



**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Paraíba

**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA  
DA PARAÍBA**

**PRÓ-REITORIA DE ENSINO  
DIREÇÃO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR  
COORDENAÇÃO DE CURSO DA LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO  
FÍSICA  
CAMPUS SOUSA**

**ADRIANA FERREIRA BARBOSA**

**DESAFIOS ENFRENTADOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA  
EJA NO SERTÃO PARAIBANO – UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**SOUSA-PB  
2017**

ADRIANA FERREIRA BARBOSA

**DESAFIOS ENFRENTADOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA  
EJA NO SERTÃO PARAIBANO – UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Relato de experiência apresentado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso como pré-requisito para aprovação e obtenção do título de Licenciado em Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Ms Saskia Lavyne Barbosa da Silva

Coorientadora: Prof.<sup>a</sup> Ms Giulyanne Maria Silva Souto

ADRIANA FERREIRA BARBOSA

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação**  
Edgreyce Bezerra dos Santos – Bibliotecária CRB 15/586

B238d

Barbosa, Adriana Ferreira.

Desafios enfrentados nas aulas de educação física na EJA no sertão paraibano – um relato de experiência. / Adriana Ferreira Barbosa. - Sousa, 2017.

51 p.

Orientadora: Me. Saskia Lavyne Barbosa da Silva.

Coorientadora: Me. Giulyanne Maria Silva Souto.

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Licenciatura em Educação Física – IFPB Sousa.

1 Educação física – educação de jovens e adultos. 2 Educação física escolar. Professor – EJA. I Título.

ADRIANA FERREIRA BARBOSA

**DESAFIOS ENFRENTADOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA  
EJA NO SERTÃO PARAIBANO – UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Relato de experiência apresentado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso como pré-requisito para aprovação e obtenção do título de Licenciado em Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba.

Local, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Ms. Saskia Lavyne Barbosa da Silva  
IFPB – CAMPUS CAMPINA GRANDE

---

Prof. Ms. Giulyanne Maria Silva Souto  
IFPB – CAMPUS SOUSA

---

Prof. Esp. Valmiza da Costa Rodrigues Durand  
IFPB – CAMPUS SOUSA

Dedico a Deus que nos criou, e foi criativo nesta tarefa. Seu fôlego de vida em mim me foi sustento e me deu coragem para questionar realidades e propor sempre um novo mundo de possibilidades.

DEDICO

## AGRADECIMENTOS

Agradeço a todas as pessoas do meu convívio que acreditaram e contribuíram, mesmo indiretamente, para conclusão deste curso.

Aos meus pais José Barbosa de Lima (*in memoria*), Francisca Ferreira de Lima, ao meu esposo Júlio César e ao meu filho Arthur Vinicius, pelo amor incondicional, pela paciência, por compreender a importância dessa conquista e aceitar a minha ausência quando necessário, respeitando minhas decisões e nunca deixando que as dificuldades acabassem com os meus sonhos, serei imensamente grata.

As minhas irmãs Janine, Jackeline, Carla, Marcíria e meu irmão Jandirson, que me incentivaram sendo além de irmãos, amigos, a correr atrás dos meus objetivos, agradeço de coração.

A todos os familiares que torceram e acreditaram na conclusão deste curso, fico muito grata.

A minha amiga Fabiana Alves pelos incentivos que muito me ajudaram neste trabalho e pela torcida positiva, muito obrigada.

Aos meus amigos do curso pelas ótimas histórias vividas, pela amizade e por ajudarem a tornar a minha vida acadêmica muito mais divertida.

A minha orientadora Saskia Lavyne pelo empenho, paciência e credibilidade, obrigada por tudo.

“E preciso mais do que um conhecimento metódico da técnica de dar aulas para formar um educador, seja em sala de aula, seja em pátio de educação física. Uma relação educativa pressupõe um conhecimento dos sentimentos próprios e alheios.”

João Batista Freire, 1989.

## **RESUMO**

O presente relato de experiência objetiva contribuir para uma reflexão a respeito dos desafios enfrentados pelos professores de Educação Física em salas da EJA (Educação de Jovens e Adultos). O referido trabalho aborda a relação entre a Educação Física e a EJA, a Lei que assegura sua obrigatoriedade e oferta nas escolas. Objetiva ainda, compreender os desafios vivenciados durante a experiência com EJA na Educação Física que vão desde a falta de investimentos, reconhecimento como modalidade de ensino, ausência de aceitação por parte da maioria dos alunos, aplicação dos conteúdos, desenvolvimento das aulas práticas dentre outros. O relato apresenta ainda, a experiência desenvolvida com alunos da EJA em uma Escola Estadual, descrevendo as aulas ministradas, conteúdos trabalhados, como as aulas aconteceram e como foi a participação dos alunos. O trabalho em si não tem a pretensão, em nenhum momento, de trazer receitas ou soluções mágicas para solucionar os desafios e problemas postos àqueles que fazem presentes no cotidiano dos espaços em que a EJA acontece.

Palavras-chave: Educação Física. Professores. EJA. Desafios. Motivação.



## **ABSTRACT**

The present report of experience aims to contribute to a reflection on the challenges faced by physical education teachers in EJA rooms (Youth and Adult Education). This work addresses the relationship between Physical Education and the EJA, the Law that ensures its obligatoriness and offer in schools. It also aims to understand the challenges experienced during the EJA experience in Physical Education ranging from lack of investments, recognition as a teaching modality, lack of acceptance by most students, application of contents, development of practical classes, among others. The report also presents the experience developed with EJA students in a State School, describing the classes taught, contents worked, how the classes happened and how it was the students' participation. The work itself does not have the pretension, at any moment, to bring recipes or magic solutions to solve the challenges and problems put to those who make present in the quotidian of the spaces where the EJA happens.

**Keywords:** Physical Education. Teachers. EJA. Challenges. Motivation.

## **LISTA DE ANEXOS**

**ANEXO I** – Questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAC)

**ANEXO II** – IMAGEM: Ficha de Avaliação do IMC

**ANEXO III** – IMAGEM: Mulher obesa sendo transportada

**ANEXO IV** - IMAGEM: Texto: “O peso do preconceito”

**ANEXO V** – ROTEIRO DE EXERCÍCIOS

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	10
<b>1 CARACTERIZAÇÃO DO AMBIENTE ESCOLAR</b> .....	13
<b>3 JUSTIFICATIVA</b> .....	14
<b>2 OBJETIVOS</b> .....	15
21 Objetivo Geral .....	15
22 Objetivos Específicos .....	15
<b>4 REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	16
41 A relação entre a Educação Física e a EJA .....	16
42 Desafios vividos durante a experiência com a EJA na Educação Física.....	18
<b>5 DESENVOLVIMENTO DA EXPERIÊNCIA</b> .....	20
51 REGISTRO DAS AULAS MINISTRADAS .....	24
52 INSTRUMENTOS AVALIATIVOS UTILIZADOS .....	46
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	48
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	49
<b>ANEXOS</b>	

## INTRODUÇÃO

A Educação de Jovens e Adultos (EJA) é uma modalidade de ensino complexa, visto que envolve dimensões que ultrapassam as questões educacionais. Até pouco tempo, essa educação se resumia à alfabetização como um processo envolvendo o aprender a ler e escrever. Hoje a EJA apesar das inúmeras “deficiências” são amparadas por lei e voltadas para pessoas que não tiveram acesso, por algum motivo, ao ensino regular na idade apropriada.

A história da EJA apresenta muitas variações ao longo do tempo, comprovando estar estreitamente ligada às transformações sociais, econômicas e políticas que caracterizaram os diferentes momentos históricos do país.

Segundo Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), Lei Federal nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, Art 37:

§ 1º - Os sistemas de ensino assegurarão gratuitamente aos jovens e aos adultos, que não puderam efetuar os estudos na idade regular, oportunidades educacionais apropriadas, consideradas as características do alunado, seus interesses, condições de vida e de trabalho, mediante cursos e exames.

§ 2º O Poder Público viabilizará e estimulará o acesso e a permanência do trabalhador na escola, mediante ações integradas e complementares entre si.

§ 3º A educação de jovens e adultos deverá articular-se, preferencialmente, com a educação profissional, na forma do regulamento (parágrafo incluído pela Lei n. 11.741 de 16/07/2008)

O objetivo da Educação de Jovens e Adultos, diferentemente de outras políticas de alfabetização de adultos, não deve ser apenas a certificação ou o treinamento para o mercado de trabalho; deve, sim, oferecer formação profissional continuada. Deve ter significação maior, possibilitar uma formação geral do indivíduo, dando a ele o direito de entender e intervir na sociedade na qual está inserido, o direito de tornar-se cidadão. Deve também possibilitar o desenvolvimento de talentos (CRUZ et al., 2009). Para Freire (1996), esta é uma das funções da educação dirigida a jovens e adultos; ela humaniza o homem.

A inserção da Educação Física como disciplina escolar na Educação de Jovens e Adultos representa à possibilidade de acesso destes educandos a cultura corporal de movimento. Segundo Silva (2015), construir ou reconstruir esse pensamento de cultura corporal em jovens e adultos, principalmente em adultos, não é fácil eles possuem suas próprias vivências, valores e vontades, o movimentar-se para eles precisa fazer sentido e ter um sentido usual. Ainda, segundo a autora, a educação física e a EJA perante as leis possuem

um relacionamento de contradições, já que sua prática no ensino noturno, onde acontece à maioria das aulas desta modalidade, é em vários pontos facultativa tornando-a de caráter opcional à participação do aluno. Porém, trabalhar a cultura corporal do movimento com estes jovens, além de necessidade é um grande desafio para os professores.

É urgente a necessidade de compreendermos essa modalidade voltada à educação física e a sua extrema importância como um descaso, visto que estamos tratando de jovens e adultos, na fase de manutenção e prevenção corporal. É um desafio para nós professores, produtores desta ação, é indispensável ter um olhar diferenciado e percebermos que esta modalidade possui suas especificidades, exigindo que o docente tenha certo “jogo de cintura”, para lidar com essas adversidades e enfrentar os desafios do dia a dia.

Atualmente nas unidades escolares do período noturno, de ensino médio, as aulas de educação física estão sendo regidas conforme a Lei nº 10.793, de 01 de dezembro de 2003. Segundo essa Lei a Educação Física, integrada à proposta pedagógica da escola, é facultativa para o aluno que:

- I – cumpra jornada de trabalho igual ou superior a seis horas; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003);
- II – maior de trinta anos de idade; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003);
- III – que estiver prestando serviço militar inicial ou que, em situação similar, estiver obrigado à prática da educação física; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003);
- IV – amparado pelo Decreto-Lei no 1.044, de 21 de outubro de 1969; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003);
- V – (VETADO) (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003); VI – que tenha prole. (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003)

Nesse contexto, é importante destacar a figura do professor de Educação Física como cumpridor de um papel preponderante no planejamento e na execução das atividades com os alunos no espaço escolar, de modo a sanar essas dificuldades apresentadas anteriormente, tornando as aulas motivadoras, aumentando a autoestima, ajudando no autoconhecimento corporal e no cuidado com a aparência física, melhorando assim a capacidade funcional, reduzindo a obesidade e melhorando a qualidade de vida dos mesmos.

No que se refere à disciplina de ensino, o autor Betti (1994), apresenta a Educação Física como uma expressão que surge no século XVIII, em obras de filósofos preocupados com a educação. A formação da criança e do jovem passa a ser concebida como uma educação integral – corpo, mente e espírito – como desenvolvimento pleno da personalidade. A educação física vem somar-se à educação intelectual e à educação moral.

Portanto, esse relato de experiência se faz importante, pois discute questões relacionadas ao conhecimento e compreensão tanto da EJA como da disciplina Educação Física. Nesse trabalho buscamos também, conhecer e compreender os desafios enfrentados nas aulas de educação física na EJA dentro de uma experiência profissional na Educação de Jovens e Adultos no Ensino Médio. O interesse pelo tema veio a partir de uma experiência docente, onde esses questionamentos foram surgindo.

Assim, o texto aborda alguns pontos de reflexão, que podem contribuir com o debate, mudanças ou melhoramento da prática docente sem pretender esgotá-lo. Outro ponto que merece destaque é a abordagem das principais dificuldades e possibilidades encontradas pelo Profissional da Educação Física nas turmas da EJA, a partir de situações reais.

O presente relato de experiência tem como objetivo geral contribuir para uma reflexão a respeito dos desafios enfrentados pelos professores de Educação Física em salas da EJA (Educação de Jovens e Adultos) aborda a relação entre a Educação Física e a EJA, os desafios vivenciados durante a experiência com EJA na Educação Física e descrever a experiência desenvolvida com alunos da EJA em uma Escola Estadual.

## 1 CARACTERIZAÇÃO DO AMBIENTE ESCOLAR

A Escola Valdemiro Wanderley de Oliveira está localizada na sede do município de Santa Cruz - PB, no Conjunto Maurício Gomes, Bairro São Francisco, saída para o Rio Grande do Norte. O bairro é bem urbanizado, as casas são de alvenaria e bem conservadas. As famílias que ali residem são de classe média baixa e a maioria seguidores da religião católica.

A comunidade que compõe o entorno da escola exerce um papel importante para a escola influenciando por meio de práticas sociais e culturais, de modo que a comunidade tem direcionado indiretamente os objetivos da escola havendo assim uma adaptação da comunidade escolar à realidade social local. No que se refere aos aspectos culturais e de lazer, existe no bairro uma área de lazer onde as famílias e a juventude se diverte nos finais de semana, sendo um local bem familiar.

A estrutura física da escola precisa de uma reforma em suas dependências para melhor acolher a todos com mais conforto e comodidade, contribuindo assim para aperfeiçoar o desempenho das atividades educativas. A instituição dispõe de 11 salas de aulas, 01 diretoria, 01 sala para professores, 01 secretaria, 01 sala de informática, 01 biblioteca, 01 sala de reuniões, 01 Laboratório de Ciências, 01 depósito de merenda, 01 depósito para guardar material de limpeza, 10 banheiros com rede de esgoto e 01 sala de material didático-pedagógico, 01 quadra poliesportiva, sendo todas com entrada de ar e iluminação adequada. Existe ainda na referida escola um refeitório, um amplo espaço de lazer onde os alunos ficam concentrados na hora do intervalo e ainda um grande espaço de área no entorno sem nenhum aproveitamento.

Quanto ao espaço de lazer e recreação a instituição dispõe de uma grande quadra poliesportiva, onde são realizadas as atividades de recreação, os jogos interclasses e ainda as atividades culturais. É um local onde os alunos gostam de passar a maior parte do tempo, tornando-se assim um problema no que diz respeito à disciplina dos mesmos. Nesse aspecto, destaca-se o trabalho frequente da equipe pedagógica em está sempre conversando e orientando os alunos a permanecerem na sala de aula, para que então a troca de conhecimento e a aprendizagem possam acontecer.

## 2 JUSTIFICATIVA

Sabe-se que o público de Educação de Jovens e Adultos (EJA) exige um tratamento diferenciado, ou seja, práticas de ensino que se adaptem às suas peculiaridades. O artigo 37 da Lei de diretrizes e bases da educação (LDB), de 1996, garante a este público oportunidades educacionais apropriadas, consideradas as características do alunado, seus interesses, condições de vida e de trabalho. Um número considerável dessas pessoas volta a estudar em idade superior à faixa etária regular, com um histórico escolar permeado por desistência, repetência e dificuldades de várias ordens. Em boa parte dos casos trabalham, têm filhos e têm um conhecimento de mundo decorrente de suas experiências de vida (BRASIL, 2007). Diante do exposto, compreendemos que a Educação Física além de proporcionar uma cultura corporal de movimento, também disponibiliza uma gama de conhecimentos teóricos relevantes para a vida desses estudantes, sendo necessárias ações pedagógicas direcionadas às necessidades diárias dessa comunidade.

Nesse sentido, o interesse pelo tema veio a partir de experiência enquanto docente, onde alguns questionamentos foram surgindo, tais como: Quais Leis asseguram a Educação Física como componente curricular obrigatório da Educação Básica, sendo sua prática facultativa ao aluno? Quais são os desafios enfrentados pelo professor de educação Física na EJA e como eles são “solucionados”? Como a caracterização do ambiente escolar implica na execução das aulas? Dentre outros.

O referido relato de experiência contribuirá ainda, para uma reflexão a respeito dos desafios enfrentados por docentes de Educação Física em salas da EJA (Educação de Jovens e Adultos) assim como, devido ausência de estudos na temática, contribuir com o material para futuros estudos relacionado ao tema.



### **3 OBJETIVOS**

#### **3.1 Geral**

Contribuir para uma reflexão a respeito dos desafios enfrentados pelos Professores de Educação Física em salas da EJA.

#### **3.2 Objetivos Específicos**

Compreender a relação entre Educação Física e a EJA;

Conhecer os desafios vividos durante a experiência com a EJA na Educação Física;

Apresentar o desenvolvimento da experiência da disciplina Educação Física na EJA.

## 4 REFERENCIAL TEÓRICO

### 4.1 A relação entre a Educação Física e a EJA

A partir da Lei nº 10.793, de 1/12/2003 a Educação Física deve, obrigatoriamente, ser ofertada nas escolas brasileiras e especificamente na EJA. Essa lei, entretanto, conserva o fato da prática da Educação Física ser facultativa ao aluno que se enquadre em algumas das situações determinadas nos incisos de I à VI, que são: I – que cumpra jornada de trabalho igual ou superior a seis horas; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003); II – maior de trinta anos de idade; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003); III – que estiver prestando serviço militar inicial ou que, em situação similar, estiver obrigado à prática da educação física; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003); IV – amparado pelo Decreto-Lei no 1.044, de 21 de outubro de 1969; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003); V – (VETADO) (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003); VI – que tenha prole. (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003).

O site do Ministério da Educação (MEC, 2010) informa que para uma proposta de ensino da Educação Física na EJA, deve-se ajustá-la aos interesses e possibilidades dos alunos de EJA, a partir de abordagens que contemplem a diversidade de objetivos, conteúdos e processos de ensino e aprendizagem, que compõem a Educação Física escolar na atualidade.

Nessa perspectiva, o professor de Educação Física deve criar possibilidades que resgatem as memórias ancoradas a partir das vivências e práticas da cultura corporal, ou seja, valorizar e respeitar a história pessoal do aluno e, acima de tudo, reconstruir os significados do movimento e da cultura corporal.

Souza e Vago (1997) consideram que a escola deve proporcionar aos seus alunos uma ampla formação, contribuindo assim para o seu desenvolvimento, com aprendizagem através de experiências vivenciadas de forma livre e criativa nas aulas de Educação Física. Segundo Cratty, (1984) um fator determinante para qualquer aprendizagem são as razões que levam o indivíduo a executar aquilo para o que ele se sente motivado.

No que se refere à motivação Artmann (2015) destaca que o exercício, seja ele praticado nas aulas de Educação Física ou não, como mola propulsora no aumento da autoestima, ajudam no autoconhecimento corporal e no cuidado com a aparência física, melhorando assim a capacidade funcional, reduzindo a obesidade e melhorando a qualidade de vida dos jovens, adultos, crianças e idosos.

É válido ressaltar que dos fatores que influem para que a Educação Física escolar seja considerada uma disciplina benéfica na promoção à saúde dos jovens e adultos, destaca-se a figura do professor de Educação Física como um dos mais importantes ícones, por ser o elemento que põe em prática as atividades durante suas aulas.

Segundo Betti (1992, p.75) o professor de Educação Física é um elemento fundamental para os alunos, uma vez que é ele geralmente responsável pela organização das aulas e escolha dos conteúdos, embora muitas vezes repetitivos e falhos. Nesse sentido, Betti complementa: “Apesar da deficiência da educação física nas escolas, percebida pelos alunos que filtram os acontecimentos com sua percepção, eles ainda conseguem sentir muito prazer em participar das aulas”. Nesse sentido, devemos destacar a função do professor como motivador, alguém que deve interferir nesses processos (repetitivos e falhos) para que todos os jovens e adultos participem das aulas de Educação Física motivados para a prática de forma prazerosa.

De acordo com Anton (1989), a motivação é a razão que dirige a conduta, a força e natureza do esforço que impulsiona alguém para alcançar seu objetivo. Existem desportistas com diferentes interesses: há aqueles motivados pela necessidade de movimento e liberação de energia, que se satisfazem plenamente com o próprio jogo; outros buscam a afirmação de si mesmos, através do êxito pessoal de cada ação; outros ainda seriam os que utilizam o esporte como forma de compensação de fracassos na família, nos estudos, buscando o êxito em ocasiões de forma constante (MARZINEK, 2004).

Em síntese, é pertinente ressaltar a importância da prática do exercício físico em qualquer etapa da vida e, principalmente de forma orientada e supervisionada, pelo Professor de Educação Física para que realmente os objetivos, especialmente o condicionamento físico, a autoestima, dentre outros, sejam alcançados, e, conseqüentemente, possam ter um impacto positivo no crescimento e desenvolvimento do jovem e adulto, possibilitando a promoção da socialização, da motricidade, do autoconhecimento corporal, do auxílio na prevenção da obesidade e de outras doenças crônico-degenerativas (BIAZUSSI, S/D). Nesse sentido destacamos a importância da prática do exercício físico e da orientação destes pelo professor. No próximo capítulo destacaremos alguns desafios vivenciados por esse profissional no âmbito de sua prática como professora de EJA na Educação Física.

## **4.2 Desafios vividos durante a experiência com EJA na Educação Física**

A EJA e a Educação Física Escolar, geralmente estão relacionadas em função da falta ou poucos investimentos feitos na educação de um modo geral, bem como pelo fato de ambas travarem as mesmas lutas pela busca de reconhecimento e aceitação. A partir de sua origem a EJA encontra muitos desafios a serem superados, desde seu reconhecimento, aceitação, até alcançar o nível de programa, projetos e o principalmente o nível das leis que a asseguram até hoje. Embora a EJA tenha se desenvolvido enquanto modalidades de ensino ainda encontram alguns desafios que na maioria das vezes impossibilita o docente de desenvolver um trabalho de qualidade com seu alunado.

Na disciplina Educação Física os desafios, em sua maioria, estão relacionados às aulas, visto que seus conteúdos, na maioria das vezes, são práticos. Desse modo, destacamos os esforços do professor de Educação Física, que exerce sua função de associação e assimilação entre teoria e prática, profissional este, responsável pela motivação dos alunos em suas aulas e principalmente tentar “atender” as peculiaridades e anseios de cada um de seus alunos.

Geralmente, esses alunos participantes dessa modalidade de ensino buscam além da alfabetização a satisfação pessoal, pois não conseguiram concluir os estudos no tempo apropriado ou principalmente, procuram uma melhor valorização em seu emprego, ou um certificado para ingressar no mercado de trabalho. Para Marconato (2014), esses são sujeitos sociais, marginalizados de alguma forma, seja nos espaços econômicos, seja nos educacionais. São privados do acesso à cultura educacional, vivem em uma sociedade urbana e escolarizada, em geral, trabalham em empregos não qualificados. Dubet (2004, p. 549) complementa o pensamento dizendo que a escola cria suas próprias desigualdades. Nelas alguns carregam a marca da exclusão social, o que os afastou da escola, pois as desigualdades sociais pesam muito nas desigualdades escolares. Esses alunos têm memórias e representações sobre a escola, e a Educação Física também faz parte desse quadro.

De acordo com estudos de Mazzotti e Pereira (2008), podemos perceber que a EF é relegada ao segundo plano. Isso acontece devido à facultatividade da lei, à falta de espaços favoráveis e à hierarquia das disciplinas que julgam que as de maior importância são as que preparam os alunos para o mercado de trabalho. Essas conclusões baseiam-se em uma representação da EF, a qual é compartilhada entre alunos, professores e escola.

Carvalho (2011, p. 2) defende uma concepção de EF para EJA como uma:

[...] prática pedagógica, aborda / tematiza o conhecimento da área denominada “Cultura Corporal”, através da contextualização (teórica e prática) dos jogos, das ginásticas, da dança, das lutas, da forma esportiviza da que estas atividades assumem, assim como pela ludicidade e prazer que o trabalho corporal propicia (jogos e brincadeiras). Estas práticas envolvem códigos, sentidos e significados da sociedade que os cria e mantém – sendo, portanto, produção cultural. (CARVALHO, 2011, p. 2).

Diante do exposto, compreendemos que a Educação Física não é apenas uma disciplina prática importante pelo fato de proporcionar uma cultura corporal de movimento, mas também uma disciplina teórica que deve disponibilizar ao aluno o conhecimento e fazê-lo refletir e questionar, pois abrange uma diversidade de conteúdos, com os quais podem ser trabalhados todos esses valores (MARCONATO, 2014).

## **5 DESENVOLVIMENTO DA EXPERIÊNCIA**

O referido trabalho foi desenvolvido no ano de 2016, na EEEFM Valdemiro Wanderley de Oliveira, localizada no Conjunto Maurício Gomes, Bairro São Francisco, Santa Cruz – PB.

Em Fevereiro de 2016 comecei a lecionar a disciplina Educação Física em uma turma de 1º Ano Médio EJA (Educação de Jovens e Adultos), na citada escola, no horário da noite, onde contava com um alunado cuja faixa etária era heterogênea, com idade entre 18 a 50 anos, tendo como características marcantes a evasão escolar, as limitações físicas (problemas relacionados à baixa visão) e diversidades de interesses (seja desde o simples ato de aprender a ler até o de conseguir um diploma e, conseqüentemente um emprego). Assim sendo, procurei encontrar alternativas que proporcionassem a todos, algo que os motivasse a prática esportiva e por temas relacionados à saúde.

Mesmo sendo uma disciplina obrigatória, a mesma não foi inserida no horário de aulas, pois de acordo com o PPP (Projeto Político Pedagógico) da referida escola a disciplina passou a fazer parte da grade curricular, onde seria ministrada 01 aula de 40 minutos, uma vez por semana em turmas de EJA e 02 aulas no fundamental II. A turma a qual ministrei a disciplina contava com um número de 20 alunos, como já citei com faixa etária e interesses diferenciados.

De início, os alunos se recusaram a aula prática, pois a maioria eram donas de casa e agricultores, a justificativa era que os mesmos passavam o dia trabalhando e não tinham tempo e nem disposição para participar das aulas práticas, que seriam ministradas em horários opostos.

A EJA, na referida escola, funcionava por ciclos, ou seja, em seis meses o aluno concluía uma série, que no caso contava de fevereiro a julho e de agosto a dezembro concluía a série seguinte. Sendo assim, ministrei em seis meses um total de 20 aulas.

Como a aula de Educação Física é vista como um momento de recreação, ou “rola a bola”, a mesma não foi inserida no horário regular das aulas, ou seja, eu sempre pedia o espaço em uma aula de Português ou Matemática, por serem as disciplinas que tinha mais aulas durante a semana para poder ministrar as aulas de Educação Física. Os conteúdos foram variados. Debatíamos sobre determinados temas transversais, exibíamos vídeos, realizávamos leitura oral e coletiva de textos informativos, questionários, pesquisa em sala e para serem trazidos na aula seguinte, onde era feita uma reflexão sobre o tema abordado e assim se

atribuía notas. As aulas ministradas foram teóricas e “pouquíssimas” práticas, utilizando a metodologia expositiva e dialogada.

Foi a partir desses descasos que surgiu o questionamento:

- Porque a Educação Física não é valorizada na EJA?
- Porque não é vista como as outras disciplinas?
- Que importância ela tem para turmas da EJA?

Ao observar a alta incidência de dengue, sedentarismo, obesidade dentre outros problemas em nossa comunidade, decidi junto com os outros professores de Educação Física, realizar nossas aulas trabalhando os temas transversais, abordando questões importantes, urgentes e presentes na vida cotidiana dos educandos. Contamos com uma boa participação dos alunos da EJA, onde os mesmos apresentaram peças teatrais sobre a dengue abordando suas causas e prevenções. Nosso principal objetivo foi criar um espaço de debate em torno das temáticas, buscando socializar informações sobre os temas abordados.

O caminho que escolhemos foi a aplicação de temas transversais em virtude de seus conteúdos tratarem de situações próprias da realidade dos educandos, o que possibilitou dentre outros aspectos:

- A exploração dos temas de interesse dos alunos;
- A possibilidade por parte dos docentes de enfrentar de forma curricular os problemas sociais, dando-lhes um caráter informativo e formativo além de oportunizar um tratamento integral aos conteúdos de ensino;

Diante dos questionamentos anteriores e desafios apresentados, refletimos sobre essas aulas, conteúdos e principalmente a desvalorização dessas da disciplina, visto que “A Educação Física não pode e nem deve ser vista como um momento de lazer, descanso e compensação se trabalho diário. Hoje o desafio desse componente curricular é ser uma disciplina que privilegie a movimentação dos indivíduos no sentido oposto ao discurso do modismo em relação ao corpo, a competição do mercado de trabalho e as práticas prontas e vendidas” (BRASIL, 1996).

Nesse sentido, apresentamos os desafios e dificuldades, abaixo citados, observados e vivenciados durante a docência na execução das aulas de Educação Física em uma Escola Estadual, dentre eles destacamos:

- Inadequação do espaço e carência de materiais, ou seja, falta de suportes que auxiliem na prática pedagógica, pois os mesmos darão ao aluno o conhecimento e a vivência da prática;

Nesse sentido, destacamos que muitas vezes por falta de materiais, estrutura adequada nas escolas, o professor acaba trabalhando sempre os mesmos esportes, pois são os que já têm algum material de apoio disponível e, também, dependendo da aula que for dada, não exigem muito tempo do professor para montá-la, que neste caso, para o professor, o tempo infelizmente é “apertado” devido ao fato de, geralmente, ter que ministrar muitas aulas por dia (MOREIRA; PEREIRA, 2008).

- Resistência dos alunos às aulas práticas e o desinteresse pela disciplina;

O conceito “pré-formado” sobre a disciplina entre os alunos em sua maioria se torna mais um desafio dentro das aulas da Educação Física. A maioria do alunado devido o meio em que vivem/convivem oriundos de uma sociedade/meio onde falta esclarecimento sobre a disciplina, atribuem as aulas como sendo atividades recreativas para crianças ou brincadeiras, ou até “ginástica” para mulheres e “futebol” para homens. Neste caso, cabe ao professor mostrar a esse aluno a importância, a relevância de cada atividade proposta, realizar um trabalho que desmistifique as atividades propostas nas aulas, conceituando-as, para que, a partir daí, possibilitemos a eles diversas vivências corporais e que eles as pratiquem sem qualquer pré-conceito (MARCONATO, 2014).

- Visão distorcida por parte de outros profissionais docentes e direção da escola;

Encontramos, muitas vezes nessa modalidade de ensino, o chamado público “flutuante” que são alunos que se matriculam na EJA apenas para “ganhar tempo”, para que possam concluir logo o ensino médio. Esse público acaba por não se preocupar muito com sua formação educacional, se preocupam sim com seu certificado de conclusão que lhes será útil para conseguir um determinado emprego (BARRETO; MARTINEZ, 2010, p.8). Alguns profissionais da educação a exemplo de professores e direção da escola, não valorizam e não reconhecem a importância da área como componente curricular obrigatório, de modo que o profissional de Educação Física é colocado à margem de outros componentes curriculares específicos dentro do contexto escolar. O docente de Educação Física é visto, em sua maioria como repetidor de procedimentos e de fundamentação teórica duvidosa, assim como a desvalorização de suas contribuições para o desenvolvimento cognitivo de seus alunos.



- Não valorização social da disciplina (desvalorização de sua importância no desenvolvimento integral do educando);

Na disciplina Educação Física o conteúdo também é diferenciado para os alunos da EJA, principalmente por se tratar de uma disciplina predominantemente prática, e também ao fato de muitos dos alunos irem para a aula após uma longa jornada diária de trabalho, e ainda a falta de espaço físico adequado nas escolas (ASSIS, 2010).

Vale destacar também, que a desvalorização acontece tanto por parte dos educandos como advindas dos conflitos políticos e econômicos em uma sociedade que está em constante mudança caracterizando assim, a educação como a área que mais enfrenta desafios. A componente curricular Educação Física também sofre muito com esses diversos problemas sociais, pois constantemente encontramos inúmeros professores insatisfeitos. “Todos esses problemas refletem diretamente na qualidade de vida do profissional e na qualidade da sua prática. Existem muitos estudos publicados onde apontam a desmotivação como o principal problema da educação no Brasil”. (SOMARIVA et al, 2013)

É visível a situação de marginalização em que se encontra a Educação Física, decorrente, de um complexo histórico em que foi utilizada com finalidades diversas e, da má qualificação de seus profissionais. Este fato contribuiu e ainda contribui para a constante degradação da disciplina dentro de sua conturbada trajetória. (GUIMARÃES et al, 2001). O fato é que para melhorar a qualidade das aulas deve-se primeiramente, melhorar a conduta dos professores de Educação Física, pois isso resultaria em uma postura mais comprometida dos alunos, estes necessitam ser incluídos, ter uma participação ativa e até mesmo colaborar no desenvolvimento das aulas, questionando, sugerindo e cooperando. Dessa forma, sentiriam mais prazer e vontade de vivenciar as atividades propostas (FLORENCE, 1991). Cabe ao professor de Educação Física estimular e incentivar a participação, para que os alunos se relacionem cada vez melhor e atribuam valor a essa disciplina, criando a possibilidade de se tornarem indivíduos ativos e autônomos nos aspectos motor, cognitivo e sócio afetivo (ALBUQUERQUE et al, 2009).

### 5.1 REGISTROS DE AULAS MINISTRADAS:

<b>Data da Aula</b>	10.02.2016
<b>Conteúdo</b>	Texto: A importância do estudo.
<b>Objetivo</b>	Compreender que através do estudo será capaz de interpretar o mundo, expressar emoções e exercer cidadania.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Em círculo de debate, realizar leitura individualmente e depois coletivamente do texto e fazer uma reflexão sobre a importância dos estudos, da educação para nossa vida, para mercado de trabalho. Após realizar esse debate, fizemos um levantamento dos “bons motivos para estudar” e registramos no caderno.</p> <p>A participação dos alunos foi excelente, visto que todos têm consciência da importância dos estudos, da qualificação profissional para a obtenção de um bom emprego com uma boa remuneração.</p> <p>Dentre as resposta que mais me chamou a atenção, cito a de Maria Neves, 48 anos, que diz: “Para ter mais conhecimento precisamos de estudo, pois o conhecimento é necessário para ter qualquer profissão. Não tive oportunidade para estudar quando criança, se tivesse tido talvez minha vida fosse totalmente diferente, não seria agricultora e sim professora, profissão que admiro muito”.</p> <p>Nesse sentido, podemos concluir que é preciso, mesmo que “tarde” incentivar e motivar nossos jovens e adultos ao estudo; sabemos que isso só acontece com vontade e ações políticas e sociais de enfrentamento da maioria dos problemas que nos deparamos hoje, como violência, drogas, prostituição, desemprego, pobreza, alienação educacional ou cultural, dentre outros. Porém, enquanto educadores não podemos esperar somente pelas políticas públicas, precisamos nos envolver e envolvê-los na dinâmica da motivação diária, principalmente durante as aulas de Educação Física, onde a mesma é vista com tanto desinteresse.</p>

<b>Data da aula</b>	17.02.2016
<b>Conteúdo</b>	Dinâmica: Conhecendo e aprendendo.
<b>Objetivo</b>	Promover a integração entre alunos, fortalecendo a comunicação e o relacionamento interpessoal dos envolvidos.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>O material utilizado foi uma bola, onde os alunos se organizaram em forma de um círculo.</p> <p>A dinâmica foi realizada com sucesso, pois oportunizou aos alunos uma aprendizagem a mais sobre a vivência, experiência, anseios e dúvidas de cada aluno presente. De início, alguns se mostraram tímidos, mas aos poucos todos ficaram muito à vontade para falar um pouco de si. Para finalizar, pedi para que anotassem em uma folha suas qualidades e seus defeitos; para minha surpresa alguns relataram mais defeitos que qualidades. Levei o material para casa para conhecer um pouco mais de cada um.</p>
<b>Referência</b>	<a href="https://cantinopreferidodamah.blogspot.com.br/2013/01/dinamica-conhecendo-e-aprendendo.html">https://cantinopreferidodamah.blogspot.com.br/2013/01/dinamica-conhecendo-e-aprendendo.html</a>

<b>Data da aula</b>	02.03.2016
<b>Conteúdo</b>	História e Origem da Educação Física;
<b>Objetivo</b>	Compreender o surgimento e evolução da Educação Física até os dias atuais.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Através de slides e vídeos, foi apresentado um breve histórico da evolução da Educação Física até os dias atuais, onde os alunos puderam compreender como essa evolução aconteceu ao longo do tempo e quais mudanças significativas nos trouxeram para os dias atuais.</p> <p>Os alunos prestaram bastante atenção e relataram não saber que essa modalidade de ensino existia há tanto tempo. Sugeri que fizessem um pequeno relato de tudo que apreenderam durante a aula.</p>
<b>Referência</b>	<p><a href="https://pt.slideshare.net/estudosacademicospedag/slide-histria-da-educao-fsicablog">https://pt.slideshare.net/estudosacademicospedag/slide-histria-da-educao-fsicablog</a></p> <p>Slides do Professor PROF. Paulo Scapinello. Disponível no site: <a href="http://slideplayer.com.br/slide/1767017/">http://slideplayer.com.br/slide/1767017/</a>.</p>

<b>Data da aula</b>	09.03.2016
<b>Conteúdo</b>	Sedentarismo;
<b>Objetivo</b>	Compreender a relação entre o sedentarismo e envelhecimento.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Através do texto informativo impresso: <i>Sedentarismo e envelhecimento</i>, disponível no site: <a href="http://www.doutorpersonal.com.br/sedentarismo-envelhecimento">http://www.doutorpersonal.com.br/sedentarismo-envelhecimento</a>, os alunos puderam compreender o que é o sedentarismo e algumas de suas consequências para a saúde, assim como dar mais importância às atividades aeróbicas, visto que as mesmas previnem doenças, reduzem o risco de morte prematura ou doenças cardíacas, bem como derrame cerebral, reduzindo também o risco de desenvolver diabetes e hipertensão arterial. As atividades aeróbicas auxiliam ainda na redução da pressão arterial e no controle do peso, reduzindo as sensações de depressão e ansiedade e promovendo bem-estar psicológico. Através dessa explicação, ficou evidente o interesse de “alguns” educandos em participar de aulas práticas. Alguns relataram que fazem caminhada regularmente e isso é uma forma, segundo eles, de não serem sedentários.</p> <p>Como atividade do dia, realizamos um <i>Círculo de conversa</i>, onde os alunos foram questionados sobre o tema, logo após formamos um conceito do que seja o sedentarismo, citando e explicando algumas medidas importantes para a área da saúde e como utilizá-las. Foram feitos registros no caderno do conceito de <i>Sedentarismo</i>.</p>
<b>Referência</b>	<a href="http://www.doutorpersonal.com.br/sedentarismo-envelhecimento">http://www.doutorpersonal.com.br/sedentarismo-envelhecimento</a>

<b>Data da aula</b>	16.03.2016
<b>Conteúdo</b>	Sedentarismo
<b>Objetivo</b>	Identificar as boas práticas corporais que podem ser realizadas (dentro e fora da escola) como prevenção e aquisição de um bom condicionamento físico.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Exibição de vídeos sobre: <i>As consequências e riscos do sedentarismo para saúde física e mental.</i></p> <p>O vídeo mostrou que a inatividade física é hoje considerada um fator de risco, assim como o tabagismo e a obesidade. Especialistas procuram conscientizar seus pacientes de que os exercícios físicos devem ser encarados como um tratamento, onde os mesmo fazem prescrição médica de prática de exercício em receituário.</p> <p>Após a exibição de vídeos, realizamos um questionário (ANEXO I) sobre os tipos de atividades físicas que as pessoas praticam no seu dia a dia. Em <i>Círculo de conversa</i>, as respostas foram as mais variadas possíveis, alguns alunos, principalmente as mulheres, associaram as atividades domésticas ao não sedentarismo, enquanto outros relataram que quase nunca praticam atividades físicas, tais como uma simples caminhada, pedalar ou correr.</p>
<b>Referência</b>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=U39HtnKdcpw">https://www.youtube.com/watch?v=U39HtnKdcpw</a> .

<b>Data da aula</b>	23.03.2016
<b>Conteúdo</b>	Sedentarismo;
<b>Objetivo</b>	Compreender as consequências e os riscos do sedentarismo para a saúde física e mental.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Pesquisa sobre a relação entre o sedentarismo e doenças crônicas não transmissíveis.</p> <p>Com o objetivo de mudar o método tradicional, resolvemos levar nossos alunos à sala de informática objetivando usar o computador nas aulas como contribuinte para o processo ensino e aprendizagem. A pesquisa constitui-se em usar o Google para investigar: Qual a relação entre o sedentarismo e doenças crônicas não transmissíveis? A pesquisa foi registrada no caderno de forma sucinta, onde os mesmos descreveram e destacaram a diabetes <i>mellitus</i>, hipertensão arterial sistêmica e dislipidemias - aumento da taxa de lipídios (gordura no sangue) como as principais doenças crônicas não transmissíveis. Ao retornamos a sala de aula, cada dupla apresentou para a turma sua pesquisa, gerando assim um debate. Como Atividade de Casa, pedi que os mesmos pesquisassem ou aqueles que não tivessem internet entrevistassem um profissional da saúde para saber alguns dos malefícios do sedentarismo.</p>

<b>Data da aula</b>	30.03.2016
<b>Conteúdo</b>	Malefícios do sedentarismo;
<b>Objetivo</b>	Conhecer as reações fisiológicas do corpo humano provocadas pelo sedentarismo e pela falta de exercícios físicos.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Conclusão do tema abordado, correção e apresentação dos trabalhos.</p> <p>Dentre a pesquisa ou entrevista feita, os alunos (alguns) apresentaram os malefícios que o sedentarismo pode causar e, conseqüentemente, problemas a saúde, os quais foram:</p> <p>Dor nas articulações devido ao excesso de peso; aumento excessivo do peso e até mesmo obesidade; falta de força muscular por não estimular todos os músculos; aumento do colesterol e triglicérides; acúmulo de gordura abdominal e no interior das artérias; desenvolvimento de doenças cardiovasculares, como Infarto ou AVC; aumento do risco de Diabetes tipo 2, dentre outros.</p> <p>Apesar de poucos terem feito a pesquisa/entrevista, observei que a participação e o interesse foi geral. A grande maioria afirmou já saber das conseqüências do sedentarismo e mesmo assim se negam a participar das aulas de Educação Física como meio mais viável para exercitar-se.</p>



<b>Data da aula</b>	06.04.2016
<b>Conteúdo</b>	Saúde e qualidade de vida;
<b>Objetivo</b>	Compreender conceitos e procedimentos básicos sobre atividade física, exercício físico, saúde e qualidade de vida e como eles funcionam.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Através do texto impresso: CONCEITO DE ATIVIDADE FÍSICA, EXERCÍCIO FÍSICO, APTIDÃO FÍSICA E SAÚDE, realizar leitura silenciosa, destacar e registrar o conceito de cada e apresentar para a turma.</p> <p>Sempre que realizei esse tipo de atividade: leitura, registro e apresentação de suas produções, notei que havia um pouco de resistência dos alunos ao exporem suas opiniões, dúvidas, algo que aos poucos foi sendo superada.</p>
<b>Referência</b>	<a href="http://educacaofisicanamente.blogspot.com.br/2012/01/conceitos-de-atividade-fisica-exercicio.html">http://educacaofisicanamente.blogspot.com.br/2012/01/conceitos-de-atividade-fisica-exercicio.html</a>

<b>Data da aula</b>	13.04.2016
<b>Conteúdo</b>	Saúde e qualidade de vida;
<b>Objetivo</b>	Reconhecer os diferentes fatores que contribuem para se ter qualidade de vida.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Pesquisa sobre o tema: atividade física, exercício, saúde e qualidade de vida objetivando compreender seus conceitos e procedimentos básicos e como eles se relacionam. O material utilizado foi computador com acesso à internet e fichas de registro (anexo).</p> <p>Iniciamos a aula com uma conversa sobre atividades físicas e exercícios. (texto sobre o tema) e questionamos: Qual a diferença entre eles? O que é aptidão física e como desenvolvê-la? Saúde e qualidade de vida é a mesma coisa? Quais as semelhanças e diferenças? Quais os benefícios que os exercícios físicos trazem para a saúde? Quais as práticas mais indicadas para o desenvolvimento da aptidão física? E as melhores para a força muscular, a resistência cardiovascular, a flexibilidade e a manutenção de um peso adequado?</p> <p>No segundo momento, realizamos uma avaliação da aptidão física de cada um, mensurando indicadores como o Índice de Massa Corporal (IMC) e a potência aeróbica, frequência cardíaca. Os dados foram registrados em fichas (ANEXO II).</p> <p>Após esse levantamento, apresentamos a IMC de cada aluno, onde os mesmos puderam constatar como estão cada um, de acordo com a tabela, se estavam muito abaixo do peso, abaixo do peso, peso normal, acima do peso, obesidade I, II ou III.</p>
<b>Referência</b>	<a href="https://pt.scribd.com/document/118417338/atividade-fisica-e-saude-beneficios-e-pratica-da-atividade-fisica">https://pt.scribd.com/document/118417338/atividade-fisica-e-saude-beneficios-e-pratica-da-atividade-fisica</a>

<b>Data da aula</b>	20.04.2017
<b>Conteúdo</b>	Atividades físicas saudáveis;
<b>Objetivo</b>	Desenvolver atitudes e hábitos saudáveis como a prática da atividade física, evitando lesões e riscos à saúde.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Através desta aula, os alunos puderam compreender as diferenças conceituais entre dor e fadiga, identificar práticas corporais adequadas à faixa etária de cada um e ao nível de condicionamento físico dos mesmos, puderam também, conhecer métodos e procedimentos preventivos que ajudam a evitar a dor e a lesão na prática de atividades físicas.</p> <p>Iniciamos a aula apresentando à classe a proposta de debater o que é necessário para uma atividade física saudável e os problemas que ocorrem quando os limites do corpo não são respeitados. Numa roda de conversa, mapeei os conhecimentos da turma: como funciona o nosso corpo quando praticamos exercício físico? Quais as consequências de praticar exercícios em excesso? Qual a diferença entre dor e fadiga? Alguém já sentiu dores ou teve lesões durante ou depois das práticas corporais? Quais os principais agentes externos que causam dores e lesões durante a atividade física (calçados inadequados, sobrecarga de treino, postura etc.)? Como prevenir-se contra dores e lesões?</p> <p>Para finalizar a aulas, fizemos anotações nos cadernos sobre quais esportes, jogos e danças a turma pratica, sugerindo uma classificação no quadro, de acordo com os seguintes critérios: práticas mais indicadas para a faixa etária da classe, as que causam menos lesões e as que são possíveis de praticar na escola.</p> <p>A aula foi muito produtiva e a participação de todos foi intensa.</p>
<b>Referência</b>	<a href="http://blogdoprofessorcleiber.blogspot.com.br/2011/04/na-educacao-fisica-voce-precisa-de.html">http://blogdoprofessorcleiber.blogspot.com.br/2011/04/na-educacao-fisica-voce-precisa-de.html</a>

<b>Data da aula</b>	27.04.2016
<b>Conteúdo</b>	Texto informativo sobre Alongamento;
<b>Objetivo</b>	Conhecer os benefícios do alongamento e despertar o interesse pelo mesmo.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Utilizar o material da sala de aula como apoio para realizar alguns alongamentos.</p> <p>A atividade teve como objetivo observar os benefícios da prática do alongamento para o organismo, conhecer formas de alongamento, despertar o interesse pelo alongamento.</p> <p>Iniciamos a aula apresentando aos alunos algumas imagens, logo após, em círculo de conversa, questionamos:</p> <p>Qual a mensagem que cada imagem passa? Qual é a expressão facial de cada pessoa? Podemos associar o ato de espreguiçar com felicidade? Por quê? Se realizarmos um bom alongamento diariamente será que poderemos ser mais felizes? Por quê?</p> <p>Em seguida, dividimos a turma em dois grupos, dispus de livros, revistas e imagens sobre o tema, e cada um ficou responsável em realizar pesquisa sobre um tipo de alongamento e posteriormente realizar atividade prática com toda a turma.</p> <p>Os alunos se mostraram motivados ao desenvolver esta atividade, muitos alegaram que estavam “enferrujados” e que a partir da aula iria praticar alongamento todos os dias. Neste momento, conversei com os alunos a tornarem o alongamento um hábito e orientei-os para que fizessem isso juntamente com nossos familiares.</p> <p>Como atividade de casa, sugeri que fizessem uma entrevista com alguém mais próximo e anotassem as respostas no caderno:</p> <p>Você conhece e sabe como funcionam os alongamentos? Já realizou algum tipo de alongamento? Se sim, como e de quem recebeu as orientações? Você conhece ou pode citar algum benefício trazido ao organismo pela prática do alongamento? Para quem já pratica, quantas vezes por semana realizam a atividade? Por quê? Para quem não pratica, o que acham de tornar essa atividade um hábito?</p>
<b>Referência</b>	<a href="http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=19616">http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=19616</a>

<b>Data da aula</b>	04.05.2017
<b>Conteúdo</b>	Alongamento;
<b>Objetivo</b>	Compreender os efeitos do alongamento.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Realizar uma pesquisa sobre o alongamento.</p> <p>A aula consistiu na divisão da classe em grupos de dois componentes, onde foi solicitado que os mesmos lessem o texto: <i>Alongamentos: quando ajudam e quando prejudicam</i>. A partir da leitura, os alunos puderam listar no caderno e apresentar posteriormente para a turma os prós e contras do alongamento.</p> <p>Foi uma aula tranquila, sem muitas dificuldades na realização da mesma. Os alunos se mostraram motivados em realizá-la.</p>
<b>Referência</b>	<a href="http://brasil.elpais.com/brasil/2015/10/28/ciencia/1446028225_614367.html">http://brasil.elpais.com/brasil/2015/10/28/ciencia/1446028225_614367.html</a>

<b>Data da aula</b>	11.05.2017
<b>Conteúdo</b>	Alongamento;
<b>Objetivo</b>	Conhecer a relação entre alongamento e saúde.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>A turma ficou organizada em círculo, onde os alunos e professora puderam expor todo conteúdo referente ao alongamento, debater e reconhecer a relação do alongamento com a saúde; compreender que a orientação de execução dos movimentos é importante; vivenciar diversos tipos de alongamento.</p> <p>Alunos reunidos e com material em mão, discutimos os diversos benefícios para a saúde, conhecidos por eles, trazidos através das pesquisas sobre <i>Alongamento</i>.</p> <p>Dentre as respostas das pesquisas, os benefícios citados do <i>Alongamento</i> foram:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reduz as tensões musculares e induz o corpo ao relaxamento;</li> <li>- Previne lesões (distensões musculares, entorses);</li> <li>- Melhora a postura e o esquema corporal;</li> <li>- Ativa a circulação;</li> <li>- Reduz a ansiedade, o estresse e a fadiga;</li> <li>- Melhora a atenção;</li> <li>- Previne dores;</li> <li>- Auxilia no desenvolvimento da consciência corporal, melhorando a postura;</li> <li>- Reduz as tensões articulares provocadas por músculos muito encurtados, que na maioria das vezes são responsáveis por problemas articulares (principalmente em idosos ou indivíduos que se viciam em posições erradas no dia-a-dia );</li> <li>- Aumenta a eficiência mecânica por permitir a realização dos gestos desportivos em faixas aquém do limite máximo do movimento onde a resistência ao gesto é maior;</li> <li>- Permite a realização de gestos e movimentos que seriam simplesmente impossíveis sem o alongamento;</li> <li>- Diminui os riscos de lesões e distensões. (Apesar de não confirmado experimentalmente, a prática nos tem demonstrado sua eficácia);</li> </ul>

	<p>- Propicia condições para melhoria de agilidade, força e velocidade, reduzindo a deterioração física associada com a idade.</p> <p>Após apresentações e questionamento ficou claro que o alongamento deve obedecer a uma sequência e ser praticado em determinada intensidade e volume dependendo do objetivo ao qual se presta, necessitando, em alguns casos, de uma orientação profissional. Um alongamento mal feito pode ocasionar lesões musculares como contraturas e distensões.</p> <p>As aulas sobre alongamento foram bastante produtivas, vi nesse aprendizado um meio de se trabalhar à prática em sala de aula. Os alunos não mostraram resistência a realizá-lo e afirmaram que irão praticar em casa com seus familiares.</p>
<b>Referência</b>	<a href="http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=18609">http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=18609</a>

<b>Data da aula</b>	18.05.2016
<b>Conteúdo</b>	Obesidade: o mal do século?
<b>Objetivo</b>	Analisar os fatores que levam à obesidade e suas consequências.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Reflexão e discussão sobre a Obesidade e suas consequências, suas repercussões sobre a saúde física, formas de prevenção e de tratamento. Foram discutidas as repercussões sociais da obesidade e formas de amenizar o sofrimento provocado por estas repercussões.</p> <p>A aula teve início com apresentação de uma imagem impressa em papel colorido (ANEXO III) gerou os questionamentos: o que lhes vêm a mente ao vê-la? A imagem foi passando de mão em mão para que todos os alunos pudessem participar e fazer o comentário que acharem pertinente sobre a imagem em questão.</p> <p>Após a verificação da imagem, foi aberta a discussão com as seguintes perguntas: A obesidade é uma questão de saúde ou de estética (aparência física)? Por quê? A obesidade traz prejuízos (dificuldades) sociais para a vida da pessoa acometida por ela? Quais? O que pode causar a obesidade? Quais as formas de se evitar a obesidade? Quais as formas de tratamento da obesidade?</p> <p>Na ocasião, destacamos que a obesidade é uma doença, que ela traz sofrimentos para a pessoa acometida por ela, e que não devemos hostilizar a pessoa por causa da obesidade, ao contrário, que devemos respeitá-la, pois, mesmo diferentes, somos todos iguais: somos humanos!</p> <p>Ao final da aula, muitos alunos relataram que já se sentiram inferior em relação a outra pessoa por está acima do peso, por não está com roupas “adequadas” a ocasião; muitas alunas afirmam que sentem dificuldades em encontrar roupas em tamanho maiores e que as vezes são “ridicularizadas” pelos próprios companheiros e até pelos filhos.</p>
<b>Referência</b>	<a href="http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=18923">http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=18923</a> <a href="http://www.foxnews.com/images/598910/0_61_320_obese_pregnant.jpg">http://www.foxnews.com/images/598910/0_61_320_obese_pregnant.jpg</a>



<b>Data da aula</b>	25.05.2016
<b>Conteúdo</b>	Obesidade e preconceito;
<b>Objetivo</b>	Refletir sobre a condição social das pessoas obesas e sua relação com o modelo de beleza vigente.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Dando prosseguimento a aula anterior, solicitei aos alunos que se dividissem em duplas com o objetivo de discutir os aspectos sociais e psicológicos envolvidos na obesidade, na oportunidade foi apresentado o texto “O peso do Preconceito” da Revista Super Interessante de 2001, após a leitura e discussão em grupo, houve uma conversa de todos os alunos, em aula aberta, sobre o assunto do preconceito sofrido pelos obesos.</p> <p>Após o <i>Círculo de Conversa</i>, entreguei um roteiro para que os alunos respondessem de acordo com o texto lido. As questões foram as seguintes: Qual mensagem o autor do texto quer passar? Os obesos mórbidos são discriminados no Brasil e no mundo? Por quê? Em que situações? Quais são os tipos de preconceitos sofridos por obesos? Em sua opinião, existe algum preconceito que seja "absurdo"? Qual? Por quê? O obeso mórbido é tão capaz quanto qualquer outra pessoa de realizar certas tarefas. Você concorda ou discorda com essa afirmação? Por quê? Como você acha que o obeso se sente sofrendo tais preconceitos? O que poderíamos fazer para não agravarmos o sofrimento (que a própria doença já traz) destas pessoas?</p> <p>A realização dessa atividade foi riquíssima, ao final da aula percebi que os alunos entenderam quais conceitos estão envolvidos na temática de Obesidade. Além disso, foi importante observar a participação e envolvimento dos alunos nas atividades realizadas durante a aula.</p>
<b>Referência</b>	<a href="http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=18923">http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=18923</a> <a href="http://www.foxnews.com/images/598910/0_61_320_obese_pregnant.jpg">http://www.foxnews.com/images/598910/0_61_320_obese_pregnant.jpg</a>

<b>Data da aula</b>	01.06.2016
<b>Conteúdo</b>	Alimentos e energéticos: <i>Geração "Fast Food" e obesidade.</i>
<b>Objetivo</b>	Relacionar o " <i>Fast Food</i> " à <i>obesidade</i> .
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>A aula objetivou identificar as consequências da obesidade na saúde física e emocional tanto de adultos como de crianças. Outro propósito da aula foi relacionar <i>fast food</i>, publicidade e obesidade. Durante a aula pudemos analisar criticamente os interesses da indústria de alimentos processados e as estratégias para fidelização de consumidores em detrimento de preocupação com a saúde da população.</p> <p>A aula teve início com a exibição dos vídeos:</p> <p><b>COMERCIAL DO BURGER KING - WALK OF LIFE.</b> Disponível em: <a href="http://www.youtube.com/watch?v=4eOxxI3emV4">http://www.youtube.com/watch?v=4eOxxI3emV4</a> e o <b>Filme Big Mac 30"</b>. Disponível em: <a href="http://www.youtube.com/watch?v=t98ehSH-Sc0">http://www.youtube.com/watch?v=t98ehSH-Sc0</a>. <b>Redes de fast food abrem guerra de preços para conquistar classe média.</b> Disponível em: <a href="http://www.youtube.com/watch?v=j8IfNDGrHkA">http://www.youtube.com/watch?v=j8IfNDGrHkA</a>.</p> <p>Após a exibição dos vídeos, foram entregues a cada aluno uma cópia impressa de algumas questões para discussão. As <b>questões para discussão dos vídeos foram:</b></p> <p>Os comerciais dos vídeos 1 e 2 promovem quais produtos? As imagens do vídeo 1 se remetem a que tipo de pessoas, lugares e atividades? A ação dos produtos promovidos pelos comerciais no organismo humano é condizente com as imagens e situações do vídeo 1? O que indica a bandeira que aparece no início do comercial do vídeo 1? Que sentimentos as imagens dos vídeos 1 e 2 despertam nas pessoas? O tomate, os picles e folhas de alface bem destacados nos vídeos são suficientes para que estes sanduíches sejam considerados saudáveis? Explique. Quais são as vantagens e as desvantagens das redes de <i>fast food</i> abaixarem os preços dos sanduíches, especialmente dos hambúrgueres?</p> <p>Após responderem o questionário, cada aluno socializou seus registros com os demais alunos. Alguns puderam reformular suas respostas e apresentá-las na discussão da turma.</p> <p>Com essa aula pude perceber que alguns alunos ficam dispersos e</p>

	<p>não assimilam todas as informações dos vídeos, fazendo “confusão” com a troca de informações entre eles. O que me surpreendeu foi a socialização das respostas, a ajuda mútua, onde todos se ajudaram e se preocuparam com a realização e finalização da atividade.</p>
<b>Referência</b>	<p><a href="http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=52879">http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=52879</a></p>

<b>Data da aula</b>	08.06.2016
<b>Conteúdo</b>	Alimentação e obesidade;
<b>Objetivo</b>	Discriminar tipos de alimentos necessários para uma vida saudável.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Leitura do texto informativo: <i>Açúcar, Sal e Gordura: as engrenagens da 'junk food'</i>. Disponível em: <a href="http://revistaepoca.globo.com/Sociedade/eliane-brum/noticia/2013/03/acucar-sal-e-gordura-engrenagens-da-junk-food.html">http://revistaepoca.globo.com/Sociedade/eliane-brum/noticia/2013/03/acucar-sal-e-gordura-engrenagens-da-junk-food.html</a>.</p> <p>O que colocamos em movimento ao abrir um saquinho de batatas fritas ou um refrigerante? O texto nos ajuda a compreender os métodos da indústria de alimentação e suas consequências nada inocentes.</p> <p>A atividade fez com que cada aluno tivesse acesso ao texto impresso para leitura individual e compartilhada, logo após foram disponibilizadas questões norteadoras da discussão do mesmo:</p> <p>Qual é o significado de comida junk food? Por que o consumidor de junk food é considerado "um produto muito bem acabado de milhares de cientistas, psicólogos e marqueteiros a serviço das corporações de alimentos"? A que conclusões o jornalista Michael Moss chegou ao final de sua investigação? O que significa "otimizar" um produto alimentício? Como os produtores de junk foods trabalham com a questão da culpa dos consumidores? Como as indústrias de junk food lidam com o sal, o açúcar e a gordura? A partir de muita tecnologia, como o junk food engana o cérebro de um consumidor de batatas industrializadas? O que pode - e deve - ser feito para romper essa relação perversa e derrubar a supremacia do junk food na vida da população brasileira?</p> <p>Ao final da aula percebemos o envolvimento da turma, a concentração na hora da leitura silenciosamente. Cada aluno fez seus registros no caderno, sempre orientados por mim e por algum aluno "com mais habilidades para leitura e escrita".</p>
<b>Referência</b>	<a href="http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=52879">http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=52879</a>

<b>Data da aula</b>	15.06.2016
<b>Conteúdo</b>	Vídeo explicativo sobre a dengue.
<b>Objetivo Geral</b>	Conscientizar sobre os cuidados para evitar a proliferação do mosquito <i>aedes aegypti</i> .
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Identificar através de vídeo, observar, compreender e se conscientizar sobre os cuidados que devemos ter para evitar a proliferação do mosquito da dengue.</p> <p>Através do vídeo: Dengue - Resumo – Infectologia, os alunos puderam aprofundar seus conhecimentos acerca da dengue, e a partir das informações elabora uma síntese do vídeo contendo as ideias principais, ou seja, elaborar e montar, um texto informativo sobre a doença, contendo seus sintomas e formas de prevenção.</p> <p>Na oportunidade tivemos uma palestra com os agentes de endemias, onde os alunos da nossa turma dramatizaram uma peça teatral. A referida peça foi criada por eles mesmos e apresentam o dilema de uma doméstica infectada com o vírus da dengue.</p>
<b>Referência</b>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=yRvEXiNiNjA">https://www.youtube.com/watch?v=yRvEXiNiNjA</a> ,

**FOTO 1:** Dramatização de uma peça teatral sobre a Dengue:



**FONTE:** Material de pesquisa – Elaborado pela autora – 2017.

<b>Data da aula</b>	22.06.2016
<b>Conteúdo</b>	Histórico da Ginástica Laboral.
<b>Objetivo</b>	Conhecer a origem e os benefícios da Ginástica Laboral.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Em sala de aula, apresentei o tema através de slides; os principais tópicos abordos foram: O que é Ginástica Laboral? Quais os objetivos da Ginástica Laboral? Onde surgiu a ginástica laboral? Tipos de Ginástica Laboral. Benefícios da Ginástica Laboral. Como funciona a Ginástica Laboral em sala de aula. Quais os benefícios para o aluno.</p> <p>Após a apresentação e discussão sobre os slides, sugeri que de acordo com o que apreendemos na aula, listássemos os benefícios da Ginástica laboral e apresentássemos para a turma. A aula foi muito produtiva, os alunos mostraram interesse pelo tema.</p>
<b>Referência</b>	<p>PORTAL DO PROFESSOR; <b>A ginástica na minha vida</b>. Disponível em: <a href="http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=24155">http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=24155</a> &lt; &gt;</p> <p>Acesso em: 07/09/2015</p> <p>SILVA NETTO, Álvaro Duarte Cardoso da (maio 2000). <b>Stress ocupacional: uma abordagem pessoal e empresarial</b>.</p>

**FOTO 2:** Aulas práticas de Ginástica Laboral



**FONTE:** Material de pesquisa – Elaborado pela autora – 2017.

<b>Data da aula</b>	17.07.2016
<b>Conteúdo</b>	Aula prática de Ginástica Laboral.
<b>Objetivo</b>	Realizar exercícios específicos da Ginástica Laboral.
<b>Atividade trabalhada</b>	<p>Iniciei a aula informando aos alunos que iríamos realizar uma aula prática, organizei-os lado a lado, em filas de frente para mim; iniciei a aula com exercícios de alongamento: braços, pernas e tronco, sempre orientando para que façam cada exercício respeitando seus limites e observando atentamente a professora.</p> <p>Os exercícios estão descrito passo a passo (ANEXO V).</p> <p>Durante essa aula pude observar que muitos alunos, apesar de resistentes no início, conseguiram identificar os movimentos corporais que permeiam essa prática, observei também, que a participação e o posicionamento do aluno frente às atividades e as discussões foram pertinentes.</p>
<b>Referência</b>	<p>PORTAL DO PROFESSOR; <b>A ginástica na minha vida</b>. Disponível em: <a href="http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=24155">http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=24155</a> &lt;</p> <p>Acesso em: 07/09/2015</p> <p>SILVA NETTO, Álvaro Duarte Cardoso da (maio 2000). <b>Stress ocupacional: uma abordagem pessoal e empresarial</b>.</p>

## 5.2 INSTRUMENTOS AVALIATIVOS UTILIZADOS

A disciplina Educação Física enfrenta desafios como todas as outras matérias do currículo escolar, um destes desafios é a avaliação. De modo específico, a Educação Física está meramente marcada pelas raízes do tecnicismo, do desempenho motor, da execução, da técnica, se sobrepondo a socialização dos educandos e ao desenvolvimento afetivo. Atualmente muitas pessoas (alunos, professores de outras disciplinas e comunidade em geral) enxergam essa modalidade de ensino como exclusiva para os esportes. Infelizmente, a maioria das instituições e também muitos professores ainda comungam sinais desta postura mais excludente em suas práticas e principalmente durante sua maneira de avaliar.

Diante o exposto, ao planejar as aulas, pude refletir em relação à disciplina Educação Física e o processo de avaliação e projetar as aulas visando uma metodologia que privilegiasse o pensamento crítico dos alunos; o desenvolvimento de práticas avaliativas que levassem em consideração a opinião dos alunos, e não somente o nosso posicionamento enquanto professor; pude ainda cogitar a avaliação como colaboradora do processo de reflexão sobre o trabalho realizado, ajustando a pontos de partida e não servindo simplesmente como meio de mensuração e classificação.

No que se refere ao ato de avaliar, Santos e Varela, 2007, p.02 relatam que:

O ato de avaliar implica na coleta, na análise e na síntese dos dados que configuram o objeto da avaliação, acrescido de uma atribuição de valor ou de qualidade, que se processa a partir da comparação da configuração do objeto avaliado com um determinado padrão de qualidade previamente estabelecido para aquele tipo de objeto. (SANTOS E VARELA 2007, p.02).

Ainda sobre a avaliação, Bratfische (2003) comenta em sua publicação que a avaliação escolar tem se modificado no decorrer dos anos, em consequência das mudanças estruturais na sociedade, das alterações no comportamento humano, dos avanços tecnológicos, entre outros fatores. Desta forma, avaliar em educação física consiste em reconhecer, diagnosticar, desenvolver e valorizar a expressão individual, a cultura própria e a manifestação de afetividade, viabilizando a aprendizagem e formação integral do educando.

Durante esse período, apresentado anteriormente nos *Registros de Aulas Ministradas*, foram atribuídas duas notas por bimestres, sendo que a avaliação acontecia ao final de cada aula ministrada, considerando os avanços individuais e dentro da coletividade, bem como a



participação no desenvolvimento das atividades propostas. A avaliação aconteceu de forma diagnóstica e contínua.

Durante a leitura dos *Instrumentos Avaliativos Utilizados*, pudemos observar que as formas de avaliação nos *Registros de Aulas Ministradas* foram as mais variadas possíveis:

A *observação* como um processo que retratou situações significativas e o registro dessas observações utilizados a fim de observar os alunos nas mais variadas situações: disposição, disponibilidade, grau de dificuldades para realizar as atividades propostas, bem como a interação e socialização com os demais educandos.

Outro aspecto educativo da prática avaliativa utilizado foi o *diálogo* e a *reflexão* sobre alguns temas abordados, onde a participação dos alunos foi constante, permitindo a criação de espaços de convivência, em que os alunos puderam se expressar e, sobretudo, escutar os outros e a si mesmos. Objetivo foi estimular a construção da autonomia por meio da problematização, da troca de informações e da reflexão para a ação.

Sabemos que a *autoavaliação* é um importante instrumento utilizado pelos componentes da ação pedagógica (professor/aluno), este oportunizou ao educando a análise de seu progresso, bem como as atitudes e o desempenho diante do professor e colegas, visando à consciência dos próprios avanços, limites, necessidades e a melhorando assim sua aprendizagem e nível de conhecimento. A nós, educadores, permitiu a organização do trabalho pedagógico, desde o início do processo, estabelecimento dos objetivos, metodologia utilizada, forma de avaliar e etc.

Provas, pesquisas, relatórios e apresentações foram utilizados como forma de “avaliar” a participação e desempenho dos alunos. Nesse sentido, Schühli (2008) afirma que: A comunicação escrita, os registros formais dos resultados e a análise dos dados da avaliação, podem tornar-se grandes aliados na busca de superação das necessidades dos alunos, desde que estes não sejam encarados de forma estática e acabados, mas sirvam para estabelecer um diálogo que permite fornecer dados para o conhecimento do professor e dos próprios alunos de seus avanços e dificuldades.

Em síntese, sabemos o quanto é difícil avaliar. Nós, enquanto professores de Educação Física, pretendemos trilhar um caminho que na maioria das vezes é árduo e cheio de espinhos, nossa tarefa é sempre buscar, refletir sobre novas possibilidades, planejar e executar encaminhamentos que motivem nossos educandos no cotidiano, afim de que o processo ensinar e aprender sejam realizados com sucesso.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Apesar da maioria das aulas apresentarem temas que foram abordados através de textos informativos, vídeos reflexivos, onde os alunos tiveram a consciência da importância da Educação física como meio mais viável para exercitar-se, a grande maioria resiste às aulas práticas e se negam a participar em outro horário alegando falta de tempo e disposição.

Diante tal realidade, acredito que a Educação Física necessita urgentemente de empreendedorismo, de novas vertentes para fundamentar-se em uma prática diferenciada e mais significativa para nossos educandos. É necessário, discentes saudáveis e felizes, de modo que possam ter bons rendimentos tanto na vida social quanto escolar. O impacto das aulas de Educação Física pretende revigorar o estilo de vida, fazendo com que os alunos adquiram saúde, bem estar e autoestima.

Sabemos que as aulas de Educação Física realizadas de forma prática possibilitarão novos olhares, novas possibilidades. Portanto concluo afirmando que é essencial a valorização da Educação Física como modalidade de ensino fundamental na vida dos estudantes, pois ela trará e traz impactos positivos na saúde e bem estar tanto dos discentes como docente, pois alunos mais motivados, mais concentrados e desenvolvendo a capacidade de concentração, certamente o desempenho intelectual deles melhorará significativamente, refletindo positivamente nos resultados educacionais.

No decorrer do presente estudo, identificamos questões relevantes que nos instigam e nos permitem o interesse por outros estudos, novas referências, outras pesquisas para ampliar o entendimento de tal fenômeno: Desafios enfrentados nas aulas de educação física na EJA. Infelizmente, há pouca literatura disponível para o auxílio de próximas investigações. Como sugestão para futuras pesquisas, sugerimos a ampliação/extensão deste estudo para outras escolas públicas e também privadas fomentando uma comparação de resultados.

## REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, I. V. de. et al. **Dificuldades encontradas na Educação Física Escolar que influenciam na não-participação dos alunos: reflexões e sugestões.** *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires - Ano 14 - Nº 136 - Setembro 2009. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd136/dificuldades-encontradas-na-educacao-fisica-escolar.htm>. Acesso em: 29/03/2017.

ANTON, J. y Col. **Entrenamiento Deportivo em la Edad Escolar.** Unisport, Málaga, 1989.

ARTMANN, Tiago Henrique. **ATIVIDADE FÍSICA: Conhecimento, motivação e prática de atividade física em adolescentes.** Disponível em: <http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/3381/TCC%20tiago%2030-12-15%20Pronto.pdf?sequence=1>. Acesso em: 10/06/2017.

ASSIS, Cintia. **Educação Física na EJA-Lugar de corpos possíveis.** CESAE, 2010. Disponível em: <http://www.seeja.com.br/Trabalhos/20%20Sujeitos%20Conhecimento%20e%20Cult> Acesso em: 07/06/2017.

BETTI, Mauro. **Atitudes e opiniões de escolares de 1º grau em relação à Educação Física.** In: XIV SIMPÓSIO DE CIÊNCIA DO ESPORTE. 1986. São Caetano do Sul. Anais. São Caetano do Sul. Celafiscs. Fec. do ABC, 1986. p. 66. . Ensino de 1º. e 2º. graus: Educação Física para quê? *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 13, n. 2, p. 282-7, 1992. . Valores e finalidades na Educação Física escolar: uma concepção sistêmica. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 16, n. 1, p. 14-21, 1994a.

\_\_\_\_\_, Mauro. **O que a semiótica inspira ao ensino da Educação Física.** São Paulo *Discorpo*, n. 3, 1994, p. 25-45.

BIAZUSSI, Rosane. **O benefícios da atividade física aos adolescentes.** Disponível em: [http://few.universoef.com.br/container/gerenciador\\_de\\_arquivos/arquivos/268/beneficios-af-adolescentes.pdf](http://few.universoef.com.br/container/gerenciador_de_arquivos/arquivos/268/beneficios-af-adolescentes.pdf). Acesso em: 02/02/2017.

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Lei 9394/96.** Brasília, DF: MEC/SEF, 1997.

BRASÍLIA. **Educação para Jovens e Adultos Ensino Fundamental Proposta curricular - 1º segmento.** São Paulo: Ação Educativa; Brasília: MEC, 2001. 239p. <http://portal.mec.gov.br/secad/arquivos/pdf/eja/propostacurricular/primeirosegmento/proposta-curricular.pdf>. Acesso em 13 de fevereiro de 2017.

BRATIFISCHE, Sandra Aparecida. **Avaliação em educação física: um desafio.** *R. da Educação Física/UEM Maringá*, v. 14, n. 2, p. 21-31, 2. sem. 2003.

CRATTY, B. J. **Psicologia no esporte**. 2 ed. Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil Ltda., 1984.

FLORENCE, J. *Tareas significativas em Educación Física Escolar*. Barcelona: INDE Publicaciones, 1991.

FREIRE, P. *Pedagogia da Autonomia: Saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

GUIMARÃES, Ana Archangelo. et al. **Educação Física Escolar: Atitudes e Valores**. *Motriz* Jan-Jun 2001, Vol. 7, n.1, pp. 17-22.

<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=53043>

IBGE. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Disponível em: <http://cidades.ibge.gov.br/xtras/perfil.php?codmun=251320>. Acesso em: 18 abril de 2017.

LEI Nº. 9.394/96. **Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br>. Acesso em: 07 de julho de 2017.

MARCONATO, Cristina de Vargas. A importância da Educação Física na Educação de Jovens e Adultos / Ensino Médio. Disponível em: <http://congressos.cbce.org.br/index.php/7csbce/2014/paper/viewFile/5975/3133>. Acesso em: 05/03/2017.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M.. **Metodologia do trabalho científico**. São Paulo: Editora Atlas, 1992.

MARZINEK, Adriano. A motivação de adolescentes nas aulas de Educação Física. Disponível em: [http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos\\_teses/EDUCACAO\\_FISICA/dissertacao/Adriano\\_Marzinek.pdf](http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos_teses/EDUCACAO_FISICA/dissertacao/Adriano_Marzinek.pdf). Acesso em: 20/02/2017.

MAZZOTTI, T. B.; PEREIRA G. M. *Representações sociais de Educação Física por alunos trabalhadores do ensino noturno*. Rio Claro: Motriz, 2008.

MOREIRA, Camila Mieli; PEREIRA, Juliana Martins. **O ENSINO DO CONTEÚDO ESPORTE NA ESCOLA: o olhar dos professores iniciantes e professores experientes**. Disponível em: <http://www.eefe.ufscar.br/upload/2.pdf>. Acesso em: 10/03/2017

SANTOS, M.R; VARELA, S. **A avaliação como um instrumento diagnóstico da construção do conhecimento nas séries iniciais do ensino fundamental.** *Revista Eletrônica de Educação* Ano I, p.02, ago. / dez. 2007.

SOUZA, E.S.; VAGO, T.; MENDES, C.L. **Parecer sobre os parâmetros curriculares nacionais.** In: COLÉGIO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, org. Educação física escolar frente à LDB e aos PCNs: profissionais analisam renovações, modismos e interesses. Ijuí, Sedigraf, 1997. p.63-74.

SCHÜHLI, Marilene Soldi. **Um novo olhar sobre avaliação em educação física escolar** - os desafios das construções coletivas. PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO EDUCACIONAL - PDE. Porto Amazonas. 2008

SOMARIVA, JFG. VASCONCELOS, DIC. JESUS, TV. **As dificuldades enfrentadas pelos professores de Educação Física das escolas públicas do Município de Braço do Norte.** Santa Catarina, 2013.

# **ANEXOS**

## ANEXO I

### Questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAQ)

Para responder as questões lembre que:

- Atividades físicas moderadas são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar um pouco mais forte que o normal
- Atividades físicas vigorosas são aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar muito mais forte que o normal.

Para responder às perguntas, pense somente nas atividades que você realizou por pelo menos 10 minutos contínuos de cada vez:

1) Em quantos dias, da última semana, você caminhou em casa ou no trabalho/estudo, como forma de transporte para ir de um lugar para outro, por lazer, por prazer ou como forma de exercício?

( ) Dias por semana ( ) nenhum

2) Nos dias em que você caminhou por pelo menos 10 minutos contínuos, quanto tempo no total você gastou caminhando por dia?

\_\_\_\_\_ horas e \_\_\_\_\_ minutos

3) Em quantos dias, da última semana, você realizou atividades moderadas, como, por exemplo, pedalar, nadar, dançar, fazer ginástica aeróbica leve, fazer serviços domésticos na casa ou no jardim como varrer, aspirar, ou qualquer atividade que fez aumentar moderadamente sua respiração ou batimentos do coração (por favor, não inclua caminhada).

( ) Dias por semana ( ) nenhum

4) Nos dias em que você fez essas atividades moderadas por pelo menos 10 minutos contínuos, quanto tempo no total você gasta fazendo essas atividades por dia?

\_\_\_\_\_ horas e \_\_\_\_\_ minutos

5) Em quantos dias, da última semana, você realizou atividades vigorosas, como por exemplo: correr, fazer ginástica aeróbica, jogar futebol, pedalar rápido, jogar basquete, fazer serviços domésticos pesados em casa, no quintal ou no jardim, carregar pesos elevados ou qualquer atividade que fez aumentar muito sua respiração ou batimentos do coração.

( ) Dias por semana ( ) nenhum

6) Nos dias em que você fez essas atividades vigorosas por pelo menos 10 minutos contínuos, quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades por dia?

\_\_\_\_\_ horas e \_\_\_\_\_ minutos.

FONTE: <http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=53043>

## ANEXO II

**IMAGEM:** Ficha de Avaliação do IMC:

Ficha de avaliação - Programa de Atividade Física			
Avaliação		Resistência	
Inicial	IMC: _____	Teste Cooper:	
Data: __/__/__		___ metros	
Final		Resistência	
Data: __/__/__	IMC: _____	Teste Cooper:	
		___ metros	
Mês/dia	Atividade	Local	Duração

**FONTE:** <http://rede.novaescolaclub.org.br/planos-de-aula/saude-e-qualidade-de-vida>



**ANEXO III****IMAGEM:** Mulher obesa sendo transportada**FONTE:** <http://portaldoprofessor.mec.gov.br>

## ANEXO IV

### IMAGEM: Texto “O Peso do Preconceito”.

#### O peso do preconceito

O consultor defende o direito de ser gordo e critica o preconceito das pessoas em relação a obesidade.

Mesmo que não queira emagrecer, o obeso tem o direito de ser respeitado.

Há uma minoria no país que é altamente discriminada e que sequer é reconhecida e organizada como uma minoria. Estou falando dos obesos mórbidos.

Considerada atualmente uma doença pela medicina, é fácil identificar a obesidade mórbida. Basta dividir o peso da pessoa por sua altura elevada ao quadrado. Se o número encontrado estiver acima de 30, a obesidade mórbida existe e com ela os possíveis problemas de saúde relacionados. Mas há um mal ainda pior e pouco falado quando o assunto é obesidade: o preconceito.

O obeso sente que a sociedade, quando não o ignora, o agride. A começar pelo rótulo: quem conviveria bem com a alcunha de mórbido? Não há proteção legal ou qualquer mecanismo de defesa aos vexames pelos quais o obeso passa nas ruas diariamente. Você já imaginou o que é ir ao cinema ou viajar de avião e não encontrar uma simples cadeira adequada ao seu tamanho? Ou perceber as risadas das pessoas quando você não consegue passar pela roleta de um ônibus? Enquanto o preconceito racial não é muitas vezes explícito, a maioria das pessoas não se intimida em rir diante de um obeso. É como se ele fosse assim apenas porque é preguiçoso, relapso e comilão. Logo, merece ser motivo de todo tipo de piada.

É claro que a ciência não vê assim a obesidade e encara o problema como uma doença. Os médicos sabem que, por mais que lutem por meio de dietas ou temporadas em spas, nem sempre essas pessoas conseguem emagrecer. Há casos de obesos que comem até menos que pessoas exemplares em sua dieta. Mesmo assim, a sociedade simplesmente ignora as evidências e faz os seus julgamentos móvida pela ignorância.

Esse é o caso de uma das maiores consultorias de recrutamento e seleção de altos executivos em São Paulo. Em uma entrevista no rádio, que ouvi há algumas semanas, o representante dessa empresa confessou que 90% dos seus clientes não querem obesos contratados. Afinal, quem não cuida de si mesmo não cuidará a contento dos negócios da empresa.

Como é possível alguém dizer isso no rádio em um país que se diz democrático e contrário a todos os preconceitos? Como julgar a capacidade, a inteligência e a força de vontade de um ser humano apenas por sua aparência física? Ou simplesmente por não se enquadrar fora dos padrões aceitos pela maioria das pessoas? Será que essa empresa de recrutamento e as outras que trabalham com a mesma visão tacanha estão, de fato, prestando bons serviços aos seus clientes? Será que excelentes profissionais não são preteridos em relação a outros visualmente mais corretos e as empresas não acabam perdendo por seu preconceito?

É como se o obeso tivesse apenas duas opções: emagrecer ou se matar. Pelo menos é dessa forma que a mídia trata o problema. Em uma reportagem sobre a cirurgia bariátrica (diminuição do estômago), a apresentadora do programa Fantástico, da Rede Globo, levanta o tema com a seguinte frase: O que fazer quando todas as dietas falharam? Parte-se do pressuposto de que ninguém pode ser feliz obeso. E quem não consegue ou não quer ter um copinho dentro do padrão global de aparência? Tem que passar o resto da vida atormentado por si mesmo e pelos outros por causa da sua forma física?

Essa perseguição faz com que os obesos se sintam culpados. Alguns terminam adotando para si o mesmo preconceito que sofrem de outras pessoas. Resultado: em vez de se unir em busca dos seus direitos, tratam de seus problemas como uma vergonha como já aconteceu com outras minorias como os gays e os negros, por exemplo.

Mesmo que essa causa não tenha a mesma simpatia da luta de outras minorias, os obesos precisam buscar o respeito que merecem. Muito além da reivindicação de espaço físico adequado para o nosso corpo, é hora de conquistarmos um espaço de verdade na sociedade para que a nossa voz seja levada em consideração em qualquer debate público. Não estou aqui fazendo uma apologia da gordura e dos problemas de saúde que podem estar correlacionados a ela. Mas acho que somente unidos os obesos poderão garantir para si o direito elementar de serem felizes: amarem e serem amados, terem sucesso profissional, irem ao cinema ou simplesmente poderão caminhar tranquilamente pela rua sem receber olhares de julgamento de outras pessoas.

Consultor financeiro e administrativo

E-mail: [faviostartrek@uol.com.br](mailto:faviostartrek@uol.com.br)

FONTE: [http://super.abril.com.br/superarquivo/2001/conteudo\\_119691.shtml](http://super.abril.com.br/superarquivo/2001/conteudo_119691.shtml)

**ANEXO V****ROTEIRO DE EXERCÍCIOS**

1. Manter os pés paralelos na linha dos ombros entrelaçando as mãos, estendendo os braços acima da cabeça;
2. Movimentar o pescoço lateralmente para o lado direito e esquerdo;
3. Girar a cabeça (fazendo circunção do pescoço) lentamente para um lado, depois para o outro;
4. Fazer flexão e extensão do pescoço, ou seja, movimentar o pescoço lentamente para cima e para baixo;
5. Fazer movimentação dos braços alternando um para cima e o outro para baixo;
6. Na posição ereta elevar um dos cotovelos acima da cabeça flexionando-o e com o auxílio da outra mão, o mesmo cotovelo será puxado para o lado oposto, percebendo desta forma um maior alongamento dessa região (tríceps braquial). Logo em seguida repetir com outro braço;
7. Entrelaçar as mãos e estender os braços para frente na linha dos ombros (alongar toda região do braço e antebraço);
8. Estender o braço à frente, fazer flexão de punho com a outra mão, alongar o punho e a mão. Repetir do outro lado;
9. Ainda na mesma posição, fazer flexão de punho para baixo com a mão fechada e com a outra mão alongando o punho. Repetir do outro lado;
10. Abrir e fechar as mãos;
11. Abrir e fechar os dedos;
12. Em pé, uma mão para um lado e a outra para o outro lado contrário; girar o corpo para a direita e depois para a esquerda;
13. Com as mãos entrelaçadas, mas com os cotovelos flexionados e mãos a frente do peito, fazer o movimento circular de punho para um lado e depois para o outro;
14. Afastar as pernas mantendo os joelhos estendidos, fazendo a flexão do quadril, estendendo os braços para frente alongando toda região dorsal e posteriores de coxa;
15. Com as pernas juntas elevar o corpo na ponta dos pés, alongando as panturrilhas;
16. Em pé, pernas unidas, elevar uma perna para trás e com a mão alongar, tentando colocar o calcanhar no glúteo;
17. Ainda em pé, flexionar uma das pernas para frente e esticar a perna de trás;
18. Em pé, flexionar uma perna para frente e alongar para o lado;

Elevar bem os dois braços pra cima da cabeça, como se tivesse espreguiçando todo corpo, terminado dessa forma nossa *Ginástica de Alon*