



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO  
CAMPUS SAÚDE  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ANTONIO RONDINELE RODRIGUES CELESTINO**

**A EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA COMO INSTRUMENTO DE PROMOÇÃO A  
SAÚDE**

**JUAZEIRO DO NORTE  
2018**

**ANTONIO RONDINELE RODRIGUES CELESTINO**

**A EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA COMO INSTRUMENTO DE PROMOÇÃO A  
SAÚDE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Campus Saúde, como requisito para obtenção do Grau de Licenciado em Educação Física, Artigo Científico.

Orientador: Prof. Esp. Francisco Marcelo Catunda de Oliveira.

JUAZEIRO DO NORTE  
2018

**ANTONIO RONDINELE RODRIGUES CELESTINO**

**A EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA COMO INSTRUMENTO DE PROMOÇÃO  
A SAÚDE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Campus Saúde, como requisito para obtenção do Grau de Licenciado em Educação Física.

Aprovada em \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

**BANCA EXAMINADORA:**

---

ProfºMe. Francisco Marcelo Catunda de Oliveira  
Orientador (a)

---

ProfªMe. Pergentina Parente Jardim Catunda  
Examinador (a)

---

ProfºMe. Jose Caldas Simões Neto  
Examinador (a)

JUAZEIRO DO NORTE  
2018

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho primeiramente a Deus, aos meus pais, à minha namorada, à minha sogra e aos meus amigos. Vocês foram fundamentais para a realização desse momento. Sou grato por tudo. Esse trabalho também é de vocês.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por ter me fortalecido ao ponto de superar as dificuldades e também por toda saúde que me deu e que permitiu alcançar essa etapa tão importante da minha vida.

À minha mãe Elane e ao meu pai Rubens por toda assistência durante os momentos difíceis.

À minha Sogra Regiane e à minha amada namorada Adny por toda ajuda e incentivo nos momentos difíceis.

Agradeço a todos os meus amigos por proporcionarem momentos inesquecíveis e amizades que levarei para toda vida. À lendária “Equipe que ganha” da turma 316. São eles: Jessica, Washington, Myllan, Renata, Natasha, Maycon, Valmario e em especial, meu grande amigo de infância Pedro Lieberth.

Quero agradecer, também, a essa instituição de ensino que me proporcionou momentos de ensinamentos e aprendizagens significativas para minha vida prática e profissional.

A todos os professores, em especial, Caldas, Idelvan, Jenifer, Lara, Pergentina e ao meu orientador Marcelo, qual tenho grande admiração e, por isso, deixo uma palavra sincera de gratidão.

A exemplar e dedicada comissão de formatura que guardo no coração e tenho grande apreço, Isabela, karisia, Taysa e Sara.

Agradeço de todo coração a todas as pessoas que de alguma forma fizeram parte do meu percurso.

# A EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA COMO INSTRUMENTO DE PROMOÇÃO A SAÚDE

<sup>1</sup>Francisco Marcelo Catunda de Oliveira  
<sup>2</sup>Antonio Rondinele Rodrigues Celestino;

- <sup>1</sup> Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.  
<sup>2</sup> Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

## RESUMO

O objetivo desse estudo é entender a “Educação Física na Escola como instrumento de promoção a saúde”. Nos tempos atuais sabemos que o índice de pessoas obesas, com sobrepeso e sedentárias na sociedade é excessivamente alto. Grande parte delas são crianças e jovens que não tiveram uma boa qualidade de vida de forma regular ou uma boa orientação sobre saúde. Cabe à Escola alertar e orientar os escolares sobre ter qualidade de vida de forma consciente para que o aluno possa levar isso para sua vida de forma permanente até sua fase adulta. A Educação Física é uma das principais ferramentas em prol da saúde, principalmente nos dias atuais onde os índices de pessoas com doenças degenerativas crescem a cada dia. A pesquisa tem como intenção trazer para os profissionais de educação física escolar uma educação pautada de compromisso com a saúde da sociedade, assim trazendo diversos estudos de sustentação para tal prática no âmbito escolar, uma vez que os alunos se apropriam desse conhecimento na escola, eles levam para sociedade essa competência, com isso as aulas de educação física têm uma importância na vida do aluno, que após sair deste espaço poderá ter autonomia para promover sua própria saúde. Então, busca-se acrescentar para o meio acadêmico e social a importância da Educação Física dentro da escola, incentivando alunos e profissionais da disciplina conscientização de modo geral de uma boa qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Saúde. Atividade Física. Educação Física. Escolar.

## ABSTRACT

The objective of this study is "to understand Physical Education in the School as an instrument of health promotion". In the current times we know that the index of obese, overweight and sedentary people in society are excessively high, most of them are children and young people who did not have a good quality of life on a regular basis or a good orientation on health, it is up to the School to alert and guide the students about having a good quality of life in a conscious way so that the

student can take this to his life permanently until his adulthood. Physical Education is one of the main weapons in favor of health, especially in the present day where the indexes of people with degenerative diseases were born every day, the research intends to bring to the professionals of physical education of the school an education ruled of commitment with the health of the society, thus bringing several studies of support for such practice in the school environment, once the students take this knowledge in the school, they take to society this competence, with this the physical education classes have an importance in the life of the student , who after leaving this space may have autonomy to promote their own health. Through this, it sought to add to the academic and social environment the importance of Physical Education within the school, encouraging students and professionals of the discipline to raise awareness of a good quality of life in general.

**Key-Words:** Health. Physical Activity. Physical Education. School.

## INTRODUÇÃO

A escola é um ambiente de grande influência na formação do indivíduo, cuja vivência é essencial para o desenvolvimento cognitivo, social e emocional. Portanto, apresenta privilégios para o monitoramento de fatores de risco e cuidados para os escolares (POLONIA; DESSEN, 2005). A redução dos níveis de atividade física habitual parece favorecer o desenvolvimento gradativo de inúmeras disfunções crônico-degenerativas, tais como obesidade, dislipidemias, diabetes, doenças cardiovasculares, hipertensão, dentre tantas outras, em idades cada vez mais precoces, primordialmente em escolares (LUGUETTI et al., 2010).

Recentes estudos revelam que os hábitos saudáveis incentivados e obtidos na infância e adolescência, com eles a prática de atividades físicas, favorecem uma vida adulta saudável (AZEVEDO, 2006; REICHERT, 2007).

A escola, além da família, torna-se um ambiente propício ao desenvolvimento de tais hábitos, visto que a rotina dos escolares é praticamente dividida entre estes dois ambientes, sendo que, para muitas, a única alternativa para a prática de atividade física é na escola. O profissional de Educação Física tem um papel muito importante na promoção da saúde escolar e nas comunidades que a rodeiam. Um dos principais aspectos que pode abordar com as comunidades está no incentivo e promoção de uma vida mais ativa e práticas alimentares saudáveis. (BOCCALETTO, 2007).

A Educação Física promove a saúde o bem-estar à qualidade de vida, forma pessoas críticas e participativas na sociedade e desenvolve a ética. É de

fundamental importância que ela seja apoiada cada vez mais e de maneira alguma deixar de ser obrigatória em quais quer que seja os âmbitos, já que é na escola onde o contato com a disciplina é constante.

MIRANDA (2006) reforça o papel da escola na sociedade e em específico da Educação Física escolar como campo de conhecimento que trata das atividades corporais, de movimento e dos conhecimentos relacionados na promoção da saúde e qualidade de vida. Por isto, o melhor seria que as crianças tivessem mais do que apenas uma ou duas aulas de Educação Física na escola por semana.

Neste cenário, um grande desafio da Educação Física Escolar é criar condições de autoconhecimento e desenvolvimento dos alunos nos domínios motores, cognitivos, afetivos e sociais, construindo assim uma vida ativa, saudável e bastante produtiva, integrando de uma forma correta e harmônica o corpo, mente e espírito através de vivências de atividade física na escola e fora dela (ALVES, 2003).

Na Educação Física vem se rompendo padrões descompromissados de alunos, principalmente no viés da promoção de saúde na área escolar. Desta forma, a Educação Física deve assumir grandes desafios no mundo contemporâneo, ao criar condições diferenciadas a partir de atividades que visam o desenvolvimento humano (DARIDO, 2004).

No contexto escolar é comum ver alunos que não gostam de praticar algum tipo de atividade física, por não se sentirem aptos a praticar determinadas ações motoras, geralmente crianças obesas, sobrepesas ou outros fatores, havendo a necessidade de uma avaliação nos níveis de aptidão física relacionada à saúde dos escolares Incentivando a vida ativa.

As práticas de caráter instrutivo em promoção da saúde devem ser ligadas a ações educativas, mediadas pelo professor de Educação Física e seus alunos, através de práticas coletivas, workshops, palestras, tarefas para casa, cartazes, boletins, folhetos e demais meios de comunicação disponíveis na comunidade. (GUEDES E GUEDES, 2003).

Novas revisões comprovam que intervenções na escola são possíveis e tendem a relatar resultados positivos no aumento dos níveis de atividade física de escolares (KAHN, 2002; HOEHNER, 2008; KRIEMLER, 2011).

Por outro ponto, ainda são raras as intervenções de promoção da atividade física realizadas no Brasil disponíveis na literatura (SOUZA, 2011).



Podemos perceber que o alerta e a orientação tanto de hábitos alimentares como a prática de atividades físicas devem ser estimuladas, principalmente dentro da escola, para que riscos na saúde sejam evitados futuramente. Pesquisadores da área (CARVALHO, 2012) afirmaram que há uma necessidade de aproximar saúde coletiva, para avançar na disciplina de Educação Física escolar, obtendo o foco na saúde social.

A escola deve procurar estratégias para em conjunto com a comunidade escolar, buscar um favorecimento de escolhas saudáveis, reforçando sobre uma boa alimentação agregada a prática de atividade física regular, enfatizando sobre a importância e a responsabilidade do processo de participação de todos os envolvidos.

É relevante também trabalhar com projetos nas comunidades escolares podendo haver vivências, palestras e trocas de experiências de hábitos saudáveis, buscando sempre alertar de riscos e benefícios, incentivando os escolares a terem uma garantia de uma boa qualidade de vida.

O estudo tem como intenção trazer para os profissionais de Educação Física estudos de sustentação para tal prática no âmbito escolar, uma vez que os alunos se apropriam desse conhecimento na escola, eles levam para sociedade essa competência, com isso as aulas de educação física têm uma importância na vida do aluno, que após sair deste espaço poderá ter autonomia para promover sua própria saúde. Acrescentando para o meio acadêmico e social a importância da disciplina na escola com o objetivo principal de entender a “Educação Física na escola, como instrumento de promoção a Saúde”.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, na qual, se utilizou de materiais escritos, como aborda (MARCONI E LAKATOS, 2015). A pesquisa também tem características exploratórias de cunho descritivas e abordagem qualitativa por não possuir desempenho métrico (FANTINATO, 2015).

O trabalho se desenvolveu através de investigação de acervos bibliográficos já analisados, tais como: Escritos publicados, livros, artigos científicos pesquisados

em SciELO, Google Acadêmico. De acordo com o quadro 1, podemos ver a quantidade de artigos e livros examinados e utilizados na produção do estudo.

Quadro1

ARTIGOS EXAMINADOS	39
LIVROS EXAMINADOS	2
ARTIGOS UTILIZADOS	6
LIVROS UTILIZANDOS	1

Tais acervos estarão relacionados com o objeto de estudo que tem como tema “Educação Física na escola como instrumento de promoção a saúde”. Foi utilizado um fichamento como facilitador do instrumento de pesquisa, onde esta etapa, primeiramente, foi construída o projeto de pesquisa, um instrumento de acompanhamento de leitura desenvolvido a partir de orientações e de acordo com alguns critérios literários, mostrado nos anexos do trabalho, apontado por MARCONI e LAKATOS (2015).

No uso do fichamento foram feitas leituras minuciosas, tais como: reconhecimento do material bibliográfico, exploração do texto, seleção, reflexão ou crítica e interpretação, como mostra as autoras LIMA E MIOTO (2007).

Como critério de inclusão foi utilizado artigos atualizados de 2000 a 2016 para haver uma melhor aceitação do instrumento de pesquisa. Os referidos trabalhos puderam contribuir no estudo de artigos referentes à Educação Física na escola e saúde como o principal foco da pesquisa. Como critério de exclusão, Artigos, sites, livros que abordassem temas não relacionados com Educação física escolar e saúde.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A coleta de dados partiu de variados artigos e livros que se associasse ao tema, como mostra o Quadro 2 alguns dos principais estudos.

Quadro 2

ARTIGO/LIVRO	AUTOR (ES)	INFORMAÇÕES SOBRE A PUBLICAÇÃO DA PRODUÇÃO TEXTUAL	CONCEITOS CHAVES
A INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO AMBIENTE ESCOLAR SOBRE OS PARÂMETROS DE APTIDÃO FÍSICA E IMAGEM CORPORAL EM ALUNOS DE 13 E 14 ANOS DO ENSINO FUNDAMENTAL DE UMA ESCOLA PÚBLICAS DO ESTADO DE SÃO PAULO	Aluno: Leandro Ribeiro Marques Orientador: Prof. Dr. Érico Chagas Caperuto	São Paulo 15 de março de 2014	Aptidão física na adolescência; Aptidão Física; Percepção imagem corporal.
A SAÚDE NAS PROPOSTAS CURRICULARES PARA O ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO NORDESTE BRASILEIRO: O QUE ENSINAR?	Andréa Carla de Paiva <sup>1,2</sup> , João Paulo Oliveira <sup>2,3</sup> , Kadja Michele Ramos Tenório <sup>2,4</sup> , Marcelo Soares Tavares de Melo <sup>2</sup> , Marcilio Souza Júnior <sup>2*</sup>	Motricidade © Edições Desafio Singular 2017, vol. 13, Sl, pp. 2-16	Saúde, Saúde Coletiva, Educação Física, Escola
ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA NA ESCOLA: CONCEITOS E APLICAÇÕES DIRIGIDOS À GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA	Ana Maria Girotti Sperandio Carlos Roberto Silveira Correa Guanis de Barros Vilela Jr José Armando Valente Lenira Zancan Leonardo Mendes Ligia Maria Presumido Bracciali Luiz Fernando Rocabado Luiz Odorico Andrade Alex Matos	1ª Edição Campinas - SP IPES 2008	1. Atividade física. 2. Qualidade de vida. 3. Escolas de Educação Física.
EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UMA QUESTÃO PEDAGÓGICA!	Victor José machado de oliveira, Dr. Ivan Marcelo Gomes, Dr. Valter Brecht	Cadernos de Formação RBCE, p. 68-79, set. 2014	Educação para a saúde; Educação Física Escolar; Práticas Pedagógicas.
PROMOÇÃO DA SAÚDE NA ESCOLA: A LUDICIDADE MULTIPLICANDO SABERES	Luiz Rogério Romero, Giovanni Henrique Quizzini, Márcia Regina Canhoto de Lima, José Milton de Lima-	Colloquium Humanarum, vol. 11, n. Especial, Jul-Dez, 2014, p. 1075-1081. ISSN: 1809-8207. DOI: 10.5747/ch.2014.v11.nesp.000639	Estudantes; Ludicidade; Saúde; Infância; Educação Física
A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO FUNDAMENTAL NA PERSPECTIVA DA PROMOÇÃO DA SAÚDE	Ana Paula Rodrigues Figueroa; Datanhan Pessoa de Andrade; Rayane Barbara Barreto Silva.	DP ANDRADE - 2017 - repositório. asc.es.edu.br	Educação física; Ensino fundamental; Promoção da saúde
A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR SOBRE ASPECTOS DE SAÚDE: SEDENTARISMO	Natasha do Carmo; Cindy Gringer <sup>1</sup> ; João Bento de Souza Neto <sup>1</sup> ; José Correia França <sup>2</sup> ; Ricardo Victorino <sup>2</sup> ; Cynara Cristina Domingues Alves Pereira <sup>2</sup>	Revista Educare CEUNSP - Volume 1, Número 1 - 2013	Sedentarismo. Atividade física. Educação Física escolar.

Atualmente na sociedade, as pessoas andam mais ocupadas com trabalho, estudos, sem tempo para lazer ou pratica regular de atividade física. Certamente, os jovens e a sociedade em geral desencadearam a falta de interesse pela prática de

atividade física associada à saúde através da falta de elementos como princípios teóricos relacionados à atividade física, à aptidão física e à saúde (GUEDES E GUEDES 2001).

Conforme a OMS (2005), algumas atividades mais sedentárias, o recurso do transporte motorizado, tempo excessivo passado em frente da televisão e, por toda parte, aparelhos que poupam esforços estão propiciando cada vez mais para um comportamento sedentário. O sedentarismo é apontado como principal inimigo da saúde pública, atinge cerca de 70 % da população brasileira e sua morbidade é maior que algumas patologias como diabetes, tabagismo, colesterol alto, obesidade e hipertensão. O estilo de vida sedentário é responsável por 54% do risco de morte por infarto e 50% do risco de morte por acidente vascular cerebral, os principais motivos de morte cerebral (ALVES, 2007).

A atividade física declina com a idade, a partir da adolescência e, no mundo todo, atividade e educação física estão em declínio nas escolas, principalmente entre as meninas e mulheres.

MALINA (2011) executou um estudo e mostrou que a participação em atividades físicas declina notadamente com o crescimento, especialmente da adolescência para o adulto jovem. Desta maneira, o estilo de vida adulto é fixado em parte já na infância, ou seja, crianças com comportamentos sedentários serão teoricamente sedentários na idade adulta.

Para BIAZUSSI, (2009), são amplos os indícios de que em 80 a 86% dos adultos obesos sua origem vem da infância e da adolescência.

MENESTRINA (2000) compreende que a educação para a saúde não é apenas uma disciplina escolar, mas constitui-se em uma origem de vida que atue na formação de uma consciência corporal saudável, tendo em vista ações comprometida no âmbito social. Assim, a Educação Física, atende a numerosos objetivos, tanto de curto quanto de longo alcance.

Para MENESTRINA (2000) as metas não podem se reduzir diretamente, mas a aula de Educação Física Escolar deve estar voltada para o desencadeamento de um processo sócio educacional de caráter continuado. Por tanto, tende uma reflexão que os benefícios da saúde trazidos pela Educação Física poderão ser observados no futuro a qual a consciência de corpo e mente saudável e os prazeres da prática corporal estarão sempre presentes na vida do educando, fundamentando a importância que a disciplina tem na escola e seus proveitos futuros. Atualmente na

vida moderna “geram modelos corporais e de saúde constantemente reelaborados” (BRACHT; GOMES; ALMEIDA, 2013, p. 118-119).

Os benefícios da prática regular de atividade física vêm sendo bem abordados na literatura, e geralmente está associado à saúde, ao bem estar e ao controle do aparecimento de disfunções orgânicas (HALLAL, et al, 2006; RONQUE et al, 2007; SANTOS, 2012a).

Através do estudo, foi possível resultar sobre a importância de abordar as aulas de Educação Física como instrumento de promoção a saúde no âmbito escolar, para conscientizar e estimular escolares a praticar atividades físicas regulares para melhoria e manutenção de sua saúde, podendo levar isso para toda vida e evitando futuras doenças. De acordo com HALLAL (2010), ainda são primordiais mais estudos para legitimar o papel da Educação Física na escola como espaço de promoção da saúde.

Assim, percebemos que as pesquisas avançam no sentido de comprovar a grande influência e os benefícios que a disciplina traz para o âmbito escolar, principalmente nas series iniciais.

De acordo com levantamentos e estudos apurados, pode-se perceber que a área da Educação Física é bastante ampla. Ela torna-se uma disciplina fundamental em todos os aspectos. Nela podem ser trabalhadas várias formas de aprendizagens para a vida, como, por exemplo, os valores desenvolvidos e aprendidos durante as aulas teóricas e práticas da disciplina. Segundo VIEIRA, PRIORI e FRISBERG (2002) a atividade física na adolescência pode incentivar o progresso físico, beneficiar a auto-estima, relaxamento, gasto de energia, percepção do próprio corpo, colaborar para o desenvolvimento social, além de oportunizar uma série de benefícios para a saúde e bem-estar.

A escola apresenta espaço e tempo favorável para promover a saúde, por ser um local onde muitas pessoas passam ampla parte do seu tempo. Assim sendo, o ambiente de ensino pode articular, de forma dinâmica, todos os atores incluídos possibilitando condições para o desenvolvimento de atividades que favoreçam o conhecimento e a convivência com comportamentos saudáveis (COSTA; RIBEIRO; RIBEIRO, 2001).

Conforme a LDB (BRASIL, 2000a), a Educação Física, juntamente com a proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório na Educação Básica, ajustando-se às faixas etárias e às condições da população escolar de modo

a contribuir para o desenvolvimento do organismo e da personalidade do aluno. Com isso, podemos perceber que a disciplina além de ter uma visão abrangente para o desenvolvimento dos alunos em vários aspectos, torna-se importante para relevância do tema, Educação Física escolar e Saúde.

Então, pode ser relevante um investimento em campanhas que mostrem a sociedade sobre a importância no desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais para o aluno nas aulas de Educação Física, alertando para o fato de que o não desenvolvimento dessas habilidades na infância pode acarretar em problemas de saúde em fases posteriores de sua vida (BARNETT et al., 2009).

Hoje em dia, a preocupação com a qualidade de vida vem sendo destaque em todos os meios de comunicação, e cada vez mais se ouve falar em cuidados com a saúde, no que se refere à obesidade, ao sedentarismo, e a todas as doenças relacionadas à falta de atividade física.

Nesse contexto, surge a importância do combate ao sedentarismo, principalmente, naquelas aulas ministradas, em especial, no nível de ensino fundamental, em que os alunos avançam no desempenho sobre vários aspectos sociais, como responsabilidade, relacionamento com os pais, autoconfiança, entre outros.

A disciplina de Educação Física deve procurar desenvolver na criança e no jovem o prazer pelas atividades físicas sem a exclusão dos menos aptos, fazendo com que criem hábitos participativos nas aulas, a escola também precisa incentivar e priorizar a inclusão para que todos se beneficiem.

Segundo MELLO E TUFIK (2004), compreendem que adolescentes fisicamente ativos e em boa forma física possuem benefícios quanto à eficiência e quanto à qualidade do sono, enquanto adolescentes inativos queixam-se de sono ruim, de baixa eficiência e conseqüentemente sentem-se mais estressados.

A prática regular de atividade física é essencial para estimular as pessoas a adotarem um estilo de vida mais ativo em sua rotina, por exemplo, (caminhar e subir escadas em vez de usar o carro ou ônibus para distâncias pequenas e elevador ou escadas rolante). Também é fundamental estimular que elas identifiquem que atividades físicas lhes dão prazer, pois só desta forma se tornará regular e sustentável. (BRASIL, 2006, p. 15). A definição de saúde não é apenas doença e sim um estado de bem-estar físico, mental e social, (apud CASTELÓN PINO SANTOS, 2003).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste referido estudo observou-se a influência que a Educação Física escolar tem na promoção à saúde dentro da escola, com base em estudos já comprovados que a falta de atividades física em escolares pode ser um fator de risco, podendo ocasionar em doenças degenerativas futuras. Visto também, que o incentivo a pratica de hábitos saudáveis na escola e na comunidade em geral ajuda a melhorar a qualidade de vida.

Embora a Escola tenha o papel de iniciar os trabalhos de conscientização, buscando mobilizar sobre as devidas necessidades da pratica regular de atividades físicas possibilitando para os alunos uma ampla oportunidade no desenvolvimento social, emocional e físico, as comodidades do mundo contemporâneo acabam afetando os jovens e as crianças, podendo ocasionar algum tipo de doença na sua fase adulta.

Assim, surge a importância de conscientizar os escolares para prevenção de doenças futuras degenerativas que é ocasionada de fatores negativos como a obesidade e o sedentarismo entre outros.

Mostrando a relevância da disciplina como instrumento para promoção da saúde em vários aspectos, bem como a criação de programas de atividade física para além das aulas de Educação Física dentro da escola com o objetivo de promover uma maior freqüência de atividade física na vida dos escolares principalmente nas series iniciais.

## REFERÊNCIAS

ALVES, J.G.B. Atividade física em crianças: promovendo a saúde do adulto. **Revista Brasileira Saúde Materno Infantil**, v.3,p.5-6, 2003.

ALVES, U. S. Não ao sedentarismo, sim à saúde: contribuições da Educação Física escolar e dos esportes. **O Mundo da Saúde**, v. 3, p. 464-469, 2007.

AZEVEDO, M. et al. Atividades físicas e esportivas na adolescência: mudanças de preferência ao longo das últimas décadas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. [S.l.], v. 20, n. 1, p. 51-58, 2006.

BRACHT, V.; GOMES, I. M.; ALMEIDA, F. Q. Do corpo produtivo ao corpo consumidor: a educação física na modernidade líquida. In: VAREA, V.; GALAK, E. (Org.). **Cuerpo y educación física: perspectivas latinoamericanas para pensar la educación de los cuerpos**. Buenos Aires: Biblos, 2013, p. 103-125.

BARNETT, L. M., BEURDEN, E. van, MORGAN, P. J., BROOKS, L. O., & BEARD, J. R. (2009). Childhood Motor Skill Proficiency as a Predictor of Adolescent Physical Activity. **Journal of Adolescent Health**, 44(3), 252–259.

BLAZUSI, Rosane. **Os benefícios da atividade física aos adolescentes**. 2009. Disponível em <http://www.nutrociencia.com.br/uploadfiles/artigosdownload/atividade%20fisica%20em%20adolescentes.PDF>.

BRASIL. MEC.SETEC. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Ensino Médio**. Brasília: MEC.SETEC, 2000a

BOCCALETTO, E.M.A.; VILARTA, R. (Organizadores). **Diagnóstico da Alimentação Saudável e Atividade Física em Escolas Municipais de Vinhedo/SP**. Campinas: IPES Editorial, 2007.

BRASIL. **Obesidade**. Cadernos de Atenção Básica nº 12. Ministério da Saúde – Secretaria de atenção à Saúde. 2006.

CARVALHO, N. A. (2012) **Abordagem pedagógica de técnicas da saúde nas aulas de educação física Escolar**. (Dissertação de mestrado). Programa associado de Pós-Graduação em Educação Física- Universidade de Pernambuco e Universidade Federal da Paraíba, Recife.

CASTELLÓN, A.; PINO, S. Calidad de vida em la atención al mayor. **Revista Multidisciplinar de Gerontología**, Barcelona, v. 13, n. 3, jul./ago., 2003, p. 188-192.



COSTA, E. Q.; RIBEIRO, V. M. B.; RIBEIRO, E, C. O. Programa de alimentação escolar: espaço de aprendizagem e produção de conhecimento. **Revista Nutrição**. Campinas, v.14, n.3, p. 225- 229, set./dez. 2001.

DARIDO, S.C. A Educação Física na escola e o processo de formação dos não participantes de atividade física. **Revista Brasileira de Educação Física e Esportes**, v.18, n.1, p. 61-80, 2004.

GUEDES, D. P. & GUEDES, J. E. R. P. **Controle de Peso Corporal**. 2ª ed. Rio de Janeiro: Editora Shape, 2003.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Esforços físicos nos programas de educação física escolar. **Revista de Educação Física**, v. 15, p. 33-44, 2001.

HALLAL, P. C. Promoção da atividade física no Brasil: chegou a hora da escola. Editorial. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 15, n. 2, 76-77, 2010.

HALLAL, P. C.; VICTORA, C. G.; AZEVEDO, M. R.; WELLS, J. C. K. Adolescent Physical Activity and Health: A Systematic Review. **Sports Medicine**, v. 36, n. 12, p.1019-1030, 2006.

HOEHNER, C. M.; SOARES, J.; PEREZ, D. P.; et al. Intervenções em Atividade Física na América Latina: Uma revisão sistemática. **American Journal Preventive of Medicine**, v. 34, n. 3, p. 224-233, 2008.

KAHN, E. B.; RAMSEY, L. T.; BROWNSON, R. C.; et al. The Effectiveness of Interventions to Increase Physical Activity A Systematic Review. **American Journal Preventive of Medicine**, v. 22, 4S, p. 73-107, 2002.

KRIEMLER, S.; MEYER, U.; MARTIN, E.; VAN SLUIJS, E. M. F.; ANDERSEN, L. B.; MARTIN, B. W. Effect of school-based interventions on physical activity and fitness in children and adolescents: a review of reviews and systematic update. **British Journal Sports Medicine**, v. 45, n. 9, p. 923-930, 2011.

LIMA, Telma Cristiane Sasso de; MIOTO, Regina Célia Tamasso. Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica. **Revista Katalysis**, v. 10, p. 35-45, 2007.

LUGUETTI, C. N.; NICOLAI RÉ, A. H.; BÖHME, M. T. S. Indicadores de aptidão física de escolares da região centro-oeste da cidade de São Paulo. **Revista**

**Brasileira de Cineantropometria& Desempenho Humano, Santa Catarina, SC, v. 12, n. 5, p. 331-337, 2010.**

MALINA RM. Physical activity and fitness: **pathways from childhood to adulthood.**  
Am J Hum Bio 2001;13:162-72

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Técnicas de pesquisa:** planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisa, elaboração, análise e interpretação de dados. 7. Ed. São Paulo: Atlas, 2015.

MELLO M. T, TUFIK S. **Atividade física, exercício físico e aspectos psicobiológicos.** Editora Guanabara. p. 51-57, 2004.

MENESTRINA, E. **Educação física e saúde.** 2. ed. Ijuí: Unijuí, 2000.

MIRANDA, Made Júnior. Educação física e saúde na escola. **Revista UCG**, Goiânia, v. 33, n. 7/8, p. 643 – 653, jul./ago. 2006.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Preventing Chronic Diseases a vital investments.** Geneva, 2005.

POLONIA, A. da C.; DESSEN, M. A. **Em busca de uma compreensão das relações entre família e escola:** relações família-escola. Psicologia Escolar e Educacional, Campinas: Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional - Abrapee, v. 9, n. 2, p. 303-312, dez. 2005.

RONQUE, E. R. V. et al. Diagnóstico da aptidão física em escolares de alto nível socioeconômico: **avaliação referenciada por critérios de saúde.** Ver Bras Med Esporte, 13(2) Niterói mar/abr 2007.

SANTOS, R.; Noções Básicas de Atividade Física, Exercício e Aptidão Física. **Avaliação e Prescrição do Exercício Físico.** Edições ISMAI, Maia. 2012<sup>a</sup>.

SOUZA, E. A.; BARBOSA FILHO, V.C.; NOGUEIRA, J. A. D.; AZEVEDO, M. R. Atividade física e alimentação saudável em escolares brasileiros: revisão de 59 programas de intervenção. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 27, n. 8, p. 1459- 1471, 2011.

VIEIRA, V.C.R.; PRIORE, S.E.; FISBERG, M. **A atividade física na adolescência.** 2002.

FANTINATO, M. Métodos de pesquisa. São Paulo: **PPGSI, Escola de Artes e Ciências Humanas,** USP, 2015. Disponível em <<http://each.uspnet.usp.br/sarajane/wpcontent/uploads/2015/09/M%C3%A9todos-de-Pesquisa.pdf>> Acesso em 04 nov. 2018

**ANEXOS**

## FICHAMENTO

**Título:**

**Autor:**

**Referência:**

**Ano:**

**Tipo:**

**Citação (s):**

**Comentário pessoa (crítica):**

## APÊNDICES