



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA-UEPB
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

JOSENILSON DE ARAÚJO MOREIRA

**A EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO FUNDAMENTAL I:
OS DESAFIOS DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO CONTROLE A
OBESIDADE NA ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL DR. JOSÉ
DE MELO - DONA INÊS/PB.**

CAMPINA GRANDE-PB

2019

JOSENILSON DE ARAÚJO MOREIRA

**A EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO FUNDAMENTAL I:
OS DESAFIOS DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO CONTROLE A
OBESIDADE NA ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL DR. JOSÉ
DE MELO - DONA INÊS/PB.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Coordenação do Curso de Educação Física da
Universidade Estadual da Paraíba, como
requisito parcial para conclusão de curso de
Educação Física.

Orientadora: Prof.^a Anny Sionara Moura
Lima Dantas

CAMPINA GRANDE-PB

2019

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.

M835d Moreira, Josenilson de Araujo.
Os desafios do profissional de Educação Física no Controle a Obesidade na Escola Municipal de Ensino Fundamental Dr. José de Melo Dona Inês/Pb [manuscrito] / Josenilson de Araujo Moreira. - 2019.
23 p. : il. colorido.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação EAD em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, EAD - Campina Grande , 2019.
"Orientação : Profa. Ma. Anny Sionara Moura Lima Dantas , Coordenação do Curso de Licenciatura em Educação Física - CCBS."
1. Educação física. 2. Obesidade. 3. Alunos. I. Título
21. ed. CDD 796

JOSENILSON DE ARAÚJO MOREIRA

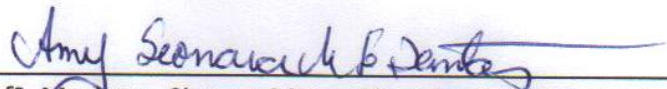
A EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO FUNDAMENTAL I:

OS DESAFIOS DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO CONTROLE A OBESIDADE NA ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL DR. JOSÉ DE MELO – DONA INÊS/PB.

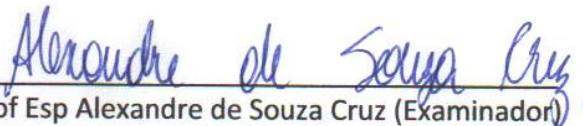
Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial para conclusão de curso de Educação Física.

Aprovado em 09/11/2019

BANCA EXAMINADORA



Prof^ª. Me Anny Sionara Moura Lima Dantas (Orientadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof Esp Alexandre de Souza Cruz (Examinador)
PMCG



Prof^ª. Me Mônica de Fátima Guedes de Oliveira (Examinadora)
Universidade Estadual da Paraíba UEPB

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus primeiramente por me dá forças e coragem de enfrentar todos os dias de aula, nessa longa jornada e não desistir de tantos obstáculos enfrentados no decorrer do curso.

Aos meus pais Marilene e José Justino que com palavras de afeto, conforto, carinho, incentivo e amor incondicional, me fortalecendo cada dia mais.

A minha esposa Paula Alves que sempre esteve comigo, mesmo nos momentos em que estive ausente para dedicar-me aos estudos, sempre me encorajando e persistindo a não desistir.

Aos educadores que com sua sapiência puderam transmitir da forma mais sublime seus conhecimentos.

Obrigado a todas as pessoas que contribuíram para meu sucesso e para meu crescimento como pessoa. Sou o resultado da confiança e da força de cada um de vocês.

RESUMO

O número de crianças obesas vem crescendo cada vez mais, devido à ausência de um controle alimentar, em casa junto com as famílias e/ou na escola, além de tudo existe um fator psicológico que pode alterar consideravelmente o ganho de peso. O presente trabalho realizado na escola Municipal Dr. José de Melo-Dona Inês-PB, vem a conhecer os problemas relacionados a obesidade e suas possíveis soluções, pois a obesidade leva a falta de autoestima, muitos alunos não querem participar de determinadas atividades ou prática escolar, por vergonha de seu corpo e até mesmo por sofrer bullying na própria escola, se escondem em um universo único, assim, o profissional da educação, pode inferir nesta realidade, através de atividades e práticas esportivas, exibição de vídeos, palestras e projetos de mudanças de hábitos alimentares na escola e posteriormente em suas casas, para que as crianças inseridas nesta instituição venham a ganhar saúde e qualidade de vida. Existem dois projetos de Lei sobre a obesidade. Um deles é Lei nº 6803/10 (BRASIL, 2010a), que institui a Política de Combate à Obesidade e o outro é Projeto Lei nº 6522/09, que cria o Programa de Prevenção, Orientação e Tratamento da Obesidade Infantil (BRASIL, 2010b.). Foi visto que no ensino fundamental I a quantidade de práticas esportivas é insuficiente, pois não tem um profissional específico e as práticas são realizadas de uma forma errônea sem regras e limites. As avaliações e testes com os alunos, a conscientização dos malefícios de alguns alimentos na dieta das crianças que podem levar ao ganho extra de peso, também cabe à o profissional da Educação Física que deve colaborar com a valorização da prática esportiva, para que assim, haja um avanço na aprendizagem, valorização da autoestima e comportamento das crianças, havendo dessa forma avanços significativos para toda comunidade escolar.

Palavras-chave: 1. Educação Física. 2. Obesidade. 3. Alunos.

ABSTRACT

The number of obese children is growing increasingly, due to the lack of food control, at home together with families and/or at school, and there is a psychological factor that can considerably alter weight gain. The present work performed at the Municipal school Dr. José de Melo-Dona Inês-PB, comes to know the problems related to obesity and its possible solutions, because obesity leads to lack of self-esteem, many students do not want to participate in a certain School activities or practice, by shame of his body and even by suffering bullying in the school itself, hide in a single universe, thus the professional of education, can infer in this reality, through sports activities and practices, display of Videos, lectures and projects of changes in food habits in the school and later in their homes, so that the children inserted in this institution will gain health and quality of life. There are two projects of law on obesity. One of them is Law n ° 6803/10 (BRASIL, 2010a), which establishes the policy to fight obesity and the other is Project Law n ° 6522/09, which creates the program for prevention, guidance and treatment of childhood obesity (BRASIL, 2010b.). It was seen that in elementary school I the amount of sports practices is insufficient, because it does not have a specific professional and the practices are performed in an erroneous way without rules and limits. The assessments and tests with the students, the awareness of the harm of some foods in the diet of children that can lead to extra weight gain, is also the physical education professional who should collaborate with the valorization of sports practice, so that Thus, there is a breakthrough in learning, valuing the self-esteem and behavior of children, and this means significant advances for the entire school community.

Keywords: 1. Physical Education. 2. Obesity. 3. Students.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	07
2 OBJETIVOS.....	09
2.1 OBJETIVO GERAL.....	09
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	09
3 APORTE TEÓRICO.....	10
3.1 O Papel da Educação Física no Controle da Obesidade.....	10
3.2 Controle e Prevenção da Obesidade na Escola Municipal Dr. José de Melo. Dona Inês-PB.....	11
4 METODOLOGIA.....	15
4.1 Tipo de Trabalho.....	15
5 RELATO DE EXPERIÊNCIA.....	16
5.1 Local da Experiência.....	16
5.2 Como se Propôs o Trabalho.....	17
5.3 As Aulas.....	17
5.4 influências na Minha Vida Acadêmica e Pessoal.....	19
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	20
7 REFERÊNCIAS.....	22
ANEXO.....	23

1.INTRODUÇÃO

Atualmente é comum ver crianças acima do peso nas ruas e principalmente nas escolas, mesmo havendo orientações por parte dos educadores com conteúdo e temas voltados para esta realidade os fast-food (comida pronta), ainda são os grandes vilões de uma má alimentação nos lares.

A Escola Municipal de Ensino Fundamental Dr. José de Melo foi escolhida por ter sido a que desenvolvi o meu estágio e também por ter vivenciado com alguns dos alunos, onde pude perceber um número relevante de alunos acima do peso, não só por consequência da má alimentação, mas também pela falta de exercícios físicos. A escola é composta por 94 alunos do Ensino Fundamental I, sendo que o estágio e pesquisa foi apenas com 31 alunos, do 4º ano B, durante um mês, uma vez por semana, com o objetivo de colaborar, conscientizar e contribuir de forma prática, chamando atenção da importância de realizar atividades físicas, podendo ser através de brincadeiras ou esportes que possam ser desenvolvidos na escola nas aulas de Educação Física com crianças entre 09 e 10 anos. Em nosso meio, a obesidade infantil é um sério problema de saúde pública, o qual vem aumentando em todas as camadas sociais da população brasileira. É um sério agravamento para a saúde atual e futura dos indivíduos. Prevenir a obesidade infantil significa diminuir de forma racional e menos onerosa a incidência de doenças crônico-degenerativas. A escola é um local importante onde esse trabalho de prevenção pode ser realizado, pois as crianças fazem no mínimo uma refeição por dia, possibilitando assim um trabalho de educação nutricional, além de também proporcionar aumento da atividade física. A merenda escolar deve atender às necessidades nutricionais das crianças em quantidade e qualidade e ser um agente formador de hábitos saudáveis (MELLO; LUFT; MEYER, 2004).

Acontece que a obesidade é uma doença e vem se tornando um problema sério a ser resolvido, esse trabalho deve ser feito em parceria entre família e escola, assim podendo conhecer a realidade da criança em casa e objetivando êxito no trabalho a ser desenvolvido.

Algumas crianças já trazem essa predisposição genética ao nascer e a prevenção é o melhor a se fazer, pois pode levar a outras doenças crônicas e degenerativas afetando a vida da criança e posteriormente.

Na escola, local em que a criança passa uma parte de seu dia e realiza suas alimentações, também pode colaborar e conscientizar, educando para o incentivo de uma alimentação adequada, favorecendo o desenvolvimento pessoal e da aprendizagem da criança.

O incentivo na Educação Física com a prática de esportes e alongamentos são essenciais na prevenção da obesidade infantil, incentivando a se exercitar e ter estímulos para uma aprendizagem significativa.

De acordo com (MONTEIRO, 2012): As crianças não passam mais seu tempo brincando, correndo, pulando e nem brincam como antigamente, passatempos que são de extrema importância para o desenvolvimento motor e psíquico. A família é de fundamental importância para seus filhos, a qual pode auxiliar no desenvolvimento psicológico. Este é um fator central da construção, da transformação, da mudança e do conjunto de força, capaz de ajudar as crianças e adolescentes. (MONTEIRO, 2012).

O presente estudo vem a discutir, verificar e colaborar para uma boa alimentação, prática de atividades físicas semanais, que auxiliam na prevenção da obesidade infantil, a Escola Municipal de Ensino Fundamental Dr. José de Melo foi a escolhida devido ter sido onde foram realizados os estágios e haver um certo entrosamento com educadores e alunos atuantes dentro da instituição. Visando uma melhoria da qualidade da alimentação e conscientização das causas e consequências da obesidade infantil, a fim de colaborar para um crescimento saudável.

Esta temática é muito importante, pois é uma realidade da sociedade atual, onde é visto que existe crianças acima do peso em todas as classes sociais, atingindo também a classe baixa. Conscientizar, orientar e prevenir é sempre a melhor solução.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL:

- ❖ Relatar a experiência adquirida no estágio desenvolvido com metodologia participativa com 31 alunos do 4º ano Fundamental I na Escola Municipal de Ensino Fundamental Dr. José de Melo na cidade de Dona Inês/PB;
- ❖ Desenvolver atitudes favoráveis a uma alimentação saudável e à prática de atividade física, além obter desenvolvimento corporal harmônico (físico-mental);

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- ❖ Reconhecer o corpo, suas limitações, por meio dos movimentos que a Educação Física proporciona;
- ❖ Realizar movimentos independentes e interdependentes, através de jogos.

3 APORTE TEÓRICO

3.1 O Papel da Educação Física no Controle da Obesidade.

A Educação Física é uma disciplina de grande influência para a vida das pessoas, todavia deve ser estimulada a partir dos anos iniciais na escola, para que assim possa crescer com pleno conhecimento das funções e necessidades de seu corpo.

A atividade física regular vem promover uma série de melhorias e benefícios na qualidade de vida dos indivíduos, como uma caminhada ao ar livre, um esporte, seja ele futebol, handebol, natação, entre outros que ativam as células e músculos do nosso corpo, auxiliando em seu fortalecimento e prevenção de inúmeras doenças possíveis futuras, como por exemplo a obesidade infantil que vem crescendo a cada dia, os pais por sua vez muitas vezes não conseguem controlar a alimentação de seus filhos, ofertando tudo que o mercado oferece sem um possível controle, assim colaborando para que a criança venha futuramente a ser obesa em muitos casos.

De acordo com a revista Veja, cerca de 3,8 milhões de brasileiros, 4% da população, têm déficit de peso, e 40,6% da população adulta ou 38,8 milhões de pessoas chegam ao excesso de peso. Desse total, 10,5 milhões são obesos, 13,1% das mulheres e 8,9% dos homens. Os números indicam que a quantidade de obesos é dez vezes maior que a de desnutridos (VEJA.COM, 2010).

Conforme a pesquisa da revista Veja demonstra, os números são alarmantes entre pessoas obesas, comparado com as pessoas que estão abaixo do peso, um dado preocupante, já que o excesso de peso avança em um estágio bem rápido, com maior ênfase de números pesquisados está citado as mulheres, que pode ser por motivos de doenças crônicas, fatores genéticos, ou mesmo descontrole na alimentação.

Na escola, a Educação Física pode ter influência primordial, pois as crianças são capazes de aprender brincando, se divertindo e levar esses conhecimentos para seus lares, transmitindo aos demais de sua família bons hábitos de alimentação e atividades físicas.

Alguns métodos utilizados pelos profissionais de Educação Física podem colaborar para que os níveis de obesidade não aumentem rapidamente, verificando

com seus métodos a altura e peso ideal de cada indivíduo, colaborando para que estes não cheguem a obesidade. A verificação de IMC:

1. Determinar peso ideal pelo IMC mediano de normalidade (IMC mediano = 22)

$$\text{IMC} = \frac{\text{peso ideal}}{\text{Estatura(m)}^2} \rightarrow 22 = \frac{\text{peso ideal}}{1,60^2}$$

$$\text{Peso ideal} = 22 \times 2,56 \rightarrow \text{peso ideal} = 56,3\text{kg}$$

Imagem 01: fórmula para calcular o IMC
Fonte: <https://www.bing.com>.

A densidade corporal deve ser medida e calculada para verificar a necessidade de cada um em manter uma boa relação com seu corpo, pois está gordo não significa está obeso, mas que se deve ter um certo cuidado com a alimentação e saúde para não entrar para o grupo de mensuração da obesidade.

A antropometria é um método bem eficaz para verificar a mensuração cutânea, perímetros e dobras cutâneas do segmento corporal para que o indivíduo venha a tomar cuidados redobrados para manter e/ou conseguir o seu peso ideal.

3.2 Controle e Prevenção da Obesidade na Escola Municipal de ensino Fundamental Dr. José de Melo. Dona Inês-PB.

A obesidade é um tema bem amplo e de grande enfoque nos dias atuais, as famílias estão cada vez mais sofrendo deste mal do século que desencadeia diversas doenças, também a baixa estima, levando a depressão, entre outras eventualidades que ela pode causar.

Com a correria do dia a dia, as famílias acabam por consumirem mais produtos industrializados do que os naturais, passando a adotar em suas dietas cada vez mais calorias e poucos nutrientes na formação da criança, como o sorvete, salgados, bolo, bolachas recheadas e o temido refrigerante que virou hábito nas mesas brasileiras.

Nas escolas não é diferente, muitas crianças já trazem este costume de casa, e quando chegam na escola evitam o alimento ofertado na merenda escolar, por se tratar de uma alimentação saudável, rica em nutrientes e proteínas necessárias na

refeição das crianças, com cardápios específicos e diversificados, elaborados por Nutricionistas capacitadas atuantes na educação, mas que para a criança não é interessante. De acordo com BRASIL, para a educação infantil, uma proposta pedagógica que inclua no cotidiano escolar o brincar é de grande importância por atender as necessidades dessa faixa etária. O brincar deve estar conectado com o conhecimento sistematizado oferecido pela escola. Afinal, “brincar é uma das atividades fundamentais para o desenvolvimento da identidade e da autonomia” (BRASIL, 1998, p. 22).

Na escola Municipal de Ensino Fundamental Dr. José de Melo - Dona Inês/PB, foi visto a necessidade de realizar uma pesquisa diante de uma problemática encontrada na referida escola, onde as crianças muitas vezes não querem o lanche oferecido e passam a comer outros lanches trazidos de casa ou salgados, deixando de consumir um alimento saudável e a eles garantido por lei. Visto que alguns alunos estão fora da faixa de peso e idade relacionados.

Os educadores desta instituição buscam sempre conscientizar os alunos e as famílias para esta prática de hábitos alimentares errôneos, porém nem sempre obtém um retorno satisfatório, algumas crianças não aceitam de forma alguma o lanche da escola, preferindo os salgados e industrializados oferecidos nos mercados e lanchonetes, comprando com o dinheiro dado pelos pais.

Então, a prática de esportes e exercícios físicos, incentivos da Educação Física como disciplina obrigatória nas escolas podem colaborar para que esta mudança possa vir a acontecer, incentivando as crianças desde pequenos o valor de uma dieta adequada, com base em nutrientes que possa desenvolver seu corpo com propriedades e no ritmo próprio.

A escola pode oferecer momentos de descontração para o aprendizado exigido, proporcionar atividades lúdicas, brincar, praticar alongamento, esportes, futebol que vem a ser o preferido dos meninos, para que além de se socializarem que eles possam despertar o hábito da prática de atividades físicas que colaborem para o fortalecimento de todo seu corpo e crescer de forma saudável.

Para BRASIL, nas escolas, o trabalho de promoção da saúde com os educandos, e também com professores e funcionários, precisa ter como ponto de partida “o que eles sabem” e “o que eles podem fazer”. É preciso desenvolver em cada um a capacidade de interpretar o cotidiano e atuar de modo a incorporar atitudes e/ou comportamentos adequados para a melhoria da qualidade de vida.

Desse modo, profissionais de saúde e de educação devem assumir uma atitude permanente de emponderamento dos princípios básicos de promoção da saúde por parte dos educandos, professores e funcionários das escolas (BRASIL, 2012, p. 12).

A escola não deve apenas promover os saberes com: ler, escrever e contar, mas também proporcionar atitudes de educação de promoção a saúde de alunos, professores e funcionários, um ciclo onde um possa dar exemplo ao outro em seus hábitos de educação e alimentares.

Esta parceria da saúde e educação devem atuar de modo a melhorar as atitudes destes profissionais, auxiliando nos princípios básicos, manter o contato para que as observações na questão da saúde das crianças possam ser efetivas.

Os professores no tocante a disciplina de Educação Física não precisam ficar apenas com a utilização do livro didático, na prática da leitura, mas estimular brincadeiras que movimentem o corpo, procurar parceria com profissionais de Educação Física para que possa vir a colaborar com suas aulas, enriquecendo seu conteúdo e tornando a prática possível, mostrando a importância de se exercitar e manter essa atividade em seu cotidiano.

Para (BAUGHUM et al., 2000 apud CORSO et al., 2012), os avanços tecnológicos induziram as crianças a se tornarem menos ativas nas últimas décadas. Nos anos 1990, as pesquisas já relatavam relação positiva entre a inatividade, como o tempo gasto assistindo televisão, e o aumento da adiposidade em escolares. [...] O tempo gasto pela criança na frente de aparelhos eletrônicos, como televisão, computador e vídeo game, resulta no sedentarismo, contribuindo para o aumento da prevalência de sobrepeso e de obesidade infantil. Por outro lado, as brincadeiras realizadas em casa e as atividades físicas na escola atuam na prevenção de sobrepeso e de obesidade (BAUGHUM et al., 2000 apud CORSO et al., 2012).

Pois, com a chegada da tecnologia e avanços industriais, as crianças passam a maior parte de seu tempo em casa perante uma TV, notebook, tablet, vídeo game e celulares, deixando de se interessar por brincadeiras que exigem movimento, assim perdendo espaço, tornando crianças inativas, contribuindo para o sedentarismo, pois passam horas e mais horas diante destes aparelhos, que acabam por contribuir no aumento e prevalência de sobrepeso e obesidade infantil.

Quanto mais cedo iniciar a prevenção da obesidade, possivelmente melhores resultados serão obtidos. A escola tem um papel de grande importância nesta

questão da saúde de um modo geral, pois as crianças passam uma boa parte do seu tempo dentro dela, aprendendo, ouvindo e aplicando o que se propõe, cabe ao educador e os profissionais da saúde sempre introduzir atividades que exijam do corpo da criança, dentro do limite de cada uma, claro, para que desde cedo possam adquirir e tomar gosto pelo hábito da prática de esportes, principalmente reconhecer seu valor e significado no seu desenvolvimento e sua vida futura.

Concordando com (MOREIRA, 2014, p.61). “Existe uma prevalência de 7% de obesidade em meninos e de 9% em meninas brasileiras. O índice de obesidade nunca foi tão alto como na atualidade, tornando assim, a principal causa de morbidades e de mortalidade mundial em população adulta. (MOREIRA, 2014, p.61).”

De acordo com as pesquisas relacionadas a obesidade brasileira, as meninas são mais propensas a este índice, uma realidade que vem aumentando a cada dia, sendo causas de muitas outras doenças da população mundial, obesidade mórbida e mortalidade, principalmente na fase adulta, pois a obesidade pode desencadear várias outras doenças crônicas como: doenças do coração, coluna, diabetes e outras, levando as pessoas que estão com sobrepeso a se sentirem diferentes dos outros, sofrendo bullying por colegas, se vendo com uma doença difícil de ser tratada sem a prática de atividades físicas, levando a depressão e muitas vezes ao suicídio, por não aceitarem seu corpo e seu modo de vida.

4 METODOLOGIA

O presente trabalho foi realizado através da leitura de artigos, revistas, cartilhas, pesquisas bibliográficas e de campo relacionadas a obesidade infantil, na Escola Municipal de Ensino Fundamental Dr. José de Melo do município de Dona Inês/PB. Para Coelho e Eisenstein (2008), a Organização Mundial de saúde (OMS), define saúde como “um estado completo de bem-estar físico, mental e social e não simples ausência de doença ou enfermidade”.

Logo após foi realizada uma pesquisa de campo com os alunos da referida escola, com objetivo de identificar os possíveis casos de obesidade e buscar soluções para a realidade ali encontrada, bem como conversas informais com os educadores sobre o bullying e a prática de educação física e brincadeiras, como queimada, vôlei e futebol, durante um mês, uma vez por semana, como vem sendo desenvolvidas as atividades que estimulam e favorecem o desenvolvimento do corpo das crianças.

4.1 Tipo de Trabalho

O presente artigo, foi desenvolvido no período dos estágios na referida escola com ajuda de um orientador, professores e outros que se dispuseram a colaborar com este trabalho de conclusão do curso de Educação Física.

A escolha do tema foi opcional, devido a uma observação feita no período do estágio, por se tratar da realidade atual e dados preocupantes notados, verificados e constatados em nosso meio e sociedade em geral, foram necessárias leituras de artigos na internet, revistas, cartilhas referente ao assunto, informações de professores e de pais de alunos, para que assim pudesse investigar suas angústias e frustrações devido a obesidade. Partindo da pesquisa realizada, o resultado mostrou que algumas crianças apontam relatos e diagnósticos de doenças e outras de ausência de uma boa alimentação em casa, alguns pais deixam seus filhos lanchar salgados, frituras, deixando o lanche saudável da escola, mesmo havendo a proibição destes alimentos, assunto abordado em reuniões e conversas em particular com esses pais, mas a falta de conscientização por parte da família persiste, uma questão a ser tratada para que toda evolução de orientação escolar seja possível.

5 RELATO DE EXPERIÊNCIA

5.1 Local da Experiência.

A escola escolhida foi a Escola Municipal de Ensino Fundamental Dr. José de Melo do município de Dona Inês/PB, situada na zona urbana, a qual serviu de apoio para os estágios, por ser bem localizada, no centro da cidade e ter um certo de conhecimento com os profissionais da educação ali inseridos e atuantes.

Esta escola recebe alunos da zona urbana e rural, funcionando no período matutino e vespertino, com 94 alunos assim dispostos: pela manhã, turma A: 31, turma B: 29, à tarde, turma C: 34, todos cursando o 4º ano do Fundamental I, com três educadores, todos com especialização na área da educação.

Porém, o estágio e estudo de pesquisa foi baseado apenas na turma do 4ºB. Os educadores se reúnem semanalmente para realizarem o planejamento semanal, onde conversam sobre as dificuldades e avanços de seus alunos e buscam juntos uma possível solução para sanar essas dificuldades de aprendizagem.

A escola Dr. José de Melo é uma das escolas mais antigas do município, já pertenceu a Rede estadual de Ensino e atualmente faz parte da Rede Municipal de Educação.

Localizada na Avenida Major Augusto Bezerra S/N, Centro - Dona Inês/PB, a escola atende, especificamente os discentes do 4º ano do Ensino Fundamental I, oferecendo atividades diversificadas para aproximadamente 94 alunos, sendo em sua maioria oriundos de famílias simples.

Hoje, com as mudanças de vida nas famílias e a correria do dia a dia, muitos pais recorrem às comidas mais rápidas e fáceis de serem oferecidas, geralmente as industrializadas, além disso, vários fatores interferem como valores, regras socioculturais, necessidades fisiológicas, mídias, facilidades de preparo, entre outras, que vão sendo desenvolvidos e virando hábitos pelos indivíduos (CUNHA, OLIVEIRA, 2014).

A Escola encontra-se localizada no centro da cidade, próxima ao Museu Municipal Professora Maria Ieda da Costa Teixeira e da Unidade Mista de Saúde Benjamin Maranhão.

A Escola Municipal de Ensino Fundamental Dr. José de Melo foi construída na gestão do Governador Pedro Moreno Gondim (1958-1966). Foi reconhecida pelo CEE (Conselho Estadual de Educação) pelo Decreto 3.441/16.11/64. E desde o ano

de 1964 pertencia à rede estadual de ensino. No entanto, no ano de 2014 a referida Escola passou para o Município conforme o Termo de Convênio N° 361/2014, que entre si celebram o Estado da Paraíba, através da Secretaria de Estado da Educação e o Município de Dona Inês, com a interveniência da Secretaria de Estado da Administração, em conformidade com a Lei N° 11.494/2007, a Lei N° 8.666/93, o Decreto Estadual N° 33.884/2013 e suas alterações posteriores. No entanto, ainda no ano de 2014 os alunos da rede estadual estudaram na referida escola supracitada.

O nome da escola é uma homenagem a José Eugênio Neves de Melo, que foi juiz de direito da comarca de Bananeiras. De origem pernambucana, casado com uma paraibana chamada Dona Ana, era muito influente entre os coronéis, o que ele dizia era lei. Entre Recife e a Paraíba ele foi um homem muito conhecido.

5.2 Como se Propôs o Trabalho.

Os professores fora de suma importância, pois além de permitir o estágio, permitiram a execução da pesquisa em destaque, oferecendo o espaço em suas aulas para a verificação dos pesos, atividades esportivas e debates com os alunos. Todos os professores possuem especialização na área da educação, são profissionais que buscam meios e métodos para que seus alunos aprendam com significado.

5.3 As Aulas.

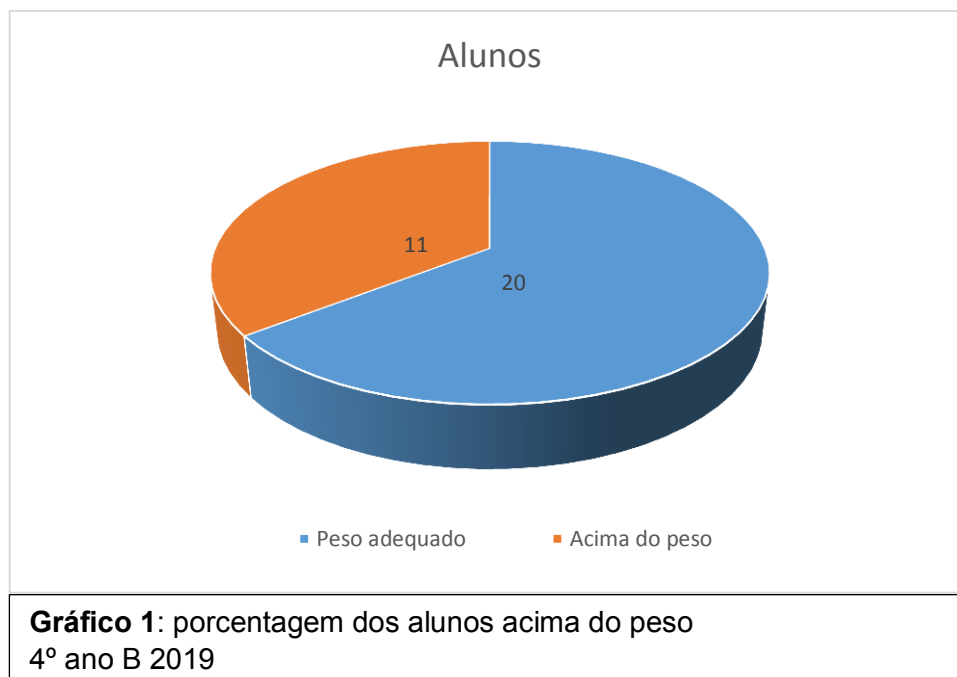
Os instrumentos que colaboraram para a execução deste trabalho foram diversos, como: conversa com os alunos e pais, educadores, colaboração da gestão escolar, leitura de artigos na internet, revistas, cartilhas, observação dos alunos, debates com o alunado para conhecer um pouco mais sobre sua situação de desenvolvimento e hábitos alimentares em casa e na escola na hora da merenda.

Conforme os Parâmetros Curriculares Nacionais cabe à Educação Física escolar a “responsabilidade de lidar de forma específica com alguns aspectos relativos aos conhecimentos procedimentais, conceituais e atitudinais característicos da cultura corporal de movimento” (BRASIL, 1998, p. 36).

Orientar sobre o bulliyng, causas e consequências da obesidade e os hábitos alimentares, bem como incentivar na prática esportiva na escola e fora dela, mostrando que o Educador Físico é de suma importância para esse processo. Foi

verificado que dos 31 alunos, 11 estão acima do peso e costumam comer os salgados na hora do lanche, deixando de se alimentar com a merenda oferecida na escola, porém, após a intervenção durante o meu estágio e pesquisa realizada, como também a verificação junto aos educadores, pudemos desenvolver atividades físicas e um pouco da conscientização entre pais e alunos em suas práticas alimentares.

ALUNOS FORA DA FAIXA DE PESO



Os dados foram coletados através de conversa informais, uso da tabela de IMC, analisados, interpretados e questionados, afim de colaborar com a comunidade estudantil da referida escola, mostrando a valorização da Educação Física nas escolas e sua contribuição para o crescimento e aprendizagem das crianças, pois quando a criança se sente mal, com sua estima baixa, possivelmente seu interesse pelos estudos e aprendizado vem a diminuir, levando o aluno a não querer participar das demais atividades propostas pelos educadores.

5.4 influências na Minha Vida Acadêmica e Pessoal

Durante o estágio pude perceber que a educadora buscou através de conversas informais com os alunos promover a conscientização para tal ato errôneo e buscando ajuda com a gestão da escola e profissional da área nutricional.

Assim, com o auxílio das experiências vivenciadas durante o estágio, pudemos promover atividade físicas, parcerias com profissionais da saúde, onde os alunos se movimentavam e participavam de cada atividade proposta, usando de estímulos e desafios, mostrando dessa forma a importância de praticar esportes.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Contudo, foi visto que a questão da Educação Física e práticas esportivas precisam ser iniciadas desde a Educação Infantil, para que a prevenção e controle da obesidade possam ser diagnosticadas e combatidas desde muito cedo, também orientando os pais, na busca de uma melhor qualidade alimentar tanto na escola como em casa.

Na escola Municipal de Ensino Fundamental Dr. José de Melo - Dona Inês/PB, a recusa pela merenda oferecida era enorme, fato visto pelos educadores e toda gestão escolar, onde as crianças deixavam de comer o lanche ofertado para comprar salgados do outro lado da avenida, mesmo sendo orientado em reuniões aos pais desde o início do ano letivo que esta prática não poderia acontecer devido diversos fatores de risco à criança.

Foi visto que no Ensino Fundamental I, a quantidade de práticas esportivas é insuficiente, pois não há um profissional específico e as práticas são realizadas de uma forma errônea sem regras e limites.

As avaliações e testes com os alunos, a conscientização dos malefícios de alguns alimentos na dieta das crianças que podem levar ao ganho extra de peso, também cabe à o profissional da Educação Física que deve colaborar com a valorização da prática esportiva, para que assim haja um avanço na aprendizagem, valorização da autoestima e comportamento das crianças, havendo dessa forma avanços significativos para toda comunidade escolar.

Através de aulas com vídeos de conscientização, palestra com a nutricionista da Rede de Ensino e atividades executadas e vivenciadas por parte dos alunos em praticar educação física de uma forma bem divertida e proveitosa, pudemos alcançar uma parte dos objetivos, fazendo com que os alunos evitassem ao máximo o consumo de salgados e refrigerantes durante o intervalo.

Portanto, durante os estágios foi possível perceber a importância da Educação Física nas escolas desde os anos iniciais para que as crianças possam crescer com mais consciência sobre uma alimentação saudável e a rotina da prática de esportes.

Este contato com os alunos foi de suma importância para minha vida pessoal e profissional, despertando cada vez mais o interesse pela vida de educador, onde junto com toda equipe é possível transformar vidas.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. **Referencial curricular nacional para a educação infantil**. Vol.1. Brasília:MEC/SEF,1998.Disponível em: http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/rcnei_vol1.pdf. Acesso, em: 20.05.2019.
- BRASIL. Câmara dos Deputados. Projeto de Lei nº 6803/10, de 2010. **Proposta Cria Política de Combate à Obesidade**. 2010. Disponível em: 30.05.19.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Semana Saúde na Escola - Guia de Sugestões de Atividades**. Brasília: 2012, p. 12.
- COELHO, K.; EISENSTEIN, E. **Nutrição na Adolescência**. In: RUZANY, M. H. GROISSMAN, E. (Org.). Saúde do adolescente: competências e habilidades. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. p. 81-86.
- CUNHA, O. A.; OLIVEIRA, J. M. P. **Hábitos alimentares saudáveis: é possível construir mudanças? Os desafios da escola pública Paranaense na perspectiva do professor**. Versão Online ISBN 978-85-8015-079-7 Cadernos PDE. Vol.1.Paraná,2014.http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2014/2014_unioeste_bio_pdp_odete_andreoli_cunha.pdf. Acesso em: 18.05.2019.
- CORSO, A. C. et al. **Fatores comportamentais associados ao sobrepeso e à obesidade em escolares do Estado de Santa Catarina**. Revista Brasileira de Estudos de População, 2012. Disponível em: Acesso em: maio 2019.
- [HTTP://WWW.BING](http://www.bing.com). Fórmula para calcular o IMC. Acesso em: 11de julho 2019
- MELLO, E. D.; LUFT, V. C.; MEYER, F. **Obesidade infantil: como podemos ser eficazes?** Jornal de Pediatria, 2004. Disponível em: Acesso em: maio 2019.
- MOREIRA, Mariana de Sousa Farias et al. **Doenças associadas à obesidade infantil**, Revista Odontológica de Araçatuba, 2014 v.35, n.1, p.61-66.
- MONTEIRO, Ana Ruth Macêdo. **Sofrimento psíquico em crianças e adolescentes a busca pelo tratamento**. Revista de Enfermagem. Rio de Janeiro,2012, v.16, n.4, p. 523-529, set. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=127723305014> Acesso em: 30 de maio de 2019.
- VEJA.COM. **Pesquisa do IBGE confirma que obesidade é epidemia no Brasil**. 2010. Disponível em: Acesso em: jun. 2019.

ANEXO

