplicar as teorias e práticas aprendidas em educação física nas suas atividades diárias fora do ambiente escolar?
a) Sim.
b) Não.

10. Você acredita que a disciplina Educação Física contribuirá para o seu futuro?
a) Sim.
b) Não.
c) Um pouco.
d) Quase nada.

APÊNDICE C – QUESTIONÁRIO PARA AVALIAÇÃO DAS FERRAMENTAS PEDAGÓGICAS UTILIZADAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

1. Qual a sua opinião sobre a disciplina Educação Física depois das aulas ministradas?

a) A disciplina é importante para meu processo de formação profissional e humano.
b) A disciplina é importante somente para meu processo de formação humana.
c) A disciplina não é tão importante no currículo escolar.
d) Não há necessidade do conteúdo no meu currículo escolar.

2. Você gostou da forma como o conteúdo foi ministrado?

a) Sim, a maneira que foi ministrada tornou a aula mais interessante e participativa.
b) Não, muito parecido com as aulas que já assistia.
c) Sim, mas as diferenças foram irrelevantes para meu aprendizado.
d) Não, acho a disciplina dispensável no currículo escolar.

3. Você agora se sentiu motivado a se exercitar fora do ambiente escolar?

a) Sim, pois percebi a importância da atividade física para minha saúde.
b) Não.
c) Sim, mas continuarei realizando apenas no ambiente escolar.
d) Um pouco.

4. E agora, como você definiria sua saúde?

a) Ruim
b) Regular
c) Boa
d) Excelente

5. Você acredita que a disciplina de Educação Física é capaz de modificar seu comportamento e contribuir para sua formação?

a) Sim, é capaz de modificar meu comportamento e ajudará na minha formação.
b) Sim, é capaz de modificar meu comportamento, mas não ajudará na minha formação.
c) Sim, mas não acho capaz de modificar meu comportamento, só ajudará na minha formação.
d) Não.

6. De acordo com as aulas ministradas, você se sentiu incluído no processo de construção e realização das aulas?
a) Sim, achei as aulas bem dinâmicas, mas não me senti parte de toda a construção.
b) Não, senti-me excluído durante parte do processo.
c) Sim, senti-me incluído em todas as etapas de construção das aulas.
d) Não, senti-me excluído durante todo o processo.

7. Você conseguiria convencer seus amigos ou familiares a praticarem atividades físicas diariamente?
a) Sim, pois entendi que atividade física é importante para a saúde e bem estar.
b) Não, apesar de saber que a atividade física é importante.
c) Talvez.
d) Não, pois não acredito que atividade física é importante para a saúde.

8. Como você classificaria a importância da disciplina de Educação Física para os próximos alunos que virão?
a) Muito Importante.
b) Importante.
c) Pouco Importante.
d) Sem Importância.

9. Você acredita que a Educação Física poderá mudar seu futuro? Por quê?

a)Sim, _____
b)Não, _____

APÊNDICE D – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Prezado(a) estudante, gostaríamos de convidá-lo(a) a participar do estudo intitulado "EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA: Ressignificando práticas pedagógicas para a educação escolar", conduzido pelo pesquisador Ricardo Braga dos Santos, mestrando do Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica – ProfEPT, do Instituto Federal da Paraíba – IFPB, sob a orientação da Professora Dra. Alexsandra Cristina Chaves.

O objetivo central desta pesquisa é desenvolver uma cartilha como ferramenta pedagógica para professores de Educação Física, visando facilitar os processos de ensino e aprendizagem da disciplina para estudantes dos Institutos Federais. O convite para sua participação se deve ao fato de você fazer parte do público-alvo deste estudo, ou seja, ser estudante do Curso de Formação de Soldados da Força Aérea Brasileira – Base Aérea de Natal (GSD-NT).

Sua participação consistirá em responder um questionário sobre saúde, qualidade de vida e suas experiências nas aulas de Educação Física. Além disso, você será convidado(a) a participar de cinco encontros com o pesquisador responsável, nos quais serão realizadas aulas teórico-práticas durante as aulas do curso. Ao final desta etapa, será solicitado que responda a um questionário de avaliação do processo. É importante ressaltar que sua participação neste estudo não acarretará nenhum prejuízo em seu curso, uma vez que os temas abordados estão alinhados com a ementa do mesmo.

Caso decida aceitar o convite para participar, garantimos que sua identidade e suas respostas serão mantidas em sigilo, sendo tratadas de forma confidencial e utilizadas apenas para fins de pesquisa. Você será identificado(a) por um código numérico, preservando assim sua privacidade e será o(a) primeiro(a) a receber os resultados finais da pesquisa, que serão comunicados via WhatsApp e/ou e-mail institucional.

Sua colaboração nesta pesquisa, não gera benefícios diretos ou qualquer tipo de remuneração. No entanto, indiretamente, sua contribuição gera o benefício de contribuir no desenvolvimento de um Produto Educacional que facilitará o processo de ensino e aprendizagem em Educação Física na Educação Profissional e Tecnológica, tanto em ambientes formais quanto não-formais.

Os riscos de sua participação são mínimos e estão relacionados à: a) Possíveis desconfortos gerados durante os diálogos pedagógicos, como constrangimento ao responder alguma pergunta ou medo de não saber como responder; b) Possíveis desconfortos ao compartilhar informações pessoais e/ou sensíveis ao responder os questionários, como medo de julgamentos ou quebra de sigilo involuntária e não intencional; c) Possíveis lesões simples nas atividades práticas, como dores musculares, luxações ou cãibras.

Para evitar e/ou amenizar esses riscos comprometemo-nos a: a) Garantir que os participantes tenham liberdade para responder apenas às perguntas com as quais se sintam confortáveis e/ou participar dos diálogos pedagógicos em seus próprios termos; b) Assegurar a confidencialidade, privacidade e não estigmatização, respeitando os valores culturais, sociais, morais, religiosos e éticos dos participantes, bem como seus hábitos e costumes; c) Oferecer atenção e suporte adequados aos participantes durante a realização dos exercícios propostos, garantindo a correta execução dos movimentos. Antes e após os exercícios, serão

realizados alongamentos e exercícios respiratórios preventivos pelo professor pesquisador responsável. Caso necessário, será fornecido atendimento médico.

Para tanto, esclarecemos ainda que você terá a garantia de que este Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e a pesquisa estão de acordo com o que preconiza a Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde - CNS. Em situações não contempladas por essa Resolução, prevalecerão os princípios éticos contidos na Resolução 466/2012 do (CNS). Dentre outras garantias destacamos:

a) a garantia de plena liberdade do participante da pesquisa para decidir sobre sua participação, podendo retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa, sem prejuízo algum;

b) a garantia de manutenção do sigilo e de sua privacidade durante todas as fases da pesquisa; c) a garantia aos participantes do acesso aos resultados da pesquisa;

d) a garantia de que receberá uma via do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) devidamente assinada pelo pesquisador responsável e por você;

e) a garantia de ressarcimento e cobertura de eventuais despesas tidas pelos participantes da pesquisa e dela decorrentes;

f) a garantia de indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa;

g) a garantia de que a pesquisa não acarretará nenhum prejuízo individual ou coletivo;

h) a garantia de que toda e qualquer responsabilidade nas diferentes fases da pesquisa é dos pesquisadores, bem como, fica assegurado que poderá haver divulgação dos resultados finais em órgãos de divulgação científica em que a mesma seja aceita;

i) a garantia de que todo o material resultante será utilizado exclusivamente para a construção da pesquisa e ficará sob a guarda dos pesquisadores, podendo ser requisitado pelo investigado em qualquer momento.

Ao concordar em participar deste estudo, você estará dando seu consentimento livre e esclarecido. Se tiver alguma dúvida ou quiser esclarecer informações adicionais antes de tomar uma decisão, sinta-se à vontade para entrar em contato através do Professor Ricardo Braga dos Santos, pelo celular (84) 98749-7716, ou da orientadora do projeto de pesquisa, Professora Dra. Alexsandra Cristina Chaves, pelo celular (83) 98891-5406.

Esclarecemos que esta pesquisa foi analisada e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do IFPB (CEP-IFPB), que tem o objetivo de garantir a proteção dos participantes de pesquisas submetidas a este Comitê. Portanto, se você desejar maiores esclarecimentos sobre seus direitos como participante da pesquisa, ou ainda formular alguma reclamação ou denúncia sobre procedimentos inadequados dos pesquisadores, pode entrar em contato com o CEP-IFPB: Comitê de Ética em Pesquisa do IFPB. Localizado na Av. João da Mata, nº 256, Jaguaribe, João Pessoa/PB. Telefone: (83)3612-9725 - e-mail: eticaempesquisa@ifpb.edu.br. Horário de atendimento: segunda à sexta, das 12h às 18h.

Após ter sido esclarecido sobre os objetivos, importância e o modo como os dados serão coletados nessa pesquisa, além de conhecer os riscos, desconfortos e benefícios que ela trará para mim e ter ficado ciente de todos os meus direitos e que irei receber uma via assinada deste documento, concordo em participar da pesquisa e autorizo a divulgação das informações por mim fornecidas em eventos acadêmicos e científicos desde que nenhum dado possa me identificar.

_____

Nome completo do(a) estudante participante

_____
Assinatura do(a) estudante participante

ID:_____ (*campo de preenchimento exclusivo pelos pesquisadores)*

NATAL, _____ de _____ de _____

_____
Prof. Ricardo Braga dos Santos - Pesquisador Responsável

NATAL, _____ de _____ de _____

_____
Prof.ª Dra. Alexsandra Cristina Chaves - Orientadora da Pesquisa

NATAL, _____ de _____ de _____

ANEXO A – PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA - IFPB

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA: Ressignificando práticas pedagógicas para a educação escolar

Pesquisador: RICARDO BRAGA DOS SANTOS

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 69987323.0.0000.5185

Instituição Proponente: INSTITUTO FEDERAL DE EDUCACAO, CIENCIA E TECNOLOGIA DA PARAIBA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 6.162.433

Apresentação do Projeto:

O estudo se propõe a desenvolver uma cartilha como ferramenta pedagógica para professores de Educação Física, a fim de facilitar os processos de ensino e aprendizagem no Ensino Médio dos Institutos Federais. Para isso, o pesquisador conta com a participação de estudantes do Curso de Formação de Soldados da Força Aérea Brasileira – Base Aérea de Natal, que irão responder um questionário sobre saúde, qualidade de vida e suas experiências nas aulas de Educação Física., além da participação encontros com o pesquisador responsável, nos quais serão realizadas aulas teórico-práticas durante o curso. Ao final dessa etapa, os participantes responderão a um questionário de avaliação sobre o processo. O pesquisador acredita que os resultados deste estudo contribuirão para a construção de um Produto Educacional e que beneficiará o processo de ensino e aprendizagem em Educação Física, tanto em ambientes formais quanto não formais. A atual submissão refere-se a resposta de pendência apontadas pelo parecer consubstanciado do CEP nº 6.105.068

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Desenvolver uma cartilha sobre saúde e qualidade de vida no ambiente escolar, como ferramenta de ensino -aprendizagem voltada para o assessoramento dos docentes de Educação Física do Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia da Paraíba, com base nos conhecimentos

Endereço: Avenida João da Mata, 256, Bloco PRPIPG, térreo
Bairro: Jaguaribe **CEP:** 58.015-020
UF: PB **Município:** JOAO PESSOA
Telefone: (83)3612-9725 **Fax:** (83)3612-9706 **E-mail:** eticaempesquisa@ifpb.edu.br

adquiridos por alunos do curso de formação de soldados da Força Aérea Brasileira

Objetivos Secundários:
- Identificar a forma como os alunos percebem o componente curricular Educação Física tanto no contexto escolar quanto em suas vidas pessoais;
- Estruturar e implementar ações pedagógicas que permitam aos alunos adquirir conhecimento e vivência em atividades de Educação Física, relacionando-as à saúde e qualidade de vida;
- Desenvolver conteúdos teóricos e práticos que promovam uma formação humana integral dos alunos, ajudando-os a reconhecer a atividade física como um elemento essencial para a manutenção da saúde e qualidade de vida;
- Comparar as percepções dos alunos antes e depois da realização das atividades teóricas e práticas, e discutir aspectos tecnicistas e humanos relacionados ao tema.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Os riscos para os participantes são mínimos e estão relacionados a: Possíveis desconfortos gerados durante os diálogos pedagógicos, como
constrangimento ao responder alguma pergunta ou medo de não saber como responder; Possíveis desconfortos ao compartilhar informações
pessoais e/ou sensíveis ao responder os questionários, como medo de julgamentos ou quebra de sigilo involuntária e não intencional; Possíveis
lesões simples nas atividades práticas, como dores musculares, luxações ou câibras. Para evitar e/ou amenizar esses riscos comprometemo-nos a:
Garantir que os participantes tenham liberdade para responder apenas às perguntas com as quais se sintam confortáveis e/ou participar dos
diálogos pedagógicos em seus próprios termos; Assegurar a confidencialidade, privacidade e não estigmatização, respeitando os valores culturais,
sociais, morais, religiosos e éticos dos participantes, bem como seus hábitos e costumes; Oferecer

atenção e suporte adequados aos participantes
durante a realização dos exercícios propostos, garantindo a correta execução dos movimentos. Antes e após os exercícios, serão realizados
alongamentos e exercícios respiratórios preventivos pelo professor pesquisador responsável. Caso necessário, será fornecido atendimento médico.
Benefícios:
Os participantes não receberão benefícios diretos ou qualquer tipo de remuneração ao concordar em participar desta pesquisa. No entanto,
indiretamente, a contribuição gera o benefício de contribuir no desenvolvimento de um Produto Educacional que facilitará o processo de ensino e
aprendizagem em Educação Física na Educação Profissional e Tecnológica, tanto em ambientes formais quanto não formais. O foco dessas ações
será direcionado para o desenvolvimento de um Produto Educacional que promova a formação integral dos estudantes dos Institutos Federais.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:
O presente parecer tem por objetivo responder as pendencias apontadas pelo parecer consubstanciado do CEP º 6.105.068. De acordo com a carta resposta apresentada pelo pesquisador, as pendencias abaixos foram respondidas:
I. Mitigação de riscos ausente nas Informações básicas do projeto: a mitigação dos riscos foram apresentadas no projeto em tópico específico na página 19, que segue em anexo destacada em amarelo e foi incluída junto ao campo “riscos”, no item 4 “detalhamento do estudo” na plataforma Brasil.
II. TCLE presente e carece de ajuste - Incluir no TCLE que o participante vai receber uma via assinada deste documento: a informação consta no TCLE na página 2, letra d), porém foi incluída também na página 3 (ambas seguem em anexo destacadas em amarelo), pois entendemos que para o participante talvez não fique claro, assim como não ficou para a avaliação por este CEP.
III. Devolutiva presente no TCLE (os resultados da pesquisa serão comunicados de forma direta aos participantes, via WhatsApp ou e-mail institucional); entretanto essa informação não conta nas Informações básicas do projeto: a informação consta no projeto de pesquisa nas páginas 21 e 22, que segue em anexo destacada em amarelo, e foi incluída junto ao
campo “metodologia proposta”, no item 4 “detalhamento do estudo” na

4- O CEP deve ser informado de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes que alterem o curso normal do estudo.

5- Eventuais modificações ou emendas ao protocolo devem ser apresentadas ao CEP de forma clara e sucinta, identificando a parte do protocolo a ser modificada e suas justificativas.

6- Deve ser apresentado, ao CEP, Relatório Final até 28/02/2024.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2147339.pdf	07/06/2023 19:52:30		Aceito
Recurso Anexado pelo Pesquisador	Carta_resposta_parecer_6105068.pdf	07/06/2023 19:48:46	RICARDO BRAGA DOS SANTOS	Aceito
Parecer Anterior	PB_PARECER_CONSUBSTANCIADO_CEP_6105068.pdf	07/06/2023 19:48:16	RICARDO BRAGA DOS SANTOS	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_CEP_07_06.pdf	07/06/2023 19:48:03	RICARDO BRAGA DOS SANTOS	Aceito
Cronograma	Cronograma_CEP_07_06.pdf	07/06/2023 19:47:16	RICARDO BRAGA DOS SANTOS	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_detalhado_CEP_07_06.pdf	07/06/2023 19:46:55	RICARDO BRAGA DOS SANTOS	Aceito
Outros	Formulario_coleta_de_dados_final.pdf	24/05/2023 20:42:42	RICARDO BRAGA DOS SANTOS	Aceito
Outros	Formulario_coleta_de_dados_inicial.pdf	24/05/2023 20:41:58	RICARDO BRAGA DOS SANTOS	Aceito
Outros	carta_de_anuencia_da_Aeronautica.pdf	23/05/2023 22:10:45	RICARDO BRAGA DOS SANTOS	Aceito
Orçamento	Orcamento.pdf	23/05/2023 22:09:33	RICARDO BRAGA DOS SANTOS	Aceito
Folha de Rosto	folha_rosto.pdf	23/05/2023 21:55:23	RICARDO BRAGA DOS SANTOS	Aceito

Situação do Parecer:
Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:
Não

JOAO PESSOA, 04 de Julho de 2023

Assinado por:
DIEGO DA SILVA VALDEVINO
(Coordenador(a))