



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA- UEPB  
PRÓ-REITORIA DE ENSINO MÉDIO, TÉCNICO E À DISTÂNCIA  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA PARFOR**

**RUTH MAURINETE RAMALHO DE SOUSA VIEIRA**

**DISCUTINDO A PROMOÇÃO DE SAÚDE NA EDUCAÇÃO FÍSICA  
ESCOLAR**

**CAMPINA GRANDE- PB**

**2024**

RUTH MAURINETE RAMALHO DE SOUSA VIEIRA

**DISCUTINDO A PROMOÇÃO DE SAÚDE NA EDUCAÇÃO FÍSICA  
ESCOLAR**

Trabalho de Conclusão de Curso, na forma de artigo apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Licenciada em Educação Física

**Orientadora:** Prof.<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Dóris Nóbrega de Andrade Laurentino

**CAMPINA GRANDE- PB**

**2024**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

V657d Vieira, Ruth Maurinete Ramalho de Sousa.  
Discutindo a Promoção de Saúde na Educação Física Escolar [manuscrito] / Ruth Maurinete Ramalho de Sousa Vieira. - 2019.  
18 p.  
  
Digitado.  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação EAD em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, EAD - Campina Grande, 2021.  
"Orientação : Profa. Dra. Dóris Nóbrega de Andrade Laurentino, Coordenação do Curso de Licenciatura em Educação Física - CCBS."  
1. Educação física. 2. Promoção de saúde. 3. Saúde na escola. I. Título

21. ed. CDD 796

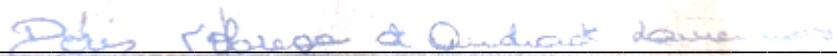
RUTH MAURINETE RAMALHO DE SOUSA VIEIRA

**DISCUTINDO A PROMOÇÃO DE SAÚDE NA EDUCAÇÃO FÍSICA  
ESCOLAR**

Trabalho de Conclusão de Curso, na forma de artigo apresentado ao curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento às exigências para obtenção do grau de licenciada em Educação Física.

Aprovada em: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_.

**BANCA EXAMINADORA**

  
Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Dóris Nóbrega de Andrade Laurentino (Orientadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

  
Prof. Dr. Divanalmi Ferreira Maia (Examinador)  
Faculdades Integradas de Patos (FIP)

  
Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Regimênia Maria Braga de Carvalho (Examinadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

## **AGRADECIMENTOS**

Deus,

Agradeço a Deus, por todo meu amanhecer e anoitecer, pela minha vida, e por me guiar diante de todos os obstáculos vencidos e objetivos alcançados até o momento, por ter me dado saúde e força para superar todas as dificuldades.

Aos Familiares,

Aos meus pais e irmãos por todo incentivo, amor e apoio incondicional. Ao meu filho por me encorajar na busca de traçar novos caminhos do conhecimento me tornando educacionalmente melhor.

Aos Mestres,

Agradeço a todos professores por me proporcionar o conhecimento não apenas racional, mas a manifestação do caráter e afetividade da educação no processo de formação profissional, que se dedicaram a mim, não somente por terem me ensinado, mas por sua vez, por terem me feito aprender. Meu carinho e gratidão nunca serão suficientes para retribuir por tudo que fizeram por minha formação educacional e profissional, meus eternos agradecimentos sempre.

Agradeço a CAPES pelo oferecimento do Curso de Graduação em Educação Física, a partir do Programa Nacional de Formação de Professores – PARFOR, através do convênio com a UEPB.

Aos colegas de turma,

A vocês, colegas e amigos, um especial agradecimento por terem feito parte desta luta, por terem me apoiado, pois sem vocês eu não teria chegado

até aqui. A todos desejo as maiores felicidades e muito sucesso, e de coração desejo que a vida nunca nos afaste totalmente uns dos outros.

A todos meus muito obrigado!

*Dedico a todos que contribuíram para a  
aquisição dos meus conhecimentos.*

*“Educação Física ensina através do corpo o que você não é capaz de dizer com palavras ou explicar em números”.*

**Grazielle Dias**

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

OMS Organização Mundial da Saúde

## RESUMO

Quando nos referimos à promoção de saúde diversos fatores tornam-se atuantes para uma vida com qualidade em todos os aspectos que a compõem, de maneira que vem contribuir para melhoria através de práticas saudáveis para vida de maneira qualitativa. A atividade física aliada a uma alimentação equilibrada são determinantes para um estilo de vida saudável. A promoção de um estilo de vida favorável à saúde vem sendo discutida cada vez mais cedo dentro do ambiente escolar, fazendo com que as aulas de Educação Física e o profissional que a ministra seja estimulador para a educação de novas práticas comportamentais, psicológicas e sociais, promovendo-se como mediador para as atividades desenvolvidas durante as aulas de Educação Física e os diversos benefícios que por elas são proporcionadas. O presente artigo reflete como ponto principal a importância da Educação Física na atuação da promoção de saúde dos educandos, as multifuncionalidades das atividades físicas e a valorização e reconhecimento do profissional de Educação Física como agente perspicaz numa perspectiva na busca da promoção de saúde. Após o estudo realizado foi perceptível evidenciar o quanto as práticas educacionais e pedagógicas dentro das aulas de Educação Física favorecem o desenvolvimento dos discentes de maneira a contribuir nas suas práticas escolares e cotidianas, visto que a adoção dessas práticas venham dá-lhes condições de atuação de maneira reflexiva, crítica, e adequada para suas vidas.

**Palavras-chave:** Educação Física. Escola. Promoção de Saúde.

## ABSTRACT

When we refer to health promotion, several factors become activating for a quality life in all its aspects, that it consists in a way that contributes to improvement through healthy practices for life in a qualitative manner. Physical activity combined with a balanced diet are crucial for a healthy lifestyle. The promotion of a lifestyle favorable to health has been discussed at an earlier age in the school environment, making Physical Education classes and the professional who ministers to be a stimulant for the education of new behavioral, psychological and social practices, promoting itself as a mediator for the activities developed during Physical Education and the various benefits that are provided by them. This article reflects as its main point the importance of Physical Education in the performance of health promotion of students, the multifunctionalities of physical activities and the appreciation and recognition of the Physical Education professional as a perceptive agent in a perspective in the pursuit of health promotion. After the study it was noticeable how much the educational and pedagogical practices within the Physical Education classes favor the development of students in order to contribute to their school and daily practices, since the adoption of these practices will give them conditions of performance. reflective, critical, and appropriate way for their lives.

**Keywords: Physical Education. School. Health Promotion.**

# SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO .....	10
2 DISCUTINDO A PROMOÇÃO DA SAÚDE NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR.....	12
2.1 Conceituando Saúde .....	12
2.2 Escola na atuação da Promoção de saúde.....	13
2.3 Alimentação e Saúde na Escola .....	14
2.4 Educação Física e o Contexto de Saúde na Escola .....	15
2.5 A importância do Profissional de Educação Física na Escola .....	17
2.6 Educação Física Escolar com foco na Promoção de Saúde: Algumas Experiências.....	19
3 CONCLUSÃO .....	22
REFERÊNCIAS .....	24

## 1 INTRODUÇÃO

A promoção de saúde caracteriza-se como aspecto desafiador principalmente quando se refere às crianças e aos adolescentes, pois a população prioriza principalmente aspectos voltados ao desenvolvimento social, educacional e econômico, esquecendo que ao se tratar de saúde deve ser entendida de uma forma ampliada.

É na quebra desse paradigma que a Educação Física juntamente com a escola podem contribuir ativamente para despertar nos educandos que ser saudável está muito além do que ter um poder aquisitivo econômico, uma instrução educacional ou uma posição influenciável na sociedade, e sim, um equilíbrio de todos os meios que influenciam sua vida cotidianamente, que venham proporcionar efeitos benéficos para o bem comum e social.

A promoção de saúde deve ser buscada a partir da infância, onde vai ser dando continuidade na adolescência e assim por diante, essa busca são consideradas desafiadoras pois estão interligadas como o meio social existente e aquilo que vem contribuindo para sua vivência educacional abrangendo todos os aspectos apresentados como qualidade de vida, sistema de saúde predominante, educação familiar, convívio social e o desenvolvimento psicossocial, e suas contribuições a serem atribuídas para o meio em que vive, tornando somadores na busca de conhecimentos que levem a viver com qualidade, na aquisição de hábitos saudáveis.

O mundo moderno trouxe consigo diversas facilidades, como o acesso a incontáveis meios de informações por meio das tecnologias que são aperfeiçoadas diariamente. Em contrapartida essa facilidade vem deixando o ser humano acomodado, em outras palavras inativo, ou seja, sedentário. O sedentarismo tornou-se um problema de saúde pública, pois existe uma diversidade de patologias que são adquiridas através da falta da prática de atividade física que cada vez mais cedo está atingindo todos os públicos de crianças até a terceira idade. Facilidades como jogos eletrônicos, redes sociais, e outras possibilidades de entretenimento agregados à falta de liberdade ou de

espaços para lazer estimulam as crianças a ficarem em casa tornando-se cada vez mais sedentários. O principal risco dessa infância sem atividade física é que futuramente pode fazer com que eles tenham menor expectativa de vida. A prática de atividade física na escola além de garantir uma melhora no desempenho dos estudos, o desenvolvimento de novas atividades motoras, a mudança da vida sedentária, traz consigo hábitos que podem ser instaurados por toda sua vida.

A Educação Física e sua junção como o ambiente escolar, sendo considerada componente curricular na proposta pedagógica da escola são de fundamental importância como agente transformador, voltadas para a prática de novos hábitos influenciadores para promoção da saúde escolar e do meio social que a rege, educando e sensibilizando para priorização do cuidado com o corpo em todos os aspectos e que esse cuidado deve estar vinculado a prática cotidiana de atividade física com a associação de uma alimentação qualitativa obterá como resultado a melhora do rendimento durante as aulas e a prevenção e combate a patologias.

Os professores juntamente com a instituição de ensino apresenta capacidade na promoção de mudanças em diversas maneiras comportamentais dos educandos e o meio pelo qual está inserido. Isso ocorre porque a escola ocupa grande parcela da vivência dos educandos, esses comportamentos podem ser modificados através da exposição e experiência das possibilidades proporcionadas pelo conhecimentos de novas práticas de hábitos saudáveis aproveitadas pelas aulas teórico-prática de Educação Física.

*No âmbito da Intervenção do Profissional de Educação Física, a atividade física compreende a totalidade de movimentos corporais, executados no contexto de diversas práticas: ginásticas, exercícios físicos, desportos, jogos, lutas, capoeira, artes marciais, danças, atividades rítmicas, expressivas e acrobáticas, musculação, lazer, recreação, reabilitação, ergonomia, relaxamento corporal, ioga, exercícios compensatórios à atividade laboral e do cotidiano e outras práticas corporais.” (CONFEEF, 2002, apud SANTOS, 2009. p. 34).*

A aula de Educação Física tem um poder fundamental na importância na qualidade de vida de seus alunos, vindo a mostrar o papel da prática de atividade

física na melhoria da qualidade de vida da escola, tendo expressão em seu cotidiano, e ainda por vez refletindo em outras áreas de sua vivência.

É nessa perspectiva que o presente artigo visa tratar por meio de pesquisas realizadas a importância da Educação Física atuante na promoção e saúde, por meio de aulas voltadas à prática de diversas atividades como esporte, dança; jogos, brincadeiras e assim por diante. E que, por meio dessas aulas seja observado um novo olhar para a elaboração, desenvolvimento e promoção de uma vida que pode ser considerada feliz. E que o espaço escolar é um campo para novas possibilidades, que vem a se tornar pontos construtivos, que vem a ser atuado na qualidade de vida dos seus educandos.

## **2 DISCUTINDO A PROMOÇÃO DA SAÚDE NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

### **2.1 Conceituando Saúde**

Anteriormente tínhamos como conceito de saúde apenas a ausência de doenças, ou seja, o ser humano era considerável saudável quando não apresentava patologias. Essa era uma das teorias defendidas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) produzida em 1946, passados 70 anos esse conceito vem sofrendo modificações tornando-se mais complexo e amplo quando refere-se a saúde.

*“Um estado de completo bem estar físico, mental e social e não consiste apenas na ausência de doenças ou de enfermidades”. (Documento da OMS Organização Mundial da Saúde)”*

Dessa maneira vimos que a promoção de saúde está relacionada a um estado de bem estar que tem que ser apresentada de maneira coletiva, ou seja, para o benefício de todos sem que haja prejuízo para qualquer indivíduo. Por isso que a compreensão de saúde é de extrema importância, pois para se

considerar saudável o ser humano tem que apresentar bem estar físico, mental e social, a junção desses aspectos caracteriza-se a obtenção da saúde.

Na atualidade ao referirmos a saúde é necessário observar o ser humano de maneira integral, suas ações, emoções, experiências vividas, que vai muito além de sua estrutura física.

*“Os vocábulos de saúde e qualidade de vida quase sempre se confundem, e apontam para a definição de saúde utilizada pela OMS como sendo uma condição de bem-estar não só do corpo, mas também espiritual, psicológico e social, compreendido entre boas relações com outras pessoas e com o meio ambiente, sendo que, segundo os autores definiriam bem a qualidade de vida” (MENDES & LEITE, 2004).*

Desta forma passa a ser entendido que estar saudável é apresentar domínio de si e de tudo que está em volta, tendo autoconhecimento de seus valores e limitações assim podendo ter possibilidade de tomar posse de sua própria vida. Por isso ser saudável é tornar-se agente transformador, atuando de maneira que venha contribuir para os aspectos sociais, físicos, emocionais e interpessoais no contexto geral da sociedade.

## 2.2 Escola na atuação da Promoção de saúde

As ações na Educação voltadas para saúde no Brasil deu seu ponto de partida em meados do século XIX no período republicano do país em que o ensino estava vinculado as práticas comportamentais, onde buscava a visão da concepção do comportamento humano e suas práticas de hábitos que naquela época eram considerados saudáveis.

*As práticas educativas em saúde tendem a reduzir-se a atividades preventivas de cunho meramente coercitivo (LEONELLO, & L'ABBATE, 2006).*

Já no século XX a educação em saúde começou apresentar algumas mudanças, as experiências foram iniciadas a partir da infância, onde as práticas pedagógicas eram de caráter individualistas focadas na mudanças de comportamento e atitudes, sem ao menos considerar a realidade pela qual a criança estava inserida.

Na atualidade o contexto temático de saúde na escola vinculou-se a Órgãos Internacionais tendo como principais a (Organização Mundial da Saúde) OMS e a UNESCO verificando sua importância em caráter mundial. A escola é considerada um espaço que favorece a aquisição de diversos conhecimentos e experiências, pois os educandos passam grande parte de seu dia, é nessa perspectiva que pode-se desenvolver variados projetos que venham possibilitar a aquisição e desenvolvimento de práticas voltadas à saúde influenciando beneficentemente, descobrindo os fatores que estão vinculados a qualidade de vida.

A promoção de saúde na escola visa aspectos de condicionamentos políticos, sociais, econômicos, culturais e ambientais que venham deliberar recursos que proporcionem o desenvolvimento das práticas de hábitos saudáveis que possam contribuir para constituição da produção individual e coletiva da saúde no ambiente escolar, e que esses hábitos sejam utilizados na sua vivência cotidianamente.

### 2.3 Alimentação e Saúde na Escola

Para o funcionamento fisiológico do organismo é necessário o consumo de nutrientes para que os sistemas do corpo possam exercer as atividades funcionais do organismo, por isso é importante o consumo de alimentos ricos nutricionalmente de maneira equilibrada, tendo em vista a necessidade diária de cada indivíduo.

Infelizmente a sociedade vem se alimentando de maneira equivocada, consumindo produtos industrializados e ultra processados que vem acarretando diversos problemas de saúde, sendo observados a partir da infância, dando prosseguimento durante a vida adulta. Os pais que ao invés de educar nutricionalmente seus filhos, priorizam a facilidade na utilização, ou seja, prontos para serem consumidos, não levando em conta os malefícios que esse tipo de alimentos podem ocasionar a saúde de suas crianças, que tendem a crescer com deficiências nutricionais, podendo a vir desenvolver patologias precocemente.

Atualmente o tema alimentação saudável representa grande importância que tornou-se um veículo que aliado a prática de atividade física atua na prevenção e no combate às doenças que abrangem grande parte da população, como principalmente, o aumento no índice de obesidade e sua ligação direta com a prática dos maus hábitos alimentares, sendo impulsionado pelo sedentarismo.

Tendo em vista isso a escola pode atuar de maneira eficaz para a adoção de novos hábitos alimentares na vida dos educandos, desenvolvendo projetos que busquem dentro da realidade, o conhecimento de uma base alimenta, os componentes químicos que a compõem; a atuação no funcionamento do organismo e os benefícios proporcionados para a saúde. E além disso podendo envolver através de práticas pedagógicas aliadas com as aulas de Educação Física o despertar para um conceito voltado para saúde e qualidade de vida.

#### 2.4 Educação Física e o Contexto de Saúde na Escola

A Educação Física tem como um dos objetivos promover através de suas aulas teóricas e práticas o desenvolvimento psicomotor das crianças dando-lhes possibilidades de aquisições e aprimoramentos da consciência na realização de atividades que poderão auxiliar no seu cotidiano, principalmente dentro do âmbito escolar, visto que a escola atua com eficácia na realização desenvolvimentista dessas práticas.

A Educação Física como vem sendo trabalhada na grande maioria das escolas, numa perspectiva de discussão sobre a importância de incrementar hábitos que venham a contribuir a prática de uma vida mais saudável, indo em contrapartida com doenças que venham a prejudicar no desenvolvimento físico, social e psicológica dos educandos é um diálogo possível e permanente.

*Observou que a Educação Física escolar frequentemente se apresenta como a educação do*

*ou através do físico, mas ela deveria ser também a educação sobre (ou para) o físico. Ou seja, a educação sobre como manter o corpo em condições ideais para melhorar a qualidade e quantidade de vida deve ser considerada tão relevante quanto os ensinamentos de habilidades dos jogos esportivos, que muitas vezes não são mais praticados quando terminados os dias escolares. (SLEAP apud MAITINO, 1998)*

A Educação Física escolar tem que apresentar de maneira disciplinar, eficaz, dentro do contexto pedagógico o trabalho que pode vir ser desenvolvido durante as práticas escolares buscando de maneira a conscientizar e a vivenciar a importância da prática do conhecimento relacionado ao objetivo das aulas de educação Física que, por sua vez, atua na busca da prática de maneira qualitativa da atividade física e que essa prática possam beneficiar não só o agora, mas que venha influenciar positivamente para um futuro de qualidade quando pensado em saúde; visto que as aulas de Educação Física não sejam vistas apenas como a prática de modalidades esportivas, mas sim como maneira de promoção de hábitos saudáveis que exercer influências positivas em suas vidas.

*Guedes e Guedes (1999) apontam a existência de um fundamento lógico, racional, para atribuir-se a Educação Física escolar outro eixo de interesse, qual seja o da educação para promoção de saúde, em superação ao desenvolvimento de habilidades atléticas, ou recreacionais, até porque, na sociedade atual, um grande número de pessoas adultas contribui para o aumento estatístico de doenças cardiovasculares que, de alguma forma, estão muito associados ao sedentarismo.*

Sabemos que é de extrema importância compreender que a disciplina de Educação Física não está vinculada apenas às práticas esportivas, está muito além disso, referindo-se à promoção de saúde, dessa maneira vindo apresentar a capacidade de desenvolver através da orientação pedagogicamente falando, do quanto é importante o cuidado com a saúde; podendo por meio das aulas desenvolver projetos direcionados ao público vigente (escola) juntamente com a interação professor, aluno e sociedade. E essa interação que promoverá o conhecimento do quanto é importante a prática de hábitos saudáveis podem vir

a atuar no combate a doenças causadas pelo sedentarismo, mostrando os danos que uma vida sedentária poderão prejudicar a saúde dos educandos, e que através desses conhecimentos possam provocar mudanças positivas em seu cotidiano e daqueles que fazem parte de suas vivências.

*Para Bracht (2000), a Educação Física, ao fazer do esporte de rendimento seu objeto de ensino, e mesmo abrindo o espaço escolar para o desenvolvimento desta forma de realizar esporte, acabou por fomentar um tipo de 'educação' que colaborava para que os indivíduos introjetassem valores, normas de comportamento e não questionassem seu papel na sociedade. Vemos que, nessa perspectiva, o esporte não pode contribuir para uma formação efetiva em Educação para a Saúde.*

É dessa maneira que observamos que a Educação Física tornou-se uma disciplina que apresenta grande importância em caráter social, mostrando sua contribuição efetiva na formação, com finalidade de promover condições necessárias para que possibilite ao ser humano conseguir atingir, ao menos em grande parte o equilíbrio em seu bem-estar, onde esse equilíbrio vem contribuir para o desenvolvimento de sua existência.

## 2.5 A importância do Profissional de Educação Física na Escola

A Educação Física apresenta um papel de extrema importância, quando nos referimos à saúde e qualidade de vida, por meio da educação na prática de atividade física, promovendo mudanças positivas na vidas dos educandos. Esse é um dos papéis exercidos pelo profissional de Educação Física, além disso seu papel é orientar a comunidade escolar de que a prática de atividade física aliada a hábitos alimentares adequados venham influenciar positivamente às pessoas independente de idade. E é através das aulas de Educação Física, juntamente com o profissional qualificado que ocorrerá a promoção dos conhecimentos referentes a cultura corporal dos movimentos apresentados dentro das

modalidades esportivas, danças, ginásticas, jogos, atividades físicas e lutas possibilitando o envolvimento professor e aluno dentre os conhecimentos da cultura do movimento.

*A atuação do profissional de Educação Física é importante, pois ele é responsável por coordenar, planejar, programar, supervisionar, dirigir, organizar, avaliar e executar trabalhos e programas; realizar treinamentos especializados, participar de equipes multe e interdisciplinares e elaborar informes teóricos na área da atividade física e dos desportos (TAVARES, 2012).*

É dessa maneira que o profissional de Educação Física apresenta total capacidade de atuar na intervenção de maneira preventiva e promissora, possibilitando através de suas aulas o estímulo pelo prazer do conhecimento teórico e prático sobre as modalidades esportivas; a prática de atividade física, as funcionalidades dos jogos, e as ações de combate e prevenção do sedentarismo;

considerando o trato da promoção de saúde na escola, fazendo com que esses conhecimentos após serem adquiridos sejam transmitidos para as famílias e a sociedade como um todo, vindo possibilitar que o alunado tornem-se agentes transformadores do meio em que vivem.

*O professor de Educação Física é um especialista em interação, a ele cabe optar pela condução mais adequada do seu trabalho” (MATTOS & NEIRA, p. 70 1999).*

Visto que o professor de Educação Física possa por meio de suas aulas promover a busca e a aquisição de conhecimentos dentro da ampla área educacional que a disciplina oferece, mas para que os resultados sejam favoráveis é de total importância que o profissional esteja plenamente preparado em seu meio; tendo pleno conhecimento do seu papel político e também formador de cidadãos atuantes no processo ensino aprendizagem. Por isso é importante que o professor tenha segurança dos conhecimentos dentro de sua área de formação e atuação.

Sabendo disso o professor tem responsabilidade nas ações e situações no processo de aprendizagem dos seus educandos, sabendo o valor das práticas corporais apresentadas na Educação Física voltadas para diversos fins, principalmente no campo de atuação com foco na promoção de saúde, bem estar e qualidade de vida, vindo possibilitar o desenvolvimento dos alunos em diversos aspectos. Sendo eles: físicos, cognitivos, afetivos e sociais, pois o professor é compreendido como mediador na criação de situações que levem o alunado a exercer um papel fundamental no exercício da cidadania. Cabendo a ele (professor) também, oferecer através de suas aulas tanto teóricas quanto práticas um ambiente favorável de aprendizagem escolar, além do conhecimento do conteúdo curricular, a alegria, satisfação, prazer, curiosidade e a busca de tudo aquilo que a disciplina de Educação Física juntamente com o professor pode proporcionar no processo de ensino e de aprendizagem.

## 2.6 Educação Física Escolar com foco na Promoção de Saúde: Algumas Experiências

No contexto histórico a Educação Física vem executando diferentes papéis na sociedade, entendendo-se que foi no ambiente escolar que ocorreu o processo de transformação nos aspectos educacionais, fazendo com que a disciplina de Educação Física tornar-se reconhecida dentro da área do saber. Após o seu reconhecimento e sua integração dentro das escolas brasileiras, a prática da atividade física passou a se apresentar como principal veículo como meio promocional de saúde e qualidade de vida. Ainda que venha passando por um processo evolutivo e de amadurecimento, buscando por sua vez, o reconhecimento multidisciplinar, e que venha quebrar ainda mais os paradigmas que remetem a Educação Física apenas como meio funcional de gerenciar e manter “corpos saudáveis”.

*“Introduzir e integrar o aluno na cultura de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la, reproduzi-la, instrumentalizando-o para usufruir o jogo, do esporte, das atividades rítmicas dança, das ginásticas, e práticas de aptidão física, em*

*benefício da qualidade de vida. A integração que possibilitará o usufruto da cultura corporal do movimento há de ser plenamente afetiva, social, cognitiva e motora. Vale dizer é a integração de sua personalidade (BETTI, 1992, 1994).*

Durante as aulas ministradas pelo profissional de Educação Física muitas práticas podem vir a ser desenvolvidas, voltadas para a promoção de saúde dos educandos, visto que essas práticas podem estar interligadas a outras disciplinas promovendo a aquisição dos conhecimentos por meio da interdisciplinaridade. Um exemplo que pode ser citado que não foge dentro da realidade atual é a prática da higiene mental, com a grande influência tecnológica as crianças e adolescentes gastam grande parte de seu tempo à frente de computadores, tabletes, celulares e jogos eletrônicos. Esse contato continuo acaba por tornar esse público acomodados por não dizer sedentários e podendo adquirir problemas que venham afetar sua saúde física e mental cada vez mais cedo. O profissional por meio de suas aulas pode mostrar os pontos positivos e negativos promovidos pela tecnologia, e que o uso incontrolável desses artifícios podem acarretar problemas sérios na saúde dos educandos. Podendo propor práticas de higiene mental para orientar os alunos a poderem utilizar devidamente os meios tecnológicos, através do controle diário e a promoção de outras práticas saudáveis que venham ocupar seu tempo de maneira satisfatória, proporcionando diversos benefícios à sua saúde.

*“A promoção de saúde deve ser compreendida como uma agenda integrada e multidisciplinar cujo objetivo primordial é fomentar mudanças em três níveis: assistência a saúde, gestão local de políticas públicas e proteção e desenvolvimento sociais para todos” (CARVALHO, 2008, p.4).*

Visto que dessa maneira é de extrema importância salientar o quanto as relações sociais permitem uma melhor compreensão sobre aspectos relacionados à promoção de saúde e a sua influência contínua na qualidade de vida das pessoas, e através dessas relações interpessoais permitem ao acesso a possibilidades que venham melhorar destaques importantes como educação, lazer, ambientes saudáveis, trabalho, uma renda financeira acessível, lazer entre outros, sendo pontos cruciais que influenciam continuamente para a saúde e

qualidade de vida da sociedade. A interligação entre a saúde e a educação são fundamentais ao se tratar de boas condições de vida, pois a junção de ambas, independentemente de onde seja dentro ou fora do âmbito escolar, constitui um percurso importante para a aquisição da qualidade de vida. Por isso é de fundamental importância a construção de práticas pedagógicas que possam possibilitar transformações individuais e sociais, contribuindo para a formação de sujeitos éticos e cidadãos para a construção de uma vida melhor.

### 3 CONCLUSÃO

De acordo com o estudo realizado pudemos observar o quanto a Educação Física escolar passou por um processo de mudanças, tanto na estrutura de conteúdo quanto nas suas aulas no ponto de vista prático, pois também na qualificação do profissional da área. A disciplina de Educação Física atualmente exerce um papel importantíssimo ao se tratar da promoção de saúde, tornando o ambiente escolar totalmente favorável ao desenvolvimento de aulas atrativas através de práticas pedagógicas e interdisciplinares que possibilitam o conhecimento e vivência dos discentes referindo-se à saúde e qualidade de vida, destacando o quanto a disciplina de Educação física ganhou espaço de bastante amplitude, atuando de maneira eficaz na aquisição de conhecimentos que venham contribuir não só para a vida educacional, mas sim como agente atuante no contexto social.

Foi observado que a partir do amadurecimento da área regente na Educação Física escolar e do profissional vigente que o olhar voltado a esse campo tomou um percurso bem mais qualitativo, referindo-se a promoção de saúde perpetuando a prática de hábitos adequados que influenciaram em práticas comportamentais, permitindo vivenciar o que é caracterizado como qualidade de vida, o bem estar de maneira geral do indivíduo. Mais para que isso ocorra de maneira satisfatória a disciplina de Educação Física deve ser trabalhada de maneira dinâmica, voltada para a prática das diversas infinidades que são fornecidas pela ampla área da Educação Física como esportes, danças, lutas, combates a problemas de saúde como obesidade e sedentarismo entre outras práticas. E que essas experiências adquiridas por meio dessas práticas exerçam um papel contribuinte no desenvolvimento social, físico e psíquico dos educandos, onde venha possibilitar a exercer um papel ativo na sociedade vigente.

Dessa maneira podemos salientar a função do professor de Educação Física em despertar o fascínio do alunado através de aulas bem elaboradas e desenvolvidas apresentando objetivos específicos dentro da aula aplicada sendo ela tanto teórica quanto prática, fazendo com que haja no conteúdo inserido uma

reflexão, direcionamento e esclarecimento que a Educação Física entre as suas abrangências, com ênfase na qualidade de vida, melhoria da saúde, entre outras contribuições a aquisição de um estilo de vida saudável, de maneira que venha a perdurar para sua vida adulta, possibilitando o combate de percalços de influências negativas em suas vidas.

Por isso que o profissional de Educação Física juntamente com o ambiente escolar exercem um papel de extrema importância na vida dos educandos, pois ambos possibilitarão a descobertas de diversos conhecimentos, através de projetos pedagógicos, aulas bem elaboradas e desenvolvidas e a participação da sociedade ativamente na escola, e que essas contribuições na junção escola, professor e aluno não seja visada apenas nos anos escolares, e sim por toda suas vidas.

## REFERÊNCIAS

BETTI, Irene Conceição Rangel. Esporte na Escola: mas é só isso, professor? **Revista Motriz**, v.1, n.1, p. 1-7, jun. 1999.

BRACHT, Valter. Esporte na escola e de rendimento. **Revista Movimento**. Porto Alegre, ano 06, n° 12, p. 14-24, 2000.

BRASIL. **As cartas da Promoção da Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2002.

CARVALHO, A. I. **Princípios e Práticas da Promoção de Saúde No Brasil**. *Caderno de Saúde Pública. Physis*, Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, p.745-9, 2004.

CARVALHO, Y, M. **Educação Física e Saúde Coletiva**: uma introdução. In: LUZ, M. T. *Novos Saberes e práticas em saúde coletiva: estudos sobre racionalidade médicas e atividades corporais*. 2 ed. São Paulo: Hucitec, 2005, p.19-34.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.

DARIDO, Suraya Cristina; SOUZA Júnior; MOREIRA Osmar. **Para Ensinar Educação Física**: Possibilidades de intervenção na escola. Campinas, Papirus, 2007.

ESTEVE, José M. **A terceira revolução educacional**: a educação na sociedade do conhecimento. São Paulo: Moderna, 2004.

GUEDES, Dartagnan P.; GUEDES, Joana P. Educação para a saúde mediante programas de Educação Física. **Revista Motriz**, v. 5, n° 1, p. 10-14, jun.1999.

MARQUES, Antônio T; GAYA, Adroaldo. **Atividade física, aptidão física e educação para saúde**: Estudos na área pedagógica em Portugal e no Brasil. *Revista Paulista de Educação Física*, São Paulo, v13, n.1. p. 83-102, 1999.

OLIVEIRA, Vitor Marinho. **O que é Educação Física**. São Paulo: Brasiliense, 2004.

PEDROSA, J. I. S. **Educação Popular e Promoção de Saúde: bases para o desenvolvimento da escola que produz saúde**. In: BRASIL. Ministério da Saúde. *Escolas Promotoras de Saúde: experiências do Brasil*. Brasília: Ministério da Saúde, Organização Pan-Americana da Saúde, 2006a. p. 41-48.

VASCONCELOS, E. M. **Redefinindo as práticas de Saúde a partir experiências de Educação Popular nos serviços de saúde.** *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, Botucatu, v. 5, n.8, p. 121-126, fev. 2001.

WHO 1986, Carta de Ottawa. In: Ministério de Saúde/ FIOCRUZ. **Promoção de Saúde / IEC**, Brasília