



**FACULDADE REGIONAL DA BAHIA  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**DANILO DOS ANJOS CAMPELO**

**O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA  
APTIDÃO FÍSICA PARA A SAÚDE DE JOVENS  
DO ENSINO MÉDIO**

Salvador  
2017

**DANILO DOS ANJOS CAMPELO**

**O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA  
APTIDÃO FÍSICA PARA A SAÚDE DE JOVENS DO ENSINO  
MÉDIO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao  
Curso de Licenciatura em Educação Física,  
Faculdade Regional da Bahia - UNIRB, como  
requisito parcial para obtenção do grau de  
Licenciado em Educação Física

Professora Orientadora: Karine Miranda Pettersen

Salvador  
2017

**DANILO DOS ANJOS CAMPELO**

**O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA  
APTIDÃO FÍSICA PARA A SAÚDE DE JOVENS DO ENSINO  
MÉDIO**

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física, Faculdade Regional da Bahia- UNIRB.

Aprovada em 27 de julho de 2017.

Karine Miranda Pettersen - Orientadora \_\_\_\_\_  
Mestre em Medicina e Saúde  
Universidade Federal da Bahia

Parecerista (1) \_\_\_\_\_

Parecerista (2) \_\_\_\_\_

A

Marcleide, mãe amada, que por muitas vezes acordou cedo e dormiu tarde para estar ao meu lado me ajudando e incentivando a estudar.

## **AGRADECIMENTOS**

São tantos e tão especiais, cada um com uma parcela muito significativa nessa jornada.

A Deus pela dádiva da vida que me concebeu.

A minha mãe que como ela mesmo diz "se formará junto comigo", já que ela foi peça fundamental durante todo o meu período de graduação.

A pai e irmão por sempre terem acreditado em mim e estarem sempre ao meu lado comemorando minhas vitórias e me auxiliando nos tropeços da minha caminhada.

Ao meus professores ao longa de toda a minha trajetória acadêmica tem me transmito suporte necessário para me torna um bom profissional. Em especial ao meu grande mestre e "pai adotivo" Rubens Frade, este que é meu grande exemplo de profissional e de ser humano.

A professora e minha Orientadora Karine Miranda que me deu a base para iniciar e concluir esse trabalho.

A minha namorada Naiana Farias que a todo momento veio me incentivando.

Ao meus familiares por estarem vibrando a cada obstáculo vencido nessa jornada.

Ao meus amigos que perto ou longe estavam sempre presentes.

“A mente é o limite.

Enquanto a mente pode imaginar que você vai fazer algo, acredite...

Você pode fazer, desde de que você acredite 100%”

Arnold Schwarzenegger

CAMPELO, Danilo dos Anjos. **O papel do professor de Educação Física na aptidão física para a saúde de jovens do ensino médio.** Trabalho de Conclusão de Curso, Faculdade Regional da Bahia – UNIRB, Salvador, Jul, 2017

## RESUMO

A pesquisa, do tipo exploratória visa realizar uma revisão bibliográfica em relação ao tema, o papel do professor de Educação Física na aptidão física para a saúde de jovens do ensino médio, visando assim responder a pergunta: **Como o professor de Educação Física pode contribuir para o desenvolvimento da aptidão física para saúde de jovens do ensino médio?** Tendo assim como objetivo principal demonstrar a importância que o professor de Educação Física tem na vida destes jovens, para tal, este trabalho busca descrever como é possível obter a aptidão física através das aulas de Educação Física, citar como as atividades físicas podem ser utilizadas durante as aulas e identificar a metodologia de ensino que seja possível conscientizar a manutenção da mesma após a finalização do ensino médio. A importância deste trabalho se apresenta a partir de dados alarmantes que foram levantados pelo Ministério da Saúde em 2013 e 2015, o qual aponta que o índice de obesidade e sedentarismo atinge mais de 45% da população. Para entender como a Educação Física pode contribuir com a saúde foi realizado uma contextualização histórica, trazendo-a desde a sua emergência como prática pedagógica no âmbito escolar, até o momento atual relatando sobre as suas fases e mudanças que ocorreram ao longo dos séculos. A conceituação e característica da aptidão física voltada a saúde também se encontra presente, demonstrando assim o que venha a ser a aptidão física voltada a saúde e os benefícios que a mesma possibilita aos jovens. O papel do professor na concepção saúde renovada, também foi descrito já que esta é mais adequada para alcançar os objetivos pressupostos, devido propor que a prioridade da Educação Física Escolar seja a aptidão física e a saúde. Em seguida há relatos sobre a realidade e as possibilidades de ensino da saúde renovada no ensino médio, mostrando as dificuldades, a realidade e os aspectos positivos. A reunião deste material expõe os benefícios da prática das atividades físicas para o ser humano e a sua vida no cotidiano, a tarefa árdua que é levar um pensamento crítico aos jovens do ensino médio em relação a cultura corporal, mas também como o papel do professor de educação física é importante na formação dos cidadãos com pensamentos críticos e hábitos saudáveis.

**Palavras-chaves:** Professor de Educação Física, aptidão física, saúde, atividade física, ensino médio

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	9
2. CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA.....	13
3. CONCEITO E CARACTERÍSTICA DA APTIDÃO FÍSICA VOLTADA A SAÚDE.....	17
4. SAÚDE RENOVADA E O PAPEL DO PROFESSOR NESTA ABORDAGEM.....	20
5. REALIDADES E POSSIBILIDADES DE ENSINO DA SAÚDE RENOVADA NO ENSINO MÉDIO.....	24
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	28
REFERÊNCIAS	

## 1. INTRODUÇÃO

A expectativa de vida do ser humano tem se elevado significativamente, mas hoje em dia ter uma vida longa, já não é uma vitória significativa. A média de expectativa de vida em países desenvolvidos está por volta de oitenta anos. Mas para se viver muito e viver bem, níveis dignos de sobrevivência devem ser respeitados para que o ser humano possa ter uma vida longa e saudável. O conceito de Saúde segundo a Organização Mundial da Saúde (1946), não é apenas a ausência de patologias, mas sim o completo bem-estar físico, mental e social de uma pessoa. E em seu relatório de 2008, a mesma, conclui que a saúde da população não é um produto meramente das atividades do setor da saúde, é determinada muitas vezes por fatores sociais e ações que não estão diretamente ligadas a este setor.

Os padrões de vida da população vêm se alterando ao longo dos séculos e hoje em dia, devido ao avanço tecnológico, os movimentos estão sendo compensados devido a automação e mecanização, diminuindo cada vez mais as atividades realizadas diariamente pelas pessoas. Este avanço da tecnologia tem feito as crianças e principalmente os adolescentes buscarem novas opções lúdicas que não envolvam esforços físicos, o que vem ocasionando a baixa aptidão física e muitas das vezes a inatividade física que são extremamente prejudiciais para a saúde e isso vem registrando o surgimento de novas patologias denominadas "doenças da civilização"(GUEDES, 1999).

Visando reverter esse quadro, Guedes (1999) propõe que o processo educacional, seja relacionado de maneira direta a educação com a saúde, possibilitando assim diminuir os hábitos de vidas não saudáveis, principalmente no que diz respeito a prática de atividade física. Nesse momento que entra em ação a Educação Física Escolar, que possui o papel de formar cidadãos que irão reproduzir e até produzir atividade física, mesmo após terminarem o ciclo da educação básica. A intervenção feita durante essa fase é de suma importância, já que de acordo com Darido (2004), um estilo de vida de baixa atividade física na adolescência tende a ser mantido na idade adulta.

Ciente dessas informações o presente trabalho busca descrever o papel do professor de Educação Física na aptidão física para saúde de jovens do ensino médio. A aptidão física, de acordo com Araújo e Araújo (2000), seria a habilidade do corpo em se adequar ao esforço físico e ao estado dinâmico de energia e vitalidade que permite a realização de tarefas do cotidiano, das ocupações ativas nas horas de lazer, além de enfrentar emergências imprevistas sem fadiga exacerbada, mas também, de auxiliar o organismo durante o pico da capacidade intelectual fazendo sentir uma alegria de viver, oferecendo assim boas condições orgânicas no meio ambiente em que se vive e garantindo a sobrevivência das pessoas.

Mas como o professor de Educação Física pode contribuir para a aptidão física para saúde de jovens do ensino médio? Segundo Darido (2005), a Educação Física Escolar, desde sua implementação sempre teve um cunho diferente dos demais componentes curriculares da educação básica, pois quase que exclusivamente durante as aulas foi priorizado os conteúdos na dimensão procedimental, o saber fazer sobre a cultura corporal, ou como se deve ser. De forma oculta esta última categoria, a dimensão atitudinal sempre esteve presente, mas não com a ênfase que merecia e a dimensão conceitual praticamente não se fazia presente. Faz-se necessário a inclusão dessas três dimensões de ensino durante as aulas de Educação Física Escolar.

É necessário incluir nas aulas de Educação Física Escolar a dimensão conceitual com abordagem de temas que envolvam o corpo humano, o porque é necessário realizar atividades físicas e seus benefícios, despertando assim a conscientização da importância das mesmas e de obter uma boa aptidão física e o que a falta dela pode ocasionar a sua saúde. No âmbito da dimensão procedimental utilizar as aulas práticas de maneira lúdica, proveitosa e agradável para que haja condições para que todos os alunos participem se divirtam e ao mesmo tempo obtenham, e mais importante, notem os benefícios da atividade física. Já a dimensão atitudinal deve encorajar atitudes que possibilitem a manutenção das atividades físicas, para que naturalmente venham fazer parte do estilo de vida dos alunos (DARIDO, 2005). Desta forma, possivelmente o professor poderá contribuir para aptidão física dos jovens.

Para auxiliar o professor de Educação Física Escolar nesta tarefa, este trabalho tem como objetivo geral, descrever a contribuição do professor de Educação Física na aptidão física para a saúde dos jovens no ensino médio. Como objetivo específico, descrever as realidades e possibilidades para obter a aptidão física através das aulas de Educação Física Escolar, e como a mesma interferem no cotidiano da população e podem trazer diversos benefícios a saúde. Citar como as atividades físicas podem ser utilizadas, de maneira lúdica, proveitosa e agradável durante as aulas visando a aptidão física dos alunos. Além de identificar metodologia de ensino que ajude a conscientização e manutenção da atividade física, mesmo após o término da educação básica.

A relevância deste trabalho se apresenta a partir de dados alarmantes referente ao levantamento do Ministério da Saúde que indica que 51% da população brasileira acima de 18 anos se encontra acima do peso ideal (PORTAL BRASIL, 2015), outra pesquisa também revelou que quase metade (45,9%) da população acima de 14 anos, não pratica nenhum tipo de atividade física (PORTAL BRASIL, 2013). Sendo que o mais curioso é que 80,4% dos sedentários ouvidos na pesquisa afirmam conhecer os riscos da falta de atividade física para a saúde. Com isso é necessário criar estratégias para que as aulas de Educação Física Escolar se tornem mais atrativas para os alunos, fazendo com que os mesmos criem o hábito de exercitar-se e leve esse hábito para a sua vida adulta.

A metodologia utilizada para a elaboração deste trabalho foi a revisão bibliográfica que, de acordo com Lakatos e Marconi (1987), é o levantamento de toda bibliografia já publicada sobre o assunto que está sendo pesquisado essa busca pode acontecer em livros, revistas, boletins, jornais, teses, dissertações com o objetivo de colocar o pesquisador com material já escrito sobre o tema a ser pesquisado. Segundo Cervo e Bervian (1976), qualquer tipo de pesquisa deve passar por uma revisão bibliográfica prévia, para que haja um levantamento da situação do assunto abordado, seja pra uma fundamentação teórica ou para justificar as contribuições da própria pesquisa.

A partir do material já elaborado, constituído de livros e artigos científicos, este trabalho seguirá os preceitos de uma revisão bibliográfica. Desta maneira o trabalho foi desenvolvido a partir de um levantamento sobre o que há na literatura

em relação ao tema proposto. Os artigos científicos sobre a temática foram acessados nas bases de dados GOOGLE ACADÊMICO, LILACS, MEDLINE e SCIELO foram utilizados artigos das últimas duas décadas com os seguintes descritores: saúde na adolescência, educação física, aptidão física, ensino médio, jovens, saúde na escola, PCN's da Educação Física. Que foram analisados, estudados e organizados para obter um conjunto de ideias que trouxesse uma sustentação científica e fundamentação.

Com o desenvolvimento deste trabalho espero encontrar durante a revisão bibliográfica material suficiente, de conteúdo produtivo e relevante para desenvolver o tema escolhido, de forma satisfatória com reflexões e conhecimento amplo, fundamentados em diversos teóricos afim de conceituar essa vertente da Educação Física Escolar voltada a área da saúde, descrevendo os benefícios que a prática da atividade física possui, além de identificar uma maneira que permita transferir o conhecimento para os alunos de forma que compreendam a importância da Educação Física Escolar e da prática da atividade física.

Com a conclusão desse trabalho pretendo reunir material suficiente para contribuir com a comunidade acadêmica, de forma favorável na aptidão física para a saúde dos jovens do ensino médio e com uma pesquisa que ajude os professores de Educação Física na elaboração de seus planejamentos de aula, de maneira que os alunos possam obter satisfação em participar das aulas de Educação Física Escolar e na prática das atividades físicas, obtendo assim a consciência da importância da aptidão física, de maneira satisfatória para que após o término da educação formal se tornem seres ativos e críticos da cultura corporal.

## 2. CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA

De acordo com Bracht (1999), a Educação Física emergiu como uma prática pedagógica no âmbito escolar nos séculos XVIII e XIX, com uma forte influência das áreas médica e militar, a Educação Física então utilizou dos conhecimentos médicos para introduzir a prática dos exercícios sistematizados das instituições militares aos cidadãos civis, visando promover saúde. Essa saúde seria promovida através de um corpo forte e viril juntamente com a implementação de normas e valores que eram "incorporados" através da vivência corpórea concreta de maneira que houvesse uma obediência e submissão aos superiores como há nos ambientes militares sem que houvesse nenhum questionamento.

Segundo Guedes (1999), na sua implementação a Educação Física Escolar na sua busca pelo indivíduo saudável, se preocupava com o fortalecimento estrutural, ou seja, ortomuscular de forma morfológica e postural, sendo este o objetivo primário nas suas atividades. O corpo era alvo de estudos da ciência biológica e este era igualado a uma estrutura mecânica e a visão mecanicista do mundo era aplicada ao corpo e ao seu funcionamento, ou seja, para melhorar o funcionamento da máquina (corpo) deve melhorar o funcionamento e as técnicas corporais do mesmo (BRACHT, 1999).

Com o fim da II Guerra Mundial no final dos anos 1940, o entendimento sobre a Educação Física novamente passa a ser alterado. Conforme Betti (1991), a Educação Física Escolar no Brasil, seguindo as mudanças que vem ocorrendo no mundo nesta época, sofre uma influência muito grande do Método Desportivo Generalizado, que buscava através da ginástica incluir conteúdos esportivos. Utilizando dos fundamentos da ginástica para que os alunos desenvolvessem suas aptidões, sem se preocupar com os aspectos lúdicos ou que os alunos adquirissem conhecimento e desenvolvessem trabalho cooperativo e coletivo de forma a prepará-los para a vida

Chegando no início dos anos 1970, algumas equipes nacionais alcançaram sucesso em competições internacionais e com isso o esporte ganhou destaque nacional e ganhou grande importância na Educação Física Escolar, fazendo com que os professores da época direcionassem suas aulas quase que exclusivamente

as práticas esportivas. Com o intuito de oferecer estímulos a prática esportiva e levar educandos a desenvolverem desempenho atlético com a ideia de que os esportes com seus valores são capazes de integrar o educando a sociedade e auxiliam na formação do cidadão ideal. Essa tendência esportiva fazia uso da tese que um país competitivo no âmbito esportivo era um país desenvolvido e, portanto, cabia a escola contribuir na formação de atletas (GUEDES, 1999).

Segundo Darido (2005), na década de 1980, surgiu o novo cenário político no Brasil e a partir disso, a tendência esportiva que visava o alto rendimento e desempenho atlético na Educação Física Escolar passa a ser criticada fortemente, e então surgem novas propostas de abordagem a serem pensadas para as aulas de Educação Física Escolar. Bracht (1999) relata que isto ocorreu devido a carência da reflexão pedagógica e a participação mais efetiva das ciências sociais e humanas na Educação Física Escolar, esse movimento foi chamado de Movimento Renovador da Educação Física Brasileira na década de 1980.

Uma das críticas deste movimento foi em relação a orientação da prática pedagógica baseada no conhecimento científico, este, entendia como aquele fornecido pelas ciências naturais ou com base em seu modelo científico, o que não ocorria. Trazendo assim a questão sobre a reflexão da função social da Educação Física Escolar, seu caráter reprodutor e as possibilidades de sua contribuição para a transformação na sociedade. Assim começaram a surgir várias propostas pedagógicas na Educação Física (BRACHT 1999). Dentre elas temos a abordagem Psicomotora que visava garantir ao educando uma formação integral, tendo como principais conteúdos nas suas aulas: Lateralidade; Consciência Corporal e Coordenação Motora. Le Bouch (1986 apud Darido, 2005), defendia essa abordagem e criticava a tendência esportiva afirmando que esta estava fortemente ligada aos fatores de execução e centrados no rendimento.

Contudo, a abordagem Psicomotora também era centrada no fazer, só que relacionado ao conhecimento do próprio corpo, com isso outra abordagem acaba surgindo a abordagem Construtivista. Com a proposta de construção do conhecimento através da interação do educando com o mundo, esta construção exige uma ação sobre o mundo além de essa aquisição ser um processo construído pelo indivíduo durante toda a vida. Essa abordagem visa resgatar na Educação

Física Escolar a cultura de jogos e brincadeiras dos educandos envolvidos no processo ensino aprendizagem como brincadeiras de rua, os jogos com regras, as rodas cantadas e qualquer outra atividade que faça parte do universo cultural do mesmo (DARIDO, 2005).

Outra abordagem que surgiu foi a Desenvolvimentista que segundo Azevedo e Shigunov (2001), tem o movimento como meio e fim principal da Educação Física Escolar esta abordagem é voltada especialmente às crianças de quatro a quatorze anos, visando privilegiar a aprendizagem do movimento, embora mesmo que ocorram outras aprendizagens decorrentes da prática das habilidades motoras, a prioridade é proporcionar ao educando condições de desenvolvimento através de diversidades de atividades com complexidade de movimentos respeitando o seu estágio de crescimento e desenvolvimento com o intuito de alcançar as habilidades motoras.

Segundo Bracht (1999), essas propostas não apresentam nenhuma teoria crítica da educação, ou seja, não fazem nenhuma crítica do papel da educação à sociedade. Com isso em mente, no início dos anos 1990, Dermeval Saviani e colaboradores desenvolveram uma abordagem que se intitulou Crítica Superadora. Esta abordagem tem como área de conhecimento da Educação Física Escolar a cultura do corpo, em seus diferentes temas, seja a ginástica, o esporte, o jogo, as lutas ou a dança propondo que esses sejam tratados de maneira histórica e que sejam aprendidas em seus movimentos contraditórios.

Nesse aspecto outra proposta formulada pelo professor Eleonor Kunz, denominada Crítica Emancipatória com uma concepção de cultura corporal de movimento, no qual o mesmo denomina dialógico, sendo o movimento uma maneira de comunicação com o mundo, além disso, outro princípio importante nesta proposta é que o sujeito tem uma perspectiva iluminista sendo capaz de crítica e de atuações autônomas, ou seja, o educando tem a capacidade de analisar e agir de forma crítica em relação à tematização dos elementos da cultura do movimento nessa esfera (BRACHT, 1999).

Há também na Educação Física Escolar os que defendem a chamada abordagem da Saúde Renovada, nesta abordagem os autores entendem que na infância e adolescência a vivência das práticas da atividade física contribuem de

forma importante no desenvolvimento de habilidades, atitudes e hábitos que auxiliam na adoção de estilo de vida ativo fisicamente na fase adulta (DARIDO, 2005). Essa proposta busca através das aulas de Educação Física Escolar promover saúde ou indicar um estilo de vida ativo, com a adoção de estratégia de ensino que ressaltando a importância de informações e conceitos relacionados à saúde e a aptidão física estimulando assim a adoção a prática de atividade física e hábitos saudáveis ao longo da vida do educando (GUEDES & GUEDES, 1996).

Segundo Darido (2001), a partir de 1994 o Ministério da Educação e do Desporto, através da Secretaria de Ensino Fundamental, começou a elaboração dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), em 1999 a Secretaria de Ensino Médio ficou responsável pela supervisão da publicação dos PCNs do Ensino Médio, por uma equipe diferente da que compôs a do Ensino Fundamental. De acordo com o grupo que organizou os PCNs estes documentos tem prioridade em subsidiar a elaboração ou ser a versão curricular dos estados e municípios de maneira que venham a dialogar com as propostas experiências já existentes incentivando a discussão pedagógica interna às escolas e servindo de material de reflexão para a prática de professores.

Os terceiros e quartos ciclos dos PCNs estão diretamente ligados a Educação Física Escolar neles a cidadania se torna o eixo norteador nas aulas de Educação Física Escolar, fazendo com que a mesma se torne responsável pela formação de alunos que sejam capazes de participar de atividades corporais, com atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade. Tendo em mente que três aspectos são estritamente relevantes para que isso aconteça, são eles os princípios da inclusão, as dimensões dos conteúdos (conceituais, procedimentais e atitudinais) e os temas transversais, tudo isso sem perder de vista o seu papel de integrar o cidadão na esfera da cultura corporal (DARIDO, 2001).

### 3. CONCEITO E CARACTERÍSTICAS DA APTIDÃO FÍSICA VOLTADA A SAÚDE

O conceito de saúde veio evoluindo ao longo dos séculos e a depender de qual concepção este seja analisado (científica, religiosa ou filosófica) pode alterar bastante em decorrência da conjuntura social, econômica, política e cultural, pois saúde não representa a mesma coisa para todas as pessoas. O mesmo podemos dizer sobre o conceito de doença, já que houve época em que atitudes consideradas normais nos dias atuais, como exemplo a masturbação, eram tidas como doenças que deveriam ser diagnosticadas e tratadas muitas vezes de maneiras severas, como imobilização do "paciente" e até aplicação de choque através de aparelhos elétricos e em casos extremos chegando a amputação da genitália (SCLIAR 2007).

Segundo Sciliar (2007), por um longo tempo as doenças ficaram vinculadas a um sinal de punição divina devido a desobediência a algum mandamento e esta revelavam o pecado em sua maioria na forma visível, durante a idade Média europeia a forte influência da religião cristã fez com que essa ideologia ficasse mais forte, como se o resultado do pecado fosse a doença e a cura só aconteceria através da fé. Somente no século XVII com o início da modernização essa concepção religiosa mudou, René Descartes começou com a teoria que o corpo funciona como uma máquina desenvolvendo assim a anatomia e afastando a concepção religiosa da doença ligando a localização nos órgãos.

Somente após o fim da Segunda Guerra Mundial, no final dos anos 1940 e com a criação da Organização das Nações Unidas (ONU) e da Organização Mundial de Saúde (OMS) que se foi possível chegar a um conceito sobre saúde que englobasse todos os aspectos da vida humana. Divulgado na carta de princípios no dia 7 de abril de 1948, data que ficou conhecida como Dia Mundial da Saúde, este conceito diz que "saúde é o estado do mais completo de bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade". Esse conceito da OMS acabou gerando algumas críticas devido a sua amplitude como se a saúde fosse algo inatingível e impossível de ser alcançado (SCLIAR 2007).

De acordo com Sciliar (2007), ciente dessas críticas e da dificuldade para que o conceito de saúde fosse alcançado, a OMS na Conferência Internacional de Assistência Primária à Saúde realizada na cidade Alma-Ata (atual Cazaquistão), em

1978, estruturou os serviços que prestam os cuidados primários de saúde visando assim que a mesma seja alcançada através de medidas que não envolvam apenas técnicas e normas. Devido a isso, hoje em dia a atenção primária da saúde se faz através da sua promoção, ou seja, o aumento da capacidade individual e coletiva dos cidadãos para conduzirem suas vidas em relação aos diversos fatores que condicionam a saúde, sejam esses fatores físicos, psicológicos, sociais ou em qualquer outra esfera da vida humana (BACKES *et al* 2009).

Segundo Araujo e Araujo (2000), uma das maneiras de promover saúde é através da prática de atividades físicas, que devem ser incentivada pelas Políticas Públicas, isso ajuda o estado e o próprio cidadão no fator econômico, já que uma população fisicamente ativa tende a reduzir os custos com problemas de saúde, além de proporcionar ao cidadão o direito de estar ativo fisicamente melhorando assim o seu fator social, para isso a atividade física precisa estar presente no cotidiano das pessoas, na cultura popular, nos tratamentos médicos e na educação básica.

Já Ferreira (2001) cita que para alguns autores uma importante ação pública na área da Saúde Pública voltada a atenção primária é o incentivo dos exercícios físicos devido aos benefícios que a prática regular e bem orientada dos exercícios físicos podem trazer na vida do cidadão, que vão desde a redução e diminuição de risco e distúrbios cardiovasculares; fortalecimentos de músculos, articulações e ossos; a melhoria da flexibilidade e da força muscular que reduzem as dores nas costas até benefícios na esfera psicológica como redução da depressão e ansiedade.

Mas o que diferenciam atividade física e exercício físico, de acordo com Araujo e Araujo (2000), é a intenção da realização do movimento, sendo que a definição apresentada pelo Manifesto do Cirurgião Geral dos Estados Unidos (1996 apud. ARAUJO & ARAUJO 2000) para atividade física é qualquer movimento corporal que venha promover um gasto energético acima dos níveis de repouso, isto inclui as atividades diárias, desde vestir-se até atividades de lazer. Já o exercício físico pode ser considerado como uma prática dentro da atividade física que é estruturada e planejada para ser feita repetidamente, como sendo seu principal propósito a melhoria da aptidão física ou a manutenção da mesma.

Mas conforme Ferreira (2001), alguns autores relatam que o desenvolvimento da aptidão física não corresponde a uma melhoria do status de saúde necessariamente. Porém, segundo Marques e Gaya (1999), a aptidão física quando relacionada à saúde deve ultrapassar a dimensão da perspectiva tradicional, ou seja, não ficar apenas no âmbito cardiorrespiratório ou com a capacidade de resistência, como se priorizava nos anos 1970 e 1980, mas sim sobre uma abordagem multivariada de perspectiva de objetivos, deixando de lado a maneira isolada de exercitar a flexibilidade, força, resistência aeróbica etc e trazendo a relação e as interações que ocorrem entre esses vários marcadores, a qual possibilita assim uma melhoria ou a homeostase do status de saúde através da aptidão física.

Dentro deste mesmo contexto Guedes (1996), na sua definição de aptidão física foge do conceito tradicionalista e diz que aptidão física é a vitalidade que permite a cada indivíduo um estado dinâmico de energia que vá além da realização das tarefas do cotidiano, das ocupações ativas das horas de lazer e para enfrentar emergências imprevistas sem fadiga excessiva, mas também evita o surgimento de diminuição da atividade funcional, durante o funcionamento em um aumento da capacidade intelectual e sentindo uma alegria de viver. Seguindo essa mesma linha de raciocínio Araujo e Araujo (2000), relatam que a aptidão física voltada para a saúde abrange a valorização das variáveis fisiológicas além da capacidade de realizar esforços físicos sem fadiga excessiva, com isso, garantindo a sobrevivência de pessoas em boas condições orgânicas no meio em que habitam.

Portanto para Ferreira (2001), o exercício físico pode contribuir positivamente para a saúde do praticante, melhorando a aptidão física quando este transfere qualidades funcionais a serem trabalhadas constantemente até a chegada de um nível ideal. E como foi citado acima, o exercício físico pode ser considerado um grupo da atividade física, portanto, isso significa que, tanto exercícios físicos quanto atividades físicas podem contribuir positivamente para a melhoria ou a manutenção da saúde do indivíduo.

#### **4. SAÚDE RENOVADA E O PAPEL DO PROFESSOR NESTA ABORDAGEM**

A Educação Física segundo Nahas (1992), como componente curricular tem a responsabilidade de contribuir para o desenvolvimento motor e a aptidão física para o bem-estar e saúde dos discentes, levando em consideração a diversidade de objetivos de curto e longo prazo que modificam-se de acordo com o ano de ensino. Para os jovens do ensino médio Nahas propõe que a prioridade seja a "educação para aptidão física e saúde", com objetivo de ensinar os conceitos fundamentais sobre a relação atividades físicas, aptidão física e saúde tornando os discentes indivíduos independentes sobre esses temas e predispostos a terem um estilo de vida mais ativo.

De acordo com Darido (2004), um estilo de vida de baixa atividade física na adolescência tende a ser mantido na idade adulta. Nesse sentido, se faz necessário que a prática das atividades físicas seja implantada o mais cedo possível. No ambiente escolar esse estilo deve ser implementado no ensino infantil com brincadeiras que estimulem as capacidades psicomotoras das crianças e esses estímulos devem ser reforçados ao longo dos anos seguindo os princípios fundamentais para um programa de atividade física. Na fase final da educação básica o ensino médio, na qual os jovens estão começando a fase adulta, deve priorizar atividades que façam refletir sobre a saúde e conscientizar sobre as escolhas que venham a tomar e das consequências que essas podem acarretar ao longo da sua vida.

A Educação Física pode ser considerada uma grande incentivadora para o aumento da atividade física, além de um veículo para a promoção da saúde através do processo educacional, com orientações adequadas e elaboração de programas de atividade física diversos e apropriados que auxiliem na aptidão física e com o intuito de promover a educação da saúde do aluno. Para tal objetivo ser alcançado os conceitos fisiológicos e a composição da aptidão física além dos benefícios da atividade física devem se tornar objetivos das aulas de Educação Física. (BÖHME 1994)

No âmbito escolar é inapropriado promover a saúde de forma direta, devido ao pouco tempo de duração das aulas, além da frequência semanal que é

insuficiente para que possam ocorrer modificações fisiológicas em relação ao benefício da aptidão física. Mas isso não impede que o objetivo seja alcançado de maneira indireta com uma educação voltada para a autonomia, que irá proporcionar a escolha de atividades e estilo de vida que alcancem estes objetivos, além de quebrar mitos e lendas que envolvem a atividade física de acordo com o senso comum. (PIRES 2008)

Pensando nisso, Guedes (1999), relata que se faz necessário relacionar de maneira direta a educação com a saúde, visando assim diminuir os hábitos de vida não saudáveis, principalmente no que diz respeito a prática de atividade física. Nesse momento entra a atuação do professor de Educação Física que deve estar ciente dessas informações, para assim planejar suas aulas de uma maneira que estimule a prática de atividades físicas fora do ambiente escolar, com conhecimento para que essa prática venha a ser benéfica para a saúde e conscientize os mesmos sobre a manutenção das atividades físicas e os benefícios que a mesma pode trazer para a sua saúde.

Darido (2004) sugere que o professor inclua algumas características nas aulas de Educação Física para que haja uma manutenção a longo prazo da prática de atividade física, como: proporcionar durante as aulas momentos prazerosos, de forma que a atividade se torne mais agradável possível; proporcionar um ambiente no qual possa haver o desenvolvimento de novas amizades; trabalho em grupo evitando conflitos desnecessários entre a turma; atividades leves ou moderadas sem que se exija muita capacidade técnica ou habilidade dentre outros fatores. Essas características somadas com a automotivação e experiências positivas podem ajudar ainda mais na manutenção das atividades.

A principal meta dos programas de Educação Física relacionados à saúde é a fundamentação teórica e práticas que possam direcionar os discentes a adquirir este conhecimento, desta forma é possível fazer com que haja uma modificação no comportamento dos mesmos. Mas para tal mudança ocorrer é necessário e de suma importância que haja informações suficientes para que os mesmos possam esclarecer o "por que" e "como" praticar atividade física e não simplesmente praticar por praticar. (GUEDES 1999)

Devide (1996) relata que na Educação Física Escolar apenas mostrar aos discentes os benefícios orgânicos da prática da atividade física pode ser ineficaz para que os mesmos alterem seu estilo de vida. Então é papel do professor despertar a vontade de mudança e o prazer pela prática das atividades físicas, considerando que estes motivos podem não ser os mesmos para todos. O professor deve estar ciente e compreender isto, além de ser um motivador em todos os momentos fazendo com que os discentes não percam a satisfação e o prazer nas atividades.

O prazer e o conhecimento tem um valor bastante limitado em relação à prática da atividade física se os docentes não estiverem interessados sobre os aspectos vinculados ao corpo em movimento. Então a Educação Física Escolar tem o papel de garantir a aprendizagem das atividades corporais produzidas pela cultura, fazendo com isso que os discentes possam reconhecer a importância do movimento, além de adquirir conhecimento para se expressar através dos seus corpos, dos seus movimentos e do estilo de vida que escolherem. (DARIDO 2004)

Para alcançar esses objetivos, as aulas de Educação Física não podem estar exclusivamente relacionadas ao desporto, seja ela na dimensão procedimental (fundamentos básicos e técnicas) ou conceitual (histórico e regras). São necessários que outros conteúdos sejam desenvolvidos durante as aulas tendo assim uma diversidade maior de conteúdos, mas isso não quer dizer que deve abandonar o desporto e sim que se deve modificar a maneira de ensiná-lo tirando a prioridade do domínio das técnicas e regras e as transferindo para as informações que ajudem os discentes a realizarem tais atividades com segurança e eficiência. (FERREIRA 2001)

De acordo com Derive (1992), durante as aulas, sejam elas na sala ou na quadra, o professor de Educação Física pode tratar de conteúdos como conceitos e noções básicas de anatomia, fisiologia e nutrição, além de lesões causadas pelo excesso de exercício e a manutenção da saúde através da prática de atividade física, situando assim os discentes no contexto do estilo de vida ativo e saudável. Para que assim os mesmos adquiram uma mínima autonomia para praticar por conta própria as atividades físicas do seu interesse de maneira segura, com qualidade e eficiência.

A falta de fundamentação de maneira consistente quanto aos princípios teóricos provavelmente tem levado os docentes e a sociedade em geral ao desinteresse pela prática de atividade física com relação à saúde. Ciente disso o professor de Educação Física deve adotar estratégias de ensino que envolvam não apenas o aspecto prático, e sim uma abordagem que proporcione os conceitos básicos e condições necessárias para que os discentes possam adotar hábitos saudáveis como a prática da atividade física por toda a vida. (GUEDES 1999)

## **5. REALIDADES E POSSIBILIDADES DE ENSINO DA SAÚDE RENOVADA NO ENSINO MÉDIO.**

Ao longo dos séculos, a metodologia de ensino na educação básica foi baseada num padrão no qual o professor é o detentor dos conhecimentos e os transmite em sala de aula, ensinando aos alunos, que recebem as informações e repassam da maneira exata como a recebeu. Mas isso não significa que o conteúdo foi aprendido, na maior parte isso acontece para satisfazer o professor ou ludibria-lo fazendo acreditar que o conteúdo foi absorvido, mas após as avaliações, os alunos raramente se lembram do que foi ensinado. Já que os conteúdos das avaliações escolares, não são o que a vida do aluno demanda, porém, sim, o que o professor implica (IÇAMI, 2006).

Ainda segundo Içami (2006), nos últimos anos, a Educação perdeu a preferência nos programas políticos, com isso, o sistema escolar entrou em crise, passando a não alcançar mais seus objetivos, sejam esses quais fossem. Isto ocasionou desinteresse dos alunos em aprender e a redução da qualificação dos professores para ensinar, além disto há diversos outros problemas graves. O desrespeito dos alunos para com os professores, que por muitas vezes, tratam-nos como se fossem seus empregados, com isso o relacionamento entre professores e alunos se encontra tão danificado que não é incomum haver conflitos em sala de aula.

Segundo Taille (1996), as escolas em especial as particulares tem adotado um sistema no qual estão buscando diferenciar sua estrutura de ensino, fazendo com que haja um enfoque na comercialização, que vem caracterizando o aluno como cliente e o ensino como um produto a ser vendido. E como na maioria dos casos de conflitos nessa relação de comércio o cliente sempre tem a razão, isto faz com que os alunos percam a vergonha de serem arrogantes, a ponto de não participarem e até mesmo se retirarem das aulas por considerá-las tediosas. E isto independe da qualidade intelectual do componente abordado e/ou do professor.

Para que esses impasses sejam amenizados ou até mesmo resolvidos, faz-se necessário que os professores em atuação deixem de lado a maneira tradicionalista de ensinar, ou seja, deixar de ser o professor que apenas transmite o conteúdo, pois como citado por outros autores (TERRIEN & LOIOLA 2001), esse método não é

tão eficaz. Os professores devem começar a desenvolver novas habilidades para ensinar, promovendo e conduzindo os acontecimentos de aprendizagem, controlando as progressões e sempre fazendo com que o aluno esteja diretamente envolvido durante todo o processo, o que provavelmente terá uma chance maior de captarem do conteúdo. (PERRENOUD, 2000)

Mas a rotina do professor é repleta de situações e circunstâncias que fogem ao conhecimento científico tradicional. Podendo ser a união, a seleção e aplicação de conteúdo, a correlação das metodologias e valores com a faixa etária, a variedade das comunidades na qual atuam ou as características únicas que cada aluno possui, é um trabalho que solicita diversos experimentos. Isto faz com que constantemente os professores baseiem a sua metodologia de ensino no conhecimento empírico que adquirem, produzem e se apropriam ao longo da carreira. Com a intenção de obter ferramentas diversas que os auxiliem de forma que venham a transformar, mobilizar e produzir saberes específicos para cada situação que podem encontrar. (CLARO JR & FILGUEIRAS, 2009)

O professor de Educação Física, além das dificuldades relacionadas a docência, enfrentam outras dificuldades como a ausência de interesses dos alunos seguida a falta de habilidades dos mesmos, que geralmente está ligada a uma limitada vivência motora, juntamente com experiências negativas passadas na prática de alguma atividade física. Isso agregado ao medo de errar, e ficar exposto a situações que possam envergonha-los. Fazendo com que estes rejeitem qualquer novidade e em outros casos, ocorra um distanciamento ainda maior dos alunos as aulas de Educação Física Escolar a ponto de não participarem em nenhuma hipótese. (DARIDO *et al.*,1999)

Em relação a prática pedagógica sustentada na abordagem da Saúde Renovada, uma das dificuldades é que ao longo do tempo vem sendo espalhada a ideia de que as aulas de Educação Física, devem estar ligadas apenas aos aspectos práticos da atividade física, e hoje, para muitos, é extremamente incompreensível uma mudança nesse cenário. Fazendo com que o componente curricular enfrente bastante dificuldade e tenha que estar constantemente se justificando diante da sociedade para explicar sua existência no sistema escolar. (GUEDES & GUEDES, 1997)

Orfei e *et al.* . (2009) citam dois outros fatores que impedem a abordagem da Saúde Renovada de alcançar seu objetivo, um deles é em relação a condição fisiológica, no qual aponta que durante as aulas práticas, as atividades desenvolvidas são insuficientes para ocorrer uma evolução na aptidão física relacionada à saúde já que o esforço físico exigido era de baixa intensidade e curta duração. O outro é em relação a condição didática, já que, o uso do tempo era inadequado, pois os alunos gastavam aproximadamente metade do tempo de aula organizando as atividades, e o restante acontece com prática de esportes competitivos.

Mas segundo Zancha (2013), a maior dificuldade de se trabalhar essa abordagem é a falta de conhecimentos dos professores sobre a mesma, em sua pesquisa o mesmo constatou que 100% da sua amostra não possuía conhecimento da abordagem e que apenas 30% relataram ter ouvido falar algo sobre a temática durante o curso de graduação, mas não souberam explicar sobre o que se tratava. Além de que quando o assunto saúde foi abordado a predominância era na dimensão conceitual dos conteúdos.

Contudo, a abordagem não apresenta somente dificuldades, a mesma possui diversos aspectos positivos que são de suma importância. Um destes é que na infância e adolescência diversas alterações fisiológicas ocorrem no corpo humano, algumas destas podem estar relacionadas com doenças crônico-degenerativas, que devido a hábitos não saudáveis, começam a apresentar sinais e sintomas durante a fase adulta (GILLIAM & MACCONNIE, 1984 *apud* GUEDES 1999). Podemos então concluir que quanto mais cedo hábitos de vida saudáveis forem adotados, menores serão as chances destas doenças manifestarem-se.

A abordagem promove a possibilidade do aluno praticar atividades físicas diversas que ele julgue importante para si, por outro lado, há também um desenvolvimento de ideias lógicas e abstratas, que quando ligadas à análise crítica, possibilita e permite aprofundar em aspectos teóricos, biológicos, socioculturais que são peças fundamentais para a formação do cidadão, que irá fazer uso de forma autônoma e plena das diversas variações da atividade física. Sejam elas relacionadas ao lazer, competição esportiva, bem-estar e saúde. Sendo este o intuito principal da abordagem. (MODENEZE *et al.*, 2009)

Segundo Meireles (2006), a escola é um ambiente de fundamental importância como canal de mudança de comportamento em relação as crianças e adolescentes, já que nesta uma parte do saber pode ser construído de maneira participativa, de forma que venha a auxiliar para as escolhas conscientes, que resultem em comportamentos saudáveis. Ou seja se o aluno ouvir falar sobre os benefícios que a atividade física pode proporcionar ao longo dos anos da educação básica, as chances dele adotar este estilo de vida e evitar qualquer outro que possa vir a fazer mal a sua saúde serão maiores.

Além disso, a atividade física, estabelece uma maior consciência do corpo, possibilita a atuação em grupo e melhora a autoestima. E nem é necessário muita coisa apenas estimular algumas mudanças comportamentais simples como evitar comportamento sedentário com atitudes tais como: ir à pé para a escola, subir escadas, dançar, jogar bola, pular corda, andar de bicicleta ou patins. Orientações alimentares também devem ser estimuladas no cotidiano (ANTONIO & MENDES , 2009), sendo todas temáticas abordadas e esplanadas nas aulas de Educação Física Escolar que tenham como eixo norteador a abordagem Saúde Renovada.

A educação é um processo de aprendizagem extenso, podendo ser dito como infinito. A educação básica é só a fase inicial e não é nela que se esgotarão todas as informações necessárias, o objetivo desta fase é dar subsídios para o amadurecimento das etapas seguintes (GASPARI *et al.* 2006). Nesse contexto as aulas desta abordagem devem estabelecer um objetivo básico voltado a aptidão física relacionado com a saúde, que faça com que os alunos ao terminarem essa etapa tenham conseguido alcança-los.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho procurou reunir material suficiente para dar suporte necessário aos professores de Educação Física que optarem por desenvolver suas aulas com a abordagem da Saúde Renovada, podendo assim contribuir de forma favorável na aptidão física voltada à saúde dos jovens do ensino médio, no intuito de diminuir os níveis alarmantes de sedentarismo e obesidade que a população brasileira vem apresentando.

Para tal, buscou-se expor os benefícios da prática das atividades físicas para o ser humano e a sua vida no cotidiano. De maneira abrangente identificou algumas maneiras que esse conhecimento pudesse ser transmitido a fim de que os alunos possam compreender a importância desta prática e das aulas de Educação Física durante a educação básica. E que após o término da educação formal se tornem seres ativos e críticos da cultura corporal, praticando atividades que sejam capazes de proporcionar mais prazer e satisfação.

Desenvolver esse tipo de pensamento crítico nos jovens é uma tarefa árdua, devido a diversos fatores que foram citados neste texto. Mas não é impossível como também foi demonstrado, é necessário que haja empenho e dedicação por parte do professor para romper as barreiras que por ventura vierem a surgir. Levando assim aos alunos conhecimentos básicos para que comportamentos favoráveis a um estilo de vida saudável sejam adotados.

Afinal o objetivo da Educação Física Escolar é auxiliar na formação de cidadãos com pensamentos críticos sobre a cultura corporal, seja ela desportiva, para lazer ou voltada para a saúde. O movimento faz parte da cultura humana e não pode ser negado em nenhuma etapa da vida e sim estimulado a todo o tempo, pois os benefícios são inúmeros quando feito de maneira responsável e consciente. E é exatamente nisso que se baseia o movimento da aptidão física correlacionado à saúde.

No processo de formulação do trabalho, foi constatado que há uma limitação em encontrar material teórico sobre essa temática e que pouco é abordada nas escolas já que a maioria dos jovens encerram a educação básica com informações

insuficientes ou nenhuma sobre a mesma. Isto faz com que seja necessário propor mais estudos que abordem essa relação da saúde com aptidão física, para que assim os professores possam cada vez mais recursos que auxiliem na sua atuação eficaz perante a sociedade.

Mas mesmo com toda a dificuldade o trabalho conseguiu alcançar seus objetivos através das suas hipóteses preestabelecidas e responder o problema central que o norteava de uma maneira satisfatória, mostrando assim, como o professor de Educação Física pode contribuir na aptidão física para saúde dos jovens do ensino médio, com isso pode demonstrar a importância deste professor na vida desses jovens durante e após o ensino médio, além da importância para a sociedade em geral.

## REFERÊNCIAS

- ANTONIO M. A. R. G. M & MENDES. R. T., Obesidade e qualidade vida da criança e do adolescente. Aplicável. In: Boccaletto, E. M. A.; Mendes, R. T (org). **Alimentação, Atividade Física e Qualidade de Vida dos Escolares do Município de Vinhedo/SP**. Campinas: IPES, 2009. p. 57 - 64
- ARAÚJO, D.; ARAÚJO, C. **Aptidão física, saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adultos**. Rev. Bras. Med. do Esporte. vol.6, nº5, Niterói outubro/2000.
- AZEVEDO, E. S.; SHIGUNOV, V. Reflexões sobre as abordagens pedagógicas em Educação Física. In: SHIGUNOV, V; NETO, A. S. (Orgs.). **A formação profissional e a prática pedagógica**. Londrina: Midiograf, 2001. p. 57-94.
- BACKES, M. T. S. et al. Conceitos de saúde e doença ao longo da história sob o olhar epidemiológico e antropológico. **Rev. enferm. UERJ**, Rio de Janeiro, 2009 jan/mar; 17(1):111-7.
- BETTI. M. **Educação Física e sociedade**. São Paulo: Movimento, 1991.
- BÖHME, M. Aptidão Física: Importância e Relações com a Educação Física. **Revista min. Educ. Fis.**, Viçosa, 2(1):17-25, 1994
- BRACHT. V. A constituição das teorias pedagógicas da educação física. **Cad. CEDES**- vol. 19, n. 48, Campinas, Ago 1999
- CERVO, A. L.; BERVIAN, P. A. A pesquisa: noções gerais. In: **Metodologia Científica: para uso dos estudantes universitários**. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil, 1976. cap. 3, p. 65-70.
- CLARO JR, R.; FILGUEIRAS, I. Dificuldades de gestão de aula de professores de Educação Física em início de carreira na escola **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte** – Volume 8, número 2, 2009
- DARIDO *et al.* Educação Física no Ensino Médio: Reflexões e Ações **MOTRIZ** - Volume 5, Número 2, Dezembro/1999

DARIDO, S. A educação física na escola e o processo de formação dos não praticantes de atividade física. **Rev. Bras. Educ. Fís. Esp.**, São Paulo, v.18, n.1, p.61-80, jan./mar. 2004.

DARIDO, S. **Os conteúdos da Educação Física escolar**. Educação Física na escola. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 64-79, 2005.

DARIDO. S. **Perspectivas em Educação Física Escolar**. Niterói, v. 2, n. 1 (suplemento), 2001.

DEVIDE, F. Educação Física e Saúde: em busca de uma reorientação para a sua práxis. **Movimento** - Ano III - Nº 5 - 1996/2

FERREIRA, M. S. Aptidão física e saúde na educação física escolar: ampliando o enfoque. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**, v. 22, n. 2, p. 41-54, jan. 2001.

GASPARI. T. C. *et. al*, A realidade dos professores de educação física na escola: suas dificuldades e sugestões, **R. Min. Educ. Fís.**, Viçosa, v. 14, n. 1, p. 109-137, 2006

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

GUEDES DP. Atividade física, aptidão física e saúde. In: Carvalho T, Guedes DP, Silva JG (orgs.). **Orientações Básicas sobre Atividade Física e Saúde para Profissionais das Áreas de Educação e Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde e Ministério da Educação e do Desporto, 1996.

GUEDES, D. Educação para a Saúde Mediante Programas de Educação Física Escolar. **Rev. Motriz** - Volume 5, Número 1, Junho/1999.

GUEDES, D.P. & GUEDES, J.E.R.P. Associação entre variáveis do aspecto morfológico e desempenho motor em crianças e adolescentes. **Revista Paulista de Educação Física**, vol. 2, n. 10, p. 99-112, 1996.

GUEDES, J.E.R.P. & GUEDES, D.P. Características Dos Programas De Educação Física Escolar **Rev. paul. Educ. Fís.**, São Paulo, 11(1):49-62, jan./jun. 1997

GUEDES, D. Educação para a Saúde Mediante Programas de Educação Física Escolar. **Rev. Motriz** - Volume 5, Número 1, Junho/1999.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. Pesquisa Bibliográfica. In: **Metodologia do trabalho científico**. 2.ed. São Paulo: Atlas, 1987. cap. 2, p. 44-79.

MARQUES, A. T.; GAYA, A. ATIVIDADE FÍSICA, APTIDÃO FÍSICA E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE: ESTUDOS NA ÁREA PEDAGÓGICA EM PORTUGAL E NO BRASIL. **Rev. paul. Educ. Fís.**, São Paulo, 13(1): 83-102, jan./jun. 1999

MEIRELES, R. H. S. **Controle do Tabagismo**. **Jornal Brasileiro de Pneumologia**, São Paulo, v.32, n.1, p.2-3, 2006.

MODENEZE, D. M., Qualidade de Vida & Educação Física: Uma perspectiva Real e Aplicável. In: Boccaletto, E. M. A.; Mendes, R. T (orgs). **Alimentação, Atividade Física e Qualidade de Vida dos Escolares do Município de Vinhedo/SP**. Campinas: IPES, 2009. p. 71 - 80

NAHAS, M. V.; CORBIN, C. B., Educação para a aptidão física e saúde: justificativa e sugestões para implementação nos programas de educação física, **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, 6(3):14-24, jul. 1992

ORFEI, J. M.; TAVARES, V. P. Promoção da saúde na escola através das aulas de Educação Física. In: Boccaletto, E. M. A.; Mendes, R. T (orgs). **Alimentação, Atividade Física e Qualidade de Vida dos Escolares do Município de Vinhedo/SP**. Campinas: IPES, 2009. p. 81 - 88

Organização Mundial de Saúde. **Constituição da Organização Mundial da Saúde**. Nova Iorque, Julho de 1946. Disponível em: <<http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>>. Acessado em: 15 jun. 2016.

Organização Mundial de Saúde. **Relatório Mundial de Saúde 2008: Cuidados de Saúde Primários: Agora Mais Que Nunca**. Lisboa. 2008. Disponível em: <[http://www.who.int/whr/2008/whr08\\_pr.pdf](http://www.who.int/whr/2008/whr08_pr.pdf)>. Acessado em: 15 jun. 2016.

PERRENOUD, P. **Dez novas competências para ensinar: convite à viagem**. Porto alegre: Artmed, 2000.

PIRES, B. R. Atividade física em promoção a saúde: uma proposta sobre o conhecimento no âmbito escola, <http://www.efdeportes.com/> **Revista Digital**, Buenos Aires, ano 13, nº 121, junho de 2008

PORTAL BRASIL. **Diagnóstico Nacional do Esporte mapeia atividade física**. Disponível em: <<http://www.brasil.gov.br/esporte/2015/06/diagnostico-nacional-do-esporte-mapeia-atividade-fisica-no-pais>>. Acessado em 29 de setembro 2016.

PORTAL BRASIL. **Obesidade atinge mais da metade da população brasileira, aponta estudo**. Disponível em: <<http://www.brasil.gov.br/saude/2013/08/obesidade-atinge-mais-da-metade-da-populacao-brasileira-aponta-estudo>>. Acessado em 29 de setembro de 2016.

SCLIAR, M. História do Conceito de Saúde. **PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 17(1):29-41, 2007

TAILLE, Y. L. A indisciplina e o sentido de vergonha. In: Aquino, J. G. (org). **Indisciplina na escola: Alternativas Teóricas e práticas**. São Paulo: Summus. 1966.

TERRIEN, J; LOIOLA. F. A. Experiência e competência no ensino: pistas de reflexões sobre a natureza do saber-ensinar na perspectiva da ergonomia do trabalho docente. **Educação & Sociedade**, ano XXII, nº 74, Abril/2001

TIBA, I. **Ensinar aprendendo : novos paradigmas na educação** / Içami Tiba. — 18. ed. rev. e atual. — São Paulo : Integrare Editora, 2006

ZANCHA. D *et al*. Conhecimento dos professores de educação física escolar sobre a abordagem saúde renovada e a temática saúde. **revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 11, n. 1, p. 204-217, jan./mar. 2013.