

**INSTITUTO FEDERAL DA PARAÍBA  
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA, INOVAÇÃO E PÓS-GRADUAÇÃO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E  
TECNOLOGICA – PROFEPT  
MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E  
TECNOLOGICA**

**ANTONIA LAURENTINO FREIRES**

**RESSIGNIFICANDO AS PRÁTICAS CORPORAIS PRESENTES NO  
COTIDIANO DOS ALUNOS DO PROEJA**

**ANTONIA LAURENTINO FREIRES**

**RESSIGNIFICANDO AS PRÁTICAS CORPORAIS PRESENTES NO  
COTIDIANO DOS ALUNOS DO PROEJA**



**DISSERTAÇÃO** apresentada ao Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT), do Instituto Federal da Paraíba (IFPB), como requisito obrigatório para obtenção do título de Mestre em Educação Profissional e Tecnológica.

**Linha de Pesquisa:**

Práticas Educativas em Educação Profissional e Tecnológica

Orientadora: Profa. Dra. Alessandra Cristina Chaves

João Pessoa  
2024

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação – CIP  
Biblioteca Nilo Peçanha – IFPB, *Campus* João Pessoa

F866r	Freires, Antonia Laurentino. Ressignificando as práticas corporais presentes no cotidiano dos alunos do PROEJA / Antonia Laurentino Freires. – 2024. 154 f. : il.  Dissertação (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal da Paraíba – IFPB / Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica - ProfEPT. Orientador: Profa. Dra. Alexsandra Cristina Chaves.  1. Educação Profissional e Tecnológica. 2. Educação Física – Ensino. 3. Práticas corporais. 4. Educação de Jovens e adultos. 5. PROEJA. I. Título.
-------	---

Bibliotecária responsável Josinete Nóbrega de Araújo – CRB15/116



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**

**ANTONIA LAURENTINO FREIRES**

**Ressignificando as Práticas Corporais Presentes no Cotidiano dos Alunos do Proeja**

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.

APROVADA em 23 de agosto de 2024

Membros da Banca Examinadora:

**Dr<sup>a</sup>. Alexsandra Cristina Chaves**

IFPB - PROFEPT

**Dr<sup>a</sup>. Andrea de Lucena Lira**

IFPB

**Dr<sup>a</sup>. Maria das Graças Gonçalves Vieira Guerra**

UFPB - PROFEPT

João Pessoa/2024

Documento assinado eletronicamente por:

- **Maria das Graças Gonçalves Vieira Guerra** PROFESSOR DE ENSINO SUPERIOR NA ÁREA DE ORIENTAÇÃO EDUCACIONAL, em 26/08/2024 17:38:16.
- **Andrea de Lucena Lira**, PROFESSOR ENS BASICO TECN TECNOLOGICO, em 26/08/2024 17:18:26.
- **Alexandra Cristina Chaves**, PROFESSOR ENS BASICO TECN TECNOLOGICO, em 26/08/2024 16:58:12.

Este documento foi emitido pelo SUAP em 15/07/2024. 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 579509  
Verificador: 782599fa21  
Código de Autenticação:



Av. Primeiro de Maio, 720, Jaguaribe, JOAO PESSOA / PB, CEP 58015-435  
<http://ifpb.edu.br> - (83) 3612-1200

---

**ANTONIA LAURENTINO FREIRES**

**PRÁTICAS CORPORAIS E A MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA NO  
COTIDIANO DOS ALUNOS DO PROEJA**

Produto Educacional apresentado ao Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT), do Instituto Federal da Paraíba (IFPB), como requisito obrigatório para obtenção do título de Mestre em Educação Profissional e Tecnológica.

Linha de Pesquisa: Práticas Educativas em Educação Profissional e Tecnológica.

Aprovado em 23 de Agosto de 2024.

**COMISSÃO EXAMINADORA**

---

Profa. Dra. Alexsandra Cristina Chaves

Instituto Federal da Paraíba

Orientadora

---

Profa. Dra. Andréa de Lucena Lira

Instituto Federal da Paraíba

---

Profa. Dra. Maria das Graças Gonçalves Vieira

Universidade Federal da Paraíba

Dedico a realização desse sonho à Deus, o autor da minha vida, e, em especial, ao meu esposo Almir e as minhas filhas, Amanda e Ariane, por serem a minha base e minha inspiração.

## AGRADECIMENTOS

A Deus, por ter me dado sabedoria e forças para superar as impossibilidades postas e ter iluminado meu caminho.

Ao meu esposo, Almair, que sempre carregou comigo os problemas e compreendeu os momentos em que precisei intensificar a minha rotina para que todos os prazos fossem cumpridos. O seu apoio tornou os fardos do dia-a-dia mais leves.

As minhas duas filhas, Amanda e Ariane, que dão cor, alegria e paz aos meus dias, vocês iluminam a minha vida. Sem o suporte de vocês, certamente seria mais difícil transpor as dificuldades.

Ao meu presente mais lindo, minha neta Ana Júlia, que foi tão esperada e ao longo dessa jornada, recebi essa benção de ser avó. Julinha, em pouquíssimo tempo você transformou nossas vidas e encheu nosso lar com mais felicidade e amor.

Aos meus pais, Adalgisa e Francisco, agradeço por todo o apoio, por terem acreditado junto comigo que seria possível e não terem medido esforços para a realização de todos os meus sonhos. Obrigada por todo zelo e cuidado a mim proporcionados, para que essa caminhada se tornasse menos árdua.

Aos meus irmãos, Rita de Cássia, Rejane e Cícero, por sonharem junto comigo, por torcerem e vibrarem com minhas conquistas.

Ao meu genro, Josielho, por sempre estar disposto a me ajudar de forma direta ou indireta.

A minha orientadora Dra. Alexandra Cristina, por ser tão presente ao longo de toda esta caminhada, compartilhando seus valiosos conhecimentos e incentivando-me sempre. Sou imensamente grata pela sua generosidade, por toda a paciência e cuidado comigo durante todo esse percurso. Suas colaborações e expertise colaboraram imensamente para esse estudo.

A todo o corpo diretivo, ao corpo docente e, principalmente, aos alunos do IFPB que participaram deste trabalho e que não mediram esforços para executar as ações durante o desenvolvimento de toda a pesquisa. Sem o apoio de vocês, esse sonho jamais seria possível.

A Igreja INSEJEC Sousa, meus irmãos da fé.

A todos e a todas, muito obrigada!



“Ninguém começa a ser educador numa certa terça-feira às quatro da tarde. Ninguém nasce educador ou marcado para ser educador. A gente se faz educador, a gente se forma, como educador, permanentemente, na prática e na reflexão sobre a prática.”

(Paulo Freire)

## RESUMO

As Práticas Corporais são um conjunto de produções culturais que se expressam através do corpo, pensando nisso, a Educação Física enquanto componente curricular tem a finalidade de apresentá-las para todas as modalidades de ensino, como é o caso do ProEJA. Nesse sentido, o objetivo geral da pesquisa foi desenvolver um produto educacional para professores de Educação Física sobre as Práticas Corporais presentes no cotidiano a partir de ações pedagógicas realizadas com discentes do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do Instituto Federal da Paraíba (IFPB) *Campus* Sousa. Metodologicamente, o estudo trata-se de uma pesquisa de campo, do tipo descritiva e exploratória, com abordagem qualitativa. A amostra foi constituída por 06 alunos, que fazem parte de uma das turmas do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do IFPB *Campus* Sousa, onde aplicou-se um questionário diagnóstico e um questionário avaliativo, utilizando-se a análise de conteúdo, proposta por Bardin. Os resultados demonstraram que o perfil identificado na pesquisa foi alunos com idade entre 21 e 40 anos, todos do sexo masculino e solteiros. A faixa de renda familiar predominante foi inferior a R\$ 1.000 mil reais por mês e a cor da pele com maior menção entre os participantes foi a cor branca. Os participantes possuem entre 1,65m e 1,69m de altura. O IMC dos participantes está dentro parâmetro considerado normal. A maioria, realiza algum tipo de atividade física e o estado de saúde de metade dos entrevistados foi mencionado como bom. Os participantes afirmaram que as PC são realizadas durante as aulas de Educação Física. Dentre essas atividades foram assinalados os Esportes de Invasão, os Esportes de Rede, as Práticas Corporais e Saúde, o Jogo Motor e as Brincadeiras. As categorias e subcategorias, os participantes mencionaram a Categoria 01 - Benefícios das Práticas Corporais, que por sua vez, foi composta pelas subcategorias: Qualidade de Vida, Diminui o Risco de Doenças e Melhora a Função Corporal; enquanto que a Categoria 02 - Contribuição das aulas de Educação Física, destacam-se as seguintes subcategorias: Promove o Bem-estar, Previne Doenças, Compreensão geral dos Jogos e Trabalha a Anatomia Corporal. As ações pedagógicas realizadas com a turma, permitiram o desenvolvimento do Produto Educacional (cartilha) e a avaliação dos alunos acerca das ações realizadas foi positiva. Conclui-se que o estudo foi importante pois apresentou uma nova realidade acerca do tema, além de ter sido indispensável para o desenvolvimento do produto educacional que servirá como um norteador para os profissionais da educação e de áreas afins que queiram trabalhar essa temática. Para além dessas contribuições, a pesquisa ainda permitiu que os alunos tivessem uma maior percepção sobre as mais variadas Práticas Corporais e como elas podem ser inseridas no seu dia-a-dia, contribuindo para a saúde mental e física. Com isso, nota-se que a pesquisa colaborou não apenas academicamente com os estudantes, mas também pavimentou novas perspectivas na sua jornada pessoal e profissional.

**Palavras-Chave:** Práticas Corporais. Educação Física. Educação de Jovens e Adultos. Qualidade de vida.

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Evolução da matrícula na Educação de Jovens e Adultos (EJA) Brasil 2018-2022	32
Figura 2 - Evolução da matrícula na Educação de Jovens e Adultos (EJA) por etapa de ensino - Brasil (2018-2022)	32
Figura 3 - Capa da Cartilha	60
Figura 4 - Apresentação	61
Figura 5 - Carta ao Professor	61
Figura 6 - Dicas para te ajudar	62
Figura 7 - 6 Dicas para te ajudar	62
Figura 8 - Conceito “Qualidade de vida”	62
Figura 9 - Conceito “Saúde e Bem-estar”	62
Figura 10 - Descrição dos Capítulos que compõem a cartilha.	63
Figura 11 - Capítulo 1	64
Figura 12 - Conteúdos e Tempo da ação Cap. 1	64
Figura 13 - Objetivos da ação Cap. 1	64
Figura 14 - Exemplo de ações desenvolvidas	64
Figura 15 - Capítulo 2	65
Figura 16 - Conteúdos e Tempo da ação Cap. 2	65
Figura 17 - Objetivos da ação Cap. 2	65
Figura 18 - Exemplo de ações desenvolvidas	65
Figura 19 - Capítulo 3	66
Figura 20 - Conteúdos e Tempo da ação Cap. 3	66
Figura 21 - Objetivos da ação Cap. 3	66
Figura 22 - Exemplo de ações desenvolvidas	66
Figura 23 - Capítulo 4	67
Figura 24 - Conteúdos e Tempo da ação Cap. 4	67
Figura 25 - Objetivos da ação Cap. 4	67

## LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Peso	49
Gráfico 2 - Altura	49
Gráfico 3 - Índice de Massa Corporal	50
Gráfico 4 - Prática de Atividade Física ou Exercício Físico	51
Gráfico 5 - Classificação do Estado de Saúde	52
Gráfico 6 - Esportes de Invasão e Esportes de Rede	53
Gráfico 7 - Práticas Corporais e Saúde / Jogo Motor	53
Gráfico 8 - Brincadeiras	54
Gráfico 9 - Categoria 01 - Benefícios das Práticas Corporais	55
Gráfico 10 - Categoria 02 - Contribuição das aulas de Educação Física	57
Gráfico 11 - Contribuição das ações pedagógicas para as PC	68
Gráfico 12 - Impacto das PC na saúde e qualidade de vida	69
Gráfico 13 - Conhecimento de todas as PC	71
Gráfico 14 - Ampliação dos conhecimentos acerca das PC após a ação pedagógica	72
Gráfico 15 - Contribuição das ações pedagógicas para a formação acadêmica e social dos alunos	73
Gráfico 16 - Continuar praticando as atividades realizadas após a ação pedagógica	74

## **LISTA DE TABELAS**

Tabela n. 1 - Idade, Sexo, Estado Civil, Faixa de Renda Familiar e Cor da pele

47

## LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Percurso histórico da EPT no Brasil	28
Quando 2 - Eixos temáticos desenvolvidos na ação pedagógica	43
Quadro 3 - Categoria 01 e Categoria 02 e suas respectivas Subcategorias	55
Quadro 4 - Falas dos entrevistados sobre a Categoria 01 - Benefícios das Práticas Corporais	56
Quadro 5 - Falas dos entrevistados sobre a Categoria 02 - Contribuição das aulas de Educação Física	58
Quadro 6 - Pontos Positivos e Pontos Negativos destacados pelos alunos entrevistados	75

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

AFAN - Atividades Físicas de Aventura na Natureza

AVC - Acidente Vascular Cerebral

BDTD - Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações

BNCC - Base Nacional Comum Curricular

CF - Constituição Federal

CNTE - Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação (CNTE)

EB - Educação Básica

EF - Educação Física

EJA - Educação de Jovens e Adultos

EMI - Ensino Médio Integrado

EPT - Educação Profissional e Tecnológica

GACRO - Ginástica Acrobática

GAE - Ginástica Aeróbica

GAF - Ginástica Artística Feminina

GAM - Ginástica Artística Masculina

GR - Ginástica Rítmica

GTR - Ginástica de Trampolim

IFAL - Técnicos de Cozinha e Hospedagem do ProEJA do Instituto Federal de Alagoas

IFPB - Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba

IF's - Institutos Federais

IMC - Índice de Massa Corporal

LDB - Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional

PCAs - Práticas Corporais de Aventura

PCNs - Parâmetros Curriculares Nacionais

PE - Produto Educacional

ProEJA - Programa Nacional de Integração da Educação Profissional com a Educação Básica na Modalidade EJA - Educação de Jovens e Adultos

PROFEPT - Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica

PROJOVEM - Programa Nacional de Inclusão de Jovens – Educação, Qualificação e Ação Comunitária

PRONATEC - Programa Nacional de Acesso ao Ensino Técnico e Emprego

RFEPCT - Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica

SciELO - *Scientific Eletronic Library Online*

SECAD - Secretaria de Alfabetização e Diversidade

SENAI - Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial



## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b>	<b>17</b>
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO</b>	<b>22</b>
2.1 UMA VISÃO GERAL ACERCA DAS PRÁTICAS CORPORAIS	22
2.1.1 Brincadeiras e jogos	22
2.1.2 Danças	23
2.1.3 Ginástica	24
2.1.4 Esportes	25
2.1.5 Lutas	26
2.1.6 Práticas Corporais de Aventura	27
2.2 O PAPEL DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO CONTEXTO DA EPT NO BRASIL	27
2.2.1 Trajetória histórica da EPT no Brasil	28
2.2.2 O ensino da Educação Física e a EPT	30
2.3 CONTEXTO DA EJA NO BRASIL	31
2.3.1 Aspectos gerais da EJA no Brasil	31
2.3.2 Contextualização do ProEJA no Brasil	33
<b>3 METODOLOGIA</b>	<b>35</b>
3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA	35
3.1.1 Quanto à classificação	35
3.1.2 Quanto à abordagem	35
3.1.3 Quanto à tipologia da pesquisa	36
3.2 UNIVERSO, AMOSTRAGEM E AMOSTRA	36
3.2.1 Quanto ao universo da investigação	36
3.2.2 Quanto à amostragem da pesquisa	37
3.3 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS	37
3.4 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO	38
3.5 ANÁLISE DE DADOS	39
3.6 ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA	39
3.7 RISCOS E BENEFÍCIOS DA PESQUISA	40
3.8 DESFECHOS DA PESQUISA	40
3.8.1 Desfecho primário	40
3.8.2 Desfechos secundários	41

3.9 PROTOTIPIFICAÇÃO DO PRODUTO EDUCACIONAL (PE): DO PLANEJAMENTO À AÇÃO NO ENSINO	41
<b>3.9.1 Tipologia do PE escolhido</b>	<b>41</b>
<b>3.9.2 Estruturação do PE: fases do planejamento</b>	<b>42</b>
<b>3.9.3 Execução do PE: pensando a aplicação na Educação Profissional e Tecnológica (EPT)</b>	<b>45</b>
<b>3.9.4 Avaliação do PE</b>	<b>45</b>
<b>4 ANÁLISE DOS DADOS</b>	<b>47</b>
4.1 DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS	47
4.2 DADOS QUALITATIVOS - CATEGORIZAÇÃO	54
<b>4.2.1 Categoria 01 - Benefícios das Práticas Corporais</b>	<b>55</b>
<b>4.2.2 Categoria 02 - Contribuição das aulas de Educação Física</b>	<b>57</b>
<b>5 PRODUTO EDUCACIONAL</b>	<b>59</b>
5.1 TÍTULO DO PRODUTO	59
5.2 APRESENTAÇÃO DO PRODUTO	59
<b>5.2.1 Contextualização e Descrição do Produto Educacional</b>	<b>59</b>
5.3 AVALIAÇÃO APÓS A AÇÃO PEDAGÓGICA	68
<b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>76</b>
<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>78</b>
APÊNDICES	87
APÊNDICE A – PRODUTO EDUCACIONAL	88
APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE (MAIORES DE 18 ANOS)	129
APÊNDICE C – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE (PROFESSOR DE DANÇA)	133
APÊNDICE D – TERMO DE AUTORIZAÇÃO (PROFESSORA DE EDUCAÇÃO FÍSICA – IFPB Campus SOUSA)	135
APÊNDICE E – QUESTIONÁRIO DIAGNÓSTICO	136
APÊNDICE F – QUESTIONÁRIO PARA AVALIAÇÃO APÓS A AÇÃO PEDAGÓGICA	140
APÊNDICE G – PLANOS DE AULA	143
ANEXOS	153
ANEXO A – CARTA ANUÊNCIA	154

## 1 INTRODUÇÃO+

A Educação Física é o componente curricular que tem a finalidade de debater e refletir acerca das Práticas Corporais, contribuindo para uma formação humana que revele novos gestos de aproximação corporal e estética, outras possibilidades de ação, de comunicação consigo, com o mundo e com o outro. Desse modo, as Práticas Corporais podem ser exploradas nas suas diversas formas de codificação e significação social, entendidas como manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, produzidas por diversos grupos sociais no decorrer da história (Macedo; Neira, 2017; BRASIL, 2017).

A respeito do ensino da Educação Física (EF) no contexto da Educação de Jovens e Adultos (EJA), Andrade Júnior *et al.* (2021) ressaltam os desafios enfrentados, uma vez que, a EJA apresenta uma grande diversidade, com características próprias e peculiaridades que a configuram como uma modalidade da educação básica. No entanto, é importante destacar a EJA como lócus de diversidade de tempos-espacos de formação das pessoas jovens e adultas e que se realiza em escolas, comunidades, igrejas, movimentos sociais, diversidade de sujeitos, sem limitar-se somente as estruturas escolarizadas.

A educação básica de jovens e adultos no Brasil apresenta um predomínio de iniciativas individuais ou de grupos isolados, acarretando descontinuidades, contradições e descaso dos órgãos responsáveis. Em contrapartida, diariamente aumenta a demanda social por políticas públicas perenes nessa esfera. Tais políticas pautam-se no desenvolvimento de ações baseadas em princípios epistemológicos que resultem em um corpo teórico bem estabelecido e que respeite as dimensões sociais, econômicas, culturais, cognitivas e afetivas do jovem e do adulto em situação de aprendizagem escolar. Paralelamente, as Instituições Federais de Educação Profissional e Tecnológica (EPT) foram convocadas a implantar o ProEJA (Moura; Henrique, 2012).

O ProEJA (Programa Nacional de Integração da Educação Profissional com a Educação Básica na Modalidade EJA - Educação de Jovens e Adultos) vinculava-se ao propósito de incorporar jovens e adultos em defasagem educacional aos sistemas oficiais de ensino proporcionando a realização simultânea do ensino médio e da formação profissional de nível técnico, propondo assim a integração de três campos da educação: o ensino médio, a formação profissional técnica de nível médio e a Educação de Jovens e Adultos. Integração árdua considerando a existência de desafios já estabelecidos historicamente na integração do ensino médio com o técnico. O acréscimo da EJA potencializou tais desafios, fazendo com que o ProEJA adote políticas compensatórias que buscam o resgate social de determinados grupos

excluídos economicamente. Por si só, o programa visibiliza várias faces de problemas econômicos, sociais, educacionais e culturais da sociedade brasileira (Machado, 2016).

O ProEJA nasceu com duas vertentes, a primeira refere-se ao enfrentamento das discontinuidades e o voluntarismo que marcaram a EJA no Brasil; e segundo diz respeito a integração da Educação Básica (EB) a uma formação profissional que contribuísse para a integração socioeconômica de qualidade dos jovens e adultos na sociedade. Nessas finalidades, está radicado o desafio fundamental do Programa: integrar três campos da educação que historicamente não estão muito próximos, como é o caso do ensino médio, da formação profissional e da educação de jovens e adultos. Pensando acerca de todos esses desafios, a proposta do programa ainda busca contribuir para a melhoria das condições de participação social, política, cultural e no mundo do trabalho dos jovens e adultos, em vez de produzir mais uma ação de contenção social (Henrique, 2018).

Levando em consideração a trajetória, interrupções e retorno dos jovens e adultos à escola, Henrique (2018), argumenta que ao pensarmos que, historicamente, os alunos da EJA e do ProEJA já tiveram seu direito negado ao conhecimento, o governo federal mais uma vez consegue negar a estes indivíduos o direito à educação socialmente referenciada. Nessa perspectiva, a proposta de se materializar, no ProEJA, as funções reparadora, equalizadora e qualificadora, onde o Estado tem a responsabilidade e o dever de assegurar o direito de todos à educação, reduzindo a desigualdade entre os que tiveram acesso e aqueles aos quais o acesso à escola foi interdito, parece dar alguns passos atrás.

Para se ter uma noção mais abrangente acerca dos dados relacionados a EJA, de acordo com a Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação (CNTE), no Brasil no ano de 2018 foram matriculados 3,5 milhões de alunos nessa modalidade de ensino, esse número passou para 2,9 milhões no ano seguinte e durante a pandemia, os recursos direcionados ao EJA caíram 70% em 2020 e 67% em 2021. Diante desse cenário, mais de 72 milhões de pessoas entre 18 e 85 anos não conseguiram terminar o ensino médio e nem o fundamental e que poderiam se beneficiar do programa. Frente a estes retrocessos, 29.787 professores deixaram de lecionar para a EJA e o número de turmas, quando somadas EJA ensino fundamental e EJA ensino médio, acompanhou a queda: de 137.144, em 2018, para 119.625, em 2021 (CNTE, 2023).

Tais dados demonstram a necessidade de políticas públicas resolutivas para os problemas que assolam a educação de jovens e adultos no Brasil, uma vez que, há falta de investimentos do setor privado e público para esta comunidade. Braga (2023), explica que os professores da EJA têm diversos desafios para lotar o período noturno, pois, atualmente vem

sendo desafiador manter a oferta educacional e a permanência dos estudantes, visto que há uma queda contínua de matrículas e aumento na evasão na EJA. Com isso, uma solução viável seria a criação de políticas públicas que garantissem melhorias nas condições de permanência; formação continua dos professores(as); apoio estrutural do Estado nas escolas; incremento de materiais TI; bom material de mídia; merenda escolar noturna de boa qualidade; flexibilização dos horários para os idosos e os trabalhadores de tempo integral e outros meios de incremento didático para a permanência desse público.

Diante de tais problemas vivenciados, Canuto *et al.* (2019) argumentam que a inclusão dos alunos da modalidade ProEJA do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB) durante as aulas de Educação Física, explicando que trabalhar o lúdico no resgate do interesse e participação nessas aulas para construção da ludicidade e aspectos comportamentais dos alunos, sendo utilizadas como ferramentas motivacionais, fazendo com que os discentes participem mais das aulas ministradas. Por isso, é interessante refletir acerca da necessidade de desenvolver estratégias didáticas em sala, adaptando os conteúdos propostos no currículo, para se adequarem a sua compreensão e real influência das aulas de Educação Física para vida dos jovens e adultos que frequentam o ProEJA.

Diante do que foi explanado, o interesse em desenvolver um produto educacional para os professores de Educação Física resgatando as Práticas Corporais presentes no cotidiano dos alunos do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do IFPB *Campus Sousa*, emergiu a partir da formação acadêmica da pesquisadora participante, da experiência em sala de aula e da percepção dos déficits presentes durante as aulas de educação física no tocante a aplicação das práticas corporais e da interação dos alunos.

Nesse sentido, enquanto Pedagoga e Educadora Física, desenvolver tal trabalho foi de extrema importância para a minha trajetória acadêmica e profissional, pois, permitiu ampliar os horizontes para uma temática tão relevante para ser discutida neste campo do conhecimento. Pois, apoiando-se a partir dos dados apresentados por Anjos (2021), no Brasil ainda existem 11 milhões de pessoas não letradas, destes os maiores índices indicam a região Nordeste, como sendo a região brasileira mais afetada.

Diante de um quadro tão complexo e dos números elevados de cidadãos que não tiveram oportunidades à escolarização, nota-se que os currículos educacionais estão buscando dinamizar metodologias que possam atender esses sujeitos de maneira completa ao chegarem aos espaços escolares, de modo que, sejam respeitadas as suas culturas, crenças e vivências sociais, visando tornar o ensino escolar mais acessível, reduzindo essa exclusão da cultura letrada forçada pelas desigualdades sociais tão persistentes no país (ANJOS, 2021).

Desse modo, faz-se necessário a produção de um material que possa servir de suporte para os professores, em especial de Educação Física, e que também apresente o perfil desse público que faz parte do ProEJA, destacando as suas peculiaridades. Com isso, a importância da pesquisa para o ProfEPT será permitir o desenvolvimento da cartilha, que por sua vez, servirá como base para os educadores físicos e demais profissionais que atuam no ProEJA.

Seguindo o gancho da linha 01 - Práticas Educativas em EPT, que tem a finalidade tratar dos fundamentos das práticas educativas e do desenvolvimento curricular na Educação Profissional e Tecnológica com o foco em estratégias para as questões relacionadas à Educação de Jovens e Adultos. Tal escolha justifica-se pelo cuidado em buscar uma realidade pouco explorada em uma região do Brasil tão esquecida e negligenciada historicamente. Com isso, apresentar o resgate das práticas corporais no cotidiano dos estudantes do ProEJA ressalta o nosso papel não apenas enquanto pesquisadores ou professores, mas, demonstra a preocupação de tecer um olhar mais atencioso para essas pessoas que tiveram seus direitos à uma educação de qualidade subtraídos ao longo da sua vivência, permitindo assim que elas possam ser colocadas em um lugar de destaque e que seus conhecimentos, histórias de vida e cultura possam ser devidamente reconhecidos e valorizados.

Sendo assim, é indispensável que se tenha o suporte dos Gestores que fazem parte da educação brasileira para que essa modalidade de ensino não seja apagada do cenário nacional e que as pessoas que tiverem interesse em ingressar no ProEJA possam ser acolhidas. No entanto, vale salientar que se não há oferta, não há procura por parte dos alunos. Dessa forma, as instituições responsáveis devem assumir a responsabilidade de oferecer essa modalidade de ensino para que cada vez mais indivíduos possam ingressar no ambiente escolar, realizando o sonho de ler e aprender. Assim, o estudo demonstra uma preocupação social e acadêmica, uma vez que, permite conhecer o perfil sociodemográfico desses estudantes e a percepção deles a respeito da importância do curso para sua formação profissional e pessoal, demonstrando assim a sua relevância social.

O objetivo geral da pesquisa foi desenvolver um produto educacional para professores de Educação Física sobre as Práticas Corporais presentes no cotidiano a partir de ações pedagógicas realizadas com discentes do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do Instituto Federal da Paraíba (IFPB) *Campus Sousa*.

No tocante aos objetivos específicos, o estudo ainda teve como finalidade: Apresentar o perfil sociodemográfico dos discentes do Curso Técnico em Agroindústria Integrado ao Ensino Médio – ProEJA – *Campus Sousa*; Discutir o conceito ampliado das Práticas Corporais com os discentes; Identificar jogos, brincadeiras e danças como Práticas Corporais presentes

no contexto das aulas de educação física; Identificar a percepção dos discentes a respeito dos benefícios das Práticas Corporais para a saúde e bem-estar; Evidenciar o papel da Educação Física no contexto da Educação Profissional e Tecnológica (EPT) no Brasil.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 UMA VISÃO GERAL ACERCA DAS PRÁTICAS CORPORAIS**

A partir da década de 1980 a EF passou a ser discutida conforme as suas matrizes epistemológicas e, conseqüentemente, a ação didática do professor desse componente curricular passou a ser questionada para que pudesse ocorrer a diversificação de propostas pedagógicas nesta área. Na década de 1990, com a promulgação da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB nº 9.346/96), a EF passou a ser obrigatória na EB. Ainda na década de 1990, por intermédio dos Parâmetros Curriculares Nacionais da EF foi consolidada a cultura corporal de movimento como principal objeto desta disciplina em todos os segmentos da EB, fortalecendo assim uma nova tradição didático-pedagógica nas aulas de EF escolar (Sousa; Silva; Maldonado, 2017).

Na área da Educação Física, o termo Práticas Corporais não é usado apenas como um conceito, mas sim, para designar um conjunto de produções culturais que se expressam através do corpo. Assim, orienta-se através da via cultural, fazendo oposição ao reducionismo biológico do conceito de atividade física, que faz com que a expressão Práticas Corporais seja mais utilizada por pesquisadores orientados pelas discussões do campo das humanidades (Furtado, 2020).

Ao abordar a cultura corporal, a seguir serão apresentadas as práticas corporais presentes no componente curricular da EF destacando as seis unidades temáticas abordadas ao longo do Ensino Fundamental, como é o caso das Brincadeiras e Jogos, Esportes, Ginásticas, Danças, Lutas e as Práticas Corporais de Aventura, como apresentados na BNCC (2017).

#### **2.1.1 Brincadeiras e jogos**

Desde o princípio da humanidade, o jogo e a brincadeira fazem parte relações humanas, seja na configuração de cerimoniais, lendas, afazeres, festejos ou nas diversões. Essa atividade perpassa os anos e divide opiniões, sendo tecidas diferentes críticas, a partir de percepções e conhecimentos de diversos campos da ciência e do próprio saber popular. Assim, às palavras jogo e brincadeira acabam tendo mais os variados sentidos, como por exemplo, em alguns casos, empregam até como terminações depreciativas, como explicitada na expressão: “jogo de interesses” (Vitório; Porto; Borghi, 2021).



Por outro lado, Vitório, Porto e Borghi (2021), ponderam que através dos jogos e brincadeiras o lúdico pode produzir um ambiente que facilite a aprendizagem, de forma leve, significativa e de maneira tangível, abrangendo os aspectos éticos, estéticos, artísticos, técnicos, entre outros.

Os jogos e brincadeiras podem ser compreendidos como ferramentas estimuladoras e enriquecedoras nas aulas de Educação Física, contribuindo para que o professor tenha possibilidade de trabalhar o desenvolvimento das crianças com recursos adequados garantindo resultados favoráveis aos objetivos propostos. Nesse sentido, o jogo permite que o aluno seja estimulado a aprender a tomada de decisões. Interligando, inteligência, domínio e habilidades que o ambiente proporciona ao aluno durante as diferentes situações de jogo. O brincar, por sua vez, proporciona a aquisição de novos conhecimentos, desenvolvendo habilidades de forma natural e agradável (Maia; Farias; Oliveira, 2020).

Além dos jogos e brincadeiras, outra Prática Corporal que fará parte dessa fundamentação teórica e que é extremamente conhecida é a dança, compreendida por Silva, Gehres e Caminha (2021) como uma maneira de existência humana, a qual não pode ser aprisionada nos limites de uma descrição, demonstração ou apresentação - apesar da constância “aparente” da sua forma – uma vez que, se reconstrói a cada existencialização/execução nos corpos dos dançarinos e das dançarinas.

### **2.1.2 Danças**

O ato de dançar faz parte da cultura humana, sendo considerada uma arte visual vibrante de imagens rápidas criadas pela força, equilíbrio e graça. Essa prática sempre foi utilizada nas mais diversas ocasiões, desde culto aos deuses, manifestações artísticas, como forma de entretenimento, se tornando uma prática muito comum nas sociedades modernas, associando-a nas rotinas de exercícios físicos para a melhoria da qualidade de vida e saúde. Sendo assim, nota-se que a dança permite que o ser humano possa retratar seus anseios em busca da felicidade, do autoconhecimento e do aperfeiçoamento de cada gesto expressado, estimulando o bom funcionamento corporal e proporcionando outros benefícios à vida (Oliveira *et al.*, 2020).

De acordo com Sousa, Lima e Farias (2021) a dança está diretamente ligada às manifestações culturais, social e artística ocupando um lugar de destaque na vida das comunidades humanas. Ao longo da história da civilização humana, essa prática corporal fez e faz parte do cotidiano cultural de várias sociedades, grupos étnicos, gênero e gerações. Sendo

entendida como uma prática social presente na linguagem, discursos e diversos tipos de representação nas vidas dos indivíduos.

Santos e Andrade (2020), acrescentam que a dança trata-se de uma expressão representativa de diferentes aspectos de nossa vida, estando presente na escola como um dos conteúdos tratados, pedagogicamente, no componente curricular Educação Física. Assim, ela é implementada desde a década de 1930 por meio de cursos no país na área da Educação Física. No tocante a EB, a dança na Educação Física vem ao encontro dos direitos que os estudantes possuem em acessar níveis elevados de ensino, de pesquisa e criação artística, tendo em vista as suas capacidades.

Silva, Gehres e Caminha (2021) enfatizam a necessidade de um aprofundamento na compreensão da dança, pois, a Educação Física e a dança, embora apontem para um entrelaçamento histórico no campo da educação, desde os movimentos ginásticos alemão e francês, e no campo da própria constituição da dança moderna americana, têm apresentado (in)tensas relações contemporaneamente. Entretanto, o fato é que essas relações se configuram de uma maneira muito específica, não apenas nos espaços escolares, mas também em clubes, academias, escolas especializadas de dança, entre outros. Nesse sentido, o próximo tópico apresentará uma compreensão geral a respeito da ginástica.

### **2.1.3 Ginástica**

A Educação Física enquanto componente curricular tem a finalidade de proporcionar vivências e reflexões sobre as manifestações da cultura corporal. O profissional que atua na área de Educação Física tem o papel de atuar na perspectiva de colaborar para o processo de conscientização do sujeito acerca de suas escolhas e sentidos, antes, durante e após a prática da Ginástica, levando em consideração a Ginástica de condicionamento físico, da Ginástica para Todos e de modalidades ginásticas competitivas, como é o caso da Ginástica Artística e Rítmica (Maldonado; Soares, Schiavon, 2019).

Ainda tendo por base o pensamento de Maldonado, Soares e Schiavon (2019), os autores destacam que a Ginástica passou a ser conteúdo da Educação Física Escolar no Brasil no século XIX. Falando da Ginástica de condicionamento físico observa-se que esta prática corporal é o maior campo de atuação do universo que a Ginástica compreende, com muitas práticas, objetivos e materiais a serem utilizados, podendo ser oferecida nos mais distintos contextos. A Ginástica para Todos, por sua vez, pode ser compreendida como uma manifestação da cultura

corporal, possibilitando que haja um diálogo entre as diversas expressões da Ginástica, numa perspectiva lúdica, criativa, participativa e inclusiva.

Silva *et al.* (2021) apontam que durante os séculos XIX e XX, os métodos ginásticos europeus ganharam reconhecimento e influenciaram o modo de fazer ginástica para além das fronteiras europeias. Tais métodos convergem com a evolução das técnicas científicas que possibilitam a mensuração e comparações numéricas, aproximando-se da ideia de “corpo-máquina”. Nesse contexto, emergiu a prosperidade do processo de esportivização, refletida fundamentalmente, nas ginásticas competitivas, observando a incorporação das modalidades: Ginástica Artística Masculina (GAM), Ginástica Artística Feminina (GAF), Ginástica Rítmica (GR), Ginástica Aeróbica (GAE), Ginástica de Trampolim (GTR), Ginástica Acrobática (GACRO) e, mais recentemente, o Parkour.

Ao abordar um pouco dos processos de esportivização vivenciados pela ginástica ao longo dos anos, faz-se necessário uma discussão acerca dos conceitos referentes ao esporte, Prática Corporal explicitada no tópico a seguir.

#### **2.1.4 Esportes**

O termo "esporte" pode ser associado na maioria das vezes a competição estruturada, porém, ele tem um significado mais amplo que reflete a perspectiva etimológica original. A palavra inglesa *sport*, derivada da antiga palavra francesa *desport*, tem sua origem relacionado originalmente a um “passatempo”. Tal definição no sentido mais amplo inclui as dimensões de autodesenvolvimento e lazer. Essa noção original significa que os esportes são considerados atividades multifacetadas, que cruzou fronteiras e não envolvem necessariamente atividades competitivas estruturadas. Nesse sentido, percebe-se que os esportes tradicionais, frequentemente estão associados a regras e regulamentos devidamente estruturados, permitindo que haja consistência no contexto competitivo, medindo o que constitui sucesso (Lanferdini, 2021).

Segundo Borges e Portilho (2021), o esporte é definido como um conjunto de práticas corporais institucionalizadas, baseando-se em regulamentações por meio das federações e confederações as quais determinam como o esporte deve ser praticado. Nessa perspectiva, o esporte apresenta características bem marcadas em nossa sociedade como: a competição; o rendimento, seja ele técnico ou físico; o Record; a racionalização; e a cientifização do treinamento.

Dentro da perspectiva do esporte, ainda destacam-se os esportes de combates, Campos e Antunes (2021), ressaltam que temáticas envolvendo lutas e esportes de combate estão em ascensão tanto no que diz respeito à produção do conhecimento como em se tratando de intervenção em diferentes áreas da educação física, como treinamento, preparação física, trabalho técnico/tático e organização e gestão.

### **2.1.5 Lutas**

As lutas, como por exemplo as artes marciais ou esportes de combate, sempre foram alvo de preconceito apesar de estarem presentes na vida dos seres humanos. Sua trajetória evolutiva aponta como homens e mulheres precisaram se posicionar de modo combativo em algumas circunstâncias para garantir a própria sobrevivência. No entanto, com o passar dos anos, as lutas passaram a ter um caráter mais disciplinador e modalizador da conduta dos discentes, atuando no reforço dos valores éticos e morais voltados ao adequado uso das relações sociais. Sendo assim, essa prática corporal passou a compor as grades curriculares que orientam o ensino da Educação Física nas escolas de EB (Silva, 2021).

Ferreira *et al.* (2021) destacam que as lutas estão presentes nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) e na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), destacando que esse conteúdo deve ser trabalhado em todos os níveis da educação básica. Nesse sentido, observa-se que os jogos de lutas são empregados no ambiente escolar com o objetivo de reproduzir golpes e atos das lutas que podem ser trabalhados nas escolas, auxiliando o desenvolvimento integral do aluno e proporcionando uma comunicação através do contato corporal e dos gestos das lutas. Existe também a possibilidade de algumas propostas incluírem a conceituação de algumas modalidades de lutas, a história de determinadas práticas, diferença entre lutar e brigar, curiosidades sobre as lutas, entre outras, fazendo com que haja uma contribuição para a quebra de paradigmas sobre o conteúdo.

Assim como qualquer outro conteúdo tradicional, como é o caso do esporte, dos jogos, da ginástica, da dança e/ou das lutas, as Práticas Corporais de Aventura podem ser tratadas dentro do contexto das Práticas Corporais, oportunizando novas situações de aprendizagens aos alunos. Desse modo, o conjunto de práticas relacionadas à aventura podem (e devem) ter um importante papel nas aulas de Educação Física escolar (Franco; Tahara; Darido, 2018).

### 2.1.6 Práticas Corporais de Aventura

As Práticas Corporais de Aventura (PCAs) podem ser entendidas como a mais ampla expressão humana dada pelo corpo em movimento, denominada como “Cultura Corporal”. Essas práticas têm se expandido e vêm se tornando de conhecimento geral da sociedade, sendo raro encontrar alguém que não tenha alguma ideia do que sejam, ainda que conhecidas por outras definições como Esportes de aventura, Esportes de Risco, Esportes radicais, Atividades de aventura (Inácio; Sousa; Machado, 2020).

Nas últimas décadas percebe-se um novo fenômeno referente a prática de esporte de aventura, abordando práticas corporais, manifestando-se a partir do lazer e da competição, norteando-se através de eixos como a aventura, o risco e as fortes emoções em sua máxima intensidade e profusão experienciadas no meio natural. Dessa forma, os esportes e as práticas corporais de aventura podem ser caracterizados por serem modalidades que têm intrinsecamente a aventura, risco e emoções durante a sua realização, sendo um fator motivacional para os praticantes. Assim, torna-se indispensável acrescentar que os esportes e práticas corporais de aventura apresentam especificidades relacionadas com a segurança, controle dos riscos e desafios, fazendo com que a sua inclusão no ambiente escolar também possa ser possível (Lanferdini, 2021).

Conforme Inácio, Sousa e Machado (2020), as PCAs emergem no ambiente escolar como uma opção de inovação para as aulas de EF. As atividades físicas de aventura na natureza (AFAN), por exemplo, têm sido apontadas como meio promissor no espaço educacional, justamente por causa da sua potencialidade enquanto instrumento pedagógico, assumindo assim um caráter interdisciplinar, contribuindo no processo de construção de um conhecimento mais amplo e mais facilmente assimilável, dado seu valor prático e vinculando com a busca teórica dos conteúdos desenvolvidos através desta prática, criando laços mais estreitos entre ser humano e natureza.

Além de discutir pontualmente as Práticas Corporais, a fundamentação do estudo irá apresentar o papel da Educação Física no contexto da EPT no Brasil.

## 2.2 O PAPEL DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO CONTEXTO DA EPT NO BRASIL

No Brasil, em meados de 1944 e 1945, a Educação Profissional (EP) tinha como base o ensino moral, físico e intelectual. Pensando nisso, a educação física tinha como objetivo formar e preparar o corpo, beneficiando as faculdades intelectuais e morais. Nesse contexto, acabava

sendo defendido que sem a educação física não haveria um povo sadio, ou seja, não existiria a sociedade e nem a nação, pois indivíduos fracos não seriam capazes de formá-la (Viana; Oliveira; Dias, 2020).

### 2.2.1 Trajetória histórica da EPT no Brasil

A formação do trabalhador iniciou-se no período da colonização do Brasil, tendo como primeiros aprendizes de ofícios os índios e os escravos, pois, eram considerados como as classes mais baixas da sociedade. A EP conhecida como é hoje teve seu início consolidado em meados do final do século XVIII, a partir da Revolução Industrial ocorrida na Inglaterra. Esse foi um período de transição para novos processos de manufatura, passando da produção artesanal para a produção por máquinas. Passaram a surgir os teares gigantes e as locomotivas a vapor. Era possível não só produzir com maior rapidez, como também transportar pessoas e mercadorias num tempo mais curto e com custos mais baixos do que anteriormente (Vieira; Souza Junior, 2016).

Nessa perspectiva, Souza e Medeiros Neta (2021) remontam a história da Educação Profissional e Tecnológica Brasileira, destacando marcos importantes no tocante às datas e legislações que se tornaram “divisores de água” no que se refere ao debate sobre a gestão, à organização e à formação para o trabalho no Brasil. Para uma melhor compreensão histórica desses fatos, o Quadro 1 apresenta os anos e o marco legal em cada uma dessas fases.

Quadro 1 - Percurso histórico da EPT no Brasil

<b>Datas</b>	<b>Marcos Legais</b>
1909	Criação das Escolas de Aprendizes Artífices pelo Decreto nº 7.566
1937	Criação dos Liceus Industriais pela Lei nº 378
1942	Criação das Escolas Industriais e Técnicas por meio do Decreto nº 4.127, bem como a criação das Leis Orgânicas do Ensino, que estruturaram o Ensino Industrial, reformou o Ensino Comercial e o Normal, criou o Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial (SENAI), como também trouxe mudanças ao Ensino Secundário.
1959	Criação das Escolas Técnicas Federais
1994	A Lei nº 8.948 gradualmente transformou as Escolas Técnicas Federais e Agrotécnicas Federais em Centros Federais de Educação e Tecnologia
2008	Com a instituição da Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica (RFEPCT) e criação dos Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia

Fonte: Adaptado Souza; Medeiros Neta (2021, p. 111-112).

De acordo com Brazorotto e Venco (2021), observou-se que em 2008 foi iniciado o processo de expansão da oferta pública de educação profissional, graças a transformação das escolas técnicas e de outras instituições federais em Institutos Federais, por intermédio da Lei de nº 11.892, que tinha como objetivo estabelecer como uma de suas metas prioritárias a implantação do ensino médio integrado ao técnico profissionalizante (EMI) na perspectiva de educação politécnica, tendo o trabalho, a ciência e a cultura como princípios educativos.

Ainda tendo como base Brazorotto e Venco (2021), os documentos oficiais que marcam a inauguração dessa nova instituição preconizam a democratização do acesso à educação de qualidade para os segmentos que ao longo da história foram alijados dos processos de desenvolvimento e modernização do Brasil, viabilizando o pagamento da dívida social em relação a esse público.

A respeito dos dados inerentes a EPT no Brasil, Mercadante (2019) explica que ao longo de quase um século, ou seja, o período referente a 1909 e 2003, haviam sido constituídas no Brasil somente 140 campi de instituições de ensino técnico e profissional. No entanto, esse número apresentou uma extraordinária expansão entre 2003 e 2016, fazendo com que, em 2016, existissem 600 campi de Institutos Federais (IF's) e instituições afins. As matrículas praticamente dobraram nesse período, passando de 558 mil estudantes, em 2002, para mais de 1 milhão, em 2016, considerando apenas o ensino médio e ensino profissional técnico, nas formas integrada, concomitante e subsequente, além dos articulados com a EJA.

Frente a essas ponderações, Nascimento, Cavalcanti e Ostermann (2020) argumentam que historicamente a educação profissional tem sua origem relacionada a uma perspectiva assistencialista, onde os jovens em situação de mendicância eram levados para casas específicas e recebiam instrução básica e algum tipo de ofício. Enquanto que, para a classe de proprietários dos meios de produção, no mesmo período, era ofertada uma educação de excelência pautada em atividades intelectuais ou artísticas, com exercícios lúdicos ou militares. Desse modo, nota-se como a dualidade é recorrente no campo educacional, sendo entendida como essa diferença na qualidade da educação oferecida aos filhos dos ricos e dos pobres.

Após serem observadas algumas questões acerca da trajetória histórica da EPT no Brasil, o próximo tópico irá discutir sobre o ensino da Educação Física e a EPT, pois, conforme aponta o pensamento de Paes Neto, Furtado e França (2018, p. 175-176) “... as práticas corporais que constituem a educação física, assim como o esporte, são fenômenos próprios dos seres humanos, da cultura, e que, em perspectiva educativa constituem-se como parte do conjunto do saber sobre a produção humana e que devem ser socializadas.”

### 2.2.2 O ensino da Educação Física e a EPT

A Educação Física inserida na EPT, especificamente no EMI e no prisma do contexto educativo, demonstra que a quantidade de problemáticas e desafios demandados aos professores avolumam-se, pois, ao desafio de produzir conhecimentos acerca das práticas corporais, soma-se a necessidade de pensar o ensino da EF articulada com a EPT e com os demais componentes do currículo, tanto do núcleo propedêutico/comum, quanto do núcleo técnico-profissional. Entretanto, para que haja o avanço da elaboração de propostas ou soluções para esse desafio em toda a sua magnitude e complexidade, o professor de EF necessita ter como objetivo elaborar respostas para perguntas fundamentais, como por exemplo: “O que ensinar?” e “Como ensinar?”, como explica Boscatto *et al.* (2020).

Segundo Vieira e Souza Junior (2016), a educação física escolar tem a função de oportunizar o ensino do jogo, esporte, lutas, danças, ginásticas, e outras formas de manifestações corporais que constituem a cultura corporal, permitindo que o estudante seja capaz de vivenciar e aprender as modalidades dentro de princípios culturais, simbólicos, inclusivos, de perspectiva crítica, de lazer e de saúde.

A EF deixa de ter somente a ciência biológica como área dominante e passa a incluir as ciências humanas e sociais. De modo que, ela não deve priorizar apenas as técnicas ou considerar o movimento como apenas um comportamento motor, mas sim, contribuir na formação integral do aluno sendo capaz de ser um cidadão crítico e responsável por seus atos, ou seja, uma aula de educação física dentro dessa visão contribui para o desenvolvimento de capacidades corporais junto com um entendimento crítico da realidade (Viana; Oliveira; Dias, 2020).

Nesse sentido, Duarte e Lima (2022) acrescentam que é preciso que sejam pontuadas algumas reflexões sobre a importância da Educação Física como perspectiva de melhoria na qualidade de vida desse público, e que ultrapassem o âmbito de sua formação e atinjam de fato os diversos espaços escolares, como é o caso da EJA, levando em consideração que a educação física vai além da simples prática de esportes, ela é uma oportunidade de vivência em grupo, socialização, prática de ética e moral, companheirismo, cidadania, entre outros valores que o componente curricular pode incentivar e até desenvolver.

Diante das informações expostas, o próximo capítulo terá a finalidade de compor essa revisão da literatura abordando o contexto da EJA e do ProEJA no Brasil.



## 2.3 CONTEXTO DA EJA NO BRASIL

A história da EJA no Brasil perpassa pela luta por direitos que estão presentes na Constituição Federal (CF) de 1988. O público-alvo atendido pela EJA, em sua maioria, é constituído por indivíduos das classes mais populares, que não tiveram oportunidade de ingressarem no ensino regular, em virtude de inúmeros motivos ou ainda os que deram continuidade a escola. Com isso, observa-se que o sujeito que ingressa na EJA possui diversas experiências e conhecimentos adquiridos anteriormente (Goldschmidt Filho; Cruz; Bossle, 2016).

### 2.3.1 Aspectos gerais da EJA no Brasil

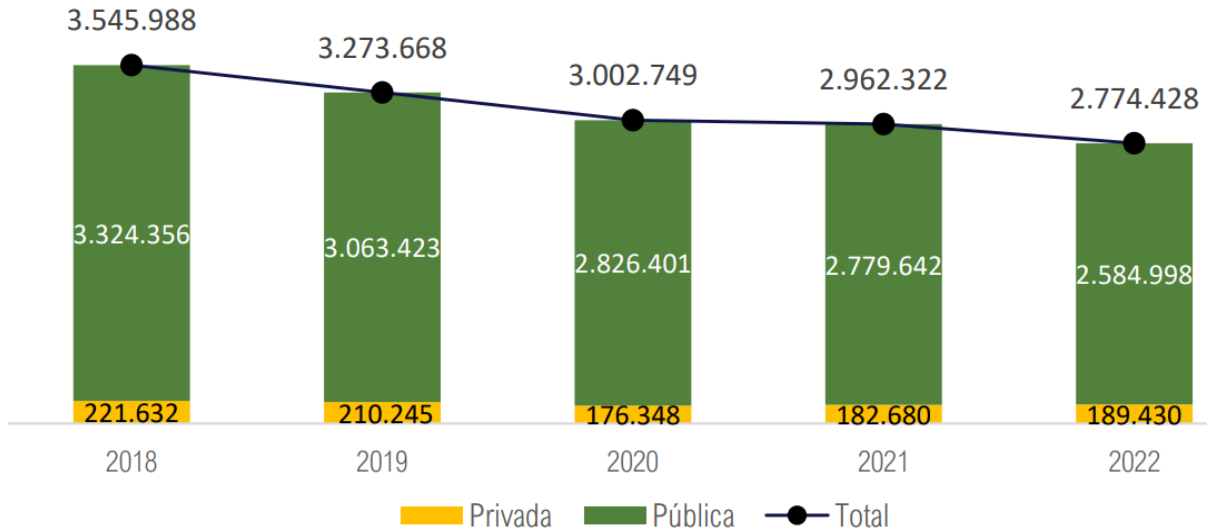
A modalidade conhecida como EJA tem a finalidade de atender pessoas com mais de 15 anos que por algum motivo não conseguiram completar o ensino fundamental e ensino médio na idade regulamentada (Barrozo; Dias, 2020). Para Sakalauskas e Machado (2022), a EJA vem impulsionando inúmeros estudos e reflexões, seja enquanto política pública de inserção social, seja com relação ao perfil e às necessidades dos sujeitos envolvidos, à formação dos docentes, às práticas pedagógicas aplicadas, entre outros.

Oliveira, Angeli e Cândida (2019) acrescentam que essa modalidade de ensino se refere a um sistema voltado para as pessoas que não tiveram condições de finalizar seus estudos no tempo regular, recebendo assim uma nova oportunidade para assim o fazer. A EJA vem ganhando muitos adeptos no decorrer dos anos, já que cada vez mais as pessoas tomam a decisão de retomar os estudos que outrora abandonaram pelos mais diferentes motivos.

Para uma melhor compreensão desse cenário, os dados referentes ao Censo Escolar, apresentados na Figura 01, apontam a evolução das matrículas na EJA no Brasil no período de 2018 a 2022, tanto em escolas públicas quanto particulares.

De acordo com o total geral das matrículas na EJA, 3.545.988 foram realizadas em 2018, 3.273.668 no ano de 2019, 3.002.749 em 2020, 2.962.322 em 2021 e 2.774.428 em 2022, demonstrando assim um decaimento no total das matrículas. Esses dados também podem ser evidenciados também nas escolas públicas, que tiveram 3.324.356 de alunos matriculados em 2018, 3.063.423 em 2019, 2.826.401 em 2020, 2.779.642 em 2021 e 2.584.998 em 2022. Nas escolas particulares, a quantidade de estudantes foi de 221.632 em 2018, 210.245 em 2019, 176.348 em 2020, 182.680 em 2021 e 189.430 em 2022 (INEP, 2023).

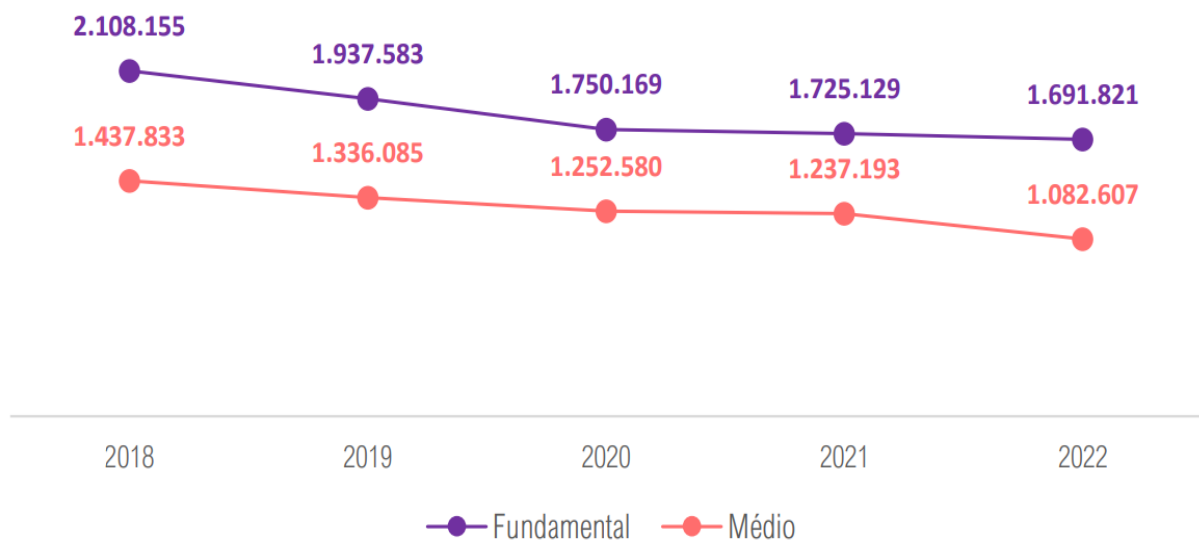
Figura 1 - Evolução da matrícula na Educação de Jovens e Adultos (EJA) Brasil 2018-2022



Fonte: INEP (2023, p. 29).

Com relação a evolução das matrículas na EJA por etapa de ensino no Brasil durante os anos de 2018 a 2022, nota-se que no Ensino Fundamental esses dados foram de 2.108.155 em 2018, 1.937.583 em 2019, 1.750.169 em 2020, 1.725.129 em 2021 e 1.691.821 em 2022. No Ensino Médio, por sua vez, foram realizadas 1.437.833 em 2018, 1.336.085 em 2019, 1.252.580 em 2020, 1.237.193 em 2021 e 1.082.607 em 2022, como apresentado na Figura 02 (INEP, 2023).

Figura 2 - Evolução da matrícula na Educação de Jovens e Adultos (EJA) por etapa de ensino - Brasil (2018-2022)



Fonte: INEP (2023, p. 29).

Tendo em vista as informações apresentadas nas Figuras 01 e 02, expostas acima, nota-se que a EJA recebe alunos provenientes do ensino regular. Assim, de 2019 para 2020,

aproximadamente 230 mil alunos dos anos finais do ensino fundamental e 160 mil do ensino médio migraram para a EJA. Esses estudantes têm histórico de retenção e buscam meios para conclusão dos ensinos fundamental e médio (INEP, 2023).

Oliveira, Angeli e Cândida (2019) explicam que a decisão de voltar aos estudos representa uma mudança na vida dos alunos, pois, a inicialização na EJA requer dele um considerável esforço e dedicação, fazendo com que este educando precise aprender novamente: o convívio em sala de aula, aproveitar de forma produtiva os conhecimentos apresentados e o seu tão valioso e escasso tempo, além de desenvolver a capacidade do raciocínio. Nesse panorama apresentado, entende-se que a aprendizagem, ao contrário da maturação, envolve uma mudança duradoura no indivíduo, não marcada por sua herança genética. Tal mudança pode estar relacionada ao “*insight*”, comportamento, percepção ou até mesmo a motivação ou ainda combinação de todos esses elementos.

Diante do que foi apresentado, nota-se que a história da EJA está diretamente relacionada ao segmento secundário nas políticas públicas de educação no Brasil. Com isso, um conjunto de ações voltadas a essa modalidade de ensino foram desenvolvidas, como é o caso da criação da Secretaria de Alfabetização e Diversidade (SECAD) e diferentes programas voltados aos públicos jovem e adulto, como por exemplo: Programa Nacional de Inclusão de Jovens – Educação, Qualificação e Ação Comunitária (PROJOVEM), ProEJA, Programa Nacional de Acesso ao Ensino Técnico e Emprego (PRONATEC), tais ações buscam estimular o processo de escolarização associado à preparação para o trabalho (Franchi; Günther, 2018).

Franzoi e Fischer (2020) abordam especialmente o ProEJA, ressaltando esse programa como uma importante conquista para a EJA, na perspectiva da formação humana. Pois, ao longo da história brasileira, tal fato não é trivial se levarmos em consideração a luta travada, para a superação da dualidade do sistema educacional e para a reparação da dívida social com jovens e adultos expulsos precocemente da escola.

### **2.3.2 Contextualização do ProEJA no Brasil**

As reformas da educação escolar brasileira impactaram, também, a Educação de Jovens e Adultos, nos últimos 30 anos. A EJA passou a ser secundarizada nas políticas públicas e na escola, fragmentada em vários programas e projetos e aligeirada em seu conteúdo e prática pedagógica, reforçando os vínculos desta modalidade com os interesses imediatistas do mercado, como ressalta Ventura e Oliveira (2020).

Sakalauskas e Machado (2022) abordam a criação do ProEJA, por meio do Decreto nº 5.478/05, que posteriormente foi revogado pelo Decreto nº 5.840/06, permitindo que passasse a ocorrer novas inquietações, uma vez que esse programa, além de integrar a educação básica de jovens e adultos à formação profissional, determinava inicialmente que apenas as instituições federais de educação profissional deveriam implantar cursos dessa modalidade.

Tavares (2020) entende que o ProEJA Técnico segue as regulamentações específicas de oferta de cursos técnicos. Nesse caso, os cursos ofertados pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba são gratuitos. O Processo Seletivo para os cursos ProEJA é elaborado por cada instituição de ensino, com edital próprio publicado por cada *campus*, sem que haja um período previamente determinado. O processo de seleção, ocorre mediante entrevista, considerando as especificidades do público da EJA.

Ainda com base em Tavares (2020), há um benefício que os Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia utilizam para viabilizar a permanência do estudante do PROEJA no curso, sendo este regulamentado pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, e tendo o seu valor no ano de 2018 equivalente a R\$ 280,00 (duzentos e oitenta reais) mensais. Outra forma de Assistência Estudantil é a garantia de transporte e alimentação para os estudantes, entre outros benefícios garantidos através da Política de Assistência Estudantil do IFPB, mediante seleção específica.

### **3 METODOLOGIA**

O método científico é compreendido como uma série de regras básicas, que devem ser executadas na geração de conhecimento que tem o intuito da ciência. A metodologia, por sua vez, pode ser entendida como uma preocupação instrumental, sendo considerada o caminho para a ciência tratar a realidade teórica e prática, centrando-se no esforço de transmitir uma iniciação aos procedimentos lógicos direcionados para questões da causalidade, dos princípios formais da identidade, da objetividade, da dedução e da indução (Pereira *et al.*, 2018; Oliveira, 2011).

#### **3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA**

##### **3.1.1 Quanto à classificação**

No tocante a classificação, a pesquisa foi de campo. Prodanov e Freitas (2013) descrevem-na como sendo aquela que objetiva conseguir informações e/ou conhecimentos acerca de um problema para o qual procura-se uma resposta, ou de uma hipótese, que queira comprovar, ou, ainda, descobrir novos fenômenos ou as relações entre eles. Nesse tipo de estudo, observa-se os fatos e fenômenos tal como ocorrem espontaneamente, na coleta de dados a eles referentes e no registro de variáveis que se presumem relevantes, para analisá-los.

Apoiando os conceitos inerentes a pesquisa de campo, Piana (2009) destaca que este estudo pode ser entendido como um tipo de pesquisa que tem a finalidade de buscar diretamente a informação com a população pesquisada, exigindo assim que o pesquisador seja direto, ou seja, ele precisa ir ao espaço onde acontece o fenômeno e reunir o conjunto de informações necessárias e que possam ser documentadas.

##### **3.1.2 Quanto à abordagem**

O presente estudo utilizou uma abordagem qualitativa, ou seja, se preocupou com o aprofundamento da compreensão de um grupo social, de uma organização, entre outros. Na pesquisa qualitativa observa-se que é trabalhado o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis (Gerhardt; Silveira, 2009).

Para Stake (2011) a pesquisa qualitativa apresenta um raciocínio baseado principalmente na percepção e na compreensão humana. Os métodos são compartilhados, de forma ampla, em muitos campos de pesquisa, abordando desde a antropologia à biografia; ou da cerâmica à zoologia. Ainda assim, não há um único campo em que seja possível encontrar todos os métodos de pesquisa qualitativa usados normalmente. Assim, a observação, a entrevista e a análise dos materiais são os métodos de pesquisa qualitativa mais comuns.

### **3.1.3 Quanto à tipologia da pesquisa**

No que se refere a tipologia da pesquisa, o estudo se tratou de uma pesquisa descritiva e exploratória. Segundo Santos; Nascimento (2021), a pesquisa descritiva tem a finalidade de descrever os componentes dos dados, mediante a observação, registro, análise, ordenação, classificação, explicação e interpretação dos fatos de uma população ou fenômeno, permitindo uma nova visão a respeito do problema de pesquisa, sem que o pesquisador possa interferir nesses dados.

Com relação à pesquisa exploratória, Severino (2013) explica que esta pesquisa tem a finalidade de levantar informações sobre um determinado objeto, delimitando assim um campo de trabalho, mapeando as condições de manifestação desse objeto. Oliveira (2011), acrescenta que a pesquisa exploratória objetiva primordialmente desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista a formulação de problemas mais precisos ou hipóteses pesquisáveis servindo como base para estudos posteriores. Nessas pesquisas nota-se uma menor rigidez no planejamento, pois são planejadas com o objetivo de proporcionar visão geral, de tipo aproximativo, acerca de determinado fato.

## **3.2 UNIVERSO, AMOSTRAGEM E AMOSTRA**

### **3.2.1 Quanto ao universo da investigação**

O universo também chamado de população refere-se a um conjunto de elementos em que cada um deles apresenta uma ou mais características em comum. Assim, ao ser feita a extração de um conjunto de observações da população, ou seja, toma-se apenas uma parte desse universo para a realização do estudo, chama-se de amostra (Santos, 2021).

O universo foi constituído por 06 alunos de uma das turmas do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do IFPB *Campus* Sousa. Esse público foi

escolhido inicialmente, por uma questão logística e por ter conhecimento prévio da população do estudo e acesso ao IFPB *campus* Sousa.

### 3.2.2 Quanto à amostragem da pesquisa

A amostragem trata-se do processo de escolha da amostra, neste caso a amostragem do presente estudo foi não probabilística. Para tal, Nobre *et al.* (2017), explicam que são utilizados métodos de amostragem probabilística, definidos como ferramentas para selecionar observações que tenham a mesma chance de participar da amostra. Nesse sentido, na pesquisa quantitativa a amostragem divide-se em dois grupos (amostragem probabilística e amostragem não probabilística). A amostragem probabilística é realizada com procedimentos controlados devido a seleção aleatória das observações e por todas as observações terem a chance de ser selecionadas, ou seja, que a probabilidade seja diferente de zero. Enquanto que a amostragem não probabilística é subjetiva e não aleatória, permitindo que os pesquisadores selecionem suas observações de forma intencional.

A amostra é explicada por Prodanov e Freitas (2013) como sendo uma parte da população ou do universo, que pode ser selecionada após uma regra ou um plano, referindo-se assim ao subconjunto do universo ou da população em que são estabelecidas ou estimadas características desse universo ou dessa população. A amostra pode ser probabilística e não probabilística.

Após contato inicial com dirigentes do IFPB - *campus* Sousa, identificou-se que a disciplina de Educação Física é ministrada na turma de primeiro ano do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA, sendo assim a amostra da pesquisa foi composta por 06 alunos que fazem parte da turma mencionada e que aceitaram participar da pesquisa.

### 3.3 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

Com relação ao questionário, Zanella (2013) discorre que este trata-se de um instrumento de coleta de dados composto por uma série ordenada de perguntas descritivas, comportamentais e preferenciais. Prodanov e Freitas (2013) acrescentam a importância do questionário ter uma linguagem simples e direta, para que o respondente compreenda com clareza o que está sendo perguntado, além disso, esse instrumento de coleta deve ser objetivo,

limitado em extensão e estar acompanhado de instruções que expliquem a natureza da pesquisa, ressaltando a importância e a necessidade das respostas, a fim de motivar o informante.

Inicialmente, foi aplicado um questionário diagnóstico (Apêndice D), com questões abertas e fechadas. A partir dessa aplicação, foi elaborada e executada a ação pedagógica, onde foram realizadas as Práticas Corporais de “Jogos e Brincadeiras” e de “Dança” (Eixo Temático 01). Seguindo a sequência da ação pedagógica, foi realizada a Roda de Conversa com os alunos explicando a importância da EJA no contexto social e econômico (Eixo Temático 02) e por fim, foi aplicado um Questionário Avaliativo (Apêndice F – Eixo Temático 03), para que se pudesse verificar se houve mudanças na percepção dos alunos acerca das Práticas Corporais.

Desse modo, a presente pesquisa utilizou um instrumento para a coleta de dados denominado de questionário semiestruturado com questões abertas e fechadas – instrumento cujo sistema consiste em obter informações diretamente dos indivíduos envolvidos na amostra da pesquisa, como explica (Silva *et al.*, 2018), neste caso a coleta de dados ocorreu a partir de uma série ordenada de questões que foram respondidas por escrito pelo participante. As questões objetivas estão relacionadas inicialmente aos dados sociodemográficos, e as questões subjetivas, enfocam a responsividade dos objetivos propostos pelo estudo. Todo processo de intervenção foi realizado no horário das aulas de Educação Física do Campus.

Para o desenvolvimento da Cartilha Educativa, foram realizadas as Práticas Corporais de “Jogos e Brincadeiras” e, posteriormente, de “Dança”, buscando identificar a interação entre os alunos e o aprimoramento das Práticas Corporais no contexto da Educação Física na EJA. Após esse momento, foi realizada uma roda de conversa, onde os alunos conheceram os principais conceitos sobre as Práticas Corporais e seus benefícios para a saúde e qualidade de vida, além de compreenderem os riscos da inatividade física e do sedentarismo.

Para finalizar a ação pedagógica, foi realizada a aplicação de um questionário avaliativo constituído por questões abertas e fechadas, onde os alunos puderam expor os pontos positivos e negativos inerentes à ação pedagógica, de modo que, eles possam ressaltar a importância dessas aulas para a sua construção acadêmica e social.

### 3.4 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Foram incluídos na pesquisa os alunos matriculados no Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA, que aceitaram participar do estudo, tiveram disponibilidade para participarem de todas as etapas da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).



Foram excluídos da pesquisa os alunos que não estavam matriculados no Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA, aqueles que não aceitaram participar do estudo ou desistiram dele em qualquer uma das suas etapas, como também os estudantes que não assinaram o TCLE.

### 3.5 ANÁLISE DE DADOS

Por se tratar de uma pesquisa qualitativa, os dados qualitativos foram analisados através da Análise de Conteúdo proposta por Bardin. De acordo com Silva *et al.* (2017), a análise de conteúdo é uma técnica de análise de dados proposta por Laurence Bardin em 1977, por meio da obra *L'analyse de contenu*, a qual é definida como um método empírico. Essa análise configura-se como um conjunto de técnicas de análise das comunicações que faz uso de procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens.

Após ser feita a análise dos dados, os mesmos foram confrontados à luz da literatura pertinente à temática.

### 3.6 ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA

No tocante aos aspectos éticos o estudo atendeu aos princípios éticos da Resolução Nº 466/12 outorgada pelo Conselho Nacional de Saúde (CNS), que regulamenta a pesquisa envolvendo seres humanos, incorporando os quatro referenciais básicos da bioética: autonomia, não maleficência, beneficência e justiça (BRASIL, 2012). Para tal, o estudo foi encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) através da Plataforma Brasil e o número do CAAE foi: 67396822.0.0000.5185.

Para que sejam resguardados os direitos básicos dos entrevistados, bem como, a manutenção da privacidade, foi feito um TCLE, o qual foi lido e ponderado acerca do regulamento científico e das características da pesquisa no momento da coleta de dados e posteriormente assinado pelo participante da pesquisa. Diante disso, os participantes puderam optar pela desistência em qualquer etapa da pesquisa, sem que isso cause nenhum prejuízo ou constrangimento à mesma.

### 3.7 RISCOS E BENEFÍCIOS DA PESQUISA

Para realizar a pesquisa, foram expostos os objetivos e foi ressaltada que a participação do estudante ocorreu de forma voluntária, ou seja, ele não recebeu nada por isso. Com relação aos riscos ao serem aplicados os questionários, os participantes podiam apresentar alguns riscos de origem psicológica, como por exemplo, a possibilidade de constrangimento ao responder aos questionários ou ainda desconforto, medo, vergonha e cansaço ao responder às perguntas.

Mediante a ação pedagógica desenvolvida com os estudantes, a pesquisa ainda apresentou os riscos de origem física, uma vez que, foram realizadas Práticas Corporais que podem provocar alguma lesão ou mal-estar ao estudante.

Foi ressaltado que os direitos dos participantes foram garantidos pela pesquisadora, de modo que, foi garantida a privacidade e o anonimato em todas as etapas deste estudo. Mesmo assim, para evitar os riscos psicológicos mencionados, foram expostas as informações acerca dos questionários para que não haja nenhum desconforto ao respondê-los e foi sugerido também que os alunos pudessem responder aos questionários em um ambiente reservado, além de ressaltar que eles têm total liberdade para não responder às questões ou desistirem do estudo em qualquer uma das suas etapas.

Caso os riscos físicos ocorressem foi informado aos participantes que eles falem com a pesquisadora, para que ele seja encaminhado para o ambulatório médico do IFPB *Campus Sousa-PB*, lembrando que para minimizar esses riscos foi pedido aos participantes que eles não ultrapassem os seus limites físicos para não se machucarem ou se sentirem mal durante a ação pedagógica.

No tocante aos benefícios, este estudo pode servir como base para pesquisas posteriores que abordem a temática, como também, apresentou aos profissionais da Educação, em especial da Educação Física, um instrumento de auxílio pedagógico que contribua com as reflexões acerca do tema, além de permitir que os alunos compreendam como as aulas voltadas às Práticas Corporais e a atividade física podem influenciar positivamente na sua saúde e bem estar.

### 3.8 DESFECHOS DA PESQUISA

#### 3.8.1 Desfecho primário

Desenvolver um produto educacional que possa servir como base para os profissionais da Educação, em especial da Educação Física, um instrumento de auxílio pedagógico que

contribua com as reflexões acerca do tema, além de permitir que os alunos compreendam como as aulas voltadas às Práticas Corporais e a atividade física podem influenciar positivamente na sua saúde e bem-estar.

### **3.8.2 Desfechos secundários**

Conhecer o perfil sociodemográfico dos discentes do Curso Técnico em Agroindústria Integrado ao Ensino Médio – ProEJA – *Campus Sousa*;

Desenvolver durante as aulas de Educação Física as Práticas Corporais, como é o caso dos jogos, brincadeiras e danças, visando a integração e participação dos alunos de forma ativa;

Pontuar juntamente com os discentes os benefícios das Práticas Corporais para a saúde e bem-estar;

Evidenciar a importância da Educação Física no contexto da EPT para esses jovens.

## **3.9 PROTOTIPAÇÃO DO PRODUTO EDUCACIONAL (PE): DO PLANEJAMENTO À AÇÃO NO ENSINO**

Os produtos educacionais podem ser descritos como uma importante ferramenta de aproximação em que se correlacionam os conteúdos selecionados como objeto de ensino e as demandas de aprendizagem apontadas pelos estudantes, objetivando o favorecimento da aprendizagem, contribuindo para qualificar o processo educacional, especialmente na educação básica. Sendo assim, o PE é caracterizado por um conjunto de elementos e procedimentos que podem considerar os aspectos de diferentes dimensões, como os de natureza curricular, cognitiva, afetiva, didática, entre outras (Rosa; Locatelli, 2018).

### **3.9.1 Tipologia do PE escolhido**

Foi escolhido como tipo de PE, a cartilha educativa, descrita por Conceição *et al.* (2019), como um recurso didático extremamente importante para facilitar o entendimento dos conteúdos. De modo que as atividades possam remeter ao leitor um cenário mais próximo da realidade, permitindo que a cartilha possua um grande potencial para a promoção da educação, se tornando um agente facilitador e um importante instrumento educacional.

Baseado em Almeida (2020), a cartilha tem como principal função ser um instrumento de auxílio pedagógico que contribua com as reflexões acerca da temática e destina-se a

professores de Educação Física para que haja o desenvolvimento da prática pedagógica preocupada com a formação humana integral. Assim, o tema abordado na cartilha busca relacionar o seu sentido mais amplo acerca das Práticas Corporais, de modo a identificar como essas práticas interferem na vida dos alunos, levando em consideração a questão sociodemográfica e cultural de cada um desses indivíduos.

### **3.9.2 Estruturação do PE: fases do planejamento**

A respeito do conteúdo e do *design* que foi utilizado no PE, tendo como base o estudo desenvolvido por Almeida (2020), a cartilha educativa apresenta a capa com o Título da Cartilha e as Práticas Corporais. Em seguida, pode ser observado a apresentação que explicita as informações principais acerca do PE; e a Carta do Professor que fala diretamente com o docente explicando o objetivo da cartilha educacional e a relevância dela para a prática do professor de Educação Física. Posteriormente, foi apresentada a Contextualização Teórica, que por sua vez, está voltada à inserção das Práticas Corporais no ProEJA.

Para um melhor entendimento da cartilha educativa, sua organização ocorreu da seguinte forma:

**Apresentação:** breve explanação acerca do objetivo do material desenvolvido e o público alvo que fará parte do PE.

**Contextualização teórica:** Como são trabalhadas as Práticas Corporais no cotidiano do ensino de Educação Física no ProEJA/IFPB?

**Capítulos:** Após a contextualização teórica foram desenvolvidos quatro capítulos, de modo que, dois estão direcionados ao Eixo Temático 01 e os outros dois capítulos contemplam as ações realizadas. Cada capítulo apresenta:

Eixo temático (Sugestões de conteúdos e objetivos que podem ser utilizados no planejamento das aulas);

Textos de apoio (produção textual para cada eixo temático desenvolvido na ação pedagógica);

Atividades (Sugestões de atividades práticas voltadas a dança, as brincadeiras e aos jogos para serem desenvolvidos nas aulas);

Avaliação (Aplicação de um questionário avaliativo visando legitimar a importância e percepção dos entrevistados acerca do que foi apresentado durante a ação pedagógica).

A partir dessas explanações, a cartilha educativa busca ser uma ferramenta de suporte tendo a finalidade de inspirar ações pedagógicas voltadas à formação humana integral, pois,

mesmo havendo estudos nessa área que já são difundidos teoricamente, ainda existem poucos materiais que possam servir como base para a prática pedagógica do professor de Educação Física.

A seguir, são apresentados os Eixos temáticos da Cartilha no Quadro abaixo.

Quando 2 - Eixos temáticos desenvolvidos na ação pedagógica

<b>Eixos temáticos</b>	
<b>Capítulo</b>	<b>Descrição da atividade</b>
Capítulo 01	A importância da EJA no contexto social e econômico
Capítulo 02	Práticas Corporais
Capítulo 03	Apresentar o ProEJA e a sua relevância para a formação técnica e profissional dos alunos

Fonte: Dados da Pesquisa (2022).

Todas as atividades desenvolvidas foram ligadas entre si, planejadas para ensinar um conteúdo, etapa por etapa que resultará em uma sequência didática. E por fim, são descritas as referências utilizadas para confecção da cartilha educacional.

#### Eixo Temático 01 - A importância da EJA no contexto social e econômico

Para a realização do Eixo Temático 01 foram realizados 02 encontros distribuídos em 04 aulas de 50 minutos, sendo possível realizar a aplicação do questionário semiestruturado, como também, compreender a importância da EJA no contexto social e econômico para esses alunos e como isso influencia na vida e na construção social dos jovens, permitindo que eles falassem sobre as suas experiências, sobre os motivos que fizeram escolher a EJA para darem continuidade aos seus estudos e as suas aspirações para o futuro, a partir de uma roda de conversa.

No primeiro momento da primeira aula foi realizada a aplicação do questionário para coletar os dados referentes ao perfil dos entrevistados e a percepção dos mesmos acerca das Práticas Corporais. Na segunda aula foi realizada uma roda de conversa visando instigar os alunos a discutir as diferenças entre atividade física e exercício físico, discutindo os riscos da inatividade física e do sedentarismo, para tal foi realizado um “quiz” interativo.

No segundo encontro, ou seja, na terceira e quarta aula foi realizada a aula teórica sobre as “Práticas Corporais e atividade física: benefício do movimento para o corpo e a mente” e a apresentação de vídeos sobre os benefícios das Práticas Corporais e da importância Cultural Corporal na perspectiva da Educação de Jovens e Adultos (EJA).

## Eixo temático 02 - Práticas Corporais

Para a realização do Eixo Temático 02 foram realizados 03 encontros distribuídos em 11 aulas de 50 minutos para a realização das 03 Práticas Corporais.

No terceiro encontro, na quinta aula realizada, iniciou-se a ação pedagógica, onde foram trabalhados os Jogos e às Brincadeiras, de modo que, houvesse a interação entre professor/alunos e entre os próprios alunos, identificando o perfil da turma no tocante ao trabalho em equipe e o desempenho durante as Práticas Corporais mencionadas.

Para tal, durante a sexta aula foi realizado o aquecimento com bambolê e bexiga, visando dinamizar a aula e permitir que o aluno possa se sentir mais relaxado para desenvolver os Jogos e Brincadeiras. Nesse momento também foi feita a exposição de um vídeo para que eles tivessem acesso ao passo a passo da atividade a ser desenvolvida.

Na sétima e oitava aula realizada, foi possível iniciar a prática com os seguintes Jogos e Brincadeiras: Jogo da Velha humano com cone, Corrida do saco, Cabo de força, Dama, Pega vareta, Dança das cadeiras, Derrubar o alvo com bola de meia e Acerta o alvo, focando na participação e no trabalho em equipe dos alunos da EJA.

O quarto encontro utilizou-se de 04 aulas de 50 minutos onde foi possível permitir que os alunos pudessem criar e aprimorar movimentos da Dança, compreendendo seus benefícios para a saúde e para o corpo, além da riqueza de movimentos produzidos durante a realização desta Prática Corporal.

Assim, durante a nona, décima, décima primeira e décima segunda aula ocorreu a aula teórica sobre o contexto cultural da dança, além de praticar os passos e marcações de ritmo que a dança provém através de sua historicidade. Nesse momento, foi realizada a aula prática levando em consideração os seguintes ritmos: Xérem, Xaxado e Coco.

O quinto encontro, utilizou-se de 04 aulas de 50 minutos, onde 03 delas, ou seja, a décima terceira, décima quarta e décima quinta aula foi desenvolvida a partir dos outros três ritmos de danças, foram eles: Forró, Xôte e Quadrilha. E a décima sexta aula foi usada para a aplicação do questionário avaliativo, descrito no Eixo Temático 03.

## Eixo temático 03 - Apresentar o ProEJA e a sua relevância para a formação técnica e profissional dos alunos

Para encerrar as ações, no Eixo Temático 03, foi realizada a décima sexta aula, durante o quinto encontro com a turma do ProEJA. Esse eixo se utilizou de 01 aula de 50 minutos onde

foi possível apresentar o ProEJA e a sua relevância para a formação técnica e profissional dos alunos, a partir das ponderações realizadas pelos jovens após a roda de conversa e como essa ação pedagógica impactou a sua percepção de mundo.

Por fim, foi realizada a aplicação de um questionário avaliativo constituído por questões abertas e fechadas, onde os alunos puderam expor os pontos positivos e negativos inerentes à ação pedagógica, de modo que, eles puderam ressaltar a importância dessas aulas para a sua construção académica e social. Além disso, também foi explorado o olhar desses estudantes a respeito das ações realizadas e como elas possibilitaram que os discentes possam ampliar os horizontes a respeito das Práticas Corporais e a forma como a realização de alguma atividade física impacta positivamente na saúde e na qualidade de vida.

### **3.9.3 Execução do PE: pensando a aplicação na Educação Profissional e Tecnológica (EPT)**

A cartilha foi desenvolvida através do programa de *Design* Gráfico Canva e a pesquisa ocorreu no IFPB *campus* Sousa, com a turma de primeiro ano do Curso Técnico em Agroindústria Integrado ao Ensino Médio – ProEJA.

Para a construção e execução do PE foram propostas as seguintes etapas: Inicialmente, foi feito o primeiro contato com a turma explicando previamente o desenvolvimento da pesquisa, seguida da entrega dos termos de consentimento e assentimento, para que assim, fosse realizada a primeira aula teórica, assim sendo, foi realizada a aplicação do questionário após as orientações prévias fornecidas pela pesquisadora participante, mediante uma roda de conversa.

Posteriormente, foram realizadas as Práticas Corporais referentes aos Jogos e às Brincadeiras, seguidos das aulas teóricas e práticas sobre a Dança e, por fim, foi disponibilizado um questionário avaliativo para que fossem analisadas as respostas dos alunos do ProEJA após a realização da ação pedagógica.

### **3.9.4 Avaliação do PE**

A avaliação do PE ocorreu por intermédio das ações junto com os alunos do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA, e foi proposto um questionário avaliativo junto aos discentes, na incumbência de legitimar a importância e percepção do que foi apresentado sobre a temática no âmbito das ações de ensino-aprendizagem.

O questionário avaliativo possibilitou ter acesso ao posicionamento de cada um dos entrevistados, após serem desenvolvidas todas as ações pedagógicas que serviram como base para o desenvolvimento do PE.



## 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados da pesquisa estão dispostos a seguir, onde inicialmente é feita a apresentação dos dados sociodemográficos, às medidas antropométricas e percepção da saúde dos entrevistados e, posteriormente, são expostos os dados relacionados aos objetivos do estudo. Participaram da pesquisa, um total de 6 (seis) alunos de uma das turmas do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do IFPB campus Sousa.

Após realizada a coleta, os dados sociodemográficos receberam tratamento estatístico e foram apresentados em frequência absoluta (*f*) e percentual (%), através de tabela e gráficos, enquanto os dados qualitativos foram apresentados a partir do método da análise de conteúdo, proposto por Bardin (1977).

### 4.1 DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Os dados sociodemográficos presentes na Tabela 1 apresentam as seguintes variáveis: Idade, Sexo, Estado Civil, Faixa de Renda Familiar e Cor da pele.

Tabela n. 1 - Idade, Sexo, Estado Civil, Faixa de Renda Familiar e Cor da pele

<b>Idade</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
18 - 22 anos	2	33%
23 - 27 anos	1	17%
28 - 32 anos	1	17%
33 - 37 anos	-	-
acima de 38 anos	2	33%
<b>Sexo</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Feminino	-	-
Masculino	6	100%
<b>Estado Civil</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Casado	-	-
Solteiro	6	100%
Divorciado	-	-
União estável	-	-
Outros	-	-
<b>Faixa de Renda Familiar</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Menos de R\$ 1.000	4	66%
Entre R\$ 2.000 a R\$ 3.000	1	17%
Entre R\$ 3.000 R\$ 4.000	-	-

Entre R\$ 4.000 e R\$ 5.000	1	17%
Entre R\$ 5.000 e R\$ 10.000	-	-
Mais de R\$ 10.000	-	-
<b>Cor da pele</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Branca	4	66%
Parda	2	34%
Indígena	-	-
Preta	-	-
Amarela	-	-
<b>TOTAL</b>	<b>6</b>	<b>100%</b>

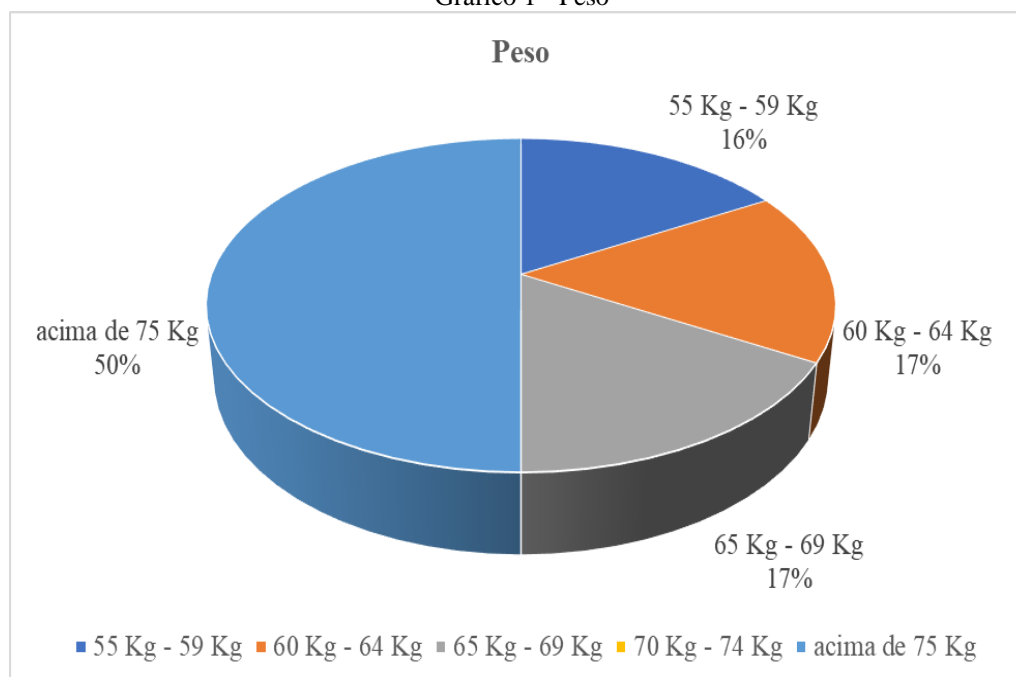
Fonte: Elaborada pela autora (2023).

Ao ser analisado o perfil dos entrevistados, observou-se que os participantes têm idade que varia de 21 a 40 anos, de modo que 33% possuem entre 18 e 22 anos e acima de 38 anos, respectivamente, e 17% tem de 23 a 27 anos e de 28 a 32 anos, respectivamente. Com relação ao gênero e ao estado civil, todos os entrevistados são do sexo masculino e são solteiros. A faixa de renda familiar predominante foi menor que R\$ 1.000,00 mil reais por mês e a cor da pele com maior menção entre os participantes foi a cor branca.

Ao confrontar os dados da pesquisa com os resultados encontrados por Gomes, Freitas e Marinho (2022), percebe-se diferenças e semelhanças entre as pesquisas, uma vez que, os autores citados realizaram seu estudo nos cursos Técnicos de Cozinha e Hospedagem do ProEJA do Instituto Federal de Alagoas (IFAL) campus Marechal Deodoro, os dados sociodemográficos demonstraram que a maioria era do sexo feminino, eram oriundos do interior do Estado de Alagoas, tinham idade entre 26 a 33 anos, a cor parda teve uma maior prevalência e o estado civil mais frequente foi solteiro, eram residentes predominantemente em casas ou apartamentos, possuíam filhos, 95,7% dos estudantes ou familiares participavam do Programa Bolsa Família e 62,9% tinham renda de até um salário mínimo.

Com relação às medidas antropométricas, 50% dos entrevistados têm o peso superior a 75 Kg, como pode ser observado no Gráfico 1. Sanches; Ré (2020) explicam que a avaliação nutricional refere-se a um grande espectro de métodos e técnicas, em que observa-se a importância do uso de parâmetros antropométricos, bioquímicos, clínicos e dietéticos para identificar o diagnóstico do estado nutricional e posterior intervenção nutricional.

Gráfico 1 - Peso

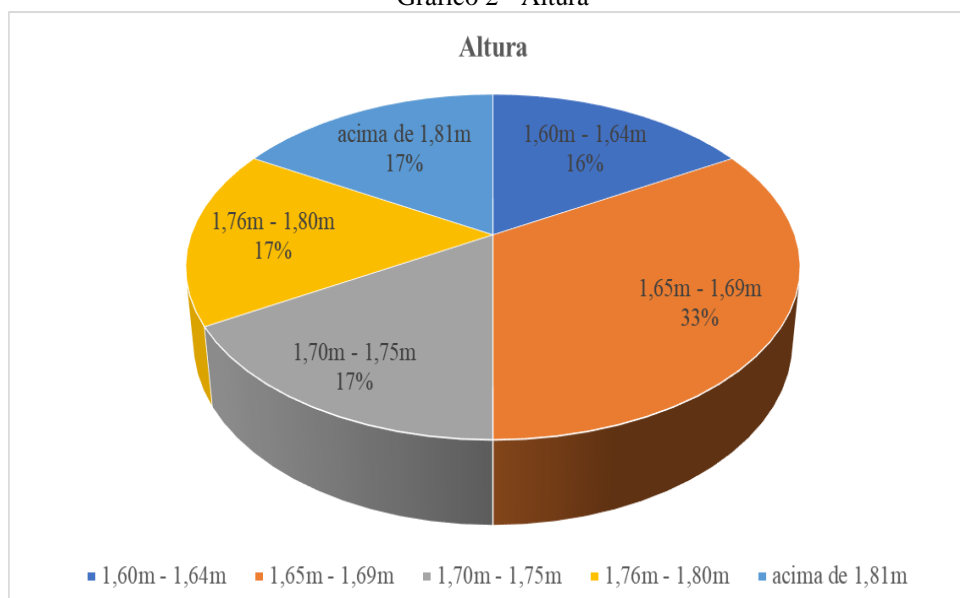


Fonte: Elaborado pela autora (2023).

Com base em Bertoli; Silva Santos; Freitas Júnior (2018), a antropometria é uma palavra derivada do grego *anthropos* (homem) e *metrom* (medida) e estuda as medidas e proporções do corpo humano que envolvem medidas sistemáticas das propriedades físicas do corpo humano: dimensões, tamanho corporal, forma e proporções.

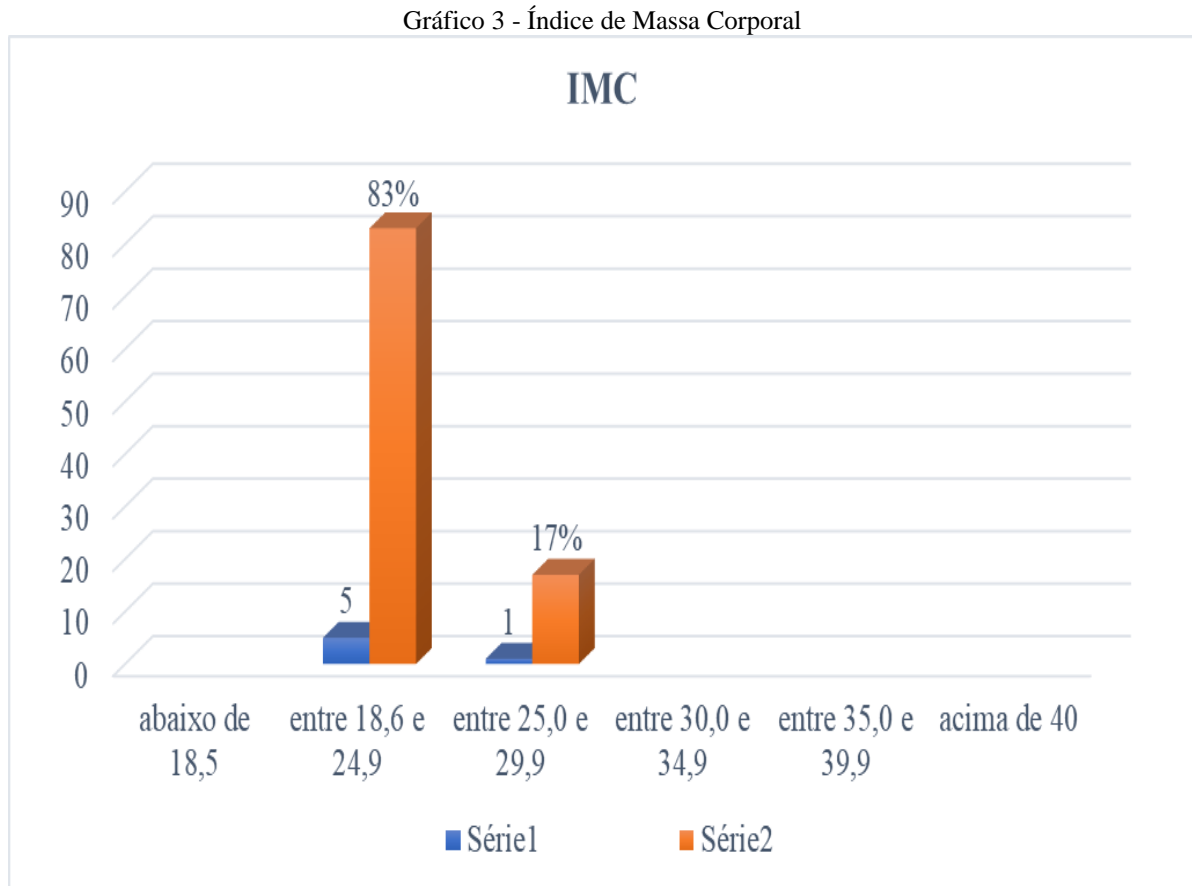
O Gráfico 2 apresenta os dados relacionados à altura, percebe-se que 33% dos participantes da pesquisa têm entre 1,65 e 1,69 metros de altura.

Gráfico 2 - Altura



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

O Gráfico 3 apresenta as informações referentes ao Índice de Massa Corporal (IMC) de cada um dos entrevistados, onde 83% deles estão dentro do parâmetro considerado normal, ou seja, IMC entre 18,6 e 24,9 kg/m<sup>2</sup>.



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

A série 1 indica os dados referentes ao quantitativo de participantes pesquisados e a Série 2 indica o percentual das respostas encontradas. O presente estudo corrobora com a pesquisa realizada por Mendes; Correia; Kock (2020) com relação ao IMC, uma vez que, 74,1% dos seus entrevistados se enquadram na faixa de 18,5- 24,9 kg/m<sup>2</sup>, sendo classificados como peso adequado.

No Gráfico 4 estão expostas as informações acerca da prática de atividade física ou exercício físico. Nesse sentido, 67% dos participantes da pesquisa realizam alguma atividade e/ou exercício físico.

Gráfico 4 - Prática de Atividade Física ou Exercício Físico



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

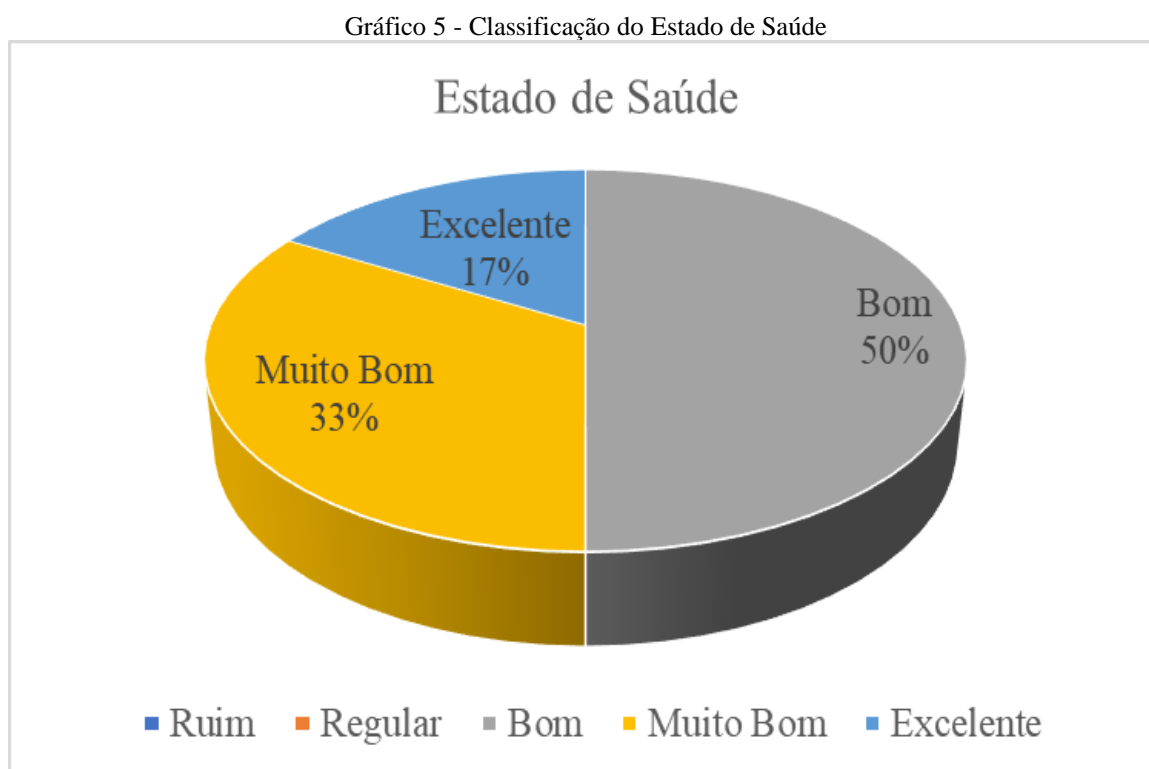
Entre as atividades físicas ou exercícios físicos lembrados pelos entrevistados, destacam-se: Futsal, Vôlei, Basquete, Corrida, Caminhada e Futebol.

O estudo realizado por Menezes *et al.* (2021) apresenta as diferenças entre atividade física e exercício físico, explicando que a atividade física refere-se a qualquer movimento corporal, produzido pela musculatura esquelética, que resulta em gasto energético, possibilitando contrações musculares, gerando acréscimo no gasto energético, para além dos níveis de repouso. Enquanto que o exercício físico se caracteriza por um conjunto de movimento de maneira planejada e estruturada, visando um determinado objetivo, como por exemplo a melhoria da capacidade física ou do seu desempenho, sendo desenvolvido em média três vezes por semana, com uma intensidade de forma moderada ou intensa, proporcionando benefícios na aptidão física e na saúde, como também nas relações sociais e psicológicas.

Segundo Raimundo, Malta e Bravo (2019) os indivíduos adultos, ou seja, aqueles que têm idades entre os 18 e os 64 anos de idade, devem contemplar a prática diária de atividade física, quer seja recreativa, de transporte, ocupacional, associada a tarefas domésticas, diversão, jogos, atividades desportivas ou exercício planejado, podendo estas atividades ser desenvolvidas em contexto familiar ou na comunidade. O tempo despendido com atividade física moderada ou vigorosa, permitirá a obtenção de benefícios que se encontram associados a um estilo de vida ativo, com os consequentes ganhos em termos de saúde, como o aumento da densidade

mineral óssea, redução/manutenção do peso corporal, prevenção do cancro da mama e do cólon, melhoria da aptidão cardiorrespiratória, reduzindo as taxas de mortalidade associadas a diversas patologias tais como doença cardíaca coronária, hipertensão arterial, acidente vascular cerebral, diabetes e depressão.

A respeito da classificação do estado de saúde, metade dos entrevistados responderam ter um bom estado de saúde, como exposto no Gráfico 5.

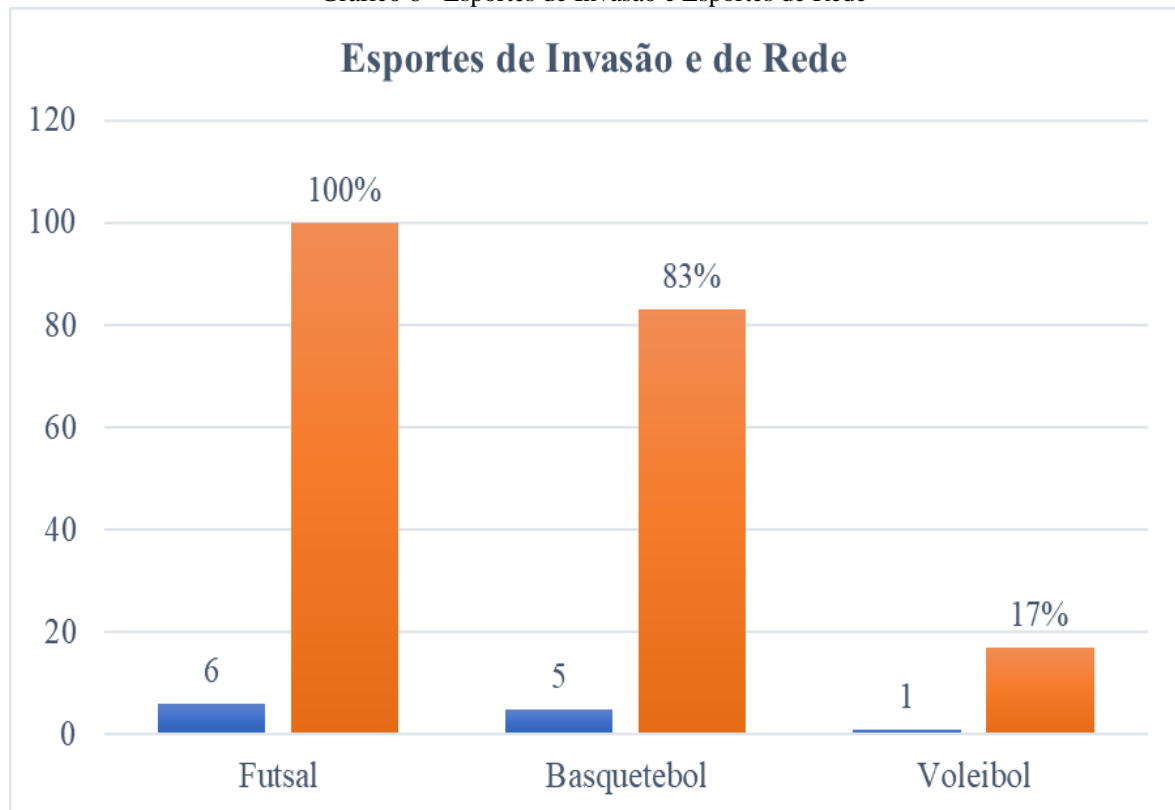


Fonte: Elaborado pela autora (2023).

Ao serem questionados se durante as aulas de Educação Física são realizadas atividades práticas voltadas às Práticas Corporais, todos os participantes afirmaram que sim. Dentre essas atividades foram assinalados os Esportes de Invasão, os Esportes de Rede, as Práticas Corporais e Saúde, o Jogo Motor e as Brincadeiras. É importante ressaltar que essas variáveis obtiveram mais de uma resposta por parte dos entrevistados.

No tocante aos Esportes de Invasão, Futsal e Basquetebol foram lembrados por 100% e 83% dos entrevistados, respectivamente. Enquanto que o Voleibol, que faz parte dos Esportes de Rede, foi citado somente por 01 (17%) dos participantes da pesquisa, conforme ilustrado no Gráfico 6.

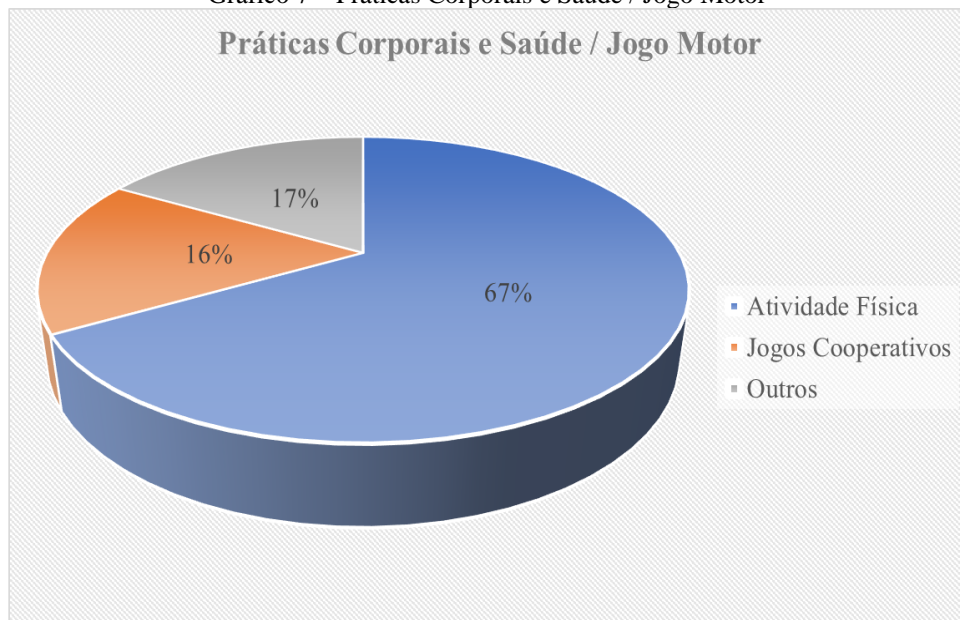
Gráfico 6 - Esportes de Invasão e Esportes de Rede



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

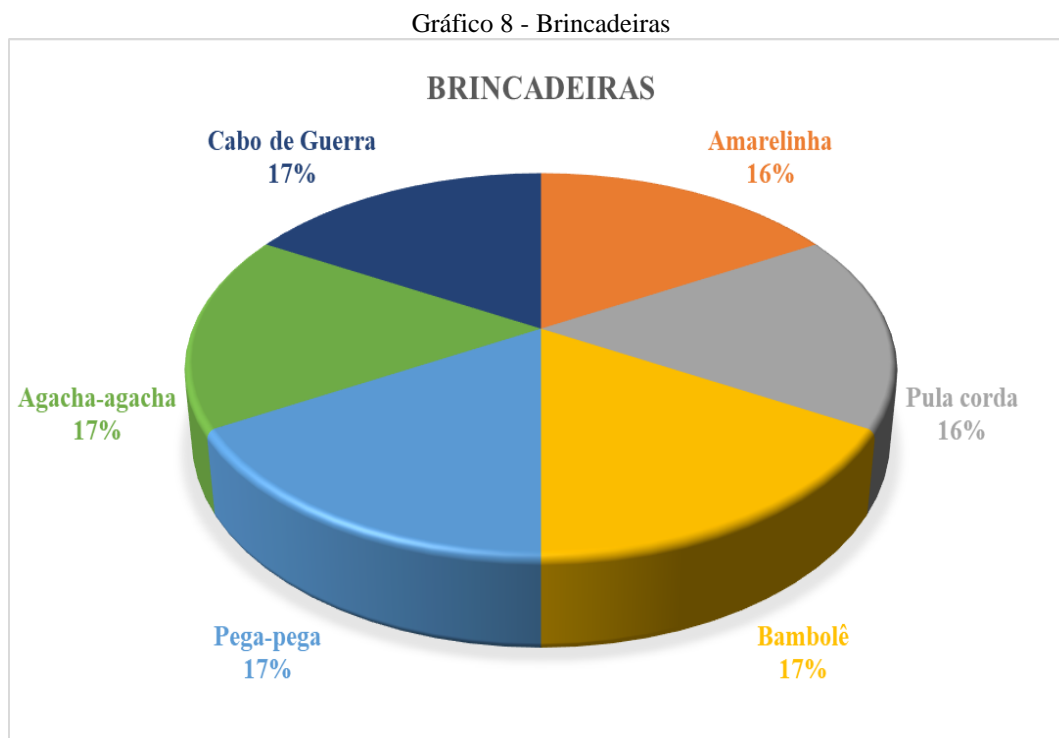
Com relação às Práticas Corporais e Saúde, 67% dos entrevistados mencionaram realizar alguma atividade física, como é o caso da corrida, futsal e futebol. Já no que diz respeito ao Jogo Motor, os participantes citaram os jogos cooperativos e outros, como os jogos eletrônicos.

Gráfico 7 – Práticas Corporais e Saúde / Jogo Motor



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

Os entrevistados citaram diversas brincadeiras, como o Cabo de Guerra, Amarelinha, Agacha-Agacha, Pula Corda, Bambolê e Pega-Pega, apresentadas no Gráfico 8.



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

No estudo realizado por Barbosa, Bublitz e Gomes (2015) são apresentadas brincadeiras de várias origens, como é o caso das brincadeiras de origem indígena, europeia, africana e asiática. No contexto da cultura brasileira, os autores explicam que esta é marcada pelas cantigas de roda, brincadeiras com corda, versos, parlendas, bolinha de gude, esconde-esconde e pega-pega, além de serem destacadas também amarelinha, pular corda, elástico, bambolê, bolinha de gude, pião, pipas, lenço-atrás, corre-cutia, coelho sai da toca, duro ou mole, agacha-agacha, mãe da rua, carrinhos de rolimã, cabo de guerra, entre outras.

#### 4.2 DADOS QUALITATIVOS - CATEGORIZAÇÃO

A seguir, serão apresentados os resultados da pesquisa mediante a análise de conteúdo, onde são expostas as categorias e subcategorias identificadas a partir das entrevistas realizadas. O Quadro 3, disposto a seguir, contempla as Categorias 01 e 02, juntamente com suas respectivas subcategorias.



Quadro 3 - Categoria 01 e Categoria 02 e suas respectivas Subcategorias

<b>Categorias</b>	<b>Subcategorias</b>
<b>Categoria 01 - Benefícios das Práticas Corporais</b>	Qualidade de Vida
	Diminui o Risco de Doenças
	Melhora a Função Corporal
<b>Categoria 02 - Contribuição das aulas de Educação Física</b>	Promove o Bem-estar
	Previne Doenças
	Compreensão geral dos Jogos
	Trabalha a Anatomia Corporal

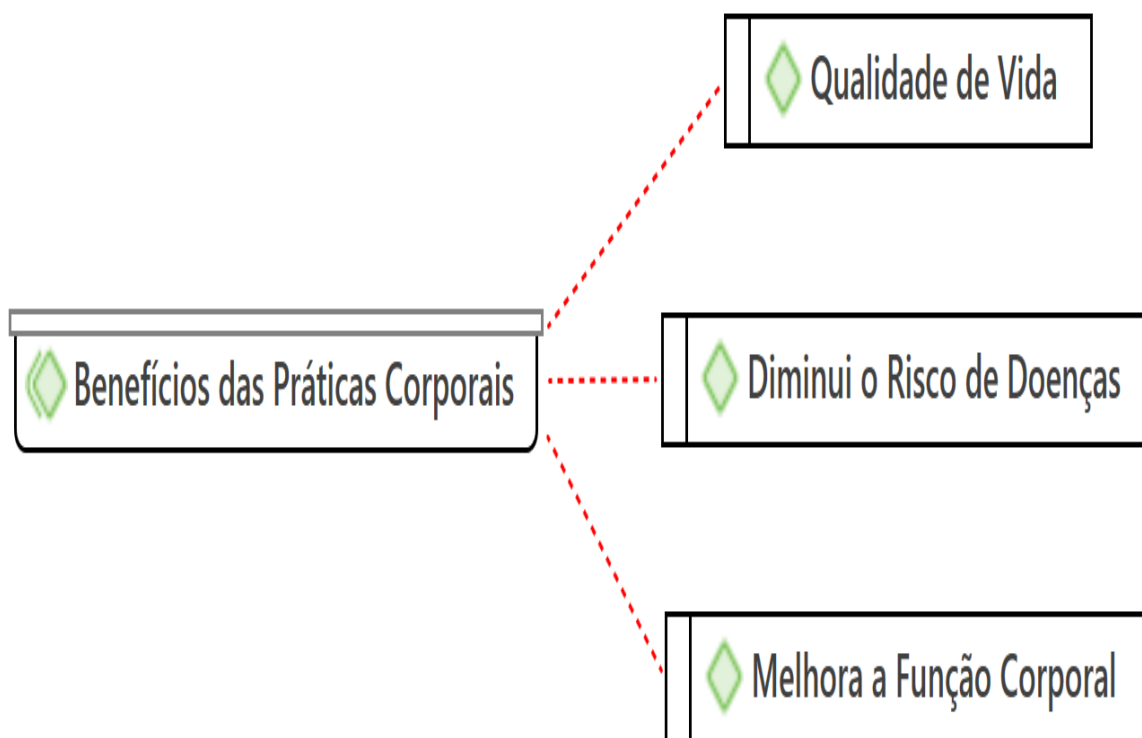
Fonte: Elaborado pela autora (2023).

Para uma melhor compreensão dos resultados encontrados, as categorias serão explanadas separadamente a seguir.

#### 4.2.1 Categoria 01 - Benefícios das Práticas Corporais

A Categoria 01 - Benefícios das Práticas Corporais, reúne três Subcategorias: Qualidade de Vida, Diminui o Risco de Doenças e Melhora a Função Corporal, representadas no Gráfico 9.

Gráfico 9: Categoria 01 - Benefícios das Práticas Corporais



Fonte: Elaborado pela autora no Atlas.ti22 (2023).

Para alinhar as informações presentes na Categoria 01, serão apresentadas as falas dos entrevistados no Quadro 4.

Quadro 4 - Falas dos entrevistados sobre a Categoria 01 - Benefícios das Práticas Corporais

<b>Entrevistados</b>	<b>Opinião</b>
<b>01</b>	“Sim, ajuda ao bom funcionamento do sistema imunológico e circulatório.”
<b>02</b>	“Melhora a coordenação motora, diminui o risco de doenças futuras, diminui o estresse e diminui o risco de obesidade.”
<b>03</b>	“Pode melhorar a nossa saúde e qualidade de vida.”
<b>04</b>	“Faz eu me sentir bem, com mais saúde e ajuda a não ter doenças e faz bem para tirar a depressão e estresse.”
<b>05</b>	“Benefício físico e circulatório, a exemplo: a atividade física de caminhada matinal, previne contra a obesidade.”
<b>06</b>	“Evita AVC, problemas no coração, evita diabetes.”

Fonte: Elaborado pela autora (2023).

A respeito do entendimento dos entrevistados acerca dos benefícios das Práticas Corporais para a saúde e bem-estar, foram destacadas a Qualidade de Vida, a Diminuição do Risco de Doenças e a Melhora da Função Corporal.

Levando em consideração a Subcategoria “Qualidade de Vida”, os entrevistados focaram que as Práticas Corporais podem influenciar para a melhora da saúde e, conseqüentemente, da qualidade de vida. Segundo Souza; Corona (2022), a qualidade de vida apresenta uma abordagem multifatorial, partindo de cinco eixos fundamentais, formando um pentágulo chamado de Pentágulo do Bem-estar, composto pela nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamentos e controle do estresse. Nesse sentido, observa-se que a prática de atividade física traz inúmeras melhorias a saúde humana como benefícios ao sistema cardíaco e vascular, musculoesqueléticas, funções metabólicas além de funcionar como fator preventivo contra patologias como a hipertensão arterial, diabetes, osteoporose e dislipidemias.

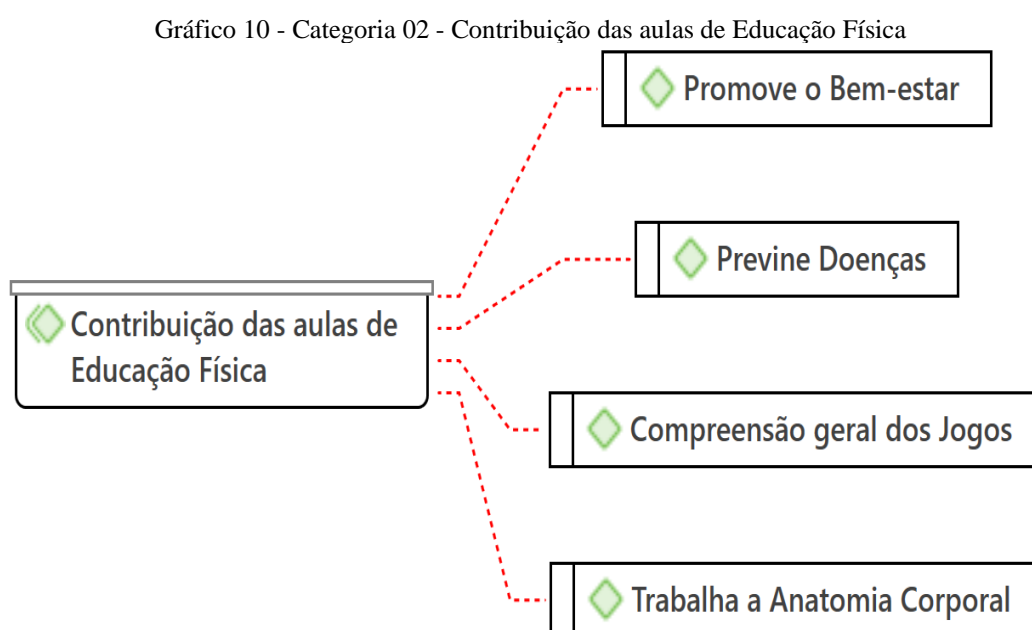
A discussão feita por Souza e Corona (2022), corrobora com as Subcategorias encontradas no presente estudo: “Diminui o Risco de Doenças”, onde os entrevistados ressaltaram que as Práticas Corporais podem colaborar para reduzir a depressão e o estresse, além de evitarem doenças como o Acidente Vascular Cerebral (AVC), problemas cardiovasculares e Diabetes, sendo relevantes também na prevenção da obesidade; e “Melhora a Função Corporal”, ao citarem que as Práticas Corporais acabam ajudando no bom funcionamento dos sistemas imunológico e circulatório, provocando bem-estar físico para os

indivíduos que praticam essas atividades. Mendes, Correia e Kock (2020) explicam que a liberação de mediadores químicos que influenciam no bem-estar, qualidade de vida relacionada ao prazer proporcionado por certas atividades físicas e melhoria do sistema cardiovascular amenizam os efeitos do estresse sobre o corpo humano.

De acordo com Pessanha, Caetano e Saint'Clair (2022) a propagação das Práticas Corporais e a Corporeidade podem promover manifestações culturais e sociais dos sujeitos, constituindo ações de intervenção terapêutica na saúde mental. Nascimento (2019) acrescentam que o exercício físico, particularmente o aeróbico, realizado com intensidade moderada e longa duração propicia alívio do estresse ou tensão, em virtude do aumento da taxa de um conjunto de hormônios denominados endorfinas que agem sobre o sistema nervoso, reduzindo o impacto estressor do ambiente e com isso pode prevenir ou reduzir transtornos depressivos. Desse modo, as Práticas Corporais vão muito além de soluções relacionadas apenas à saúde física, tendo um significado mais amplo, como por exemplo o bem-estar mental e inclusão das práticas para a socialização.

#### 4.2.2 Categoria 02 - Contribuição das aulas de Educação Física

Na Categoria 02 - Contribuição das aulas de Educação Física estão reunidas as quatro Subcategorias descritas no Gráfico 10: Promove o Bem-estar, Previne Doenças, Compreensão geral dos Jogos, Trabalha a Anatomia Corporal.



Fonte: Elaborado pela autora no Atlas.ti22 (2023).

O Quadro 5 apresenta as falas referentes a Categoria 02 - Contribuição das aulas de Educação Física.

Quadro 5 - Falas dos entrevistados sobre a Categoria 02 - Contribuição das aulas de Educação Física

<b>Entrevistados</b>	<b>Opinião</b>
<b>01</b>	“Me ajuda a trabalhar com a anatomia do corpo humano e como funciona os jogos nos primórdios.”
<b>02</b>	“Contribuem para melhorar as funções fisiológicas e bem-estar.”
<b>03</b>	“Contribuem para o bem-estar do corpo e da mente.”
<b>04</b>	“Contribuem para ter mais bem físico e tem melhor disposição e tem boa saúde de vida.”
<b>05</b>	“Previne e ameniza o estresse, melhora na concentração cognitiva.”
<b>06</b>	-

Fonte: Elaborado pela autora (2023).

Ao serem indagados a respeito da contribuição das aulas de Educação Física para a formação acadêmica, os entrevistados enfatizaram a Promoção do bem-estar, a Prevenção das Doenças, a Compreensão geral dos Jogos e o Trabalho da Anatomia Corporal, demonstrando assim a importância das aulas de Educação Física para o bem-estar do corpo e da mente, sendo também um fator relevante no conhecimento acerca dos princípios anatômicos e fisiológicos do corpo humano e a influência que a atividade física tem para minimizar os efeitos do estresse, contribuindo para a saúde mental dos indivíduos.

Diante dessas informações, Campos; Maldonado (2023) apoiam esta discussão, explicando que a Educação Física é o componente curricular que se ocupa das Práticas Corporais em suas diferentes significações sociais. O termo Práticas Corporais é o símbolo linguístico para um julgamento que reúne os enunciados acerca dos fenômenos sociais vivenciados com e no corpo, abarcando características ou atributos dos fenômenos chamados de significantes, compondo a realidade social por meio das danças, dos jogos, das brincadeiras, dos esportes, das ginásticas, das lutas e das artes marciais. Nesse sentido, a gestualidade humana está sempre inserida no âmbito da cultura e não se limita a um deslocamento espaço-temporal de um segmento corporal ou de um corpo. Assim, a Educação Física pode contribuir para a formação do pensamento crítico dos/as estudantes dentro do ambiente escolar.

## 5 PRODUTO EDUCACIONAL

### 5.1 TÍTULO DO PRODUTO

Práticas Corporais e a Melhoria da Qualidade de Vida no Cotidiano dos alunos do ProEJA.

### 5.2 APRESENTAÇÃO DO PRODUTO

#### 5.2.1 Contextualização e Descrição do Produto Educacional

Visando uma maior divulgação do produto educacional, o mesmo encontra-se disponibilizado no site: <https://pravicap.com.br/>. Nesse ambiente virtual estão disponíveis todas as informações presentes na cartilha, como também uma breve apresentação da autora e do conteúdo presente no material.

Ao abordar as PC e sua relação com a qualidade de vida, os professores de Educação Física podem apresentá-las das mais diversas formas, introduzindo durante as aulas e no cotidiano dos alunos do ProEJA, por exemplo. Pensando nisso, o Produto Educacional (Apêndice A) foi desenvolvido mediante a realização das ações pedagógicas realizadas com os alunos do ProEJA, permitindo contribuir para discussões e reflexões sobre a temática, levando em consideração a formação integral dos estudantes.

Considerando essas informações, Presotto *et al.* (2016) justificam que a atividade física melhora a saúde corporal e mental do indivíduo, contribuindo para o seu bem-estar geral. Em contrapartida, o sedentarismo é uma condição indesejável e representa risco para a saúde. Com isso, é primordial destacar como os diferentes ambientes podem influenciar na qualidade de vida e a adoção do exercício físico como uma prática indispensável do cotidiano.

Pensando acerca desses benefícios empregados para a saúde do indivíduo, a cartilha visa ser um instrumento de auxílio pedagógico para os professores de Educação Física e demais profissionais das áreas de educação e saúde, entre outras. O tema em destaque é relevante no contexto atual, pois demonstra a importância do movimento corporal para a saúde.

A estrutura da Cartilha se apresenta da seguinte forma:

Capa: Título da cartilha + Ilustração com diversas Práticas Corporais. As Práticas Corporais apresentadas na capa da Cartilha demonstram como as atividades físicas podem ser praticadas nos mais variados espaços e ambientes, colaborando assim para a qualidade de vida dos

indivíduos que os praticam. Presotto *et al.* (2016) dizem que a natureza contribui para a redução do estresse, mediante a diminuição de marcadores endócrinos como a adrenalina, noradrenalina e cortisol, conhecido como o hormônio do estresse. Além disso, o exercício aumenta o nível dos neurotransmissores noradrenalina e serotonina, os quais se encontram diminuídos em pessoas depressivas, promovendo uma melhoria no estado de humor. A combinação de exercícios físicos e o contato com a natureza em ambientes conhecidos como ‘grandes espaços’ é algo acessível e traz benefícios à saúde.

Figura 3 - Capa da Cartilha



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

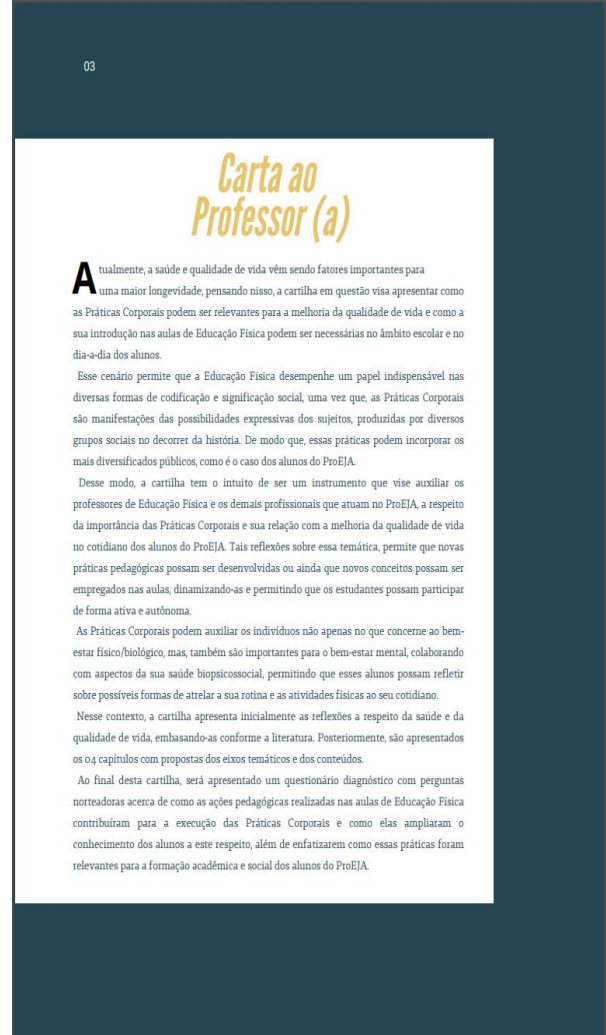
Apresentação e carta ao professor: Contém uma breve explicação sobre o objetivo do material desenvolvido, para qual público foi desenvolvido, a estruturação da cartilha e a descrição do *Campus* onde a ação pedagógica foi desenvolvida.

Figura 4 - Apresentação



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 5 - Carta ao Professor (a)



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Contextualização teórica: São apresentadas imagens que problematizam a falta de interesse de alguns alunos com relação as aulas de Educação Física. Com isso, são apresentadas 6 dicas para ajudar o professor a desmistificar esse fato. Para além das dicas, também é está em evidência o Conceito de “Qualidade de Vida” e “Saúde e Bem-estar”.

Figura 6 - Dicas para te ajudar

04

## Dicas para te ajudar

Não vou me preocupar com as aulas de Educação Física, porque não esperam.

Não gosto de praticar esportes.

A aula de Educação Física só serve para jogar bola.

Posso fazer um trabalho teórico? Não gosto das aulas práticas de Educação Física.

Para quê estudar Educação Física? Nunca vai prestar disso.

Ao longo da vivência nas aulas de Educação Física é fácil se deparar com alguns desses questionamentos ou pensamentos ultrapassados a respeito do ensino das Práticas Corporais no contexto da Educação Básica. Muitas das vezes, esse estigma ou (pre)conceito com as aulas de Educação Física pode estar relacionado com a metodologia empregada pelos professores ou até mesmo com os conteúdos ministrados, que por sua vez, acabam distanciando alguns alunos das aulas de Educação Física.

Por isso, de que forma podemos tornar nossas aulas mais atrativas e desconstruir a visão dos alunos e da comunidade escolar a respeito da Educação Física escolar?

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 7 - 6 Dicas para te ajudar

05

## Dicas para te ajudar

- 1 **1** Enfatize a importância da Educação Física como componente curricular e como ela é necessária para a construção de valores e princípios.
- 2 **2** Determine objetivos ao longo do ano letivo, visando a implementação de projetos que busquem a inserção e o protagonismo desses estudantes, melhorando seu desempenho nas aulas de Educação Física e das demais disciplinas.
- 3 **3** Promova a inserção das Práticas Corporais no ambiente escolar e atrele os conteúdos ministrados com embasamento teórico, para que esses alunos possam ter mais interesse por essa área.
- 4 **4** Selecione atividades físicas ou exercícios físicos que potencializem as habilidades dos estudantes.
- 5 **5** Demonstre interesse pelos conhecimentos progressos dos estudantes e tente inserir nas suas aulas.
- 6 **6** Discuta como o estilo de vida, a prática de atividade física e bons hábitos alimentares são indispensáveis na manutenção da saúde e do bem-estar, melhorando a qualidade de vida.

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 8 - Conceito “Qualidade de vida”

06

## CONCEITO SOBRE À Qualidade de vida

O termo qualidade de vida pode ser conceituado de diversas formas por cada pessoa e tende a mudar ao longo da vida. No entanto, há um consenso envolto da ideia de que são múltiplos os fatores que determinam a qualidade de vida de pessoas ou comunidades. A combinação desses fatores que moldam e diferenciam o cotidiano do ser humano, resulta numa rede de fenômenos e situações que, abstratamente, pode ser chamada de qualidade de vida. Geralmente, está associado a essa expressão fatores como: estado de saúde, longevidade, satisfação no trabalho, salário, lazer, relações familiares, disposição, prazer e até espiritualidade. Num sentido mais amplo, qualidade de vida pode ser uma medida da própria dignidade humana, pois pressupõe o atendimento das necessidades humanas fundamentais. Dessa forma, percebe-se que é fácil entender esse conceito, mas é difícil defini-lo objetivamente (Nahas, 2017).

Nesse sentido, a qualidade de vida pode estar relacionada aos fatores socioambientais, fatores individuais e percepção do bem-estar, como pode ser observado no esquema a seguir.

Segundo a Secretaria Estadual de Saúde de Pernambuco (2022) os pilares para uma boa qualidade de vida, são: Alimentação saudável, Prática regular de exercício físico, Dormir bem e Cultivar a auto estima.

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 9 - Conceito “Saúde e Bem-estar”

07

## CONCEITO SOBRE À Saúde e bem-estar

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a prática regular de atividade física contribui para a prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis tais como doença cardíaca, acidente vascular cerebral, diabetes, câncer da mama e câncer do cólon. Além de ajudar também a prevenir a hipertensão, excesso de peso e obesidade e contribuir para a saúde mental, melhoria da qualidade de vida e bem-estar (WHO, 2018).

Fonte: Elaborado pela autora (2024).



Capítulos: A cartilha contém 4 capítulos, sendo um para cada eixo temático. Cada capítulo é representado pelo número e por uma imagem que simbolizam o eixo temático proposto.

Figura 10 - Descrição dos Capítulos que compõem a cartilha.



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

O Capítulo 1, 2, 3 e 4 apresentam o título com a imagem, o tempo para desenvolver a ação, os conteúdos e os objetivos.

Figura 11 - Capítulo 1



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 12 - Conteúdos e Tempo da ação Cap. 1



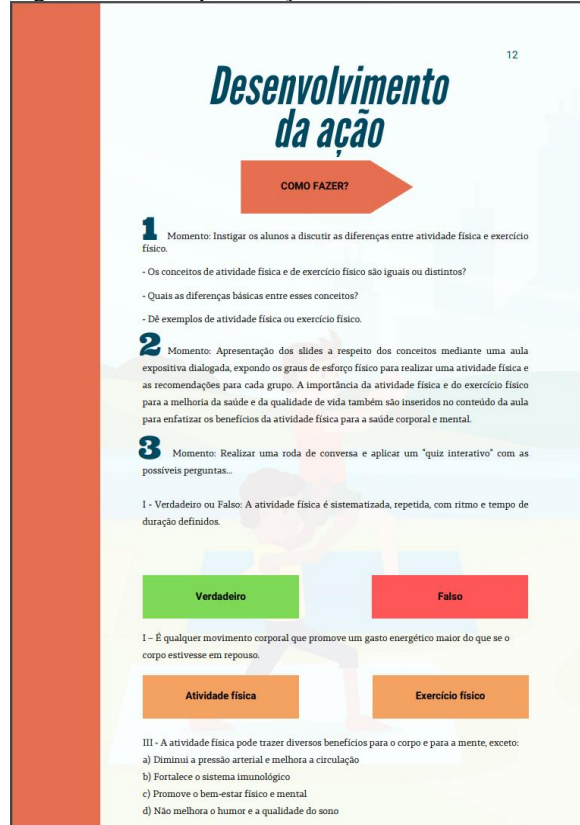
Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 13 - Objetivos da ação Cap. 1



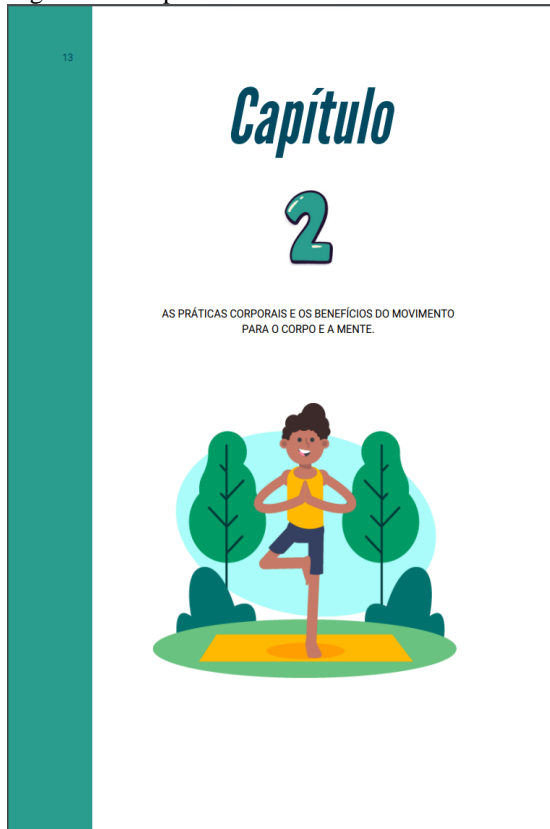
Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 14 - Exemplo de ações desenvolvidas



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 15 - Capítulo 2



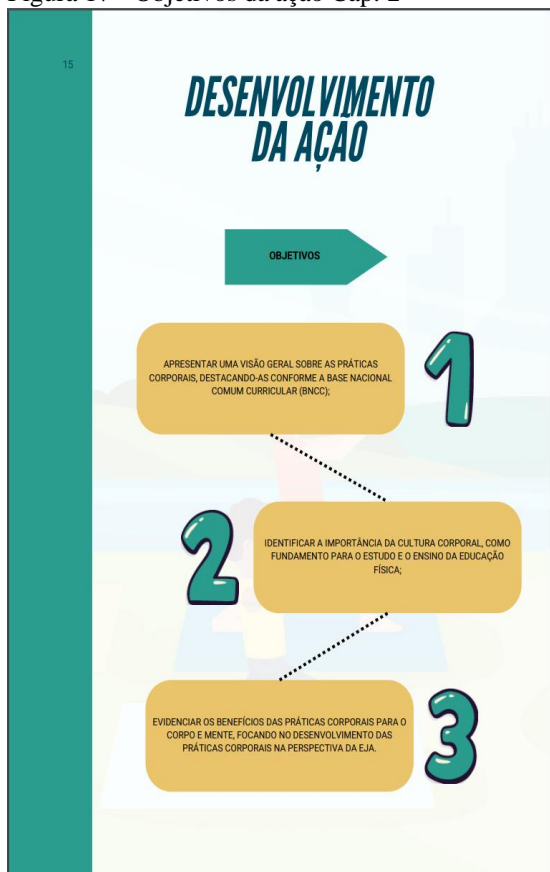
Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 16 - Conteúdos e Tempo da ação Cap. 2



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 17 - Objetivos da ação Cap. 2



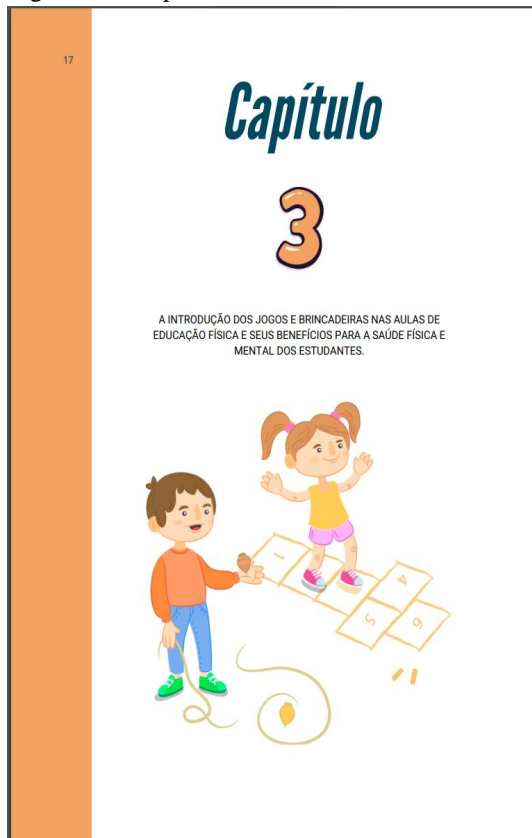
Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 18 - Exemplo de ações desenvolvidas



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 19 - Capítulo 3



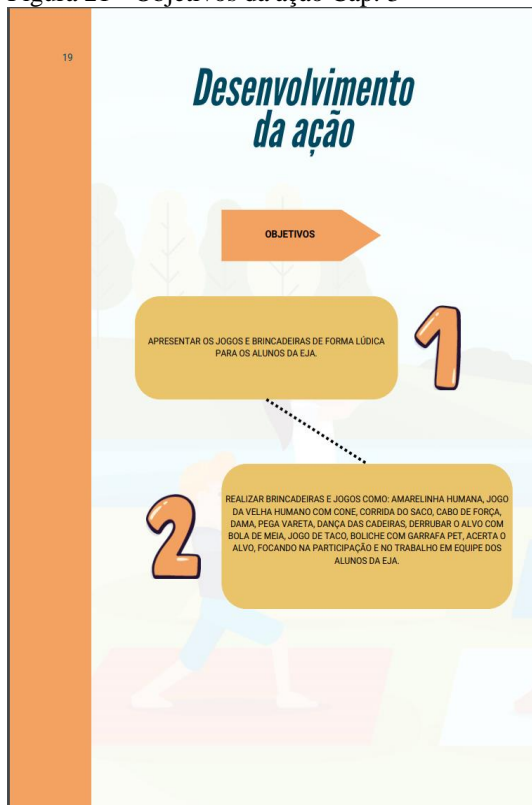
Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 20 - Conteúdos e Tempo da ação Cap. 3



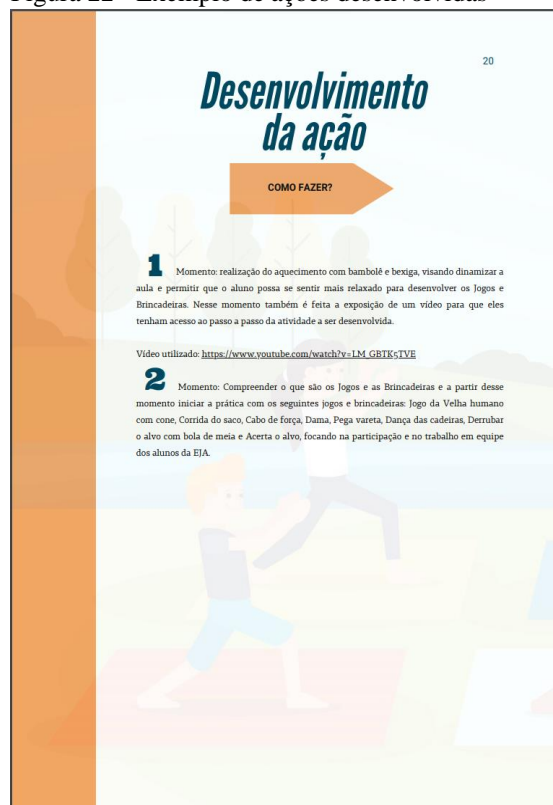
Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 21 - Objetivos da ação Cap. 3



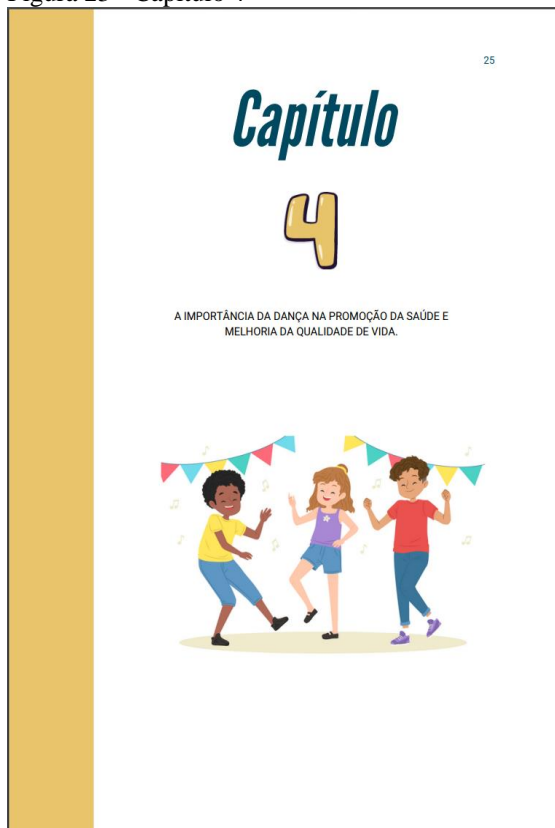
Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 22 - Exemplo de ações desenvolvidas



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 23 - Capítulo 4



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 24 - Conteúdos e Tempo da ação Cap. 4



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Figura 25 - Objetivos da ação Cap. 4



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

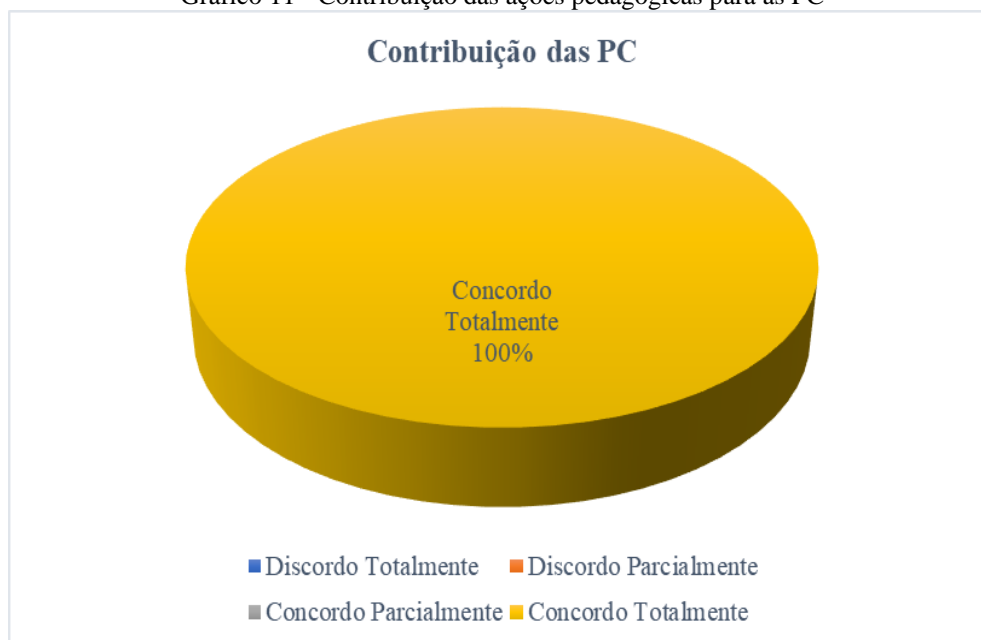
Referências: Contém as referências bibliográficas utilizadas na construção da cartilha.

### 5.3 AVALIAÇÃO APÓS A AÇÃO PEDAGÓGICA

Após ser realizada a ação pedagógica, foi aplicado um questionário onde os alunos deveriam assinalar as seguintes categorias de respostas: (1) discordo totalmente, (2) discordo parcialmente, (3) concordo parcialmente e (4) concordo totalmente. A partir das respostas e dos comentários feitos pelos estudantes, foi possível ter acesso a opinião de cada um deles sobre a contribuição das ações pedagógicas para execução das Práticas Corporais; a forma como às Práticas Corporais impactaram na vida e na qualidade de vida desses alunos; o conhecimento deles a respeito das Práticas Corporais; a contribuição das ações pedagógicas para a formação acadêmica e social dos estudantes; e a opinião deles sobre o desejo de continuarem praticando as atividades realizadas após a ação pedagógica.

Ao serem indagados sobre a contribuição das ações pedagógicas realizadas nas aulas de Educação Física para a execução das Práticas Corporais, 100% dos entrevistados concordaram totalmente, como observa-se no Gráfico 11.

Gráfico 11 - Contribuição das ações pedagógicas para as PC



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

A respeito da contribuição das ações pedagógicas para execução das Práticas Corporais, notou-se que os entrevistados relataram que:

“Sim. Porque a dança é um tipo de atividade para o corpo.” (E02)

“Com relação às aulas de danças, com o Grupo “Pisada do Sertão”, nos ajudou na coordenação motora e flexibilidade.” (E04)

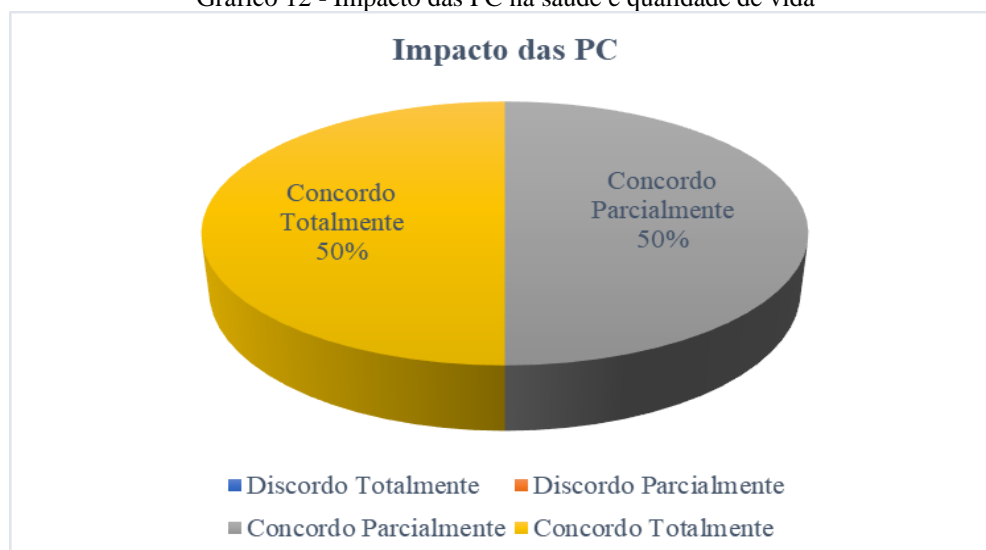
Diante da justificativa feita pelos estudantes, pode-se perceber que principalmente a dança foi uma Prática Corporal bem aceita por eles, sendo relatado o quanto a dança é uma atividade que pode proporcionar movimento para o corpo, ajudando na coordenação motora e melhorando a flexibilidade.

Essa percepção dos estudantes corrobora com o estudo de Moratelli *et al.* (2020) que buscou comparar o nível de atividade física e flexibilidade de escolares praticantes e não praticantes de dança como atividade extraclasse. Sendo evidenciado que os escolares que praticam aulas de dança e de Educação Física são mais ativos que os escolares que praticam apenas as aulas de Educação Física. Os escolares praticantes de dança e de Educação Física foram considerados mais flexíveis no quadril comparados aos escolares que apenas realizavam as aulas de Educação Física. Já a flexibilidade de ombros foi a mesma para ambos os grupos.

Santos (2023) acrescenta que a dança proporciona diversos benefícios, pois trabalha diferentes partes do corpo e envolve exercícios de força, flexibilidade, coordenação motora e resistência cardiovascular, ajudando no fortalecimento muscular, na melhoria da flexibilidade e na promoção de um estilo de vida mais ativo. Além de ajudar a melhorar a postura, a coordenação motora e a equilibrar o peso corporal, podendo prevenir doenças relacionadas ao sedentarismo. Essa Prática Corporal ainda pode contribuir para a saúde mental e emocional, ajudando na redução do estresse, da ansiedade e da depressão, liberando endorfinas que produzem sensações de bem-estar e alegria.

No tocante ao impacto positivo que as Práticas Corporais realizadas na ação pedagógica tiveram na saúde e qualidade de vida dos estudantes, 50% concordaram totalmente e 50% concordaram parcialmente.

Gráfico 12 - Impacto das PC na saúde e qualidade de vida



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

A partir da justificativa dos entrevistados a respeito do impacto positivo das Práticas Corporais, os relatos foram que:

“Realizar alguma Prática Corporal pode melhorar muito a saúde.” (E01)

“Essa atividade foi muito importante para minha qualidade de vida.” (E02)

“Os alunos tinham pouco tempo com a Professora (que executou a ação pedagógica), já a Professora (que ministra a disciplina de Educação Física) tem muito tempo.” (E03)

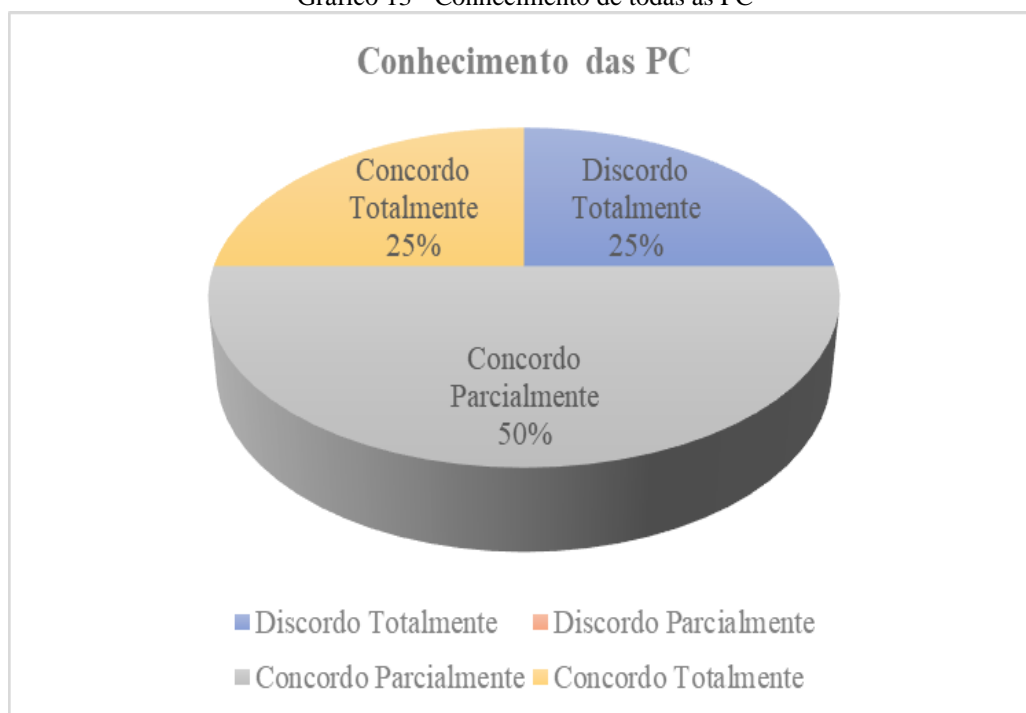
Ao se ter acesso as ponderações feitas pelos entrevistados, pode-se observar que eles concordam que as Práticas Corporais são importantes para melhorar a saúde e a qualidade de vida e mediante a realização da ação pedagógica, os alunos ficaram mais interessados para que as aulas de Educação Física fossem realizadas com mais atividades como as que eles tiveram acesso durante a ação.

Com base no pensamento de Moratelli *et al.* (2020), a Educação Física escolar possibilita que haja um espaço efetivo para o aumento dos níveis de atividade física e outros componentes relacionados à saúde entre os jovens, oportunizando-os compreender melhor a cultura corporal de movimento tendo por finalidade permitir aos alunos a vivência de um conjunto de conhecimentos incluindo os jogos, as danças, os esportes, as lutas, a melhora na aptidão física, além de promover um acréscimo no gasto energético. Contudo, percebe-se que a Educação Física na escola não está sendo suficiente para proporcionar essa melhora na aptidão física dos jovens, pois, em virtude do pouco tempo destinado as aulas, não é possível trabalhar os níveis adequados de atividade física e a promoção de um estilo de vida ativo. Desse modo, é necessário que programas de exercícios físicos extraclasse sejam sugeridos para proporcionar resultados positivos na aptidão física relacionada à saúde.

Sobre os alunos terem conhecimento de todas as Práticas Corporais, 50% concordaram parcialmente, 25% concordaram totalmente e 25% discordam totalmente, como descrito no Gráfico 13.



Gráfico 13 - Conhecimento de todas as PC



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

De acordo com as justificativas mencionadas pelos alunos, destacam-se as seguintes:

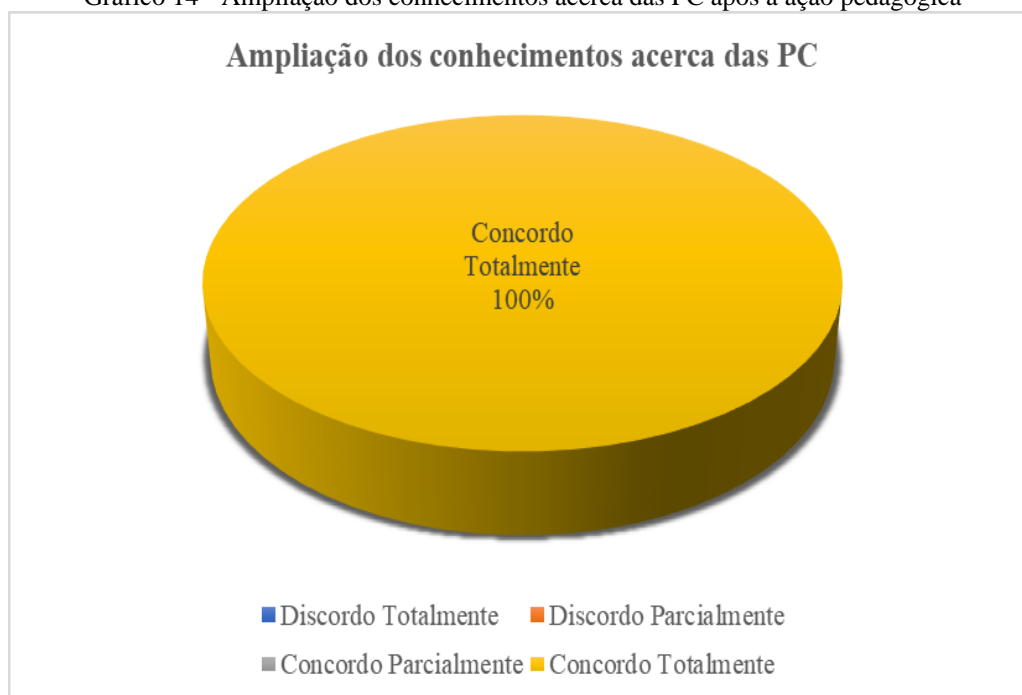
“Não sabia que a dança fazia parte das Práticas Corporais.” (E02)

“Essas práticas só vieram ao meu conhecimento nas aulas.” (E04)

Frente ao que foi falado pelos alunos, nota-se a importância de executar as Práticas Corporais durante as aulas de Educação Física, ainda que os conteúdos sejam apresentados de forma teórica. Entretanto, ao realizar aulas dinâmicas com atividades práticas, faz com que os estudantes possam compreender melhor o assunto, como é o caso da inserção da dança como atividade prática.

Com relação a ampliação dos conhecimentos dos alunos após a ação pedagógica, todos concordaram totalmente, como indicado no Gráfico 14.

Gráfico 14 - Ampliação dos conhecimentos acerca das PC após a ação pedagógica



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

Para se ter acesso ao que foi mencionado pelos alunos, destacam-se as seguintes falas:

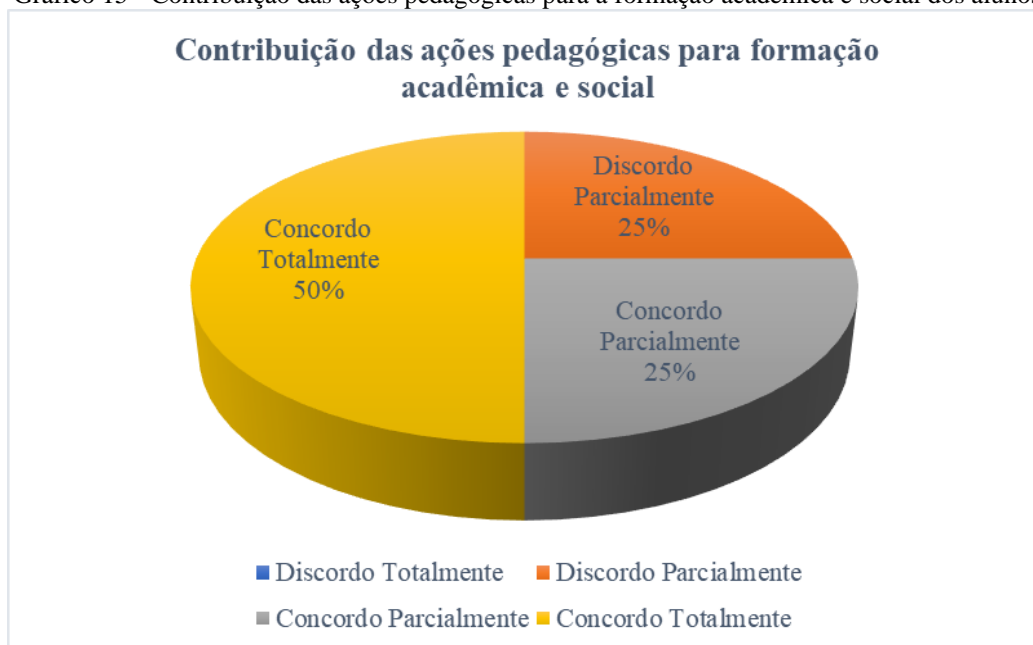
“O lúdico sempre é necessário nas aulas.” (E3)

“A ação ajudou a conhecer mais sobre a atividade física.” (E4)

Diante do que foi apresentado, Oliveira Júnior; Neira (2020) justificam que através da construção de um clima favorável ao diálogo de opiniões e circulação de diferentes significados acerca das práticas corporais, o currículo cultural da Educação Física encoraja as crianças e jovens a desconstruírem os discursos preconceituosos que envolvem as brincadeiras, danças, lutas, esportes e ginásticas ou seus praticantes.

No que se refere a contribuição das ações pedagógicas para a formação acadêmica e social dos alunos, 50% concordaram totalmente e 25% concorda parcialmente e discorda parcialmente, respectivamente, como apresentado no Gráfico 15.

Gráfico 15 - Contribuição das ações pedagógicas para a formação acadêmica e social dos alunos



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

As falas dos alunos evidenciaram que:

Sim, contribuíram, porque as professoras explicaram mais detalhadas nas ações.” (E1)

Contribuíram muito, pois, não tinha coragem de dançar, mas com o apoio do grupo, eu consegui.” (E2)

“Contribuíram muito, pois utilizarei dessas práticas indiretamente.” (E3)

Nota-se que a ação pedagógica e a introdução de diversas Práticas Corporais permitiram que os alunos pudessem ter mais acesso sobre informações a respeito delas, que provavelmente durante as aulas normais não tivessem essa oportunidade e que eles se sentissem mais à vontade para executarem as práticas, como é o caso da dança. Com isso, Carvalho e Wittizorecki (2022) explicam que as práticas corporais vão além do prisma da aptidão física configurando a sua natureza histórico-social, superando a relação reducionista com o movimento.

Quando questionados se iriam continuar praticando alguma das atividades realizadas durante a ação pedagógica, as respostas foram positivas, uma vez que 75% concordaram totalmente e 25% concordou parcialmente. Esse fato, demonstra que o objetivo inicial da ação pedagógica foi alcançado.

Gráfico 16 - Continuar praticando as atividades realizadas após a ação pedagógica



Sobre permanecerem praticando as atividades após a ação pedagógica, as falas dos alunos demonstraram que:

“Talvez permanecerei por conta da idade.” (E2)

“Sempre quando posso faço a minha atividade de caminhada todos os dias.” (E3)

Rocha *et al.* (2021) ponderam que mesmo com efeitos benéficos do exercício físico, é normal que após a adolescência, aconteça uma diminuição nos níveis da prática, que por sua vez, pode ocasionar o surgimento de várias doenças, como a hipertensão arterial, obesidade, problemas psicológicos como depressão, ansiedade entre outros e o aumento do colesterol. Atualmente, existem amplas evidências científicas de que o exercício físico regular produz benefícios inquestionáveis para a saúde física e psicológica, que por sua vez são causadores de um impacto significativo no bem-estar geral do sujeito em todas as idades.

Ao serem questionados acerca dos pontos positivos e negativos encontrados durante a execução do Produto Educacional, os alunos relataram a importância de terem conhecido a Prática Corporal da Dança e as outras Práticas Corporais, mas reportaram também que a ação pedagógica ocorreu em um período curto de tempo. No Quadro 6 estão expostas as falas dos entrevistados no tocante aos pontos positivos e negativos destacados por cada um deles.

Quadro 6 - Pontos Positivos e Pontos Negativos destacados pelos alunos entrevistados

<b>Pontos Positivos</b>	<b>Pontos Negativos</b>
“Nós aprendemos na prática que a Dança é fundamental, não tanto para a cultural, mas também é importante para as Práticas Corporais.” (E1)	“Os únicos pontos negativos foram as aulas serem muito curtas, mas, com o pouco tempo que tivemos foi bem proveitoso.” (E1)
“As aulas fazem bem ao coração.” (E2)	“Não sei.” (E2)
“Conhecimento de variados estilos de forró. Interiorização cultural, praticidade e estímulo lógico nos jogos de xadrez. O lúdico necessário.” (E3)	“As aulas têm pouquíssimas horas.” (E3)
“As aulas foram bem dinâmicas e ajudaram a entender melhor as Práticas Corporais, além de exercitar o corpo.” (E4)	“Foi pouco tempo de aula para muita coisa a ser aprendida.” (E4)

Fonte: Elaborado pela autora (2023).

A realização da ação pedagógica foi de grande valia para o estudo, uma vez que, permitiu compreender a percepção desses estudantes acerca das Práticas Corporais e como essas aulas fizeram cada um deles terem acesso a novos conhecimentos, além de colaborar na formação acadêmica e social desses indivíduos, contribuindo imensamente para a produção do Produto Educacional.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo do estudo observou-se que os objetivos da pesquisa foram atingidos, de modo que, contou-se a participação assídua dos alunos do ProEJA. De acordo com o perfil identificado na pesquisa, os alunos têm idade que varia de 21 a 40 anos, são todos do sexo masculino e são solteiros. A faixa de renda familiar predominante foi inferior a R\$ 1.000 mil reais por mês e a cor da pele com maior menção entre os participantes foi a cor branca. Os participantes têm entre 1,65 e 1,69 metros de altura, o IMC da maioria está dentro parâmetro considerado normal. A maioria, realiza algum tipo de atividade física, como: Futsal, Vôlei, Basquete, Corrida, Caminhada e Futebol. O estado de saúde de metade dos entrevistados foi mencionado como bom.

A respeito das PC serem realizadas durante as aulas de Educação Física, todos os participantes afirmaram que sim. Dentre essas atividades foram assinalados os Esportes de Invasão, os Esportes de Rede, as Práticas Corporais e Saúde, o Jogo Motor e as Brincadeiras, com é o caso do Cabo de Guerra, Amarelinha, Agacha-Agacha, Pula Corda, Bambolê e Pega-Pega.

No que se refere às categorias e subcategorias, os participantes mencionaram a Categoria 01 - Benefícios das Práticas Corporais, que por sua vez, foi composta pelas subcategorias: Qualidade de Vida, Diminui o Risco de Doenças e Melhora a Função Corporal; enquanto que a Categoria 02 - Contribuição das aulas de Educação Física, destacam-se as seguintes subcategorias: Promove o Bem-estar, Previne Doenças, Compreensão geral dos Jogos e Trabalha a Anatomia Corporal.

As ações pedagógicas realizadas com a turma, permitiram o desenvolvimento do Produto Educacional (cartilha), de modo que, os alunos acabaram realizando as PC e falando o quanto a introdução das mais variadas danças, por exemplo, permitiram que eles tanto tivessem mais conhecimento teórico sobre o assunto, quanto se sentiram mais à vontade para dançar ritmos como Forró, Quadrilha, Xerém, Xaxado, Coco e Xôte. Diante disso, observa-se a importância de inclusão das PC durante as aulas de Educação Física para dinamizar o conteúdo e permitir que os estudantes possam ter acesso às informações a respeito desse assunto.

Para além dos novos conhecimentos sobre o tema, ainda destacou-se também a inserção da relevância de se trabalhar essas aulas com o enfoque à saúde, levando em consideração a qualidade de vida. Com isso, a avaliação dos alunos acerca das ações realizadas foi positiva, uma vez que, todos concordaram que as ações pedagógicas realizadas nas aulas de Educação Física contribuíram para a execução das PC e que tiveram um impacto positivo para a saúde e

qualidade de vida deles. A maioria dos participantes afirmou ter conhecimento de todas as PC e que as ações pedagógicas contribuíram para a formação acadêmica e social, além disso, eles ainda responderam que iriam continuar praticando algumas das atividades realizadas durante a ação pedagógica.

Os pontos positivos destacados pelos participantes estavam voltados ao aumento da aprendizagem e do conhecimento acerca das PC e como a realização da atividade física pode melhorar a saúde e contribuir para a qualidade de vida desses estudantes. Por outro lado, dentre os pontos negativos, destacou-se a necessidade de haver mais aulas de Educação Física.

Apesar do êxito, houveram algumas dificuldades para o desenvolvimento da pesquisa, uma vez que, havia apenas duas aulas de Educação Física durante a semana e a turma tinha um quantitativo pouco de estudantes, mas, isso não foi determinante para se alcançar os objetivos da pesquisa. Assim, algumas sugestões para outros estudos, podem ser direcionadas ao público que se destina à realização da pesquisa, de modo que, se tenha metas bem traçadas para que não se possa esbarrar em nenhum entrave que acabe dificultando a coleta de dados. Com isso, faz-se necessário que se conheça a realidade do campo de pesquisa.

Diante das informações apresentadas, conclui-se que o estudo foi importante pois apresentou uma nova realidade acerca do tema, além de ter sido indispensável para o desenvolvimento do produto educacional que servirá como um norteador para os profissionais da educação e de áreas afins que queiram trabalhar essa temática. Para além dessas contribuições, a pesquisa ainda permitiu que os alunos tivessem uma maior percepção sobre as mais variadas PC e como elas podem ser inseridas no seu dia-a-dia, contribuindo para a saúde mental e física. Com isso, nota-se que a pesquisa colaborou não apenas academicamente com os estudantes, mas também pavimentou novas perspectivas na sua jornada pessoal e profissional.

## REFERÊNCIAS

- ANDRADE JÚNIOR, Sérgio Henrique Noblat de; ROSAS, Agostinho da Silva; LORENZINI, Ana Rita; BRASILEIRO, Livia Tenorio; SOUZA JÚNIOR, Marcílio Barbosa Mendonça de; MELO, Marcelo Soares Tavares de. O ensino da educação física na EJA: uma análise a partir de falas dos professores. **Movimento**, Porto Alegre, v. 27, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/mov/a/ZYPjMRmvZQzb78TXhfSfNVp/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 20 jul. 2022.
- ANJOS, Lindinalva Jesus dos. **A ludicidade como recurso pedagógico no processo de ensino/aprendizagem na Educação de Jovens e Adultos**. 2021. 48p. Graduação [Monografia]. Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira. São Francisco do Conde, 2021. Disponível em: [https://repositorio.unilab.edu.br/jspui/bitstream/123456789/2102/1/2021\\_mono\\_lindinalvaanjos.pdf](https://repositorio.unilab.edu.br/jspui/bitstream/123456789/2102/1/2021_mono_lindinalvaanjos.pdf). Acesso em: 26 jul. 2022.
- BARBOSA, Ana Clarisse Alencar; BUBLITZ, Kathia Regina; GOMES, Vilisa Rudenco. **Jogos, brinquedos e Brincadeiras**. Indaial: UNIASSELVI, 2015. 188p. Disponível em: <https://www.uniasselvi.com.br/extranet/layout/request/trilha/materiais/livro/livro.php?codigo=21032>. Acesso em: 12 out. 2023.
- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa edições, 70. 1977.
- BARROZO, Bruno Sobral; DIAS, Wagner da Silva. Contribuições do ensino de geografia para refugiados venezuelanos na Educação de Jovens e Adultos – EJA: conquistas e desafios. **Cadernos Macambira**, v. 5, n. 2, 2020. Disponível em: <https://revista.lapprudes.net/index.php/CM/article/view/527/480>. Acesso em: 25 jul. 2022.
- BERTOLI, Josefina; SILVA SANTOS, Sueyla Ferreira da; FREITAS JÚNIOR, Ismael Forte. Histórico e conceitos de medidas, avaliação, antropometria e composição corporal. *In*: FREITAS JÚNIOR, Ismael Forte. **Padronização de medidas antropométricas e avaliação da composição corporal**. São Paulo: CREF4/SP, 2018. Disponível em: <https://www.crefsp.gov.br/storage/app/arquivos/6d9646b6a173fba528f5c4edcf9b1d8d.pdf>. Acesso em: 03 set. 2024.
- BORGES, Carlos Nazareno; PORTILHO, Gilberto Otávio Neto de Souza. Produção de significados para o esporte: uma contribuição. **Conexões**, Campinas, v. 19, 2021. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8659089/26741>. Acesso em: 27 jul. 2022.
- BOSCATTO, Juliano Daniel; BAGNARA, Ivan Carlos; ALMEIDA, Luciano de; LANG, Afonso Manoel Righi; MARTINS, Fabrício Döring. A educação física nos Institutos Federais: diagnóstico acerca dos referenciais curriculares, conteúdos e abordagens metodológicas. **Revista Prática Docente**, v. 5, n. 3, p. 1627-1645, set/dez., 2020. Disponível em: <https://periodicos.cfs.ifmt.edu.br/periodicos/index.php/rpd/article/view/845/400>. Acesso em: 28 ago. 2022.
- BRAGA, Maria Dalva Uchoa. É preciso conversar sobre a EJA. Falta de investimentos, esvaziamento e o fracasso das políticas públicas: os desafios que jovens e adultos enfrentam para ter direito à educação no Brasil. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências**



e **Educação**, São Paulo, v. 9, n. 5, mai., 2023. Disponível em:  
<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/9703/3799>. Acesso em: 03 set. 2024.

BRASIL, Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**: Educação é a base. 2017. Disponível em:  
[http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC\\_EI\\_EF\\_110518\\_versaofinal\\_site.pdf](http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf).  
 Acesso em: 19 jul. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. **Normas para pesquisa envolvendo seres humanos**. Res. CNS 466/2012 e outros. Brasília, 2012.

BRAZOROTTO, Cintia Magno; VENCO, Selma Borghi. Educação Profissional no Brasil: História e Política dos Institutos Federais. **ETD- Educação Temática Digital Campinas**, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 98-116, jan. /mar., 2021.

CAMPOS, Félix William Medeiros; MALDONADO, Daniel Teixeira. Comunidades quilombolas, práticas corporais e Educação Física Escolar: o estado da arte. **Rev. Ed. Popular**, Uberlândia, v. 22, n. 2, p. 150-175, maio-ago., 2023.

CAMPOS, Italo Sergio Lopes; ANTUNES, Marcelo Moreira. Luta marajoara: diálogos com o esporte, saúde e educação marajoara. **Cenas Educacionais**, Caetité, v. 4, n. e11870, p. 1-17, 2021. Disponível em:  
<https://www.revistas.uneb.br/index.php/cenaseducacionais/article/view/11870/8827>. Acesso em: 10 mai. 2023.

CANUTO, Layanne Braga; BRAGA, Fernanda Lira; BATISTA, Rafael Gomes; AMANCIO NETO, Raimundo; GOIS, Pamela Karina de Melo. **Ferramenta motivacional: jogos e brincadeiras no PROEJA**. VI Congresso Nacional de Educação – CONEDU. 2019. Disponível em:  
[https://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2019/TRABALHO\\_EV127\\_MD4\\_SA12\\_ID3671\\_03092019085953.pdf](https://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2019/TRABALHO_EV127_MD4_SA12_ID3671_03092019085953.pdf). Acesso em: 29 jun. 2022.

CARVALHO, Renata de Oliveira; WITTIZORECK, Elisandro Schultz. “Formar pessoas melhores?” As práticas corporais na escola de educação integral em tempo integral. **Movimento**, v. 28, 2022. Disponível em:  
<https://www.scielo.br/j/mov/a/sW4Vk6j9mhwTNv5Kb8jHNWY/?format=pdf&lang=pt>.  
 Acesso em: 10 jan. 2024.

CNTE, Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação. Sob Bolsonaro, EJA foi desvalorizada e teve perda de mais 500 mil alunos. 2023. Disponível em:  
<https://www.cnte.org.br/index.php/menu/comunicacao/posts/noticias/75627-sob-bolsonaro-eja-foi-desvalorizado-e-teve-perda-de-mais-500-mil-alunos#:~:text=No%20mesmo%20retrocesso%2C%2029.787%20professores,%2C%20para%20119.625%2C%20em%202021>. Acesso em: 30 abr. 2023.

CONCEIÇÃO, Ewerton Henrique da; BEZERRA, Levi Araujo; BARROS, Daniely Santos de; SOUZA, Luiz Carlos Alves de. **A produção e uso de uma cartilha educativa como recurso didático no ensino do ciclo da água**. VI Congresso Internacional de Licenciaturas COINTER – PDVL. 2019. Disponível em:

<https://cointer.institutoidv.org/inscricao/pdvl/uploadsAnais2020/A-PRODU%C3%87%C3%83O-E-USO-DE-UMA-CARTILHA-EDUCATIVA-COMO-RECURSO-DID%C3%81TICO-NO-ENSINO-DO-CICLO-DA-%C3%81GUA.pdf>. Acesso em: 20 jun. 2022.

DUARTE, Arlene Leão de Lima; LIMA, André Suêlto Tavares de. **O ensino da educação física no PROEJA como perspectiva de melhoria na qualidade de vida**. CONEDU – VIII Congresso Nacional de Educação. 2022. Disponível em: [https://www.editorarealize.com.br/editora/ebooks/conedu/2022/GT12/TRABALHO\\_COMPLETO\\_EV174\\_MD5\\_ID9936\\_TB3750\\_04092022111610.pdf](https://www.editorarealize.com.br/editora/ebooks/conedu/2022/GT12/TRABALHO_COMPLETO_EV174_MD5_ID9936_TB3750_04092022111610.pdf). Acesso em: 18 mai. 2023.

FERREIRA, Nicoly Rocha; COSTA, Júlia Loth; HUDSON, Tassiana Aparecida; MEIRELES, Juliana Fernandes Filgueiras. Inserção das lutas na educação física escolar da cidade de Muriaé-Mg. **Revista Pensar a Prática**, v. 24, 2021. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/67744/37725>. Acesso em: 25 jul. 2022.

FRANCO, Laercio Claro Pereira; TAHARA, Alexander Klein; DARIDO, Suraya Cristina. Práticas Corporais de Aventura nas Propostas Curriculares Estaduais de Educação Física: relações com a base nacional comum curricular. **Corpo consciência**, Cuiabá, v. 22, n. 01, p. 66-76, jan./abr., 2018. Disponível em: <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/6022/4241>. Acesso em: 15 mai. 2023.

FRANZOI, Naira Lisboa; FISCHER, Maria Clara Bueno. O PROEJA e seus sujeitos, profissão e saberes da experiência de trabalho. **Debates em Educação**, Maceió, v. 12, n. 26, Jan./Abr., 2020. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/220847/001122500.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 28 jul. 2022.

FRANCHI, Silvester; GÜNTHER, Maria Cecília Camargo. Juvenilização da EJA: repercussões na Educação Física. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 30, n. 53, p. 209-225, mai., 2018. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/9d1b/a4e95c3b0ca9f2fd7c4532403c622ea7e61e.pdf>. Acesso em: 22 jul. 2022.

FURTADO, Renan Santos. Práticas corporais e educação física escolar: sentidos e finalidades. **Corpo consciência**, Cuiabá, v. 24, n. 3, p. 156-167, set./dez., 2020. Disponível em: <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/8600/7756>. Acesso em: 07 ago. 2023.

GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. **Métodos de pesquisa**. 1 ed. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009.

GOLDSCHMIDT FILHO, Francisco; CRUZ, Lucas Lopez da; BOSSLE, Fabiano. Educação Física na EJA: desafios e possibilidades. **Revista Kinesis**, v. 34, n. 02, p. 117-131, jul.-dez., 2016. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/270300222.pdf>. Acesso em: 17 jul. 2022.

GOMES, Maria de Fátima Feitosa Amorim; FREITAS, Marinaide Lima de Queiroz; MARINHO, Paulo. Estudantes do Proeja: de percursos negados a outras possibilidades.

**Educar em Revista**, Curitiba, v. 38, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/er/a/zdJWq3ZQS9HWTwzg4YVS7wc/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 16 out. 2023.

HENRIQUE, A. L. S. O PROEJA e a reforma do ensino médio (lei Nº 13.415/2017). **Holos**, ano 34, v. 03, 2018. Disponível em: <https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/HOLOS/article/view/7024/pdf>. Acesso em: 02 de jul. 2022.

INÁCIO, Humberto Luís de Deus; SOUSA, Caroline Castro. MACHADO, Lídia Ferreira. A presença das práticas corporais de aventura em escolas públicas da região metropolitana de Goiânia: um estudo exploratório. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 32, n. 63, p. 01-16, jul./dez., 2020.

INEP, Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. **Censo Escolar 2022 – Divulgação dos Resultados**. Brasília, 2023. Disponível em: [https://download.inep.gov.br/censo\\_escolar/resultados/2022/apresentacao\\_coletiva.pdf](https://download.inep.gov.br/censo_escolar/resultados/2022/apresentacao_coletiva.pdf). Acesso em: 01 ago. 2023.

LANFERDINI, Fábio Juner. Esportes de aventura na ilha de Santa Catarina. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 7, n. 4, p. 42927-42944, apr., 2021. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/ojs/index.php/BRJD/article/view/28988/22892>. Acesso em: 28 jul. 2022.

MACEDO, Elina Elias de; NEIRA, Marcos Garcia. A Educação Física na creche: tematizando as práticas corporais. **Rev Bras Educ Fís Esporte**, São Paulo, v. 31, n. 1, p. 99-106, Jan-Mar., 2017.

MACHADO, Julice Maria Resende. "**Começar de novo**": processo de integração/reintegração no mercado de trabalho das alunas do PROEJA do Instituto Federal de Minas Gerais. 2016. 306p. Tese [Doutorado]. Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, 2016. Disponível: [https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUOS-AQPRQG/1/tese\\_julice\\_resende\\_machado.pdf](https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUOS-AQPRQG/1/tese_julice_resende_machado.pdf). Acesso em: 30 jun. 2022.

MAIA, Divanalmi Ferreira; FARIAS, Álvaro Luís Pessoa de; OLIVEIRA, Marcos Antonio Torquato de. Jogos e brincadeiras nas aulas de educação física para o desenvolvimento da criança. **Revista Cenas Educacionais**, Caetité, v. 3, n. e8623, p. 1-17, 2020. Disponível em: <https://www.revistas.uneb.br/index.php/cenaseducacionais/article/view/8623/5482>. Acesso em: 25 jul. 2022.

MALDONADO, Daniel Teixeira; SOARES, Daniela Bento; SCHIAVON, Laurita Marconi. Educação Física no ensino médio: reflexões e desafios sobre a tematização da ginástica. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 31, n. 60, p. 01-19, out./dez., 2019. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Daniel-Maldonado-2/publication/337817009\\_Educacao\\_Fisica\\_no\\_Ensino\\_Medio\\_tensoes\\_e\\_desafios\\_sobre\\_a\\_tematizacao\\_da\\_ginastica/links/5deb9d204585159aa469d8c6/Educacao-Fisica-no-Ensino-Medio-tensoes-e-desafios-sobre-a-tematizacao-da-ginastica.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Daniel-Maldonado-2/publication/337817009_Educacao_Fisica_no_Ensino_Medio_tensoes_e_desafios_sobre_a_tematizacao_da_ginastica/links/5deb9d204585159aa469d8c6/Educacao-Fisica-no-Ensino-Medio-tensoes-e-desafios-sobre-a-tematizacao-da-ginastica.pdf). Acesso em: 23 jul. 2022.

MENDES, Rafaela C.; CORREIA, Manoela G.; KOCK, Kelsner S. Relação entre atividade física, índice de massa corporal e estresse em acadêmicos de medicina de uma universidade do sul de Santa Catarina. **R. bras. Ci. e Mov.**, v. 28, n. 1, p. 92-101, 2020.

MENEZES, Ana Paula Vila Nova et al. A relevância da atividade física e exercício físico em tempos pandêmicos: Um olhar para a saúde e qualidade de vida. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/21404/1/ARTIGO%20FINAL.pdf>. Acesso em: 14 out. 2023.

MERCADANTE, Aloizio. **Educação e Capacitação Técnica e Profissional no Brasil**. Documentos de Projectos (LC/TS.2019/44). Comissão Econômica para a América Latina e o Caribe (CEPAL). Santiago, 2019. Disponível em: [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44696/S1900443\\_pt.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44696/S1900443_pt.pdf?sequence=1&isAllowed=y). Acesso em: 29 ago. 2022.

MORATELLI, Jéssica; MACHADO, Zenite; FARIAS, Gelcemar Oliveira; SEEMANN, Taysi; GUIMARÃES, Adriana Coutinho de Azevedo. Atividade física e nível de flexibilidade de escolares praticantes e não praticantes de dança: um estudo comparativo. **Rev Bras Educ Fís Esporte**, São Paulo, v. 34, n. 1, p. 133-14, Jan-Mar., 2020. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/170704/161153>. Acesso em: 05 jan. 2024.

MOURA, D.H.; HENRIQUE, A.L.S. PROEJA: entre desafios e possibilidades. **Holos**, ano 28, v. 2, 2012. Disponível em: <https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/HOLOS/article/view/914/536>. Acesso em: 30 jun. 2022.

NASCIMENTO, Celio Quirino do. **Percepções e motivações de idosos sobre a prática corporal**: melhoria do bem estar físico, mental e social no cotidiano. 2019. 42p. Monografia [Graduação]. Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal, 2019. Disponível em: [https://repositorio.ufrn.br/bitstream/123456789/48039/3/PercepcoesMotivacoesIdosos\\_Nascimento\\_2019.pdf](https://repositorio.ufrn.br/bitstream/123456789/48039/3/PercepcoesMotivacoesIdosos_Nascimento_2019.pdf). Acesso em: 12 out. 2023.

NASCIMENTO, Matheus Monteiro; CAVALCANTI, Cláudio José de Holanda; OSTERMANN, Fernanda. Dez anos de instituição da Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica: o papel social dos Institutos Federais. **Rev. Bras. Estud. Pedagog.**, Brasília, v. 101, n. 257, p. 120-145, jan./abr., 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbeped/a/j66w94G68d56Z3CQhv5vCzG/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 29 ago. 2022.

NOBRE, Fábio Chaves; CORRÊA, Dalila Alves; NEPOMUCENO, Luciana Holanda; NOBRE, Liana Holanda Nepomuceno; Adail José de SOUSA; SIQUEIRA FILHO, Valdemar. A Amostragem na Pesquisa de Natureza Científica em um Campo Multiparadigmático: Peculiaridades do Método Qualitativo. **Revista Espacios**, v. 38, n. 22, 2017. Disponível em: <https://www.revistaespacios.com/a17v38n22/a17v38n21p13.pdf>. Acesso em: 13 jul. 2022.

OLIVEIRA, Alex Vieira de; ANGELI, Ariadna Rabelo; CÂNDIDA, Maria Márcia. Processo histórico da EJA: Os desafios enfrentados por uma escola do interior de Minas Gerais. **Ciências Gerenciais em Foco**, UEMG Cláudio, v. 10, n. 7, p. 60-83, jan-jun., 2019.

Disponível em: <https://revista.uemg.br/index.php/cgf/article/view/3817/2248>. Acesso em: 27 jul. 2022.

OLIVEIRA JÚNIOR, Jorge Luiz de; NEIRA, Marcos Garcia. Significações dos estudantes sobre o currículo cultural da Educação Física. **Rev Bras Ciênc Esporte**, v. 42, 2020.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbce/a/3QqDzZ3yGKc8gzV4PLPHYjR/?format=pdf&lang=pt>.

Acesso em: 11 jan. 2024.

OLIVEIRA, Maria Polyana Silva; SANTOS, Elessandro Verício dos; RODRIGUES, Marta Roberta Da Silva; SILVA, Leandro Araújo. Dança e saúde: discutindo sobre os principais benefícios da dança nos aspectos psicológicos em mulheres. **Revista de Educação, Saúde e Ciências do Xingu**, v. 1, n. 2, Mar., 2020. Disponível em:

<https://core.ac.uk/download/pdf/288212877.pdf>. Acesso em: 26 jul. 2022.

OLIVEIRA, Maxwell Ferreira de. **Metodologia científica**: um manual para a realização de pesquisas em Administração. Catalão: UFG, 2011. Disponível em:

[https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/567/o/Manual\\_de\\_metodologia\\_cientifica\\_-\\_Prof\\_Maxwell.pdf](https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/567/o/Manual_de_metodologia_cientifica_-_Prof_Maxwell.pdf). Acesso em: 19 jun. 2022.

PAES NETO, Gabriel Pereira; FURTADO, Renan Santos; FRANÇA, Ney Ferreira. Esporte, cultura corporal e pedagogia histórico crítica. **Germinal: Marxismo e Educação em Debate**, Salvador, v. 10, n. 2, p. 175-184, Ago., 2018. Disponível em:

<https://periodicos.ufba.br/index.php/revistagerminal/article/view/14625/16666>. Acesso em: 08 jul. 2023.

PESSANHA, Josemara Henrique da Silva; CAETANO, Leonardo Basílio; SAINT'CLAIR, Emerson da Mota. Transtornos mentais, práticas corporais e educação física: estudo de caso com adolescentes do Centro de Atenção Psicossocial Infantojuvenil. **Conexões**, Campinas, v. 20, 2022. Disponível em:

<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8670851/31517>.

Acesso em: 12 out. 2023.

PIANA, Maria Cristina. **A construção do perfil do assistente social no cenário educacional [online]**. São Paulo: Editora UNESP; São Paulo: Cultura Acadêmica, 2009. Disponível em:

<https://books.scielo.org/id/vwc8g/pdf/piana-9788579830%20389-06.pdf>. Acesso em: 20 jun. 2022.

PRESOTTO, Anelise Teresinha *et al.* Benefícios do exercício físico e sua relação com o meio ambiente. **EFDeportes.com, Revista Digital**, Buenos Aires, v. 20, n. 213, Feb., 2016.

Disponível em: [https://www.efdeportes.com/efd213/exercicio-fisico-e-meio-ambiente.htm#google\\_vignette](https://www.efdeportes.com/efd213/exercicio-fisico-e-meio-ambiente.htm#google_vignette). Acesso em: 17 fev. 2024.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do trabalho científico [recurso eletrônico]**: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico. 2 ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013. Disponível em:

[https://aedmoodle.ufpa.br/pluginfile.php/291348/mod\\_resource/content/3/2.1-E-book-Metodologia-do-Trabalho-Cientifico-2.pdf](https://aedmoodle.ufpa.br/pluginfile.php/291348/mod_resource/content/3/2.1-E-book-Metodologia-do-Trabalho-Cientifico-2.pdf). Acesso em: 18 jun. 2022.

PROETTI, Sidney. As pesquisas qualitativa e quantitativa como métodos de investigação científica: um estudo comparativo e objetivo. **Revista Lumen**, v. 2, n. 4, 2017. Disponível em: <http://www.periodicos.unifai.edu.br/index.php/lumen/article/view/60/88#>. Acesso em: 22 ago. 2022.

RAIMUNDO, Armando; MALTA, João; BRAVO, Jorge. **O Problema do Sedentarismo Benefícios da Prática de Atividade Física e Exercício**. Universidade de Évora: Évora, 2019. Disponível em: <https://dspace.uevora.pt/rdpc/bitstream/10174/25891/1/Sedentarismo%20e%20AF.pdf>. Acesso em: 12 out. 2023.

ROCHA, Leticia Horrane Machado da et al. Os benefícios da prática de exercício físico no tratamento da depressão. **Exercício físico como ferramenta adjuvante para promoção da saúde**, Rio de Janeiro, 2021. Disponível em: <https://portal.epitaya.com.br/index.php/ebooks/article/view/235/179>. Acesso em: 10 jan. 2024.

ROSA, Cleci T. Werner da; LOCATELLI, Aline. Produtos educacionais: diálogo entre universidade e escola. **Ensino de Ciências e Tecnologia em Revista**, v. 8, n. 2, jul./ago., 2018.

SAKALOUSKAS, Silvia Renata; MACHADO, Mércia Freire Rocha Cordeiro. Ações de implantação, expansão e consolidação de cursos de PROEJA: desafios e possibilidades. **Revista Cocar**, n. 11, p.1-23, 2022.

SANCHES, Priscila Milene Angelo; RÉ, Patrícia Vieira Del. Introdução à antropometria. *In*: SANCHES, Priscila Milene Angelo; BRESAN, Deise; RÉ, Patrícia Vieira Del. **Guia prático de antropometria para adultos: técnicas, índices e indicadores** [recurso eletrônico]. Campo Grande: Ed. UFMS, 2020.

SANTOS, Carlos Afonso Ferreira dos; ANDRADE, Welison Alan Gonçalves. Formação docente em educação física: saberes propostos para o ensino da dança na escola. **Corpo consciência**, Cuiabá, v. 24, n. 01, p. 57-70, jan./abr., 2020.

SANTOS, Gessyca Costa. A influência da dança na melhoria da qualidade de vida. *In*: Coletânea Educação física em discussão. Org. SOARES, Fernanda Lima; ALVARES, Poliane Dutra; SANTANA, Paulo Vitor Albuquerque; SILVA, Alanna Joselle Santiago; DIAS, Karoline da Silva. **Educação física em discussão**, v. 04, 2023. Disponível em: <https://editorapascal.com.br/wp-content/uploads/2023/12/EDUCA%C3%87%C3%83O-F%C3%8DSICA-VOL.-04.pdf#page=91>. Acesso em: 04 jan. 2024.

SANTOS, Luiz Carlos dos. **Pesquisa científica: universo/população, amostra e critério amostral**. 2021. Disponível em: [https://www.lcsantos.pro.br/wp-content/uploads/2021/03/195\\_PESQUISA\\_CIENTIFICA.pdf](https://www.lcsantos.pro.br/wp-content/uploads/2021/03/195_PESQUISA_CIENTIFICA.pdf). Acesso em: 13 jul. 2022.

SANTOS, Marta Azevedo dos; NASCIMENTO, Guilherme Nobre L. **Metodologia científica: a pesquisa como compreensão da realidade**. Palmas: Programa de Mestrado em Ciências da Saúde, 2021. Disponível em: <https://docs.uft.edu.br/share/proxy/alfresco-noauth/api/internal/shared/node/Wv6gU1E2QfWcnh2jMFduvw/content/Metodologia%20Cientifica>. Acesso em: 03 set. 2024.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico [livro eletrônico]**. 1 ed. São Paulo: Cortez, 2013.

SILVA, Ana Carolina Marques da; GEHRES, Adriana de Faria; CAMINHA, Iraquitã de Oliveira. A dança como prática corporal nas academias: multiplicidade de sentidos. **Rev Bras Ciênc Esporte**, v. 43, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/cdtsmYdVvp36HFZkfd3YPrf/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 20 jul. 2023.

SILVA, Andressa Hennig; Moura, Gilnei Luiz de; CUNHA, Daniele Estivalet; FIGUEIRA, Kristina Kielling; HÖRBE, Tatiane de Andrade Neves; GASPARY, Eliana. Análise de conteúdo: fazemos o que dizemos? um levantamento de estudos que dizem adotar a técnica. **Conhecimento Interativo**, São José dos Pinhais, PR, v. 11, n. 1, p. 168-184, jan./jun., 2017. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/322012000\\_ANALISE\\_DE\\_CONTEUDO\\_FAZEM\\_OS\\_O\\_QUE\\_DIZEMOS\\_UM\\_LEVANTAMENTO\\_DE\\_ESTUDOS\\_QUE\\_DIZEM\\_ADOTAR\\_A\\_TECNICA](https://www.researchgate.net/publication/322012000_ANALISE_DE_CONTEUDO_FAZEM_OS_O_QUE_DIZEMOS_UM_LEVANTAMENTO_DE_ESTUDOS_QUE_DIZEM_ADOTAR_A_TECNICA). Acesso em 10 nov. 2022.

SILVA, Helen Maria Rodrigues da; MENEGALDO, Fernanda Raffi; ALMEIDA, Tabata Larissa; BORTOLETO, Marco Antonio Coelho. O processo de esportivização das práticas ginásticas: particularidades da ginástica para todos. **Acción Motriz**, n. 26, Ene-Jun., 2021.

SILVA, Fernando Ferreira da. Desafios, possibilidades e perspectivas da inserção das lutas no planejamento de Educação Física. **Revista Científica FESA - Periódico Multidisciplinar da Facility Express Soluções Acadêmicas**, v. 1, n. 4, p. 20-32, Mai., 2021. Disponível em: <https://revistafesa.com/index.php/fesa/article/view/35/29>. Acesso em: 25 jul. 2022.

SILVA, Raimunda Magalhães da; BEZERRA, Indara Cavalcante; BRASIL, Christina César Praça; MOURA, Escolástica Rejane Ferreira. **Estudos qualitativos: Enfoques Teóricos e Técnicas de Coleta de Informações**. Sobral: Edições UVA, 2018. Disponível em: <https://portais.univasf.edu.br/medicina-pa/pesquisa/producao-cientifica/experiencias-qualitativas-ebook>. Acesso em: 25 jul. 2022.

SOUSA, Claudio Aparecido de; SILVA, Peterson Amaro da; MALDONADO, Daniel Teixeira. Muito além da prática pela prática: educação física como componente curricular da educação básica. **Cadernos de Formação RBCE**, p. 55-66, mar., 2017. Disponível em: <http://revista.cbce.org.br/index.php/cadernos/article/view/2256/1217>. Acesso em: 24 jul. 2022.

SOUSA, José Givaldo de; LIMA, Maria de Leane de; FARIAS, Wesley Alysson Gomes. A dança como elemento de expressão corporal e preconceito na escola, uma análise de gênero na prática pedagógica de escola pública. *In: Educação e suas interdisciplinaridades*. **Revista Exclusiva ESL Centro Educacional**, Campina Grande, 2021. Disponível em: <https://www.eslcentroeducacional.com.br/data/revistas/1ec1262c9c457c4c9c3896e14acb8d83.pdf#page=33>. Acesso em: 27 jul. 2022.

SOUZA, Amâmbil Biserra de; CONONA, Luiz Felipe Petusk. Saúde, qualidade de vida e a participação nas aulas de educação física dos alunos do ensino médio de Barra do Garças-MT.

**Revista Eletrônica Interdisciplinar Barra do Garças –MT**, v. 14, n. 02, p. 171-179, 2022. Disponível em: <http://revista.sear.com.br/rei/article/view/240/278>. Acesso em: 12 out. 2023.

SOUZA, Francisco das Chagas Silva; MEDEIROS NETA, Olivia Morais de. Educação Profissional e Tecnológica no Brasil no Século XXI: Expansão e Limites. **Educação Profissional e Tecnológica em Revista**, v. 5, n. 2, 2021. Disponível em: <https://ojs.ifes.edu.br/index.php/ept/article/view/1222/811>. Acesso em: 28 ago. 2022.

SOUZA FILHO, Moysés de. SOUZA, Hunaway Albuquerque Galvão de. A educação física no PROEJA do IFRN- Campus Natal Zona Norte: uma experiência pedagógica. **Holos**, ano 26, v. 1, 2010. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4815/481549219011.pdf>. Acesso em: 30 jun. 2022.

STAKE, Robert E. **Pesquisa qualitativa [recurso eletrônico]**: estudando como as coisas funcionam. Porto Alegre: Penso, 2011.

TAVARES, Juliana Maia. **Educação profissionalizante no Brasil (PROEJA)**: Análise da Construção das Políticas Públicas através do Curso Técnico em Eventos no IFPB. 2020. 117p. Mestrado [Dissertação]. Universidade Federal da Paraíba. João Pessoa, 2020. Disponível em: [https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/18856/1/JulianaMaiaTavares\\_Dissert.pdf](https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/18856/1/JulianaMaiaTavares_Dissert.pdf). Acesso em: 28 jul. 2022.

VENTURA, Jaqueline Pereira; OLIVEIRA, Francisco Gilson. A travessia “do EJA” ao Encceja: Será o mercado da educação não formal o novo rumo da EJA no Brasil? **Revista Internacional de Educação de Jovens e Adultos**, v. 03, n. 05, p. 80-97, jan./jun., 2020.

VIANA, Valderi Nascimento; OLIVEIRA, Euzébio de; DIAS, Claudio Alberto Gellis de Mattos. O papel da educação física na EPT: De Nilo Peçanha ao Instituto Federal. Org: VIANA, Valderi Nascimento; DIAS, Claudio Alberto Gellis de Mattos. **Educação Física e EPT - Temáticas em Educação Profissional e Tecnológica (EPT) - Volume 01**. 1 ed. Macapá, 2020. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/wp-content/uploads/2020/09/livro-educacao-Fisica-e-EPT-educacao-profissional-e-tecnologica-2020.pdf>. Acesso em: 27 ago. 2022.

VIEIRA, Alboni Marisa Dudeque Pianovski; SOUZA JUNIOR, Antonio de. A Educação Profissional no Brasil. **Interacções**, v. 12, n. 40, p. 152-169, 2016. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/interaccoes/article/view/10691>. Acesso em: 27 ago. 2022.

VITÓRIO, Suely das Virgens; PORTO, Klayton Santana; BORGHI, Idalina Souza Mascarenhas. A ludicidade como ferramenta pedagógica para o ensino de ciências na educação de jovens e adultos em uma escola do campo. **Revista Educação e Linguagens**, Campo Mourão, v. 10, n. 20, jul./dez., 2021. Disponível em: <http://200.201.12.34/index.php/revistaeduculings/article/view/6655/4674>. Acesso em: 22 jul. 2022.

ZANELLA, Liane Carly Hermes. **Metodologia de pesquisa**. 2 ed. Florianópolis: Departamento de Ciências da Administração/UFSC, 2013. Disponível em: [https://faculadefastech.com.br/fotos\\_upload/2022-02-16\\_10-05-41.pdf](https://faculadefastech.com.br/fotos_upload/2022-02-16_10-05-41.pdf). Acesso em: 12 jul. 2022.



## **APÊNDICES**

## APÊNDICE A – PRODUTO EDUCACIONAL





# *Cartilha*

## **PRÁTICAS CORPORAIS E QUALIDADE DE VIDA**

PRÁTICAS CORPORAIS E A MELHORIA DA  
QUALIDADE DE VIDA NO COTIDIANO DOS  
ALUNOS DO PROEJA

**Antonia Laurentino Freires**

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

Antonia Laurentino Freires (Mestranda)  
antonia.laurentino@academico.ifpb.edu.br

Alexsandra Cristina Chaves - (Orientadora)  
alexsandra.chaves@ifpb.edu.br

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO  
Charles Rodrigues Alves Junior  
charles@insaiti.com.br

1a Edição

# Apresentação

## Cartilha

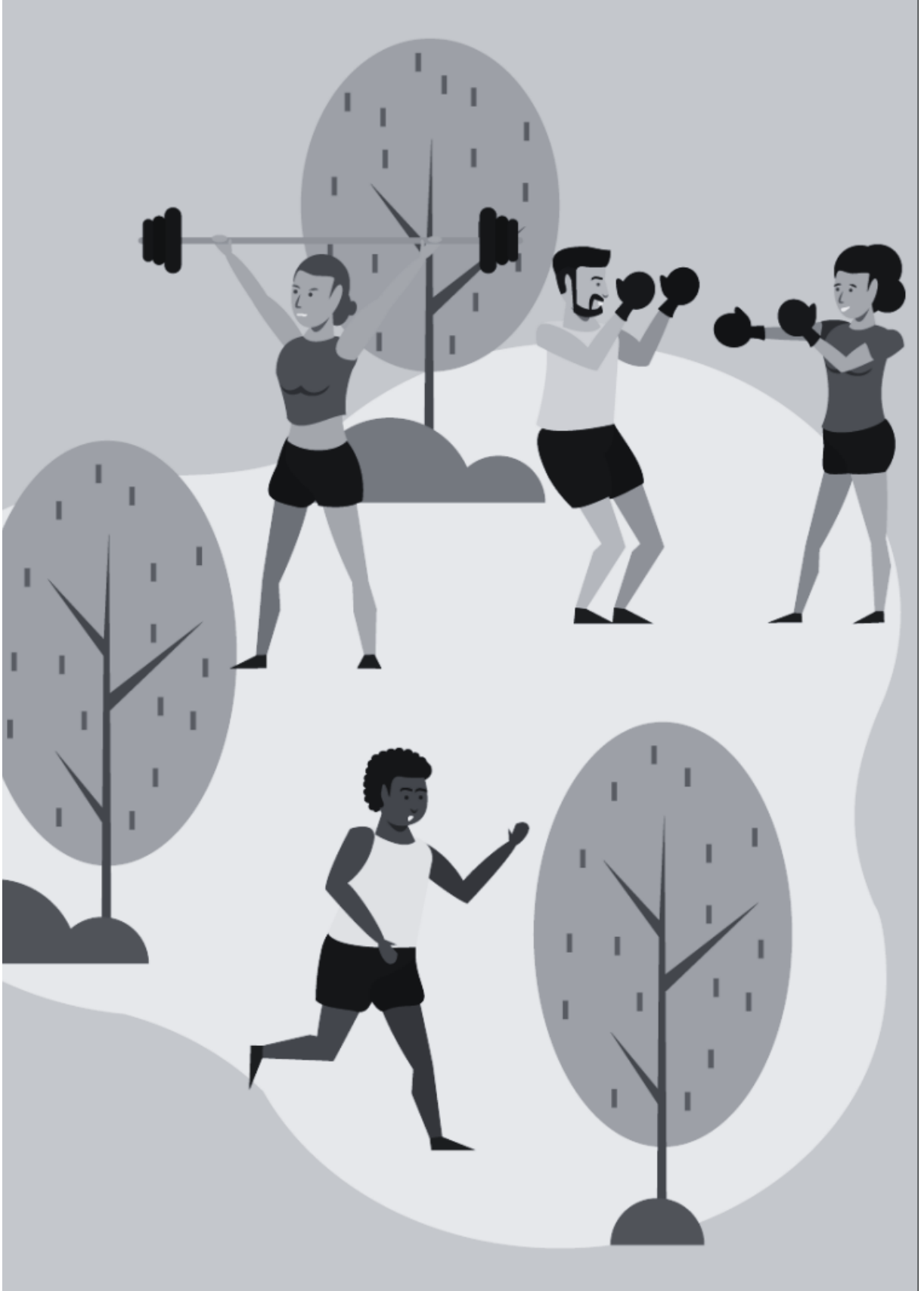
A presente Cartilha é o Produto Educacional da pesquisa denominada "Ressignificando as Práticas Corporais presentes no cotidiano dos alunos do PROEJA", apresentada no Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica (PROFEPT), do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba.

## IFPB – Campus Sousa

Único campus agrícola do Instituto Federal da Paraíba, o Campus Sousa iniciou suas atividades em 1955 e passou parte de sua história como a Escola Agrotécnica Federal de Sousa (EAFS), que se uniu ao Cefet em 2008 para dar origem ao IFPB. O campus está localizado na cidade de Sousa, situada no alto sertão paraibano, a 430 km da capital do estado, João Pessoa. Sousa abriga um importante polo econômico da Paraíba, com destaque para a produção agropecuária, a inovação tecnológica, a educação e a indústria alimentícia. O Campus Sousa conta com duas unidades: a Sede e a fazenda-escola de São Gonçalo. Nelas, há 40 laboratórios, 38 salas de aula, dois auditórios, um ginásio, campos poliesportivos e duas bibliotecas. No IFPB Campus Sousa trabalham atualmente 118 professores, 96 técnicos-administrativos e 48 colaboradores terceirizados, que atendem a mais de 1250 alunos (IFPB, 2023a).

O Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do IFPB Campus Sousa ocorre de forma Presencial na Unidade de São Gonçalo, Turno Vespertino. O perfil do curso está voltado para a aplicação de tecnologias voltadas à conservação e ao processamento das matérias-primas de origem animal e vegetal na panificação e confeitaria. Realiza a implantação, execução e avaliação de programas preventivos de segurança do trabalho, de gestão de resíduos, de diminuição do impacto ambiental e de higienização e sanitização da produção agroindustrial. Realiza análises laboratoriais de alimentos. Desenvolve técnicas mercadológicas de produtos e insumos para a agroindústria e promove a inovação tecnológica (IFPB, 2023b).

Para mais informações consulte o link: <https://estudante.ifpb.edu.br/cursos/134/>



## *Carta ao Professor (a)*

**A**tualmente, a saúde e qualidade de vida vêm sendo fatores importantes para uma maior longevidade, pensando nisso, a cartilha em questão visa apresentar como as Práticas Corporais podem ser relevantes para a melhoria da qualidade de vida e como a sua introdução nas aulas de Educação Física podem ser necessárias no âmbito escolar e no dia-a-dia dos alunos.

Esse cenário permite que a Educação Física desempenhe um papel indispensável nas diversas formas de codificação e significação social, uma vez que, as Práticas Corporais são manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, produzidas por diversos grupos sociais no decorrer da história. De modo que, essas práticas podem incorporar os mais diversificados públicos, como é o caso dos alunos do ProEJA.

Desse modo, a cartilha tem o intuito de ser um instrumento que vise auxiliar os professores de Educação Física e os demais profissionais que atuam no ProEJA, a respeito da importância das Práticas Corporais e sua relação com a melhoria da qualidade de vida no cotidiano dos alunos do ProEJA. Tais reflexões sobre essa temática, permite que novas práticas pedagógicas possam ser desenvolvidas ou ainda que novos conceitos possam ser empregados nas aulas, dinamizando-as e permitindo que os estudantes possam participar de forma ativa e autônoma.

As Práticas Corporais podem auxiliar os indivíduos não apenas no que concerne ao bem-estar físico/biológico, mas, também são importantes para o bem-estar mental, colaborando com aspectos da sua saúde biopsicossocial, permitindo que esses alunos possam refletir sobre possíveis formas de atrelar a sua rotina e as atividades físicas ao seu cotidiano.

Nesse contexto, a cartilha apresenta inicialmente as reflexões a respeito da saúde e da qualidade de vida, embasando-as conforme a literatura. Posteriormente, são apresentados os 04 capítulos com propostas dos eixos temáticos e dos conteúdos.

Ao final desta cartilha, será apresentado um questionário diagnóstico com perguntas norteadoras acerca de como as ações pedagógicas realizadas nas aulas de Educação Física contribuíram para a execução das Práticas Corporais e como elas ampliaram o conhecimento dos alunos a este respeito, além de enfatizarem como essas práticas foram relevantes para a formação acadêmica e social dos alunos do ProEJA.

# Dicas para te ajudar



Ao longo da vivência nas aulas de Educação Física é fácil se deparar com alguns desses questionamentos ou pensamentos ultrapassados a respeito do ensino das Práticas Corporais no contexto da Educação Básica. Muitas das vezes, esse estigma ou (pré)conceito com as aulas de Educação Física pode estar relacionado com a metodologia empregada pelos professores ou até mesmo com os conteúdos ministrados, que por sua vez, acabam distanciando alguns alunos das aulas de Educação Física.

Por isso, de que forma podemos tornar nossas aulas mais atrativas e desconstruir a visão dos alunos e da comunidade escolar a respeito da Educação Física escolar?



# Dicas para te ajudar



## 1

Enfatize a importância da Educação Física como componente curricular e como ela é necessária para a construção de valores e princípios.

Determine objetivos ao longo do ano letivo, visando a implementação de projetos que busquem a inserção e o protagonismo desses estudantes, melhorando seu desempenho nas aulas de Educação Física e das demais disciplinas.

## 2

Promova a inserção das Práticas Corporais no ambiente escolar e atrele os conteúdos ministrados com embasamento teórico, para que esses alunos possam ter mais interesse por essa área.

Selecione atividades físicas ou exercícios físicos que potencializem as habilidades dos estudantes.

## 4

Demonstre interesse pelos conhecimentos pregressos dos estudantes e tente inserir nas suas aulas.

## 5

Discuta como o estilo de vida, a prática de atividade física e bons hábitos alimentares são indispensáveis na manutenção da saúde e do bem-estar, melhorando a qualidade de vida.

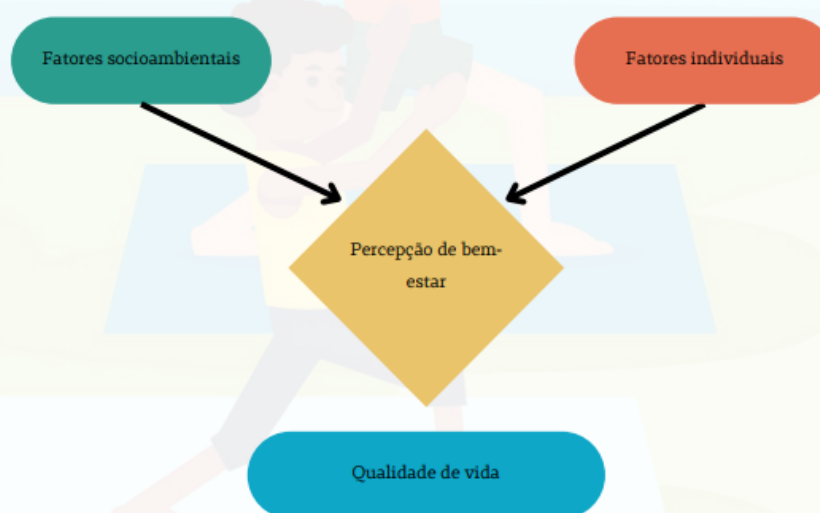
## 6

## CONCEITO SOBRE À

# Qualidade de vida

O termo qualidade de vida pode ser conceituado de diversas formas por cada pessoa e tende a mudar ao longo da vida. No entanto, há um consenso envolto da ideia de que são múltiplos os fatores que determinam a qualidade de vida de pessoas ou comunidades. A combinação desses fatores que moldam e diferenciam o cotidiano do ser humano, resulta numa rede de fenômenos e situações que, abstratamente, pode ser chamada de qualidade de vida. Geralmente, está associado a essa expressão fatores como: estado de saúde, longevidade, satisfação no trabalho, salário, lazer, relações familiares, disposição, prazer e até espiritualidade. Num sentido mais amplo, qualidade de vida pode ser uma medida da própria dignidade humana, pois pressupõe o atendimento das necessidades humanas fundamentais. Dessa forma, percebe-se que é fácil entender esse conceito, mas é difícil defini-lo objetivamente (Nahas, 2017).

Nesse sentido, a qualidade de vida pode estar relacionada aos fatores socioambientais, fatores individuais e percepção do bem-estar, como pode ser observado no esquema a seguir.



Segundo a Secretaria Estadual de Saúde de Pernambuco (2022) os pilares para uma boa qualidade de vida, são: Alimentação saudável, Prática regular de exercício físico, Dormir bem e Cultivar a auto estima.

CONCEITO SOBRE À

07

# *Saúde e bem-estar*

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a prática regular de atividade física contribui para a prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis tais como doença cardíaca, acidente vascular cerebral, diabetes, cancro da mama e cancro do cólon. Além de ajudar também a prevenir a hipertensão, excesso de peso e obesidade e contribuir para a saúde mental, melhoria da qualidade de vida e bem-estar (WHO, 2018).



# Capítulos

## 1

Diferenças entre exercício físico e atividade física e sua relação com a saúde e a qualidade de vida.



## 2

As Práticas Corporais e os benefícios do movimento para o corpo e a mente.



## 3

A introdução dos jogos e brincadeiras nas aulas de Educação Física e seus benefícios para a saúde física e mental dos estudantes.



## 4

A importância da dança na promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida.



# Capítulo

## 1

DIFERENÇAS ENTRE EXERCÍCIO FÍSICO E  
ATIVIDADE FÍSICA E SUA RELAÇÃO COM À  
SAÚDE E A QUALIDADE DE VIDA.



# *Desenvolvimento da ação*

10

2 AULAS DE 50 MINUTOS

## CONTEÚDOS

DEFINIÇÕES DE EXERCÍCIO FÍSICO E ATIVIDADE FÍSICA E SUAS DIFERENÇAS BÁSICAS;

EXEMPLOS DE ATIVIDADE FÍSICA E EXERCÍCIO FÍSICO;

GRAU DO ESFORÇO FÍSICO NECESSÁRIO PARA FAZER UMA ATIVIDADE FÍSICA, FOCANDO NA INTENSIDADE LEVE, MODERADA E VIGOROSA;

RECOMENDAÇÕES DE ATIVIDADE FÍSICA PARA CADA GRUPO;

A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA E DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA A MELHORIA DA SAÚDE E DA QUALIDADE DE VIDA;

BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A SAÚDE CORPORAL E MENTAL.

# Desenvolvimento da ação

## OBJETIVOS

1

CONHECER AS PRINCIPAIS DEFINIÇÕES SOBRE O EXERCÍCIO FÍSICO E À ATIVIDADE FÍSICA, APRESENTANDO SUAS DIFERENÇAS BÁSICAS E EXEMPLOS DA ATIVIDADE FÍSICA E EXERCÍCIO FÍSICO;

2

IDENTIFICAR OS GRAUS DE ESFORÇO FÍSICO NECESSÁRIO PARA FAZER UMA ATIVIDADE FÍSICA, FOCANDO NA INTENSIDADE LEVE, MODERADA E VIGOROSA E NAS RECOMENDAÇÕES PARA CADA GRUPO.

3

IDENTIFICAR OS GRAUS DE ESFORÇO FÍSICO NECESSÁRIO PARA FAZER UMA ATIVIDADE FÍSICA, FOCANDO NA INTENSIDADE LEVE, MODERADA E VIGOROSA E NAS RECOMENDAÇÕES PARA CADA GRUPO.

# Desenvolvimento da ação

## COMO FAZER?

**1** Momento: Instigar os alunos a discutir as diferenças entre atividade física e exercício físico.

- Os conceitos de atividade física e de exercício físico são iguais ou distintos?
- Quais as diferenças básicas entre esses conceitos?
- Dê exemplos de atividade física ou exercício físico.

**2** Momento: Apresentação dos slides a respeito dos conceitos mediante uma aula expositiva dialogada, expondo os graus de esforço físico para realizar uma atividade física e as recomendações para cada grupo. A importância da atividade física e do exercício físico para a melhoria da saúde e da qualidade de vida também são inseridos no conteúdo da aula para enfatizar os benefícios da atividade física para a saúde corporal e mental.

**3** Momento: Realizar uma roda de conversa e aplicar um "quiz interativo" com as possíveis perguntas...

I - Verdadeiro ou Falso: A atividade física é sistematizada, repetida, com ritmo e tempo de duração definidos.

Verdadeiro

Falso

I – É qualquer movimento corporal que promove um gasto energético maior do que se o corpo estivesse em repouso.

Atividade física

Exercício físico

III - A atividade física pode trazer diversos benefícios para o corpo e para a mente, exceto:

- a) Diminui a pressão arterial e melhora a circulação
- b) Fortalece o sistema imunológico
- c) Promove o bem-estar físico e mental
- d) Não melhora o humor e a qualidade do sono



# Capítulo

# 2

AS PRÁTICAS CORPORAIS E OS BENEFÍCIOS DO MOVIMENTO  
PARA O CORPO E A MENTE.



# DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO

14

2 AULAS DE 50 MINUTOS

## CONTEÚDOS

VISÃO GERAL SOBRE AS PRÁTICAS CORPORAIS E A BNCC;

A CULTURA CORPORAL, COMO FUNDAMENTO PARA O ESTUDO E O ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA;

BENEFÍCIOS DAS PRÁTICAS CORPORAIS PARA O CORPO E MENTE;

DESENVOLVIMENTO DAS PRÁTICAS CORPORAIS NA PERSPECTIVA DA EJA.



# DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO

## OBJETIVOS

1 APRESENTAR UMA VISÃO GERAL SOBRE AS PRÁTICAS CORPORAIS, DESTACANDO-AS CONFORME A BASE NACIONAL COMUM CURRICULAR (BNCC);

2 IDENTIFICAR A IMPORTÂNCIA DA CULTURA CORPORAL, COMO FUNDAMENTO PARA O ESTUDO E O ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA;

3 EVIDENCIAR OS BENEFÍCIOS DAS PRÁTICAS CORPORAIS PARA O CORPO E MENTE, FOCANDO NO DESENVOLVIMENTO DAS PRÁTICAS CORPORAIS NA PERSPECTIVA DA EJA.

# DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO

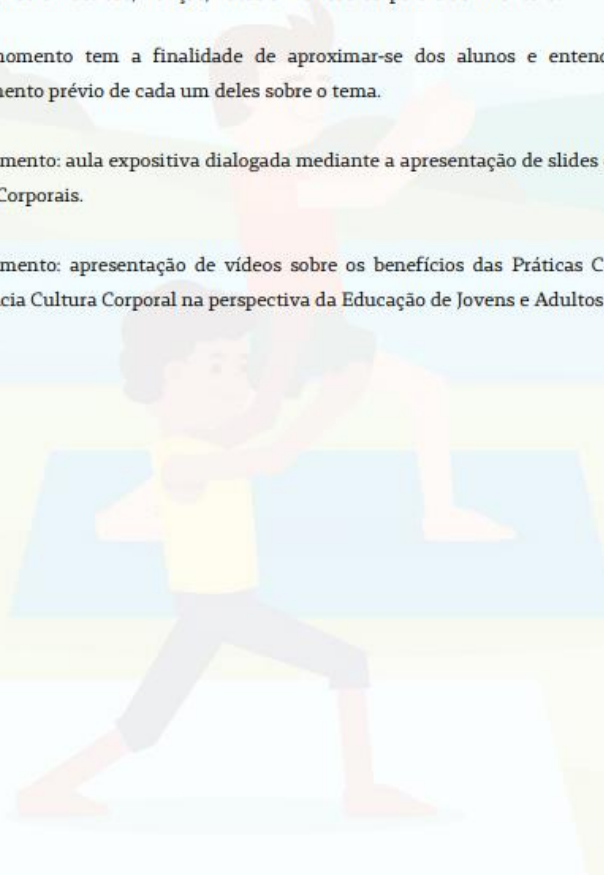
## COMO FAZER?

**1** Momento: aplicação do Metímetro, onde os alunos podem responder alguns questionamentos, gerando uma nuvem de palavras, focando nas Brincadeiras e Jogos, nos Esportes, nas Ginásticas, Danças, Lutas e Práticas Corporais de Aventura.

- Esse momento tem a finalidade de aproximar-se dos alunos e entender melhor o conhecimento prévio de cada um deles sobre o tema.

**2** Momento: aula expositiva dialogada mediante a apresentação de slides explicando as Práticas Corporais.

**3** Momento: apresentação de vídeos sobre os benefícios das Práticas Corporais e da importância Cultural Corporal na perspectiva da Educação de Jovens e Adultos (EJA).



# Capítulo

## 3

A INTRODUÇÃO DOS JOGOS E BRINCADEIRAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E SEUS BENEFÍCIOS PARA A SAÚDE FÍSICA E MENTAL DOS ESTUDANTES.



# *Desenvolvimento da ação*

4 AULAS DE 50 MINUTOS

## CONTEÚDOS

JOGOS E BRINCADEIRAS: UMA PERSPECTIVA INCLUSIVA NA EJA

LUDICIDADE NA EJA: POSSIBILIDADES E AUTONOMIA



# Desenvolvimento da ação

## OBJETIVOS

1  
APRESENTAR OS JOGOS E BRINCADEIRAS DE FORMA LÚDICA PARA OS ALUNOS DA EJA.

2

REALIZAR BRINCADEIRAS E JOGOS COMO: AMARELINHA HUMANA, JOGO DA VELHA HUMANO COM CONE, CORRIDA DO SACO, CABO DE FORÇA, DAMA, PEGA VARETA, DANÇA DAS CADEIRAS, DERRUBAR O ALVO COM BOLA DE MEIA, JOGO DE TACO, BOLICHE COM GARRAFA PET, ACERTA O ALVO, FOCANDO NA PARTICIPAÇÃO E NO TRABALHO EM EQUIPE DOS ALUNOS DA EJA.

# Desenvolvimento da ação

## COMO FAZER?

**1** Momento: realização do aquecimento com bambolê e bexiga, visando dinamizar a aula e permitir que o aluno possa se sentir mais relaxado para desenvolver os Jogos e Brincadeiras. Nesse momento também é feita a exposição de um vídeo para que eles tenham acesso ao passo a passo da atividade a ser desenvolvida.

Vídeo utilizado: [https://www.youtube.com/watch?v=LM\\_GBTK5TVE](https://www.youtube.com/watch?v=LM_GBTK5TVE)

**2** Momento: Compreender o que são os Jogos e as Brincadeiras e a partir desse momento iniciar a prática com os seguintes jogos e brincadeiras: Jogo da Velha humano com cone, Corrida do saco, Cabo de força, Dama, Pega vareta, Dança das cadeiras, Derrubar o alvo com bola de meia e Acerta o alvo, focando na participação e no trabalho em equipe dos alunos da EJA.



21

# *Jogos e Brincadeiras*



## **JOGO DA VELHA HUMANO COM CONE**

O jogo da velha ocorre em um tabuleiro na forma de uma grade 3x3; de 9 de casas vazias; dois jogadores se revezam marcando nas casas vazias, o primeiro jogador marca os xis (X) e o segundo os círculos (o); se um jogador fizer três marcas iguais em uma fileira (horizontal/vertical ou diagonais), ele ganha. Se todas as lacunas forem preenchidas e não houver um vencedor, o jogo termina em empate (Tasca, 2021).



## **CORRIDA DO SACO**

A corrida do saco é uma brincadeira antiga e típica do interior que consiste em uma corrida, na qual os participantes devem pular dentro de um saco grande, como por exemplo no saco de farinha (PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA, 2020).

# Jogos e Brincadeiras



## CABO DE FORÇA

O cabo de guerra é uma brincadeira tradicional em que dois grupos se dividem para disputar qual deles é o mais forte. A vitória é da equipe que conseguir puxar a corda para além da marcação feita no campo (PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA, 2020).



## DAMA

O Jogo de Damas (Draughts no inglês britânico e Checkers no inglês americano) é um dos mais antigos jogos de tabuleiro de estratégia, disputado entre dois jogadores. Ele pode ser praticado em três tabuleiros (o de 64 casas, que é o mais popular no Brasil e se joga com 12 peças para cada jogador, o de 100 casas, que é jogado com 20 peças e o de 144 casas, que é com 30 peças, e é praticado no Canadá). Para ambas as modalidades, o objetivo do jogo é o de capturar todas as peças do adversário, ou imobilizá-las (Oliveira; Pinto, 2020).

23

# Jogos e Brincadeiras



## PEGA VARETA

A origem do pega-varetas é incerta, sendo a hipótese mais aceita a de que ele é originário do Oriente, no antigo Império Chinês e na Índia. Esse jogo é composto por 25 varetas que possuem em média 16 cm de comprimento e distribuídas em cinco diferentes cores: 1 (uma) vareta de cor preta; 6 (seis) varetas de cor amarela; 6 (seis) de cor azul; 6 (seis) de cor verde e 6 (seis) de cor vermelha. Cada vareta recebe um valor numérico diferenciado. Será considerado vencedor da partida aquele que, ao final da disputa, marcar o maior número de pontos (Silva Junior; Acioly-Régnier, 2008).



## DANÇA DAS CADEIRAS

A dança das cadeiras ocorre após os componentes fazerem uma roda de cadeiras e outra de pessoas. Sendo que o número de cadeiras/arcs deve ser sempre um a menos. Toca-se uma música animada. Quando a música parar, todos devem entrar em um arco. Quem não conseguir sentar, é eliminado e tira-se mais um arco. Ganha quem sentar no último arco (Souza, 2016).

# Jogos e Brincadeiras



## DERRUBAR O ALVO COM BOLA DE MEIA

O jogo para derrubar o alvo, fez uma alusão ao boliche, onde os alunos deveriam acertar os pinos com uma bola de meia. Nesse caso, ganhava quem derrubasse mais pinos.



## ACERTA O ALVO

Para realizar a brincadeira de "Acertar o alvo", foram colocadas 06 garrafas pet de 2 litros e repassado argolas para que fossem lançadas visando acertar o alvo. Nesse caso, ganhava quem acertasse mais lançamentos.

## MATERIAIS

Garrafa pet tampinhas de garrafa  
 Jogos (dama em EVA e Pega vareta)  
 Bexigas  
 Corda  
 Cadeiras  
 Som  
 Notebook

# Capítulo

# 4

A IMPORTÂNCIA DA DANÇA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE E  
MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA.



# *Desenvolvimento da ação*

8 AULAS DE 50 MINUTOS

## CONTEÚDOS

DANÇAS POPULARES REGIONAIS: XAXADO; COCO; XERÉM; FORRÓ, QUADRILHA E XÔTE.



# Desenvolvimento da ação

27

## OBJETIVOS

1  
CONHECER E APRENDER AS RAMIFICAÇÕES HISTÓRICAS DE PASSOS E DEMAIS ARTIFÍCIOS DE MANUSEIO DA DANÇA COMO OBJETOS, ROUPAS, ADEREÇOS E ETC;

2  
TRABALHAR A PRÁTICA CONJUNTA DO GRUPO;

3  
FORTALECER OS VÍNCULOS AFETIVOS ATRAVÉS DA DANÇA;

4  
RESGATAR DE FORMA NATURAL E ESPONTÂNEA AS MANIFESTAÇÕES EXPRESSIVAS DA NOSSA CULTURA.

28

# *Danças Populares*



## **AULA EXPOSITIVA DIALOGADA ATRAVÉS DE SLIDES**

1º momento: Aula expositiva dialogada através de slides para compreensão do contexto cultural da dança em toda sua composição histórica.

2º momento: Em segundo momento iremos conhecer na prática todos os passos e marcações de ritmo que a dança provém através de sua historicidade. Em conjunto iremos desenvolver essa prática de forma compartilhada em círculo ou em filas, onde faremos um passo a passo de toda marcação de passos da dança. No decorrer da dinâmica iremos tirando algumas dúvidas e realçando melhor todo processo de prática rítmica dos passos assemelhando ao que foi explicado e exposto anteriormente.

3º momento: Realização da roda de conversa e aplicação do Questionário Avaliativo.



## **CONTEXTO CULTURAL DA DANÇA**



# *Danças Populares*

29

## **XERÉM**



A respeito do Xerém, Guedes (2022) explica que o uso do pilão para a fabricação do xerém ou da farinha de milho está voltado para às práticas de triturar grãos no continente africano, onde o uso do pilão servia para gerar uma farinha, seja do milho, sorgo ou café. Mediante a influência desses povos em terras colonizadas, o uso do pilão permanece como uma herança cultural da colonização, introduzindo o ritmo que é criado entre as batidas do pilão com o passar do tempo entre as mulheres que o usavam, daí nasceram algumas canções do pilão. Esse é um dos apontamentos em "Penerô Xerém", o trabalho caseiro de usar do milho em diversas formas, de reinventar um produto de consumo cotidiano e simples.



30

# *Danças Populares*

## **XAXADO**



Há diferentes versões para a origem do xaxado, a mais aceita diz que teria vindo do Cangaço. Como não haviam mulheres nos bandos de cangaceiros, estes, dançavam com seus rifles em momentos comemorativos e a dança se tornava basicamente masculina. Com a vinda das mulheres aos grupos, estas começam a entrar na dança também. O xaxado é dança em círculo e em fila indiana, sem volteio, avançando o pé direito em 3 e 4 movimentos laterais e puxando o esquerdo, num rápido e deslizado sapateado. O nome da dança, desta forma, é uma onomatopeia do som característico produzido pelas sandálias arrastadas no chão (SESC, 2020).



# *Danças Populares*

31

## **COCO**



A dança do coco é uma prática cultural popular, típica da região Nordeste, que envolve música e muita alegria, uma dança ritmada pelo batuque de instrumentos de percussão, das batidas de palma, dos passos com sapateado e das letras poéticas entoadas pelo mestre e brincantes. Os cocos podem ser realizados de três formas: dançado, escrito e cantado. Essa dança apresenta uma variedade e diversidade de sons, movimentos, sentidos e sentimentos, que advêm da vivência e produção de cada região ou localidade, trazendo sua especificidade, seja na instrumentação musical, na prática ou no seu significado na cultura (Souza et al., 2019).



32

# Danças Populares

## FORRÓ



O surgimento da nomenclatura forró, encontra-se a versão do renomado folclorista Câmara Cascudo que considera o termo uma abreviação da palavra de origem banto-africana forrobodó, que durante o século XIX era usada como sinônimo de festa, baile, bagunça, eventos frequentados por pessoas consideradas sem boa educação. Essa compreensão é também ratificada por Alves, ao afirmar que depois de 1889 aparece nos dicionários a nomenclatura forrobodó ou forró com o significado de "baile da ralé". O forró em seu significado pioneiro, é descrito como festas dançantes ligadas às classes populares, sobretudo enquanto práticas de lazer após intensas jornadas de trabalho. Vale salientar que o uso do termo forró servia para designar uma festa, e não estava diretamente associado a um gênero musical ou a um estilo de dança. Somente a partir da década de 1960 o forró passou a representar uma expressão musical composta por uma diversidade de ritmos originalmente nordestinos, como: coco, xote, xaxado, maracatu, rojão, baião, arrasta-pé, embolada, entre outros (Silva, 2022).



# Danças Populares

33

## XÔTE



A palavra originou-se da dicção popular alemã "schottische" que originou então a expressão "xote" ou "xótis". O xote é uma dança de salão, semelhante à polca, mas com andamento mais lento. Surgiu na Alemanha e se espalhou pela Europa chegando ao Brasil em meados do século XIX, onde animava os salões aristocráticos. Rapidamente, esse gênero se popularizou por todo o território nacional adquirindo características específicas em cada região do país. No Sul o instrumento que se destaca no ritmo é a gaita, já no Nordeste, a sanfona (SESC, 2020).



34

# *Danças Populares*



## **QUADRILHA**

A quadrilha é uma dança de longa existência, tendo registros que se perpetuam ao longo dos séculos com variações em tempo e espaço. Essa dança resulta da união de elementos de danças europeias que se amalgamaram no decorrer do tempo, ela chega ao Brasil possivelmente no segundo quartel do século 19, como uma das marcas das tradições francesas na cultura brasileira, e tem grande destaque no repertório dos bailes da sociedade fluminense Carvalho; Santos, Segundo Sales; Pereira (2023), as danças "quadrilhas" são linguagens culturais constituintes das festas juninas do nordeste brasileiro. A historiografia aponta que elas chegaram ao Brasil por meio do colonizador português. Os festejos juninos tinham relação com cultos não cristão de fertilidade que foram integrados ao calendário das festas católicas, no ocidente europeu, como uma estratégia de controle social de "pagãos".

## **MATERIAIS**

Aparelho de Som;  
Roupas;  
Adereços.



# REFERÊNCIAS

35

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Guia de Atividade Física para a População Brasileira [recurso eletrônico]. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: <https://www.documentador.pr.gov.br/documentador/pub.do?action=d&uuid=@gtf-escriva-sesa@ea0c0bbf-3554-4a48-8058-e20e8c8acc92&emPg=true>. Acesso em: 22 nov. 2023.

CARVALHO, Milena Policarpo; SANTOS, Carlos Augusto Pereira dos. Resíduos de tradição e modernidade nas quadrilhas juninas: um olhar sobre a beija-flor do Sertão Coreau-CE. *Revista Homem, Espaço e Tempo*, v. 01, n. 15, p. 131-149, jan-jul., 2021. Disponível em: <https://rhet.uvanet.br/index.php/rhet/article/view/504/330>. Acesso em: 26 dez. 2023.

EVANGELISTA, Apolo Anunciação dos Santos et al. Cartilha: Ampliando o cuidado com as práticas corporais para pessoas com hipertensão arterial. 1ª ed. Salvador, 2023. Disponível em: <http://telessaude.saude.ba.gov.br/wp-content/uploads/2023/07/20230717-Cartilha-HAS-Final.pdf>. Acesso em: 22 nov. 2023.

GUEDES, Rodrigo dos Santos. Debulhando o sertão: A cultura alimentar do milho em canções de Luiz Gonzaga (1940-1970). 2022. 23p. Universidade Estadual Da Paraíba. Guarabira, 2022. Disponível em: <https://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/bitstream/123456789/28331/1/PDF%20-%20Rodrigo%20dos%20Santos%20Guedes>. Acesso em: 26 dez. 2023.

# REFERÊNCIAS

NAHAS, Markus Vinicius. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 7. ed. Florianópolis, Ed. do Autor, 2017. 362 p. Disponível em: [https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file\\_llduWnhVZnP7.pdf](https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_llduWnhVZnP7.pdf). Acesso em: 22 nov. 2023.

OLIVEIRA, Tatiane Maria Barbosa de; PINTO, Paulo Vitor de Souza. O jogo de Damas no Brasil: uma análise dos melhores atletas da modalidade. Aedos, Porto Alegre, v. 12, n. 26, ago., 2020. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/aedos/article/view/92403/58014>. Acesso em: 27 dez. 2023.

SALES, Maria Marlene de Sousa; PEREIRA, Josenildo de Jesus. Quadrilhas juninas na cidade de Grajaú: da memória à história. Revista Multidebates, Palmas, v. 7, n. 2, abr., 2023.

SECRETARIA ESTADUAL DE SAÚDE DE PERNAMBUCO. Guia Informativo - Guia de bem-estar e qualidade de vida. Recife, 2022. Disponível em: [https://portal.saude.pe.gov.br/sites/portal.saude.pe.gov.br/files/cartilha\\_guia\\_bem\\_estar\\_e\\_qualidade\\_de\\_vida\\_0.pdf](https://portal.saude.pe.gov.br/sites/portal.saude.pe.gov.br/files/cartilha_guia_bem_estar_e_qualidade_de_vida_0.pdf). Acesso em: 22 nov. 2023.

SESC, Serviço Social do Comércio. Forró: Do Nordeste para o Mundo. Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: <https://www.sescrj.org.br/noticias/cultura/forro-do-nordeste-para-o-mundo/>. Acesso em: 26 dez. 2023.

SILVA, Ciranilia Cardoso da. Aspectos Históricos das Festas e Festividades de Forró no Brasil. Revista do Corpo Discente do Programa de Pós-Graduação em História da UnBEM - Tempo de Histórias, Brasília, n. 40, p. 181-194, jan./jun., 2022. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/emtempos/article/view/42122/34527>. Acesso em: 26 dez. 2023.



# REFERÊNCIAS <sup>37</sup>

SILVA JUNIOR, Clovis Gomes da; ACIOLY-RÉGNIER, Nadja. Jogos como situação para aprendizagem segundo a teoria dos campos conceituais: o caso do pega-varetas. 2º SIPEMAT – Simpósio Internacional de Pesquisa em Educação Matemática. 2008. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Clovis-Gomes-Da-Silva-Junior/publication/266854133\\_JOGOS\\_COMO\\_SITUACAO\\_PARA\\_APRENDIZAGEM\\_SEGUNDO\\_A\\_TEORIA\\_DOS\\_CAMPOS\\_CONCEITUAIS\\_O\\_CASO\\_DO\\_PEGA-VARETAS/links/543d76410cf25d6b1ad94aa8/JOGOS-COMO-SITUACAO-PARA-APRENDIZAGEM-SEGUNDO-A-TEORIA-DOS-CAMPOS-CONCEITUAIS-O-CASO-DO-PEGA-VARETAS.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Clovis-Gomes-Da-Silva-Junior/publication/266854133_JOGOS_COMO_SITUACAO_PARA_APRENDIZAGEM_SEGUNDO_A_TEORIA_DOS_CAMPOS_CONCEITUAIS_O_CASO_DO_PEGA-VARETAS/links/543d76410cf25d6b1ad94aa8/JOGOS-COMO-SITUACAO-PARA-APRENDIZAGEM-SEGUNDO-A-TEORIA-DOS-CAMPOS-CONCEITUAIS-O-CASO-DO-PEGA-VARETAS.pdf). Acesso em: 27 dez. 2023.

SOUZA, Rita de Cássia Sartore de. Resgate de jogos e brincadeiras tradicionais em uma turma de 6º ano do Colégio Estadual Papa João Paulo I. Almirante Tamandaré, 2016. Disponível em: [http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospede/pdebusca/producoes\\_pde/2016/2016\\_pdp\\_edfis\\_utfpr\\_ritadecassiasartore.pdf](http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospede/pdebusca/producoes_pde/2016/2016_pdp_edfis_utfpr_ritadecassiasartore.pdf). Acesso em: 27 dez 2023.

SOUZA, Suely Maria dos Santos et al. A Dança do Coco no Cariri Cearense. JOIN – VI Encontro Internacional de Jovens Investigadores. 2019. Disponível em: [https://editorarealize.com.br/editora/anais/join/2019/TRABALHO\\_EV124\\_MD1\\_SA52\\_ID\\_638\\_12072019181039.pdf](https://editorarealize.com.br/editora/anais/join/2019/TRABALHO_EV124_MD1_SA52_ID_638_12072019181039.pdf). Acesso em: 26 dez. 2023.

TASCA, Juliana Barranco. Contribuições do jogo da velha na aprendizagem do jogo de xadrez nas séries iniciais do ensino. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento, v. 12, p. 102-110, Fev., 2021. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2021/02/jogo-da-velha.pdf>. Acesso em: 27 dez. 2023.

WHO, World Health Organization. Plano de Ação Global para a atividade física 2018-2030 - versão síntese mais pessoas ativas para um mundo mais saudável. WHO/NMH/PND: Organização Mundial da Saúde, 2018.

# AUTORES



**ANTONIA LAURENTINO  
FREIRES**

*ANTONIA.LAURENTINO@ACADEMICO.IFPB.EDU.BR*

*MESTRANDA*



**ALEXSANDRA CRISTINA  
CHAVES**

*ALEXSANDRA.CHAVES@IFPB.EDU.BR*

*ORIENTADORA*

**APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE  
(MAIORES DE 18 ANOS)**

“O respeito devido à dignidade humana exige que toda pesquisa se processe após o consentimento livre e esclarecido dos sujeitos, indivíduos ou grupos que por si e/ou por seus representantes legais manifestem a sua anuência à participação na pesquisa”.

Prezado discente,

Convido você para participar de uma pesquisa intitulada “RESSIGNIFICANDO AS PRÁTICAS CORPORAIS PRESENTES NO COTIDIANO DOS ALUNOS DO PROEJA”, desenvolvida por Antonia Laurentino Freires, discente do curso de Mestrado do Programa de Pós Graduação em Educação Profissional e Tecnológica (PROFEPT) sob orientação da Professora Dra. Alessandra Cristina Chaves.

O objetivo da presente pesquisa é desenvolver um produto educacional para professores de Educação Física sobre as Práticas Corporais presentes no cotidiano a partir de ações pedagógicas realizadas com discentes do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do Instituto Federal da Paraíba (IFPB) Campus Sousa. O motivo de sua participação deve-se ao fato de você fazer parte do público-alvo desta pesquisa, formada pelos discentes do curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB) Campus Sousa. Sua participação é voluntária e você tem plena autonomia para decidir se quer ou não participar, bem como retirar sua participação a qualquer momento, caso venha a se sentir constrangido ou desconfortável, não havendo qualquer penalização. Contudo, sua colaboração é muito importante para o alcance dos objetivos da pesquisa.

A sua participação consistirá nas seguintes etapas: inicialmente, será aplicado um questionário diagnóstico (Apêndice D), com questões abertas e fechadas; após essa aplicação, será elaborada e executada a ação pedagógica, onde serão realizadas as Práticas Corporais de “Jogos e Brincadeiras” e de “Dança” (Eixo Temático 01); seguindo a sequência da ação pedagógica, será realizada a Roda de Conversa com os alunos explicando a importância da Educação de Jovens e Adultos (EJA) no contexto social e econômico (Eixo Temático 02); e por fim, será aplicado um Questionário Avaliativo (Apêndice E), para que se possa verificar se houve mudanças na percepção dos alunos acerca das Práticas Corporais. O tempo previsto para responder aos questionários será de aproximadamente 30 minutos tanto para o questionário diagnóstico quanto para o questionário avaliativo. No caso da ação pedagógica, serão

necessárias 04 aulas, de modo que estas serão distribuídas em 03 aulas (com duração de 50 minutos cada uma) para as Práticas Corporais e 01 aula, também com duração de 50 minutos, para a realização da Roda de Conversa.

Com a sua colaboração nessa pesquisa, você não terá benefício pessoal direto e imediato, mas a sua participação proporcionará que este estudo possa servir como base para pesquisas posteriores que abordem a temática, como também, apresentar aos profissionais da Educação, em especial da Educação Física, um instrumento de auxílio pedagógico que contribua com as reflexões acerca do tema, além de permitir que os alunos compreendam como as aulas voltadas as Práticas Corporais e a atividade física podem influenciar positivamente na sua saúde e bem-estar.

Os objetivos da pesquisa consistem em: Desenvolver um produto educacional para professores de Educação Física sobre as Práticas Corporais presentes no cotidiano a partir de ações pedagógicas realizadas com discentes do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do Instituto Federal da Paraíba (IFPB) *Campus* Sousa; Apresentar o perfil sociodemográfico dos discentes do Curso Técnico em Agroindústria Integrado ao Ensino Médio – ProEJA – *Campus* Sousa; Discutir o conceito ampliado das Práticas Corporais com os discentes; Identificar jogos, brincadeiras e danças como Práticas Corporais presentes no contexto das aulas de educação física; Identificar a percepção dos discentes a respeito dos benefícios das Práticas Corporais para a saúde e bem-estar; Evidenciar o papel da Educação Física no contexto da Educação Profissional e Tecnológica (EPT) no Brasil. Sua participação é muito importante, porém você não receberá nenhum tipo de pagamento ou compensação material por sua contribuição a este estudo. Com relação aos riscos ao serem aplicados os questionários, é possível que você apresente algum constrangimento ao responder aos questionários ou ainda desconforto, medo, vergonha e cansaço ao responder às perguntas, simplesmente pelo fato de não conhecer profundamente o assunto da investigação.

Para evitar tais deixaremos claro o que pedem os questionários para que não haja nenhuma dúvida ou motivo para inibição, logo, desconforto ao respondê-los. Você tem total liberdade para não responder a uma ou a mais questões, caso não se sinta à vontade para opinar sobre elas.

Mediante a ação pedagógica desenvolvida, a pesquisa ainda apresentará os riscos de origem física, uma vez que, serão realizadas Práticas Corporais que podem provocar alguma lesão ou mal-estar. Caso isso venha a ocorrer, você deve comunicar imediatamente com a equipe da pesquisa, para que ser encaminhado para o ambulatório médico do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB) *Campus* Sousa-PB. Para evitar, no

entanto, que isso chegue a acontecer, solicitamos que você não ultrapasse seus limites físicos, para não se machucar ou se sentir mal durante a ação pedagógica.

Solicitamos sua colaboração para usar esse material e apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de educação e publicar em revista científica nacional e/ou internacional. Por ocasião da publicação dos resultados, seu como o dos demais participantes serão mantidos em sigilo absoluto; asseguramos, portanto, a confidencialidade, a privacidade e a proteção da sua imagem e a não estigmatização, garantindo-lhe a não utilização de suas informações para que não seja causado nenhum tipo de prejuízo. A fim de garantir que você os demais participantes tenham acesso aos resultados desta pesquisa, solicitamos que você nos informe seu e-mail, para que possamos enviar um relatório com um resumo desses resultados. Você também terá acesso ao texto da dissertação de mestrado da pesquisadora Antonia Laurentino Freires. O e-mail será enviado por mala direta com cópia oculta, garantindo que a distribuição coletiva dos resultados do estudo por e-mail preserve o sigilo dos participantes, já que cada um que venha a abrir seu e-mail não terá informações dos outros participantes (como o endereço de e-mail). É por esse motivo, aliás, que solicitamos seu e-mail a seguir, quando você vier a preencher seus dados de identificação.

Esclarecemos, ainda, que o presente termo de Consentimento Livre e Esclarecido e esta pesquisa estão de acordo com o que preconiza a resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

A pesquisadora estará a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa. Esta pesquisa foi analisada e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do IFPB (CEPIFPB), o qual 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.

Av. João da Mata, 256 – Jaguaribe – João Pessoa – PB.

Telefone: (83) 3612-9725 - e-mail: [eticaempesquisa@ifpb.edu.br](mailto:eticaempesquisa@ifpb.edu.br)

Horário de atendimento: Segunda à sexta, das 12h às 18h

Declaro que fui informado dos objetivos e relevância da pesquisa proposta e estou ciente de como será a minha participação neste estudo. Além disso, estou ciente que receberei, por e-mail, uma via deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e autorizo a utilização dos dados referentes à minha participação em publicações e /ou eventos científicos, desde que seja preservada minha identificação.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Assinatura do participante

\_\_\_\_\_  
e-mail do participante

\_\_\_\_\_  
Assinatura da pesquisadora responsável

**Contato com a Pesquisadora Responsável:**

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar ou enviar e-mail para a pesquisadora: Antonia Laurentino Freires, telefone: (83) 98208-0287, e-mail: antonia.laurentino@academico.ifpb.edu.br

**APÊNDICE C – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE  
(PROFESSOR DE DANÇA)**

“O respeito devido à dignidade humana exige que toda pesquisa se processe após o consentimento livre e esclarecido dos sujeitos, indivíduos ou grupos que por si e/ou por seus representantes legais manifestem a sua anuência à participação na pesquisa”.

Prezado docente,

Convido você para participar de forma voluntária da pesquisa intitulada “RESSIGNIFICANDO AS PRÁTICAS CORPORAIS PRESENTES NO COTIDIANO DOS ALUNOS DO PROEJA”, desenvolvida por Antonia Laurentino Freires, discente do curso de Mestrado do Programa de Pós Graduação em Educação Profissional e Tecnológica (PROFEPT) sob orientação da Professora Dra. Aleksandra Cristina Chaves.

O objetivo da presente pesquisa é desenvolver um produto educacional para professores de Educação Física sobre as Práticas Corporais presentes no cotidiano a partir de ações pedagógicas realizadas com discentes do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do Instituto Federal da Paraíba (IFPB) Campus Sousa. O motivo deste convite deve-se ao fato de você ter a habilidade técnica para desenvolver a Prática Corporal “Dança” a se realizar com os discentes do curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB) Campus Sousa. Sua participação colaboração é muito importante para o alcance dos objetivos da pesquisa. Neste sentido, informamos que sua participação poderá incorrer em alguns riscos como, por exemplo, algum desconforto emocional ao lidar com estudantes que não fazem parte de seu convívio social ou profissional; físico, pelo fato de executar movimentos corporais que exigem esforço e mobilidade, mesmo que seja esta sua rotina profissional. Para evitar qualquer dano como os citados acima, esclarecemos que todos os participantes do estudo (estudantes) serão orientados a facilitarem a interação social e o respeito hierárquico cabível; também solicitamos que durante as práticas, você respeite seus próprios limites e, em especial, o limite dos alunos, de modo a afastar quaisquer possibilidades de queixas, críticas, ou mesmo, distúrbios físicos oriundos de exercícios mal orientados ou realizados com sobrecarga de esforço. Caso se verifiquem algumas dessas intercorrências, deixamos claro que a equipe da pesquisa estará disponível e atenta não só para levar os possíveis afetados por quaisquer das questões a um atendimento adequado como para acompanhá-los a quaisquer estabelecimentos de sua escolha para condução médica adequada, se necessário.

Os resultados deste estudo serão passados a todos os participantes por meio de relatório, de modo a se ter um resumo de fácil leitura e compreensão. Esse relatório será enviado via whatsapp ou e-mail, de forma individualizada.

Esclarecemos, ainda, que o presente termo de Consentimento Livre e Esclarecido e esta pesquisa estão de acordo com o que preconiza a resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

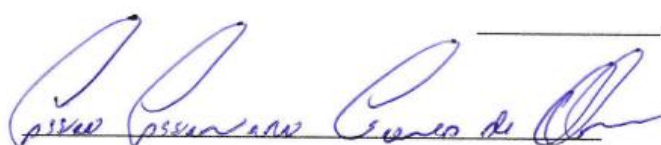
Esta pesquisa foi analisada e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do IFPB (CEPIFPB), o qual tem o objetivo de garantir a proteção dos participantes de pesquisas submetidas a este Comitê. Portanto, se você desejar maiores esclarecimentos sobre seus direitos como participante da pesquisa, ou ainda 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.

Av. João da Mata, 256 – Jaguaribe – João Pessoa – PB.

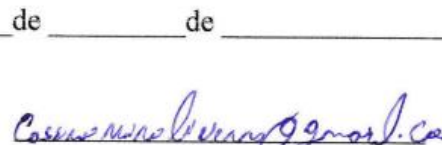
Telefone: (83) 3612-9725 - e-mail: [eticaempesquisa@ifpb.edu.br](mailto:eticaempesquisa@ifpb.edu.br)

Horário de atendimento: Segunda à sexta, das 12h às 18h

Declaro que fui informado dos objetivos e relevância da pesquisa proposta e estou ciente de como será a minha participação neste estudo. Além disso, autorizo a utilização dos dados referentes à minha participação em publicações e /ou eventos científicos.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_  


Assinatura do Docente responsável pela Dança

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_  


e-mail do Professor

\_\_\_\_\_  
 Assinatura da pesquisadora responsável

### **Contato com a Pesquisadora Responsável:**

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar ou enviar e-mail para a pesquisadora: Antonia Laurentino Freires, telefone: (83) 98208-0287, e-mail: [antonia.laurentino@academico.ifpb.edu.br](mailto:antonia.laurentino@academico.ifpb.edu.br)



**APÊNDICE D – TERMO DE AUTORIZAÇÃO**  
(PROFESSORA DE EDUCAÇÃO FÍSICA – IFPB Campus SOUSA)

“O respeito devido à dignidade humana exige que toda pesquisa se processe após o consentimento livre e esclarecido dos sujeitos, indivíduos ou grupos que por si e/ou por seus representantes legais manifestem a sua anuência à participação na pesquisa”.

Eu, Ana Caroline Ferreira Campos de Sousa, RG: 3325275, CPF: 102.653.794-07, autorizo Antonia Laurentino Freires, discente do curso de Mestrado do Programa de Pós Graduação em Educação Profissional e Tecnológica (PROFEPT) sob orientação da Professora Dra. Alexsandra Cristina Chaves, realizar a aplicação dos questionários e a ação pedagógica durante as minhas aulas de Educação Física no Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do Instituto Federal da Paraíba (IFPB) Campus Sousa.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Ana Caroline Ferreira Campos de Sousa

Assinatura da Professor de Educação Física

## APÊNDICE E – QUESTIONÁRIO DIAGNÓSTICO

Prezado Discente,

Este questionário faz parte da pesquisa intitulada “Ressignificando as Práticas Corporais presentes no cotidiano dos alunos do PROEJA”, desenvolvida no Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica do IFPB – Campus João Pessoa, em nível de Mestrado Profissional.

Esta pesquisa busca desenvolver um produto educacional para professores de Educação Física sobre as Práticas Corporais presentes no cotidiano a partir de ações pedagógicas realizadas com discentes do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA do Instituto Federal da Paraíba (IFPB) *Campus Sousa*.

O conteúdo deste questionário é confidencial, dessa forma, sua identificação não se faz necessária.

<b>Questões sociodemográficas</b>
-----------------------------------

1. Idade: \_\_\_\_\_

2. Sexo: ( ) Feminino ( ) Masculino

3. Estado Civil:

- ( ) Solteiro (a) ( ) Casado (a)  
( ) Divorciado (a) ( ) União Estável  
( ) Outros

4. Faixa de renda familiar

- ( ) Menos de R\$ 1.000 ( ) R\$ 2.000 a R\$ 3.000  
( ) R\$ 3.000 R\$ 4.000 ( ) Entre 4.000 e R\$ 5.000  
( ) Entre 5.000 e R\$ 10.000 ( ) Mais de R\$ 10.000

5. Dentre as seguintes alternativas, você se reconhece ou se identifica como de cor:

- ( ) Branca ( ) Parda ( ) Indígena  
( ) Preta ( ) Amarela

<b>Questões referentes às medidas antropométricas e percepção da saúde dos entrevistados</b>
--

6. Qual o seu peso? \_\_\_\_\_ (Kg)
7. Qual a sua altura? \_\_\_\_\_ (cm)
8. Qual o seu índice de massa corporal? \_\_\_\_\_
9. Você realiza alguma atividade física ou exercício físico?

(  ) Sim (  ) Não

9.1 Se sim, qual (is)?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

10. Como você classifica o seu estado de saúde?

(  ) Ruim (  ) Bom (  ) Excelente

(  ) Regular (  ) Muito Bom

<b>Questões relacionadas aos objetivos do estudo</b>
--

11. Durante as aulas de Educação Física são realizadas atividades práticas voltadas às Práticas Corporais?

(  ) Sim (  ) Não

11.1 Se sim, quais Práticas Corporais são desenvolvidas durante as aulas de Educação Física?

<b>Esportes de Invasão</b>	<b>Esportes de Rede</b>	<b>Esportes de Marca</b>
( <input type="checkbox"/> ) Futsal	( <input type="checkbox"/> ) Voleibol	( <input type="checkbox"/> ) Atletismo
( <input type="checkbox"/> ) Basquetebol	( <input type="checkbox"/> ) Tênis	( <input type="checkbox"/> ) Natação
( <input type="checkbox"/> ) Handebol	( <input type="checkbox"/> ) Badminton	( <input type="checkbox"/> ) Halterofilismo
( <input type="checkbox"/> ) Nenhum dos Citados	( <input type="checkbox"/> ) Nenhum dos Citados	( <input type="checkbox"/> ) Nenhum dos Citados
( <input type="checkbox"/> ) Outros	( <input type="checkbox"/> ) Outros	( <input type="checkbox"/> ) Outros
Quais? _____	Quais? _____	Quais? _____
<b>Esportes de Precisão</b>	<b>Esporte de Combate</b>	<b>Esportes Campo e Taco</b>
( <input type="checkbox"/> ) Arco e Flecha	( <input type="checkbox"/> ) Judô	( <input type="checkbox"/> ) Beisebol
( <input type="checkbox"/> ) Golfe	( <input type="checkbox"/> ) Caratê	( <input type="checkbox"/> ) Softbol
( <input type="checkbox"/> ) Bocha	( <input type="checkbox"/> ) Esgrima	( <input type="checkbox"/> ) Críquete
( <input type="checkbox"/> ) Nenhum dos Citados	( <input type="checkbox"/> ) Nenhum dos Citados	( <input type="checkbox"/> ) Nenhum dos Citados

( ) Outros Quais? _____	( ) Outros Quais? _____	( ) Outros Quais? _____
<b>Esportes Estéticos</b>	<b>Práticas Corporais e Saúde</b>	<b>Jogo Motor</b>
( ) Ginástica Olímpica ( ) Skate ( ) Saltos Ornamentais ( ) Nenhum dos Citados ( ) Outros Quais? _____	( ) Atividade Física, Exercício Físico, Alimentação... ( ) Outros Quais? _____ _____	( ) Jogos tradicionais e populares ( ) Jogos cooperativos ( ) Jogos dramáticos ( ) Outros Quais? _____
<b>Lutas</b>	<b>Ginásticas</b>	<b>Danças</b>
( ) Jogos de Oposição de Grandes, Pequenos e Médios Espaços, Lutas com objetos, Lutas Corpo a Corpo. ( ) Outros Quais? _____	( ) Ginástica geral ( ) Ginástica Rítmica ( ) Ginástica circense ( ) Outros Quais? _____	( ) Danças Folclóricas ( ) Dança de Salão ( ) Danças Criativas ( ) Danças de rua ( ) Outros Quais? _____
<b>Práticas Esportivas na Natureza</b>	<b>Brincadeiras</b>	<b>Práticas Corporais Introspectivas</b>
( ) Não esportivas: Trekking, Rapel, Tirolesa. ( ) Esportivas: Corrida Orientada, Corridas de Mountain bike. ( ) Contemplação: Excursionismo, Acampamentos ( ) Outros Quais? _____	( ) Amarelinha ( ) Pular corda ( ) Elástico ( ) Bambolê ( ) Pega-pega ( ) Agacha agacha ( ) Cabo de guerra ( ) Outros Quais? _____	( ) Técnicas de respiração, relaxamento, sensibilização, alongamento. ( ) Yoga ( ) Tai Chi Chuan ( ) Liang Gong ( ) Outros Quais? _____

12. No seu entendimento, como as Práticas Corporais podem influenciar de forma benéfica para a sua saúde e seu bem-estar?

---

---

---

13. Como as aulas de Educação Física contribuem para a sua formação acadêmica?

---

---

---

**APÊNDICE F – QUESTIONÁRIO PARA AVALIAÇÃO APÓS A AÇÃO  
PEDAGÓGICA**

Marque com um X a resposta que melhor representa o quanto você DISCORDA ou CONCORDA com as seguintes alternativas, emita a sua opinião respondendo ao questionário assinalando apenas uma alternativa e justifique a sua resposta.

1- As ações pedagógicas realizadas nas aulas de Educação Física contribuíram para a execução das Práticas Corporais.			
1. Discordo Totalmente ( )	2. Discordo Parcialmente ( )	3. Concordo Parcialmente ( )	4. Concordo Totalmente ( )
Espaço reservado para que você faça a sua justificativa.			
<hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/>			
2- As Práticas Corporais realizadas na ação pedagógica impactaram positivamente na minha saúde e qualidade de vida.			
1. Discordo Totalmente ( )	2. Discordo Parcialmente ( )	3. Concordo Parcialmente ( )	4. Concordo Totalmente ( )
Espaço reservado para que você faça a sua justificativa.			
<hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/>			
3- Eu já tinha conhecimento de todas essas Práticas Corporais.			
1. Discordo Totalmente ( )	2. Discordo Parcialmente ( )	3. Concordo Parcialmente ( )	4. Concordo Totalmente ( )
Espaço reservado para que você faça a sua justificativa.			

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>			
4- As ações pedagógicas ampliaram meu conhecimento acerca das Práticas Corporais.			
1. Discordo Totalmente ( )	2. Discordo Parcialmente ( )	3. Concordo Parcialmente ( )	4. Concordo Totalmente ( )
Espaço reservado para que você faça a sua justificativa.			
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>			
5- As ações pedagógicas realizadas contribuíram para a minha formação acadêmica e social.			
1. Discordo Totalmente ( )	2. Discordo Parcialmente ( )	3. Concordo Parcialmente ( )	4. Concordo Totalmente ( )
Espaço reservado para que você faça a sua justificativa.			
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>			
6- Permanecerei praticando alguma dessas Práticas Corporais após as ações pedagógicas.			
1. Discordo Totalmente ( )	2. Discordo Parcialmente ( )	3. Concordo Parcialmente ( )	4. Concordo Totalmente ( )
Espaço reservado para que você faça a sua justificativa.			
<hr/> <hr/>			

<hr/> <hr/> <hr/>	
7- As ações pedagógicas desenvolvidas ao longo das aulas de Educação Física, aponte os pontos positivos e negativos encontrados durante a execução desse Produto Educacional.	
1. Pontos Positivos	2. Pontos Negativos



## APÊNDICE G – PLANOS DE AULA

### PLANO DE AULA

<b>DISCIPLINA:</b> Educação física
<b>SÉRIE:</b> 1º ano do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA
<b>TEMA:</b> Diferenças entre exercício físico e atividade física e sua relação com a saúde e a qualidade de vida.

<p><b>CONTEÚDOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicação do questionário semiestruturado;</li> <li>- Definições de exercício físico e atividade física e suas diferenças básicas;</li> <li>- Exemplos de atividade física e exercício físico;</li> <li>- Grau do esforço físico necessário para fazer uma atividade física, focando na intensidade leve, moderada e vigorosa;</li> <li>- Recomendações de atividade física para cada grupo;</li> <li>- A importância da atividade física e do exercício físico para a melhoria da saúde e da qualidade de vida;</li> <li>- Benefícios da atividade física para a saúde corporal e mental.</li> </ul>
<p><b>OBJETIVOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicar o questionário semiestruturado;</li> <li>- Conhecer as principais definições sobre o exercício físico e a atividade física, apresentando suas diferenças básicas e exemplos da atividade física e exercício físico;</li> <li>- Identificar os graus de esforço físico necessário para fazer uma atividade física, focando na intensidade leve, moderada e vigorosa e nas recomendações para cada grupo;</li> <li>- Elucidar a importância da atividade física e do exercício físico para a melhoria da saúde e da qualidade de vida, enfatizando os benefícios da atividade física para a saúde corporal e mental.</li> </ul>
<p><b>DESENVOLVIMENTO:</b></p> <p>1º Momento: Instigar os alunos a discutir as diferenças entre atividade física e exercício físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Os conceitos de atividade física e de exercício físico são iguais ou distintos?</li> <li>- Quais as diferenças básicas entre esses conceitos?</li> </ul>

- Dê exemplos de atividade física ou exercício físico.

2º Momento: Apresentação dos slides a respeito dos conceitos mediante uma aula expositiva dialogada, expondo os graus de esforço físico para realizar uma atividade física e as recomendações para cada grupo. A importância da atividade física e do exercício físico para a melhoria da saúde e da qualidade de vida também são inseridos no conteúdo da aula para enfatizar os benefícios da atividade física para a saúde corporal e mental.

3º Momento: Realizar uma roda de conversa e aplicar um “quiz interativo” com as possíveis perguntas...

I - Verdadeiro ou Falso: A atividade física é sistematizada, repetida, com ritmo e tempo de duração definidos.

II – É qualquer movimento corporal que promove um gasto energético maior do que se o corpo estivesse em repouso.

III - A atividade física pode trazer diversos benefícios para o corpo e para a mente, exceto:

- a) Diminui a pressão arterial e melhora a circulação
- b) Fortalece o sistema imunológico
- c) Promove o bem-estar físico e mental
- d) Não melhora o humor e a qualidade do sono.

#### **MATERIAIS**

Notebook (utilização do Microsoft Power Point);  
Projetor multimídia.

#### **AVALIAÇÃO**

A avaliação será de forma continuada, observando a participação nas discussões sobre a temática e na responsividade das perguntas realizadas durante a aula.

#### **DURAÇÃO DA AULA**

2 aulas de 50 minutos.

**PLANO DE AULA**

<b>DISCIPLINA:</b> Educação física
<b>SÉRIE:</b> 1º ano do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA
<b>TEMA:</b> As Práticas Corporais e os benefícios do movimento para o corpo e a mente.

**CONTEÚDOS:**

- Visão geral sobre as Práticas Corporais e a BNCC;
- A cultura corporal, como fundamento para o estudo e o ensino da educação física;
- Benefícios das Práticas Corporais para o corpo e mente;
- Desenvolvimento das Práticas Corporais na perspectiva da EJA.

**OBJETIVOS:**

- Apresentar uma visão geral sobre as Práticas Corporais, destacando-as conforme a Base Nacional Comum Curricular (BNCC);
- Identificar a importância da Cultura Corporal, como fundamento para o estudo e o ensino da educação física;
- Evidenciar os benefícios das Práticas Corporais para o corpo e mente, focando no desenvolvimento das Práticas Corporais na perspectiva da EJA.

**DESENVOLVIMENTO:**

1º Momento: aplicação do Metímetro, onde os alunos podem responder alguns questionamentos, gerando uma nuvem de palavras, focando nas Brincadeiras e Jogos, nos Esportes, nas Ginásticas, Danças, Lutas e Práticas Corporais de Aventura.

- Esse momento tem a finalidade de aproximar-se dos alunos e entender melhor o conhecimento prévio de cada um deles sobre o tema.

2º Momento: aula expositiva dialogada mediante a apresentação de slides explicando as Práticas Corporais.

3º Momento: apresentação de vídeos sobre os benefícios das Práticas Corporais e da importância da Cultura Corporal na perspectiva da Educação de Jovens e Adultos (EJA).

**MATERIAIS**

Notebook (utilização do Microsoft Power Point);

Projeter multimídia.

**AVALIAÇÃO**

Avaliação Qualitativa realizada em tempo integral observando a interatividade e participação dos diálogos construídos em aula.

**DURAÇÃO DA AULA**

2 aulas de 50 minutos.

**PLANO DE AULA**

<b>DISCIPLINA:</b> Educação física
<b>SÉRIE:</b> 1º ano do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA
<b>TEMA:</b> A introdução dos jogos e brincadeiras nas aulas de educação física e seus benefícios para a saúde física e mental dos estudantes.

**CONTEÚDOS:**

- Jogos e brincadeiras: uma perspectiva inclusiva na EJA;
- Ludicidade na EJA: possibilidades e autonomia.

**OBJETIVOS**

- Apresentar os jogos e brincadeiras de forma lúdica para os alunos da EJA;
- Realizar brincadeiras e jogos como: amarelinha humana, jogo da velha humano com cone, corrida do saco, cabo de força, dama, pega vareta, dança das cadeiras, derrubar o alvo com bola de meia, jogo de taco, boliche com garrafa pet, acerta o alvo, focando na participação e no trabalho em equipe dos alunos da EJA.

**DESENVOLVIMENTO:**

1º Momento: realização do aquecimento com bambolê e bexiga, visando dinamizar a aula e permitir que o aluno possa se sentir mais relaxado para desenvolver os Jogos e Brincadeiras. Nesse momento também é feita a exposição de um vídeo para que eles tenham acesso ao passo a passo da atividade a ser desenvolvida.

Vídeo utilizado: [https://www.youtube.com/watch?v=LM\\_GBTK5TVE](https://www.youtube.com/watch?v=LM_GBTK5TVE)

2º Momento: Compreender o que são os Jogos e as Brincadeiras e a partir desse momento iniciar a prática com os seguintes jogos e brincadeiras: Jogo da Velha humano com cone, Corrida do saco, Cabo de força, Dama, Pega vareta, Dança das cadeiras, Derrubar o alvo com bola de meia e Acerta o alvo, focando na participação e no trabalho em equipe dos alunos da EJA.

**MATERIAIS**

Garrafa pet tampinhas de garrafa;  
Jogos (dama em EVA e Pega vareta);  
Bexigas;  
Corda;  
Cadeiras;  
Som;  
Notebook;  
Projektor multimídia;  
Folhas de ofício.

### **AVALIAÇÃO**

Avaliação continuada mediante a observação dos alunos e como eles se sobrepõe frente aos desafios planejados para serem pensados e sugeridos nas atividades.

### **DURAÇÃO DA AULA**

4 aulas de 50 minutos.

**PLANO DE AULA**

<b>DISCIPLINA:</b> Educação física
<b>SÉRIE:</b> 1º ano do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA
<b>TEMA:</b> A importância da dança na promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida.

<p><b>CONTEÚDOS:</b></p> <p>Danças populares regionais: Xaxado; Coco; Xerém; Forró, Quadrilha E Xôte.</p>
<p><b>OBJETIVOS</b></p> <p>Conhecer e aprender as ramificações históricas de passos e demais artifícios de manuseio da dança com objetos, roupas, adereços e etc;</p> <p>Trabalhar a prática conjunta do grupo;</p> <p>Fortalecer os vínculos afetivos através da dança;</p> <p>Resgatar de forma natural e espontânea as manifestações expressivas da nossa cultura.</p>
<p><b>DESENVOLVIMENTO:</b></p> <p>1º momento: Aula expositiva dialogada através de slides para compreensão do contexto cultural da dança em toda sua composição histórica.</p> <p>2º momento: Em segundo momento iremos conhecer na prática todos os passos e marcações de ritmo que a dança provém através de sua historicidade. Em conjunto iremos desenvolver essa prática de forma compartilhada em círculo ou em filas, onde faremos um passo a passo de toda marcação de passos da dança. No decorrer da dinâmica iremos tirando algumas dúvidas e realçando melhor todo processo de prática rítmica dos passos assemelhando ao que foi explicado e exposto anteriormente.</p>
<p><b>MATERIAIS</b></p> <p>Aparelho de Som;</p> <p>Roupas;</p> <p>Adereços;</p> <p>Notebook;</p> <p>Projetor multimídia.</p>
<p><b>AVALIAÇÃO</b></p>

Avaliação continuada mediante a observação dos alunos e como eles se sobrepõe frente aos desafios planejados para serem pensados e sugeridos nas atividades.

**DURAÇÃO DA AULA**

7 aulas de 50 minutos.



**PLANO DE AULA**

**DISCIPLINA:** Educação física

**SÉRIE:** 1º ano do Curso Técnico em Agroindústria Integrado Ao Ensino Médio – ProEJA

**TEMA:** A importância da ação pedagógica para formação dos alunos do ProEJA

**CONTEÚDOS:**

- A importância das aulas de educação física para a formação técnica e profissional dos alunos do ProEJA;
- A contribuição da ação pedagógica e colaboração das práticas corporais para a formação social e acadêmica e para a saúde física e mental dos alunos do ProEJA.

**OBJETIVOS**

- Apresentar o ProEJA e a sua relevância para a formação técnica e profissional dos alunos, a partir das ponderações realizadas pelos jovens após a roda de conversa e como essa ação pedagógica impactou a sua percepção de mundo;
- Elucidar a importância das aulas de educação física para a formação social e acadêmica e para a saúde física e mental dos alunos do ProEJA.
- Aplicar um questionário avaliativo para os alunos do ProEJA apresentarem a sua percepção acerca da ação pedagógica desenvolvida, ressaltando a importância dessas aulas para a sua construção acadêmica e social.

**DESENVOLVIMENTO:**

1º momento: Realização de uma roda de conversa acerca da importância da ação pedagógica para a formação dos alunos do ProEJA.

2º momento: Aplicação do questionário avaliativo visando conhecer a percepção dos alunos do ProEJA acerca ações realizadas e o impacto da ação pedagógica para a sua formação acadêmica e na sua qualidade de vida.

**MATERIAIS**

Folhas de ofício;

Notebook;

Projeter multimídia.

**AVALIAÇÃO**

Avaliação Qualitativa realizada em tempo integral observando a interatividade e participação dos diálogos construídos em aula.

**DURAÇÃO DA AULA**

1 aula de 50 minutos.

**ANEXOS**



## Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia da Paraíba

### ANEXO A – CARTA ANUÊNCIA

A Direção da Instituição Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB) – Campus Sousa, sob responsabilidade do (a) Senhor (a) FRANCISCO ROSERTÂNIO B. MOTA AUTORIZA a pesquisa da discente Antonia Laurentino Freires (Mestranda do PROfEPT – Programa de Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica – Campus João Pessoa) e da orientadora Prof.<sup>a</sup> Dra. Alexsandra Cristina Chaves, com a pesquisa intitulada: **RESSIGNIFICANDO AS PRÁTICAS CORPORAIS PRESENTES NO COTIDIANO DOS ALUNOS DO PROEJA**. Os pesquisadores informaram que não haverá custos para a instituição e, na medida do possível, não irão interferir na operacionalização e/ou nas atividades cotidianas da mesma.

Essa autorização é uma pré-condição bioética para execução de qualquer estudo envolvendo seres humanos, sob qualquer forma ou dimensão, em consonância com a resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

SOUSA – PB, 14/11/22.

Francisco Rosertânio B. Mota  
Diretor Geral

Port. IFPB nº 2.070/2022

Nome do Diretor e carimbo

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Francisco Rosertânio B. Mota".

Francisco Rosertânio B. Mota

Diretor Geral

Port. IFPB nº 2.070/2022