



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

SHEILA RAQUEL RICARTE DO NASCIMENTO

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PERSPECTIVA DE UMA VIDA ATIVA E
SAUDÁVEL**

CAMPINA GRANDE-PB

2015

SHEILA RAQUEL RICARTE DO NASCIMENTO

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PERSPECTIVA DE UMA VIDA ATIVA E SAUDÁVEL

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), em formato de artigo, apresentado ao programa de pós-graduação em Educação Física Escolar da Universidade Estadual da Paraíba-UEPB, como requisito à obtenção do título em Especialista em Educação Física Escolar.

Orientadora: Prof. Dr.^a Jozilma de Medeiros Gonzaga

CAMPINA GRANDE-PB

2015

É expressamente proibida 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 da dissertação.

N244e Nascimento, Sheila Raquel Ricarte do.
Educação Física escolar na perspectiva de uma vida ativa e saudável [manuscrito] / Sheila Raquel Ricarte do Nascimento. - 2015.
30 p.

Digitado.
Monografia (Especialização em Educação Física Escolar EAD) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2015.
"Orientação: Profa. Dra. Jozilma de Medeiros Gonzaga, Departamento de Educação Física".

1. Educação Física Escolar. 2. Atividade física. 3. Sedentarismo. 4. Vida saudável. I. Título.

21. ed. CDD 372.86

SHEILA RAQUEL RICARTE DO NASCIMENTO

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PERSPECTIVA DE UMA VIDA ATIVA E SAUDÁVEL

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), em formato de artigo, apresentado ao programa de pós-graduação em Educação Física Escolar da Universidade Estadual da Paraíba-UEPB, como requisito à obtenção do título em Especialista em Educação Física Escolar.

Aprovado em 13/03/2015.

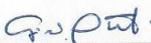
Banca Examinadora:



Prof.^a Dr.^a Jozilma de Medeiros Gonzaga (UEPB)
Orientadora



Prof.^a Dr.^a Maria Goretti da Cunha Lisboa (UEPB)



Prof.^a Dr.^a Giselly Félix Coutinho (UEPB)

RESUMO

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PERSPECTIVA DE UMA VIDA ATIVA E SAUDÁVEL

Nascimento, Sheila Raquel Ricarte do

As crianças tornam-se cada vez mais sedentárias, incentivadas pelos avanços tecnológicos, o aumento do tempo gasto assistindo televisão, e o pouco de atividade física realizadas em quantidades e intensidade insuficientes, permanecendo a maior parte de seu tempo em atividades de baixa intensidade. A melhor forma de tentar combater essa realidade é começar a mudar o estilo de vida das nossas crianças, e nada melhor que a escola para transmitir o conhecimento e a prática de atividade física desde cedo, para evitar problemas de saúde mais adiante. Este estudo teve como objetivo analisar e discutir a prática de atividade física no ambiente escolar numa perspectiva de uma vida ativa e saudável. Participaram do estudo 30 crianças, entre 10 e 12 anos de idade, de ambos os sexos, de uma escola particular da cidade de Campina Grande-PB; que foram divididas em dois grupos, o grupo 1 (alunos que estudam no turno da manhã) e grupo 2 (alunos do turno da tarde). O instrumento utilizado foi o Questionário PAQ-C, que investiga o nível de atividade física de crianças e adolescentes nos sete dias anteriores ao preenchimento do questionário, envolve questões sobre a prática de atividades físicas na escola, tempo de lazer e assistência à televisão. Foi possível verificar que em nenhum dos grupos, houve classificação nos escores ativo e muito ativo; permanecendo entre os escores muito sedentário (G1 33,3% e G2 6,6%), sedentário (G1 6,6% e G2 40%), moderadamente ativo (G1 20% e G2 53,3%). Os resultados mostraram uma média de assistir Tv para o grupo 1 de 4,2 horas por dia, e para o grupo 2, e uma média de 4 horas. Desejamos uma instituição escola que seja capaz de orientar o indivíduo para a vida, mostrando-lhe os caminhos para a cidadania e dando-lhe o referencial necessário para que possa, com sabedoria, zelar pela sua saúde e bem-estar.

Palavras-chave: Sedentarismo; Educação Física Escolar, Vida ativa e Saudável.

INTRODUÇÃO

Há tempos atrás, as crianças em sua maioria eram consideradas ativas fisicamente, tanto no ambiente escolar como na região de suas moradias, era comum vermos crianças brincando e jogando tanto em grupos, como sozinhas. Brincadeiras, cirandas, jogos, danças, o simples correr, saltar, pedalar, todas essas práticas faziam parte do cotidiano das crianças. Atualmente, essa cultura vem se modificando cada dia mais, por vários fatores, entre eles: pelo avanço tecnológico, o surgimento e o fácil acesso de jogos eletrônicos, computadores, tablets; pela falta de incentivo e motivação das práticas esportivas dentro das próprias escolas; e no âmbito familiar, muitas vezes justificadas pela falta de segurança nas ruas e pela rotina corrida dos pais.

Essa realidade vem acarretando em diversas mudanças prejudiciais a saúde, entre elas a que causa maior preocupação, o surgimento de doenças crônicas degenerativas, causadas por diversos fatores, como o sedentarismo, ou a pouca prática de atividade física, associando a uma má alimentação, carga genético, fatores ambientais e psicológicos.

A Organização Mundial da Saúde (WHO, 2005) assegura que 8% dos homens e 18% das mulheres brasileiras acima de 15 anos são obesos, ou seja, 48.560.346 habitantes. A estimativa para 2015 é extremamente assustadora, sugerindo que 17% dos homens e 31,5 % das mulheres brasileiras estarão sujeitos à obesidade e seus fatores de risco. A obesidade pode ser considerada como um dos maiores problemas hipocinéticos, sendo determinante para o indivíduo quanto aos seus fatores de risco, interferindo não só na qualidade, mais também na expectativa de vida (GUEDES; GUEDES, 1993).

A melhor forma de combater essa realidade é começar a mudar o estilo de vida das nossas crianças, e nada melhor que a escola para transmitir o conhecimento e a prática de atividade física desde cedo, para evitar problemas de saúde mais adiante. É provável que os hábitos de atividade física adquiridos na infância possam influenciar no nível de atividade física na idade adulta.

Através da Educação Física a criança no ambiente escolar, pode vivenciar hábitos e práticas saudáveis, tornando-se assim, como uma variável promotora de saúde. A Educação Física é fundamentada no conhecimento e nas percepções que envolvem corpo e movimento, considerando também as dimensões cultural, social, política e afetiva, em um trabalho de formação de cidadãos.

A Educação Física enquanto componente curricular da Educação básica deve assumir a tarefa de: introduzir e integrar o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la, reproduzi-la e transformá-la, instrumentalizando-o para usufruir do jogo, do esporte, das atividades rítmicas e dança, das ginásticas e práticas de aptidão física, em benefício da qualidade da vida (BETTI; ZULIANI; 2002).

Nahas (2001), considera a Educação Física na escola como base para a promoção de um estilo de vida ativo e saudável, ratificando a disciplina como uma das variáveis mais importantes na educação para melhores índices de qualidade de vida. A Educação Física Escolar deve servir de base educacional para uma vida mais ativa, utilizando conteúdos crescentes e proporcionando o conhecimento dos conceitos em torno da aptidão física e da saúde, considerando que o indivíduo levará o entendimento dos mesmos para o resto da vida (NAHAS, 2001).

É visto que pessoas que praticaram atividade física desde a infância, levam a prática de um esporte ou jogo, para a vida adulta; e também a consciente da necessidade de buscar ter uma qualidade de vida, tentando combater os males de uma vida sedentária.

O presente estudo teve como objetivo, analisar a prática de atividade física no ambiente escolar na perspectiva de uma vida ativa e saudável, considerando o nível de atividade física de escolares, e discutir como a educação física na escola contribui no cotidiano dos escolares.

REFERÊNCIAL TEÓRICO

As crianças tornam-se cada vez mais sedentárias, incentivadas pelos avanços tecnológicos, o aumento do tempo gasto assistindo televisão, e o pouco de atividade física realizadas em quantidades e intensidade insuficientes, permanecendo a maior parte de seu tempo em atividades de baixa intensidade. De acordo com Pinho e Petroski (1997), o mundo infantil gradativamente passou a adotar um estilo de vida que compromete o desenvolvimento motor e funcional da criança, atividades cotidianas buscam cada vez mais a economia do esforço físico, provocando um desequilíbrio entre a ingestão e o consumo de energia.

O sedentarismo acarreta diversos males a saúde, entre eles a hipertensão, diabetes tipo II, doenças cardiovasculares, respiratórias, e a obesidade, da qual vem se

destacando e preocupando a população não só do Brasil, mas mundialmente. A obesidade é definida como um excesso da adiposidade no organismo, tendo como causas fundamentais o estilo de vida sedentário e um perfil nutricional rico em gordura e alimento de alta densidade energética, se observa um aumento no consumo de lipídios e carboidratos refinados, e uma diminuição da ingestão de fibras e gordura poli-insaturada (SILVA; MALINA, 2003).

A obesidade pode iniciar em qualquer idade, desencadeada por fatores como o desmame precoce, a introdução inadequada de alimentos, distúrbios do comportamento alimentar e da relação familiar, especialmente nos períodos de aceleração do crescimento (GIUGLIANO; CARNEIRO, 2004). Crianças e adolescentes obesos são mais propensos a permanecerem obesos na vida adulta.

É necessário afastar ao máximo os fatores que venham provocar um estado de morbidez nas crianças, pois estes fatores na infância podem predizer a ocorrência de distúrbios orgânicos irreversíveis na vida adulta (GUEDES; GUEDES, 1995). Diante da realidade atual, na qual grande parte da população tem um estilo de vida sedentarismo e como consequência o aparecimento de doenças crônico-degenerativas, as atividades físicas passam a adquirir grande relevância na medida em que se torna necessário compensar os efeitos nocivos provocados pelo modo de vida da sociedade moderna.

A prática regular de atividade física demonstra uma relação inversa com enfermidades cardíacas e tem efeito positivo na qualidade de vida e em variáveis psicológicas. A atividade física é definida como movimento corporal produzido por contrações do músculo esquelético que resultem num gasto energético além dos níveis de repouso. A prática de uma atividade física regular associada ao controle alimentar, provocam efeitos benéficos na saúde do indivíduo, e quando esses hábitos são adquiridos na infância, provavelmente seguirão na fase adulta.

A prática de atividade física na infância e na adolescência tem vários efeitos possíveis: promover o desenvolvimento motor; fazer com que as crianças e os adolescentes se integrem; favorecer descobertas e discussões sobre o mundo em que vivem; propiciar situações vivenciais que favoreçam a socialização; oferecer subsídios para que as crianças e adolescentes possam compreender o seu corpo e seus limites, melhorar a auto-estima, a auto-confiança e a expressividade. E quanto aos aspectos fisiológicos, reduzir as condições para o desenvolvimento de doenças crônico-degenerativas provocadas principalmente pelo estilo de vida sedentário, tais como: a

obesidade, a hipertensão arterial, as doenças do aparelho respiratório, entre outras.(ORFREI e TAVARES).

A escola é o ambiente mais propício para a criança adquirir hábitos de vida saudável, entre eles a prática de atividade física e uma alimentação saudável, pois é o local onde ela passa o maior tempo do seu dia; daí a necessidade das instituições educacionais darem uma maior atenção aos temas que tratam da saúde e do bem estar do educando.

Dentre os diversos objetivos do Ensino Fundamental, justificados pelos PCNs (Parâmetros Curriculares Nacionais), (BRASIL, 2001), destacamos o fragmento que direciona o foco ao desenvolvimento, do educando, frente ao conhecimento intrínseco de si mesmo, a confiança em suas capacidades físicas, afetivas, cognitivas, éticas e estéticas, além de sua inserção social e a inter-relação com o meio, agindo com tenacidade à procura do exercício da cidadania.

Os PCNs indicam a utilização da linguagem corporal, como forma de expressar, produzir e comunicar ideias, provando a importância da Educação Física nos quatro ciclos do Ensino Fundamental, já que a mesma é fundamentada no conhecimento e nas percepções que corpo e movimento envolvem (BRASIL, 2001). Os PCNs indicam, que de uma forma crescente, partindo do início do primeiro, ao final do quarto ciclo (1ª à 9ª série) do Ensino Fundamental, espera-se atingir através das aulas de Educação Física, que o aluno reconheça a si próprio e sua relação com o ambiente, que ele adote hábitos saudáveis, que ele conheça a amplitude dos padrões de saúde, beleza e estética (BRASIL, 2001).

É importante o aluno saber que ao participar das aulas de Educação Física, praticar um esporte ou exercício físico, ele não estará só executando movimentos ou jogadas ensaiadas; mas estará também desenvolvendo o seu corpo como um todo, no aspecto físico, motor, psicológico, afetivo, além de estar contribuindo para a melhora da saúde, tornando-se uma criança ativa.

Para que isso ocorra, o professor de Educação Física deve incorporar conteúdos e práticas que abordem a saúde, o corpo, os benefícios da atividade física, hábitos alimentares saudáveis, usar de estratégias para conquistar e manter a atenção do alunado, enfim, deixar de lado a imagem de treinador de equipes e formador de atletas, e passar a ser visto como um promotor de conhecimento e práticas saudáveis ao desenvolvimento da criança.

Os professores de Educação Física devem incorporar uma nova postura frente à estrutura educacional, procurando proporcionar em suas aulas, não mais uma visão exclusiva à prática de atividades esportivas e recreativas, mas também, alcançarem metas voltadas à educação para a saúde, mediante seleção, organização e desenvolvimento de experiências que possam propiciar aos alunos não apenas situações que os tornem crianças e adolescentes ativos fisicamente, mas, sobretudo, que os conduzam a optarem por um estilo de vida saudável ao longo de toda a vida (GUEDES, 1999).

MÉTODOS

Foi realizada uma pesquisa descritiva, com caráter qualitativo, de corte transversal. Uma das características mais significativas da pesquisa descritiva é a utilização de técnicas padronizadas de coletas de dados, tais como o questionário e a observação sistemática, e, instrumentos como a observação e o formulário (MARCONI & LAKATOS, 2007).

Participaram do estudo, crianças de 10 a 12 anos de idade de ambos os sexos e que frequentavam as aulas da disciplina de Educação Física na Escola Santo Onofre, da rede particular na cidade de Campina Grande – PB.

A amostra foi composta por 30 crianças, 15 alunos do turno da manhã (grupo 1), e 15 alunos do turno da tarde (grupo 2), matriculadas no ensino fundamental, que participavam das aulas de Educação Física da referida escola, e que os pais autorizaram a participação na pesquisa.

Como critérios para a seleção da amostra a exigência era que os participantes tivessem na faixa etária entre 10 e 12 anos de idade, que participassem das aulas de Educação Física na escola, e que pais ou responsáveis, autorizassem por escrito a participação da criança no estudo. Seriam excluídos do estudo aquelas crianças que não se encaixasse nos critérios de seleção.

Após a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido, e o termo de autorização dos menores, foi aplicado o questionário de atividade física para crianças, o PAQ-C (Crocker, 1997), traduzido e modificado por Silva e Malina (2002), para adaptar atividades físicas e esportivas não praticadas no Brasil. Este questionário investiga o nível de atividade física de crianças e adolescentes nos sete dias anteriores ao preenchimento do questionário, envolve questões sobre a prática de atividades físicas na

escola, tempo de lazer e assistindo á televisão. Cada questão tem valor de 1 a 5, e o escore final é obtido pela média das questões, representando um intervalo de muito sedentário (1), sedentário (2), moderadamente ativo (3), ativo(4), e muito ativo (5). Os resultados foram tabulados e analisados, utilizando estatística descritiva.

O estudo foi realizado observando todos os aspectos éticos preconizados pela Resolução 466/2012 respeitando a confidencialidade e sigilo dos sujeitos da pesquisa. O Projeto foi encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual da Paraíba, sendo aprovado sob o protocolo nº CEP/UEPB: 37886614.1.0000.5187.

RESULTADOS

O estudo foi composto por 30 crianças, divididas em 2 grupos, o grupo 1 (alunos do turno da manhã) apresentou uma média de idade de 11,5 anos, e foi composta por 5 meninos e 10 meninas; e o grupo 2 (alunos do turno da tarde) obteve uma média de 10,1 anos, e foi composta por 6 meninos e 9 meninas.

Tabela 1 – Caracterização do estudo	
GRUPO 1	GRUPO 2
Média de idade: 11,5 anos	Média de idade: 10,1 anos
Composição: 5 meninos e 10 meninas	Composição: 6 meninos e 9 meninas

De acordo com o gráfico 1, podemos observar as classificações dos dois grupos em relação ao nível de atividade física, o grupo 1, predominou-se entre muito sedentário e sedentário (33,3% e 46% respectivamente), apenas 20% classificou-se como moderadamente ativo. Já o grupo 2, observamos que 6,6% foram considerados como muito sedentário, 40% sedentário, e 53,3%, moderadamente ativo. Podemos constatar também que em nenhum dos dois grupos, houve classificação nos escores ativo e muito ativo.

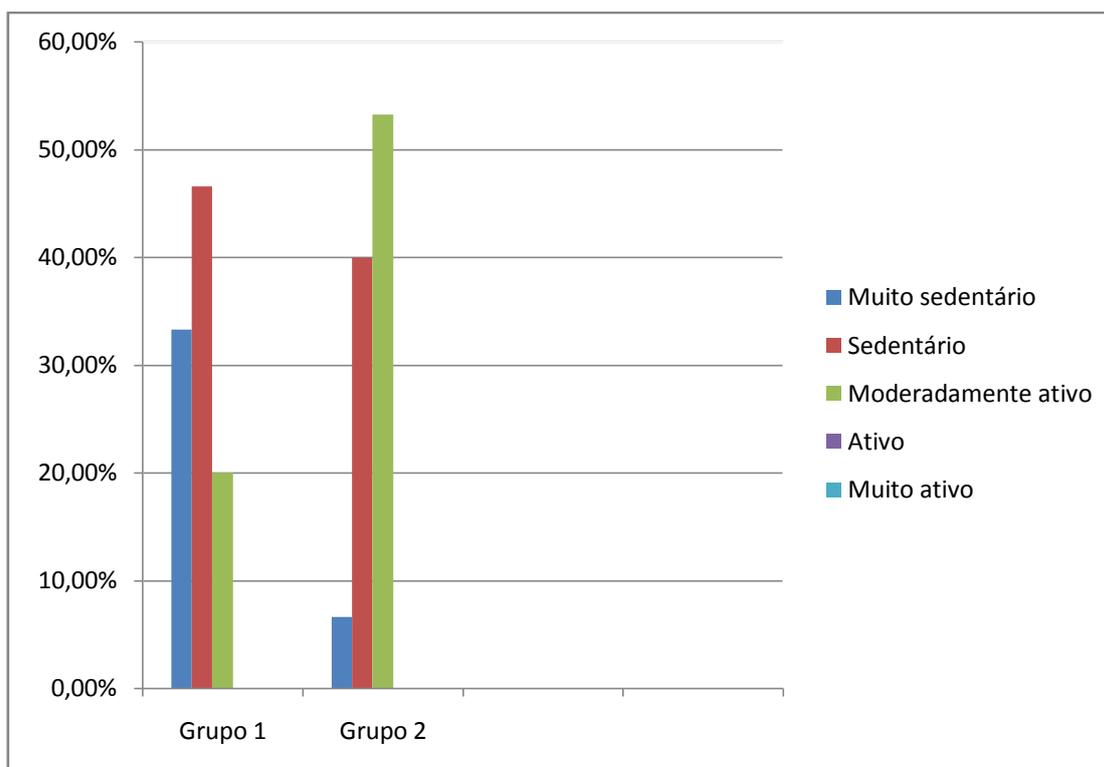


Gráfico 1 – Classificação em relação ao nível de atividade física.

Em relação à lista de atividades esportivas, as 5 mais praticadas no grupo 1 foi saltos (100%), natação (100%), correr ou trotar(86,6%), dança(80%), e atividades no parque/playground/caminhada (73,3%). Gráfico 2.

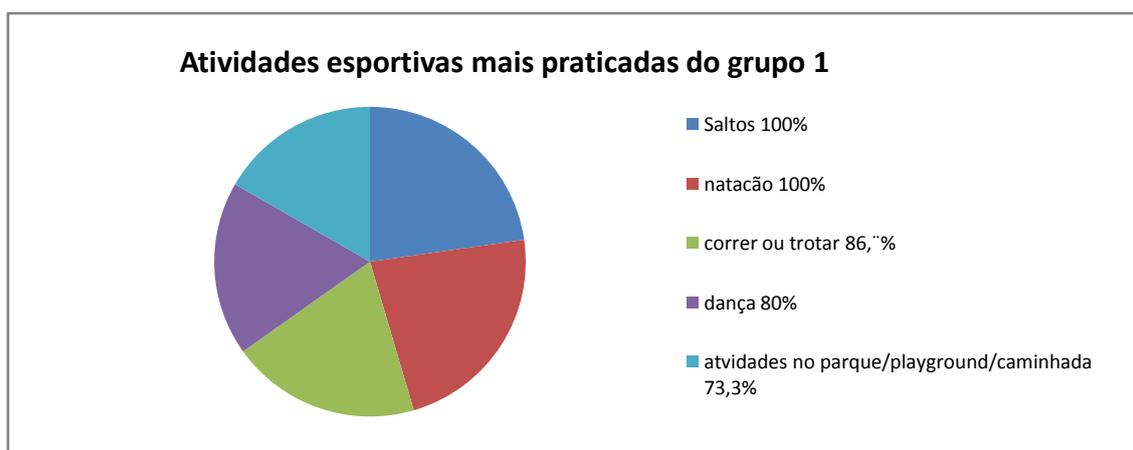


Gráfico 2 – Relação das atividades esportivas mais praticadas do grupo 1.

Já no grupo 2, as 5 atividades mais praticadas foram, natação (100%), atividades no parque/playground/caminhada (80%), correr ou trotar (80%), andar de bicicleta (73,3%) e dança (66,6%). Gráfico 3.

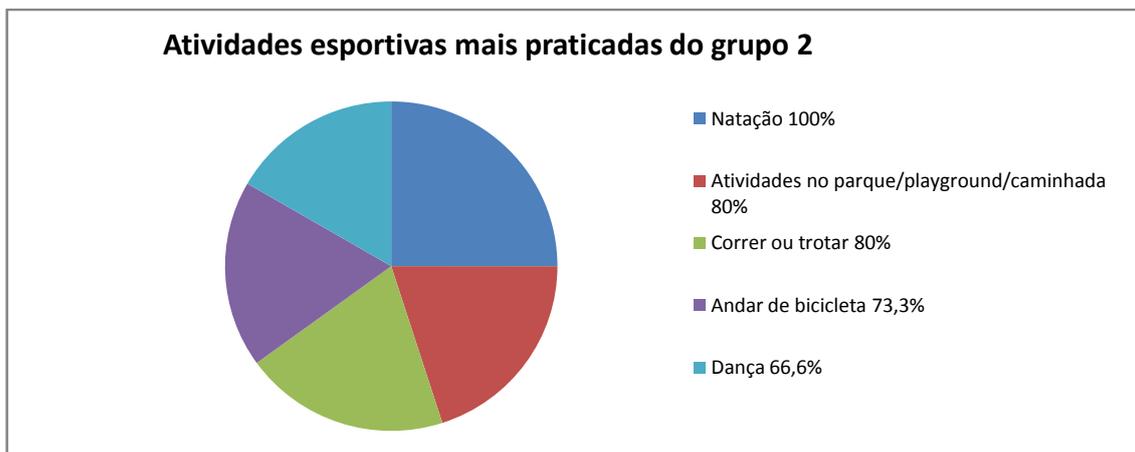


Gráfico 3- Relação das atividades esportivas mais praticadas do grupo 2.

A tabela 2, refere-se ao quanto ativo a criança se considera nas aulas de Educação Física, no grupo 1, observamos que 13,3% afirmaram que raramente foram muito ativos; 33,3% algumas vezes; 26,6% frequentemente, e 26,6% que sempre são ativos durante as aulas. Já no grupo 2, observamos que 40% afirmaram que algumas vezes foram muito ativos, 40% frequentemente, e 20% sempre ativos.

Tabela 2 - O quanto ativo nas aulas de Educação Física		
	Grupo 1	Grupo 2
Eu não faço as aulas	0%	0%
Raramente	13,3%	0%
Algumas vezes	33,3%	40%
Frequentemente	26,6%	40%
Sempre	26,6%	20%

Quando analisamos a pergunta que questiona a criança do que fez na maior parte do recreio, constatamos no grupo 1, que 40% afirmou que ficou sentado (conversando, lendo, ou fazendo trabalho de casa); 53,3% ficou em pé, parado ou andou; e 16,6% correu ou jogou um pouco. No grupo 2, podemos observar que 6,6% ficou sentado (conversando, lendo, ou fazendo trabalho de casa); 93,3% ficou em pé, parado ou andou.

Tabela 3 – O que fez na maior parte do recreio.		
	Grupo 1	Grupo 2
Ficou sentado (conversando, lendo ou fazendo trabalho de casa).	40%	6,6%
Ficou em pé, parado ou andou.	53,3%	93,3%
Correu ou jogou um pouco.	16,6%	0%
Correu ou jogou um bocado.	0%	0%
Correu ou jogou intensamente a maior parte do tempo.	0%	0%

Em relação a prática de atividade física no final de semana, observamos que no grupo 1, 26,6% não realizou nenhum dia alguma prática esportiva, dança ou jogos; 40% realizou 1 vez; e 33,3% 2 ou 3 vezes. No grupo 2, 6,6% não realizou nenhum dia

alguma prática esportiva, dança ou jogos; 6,6% 1 vez, 53,3% de 2-3 vezes; e 33,3% de 4-5 vezes.

	Grupo 1	Grupo 2
Nenhum dia	26,6%	6,6%
1 vez	40%	6,6%
2 -3 vezes	33,3%	53,3%
4 -5 vezes	0%	33,3%
6 ou mais vezes	0%	0%

Em relação ao tempo em horas que a criança passa por dia assistido Tv, temos uma média de 4,2 horas por dia para o grupo 1, e uma média de 4 horas por dia para o grupo 2.

DISCUSSÃO

O mundo infantil gradativamente passou a adotar um estilo de vida que compromete o seu desenvolvimento, colocando em risco a qualidade da saúde na fase adulta. A atividade física é um pré-requisito importante para que crianças e adolescentes cresçam e desenvolvam dentro dos padrões normais, como também, passem a adquirir um comportamento físico ativo na infância e que se estenda a fase adulta (PINHO e PETROSKI, 1997).

De acordo com os resultados deste estudo, observa-se que não houve em nenhum dos grupos classificação nos escores ativo e muito ativo, predominando os escores muito sedentário, sedentário e moderadamente ativo; ou seja, mesmo os alunos praticando as aulas de Educação Física na escola, não foi possível que nenhuma se classificasse nos escores ativos, o que mostra o alto grau de inatividade e de baixo gasto calórico.

Comparando com o estudo de Silva e Melina (2000), também houve predominância dos escores de sedentarismo, em relação ao tempo assistindo a televisão também houve maus índices, mas de 4 horas de tv; no nosso estudo mantem essa característica, os dois grupos tiveram uma media acima de 4 horas diárias assistindo a tv.

Os aparelhos tecnológicos tornam-se, a cada dia, mais atrativos, dificultando a aderência de crianças nas atividades físicas recreacionais e/ou programadas. Tornando-se cada vez mais difícil a tarefa de privar ou trocar esse momento tecnológico, por pelo menos 60 minutos de atividade diária. Uma realidade que preocupa educadores, pais e a

sociedade, pois já se vê as consequências desse estilo de vida tecnológico, além do sedentarismo e problemas de saúde, pode haver problemas de saúde mental. No estudo de Silva e Melina (2003), indica similarmente que há umaumento do sobrepeso com tempos prolongados de assistência à TV.

Para tentar combater esses males, é necessário um trabalho em conjunto com os poderes públicos, a sociedade, a escola e a família; programas e projetos que utilizem a tecnologia para fins mais qualitativos em relação ao seu usuário, um trabalho educativo e informativo.

Destacamos no estudo, a pergunta que questiona a criança do que faz no recreio, observamos que nos dois grupos a maioria fica sentado ou em pé, conversando ou lendo; ou seja, os alunos ficam ociosos. A instituição escolar poderia oferecer em seu espaços físicos no horário do recreio, atividades recreativas, jogos, dinâmicas, dentre outras atividades, para que os escolares tivessem a opção de utilizar seu tempo livre de uma forma mais ativa.

Quando questionadas em relação a prática de atividade física durante o final de semana, observamos que nos dois grupos houve crianças que responderam que não fizeram nenhuma atividade física; o que nos faz pensar que não adianta na escola a criança realizar atividade física e ser estimulada a ser ativa, e em casa não receber incentivo e estimula para o mesmo. Daí vemos a necessidade de uma educação para a saúde para todos, pois é um problema mundial e que afeta todos os indivíduos.

De acordo com Miranda(2006) a escola, acompanhada do engajamento da família e das políticas governamentais de saúde, seria o local ideal para o início da educação para a saúde, e a Educação Física Escolar seria a condutora principal deste processo pedagógico. Miranda(2006) afirma ainda, que não se trata necessariamente de negar a prática pela prática, ou o fazer pelo fazer, mas, sim, darum incremento capaz de aumentar a significância da Educação Física para a vida das pessoas; e que 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 das vezes não são mais praticados quando terminados os dias escolares.

A concepção da Educação Física Escolar e seus objetivos na escola devem ser repensados, com a correspondente transformação de sua prática pedagógica. Para Betti e Zuliani (2002) é papel da Educação Física preparar o aluno para ser um praticante

lúcido e ativo, que incorpore o esporte e os demais componentes da cultura corporal em sua vida, para deles tirar o melhor proveito possível.

Os professores devem buscar atrair a atenção e o interesse do alunado, introduzindo novas praticas corporais, lutas, novas danças e ritmo, esportes e práticas radicais, dentre outros recursos, buscando renovar o currículo da disciplina, promovendo a pesquisa e o conhecimento, fazendo com que a criança descubra e compreenda o mundo em que vive, sabendo agir e modificar o mesmo.

A Educação Física deve levar o aluno a descobrir motivos e sentidos nas práticas corporais, favorecer o desenvolvimento de atitudes positivas para com elas, levar a aprendizagem de comportamentos adequados a sua prática, levar ao conhecimento, compreensão e análise de seu intelecto os dados científicos e filosóficos relacionadas a cultura corporal do movimento, dirigir sua vontade e sua emoção para a prática e a apreciação do corpo em movimento (BETTI, 1992).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse estudo possibilitou discutir o papel que a escola e a educação física escolar têm com o bem estar e a saúde das crianças na fase escolar, vimos que não é uma tarefa fácil enfrentar esse novo estilo de vida da sociedade atual, onde nos deparamos com a inatividade física, os altos índices de sedentarismo, obesidade, e a era tecnológica. Os baixos escores do nível de atividade física dos escolares participantes deste estudo, comprovam que a cada dia menos as crianças praticam atividade física, prevalecendo um numero maior de ingestão alimentar e pouca atividade física, com baixo gasto calórico.

Ressaltamos a missão da educação física escolar de trazer para a sala de aula em sua prática, pesquisa e conhecimento relacionados a saúde, a prática de atividade física regular e a busca de melhores condições de qualidade de vida, buscando inserir hábitos saudáveis desde a infância, e, que se estenda a vida adulta.

Desejamos uma instituição escola que seja capaz de orientar o indivíduo para a vida, mostrando-lhe os caminhos para a cidadania e dando-lhe o referencial necessário para que possa, com sabedoria, zelar pela sua saúde e bem-estar. Trata-se de oferecer às crianças uma formação escolar, pois a escola é um espaço adequado para receber

conteúdos e procedimentos didático-metodológicos relacionados à atividade física e à saúde.

Reforçamos a ideia de que os escolares devem ter acesso a um conjunto de informações teóricas e práticas, bem como à atividade física regular, segundo os conceitos científicos direcionados para a aquisição e manutenção de níveis satisfatórios de aptidão física, com aceitação do estilo de vida saudável e com a adesão na fase adulta.

Enfatizamos ainda, a importância de maiores estudos com o tema para uma melhor discussão, e a possibilidade de construir projetos e programas pedagógicos e públicos com o intuito de combater o sedentarismo e promover a prática de atividade física nas escolas de nosso país. É de extrema importância que a saúde e a atividade física na escola seja discutido entre nos professores da área, em busca de soluções e estratégias para atingir os alunos de forma eficaz.

Não devemos deixar de citar que para se conseguir mudanças significativas, é preciso que a família esteja incluída neste projeto de educação a saúde, a criança precisa receber estímulo e educação de todas as partes, a escola, os professores, os pais e a família. O governo também tem seu papel, em investimentos financeiros para o desenvolvimento de projetos (exemplos: programa mais educação, esporte na escola, atletas do futuro) e estruturas (construções de praças, clubes, quadras); e investimento na segurança pública.

ABSTRACT**SCHOOL PHYSICAL EDUCATION IN PERSPECTIVE OF A LIFETIME ACTIVE AND HEALTHY**

Nascimento, Sheila Raquel Ricarte do

Children become increasingly sedentary, encouraged by technological advances, increased time spent watching television, and the little physical activity performed in quantities and insufficient intensity, staying most of their time on low-intensity activities. The best way to try to combat this situation is beginning to change the lifestyle of our children, and what better than the school to pass on the knowledge and the practice of physical activity from an early age to avoid health problems later. This study aimed to analyze and discuss the practice of physical activity in the school environment from the perspective of an active and healthy life. The study included 30 children between 10 and 12 years of age, of both sexes, a private school in the city of Campina Grande-PB; who were divided into two groups, group 1 (students studying in morning shift) and group 2 (afternoon shift students). The instrument used was the PAQ-C questionnaire, which investigates the level of physical activity of children and adolescents within seven days prior to the interview, involves questions about physical activity at school, leisure time and assistance shall television. We found that in both groups, there was active in rating scores and very active; remaining among the very sedentary scores (G1 and G2 33.3% 6.6%), sedentary (G1 and G2 6.6% to 40%), moderately active (G1 G2 20% and 53, 3%). The results showed the TV service media for group 1 4.2 hour, and the Group 2 and an average of 4 hours. We want a school institution that is able to guide the individual to life, showing you the paths to citizenship and giving you the framework necessary for you to wisely protect their own health and well-being.

Key words: Physical inactivity; School Physical Education , and Healthy Active Life .

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. **Parâmetros curriculares nacionais: educação física / Ministério da Educação.** Secretaria da Educação Fundamental. 3ª ed. Brasília: A Secretaria, 2001.

BETTI, M; ZULIANI, R, L. **Educação Física Escolar: Uma proposta de diretrizes pedagógicas.** Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte – 2002, 1(1):73-81.

BETTI, M. **Ensino de 1º. e 2º. graus: Educação Física para quê?** Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 13, n. 2, p. 282-7, 1992.

CROCKER, P. R.; BAILEY, D. A.; FAULKNER, R. A.; KOWALSKI, K. C. &McGRATH, R., 1997. **Measuring general levels of physical activity: Preliminary evidence for the Physical Activity Questionnaire for Older Children.***Medicine and Science in Sports and Exercise*, 29:1344-1349.

GUEDES, D. P. & GUEDES, J. E. R. P. **Subsídios para implementação de programas direcionados à Promoção da Saúde através da Educação Física Escola.**Revista APEF Londrina. v. 8, n. 15, p. 3-11, 1993.

GUEDES, D.P. **Educação para a saúde mediante programas de Educação Física Escolar.**Revista Motriz, São Paulo, v.5, n.1, p. 10 -15, 1999.

GIUGLIANO, R.; CARNEIRO, E.C. **Fatores associados à obesidade em escolares.**J. Pediatría. Rio de Janeiro. 2004; vol.80; p.17-22.

ORFREI, M.J; TAVARES, P.V. **Promoção da Saúde na Escola através das aulas de Educação Física.** Acessado em: <http://www.ceap.br/material/MAT23022012201332.pdf>

PINHO, A. R; PETROSKI, L.A. **Nível de Atividade Física em Crianças.** Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. v.2, n.3, p. 67-79, 1997.

SILVA, R.C.R, MALINA, R.M. **Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil.** Cad. Saúde Publica 2000;16 (4):1091-1097.

SILVA, R.C.R, MALINA, R.M. **Sobrepeso, atividade física e tempo de televisão entre adolescentes de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil.** Revista Brasileira Ciência e Movimento. Brasília, v.11, n. 4, p. 63-66, out./dez.2003.

MARCONI, M.; LAKATOS, E. M. **Metodologia científica.** 5. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

MIRANDA, J. M. **Educação física e saúde na escola.**estudos, Goiânia, v. 33, n.7/8, p. 643-653, jul./ago. 2006.

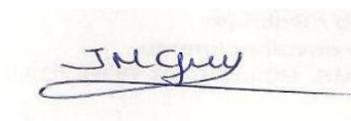
NAHAS, M. V. **Atividade Física e Saúde.**Conceitos e Sugestões para um estilo de vida ativo. 3. ed. Londrina: Midiograf, 2001.

ANEXOS

Anexo 1 – Declaração de Concordância com o Projeto de Pesquisa**DECLARAÇÃO DE CONCORDÂNCIA COM PROJETO DE PESQUISA****Título da Pesquisa: EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NUMA PERSPECTIVA DE
UMA VIDA ATIVA E SAÚDAVEL**

Eu, **Sheila Raquel Ricarte do Nascimento** aluna do Curso de Especialização em Educação Física Escolar da Universidade Estadual da Paraíba, portadora RG: 3356654 SSP-PB declaro que estou ciente do referido Projeto de Pesquisa e comprometo-me em acompanhar seu desenvolvimento no sentido de que se possam cumprir integralmente as diretrizes da Resolução N°. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde/ Comissão Nacional de Ética em Pesquisa, que dispõe sobre Ética em Pesquisa que envolve Seres Humanos.

Campina Grande, 29 de Setembro de 2014



Orientadora

Orientanda

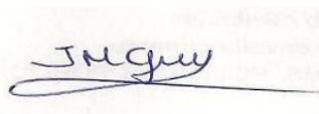
Anexo 2 – Declaração de Concordância com o Projeto de Pesquisa

DECLARAÇÃO DE CONCORDÂNCIA COM PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa: EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NUMA PERSPECTIVA DE
UMA VIDA ATIVA E SAÚDAVEL**

Eu, Jozilma de Medeiros Gonzaga, professora do Curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, portadora do RG: 1408.366 SSP/PB declaro que estou ciente do referido Projeto de Pesquisa e comprometo-me em acompanhá-lo e desenvolvê-lo no sentido de que se possam cumprir integralmente as diretrizes da Resolução N.º. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde/Comissão Nacional de Ética em Pesquisa, que dispõe sobre Ética em Pesquisa que envolve Seres Humanos.

Campina Grande, 29 de Setembro de 2014



Pesquisadora Responsável Orientanda

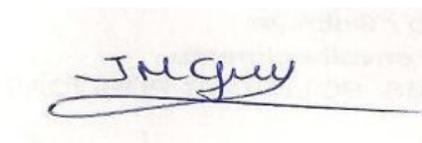
Orientadora

Anexo 3 – Termo de Compromisso do Pesquisador Responsável**TERMO DE COMPROMISSO DO PESQUISADOR RESPONSÁVEL EM CUMPRIMENTO
DOS TERMOS DA RESOLUÇÃO Nº 466/12 DO CNS/MS****Pesquisa: EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NUMA PERSPECTIVA DE UMA
VIDA ATIVA E SAÚDAVEL**

Eu, Jozilma de Medeiros Gonzaga, Professora do Curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, portadora do RG: 1408.366 SSP/PB e CPF: 714.647.434.87 comprometo-me em cumprir integralmente as diretrizes da Resolução Nº. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde/ Comissão Nacional de Ética em Pesquisa, que dispõe sobre Ética em Pesquisa que envolve Seres Humanos.

Estou ciente das penalidades que poderei sofrer caso infrinja qualquer um dos itens da referida resolução.

Por ser verdade, assino o presente compromisso.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'JMG' followed by a flourish, on a light-colored background.

Assinatura do Orientador (a)

Anexo 3 – Termo de Assentimento

Termo de Assentimento (TA)

Você está sendo convidado(a) como voluntário(a) a participar de pesquisa “Educação Física Escolar numa perspectiva de uma vida ativa e saudável”. Neste estudo pretendemos: Discutir a prática de atividade física no ambiente escolar na perspectiva de uma vida ativa e saudável, mensurar o nível de atividade física de escolares, e discutir como a educação física na escola contribui no cotidiano dos mesmos. O motivo que nos leva a estudar esse assunto, é combater os males que uma vida sedentária pode causar as nossas crianças, e educação física escolar é o melhor meio para intervir nessa realidade. pois através das aulas o aluno tem a possibilidade de entender e aprender a viver de maneira saudável, ativa e com qualidade. Para este estudo adotaremos o(s) seguinte(s) procedimento(s): Será aplicado o questionário PAQ-C, que investiga o nível de atividade física de crianças e adolescentes nos sete dias anteriores ao preenchimento do questionário, envolve questões sobre a prática de atividades físicas na escola, tempo de lazer e assistência à televisão.

Para participar deste estudo, o responsável por você deverá autorizar e assinar um termo de consentimento. Você não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Você será esclarecido(a) em qualquer aspecto que desejar estar livre para participar ou recusar-se. O responsável por você poderá retirar o consentimento ou interromper a sua participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido(a) pelo pesquisador que irá tratar a sua identidade com padrões profissionais de sigilo. Você não será identificado em nenhuma publicação. Este estudo apresentará o mínimo isto é, o mesmo risco existente em atividades de rotina como conversar, tomar banho, ler etc. Apesar disso, você tem assegurado o direito a ressarcimento ou indenização, no caso de quaisquer danos eventualmente produzidos pela pesquisa.

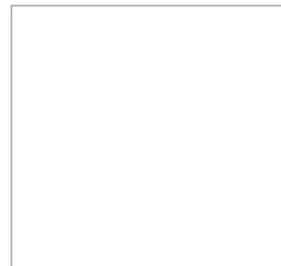
Os resultados estarão à sua disposição quando finalizada, sendo que seu nome ou material que indique sua participação será mantido em sigilo. Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão arquivados com o pesquisador responsável por um período de 5 anos, e após esse tempo serão destruídos. Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida a você. Este termo foi elaborado em conformidade com o Art. 228 da Constituição Federal de 1988; Arts. 2º e 104 do Estatuto da Criança e do Adolescente; e Art. 27 do Código Penal Brasileiro; sempre de acordo com os Arts. 3º, 4º e 5º do Código Civil Brasileiro.

Eu, _____, portador(a) do documento de identidade _____ fui informado(a) dos objetivos do presente estudo de maneira clara. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações junto ao pesquisador responsável e lista do abaixo ou como acadêmico Sheila Raquel Ricarte do Nascimento, telefone: (83) 88256760 ou ainda como Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Estadual da Paraíba, telefone (83) 3315-3373. Estou ciente que o meu responsável poderá modificar a decisão da minha participação na pesquisa, se assim desejar. Tendo o consentimento do meu responsável já assinado, declaro que concordo em participar desse estudo. Recebi uma cópia deste termo de assentimento e me foi dada a oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

_____, _____ de _____ de 20_____.

Assinado(a) menor ou impressão dactiloscópica.

Assinatura Dactiloscópica do participante da pesquisa



Assinatura:

Nome legível:

Endereço:

RG:

Fone:

Data ____/____/____

Data ____/____/____

Assinatura do pesquisador responsável

Anexo 5 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - TCLE

Pelo presente Termo de Consentimento Livre e Esclarecido eu, _____
 _____, em pleno exercício dos meus direitos autorizo a participação do _____
 _____ de _____ anos na Pesquisa “*Educação Física Escolar numa perspectiva de uma vida ativa e saudável*”.

Declaro ser esclarecido e estar de acordo com os seguintes pontos: O trabalho “Educação Física Escolar numa perspectiva de uma vida ativa e saudável”, terá como objetivo principal, discutir a prática de atividade física no ambiente escolar na perspectiva de uma vida ativa e saudável. A responsabilidade legal pelo(a) menor de idade só caberá a autorização para que os testes não tenham em nenhum caso o desconforto do voluntário.

Ao pesquisador caberá o desenvolvimento da pesquisa de forma confidencial; entretanto, quando necessário for, poderá revelar os resultados ao médico, indivíduo e/ou familiares, cumprindo as exigências da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde.

O responsável legal do menor participante da pesquisa poderá recusar a participar, ou retirar seu consentimento a qualquer momento da realização do trabalho ora proposto, não havendo qualquer penalização ou prejuízo para o mesmo.

Será garantido o sigilo dos resultados obtidos neste trabalho, assegurando assim a privacidade dos participantes em manter os resultados em caráter confidencial.

Não haverá qualquer despesa ou ônus financeiro aos participantes voluntários deste projeto científico e não haverá qualquer procedimento que possa incorrer em danos físicos ou financeiros ao voluntário e, portanto, não haveria necessidade de indenização por parte da equipe científica e/ou da Instituição responsável.

Qualquer dúvida ou solicitação de esclarecimentos, o participante poderá contatar a equipe científica no número (083) 88256760 com Sheila Raquel Ricarte do Nascimento.

Ao final da pesquisa, se for do meu interesse, terei livre acesso ao conteúdo da mesma, podendo discutir os dados, como pesquisador, valesalientar que este documento será impresso em duas vias e uma delas ficará em minha posse.

Desta forma, uma vez tendo lido e entendido tais esclarecimentos e, por estar de pleno acordo com o teor do mesmo, dato e assino este termo de consentimento livre e esclarecido.

Assinatura da Pesquisadora Responsável _____

Assinatura do responsável legal pelo menor _____

Assinatura do menor de idade _____

Assinatura Dactiloscópica do participante da pesquisa

Anexo 6 - Termo de Autorização Institucional

ESCOLA SANTO ONOFRE
Rua Jafé Medeiros, 112
Ávaro Gaudêncio - CEP 58432-842
CAMPINA GRANDE - PB

TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL

Estamos cientes da intenção da realização do projeto intitulado “**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NUMA PERSPECTIVA DE UMA VIDA ATIVA E SAÚDAVEL**” desenvolvida pela aluna **SHEILA RAQUEL RICARTE DO NASCIMENTO** do Curso de Especialização em Educação Física escolar da UEPB e, sob a orientação da professora **JOZILMA DE MEDEIROS GONZAGA**.

Campina Grande, 29 de Setembro de 2014.

Wilma Rodrigues da Silva

Assinatura e carimbo do responsável institucional

Wilma Rodrigues da Silva
Adm. Escolar - ITE - 320/CG

Escola Santo Onofre
CNPJ- 24.108.748/0001-70
Rua Jafé Medeiros, nº 112, Malvinas, Campina Grande - PB
(83) 3339-5779

APÊNDICES

QUESTIONÁRIO PARA AVALIAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS (PAQ-C)

Nome: _____ Idade: _____ Sexo: M ___ F ___

Data: _____

Gostaria de saber que tipos de atividade física você praticou NOS ÚLTIMOS SETE DIAS (nessa última semana). Essas atividades incluem esporte e dança que façam você suar ou que façam você sentir suas pernas cansadas, ou ainda jogos (tais como pique), saltos, corrida e outros, que façam você se sentir ofegante.

LEMBRE-SE:

A. Não existe certo ou errado - este questionário não é um teste.

B. Por favor responda a todas as questões de forma sincera e precisa - é muito importante para o resultado.

1. ATIVIDADE FÍSICA

Você fez alguma das seguintes atividades nos ÚLTIMOS 7 DIAS (na semana passada)? Se sim, quantas vezes? Marque apenas um X por atividade

Nenhuma()

Saltos 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

Ativ.no parque/playground // Caminhada 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

Andar de bicicleta 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

Correr ou trotar 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

Ginástica aeróbica 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

Natação 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

Dança 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

Andar de skate 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

Futebol 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

Voleibol 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

Basquete 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

“Queimado” 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

Outros (liste no espaço)

_____ 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 vezes ou mais()

2. Nos últimos 7 dias, durante as aulas de Educação Física, o quanto você foi ativo (jogou intensamente, correu, saltou e arremessou)? Marque apenas uma opção!

Eu não faço as aulas ()

Raramente ()

Algumas vezes()

Freqüentemente()

Sempre()

3. Nos últimos 7 dias, o que você fez na maior parte do RECREIO? Marque apenas uma opção!

Ficou sentado (conversando, lendo, ou fazendo trabalho de casa) ()

Ficou em pé, parado ou andou ()

Correu ou jogou um pouco ()

Correu ou jogou um bocado ()

Correu ou jogou intensamente a maior parte do tempo ()

4. Nos últimos 7 dias, o que você fez normalmente durante o horário do almoço (além de almoçar)? Marque apenas uma opção!

Ficou sentado (conversando, lendo, ou fazendo trabalho de casa) ()

Ficou em pé, parado ou andou ()

Correu ou jogou um pouco ()

Correu ou jogou um bocado ()

Correu ou jogou intensamente a maior parte do tempo ()

5. Nos últimos 7 dias, quantos dias da semana você praticou algum esporte, dança, ou jogos em que você foi muito ativo, LOGO DEPOIS DA ESCOLA? Marque apenas uma opção!

Nenhum dia ()

1 vez na semana passada ()

2 ou 3 vezes na semana passada ()

4 vezes na semana passada ()

5 vezes na semana ()

6. Nos últimos 7 dias, quantas vezes você praticou algum esporte, dança, ou jogos em que você foi muito ativo, A NOITE? Marque apenas uma opção!

Nenhum dia ()

1 vez na semana passada ()

2-3 vezes na semana passada()

4-5 vezes na semana passada ()

6-7 vezes na semana passada ()

7. NO ÚLTIMO FINAL DE SEMANA quantas vezes você praticou algum esporte, dança, ou jogos em que você foi muito ativo? Marque apenas uma opção!

Nenhum dia ()

1 vez ()

2-3 vezes ()

4-5 vezes ()

6 ou mais vezes ()

8. Em média quantas horas você assiste televisão por dia? _____ horas.

9. Qual das opções abaixo melhor representa você nos últimos 7 dias?

**** Leia TODAS AS 5 afirmativas antes de decidir qual é a melhor opção****

A) Todo ou quase todo o meu tempo livre eu utilizei fazendo coisas que envolvem pouco esforço físico (assistir TV, fazer trabalho de casa, jogar videogames) ()

B) Eu pratiquei alguma atividade física (1-2 vezes na últimasemana) durante o meu tempo livre (ex. Praticou esporte, correu, nadou, andou de bicicleta, fez ginástica aeróbica) ()

C) Eu pratiquei atividade física no meu tempo livre (3-4 vezes na semana passada) ()

D) Eu geralmente pratiquei atividade física no meu tempo livre (5-6 vezes na semana passada) ()

E) Eu pratiquei atividade física regularmente no meu tempo livre na semana passada (7 ou mais vezes)()

10. Comparando você com outras pessoas do mesma idade e sexo, como você se considera?

Muito mais em forma ()

Mais em forma ()

Igualmente em forma ()

Menos em forma ()

Completamente fora de forma ()

11. Você teve alguma problema de saúde na semana passada que impediu que você fosse normalmente ativo?

Sim () Não ()

Se sim, o que impediu você de ser normalmente ativo?

12. Comparando você com outras pessoas da mesma idade e sexo, como você se classifica em função da sua atividade física nos últimos 7 dias?

- A) Eu fui muito menos ativo que os outros ()
- B) Eu fui um pouco menos ativo que os outros ()
- C) Eu fui igualmente ativo ()
- D) Eu fui um pouco mais ativo que os outros ()
- E) Eu fui muito mais ativo que os outros ()

13. Marque a frequência em que você praticou atividade física (esporte, jogos, dança ou outra atividade física) na semana passada.

Segunda- Nenhuma vez()Algumas vezes()Poucas vezes()Diversas vezes ()Muitas vezes ()

Terça - Nenhuma vez()Algumas vezes()Poucas vezes()Diversas vezes ()Muitas vezes ()

Quarta - Nenhuma vez()Algumas vezes()Poucas vezes()Diversas vezes ()Muitas vezes ()

Quinta - Nenhuma vez()Algumas vezes()Poucas vezes()Diversas vezes ()Muitas vezes ()

Sexta- Nenhuma vez()Algumas vezes()Poucas vezes()Diversas vezes ()Muitas vezes ()

Sábado - Nenhuma vez()Algumas vezes()Poucas vezes()Diversas vezes ()Muitas vezes ()

Domingo- Nenhuma vez()Algumas vezes()Poucas vezes()Diversas vezes ()Muitas vezes ()

Cálculo do escore: Cada item do questionário tem a pontuação em uma escala de 5 pontos. Para a questão número 1, que é uma lista de atividades, é necessário transformar a pontuação em nessa escala, pela divisão do total de pontos na questão pelo número de atividades na lista, incluindo-se aí também as atividades que tenham sido acrescentadas na seção outras. O mesmo tipo de procedimento é necessário para a questão número 13, que lista o nível de atividade física em cada dia da semana. O total de pontos nessa questão é dividido por 7.

O escore final é obtido pela média das questões 1 a 7, 9 e 13.

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA ENVOLVENDO SERES HUMANOS –
CEP/UEPB
COMISSÃO NACIONAL DE ÉTICA EM PESQUISA.**



UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA/
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA/
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA


Prof.ª Dra. Doralúcia Pedrosa de Araújo
Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa

PARECER DO RELATOR

Número do Protocolo: 37886614.1.0000.5187

Data da 1ª relatoria PARECER DO AVALIADOR: 12/11/2014

Pesquisador(a) Responsável: Sheila Raquel Ricarte do Nascimento

Situação do parecer: Aprovado

Apresentação do Projeto: O projeto é intitulado: **EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NUMA PERSPECTIVA DE UMA VIDA ATIVA E SAUDÁVEL**, apresentado ao comitê de ética da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito para o desenvolvimento do TCC do curso de Especialização em Educação Física Escolar – UEPB. Será realizada uma pesquisa descritiva, de caráter qualitativo; fará parte do estudo 30 crianças, entre 10 e 12 anos de idade, de ambos os sexos, de uma escola particular da cidade de Campina Grande-PB. O instrumento utilizado será o Questionário PAQ-C, que investiga o nível de atividade física de crianças e adolescentes nos sete dias anteriores ao preenchimento do questionário, envolve questões sobre a prática de atividades físicas na escola, tempo de lazer e assistência à televisão.

Objetivo da Pesquisa: Tem como objetivo geral: **Discutir a prática de atividade física no ambiente escolar na perspectiva de uma vida ativa e saudável.**

Avaliação dos Riscos e Benefícios: Considerando a justificativa e os aportes teóricos e metodologia apresentados no presente projeto, e ainda considerando a relevância do estudo as quais são explícitas suas possíveis contribuições, percebe-se que a mesma não apresenta riscos aos participantes a serem pesquisados.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa: O estudo atende as exigências protocolares do Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos, da Universidade Estadual da Paraíba, mediante a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde e RESOLUÇÃO/UEPB/CONSEPE/10/2001 que rege e disciplina este CEP.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória e Parecer do Avaliador:

Encontram-se anexados os termos de autorização necessários para o estudo.

Recomendações: Não necessita de recomendações.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações: O presente estudo encontra-se sem pendências.