



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO**  
**FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA EM REDE**  
**NACIONAL - PROEF**  
**CAMPUS DE CUIABÁ**

HEMERSON LOWE DOS SANTOS

**DESVENDANDO O CORPO HUMANO**  
Corpo e Saúde como Unidade Didática na Educação  
Física Escolar

CUIABÁ – MT  
2024



HEMERSON LOWE DOS SANTOS

# DESVENDANDO O CORPO HUMANO

## Corpo e Saúde como Unidade Didática na Educação Física Escolar

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física em Rede Nacional – PROEF, junto à Universidade Federal de Mato Grosso e ao Núcleo de Educação a Distância da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” – NEAD/UNESP, como requisito para a obtenção do título de Mestre em Educação Física Escolar. Área de Concentração: Educação Física Escolar. Linha de Pesquisa: Educação Física no Ensino Médio.

Orientadora: Dra. Larissa Beraldo Kawashima

CUIABÁ – MT  
2024





Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional –  
ProEF

### Dados Internacionais de Catalogação na Fonte.

S237d Santos, Hemerson Lowe Dos.

Desvendando o corpo humano [recurso eletrônico] : corpo e saúde como unidade didática da Educação Física escolar / Hemerson Lowe Dos Santos. -- Dados eletrônicos (1 arquivo : 241 f., il. color., pdf). -- 2024.

Orientadora: Larissa Beraldo Kawashima.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Mato Grosso, Faculdade de Educação Física, Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Cuiabá, 2024.

Modo de acesso: World Wide Web: <https://ri.ufmt.br>.

Inclui bibliografia.

1. Corpo. 2. Saúde. 3. Educação Física. 4. Ensino Médio. I. Kawashima, Larissa Beraldo, *orientador*. II. Título.

Ficha catalográfica elaborada automaticamente de acordo com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

Permitida a reprodução parcial ou total, desde que citada a fonte.

19/12/2024, 16:38

SEI/UFMT - 7497048 - MESTRADO - Folha de Aprovação



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO  
PRÓ-REITORIA DE ENSINO DE PÓS-GRADUAÇÃO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA - PROEF

FOLHA DE APROVAÇÃO

TÍTULO: DESVENDANDO O CORPO HUMANO: CORPO E SAÚDE COMO UNIDADE DIDÁTICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

AUTOR: MESTRANDO HEMERSON LOWE DOS SANTOS

Dissertação defendida e aprovada em 16 de dezembro de 2024.

COMPOSIÇÃO DA BANCA EXAMINADORA

Profª Dra. Larissa Beraldo Kawashima (Presidente da Banca e Orientadora)

Prof. Dr. Maurício Berndt Razeira (Examinador Externo)

Prof. Dr. Daniel Teixeira Maldonado (Examinador Interno)

Profª Dra. Elisângela Almeida Barbosa (Examinadora Suplente)

Prof. Dr. Marcos Roberto Godoi (Examinador Suplente)

Cuiabá, 16 de dezembro de 2024.



Documento assinado eletronicamente por **Daniel Teixeira Maldonado**, **Usuário Externo**, em 18/12/2024, às 12:33, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Larissa Beraldo Kawashima**, **Usuário Externo**, em 18/12/2024, às 12:49, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Maurício Berndt Razeira**, **Usuário Externo**, em 18/12/2024, às 13:07, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [http://sei.ufmt.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](http://sei.ufmt.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **7497048** e o código CRC **EC847E3F**.



Dedico esse trabalho primeiramente a Deus, motivo da minha existência e o verdadeiro responsável pela glória aqui alcançada.

Quero dedicar em especial às “mulheres da minha vida”, ou seja, a minha querida Mãe Celidia, por me proporcionar educação e estudo até onde lhe foi possível, a minha amada esposa Kamila e minha filha Helena que me falta palavras para dizer o quão são importantes em minha vida.

## AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, por ter me guiado e protegido, nas tantas idas e vindas de Colíder à Cuiabá para os encontros presenciais, e por nunca ter me desamparado nos desafios e nos momentos mais difíceis que enfrentei ao longo desta trajetória acadêmica.

A minha esposa e filha, que me auxiliaram e vivenciaram as dificuldades junto comigo nesse processo de construção e aprimoramento profissional que exige o mestrado profissional. Foram inúmeros sábados, domingos e feriados abdicados do convívio familiar em prol do meu crescimento pessoal e profissional.

À gestão escolar da Escola Estadual Dom Pedro II 2º Ten. BM Kleiber Rodrigues Alves, pelo apoio e pela confiança em meu trabalho, além de possibilitar a realização integral da minha pesquisa.

A todos os professores que nos ministraram aulas em nosso Polo do ProEF – Ana Carrilho, Cléo, Evando, José Tarcísio, Larissa, Luciana e Márcia – cujas contribuições e conhecimentos transmitidos foram indispensáveis ao nosso processo de formação no mestrado.

Aos meus colegas de mestrado – Ana Paula, Davidson, Eder, Elaine, Evander, Evelin, Golias, Laura, Luís, Márcio, Marione, Paloma, Paulo e Viviane –, minha sincera gratidão. Durante todo o percurso do mestrado, seja nos encontros presenciais ou virtuais, compartilhamos valiosas trocas de experiências e debates que enriqueceram nossa formação profissional.

Não poderia deixar de agradecer, em especial, a três amigos que guardo no coração: Eder, Márcio e Paulo. Sou imensamente grato por ter conhecido vocês e por termos compartilhado essa jornada acadêmica repleta de alegrias, sorrisos e também desafios. Amigos do mestrado para a vida!

Aos membros da minha banca, Prof. Dr. Daniel Teixeira Maldonado e Prof. Dr. Maurício Berndt Razeira, minha sincera gratidão por aceitarem o convite e pelas valiosas sugestões e contribuições que enriqueceram o desenvolvimento da minha dissertação.

Em especial, à minha orientadora, Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Kawashima, cuja orientação clara e objetiva foi fundamental para o êxito deste trabalho. Foi uma honra conhecê-la e aprender com sua dedicação e competência.

Ao professor Rafael, por me mostrar os caminhos das pedras no mestrado da UFMT/Sinop, e ao professor Wilson, por me apresentar o Mestrado Profissional em Educação Física (PROEF UFMT/Cuiabá).

Aos mestrandos da 3<sup>a</sup> turma do PROEF, foi um prazer conhecê-los e compartilhar essa jornada acadêmica. Minha gratidão a todos!

À Capes/PROEB – Programa de Educação Básica pelo oferecimento do Programa de Pós-Graduação em Educação Física em Rede Nacional – ProEF.

*“É muito melhor arriscar coisas grandiosas, alcançar triunfos e glórias, mesmo expondo-se a derrota, do que formar fila com os pobres de espírito que nem gozam muito nem sofrem muito, porque vivem nessa penumbra cinzenta que não conhece vitória nem derrota”.*

*Theodore Roosevelt*

## RESUMO

A presente pesquisa foi proposta e desenvolvida no âmbito do Mestrado Profissional em Educação Física (PROEF) da UFMT, tendo como foco, a elaboração e aplicação de uma intervenção pedagógica relacionada ao corpo e saúde como unidade didática da Educação Física escolar no 1º ano do Ensino Médio da Escola Estadual Dom Pedro II 2ªten. BM. Kleiber Rodrigues Alves, no município de Colíder - MT. O objetivo geral pautou-se em compreender os sentidos atribuídos pelos estudantes do ensino médio em relação à uma unidade didática “Corpo e Saúde”. Tendo como objetivos específicos: Identificar os sentidos e as representações sociais atribuídas pelos estudantes do ensino médio em relação ao corpo e saúde; Oportunizar reflexões sobre o conceito de saúde ampliada e os seus condicionantes para o bem-estar físico, mental e social; Elaborar e aplicar uma unidade didática relacionada ao corpo e saúde com os alunos do ensino médio; Analisar as experiências e vivências dos estudantes do ensino médio em relação à uma unidade didática “Corpo e Saúde”. A pesquisa apresenta uma abordagem de cunho qualitativo, ancorada nos procedimentos e pressupostos da pesquisa do tipo intervenção pedagógica, dividida em duas etapas distintas a saber. A 1ª etapa: “o método da intervenção”, buscou a construção dos instrumentos de coleta de dados (questionário diagnóstico de entrada e saída, e o roteiro de observação) e o aporte teórico em relação ao tema em que tanto o aporte teórico quanto o questionário diagnóstico de entrada contribuíram para a elaboração e aplicação da unidade didática. A 2ª etapa: “o método de avaliação da intervenção”, utilizou informações dos instrumentos de pesquisa elaborado na 1ª etapa, bem como as informações sobre aplicação da unidade por meio da vivência empírica do professor/pesquisador e anotações realizadas no roteiro de observação e registros fotográficos, com o intuito de analisar e aferir os resultados da intervenção pedagógica relacionada a unidade didática “Corpo e Saúde” sob a concepção de “Saúde Ampliada”. Mediante a construção do aporte teórico, constatamos que a Educação Física não está garantida como componente curricular obrigatório no novo Ensino Médio, e que, embora se encontre a defesa de um olhar abrangente sobre “saúde” em alguns documentos curriculares oficiais da área, pouco se tem de material didático e orientações concretas para auxiliar o professor a desenvolver a concepção de “Saúde Ampliada”. Em síntese, tanto no transcurso de aplicação, bem como na análise dos efeitos da unidade didática “Corpo e Saúde”, foi possível perceber e oportunizar aos estudantes o desenvolvimento de habilidades de análise e reflexão sobre informações que circulam nas mídias relacionadas a padrões de beleza e saúde sob a luz da concepção de “Saúde Ampliada”, capacitando-os a tomar decisões mais conscientes e responsáveis em relação aos cuidados com o corpo e a saúde individual e coletiva. Espera-se que esse estudo sirva como aporte (pontapé inicial) para que professores e pesquisadores fomentem a concepção de “Saúde Ampliada”, seja nas escolas, em congressos científicos, contribuindo assim, para a quebra dos grilhões biológicos que ainda permeiam as temáticas relacionadas ao “Corpo e Saúde”, e para que possa, também, surgir novos olhares e concepções impensadas até o presente momento sob a luz da visão de Saúde Ampliada.

**Palavras-chave:** Corpo. Saúde. Educação Física. Ensino Médio

## ABSTRACT

The present research was proposed and developed within the scope of the Professional Master's Program in Physical Education (PROEF) at UFMT, focusing on the development and implementation of a pedagogical intervention related to the body and health as a didactic unit in school Physical Education for the 1st year of high school at Escola Estadual Dom Pedro II 2nd Lt. BM Kleiber Rodrigues Alves, in the municipality of Colíder - MT. The general objective was to understand the meanings attributed by high school students to the didactic unit "Body and Health." The specific objectives were: to identify the meanings and social representations attributed by high school students regarding the body and health; to provide opportunities for reflections on the concept of expanded health and its determinants for physical, mental, and social well-being; to develop and implement a didactic unit related to body and health with high school students; to analyze the experiences and perceptions of high school students regarding the didactic unit "Body and Health." The research follows a qualitative approach, anchored in the procedures and assumptions of pedagogical intervention research, divided into two distinct stages. Stage 1: "The Intervention Method" focused on constructing data collection instruments (diagnostic entry and exit questionnaires and an observation guide) and developing the theoretical framework on the subject. Both the theoretical framework and the entry diagnostic questionnaire contributed to the design and implementation of the didactic unit. Stage 2: "The Intervention Evaluation Method" utilized information from the research instruments developed in the first stage, as well as data from the implementation of the unit, based on the empirical experience of the teacher-researcher, observations recorded in the observation guide, and photographic records. The aim was to analyze and assess the results of the pedagogical intervention related to the didactic unit "Body and Health" under the concept of "Expanded Health." Through the construction of the theoretical framework, we observed that Physical Education is not guaranteed as a mandatory curricular component in the new high school curriculum. Although some official curricular documents in the field advocate for a broad perspective on "health," there is a lack of didactic materials and concrete guidelines to assist teachers in developing the concept of "Expanded Health." In summary, both during the implementation and in the analysis of the effects of the didactic unit "Body and Health," it was possible to provide students with the opportunity to develop analytical and reflective skills regarding information disseminated in the media about beauty and health standards, under the lens of the "Expanded Health" concept. This enabled them to make more conscious and responsible decisions regarding self-care and collective health. It is hoped that this study serves as an initial step for teachers and researchers to promote the concept of "Expanded Health" in schools and scientific conferences, thereby contributing to breaking the biological constraints that still permeate topics related to "Body and Health." Additionally, this research aims to encourage new perspectives and conceptions that have not yet been explored under the lens of Expanded Health..

**Keywords:** Body. Health. Physical Education. High School.

**LISTA DE TABELA**

<b>Tabela 1</b> - Principais mudanças no Ensino Médio de acordo com Lei nº 14.945/2024. ....	34
<b>Tabela 2</b> - Competências, Habilidades e Objetos de Conhecimentos. ....	54

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> - Matriz Curricular Ensino Fundamental – Anos Finais.....	64
<b>Figura 2</b> - Matriz Curricular do Ensino Médio. ....	65
<b>Figura 3</b> - Fachadas da Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros.....	70
<b>Figura 4</b> - Terreno da Prefeitura sem nenhuma construção. ....	73
<b>Figura 5</b> - Aplicação do questionário diagnóstico de entrada. ....	88
<b>Figura 6</b> - Cronograma de Aplicação da Unidade Didática.....	90
<b>Figura 7</b> - Qual o sentido e significado da Educação Física hoje. ....	91
<b>Figura 8</b> - Composição da aptidão física. ....	94
<b>Figura 9</b> - Fatores que impedem a prática de atividade física e exercício físico. .....	95
<b>Figura 10</b> - Pirâmide alimentar adaptada a população brasileira.....	97
<b>Figura 11</b> - Alguns minerais (função e principais fontes).....	98
<b>Figura 12</b> - Algumas vitaminas (função e principais fontes). ....	99
<b>Figura 13</b> - Índice e resposta glicêmica do alimento.....	100
<b>Figura 14</b> – Resposta e justificativa dos estudantes em relação a própria alimentação.....	101
<b>Figura 15</b> - Alimentação saudável é de fácil acesso? – resposta e justificativa dos estudantes. ....	102
<b>Figura 16</b> - Sistema Esquelético e suas principais funções.....	105
<b>Figura 17</b> - Disposição dos ossos do Esqueleto Humano. ....	106
<b>Figura 18</b> – Estudantes assistindo o vídeo sobre a Contração Muscular. ....	106
<b>Figura 19</b> - Estudantes assistindo o vídeo sobre o Sistema Digestório.....	108
<b>Figura 20</b> - Principais funções do Sistema Circulatório. ....	109
<b>Figura 21</b> - Estudantes assistindo vídeos Sistema Circulatório e Respiratório. .....	110
<b>Figura 22</b> - Circuito de estações com macromodelos anatômicos. ....	112
<b>Figura 23</b> - Folha dos estudantes com os nomes das estruturas anatômicas. .....	112
<b>Figura 24</b> - Estudantes realizando atividade de corrida, flexão, prancha e isometria de agachamento. ....	113
<b>Figura 25</b> - Estudantes realizando a atividade avaliativa utilizando o Kahoot. .....	114
<b>Figura 26</b> - Segmentos que utilizam as aplicações práticas modernas de mensuração de medidas corporais. ....	116
<b>Figura 27</b> - Estudantes aplicando as técnicas de (IMC e RCQ). ....	117
<b>Figura 28</b> - Como o IMC reforça um padrão branco e gordofóbico. ....	118
<b>Figura 29</b> - Estudantes aferindo a frequência cardíaca em repouso. ....	121
<b>Figura 30</b> - Estudantes aferindo a pressão arterial segundo o método militar. .....	122
<b>Figura 31</b> - Esquema ilustrativo do teste de Leger (ida e volta de 20 metros). .....	123

<b>Figura 32</b> - Estudantes realizando o teste para comparar a pressão arterial e repouso e movimento.....	124
<b>Figura 33</b> - Concepções dos estudantes em relação ao padrão de beleza corporal estipulado pela mídia.....	126
<b>Figura 34</b> - Respostas dos estudantes sobre o significado de Gordofobia....	127
<b>Figura 35</b> - Grupos de estudantes realizando a pesquisa sobre os distúrbios alimentares.....	129
<b>Figura 36</b> - Estudantes socializando os resultados da pesquisa sobre distúrbios alimentares.....	130
<b>Figura 37</b> - Estudantes assistindo o filme "O Mínimo Para Sobreviver". .....	131
<b>Figura 38</b> - Respostas dos estudantes sobre os sentidos e significados em relação ao desenvolvimento e aplicação da unidade didática.....	132
<b>Figura 39</b> – Resultado da Avaliação Semanal - Uma unidade didática “Corpo e Saúde”.....	152
<b>Figura 40</b> – Resultados da 1º e 2º pergunta do questionário diagnóstico de saída. ....	165
<b>Figura 41</b> – Respostas da 3º pergunta do questionário diagnóstico de saída. ....	167
<b>Figura 42</b> - Respostas da 4º pergunta do questionário diagnóstico de saída	168
<b>Figura 43</b> - Respostas da 5º pergunta do questionário diagnóstico de saída.	170
<b>Figura 44</b> - Respostas da 6º pergunta do questionário diagnóstico de saída.	171
<b>Figura 45</b> - Respostas da 7º pergunta do questionário diagnóstico de saída.	173

**LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

<b>ALE</b>	Assentimento Livre e Esclarecido
<b>BNCC</b>	Base Nacional Comum Curricular
<b>CLE</b>	Consentimento Livre e Esclarecido
<b>DRC/MT</b>	Diretrizes de Referência Curricular de Mato Ensino Fundamental
<b>DRC/MT</b>	Diretrizes de Referência Curricular de Mato Ensino Médio
<b>IMC</b>	Índice de Massa Corporal
<b>LDB</b>	Lei de Diretrizes e Bases da Educação
<b>PCNs</b>	Parâmetros Curriculares Nacionais
<b>PCNEM</b>	Parâmetros Curriculares Nacionais do Ensino Médio
<b>PCN+</b>	Parâmetros Curriculares Nacionais do Ensino Médio
<b>PPP</b>	Projeto Político Pedagógico
<b>RCQ</b>	Relação Cintura Quadril
<b>SEDUC-MT</b>	Secretaria de Estado de Educação de Mato Grosso
<b>UFMT</b>	Universidade Federal de Mato Grosso

## Sumário

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	27
<b>2. MARCO TEÓRICO</b> .....	30
2.1 A Educação Física no Ensino Médio.....	30
2.2 O Corpo e Saúde como Unidade Didática no Ensino Médio a partir do Conceito de Saúde Ampliada .....	45
2.2.1 O Corpo e Saúde como Objeto de Conhecimento Segundo Marcos Legais .....	46
2.2.2 O Corpo e Saúde a partir do Conceito de Saúde Ampliada .....	57
<b>3. PERCURSO INVESTIGATIVO</b> .....	63
3.1 Universo da pesquisa .....	63
3.1.2 Mandos e Desmandos do Modelo Pedagógico da Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros: da “resistência a canetada” .....	69
3.2 Participantes .....	77
3.3 Materiais e Métodos.....	78
3.4 Procedimentos para a produção das informações .....	80
3.5 Procedimentos para a análise das informações .....	82
<b>4. RESULTADOS E DISCUSSÕES</b> .....	85
4.1 Método da Intervenção: “Passo a Passo” - da Elaboração à Aplicação da Unidade Didática.....	85
4.2 Método da Avaliação da Intervenção – <i>Feedback</i> .....	133
4.2.1 Análise do questionário diagnóstico de entrada .....	134
4.2.2 Análise da aplicação da unidade didática “Corpo e Saúde”.....	143
4.2.3 Análise do questionário diagnóstico de saída .....	164
CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	175
REFERÊNCIAS .....	179
APÊNDICES.....	189
APÊNDICE A - CARTA DE APRESENTAÇÃO DO PROJETO .....	189
APÊNDICE B - CARTA DE ANUÊNCIA PARA AUTORIZAÇÃO DE REALIZAÇÃO DE PESQUISA .....	191
APÊNDICE C – SOLICITAÇÃO PARA COLETA DE DADOS .....	193
APÊNDICE D - ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO – ALE .....	195
APÊNDICE E - CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO – CLE .....	200
APÊNDICE F - CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO – CLE .....	205
APÊNDICE G – QUESTIONÁRIO DIAGNÓSTICO (ENTRADA).....	210
APÊNDICE H – QUESTIONÁRIO DE SAÍDA .....	213
APÊNDICE I - ROTEIRO DE OBSERVAÇÕES – DIÁRIO DE CAMPO .....	217

APÊNDICE J - PLANOS DE AULA DA UMA UNIDADE DIDÁTICA “CORPO E SAÚDE” 219	
APÊNDICE K – AVALIAÇÃO SEMANAL DA UNIDADE ESCOLAR.....	236

## 1. INTRODUÇÃO

A escolha do presente tema está relacionada às inquietações decorrentes da vivência, enquanto discente, em que as aulas de educação física eram fragmentadas e direcionadas exclusivamente as quatro modalidades esportivas (futsal, handebol, voleibol e basquetebol) com ênfase nos conteúdos procedimentais (o fazer), deixando, assim, de abordar outras dimensões (conceituais e atitudinais) e as demais práticas corporais que compõem os objetos de conhecimentos que permeiam a educação física para um ensino significativo e contextualizado.

Minha escolha pelo programa de mestrado PROEF baseia-se no fato de que ele está diretamente relacionado à área da minha graduação e à minha atuação profissional, e, de certa forma, visa à superação de inquietações (situação problema) que envolvem as práticas pedagógicas na educação física escolar. Entre as tantas inquietações que presenciei em minha vida enquanto discente e docente, optei em debater e aprofundar os meus estudos de forma mais objetiva e concisa, sobre a relação da Educação Física e a Saúde sob a ótica e concepção de Saúde Ampliada, com o intuito de oportunizar aos estudantes uma análise crítica e reflexiva em relação aos ditames corpóreos e sociais que permeiam o corpo e a saúde dos indivíduos em sociedade.

Visto que a sociedade atual apresenta um ordenamento social vinculado à ideia de perfeição das linhas e formas corporais, em que a aparência passou a ser sinônimo de corpo remodelado, musculoso para homens e “turbinado” para mulheres, incorrendo assim, a várias formas de metamorfosear o corpo para atender os anseios individuais e sociais, na busca pelo pertencimento social. Ou seja, o valor atribuído a aparência, é visto como único caminho para a conquista profissional, social, amorosa e a própria felicidade (Melo, 2018).

Sendo assim, o presente projeto de pesquisa foi proposto e desenvolvido no âmbito do Mestrado Profissional em Educação Física (PROEF) da UFMT, tendo como foco a elaboração e aplicação de uma intervenção pedagógica relacionada ao corpo e saúde como unidade didática da Educação Física escolar no Ensino Médio da Escola Estadual Dom Pedro II 2<sup>o</sup>ten. BM. Kleiber Rodrigues Alves, no município de Colíder - MT.

Atualmente, a Educação Física Escolar desempenha um papel fundamental na formação integral dos indivíduos na sociedade, pois, além de promover a aquisição de habilidades motoras e o desenvolvimento socioafetivo, também busca a compreensão e valorização do corpo humano em sua totalidade. Nesse contexto, a elucidação e compreensão das reações fisiológicas do corpo humano durante e após as práticas corporais, bem como a mediação do corpo como um produto e as diferentes condições sociais que impregnam e vitimizam esses corpos, se tornam imprescindíveis para o desenvolvimento da consciência e análise crítica dos estudantes em relação ao seu corpo e os estereótipos corporais veiculados pelas mídias e a saúde individual e coletiva.

Dessa forma, para que a Educação Física seja caracterizada e reconhecida como uma área que apresenta fortes contribuições sociais e educativas para a formação dos indivíduos, deve-se ir além da simples prática de atividade motora que vise apenas a melhora da aptidão física e da saúde. Assim, torna-se obsoleto e errôneo desenvolver atividades pautadas em repetições de movimentos estereotipados, regidos pela lógica da automatização e por princípios fisiológicos que oportunizam pouco ou nenhum significado para as pessoas em sociedade, impossibilitando assim, a reflexão e tampouco sua utilização em outras situações do cotidiano social (Ulasowicz; Peixoto, 2004).

Sendo assim, a disciplina de Educação Física, no âmbito escolar, assume a responsabilidade de oportunizar aos estudantes experiências que promovam o conhecimento sobre suas capacidades físicas, cognitivas, sociais e afetivas e o autoconhecimento em relação ao seu corpo e a sociedade. Nesse sentido, é crucial compreender como o corpo humano reage fisiologicamente diante das práticas corporais e a influência da mídia na visão do corpo humano como um objeto de consumo, com o intuito de inculcar e otimizar os benefícios dessa disciplina no contexto educacional atual.

Tanto a compreensão das reações fisiológicas que ocorrem no corpo humano durante a realização prática de exercício físico, atividade física ou em qualquer prática corporal, bem como o despertar da “**conscientização**”<sup>1</sup> e

---

<sup>1</sup> Nas palavras de Freire (1968, p. 15), a conscientização implica que ultrapassemos a esfera espontânea de apreensão da realidade, para chegarmos a uma esfera crítica na qual a realidade se dá como objeto cognoscível e na qual o homem assume uma posição epistemológica. A conscientização é, nesse sentido, um teste de realidade. Quanto mais conscientização, mais se

análise crítica em relação ao seu corpo e aos estereótipos corporais atuais e as condições sociais que envolvem os diferentes corpos, levando os estudantes a se tornarem agentes protagonistas de forma crítica e reflexiva, seja na adoção de estilo de vidas ativas e saudáveis e na aceitação de forma positiva em relação ao seu corpo e à sociedade, bem como na luta por uma sociedade mais justa e igualitária a todos os corpos presentes nessa sociedade.

Desse modo, o objetivo geral do projeto de pesquisa pautou-se em compreender os sentidos atribuídos pelos estudantes do ensino médio em relação à uma unidade didática “Corpo e Saúde”, que foi conduzido e aplicado nas aulas de Educação Física no 1º ano do Ensino Médio, da Escola Estadual Dom Pedro II Escola Estadual Dom Pedro II 2ºten. BM. Kleiber Rodrigues Alves, no município de Colíder - MT. Tendo como objetivos específicos: Identificar os sentidos e as representações sociais atribuídas pelos estudantes do ensino médio em relação ao corpo e saúde; Oportunizar reflexões sobre o conceito de saúde ampliada e os seus condicionantes para o bem-estar físico, mental e social; Elaborar e aplicar uma unidade didática relacionada ao corpo e saúde com os alunos do ensino médio; Analisar as experiências e vivências dos estudantes do ensino médio em relação à uma unidade didática “Corpo e Saúde”.

Dessa maneira, para melhor entendimento e compreensão do leitor, o trabalho encontra-se estruturado da seguinte forma: na seção subsequente, serão apresentados os fundamentos teóricos que embasaram a pesquisa; em seguida, será descrito de forma detalhada o percurso investigativo, englobando o universo da pesquisa e participantes, bem como os materiais e métodos de pesquisa e análise de dados; posteriormente, no tópico resultados e discussões, ocorre a apresentação e explicitação em dois momentos distintos que são implícitos do método de pesquisa escolhido para o presente estudo; por fim, na última seção, serão apresentadas as conclusões e considerações finais do estudo.

---

“desvela” a realidade, mais se penetra na essência fenomênica do objeto, frente ao qual nos encontramos para analisá-lo. A conscientização não pode existir fora das “práxis”, ou melhor, sem o ato ação – reflexão. Essa unidade dialética constitui, de maneira permanente, o modo de ser ou de transformar o mundo que caracteriza os homens.

## 2. MARCO TEÓRICO

### 2.1 A Educação Física no Ensino Médio

O decurso histórico da Educação Física é marcado por vários fatos e acontecimentos que moldaram a sua visão ao longo do tempo e circundaram as suas práticas em diferentes fases da humanidade. Atualmente, com relação à Educação Física no ensino médio, algumas polêmicas surgiram em torno da oferta da Educação Física como disciplina facultativa no ensino médio na elaboração da Base Nacional Comum Curricular do Ensino Médio BNCC (Brasil, 2018).

Segundo Beltrão, Taffarel e Teixeira (2020), gerou-se uma discussão acalorada sobre a aprovação da lei n. 13.415/2017 e da BNCC do Ensino Médio, sendo que, de um lado, observou-se considerável oposição popular, por meio de protestos e mobilizações articulados por estudantes, docentes, sindicatos e entidades científicas, com o intuito de paralisar a reforma, e, por outro lado, entidades vinculadas à iniciativa privada e à grande mídia que apoiavam a ratificação e a necessidade da reforma.

Não obstante, após a forma autocrática e desrespeitosa dessa promulgação, segundo Sousa e colaboradores (2024), cabe lembrar que,

anterior à Lei 13.415 ainda tivemos a medida provisória nº 746/16, na qual a Educação Física (EF), objeto de análise mais detida deste ensaio, aparecia como obrigatória apenas na educação infantil e no ensino fundamental. Depois da manifestação de estudantes, professores, pesquisadores e entidades sindicais e científicas alguns pontos foram rediscutidos. O Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte (CBCE), por exemplo, lançou nota de repúdio afirmando ser um atentado à qualidade da educação no EM a retirada do currículo obrigatório de componentes curriculares como EF, Arte, Filosofia e Sociologia. Por fim, após muitas mobilizações, a lei nº 13.415/17 trouxe a EF como estudos e práticas, o que não garantiria a isonomia perante os demais componentes do currículo básico obrigatório (Sousa *et al.*, 2024, p. 14).

Assim, a disciplina de Educação Física no Ensino Médio foi assegurada na educação básica através da lei Nº 13.415, de 16 de fevereiro de 2017, que acrescentou na Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, o seguinte art. 35-A:

Art. 35-A. A Base Nacional Comum Curricular definirá direitos e objetivos de aprendizagem do ensino médio, conforme diretrizes do Conselho Nacional de Educação, nas seguintes áreas do conhecimento: I - linguagens e suas tecnologias; [...] § 2º A Base Nacional Comum Curricular referente ao ensino médio incluirá obrigatoriamente **estudos e práticas de educação física**, arte, sociologia e filosofia (Brasil, 2017, p. 1, grifo nosso).

Dessa maneira, segundo Beltrão, Taffarel e Teixeira (2020), no novo Ensino Médio apenas os componentes curriculares língua portuguesa e matemática mantiveram o *status* de obrigatórios. As disciplinas de Educação Física, Artes, Filosofia e Sociologia deixaram de ser componentes curriculares obrigatórios na educação básica, passando a ser tratadas como estudos e práticas obrigatórias, podendo seus conteúdos ser incluídos em outros componentes ou oferecidos por meio de áreas do conhecimento, por meio de projetos, oficinas e outras estratégias de ensino-aprendizagem. Assim, “a educação física perdeu a condição de obrigatória e o *status* de componente curricular não está assegurado” (Beltrão; Taffarel; Teixeira, 2020, p. 664).

Para Gariglio, Almeida Junior e Oliveira (2017), em relação à reforma do Ensino Médio, na qual os autores nomeiam de “contrarreforma do Ensino Médio”, nem todas as disciplinas são vistas como problemas ou empecilhos ao processo de implementação de um denominado projeto educacional. Ou seja, segundo os autores, na contrarreforma do Ensino Médio existe uma radicalização das hierarquias entre os saberes escolares e a manifestação clara de que determinados conhecimentos (Matemática, Língua Portuguesa e Língua Inglesa) valem muito mais do que outros. Os autores ainda complementam que:

A Educação Física, por tratar pedagogicamente, na escola, de saberes vinculados mais fortemente ao universo da experiência comum e do cotidiano (jogos, danças, esportes, ginástica) do que de conhecimentos advindos de disciplinas acadêmico-científicas, ou, então, de forma mais geral, de saberes de caráter teórico-conceitual (abstratos); pela relação estreita dos seus saberes com o espaço/tempo do mundo do lazer (prática social essa com menos status comparativamente com o mundo do trabalho); e por ser uma ação pedagógica impregnada de experiências estéticas (corporais, grupais, relacionais, comunicativas, vivências essas de difícil codificação e avaliação da aprendizagem individual dos alunos) acaba por enfrentar grandes dificuldades de legitimação e reconhecimento no currículo escolar, sobretudo em um cenário educacional no qual a “boa educação” significa ter boas notas em Português, Matemática e Inglês (Gariglio; Almeida Junior; Oliveira, 2017, p. 63).

Beltrão, Taffarel e Teixeira (2020) discorrem que, devido à incumbência oportunizada pela DCNEM de 2018, em seu art. 7º, as redes de ensino poderão definir a carga horária destinada a essa formação (geral básica e itinerários formativos). Assim, ainda que a educação física seja integrada como parte do currículo nas redes de ensino, é provável que tenha uma carga horária reduzida.

Portanto, nesse cenário de radicalização da lógica no campo educacional, principalmente no que diz respeito ao Ensino Médio, a legitimidade pedagógica da Educação Física estará fortemente fragilizada, respirando por aparelhos, frágil, dependente de políticas educacionais de ocasião (Gariglio; Almeida Junior; Oliveira, 2017).

Com a nova configuração expressa na BNCC, incorre em uma possível supressão do componente curricular Educação Física no ensino médio, inviabilizando, assim, uma integração eficiente dos níveis de ensino da educação básica, ou seja, provocando uma ruptura que tende a prejudicar o aprofundamento dos conhecimentos dessa área, tratados do ensino fundamental para o ensino médio (Beltrão; Taffarel; Teixeira, 2020).

Em um estudo mais recente, Beltrão, Taffarel e Teixeira (2024) mapearam a presença/ausência da Educação Física nas matrizes curriculares do Distrito Federal e dos estados do Brasil, constatando que houve, de forma significativa, a supressão (redução da carga horária) da Educação Física nas matrizes curriculares do Novo Ensino Médio. Sendo assim, com a carga horária reduzida, inviabiliza-se ações concretas para abordar a diversidade de atividades da cultura corporal e promover o aprofundamento da sistematização desse conhecimento.

Sobre a redução da carga horária referente à educação física no novo Ensino Médio, Jucá, Maldonado e Barreto (2023, p. 10) discorrem que:

Os prejuízos para a formação dos(das) jovens são irreparáveis, havendo um rompimento do processo de reflexão crítica sobre os conhecimentos historicamente produzidos pela humanidade em relação às questões históricas, fisiológicas, antropológicas, culturais, sociais, políticas e econômicas que atravessam o corpo e as práticas corporais, ocasionando na visão ingênua e acrítica dos educandos e das educandas sobre: a oferta de políticas públicas de acesso às manifestações da cultura corporal; o combate contra o racismo, o machismo, a homofobia, a xenofobia e as discriminações no esporte; uma visão ampliada e crítica de saúde; dentre tantas outras problemáticas contemporâneas sobre os marcadores socioculturais

que atravessam as danças, as ginásticas, as lutas, os esportes, os jogos e as brincadeiras na contemporaneidade.

As consequências descritas acima abrangem a esfera pedagógica, mas também se estendem à esfera laboral, em que o trabalho docente será impactado. Com um número menor de aulas referentes ao componente curricular, os docentes precisarão assumir mais turmas para completar a carga horária. Isso cria um efeito em cadeia, ou seja, mais turmas significam mais alunos a serem acompanhados, mais planejamentos, mais ações e atividades a serem desenvolvidas e avaliadas, resultando, conseqüentemente, em uma sobrecarga de trabalho. Além disso, as circunstâncias podem se agravar caso não haja turmas suficientes para compor a carga horária com a disciplina de Educação Física, obrigando os professores a assumirem aulas de outras disciplinas para as quais não têm formação específica, ou até mesmo a lecionarem em várias escolas para completar sua jornada de trabalho (Beltrão; Taffarel; Teixeira, 2024).

Diante as várias polêmicas e questionamentos em torno da Lei nº 13.415/2017, que dispõe sobre a reforma do ensino médio, o Ministério da Educação (MEC) iniciou discussões sobre essa etapa escolar em março de 2023, através de uma Consulta Pública para Avaliação e Restruturação da Política Nacional de Ensino Médio mediante audiências públicas, através de *webinários*, oficinas de trabalho, seminários, pesquisas nacionais com estudantes, professores, gestores escolares, além de ciclo de reuniões com entidades educacionais. Após os resultados da consulta pública o MEC elaborou e apresentou um projeto de lei (PL) com o intuito de alterar a Política Nacional do Ensino Médio, ou seja, o texto buscou solucionar os problemas identificados na implementação da reforma (Brasil, 2024).

Assim, o PL foi encaminhado ao Congresso Nacional onde o texto passou por alterações, e no dia 31 de julho de 2024 o presidente da República, Luiz Inácio da Silva, sancionou a Lei nº 14.945/2024, que estabelece a Política Nacional de Ensino Médio. A norma, que passa a valer em 2025, altera a Lei nº 9.394/1996, de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, e revoga parcialmente a Lei nº 13.415/2017, que dispõe sobre a reforma do ensino médio. Sendo assim, confira na tabela 1 abaixo as principais mudanças que serão implementadas no

ensino médio, a partir de 2025, com a sanção da Lei nº 14.945/2024 (Brasil, 2024):

**Tabela 1** - Principais mudanças no Ensino Médio de acordo com Lei nº 14.945/2024.

<b>Carga horária obrigatória (ensino regular)</b>	
<b>COMO ERA</b>	<b>COMO FICOU</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1.800 horas para componentes curriculares (Formação Geral Básica), previstos na Base Nacional Comum Curricular (BNCC);</li> <li>- 1.200 horas para itinerários formativos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2.400 horas para componentes curriculares (Formação Geral Básica), previstos na Base Nacional Comum Curricular (BNCC);</li> <li>- 600 horas para itinerários formativos.</li> </ul>
<b>Componentes curriculares (anteriormente conhecidos como disciplinas obrigatórias)</b>	
<b>COMO ERA</b>	<b>COMO FICOU</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Somente português e matemática, em todos os anos do ensino médio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Português, inglês, artes, educação física, matemática, ciências da natureza (biologia, física, química) e ciências humanas (filosofia, geografia, história, sociologia), em todos os anos do ensino médio;</li> <li>- Língua espanhola será opcional.</li> </ul>
<b>Itinerários formativos</b>	
Compostos por disciplinas, projetos, oficinas e outras atividades optativas disponibilizadas aos estudantes, que complementam as matérias obrigatórias e possibilitam aprofundar conhecimentos em áreas específicas de interesse	
<b>COMO ERA</b>	<b>COMO FICOU</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- As redes de ensino determinavam a variedade e a natureza dos itinerários formativos ofertados aos alunos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cada escola deve ofertar, pelo menos, dois itinerários formativos, com exceção das escolas que oferecem ensino técnico. No ensino regular, eles devem ser complementares à formação geral básica, em quatro áreas: linguagens, matemática, ciências da natureza e ciências humanas.</li> </ul>
<b>Ensino técnico</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1.800 horas de componentes curriculares (Formação Geral Básica);</li> <li>- 1.200 horas para o ensino técnico (itinerários formativos técnicos).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2.100 horas de componentes curriculares, com 300 horas podendo ser destinadas a conteúdos da Base Nacional Comum Curricular (BNCC) relacionados à formação técnica;</li> <li>- Até 1.200 horas para o ensino técnico (itinerários formativos técnicos).</li> </ul>

**Fonte:** Autor da pesquisa de acordo com (Brasil, 2024).

Na visão do ministro Camilo Santana, essa lei avança e abrange três pontos essenciais: o primeiro ponto está relacionado a retomada da carga horária de 2.400 horas referente a formação geral básica, garantido assim, uma formação mais completa para os estudantes do ensino médio com o retorno de disciplinas como História, Biologia, Sociologia e Educação Física. O segundo ponto está relacionado a uma grande demanda dos alunos em relação ao ensino técnico no ensino médio, observada durante a consulta. Dessa forma, a presente lei busca aumentar e fomentar as matrículas no ensino técnico no ensino médio. Enfim, o terceiro ponto está relacionado com a regulamentação dos itinerários formativos, garantindo, assim, que todas as unidades escolares ofereçam, no mínimo, alguns itinerários para a formação dos alunos, cessando a pulverização excessiva que existia anteriormente à essa lei (Brasil, 2024).

No entanto, a partir da leitura do dossiê publicado nos Cadernos de Formação RBCE, que buscou evidenciar os retrocessos que o novo Ensino Médio impôs à formação dos jovens, bem como as alterações na prática pedagógica dos professores de Educação Física em diversas regiões do Brasil (Pernambuco, Rio Grande do Norte, Ceará, Mato Grosso do Sul, São Paulo, Espírito Santo, Rio de Janeiro e Rio Grande do Sul), Maldonado, Silva e Sousa (2024) apontam que esses pesquisadores apresentaram evidências científicas que demonstram a desvalorização da Educação Física no ensino médio.

Nesse cenário, o que fica mais evidente nos artigos é a diminuição da carga horária do componente no Ensino Médio e a produção de diferentes itinerários formativos com disciplinas optativas, sendo que algumas delas foram elaboradas com conhecimentos relacionados com as práticas corporais, enquanto outras são atribuídas para os(as) docentes de Educação Física Escolar sem nenhuma relação com a sua formação acadêmica (Maldonado; Silva; Sousa, 2024, p. 9).

Os autores discorrem que a informações descritas nesse dossiê evidenciam a importância de denunciar essa política nefasta do “novo Ensino Médio”, reivindicando a revogação da Lei 13.415/2017 da BNCC, com o intuito de construir coletivamente um aparato legislativo e curricular democrático, que busque valorizar de forma ímpar a educação pública brasileira como espaço de transformação social, e que a Educação Física enquanto componente curricular

possa ampliar a leitura de mundo dos jovens sobre os conhecimentos historicamente produzidos pela humanidade em relação as várias manifestações da cultura corporal (Maldonado; Silva; Sousa, 2024). Por fim, são taxativos em afirmarem que,

[...] não reconhecemos a Lei 14.945/2024, que institui a política nacional do Ensino Médio no governo Lula, como um aparato legislativo progressista, pois manteve a essência das políticas educativas neoliberais no contexto brasileiro, principalmente o ensino por habilidades e competências e a organização de itinerários formativos, flexibilizando o currículo. Sendo assim, a luta para sistematizar uma perspectiva curricular crítica para as juventudes continua!!! (Maldonado; Silva; Sousa, 2024, p. 10).

Com relação à Educação Física enquanto componente da área das linguagens, os autores Kawashima e Moreira (2020, p. 13) discorrem que:

[...] a nova configuração da Educação Física no Ensino Médio, integrada à área das Linguagens, não se apresentando mais como disciplina, mas como componente de uma área, com uma potencial perda de espaço curricular a partir do que preconiza a Base Nacional Comum Curricular, se constitui como percalços que devem ser superados. Se já havia uma dificuldade em repensar o modelo de Educação Física oferecido nas escolas, com práticas pedagógicas contextualizadas e conteúdos sistematizados, o desafio agora é muito maior.

Além disso, negar aos alunos esses conhecimentos de maneira sistematizada e em suas formas mais avançadas, como a escola pretende oferecer seguindo a visão do novo Ensino Médio, que secundariza a socialização do conhecimento científico a favor do desenvolvimento de competências e habilidades, significa privá-los da capacidade de entender, explicar, aproveitar e desfrutar de um conjunto de atividades culturais amplamente presentes em nossa sociedade (Beltrão; Taffarel; Teixeira, 2024).

Em termos gerais, as questões envolvendo essa disciplina escolar sempre se concentraram na discussão dos desafios enfrentados pelo professor de Educação Física ao adaptar-se aos padrões pedagógicos da instituição e compreender o papel político e pedagógico que essa disciplina desempenha no currículo escolar (Brandolin; Koslinski; Soares, 2015).

De acordo com a BNCC, “na área de Linguagens e suas Tecnologias, a corporeidade e a motricidade são também compreendidas como atos de

linguagem” (Brasil, 2018, p. 475). Sendo assim, os objetos de conhecimentos da Educação Física são desenvolvidos na área de Linguagens e suas Tecnologias, em que, por meio das práticas corporais, os jovens constroem um arcabouço de experiências pessoais e sociais em relação as várias práticas da cultura corporal de movimento (Brasil, 2018).

Nesse sentido, a área contribui para formar sujeitos capazes de usufruir, produzir e transformar a cultura corporal de movimento, tomando e sustentando decisões éticas, conscientes e reflexivas sobre o papel das práticas corporais em seu projeto de vida e na sociedade (Brasil, 2018, p. 475).

Para Neira e Júnior (2016) compreender a Educação Física enquanto componente da área de Linguagens implica em implementar estratégias de ensino que ajudem os alunos a interpretar e criarem expressões culturais corporais, considerando-as como textos e contextos formados pela linguagem do corpo. E que segundo Fensterseifer e González (2013, p. 33), cabe à Educação Física:

[...] tematizar as diferentes manifestações da cultura corporal de movimento, articulando-se com o desenvolvimento curricular proposto pelos marcos legais, sem desconsiderar as nuances do contexto no qual se desenvolve e os sujeitos que com ela estão envolvidos.

Partindo do contexto em que se encontra atualmente a disciplina de Educação Física, busca-se nesse subtópico a partir desse momento, através de literaturas consultadas, descrever e apresentar os sentidos e as representações sociais atribuídas pelos estudantes do ensino médio em relação ao papel da Educação Física no contexto escolar. Dessa forma, faz-se necessário conceituar a palavra “sentido”.

O sentido refere-se a necessidades que, muitas vezes, ainda não se realizaram, mas que mobilizam o sujeito, constituem o seu ser, geram formas de colocá-lo na atividade. “O sentido deve ser entendido, pois, como um ato do homem mediado socialmente”. A categoria sentida destaca a singularidade historicamente construída (Aguiar; Ozella, 2006, p. 227-228, *apud* Kawashima, 2018 p. 74).

Para Fensterseifer e González (2013), o sentido é o elemento que nos permite compreender as coisas, sendo formado por nossos preconceitos

prévios, sem os quais a compreensão se torna inviável. Portanto, ele não está intrinsecamente presente nas coisas, o que possibilita que diferentes pessoas atribuam significados diversos e, por vezes, até opostos a algo. O sentido é como uma lente através da qual enxergamos o mundo, uma janela que molda nossa perspectiva ao observar as coisas.

“O **sentido** é tematizado por Vigotski principalmente para estabelecer distinções e relações entre linguagem interna e externa, as características funcionais e estruturais da fala para o outro e para si” (Góes; Cruz, 2016, p. 36, grifo do autor). Observa-se, pelas falas dos autores acima, que o conceito de "sentido" descrito é algo intrínseco e individual a cada ser humano, pois determinado objeto ou ação pode gerar uma significação distinta para cada pessoa, promovendo tomadas de decisões de acordo com suas necessidades e singularidades, que foram sendo desenvolvidas ao longo do tempo em um ambiente social.

Ademais, os sentidos construídos e atribuídos a disciplina de Educação Física vão ao encontro da análise e compreensão dos estudantes, internalizando as sensações e emoções advindas das atividades da cultura corporal de movimento, obtendo, assim, uma significação valorativa em relação a esse componente curricular.

Sendo assim, para que haja uma mudança de significados em relação às aulas de Educação Física no Ensino Médio para os alunos, primeiro é preciso modificar o sentido para o sujeito, que é único, é subjetivo, pessoal, dependente das relações que estabeleceu com os saberes disponíveis durante as aulas, para que assim possam emitir um novo significado, que é social (Kawashima; Moreira, 2020, p. 29).

Com relação à Educação Física no Ensino Médio, sabe-se que ela deve se manifestar como uma sequência de conteúdos e significados da Educação Física que foram desenvolvidas no Ensino Fundamental com o objetivo de compreender as origens e os métodos de aprendizagem e ensino associados a elas, bem como a transmissão de valores, comportamentos, emoções e formas de perceber e viver o mundo e o desenvolvimento da reflexão crítica para análise e tomada de decisão em situações do cotidiano familiar e social (Brasil, 2018).

Na BNCC para o Ensino Médio, a abordagem integrada da cultura corporal de movimento na área de Linguagens e suas Tecnologias aprofunda e amplia o trabalho realizado no Ensino Fundamental, criando oportunidades para que os estudantes compreendam as inter-relações entre as representações e os saberes vinculados às práticas corporais, em diálogo constante com o patrimônio cultural e as diferentes esferas/campos de atividade humana (Brasil, 2018, p. 475).

Assim, objetiva-se que a Educação Física no Ensino Médio desempenhe um papel fundamental no desenvolvimento global e integral dos estudantes, promovendo a saúde e o bem-estar físico, além de abranger também aspectos emocionais, sociais e cognitivos na formação dos estudantes nessa fase crucial de suas vidas. No entanto, esses objetivos e benefícios proporcionados pela Educação Física dependem de como os objetos de conhecimento são elaborados e ministrados aos estudantes, pois tanto na elaboração quanto no desenvolvimento, surgem dilemas e fatores complexos que permeiam o cotidiano escolar e impactam sua efetividade, assim como a formação dos sentidos e percepções dos estudantes em relação à satisfação com esse componente curricular.

Kawashima e Moreira (2020) discutem três dilemas que permeiam a Educação Física no Ensino Médio. O primeiro está relacionado ao fato de que, nessa fase, os estudantes devem ser preparados para se envolver com os vestibulares. Darido *et al.* (1999, p. 142) corroboram com o primeiro dilema dos autores acima e complementam:

Outra característica do ensino médio, que acaba competindo com a Educação Física, diz respeito a busca por uma definição profissional. A preocupação em investir no futuro, muitas vezes representado pelo vestibular, vai se tornando uma exigência cada vez maior pela sociedade. Por isso, as expectativas acerca da Educação Física, quando existentes, ficam em segundo plano.

Porém, em um estudo de Marques *et al.* (2022), com o intuito de analisar as questões do novo Enem que apresentassem objetos de conhecimento da Educação Física, nas nove edições analisadas (2009-2017), apresentou 49 questões referentes ao componente curricular Educação Física, que foram classificadas/categorizadas, sendo oito questões voltadas a categoria de Dança; dezesseis que englobam a categoria de Esporte; dez questões relacionada às

categorias de Lutas e Jogos e Brincadeiras; e quinze questões relacionada à categoria Saúde.

Há, portanto, de se repensar e problematizar, por parte dos professores, gestão e sistemas de ensino, se esse dilema relacionado às implicações do vestibular relegando a Educação Física em segundo plano, ainda está implícito tanto na conduta de atores educacionais ou em orientações pedagógicas que chegam a todo instante nas unidades escolares, visto que, no próprio Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) já é possível identificar questionamentos referentes aos objetos de conhecimentos relacionados ao componente curricular em questão.

Com relação às quinze questões relacionadas à categoria Saúde, Marques *et al.* (2022) discorrem que elas trazem informações com o objetivo de incentivar a realização de práticas corporais, visando combater práticas ilegais e nocivas à saúde (como dieta da moda e uso de medicamentos), dos padrões estéticos impostos pela mídia e da busca pelo corpo perfeito sob qualquer circunstância e a compreensão do papel do corpo no mundo da produção, bem como garantir para o sexo feminino o acesso à atividade física e de lazer sem restrição com relação ao sexo masculino.

Justificando, assim, a pertinência da elaboração e aplicação da unidade didática em questão para reforçar e contribuir na análise crítica dos estudantes quanto a compreensão e percepção do seu corpo em sociedade, por meio das reflexões sobre o conceito de saúde ampliada.

Dando sequência aos três dilemas abordados por Kawashima e Moreira (2020), o segundo está relacionado à fragmentação e repetição dos mesmos conteúdos desenvolvidos no Ensino Fundamental. O terceiro diz respeito à esportivização da Educação Física no Ensino Médio, onde as aulas assumem um caráter de treinamento esportivo, ou seja, o foco passa a ser a formação de atletas. Dessa forma, esses dilemas e situações ainda se manifestam de forma latente no desenvolvimento das aulas, influenciando direta e indiretamente a visão e satisfação dos estudantes em relação à importância e ao papel da Educação Física no Ensino Médio.

Quanto à percepção dos estudantes com a Educação Física na etapa do Ensino Médio, os autores Brandolin, Koslinski e Soares (2015), com o intuito de

verificar a percepção dos alunos sobre a Educação Física no Ensino Médio, desenvolveram uma pesquisa de investigação com 1.084 alunos do Ensino Médio da rede estadual do município de Petrópolis, em que criaram uma variável denominada Indicador de Satisfação em Educação Física (ISEF) para estimar quais fatores escolares e extraescolares influenciam de forma positiva e negativa a percepção e satisfação dos alunos sobre as aulas de educação física. Assim, os autores seguiram alguns pressupostos citados abaixo para confecção do Indicador de Satisfação em Educação Física.

Partimos do pressuposto que a satisfação com a educação física pode variar de acordo com diversos fatores presentes nas aulas, tais como: **características demográficas dos alunos, habilidade em esportes, infraestrutura para as aulas, tipo de planejamento, sexo e ambiente pedagógico** (Brandolin; Koslinski; Soares, 2015, p. 602, grifo nosso).

Os resultados sobre a satisfação com a Educação Física no Ensino Médio nessa pesquisa chegaram à 78,2% satisfeitos e 21,8% insatisfeitos. Os alunos satisfeitos levando em conta o sexo foi de 90,9% entre o sexo masculino e 69,9% entre o sexo feminino. Já em relação às habilidades, os autores concluíram que alunos com mais habilidades no desenvolvimento das atividades práticas são sete vezes mais satisfeitos com as aulas de Educação Física e alunos com baixas habilidades são três vezes menos satisfeitos com as aulas de Educação Física. A cor e o nível socioeconômico, bem como trajetórias escolares não apresentaram resultados significativos no público-alvo estudado. A organização das aulas, em que alunos participam nas decisões, mostrou que apresentam 54% mais satisfeitos com a Educação Física em relação aos alunos que não participam das organizações e decisões. A questão de infraestrutura relacionada a quadra onde ocorrem as aulas, teve pequeno efeito positivo, sendo considerado estaticamente não significativo (Brandolin; Koslinski; Soares, 2015).

Em consonância com os descritos acima, os autores chegaram à conclusão que a “autopercepção da habilidade para os esportes, o sexo e a organização das aulas contribuem e impactam na satisfação com as aulas de educação física” (Brandolin; Koslinski; Soares, 2015, p. 606). Diante do exposto, fica claro perceber que são vários fatores que interferem de forma positiva e

negativa nos sentidos e satisfações dos alunos quanto o papel da Educação Física no Ensino Médio.

Dessa forma, pode-se observar que a Educação Física estará sempre atrelada a fatores que variam de acordo com o contexto e as características individuais dos estudantes. Além disso, o envolvimento ativo nas aulas, a valorização das opiniões e as adaptações nas atividades conforme as especificidades individuais e coletivas dos estudantes são aspectos relevantes para promover e aumentar os índices de satisfação, legitimando a importância da Educação Física em relação aos demais componentes curriculares, tanto no Ensino Fundamental quanto no Ensino Médio.

Neste sentido, a legitimidade da Educação Física escolar está associada ao reconhecimento e equiparação desta com os demais componentes curriculares presentes no currículo escolar e sua importância na formação integral do aluno. Esse reconhecimento deve acontecer mediante a efetivação de uma prática docente contextualizada, em que alunos, professores, gestores, pais, ou seja, toda a comunidade escolar, respeite e valorize os conhecimentos tratados pela Educação Física como parte de um todo, integrados aos objetivos da escola (Kawashima; Moreira, 2020, p. 19).

Os autores complementam que além, dos propósitos da Educação Física no contexto escolar e no Ensino Médio, o professor deve levar em consideração outros aspectos que contribuam para uma validação eficaz dessa disciplina no currículo escolar e perante a sociedade (Kawashima; Moreira, 2020). Para isso, “o aprender a conhecer, aprender a fazer e aprender a ser são aspectos necessários em todos os níveis da escolaridade formal, incluindo-se aí, o Ensino Médio” (Correia, 2011, p. 105). Pois, segundo Correia (2011), a aquisição das habilidades necessárias para viver plenamente requer experiências significativas, as quais demandam uma formação abrangente que ultrapasse os limites finais do Ensino Básico, ressaltando-se, assim, que aprender a viver vai além dos aspectos abordados na educação formal.

Golin e Moreira (2022, p. 4) complementam que:

Portanto, qualquer que seja o conteúdo adotado pelo professor de Educação Física, deveria, necessariamente, valorizar as questões pertinentes à qualidade de vida e à cidadania, as quais, por sua vez, deveriam pautar-se na observação da pessoa humana e de seu contexto cultural.

Visto que a maioria dos estudantes é provido de experiências de seu meio social, onde vivenciam e recriam representações relacionadas ao seu corpo com referência de convívio social, os conhecimentos da Educação Física devem aprofundar e estabelecer inquietudes relacionados a vários campos de saberes que possam contribuir com o desenvolvimento dos educandos, questionando e fortalecendo uma conduta protagonista, amparados em arcabouços científicos e filosóficos e a sua real importância e pertinência (Correia, 2011). Sendo assim, a inquietude advém de situações problemas e desafios, e “não se desafia a inteligência do aluno com a repetição do que ele já sabe ou com a reprodução superficial do que as mídias oferecem, ou ainda, com o pronto atendimento do desejo da criança e do jovem” (Soares, 1996, p. 6).

Golin e Moreira (2022) ressaltam que o fazer didático da Educação Física deve abranger a maioria jovens e oportunizar ações significativas de mudanças, relacionadas a cidadania e busca pela vida saudável no “chão da quadra” em sua realidade atual e futura. Faz-se, portanto, necessária uma abordagem de ensino que envolva elementos teóricos e práticos, valorizando o meio social dos jovens, para um planejamento participativo e colaborativo, com o intuito de promover atividades por meio de projetos e ações internas com o intuito de oportunizar o engajamento ativo dos alunos nas aulas.

Assim, tal abordagem remete a ações com o intuito de desenvolver uma aprendizagem significativa a vários estudantes, em que os conhecimentos dos mesmos sejam considerados, e, a partir dessa dimensão, busque oportunizar um método de ensino que vise a participação e consolidação ativa em todas as esferas que remetem aos vários conhecimentos da Educação Física, objetivando a reelaboração da mudança de sentidos e significados pertinentes a formação social de todos os envolvidos no ambiente escolar.

Além disso, para que a vivência seja significativa, “é preciso problematizar, desnaturalizar e evidenciar a multiplicidade de sentidos e significados que os grupos sociais conferem às manifestações da cultura corporal de movimento” (Brasil, 2016, p. 101). Cada movimento que compõe essas práticas é desenvolvido e adotado pelo grupo social envolvido, especialmente como uma forma de se diferenciar dos outros, tanto em termos

das técnicas utilizadas quanto dos significados atribuídos (Neira; Souza Júnior, 2016).

Os autores Kawashima e Moreira (2020, p. 30) discorrem sobre a mudança de sentidos em relação ao componente curricular da Educação Física:

Essa mudança de sentido só é possível a partir da experiência vivenciada por cada um. [...]. É necessário colocar estes saberes disponíveis nas aulas de Educação Física em movimento, em relação consigo mesmo, com os outros e com o mundo, para, só assim, fazer sentido para o sujeito.

Neira e Souza Júnior (2016) relatam que indivíduos podem se envolver em atividades como corrida, natação, yoga, judô, balé ou skate com diferentes objetivos, mesmo compartilhando o mesmo ambiente. Durante essas práticas, as intenções se manifestam por meio de gestos e sentidos que também variam em seus significados. Essa diversidade torna impossível a atribuição de adjetivos ou a mensuração e execução das práticas corporais.

Sendo assim, fica claro que tanto os sentidos e significados advêm das experiências, que são resultado da relação teoria e prática. É necessário compreender o que está sendo praticado para que faça sentido para o aluno. E, para a superação de antigos paradigmas, é fundamental o desenvolvimento de aprendizagens significativas, baseadas nas concepções dos estudantes sobre os sentidos e significados atribuídos aos conhecimentos desse componente curricular chamado Educação Física. Desse modo, “pensamos que um destes desafios é ajudar os alunos a ‘entender’, e não apenas ‘atender’, esse universo que denominamos cultura corporal de movimento [...]” (Fensterseifer; González, 2013, p. 39).

A fundamentação teórica deste subtópico trouxe uma análise crítica e questões pertinentes que, de certa forma, estão direta e indiretamente ligadas aos anseios e expectativas tanto de discentes quanto de docentes em relação ao componente curricular da Educação Física. Essa análise abrange desde sua inserção no Ensino Fundamental, passando pelo Ensino Médio, até o desenvolvimento de um ensino valorativo, que oportunize a construção de sentidos e um ensino-aprendizagem significativo, contribuindo assim para a real

legitimação da Educação Física. Ademais, não se pode legitimar algo sem oportunizar e atribuir sentido e significado a isso.

Para concluir este subtópico, deixo abaixo uma frase dos autores que contribuíram de maneira substancial para o desenvolvimento deste marco teórico inicial, expressando uma dica aos professores, não apenas da Educação Física, mas de todas as disciplinas que compõem a grade curricular da Educação Básica. Esta frase, "ao meu ver", representa um "divisor de águas" fundamental, contribuindo de forma precisa e eficiente para o enfrentamento dos desafios que ainda permeiam o cotidiano escolar.

E fica a dica: ouçam seus alunos! Pois eles oferecem dicas preciosas para enfrentarmos os problemas do cotidiano da sala de aula, indicando caminhos que, muitas vezes, nosso olhar de professor não é capaz de enxergar, ou seja, escutemos os jovens! (Kawashima; Moreira, 2020, p. 31-32).

## **2.2 O Corpo e Saúde como Unidade Didática no Ensino Médio a partir do Conceito de Saúde Ampliada**

O objetivo do presente subtópico é salientar e descrever a importância do desenvolvimento e da aplicabilidade da Unidade Didática "Corpo e Saúde" no Ensino Médio, sob o conceito de "Saúde Ampliada". A proposta visa proporcionar aos estudantes conhecimentos fundamentais e uma análise crítica dos múltiplos fatores que influenciam a visão ampliada de saúde e sua relação com o corpo em sociedade.

Essa abordagem didática visa, como um todo, contribuir para a formação integral dos alunos, por meio do desenvolvimento de um conhecimento sistematizado com métodos e estratégias de ensino essenciais para a conscientização crítica dos estudantes em relação aos cuidados com o corpo, à saúde e à midiaticização da imagem corporal veiculada pela mídia. Ela abrange tanto a esfera individual quanto coletiva, promovendo reflexões sobre as nuances do conceito de saúde ampliada, visando um ensino eficaz e valorativo.

Assim, o presente subtópico será dividido em dois momentos distintos. No primeiro, será realizada uma análise crítica e reflexiva sobre algumas orientações e marcos legais (PNCs, PCNEM, PCN + Ensino Médio, BNCC e

DRC/MT – Ensino Fundamental e Médio) relacionados à Educação Física, que direcionam o desenvolvimento de objetos de conhecimento voltados para os cuidados com o corpo e a saúde, especialmente na etapa do Ensino Médio. No segundo momento, será desenvolvido um ensaio reflexivo sobre o corpo e a saúde a partir da concepção de "Saúde Ampliada"

### **2.2.1 O Corpo e Saúde como Objeto de Conhecimento Segundo Marcos Legais**

Ao iniciar a análise das orientações e marcos legais que direcionam o desenvolvimento de objetos de conhecimento relacionados aos cuidados com o corpo e a saúde, seria injusto deixar de abordar, mesmo que de forma superficial, algumas orientações e marcos legais referentes aos objetos de conhecimento desenvolvidos no Ensino Fundamental, que complementam ou aprofundam esses temas no Ensino Médio. Como exemplo, a própria BNCC deixa claro que as práticas corporais da cultura corporal de movimento, presentes na área de Linguagens e suas Tecnologias, devem aprofundar e ampliar o trabalho desenvolvido na Etapa do Ensino Fundamental. Essas práticas devem propiciar aos estudantes a compreensão e a inter-relação pertinentes entre as práticas corporais e as diferentes esferas e concepções sociais (Brasil, 2018).

Dessa forma, os Parâmetros curriculares nacionais - PCNs do Ensino Fundamental discorrem sobre a Educação Física:

A Educação Física, dentro do que se propõem nos Parâmetros Curriculares Nacionais, é a área do conhecimento que introduz e integra os alunos na cultura corporal de movimento, com finalidades de lazer, de expressão de sentimentos, afetos e emoções, de **manutenção e melhoria da saúde** (Brasil, 1998, p. 62, grifo nosso).

De acordo com os PCNs do Ensino Fundamental para a Educação Física, observam-se as várias finalidades dos conteúdos selecionados a partir da cultura corporal de movimento, sendo que o “grifo nosso” deixa claro que esses objetivos também estão alinhados e relacionados com a unidade didática a ser desenvolvida. Porém, é sabido que o mesmo documento oportuniza o rompimento com abordagens tradicionais que visava somente alunos com

aptidões físicas, direcionando e apontando abordagens com princípios de inclusão que favoreçam a autonomia, cooperação e afirmação de valores e princípios democráticos nas atividades de jogos, esportes, ginásticas, danças e lutas pautados no viés crítico da cidadania (Brasil, 1998).

Os PCNs indicam como objetivos do Ensino Fundamental que os estudantes sejam capazes de compreender e reconhecer os diversos preceitos implícitos e explícitos nas práticas corporais da disciplina de Educação Física, como “conhecer o próprio corpo e dele cuidar, valorizando e adotando hábitos saudáveis como um dos aspectos básicos da qualidade de vida e agindo com responsabilidade em relação à sua saúde e à saúde coletiva” (Brasil, 1998, p. 7).

O documento ainda discorre sobre a organização dos objetos de conhecimento da Educação Física que serão desenvolvidos ao longo do Ensino Fundamental, sendo organizados em três blocos: Esportes, jogos, lutas e ginásticas; Atividades rítmicas e expressivas; Conhecimentos sobre o corpo. Esses blocos podem ser desenvolvidos de forma articulada, porém possuem suas especificidades (Brasil, 1998). Desse modo, foi extraído do PCNs e citado logo abaixo, os Conceitos e procedimentos relacionado ao bloco de conteúdo **“Conhecimento sobre o Corpo”**:

- Identificação das capacidades físicas básicas.
- Compreensão dos aspectos relacionados com a boa postura.
- Compreensão das relações entre as capacidades físicas e as práticas da cultura corporal de movimento.
- Compreensão das técnicas de desenvolvimento e manutenção das capacidades físicas básicas.
- Vivência de diferentes formas de desenvolvimento das capacidades físicas básicas.
- Identificação das funções orgânicas relacionadas às atividades motoras.
- Vivências corporais que ampliem a percepção do corpo sensível e do corpo emotivo.
- Conhecimento dos efeitos que a atividade física exerce sobre o organismo e a saúde.
- Compreensão dos mecanismos e fatores que facilitam a aprendizagem motora.
- Compreensão dos fatores fisiológicos que incidem sobre as características da motricidade masculina e feminina (Brasil, 1998, p. 75-76.)

O bloco de “Conhecimento sobre o Corpo” é entendido como organismo vivo e integrado as esferas físicas e culturais implícitas de sentidos, e, para conhecer o corpo em si, são abordados de maneira simplificada e básica os

conhecimentos anatômicos, fisiológicos, biomecânicos e bioquímicos que poderão ser ampliados e aprofundados nas séries seguintes, com o intuito de desenvolver a análise crítica dos estudantes acerca de programas de práticas corporais, estabelecendo e elencando critérios de escolha e julgamento de práticas saudáveis (Brasil, 1998).

Ainda neste bloco, os PCNs discorrem sobre as possibilidades de trabalhar sobre os hábitos posturais e atitudes corporais relacionadas as várias culturas corporais, podendo ser desenvolvidos através de projetos interdisciplinares que envolvam outras disciplinas e a Pluralidade Cultural:

A ênfase deste item está na relação entre as possibilidades e as necessidades biomecânicas e a construção sociocultural da atitude corporal, dos gestos, da postura. Por que, por exemplo, os orientais sentam-se no chão, com as costas eretas? Por que existe uma tendência em apoiar-se em apenas uma das pernas nas posturas em pé? Observar, analisar, compreender essas atitudes corporais só atividades que podem ser desenvolvidas juntamente com projetos de História, Geografia e Pluralidade Cultural. Além da análise dos diferentes hábitos, pode-se incluir a questão da postura dos alunos na escola: as posturas mais adequadas para fazer determinadas tarefas e para diferentes situações (Brasil, 1998, p. 69).

Assim, o corpo como sede de sensações e emoções deve ser contemplado como conteúdo, de modo a permitir a compreensão da dimensão emocional, que se expressa nas práticas da cultura corporal e a percepção do corpo sensível e emotivo por meio de vivências corporais (Brasil, 1998).

Dando sequência a esse Marco Legal, mas agora direcionado ao Ensino Médio (PCNEM), observa-se que ele está alinhado com os PCNs do Ensino Fundamental e já inicia destacando que não tem a intenção de indicar “um caminho único a ser seguido pelos profissionais, mas propor, de maneira objetiva, formas de atuação que proporcionarão o desenvolvimento da totalidade dos alunos e não só os dos mais habilidosos” (Brasil, 2000, p. 33).

Para o PCNEM (Brasil, 2000, p. 42, grifo nosso), espera-se que, no decorrer do Ensino Médio, em Educação Física, as seguintes competências sejam desenvolvidas pelos alunos:

- Compreender o **funcionamento do organismo humano**, de forma a reconhecer e modificar as atividades corporais, valorizando-as como recurso para **melhoria de suas aptidões físicas**.

- Desenvolver as **noções conceituais de esforço, intensidade e frequência**, aplicando-as em suas práticas corporais.
- Refletir sobre as informações específicas da cultura corporal, sendo capaz de discerni-las e reinterpretá-las em bases científicas, adotando uma postura autônoma na seleção de atividades e procedimentos **para a manutenção ou aquisição da saúde**.
- Assumir uma **postura ativa**, na prática das atividades físicas, e consciente da importância delas na vida do cidadão.

Ainda segundo os PCNEM (Brasil, 2000), esse bloco, de certa forma, direciona para o autogerenciamento das atividades corporais, abrangendo áreas de conhecimentos distintas, como Anatomia, Fisiologia e Biologia com o intuito de capacitar os estudantes à uma análise e compreensão crítica em relação às escolhas de atividades físicas saudáveis. O documento ainda deixa claro que são raras as vezes em que as escolas buscam desenvolver e oportunizar ações educativas que favoreçam a aquisição de hábitos saudáveis de forma adequada e constante, e que a própria aprendizagem escolar pode ser uma excelente chance para a prevenção e controle do excesso de peso, podendo explicitar a compreensão do organismo relacionados às práticas corporais. O documento esclarece, ainda, a importância da compreensão do funcionamento do organismo:

[...] a compreensão do funcionamento do organismo, no que concerne ao consumo de energia ou acúmulo em forma de gordura, poderá diminuir a prática, tradicional entre os jovens, de períodos de jejum prolongados, utilização de inibidores de apetite, práticas desportivas utilizando excesso de agasalhos, a fim de alcançar uma silhueta culturalmente aceita como bela (Brasil, 2000, p. 42).

Em relação aos PCN+ Ensino Médio, estes se caracterizam como Orientações Educacionais Complementares aos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNEM), buscando promover um diálogo entre educadores que atuam na escola e desempenham um papel insubstituível no aprimoramento desse nível de ensino. O objetivo central desse documento é contribuir na organização do trabalho pedagógico na Área de Linguagens, Códigos e Tecnologias (Brasil, 2002).

No texto introdutório do PCN+, em relação à Educação Física, é possível perceber críticas relacionadas à repetição dos conteúdos desenvolvidos no Ensino Fundamental que permeiam apenas fundamentos e execuções de gestos

técnicos relacionados a dimensão esportiva. As críticas, no entanto, não são direcionadas com o intuito de desprestigiar tais práticas esportivas, mas sim de ressignificá-las, mostrando que existe uma variedade de aprendizagens nessa disciplina (Brasil, 2002). Com relação aos objetos de conhecimentos relacionados ao “Corpo e Saúde”, os PCN+ trazem a seguinte descrição:

Conhecer o corpo humano não é apenas saber como funcionam os muitos aparelhos do organismo, mas também entender como funciona o próprio corpo e que consequências isso acarreta em decisões pessoais da maior importância, tais como fazer dieta, utilizar anabolizantes, praticar exercícios físicos e exercer a sexualidade (Brasil, 2002, p. 153).

Pode-se perceber que os PCN+ objetivam o despertar da reflexão e compreensão dos objetos de conhecimentos relacionados à disciplina de Educação Física, buscando, assim, ressignificar sentidos e significados em relação as várias práticas corporais e contribuir para uma aprendizagem significativa.

Com relação à BNCC (Brasil, 2018, p. 487) e à Educação Física voltada aos objetos de conhecimento Corpo e Saúde, destaca-se a competência 5, na qual, por meio das várias vivências das práticas corporais, espera-se que os jovens, ao final do Ensino Médio, desenvolvam a “construção da própria identidade, autoconhecimento e propagação de valores democráticos”.

Na competência 5, foram elencadas 3 habilidades fundamentais, sendo a “(EM13LGG503) Praticar, significar e valorizar a cultura corporal de movimento como forma de **autoconhecimento, autocuidado e construção de laços sociais** em seus projetos de vida” (Brasil, 2018, p. 487, grifo nosso). As palavras em grifo direcionam ao desenvolvimento de habilidades que oportunizem o conhecimento da prática corporal e seus significados e também os cuidados consigo e com os demais indivíduos em um mesmo ambiente social.

Nesta parte, direcionaremos nossa atenção ao Documento de Referência Curricular para Mato Grosso – DRC/MT (Mato Grosso, 2021), que tem como base e estrutura a Base Nacional Curricular Comum - BNCC (Brasil, 2018), a qual direciona e elenca objetos de conhecimento para o Ensino Fundamental e Ensino Médio. Contudo, faz-se necessário iniciarmos pela DRC/MT - Ensino

Fundamental, pois ela apresenta objetos de conhecimento diretamente relacionados ao escopo deste subtópico

Sendo assim, a matriz curricular da disciplina de Educação Física está pautada no DRC/MT - Ensino Fundamental, que tem como bases norteadoras, as competências gerais e habilidades propostas na Base Nacional Comum Curricular – BNCC, sendo elencadas competências e habilidades que deverão ser desenvolvidas e consolidadas ao longo do Ensino Fundamental.

É importante explicitar que as unidades temáticas foram fragmentadas em objetos de conhecimento, de acordo com as habilidades e capacidades específicas de cada fase e ciclo, sendo que as mesmas serão ministradas com o intuito de **introduzir; aprofundar e consolidar** o conhecimento da **unidade temática ao longo de todo o ensino fundamental do 3º ciclo** (Mato Grosso, 2020, grifo nosso).

Avançando a leitura, encontramos duas Unidades Didáticas que trazem objetos de conhecimentos relacionados ao corpo e saúde. A primeira remete à unidade didática de Ginástica, que cita objetos de conhecimentos como: a Ginásticas de condicionamento físico; Ginástica de conscientização corporal; Ginástica Geral e Atividades Circenses. Desse modo, foram elencadas, logo abaixo, habilidades específicas relacionadas a unidade didática Ginástica que devem ser desenvolvidas no decorrer desse ciclo:

(EF69EF08) Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática.

(EF69EF09) Construir, coletivamente, procedimentos e normas de convívio que viabilizem a participação de todos na prática de exercícios físicos, com o objetivo de promover a saúde.

(EF69EF10) Diferenciar exercício físico de atividade física e propor alternativas para a prática de exercícios físicos dentro e fora do ambiente escolar.

(EF69EF07) Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.

(EF69EF08) Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).

(EF69EF09) Problematizar a prática excessiva de exercícios físicos e o uso de medicamentos para a ampliação do rendimento ou potencialização das transformações corporais.

(EF67EF09.1MT) Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios na execução de elementos básicos de apresentações coletivas de ginástica geral, reconhecendo as potencialidades e os limites do corpo e adotando procedimentos de segurança (Mato Grosso, 2020, p. 57-58).

Com relação às habilidades e à unidade didática mencionada na DRC/MT - Ensino Fundamental, observa-se que há preocupações específicas relacionadas ao conhecimento sobre o corpo e seus cuidados, à prática de atividade física ou exercício físico, à reflexão sobre os padrões de beleza estipulados pela mídia e à preocupação com o uso de substâncias indevidas no corpo humano.

A segunda Unidade Didática refere-se à Práticas Corporais de Aventura, Saúde e Meio Ambiente, sinalizando os seguintes objetos de conhecimentos: Práticas corporais de aventura Urbanas e na Natureza; Transformações nos padrões de beleza e de saúde; Saúde e qualidade de vida (Mato Grosso, 2020). Sendo assim, foram elencados logo abaixo, habilidades específicas relacionadas a unidade didática “Transformações nos padrões de beleza e de saúde; Saúde e qualidade de vida”, que devem ser desenvolvidas no decorrer desse ciclo:

(EF89EF21.1MT) Discutir as transformações históricas nos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático, etc.).

(EF89EF21.2MT) Problematizar a prática excessiva de exercícios físicos e o uso de medicamentos para ampliação do rendimento ou potencialização das transformações corporais.

(EF89EF21.3MT) Compreender os diversos paradigmas contemporâneos do ser humano e sua corporeidade, a partir das discussões sobre as questões da saúde, do lazer e do exercício físico, oportunizando a formação de hábitos e estilos de vida saudáveis (Mato Grosso, 2020, p. 70).

De acordo com as habilidades descritas acima, referentes às unidades didáticas em questão, percebe-se que elas oportunizam a problematização e ressignificação da compreensão das práticas corporais em relação ao corpo humano e sua corporeidade, bem como das influências midiáticas que se caracterizam como paradigmas e ditames em um mundo contemporâneo, em constante mutação e evolução de padrões sociais e comportamentos relacionados ao corpo humano, tanto em esferas individuais quanto sociais. Após a explicitação do documento DRC/MT - Ensino Fundamental nos

parágrafos anteriores, os próximos parágrafos têm como objetivo dar sequência a esse documento, mas agora direcionando-se para a DRC/MT - Ensino Médio.

A DRC/MT do Ensino Médio está alinhada à BNCC do Ensino Médio, abordando na íntegra a cultura corporal de movimento na área de Linguagens e suas Tecnologias que, de certa forma, retoma marcos que oportunizam discussões a respeito do corpo humano e seus movimentos decorrente de várias práticas corporais como: luta, as ginásticas, esportes de aventuras, danças, jogos e brincadeiras, esportes entre outros. Assim, levando-se em conta a especificidade do Componente Curricular da Área da Linguagens e suas Tecnologias em relação à Educação Física:

As linguagens são constituídas de significados e a linguagem corporal também. As vivências culturais de qualquer grupo social permitem a comunicação, pois é no movimentar do corpo e pelo corpo que o mundo é compreendido e que se faz compreender com gestos, utilização de adornos, em rituais, entre outros (Mato Grosso, 2021, p. 265).

Dessa forma, o Documento de Referência Curricular de Mato Grosso apresenta a área de Linguagens dividida em Competências e Habilidades Específicas da Área, descrevendo, assim, sete competências, sendo que para cada competência são indicadas habilidades que devem ser desenvolvidas e aprofundadas ao longo do processo de ensino do Ensino Médio. As habilidades específicas oferecem possibilidades para o desenvolvimento pedagógico de forma ampla e precisa, criando espaço para o regionalismo em todas as suas vertentes, sendo uma parte essencial na construção das identidades (Mato Grosso, 2021).

A partir das orientações da BNCC, as escolhas listadas na tabela abaixo têm por objetivo apresentar algum subsídio [*sic*] para que, nos diversos espaços escolares, os professores analisem os objetos elencados e os adequem, reinventem, ampliem de acordo com as necessidades de estudo da língua e com sua realidade, visando alcançar a formação dos estudantes para as competências e habilidades estabelecidas (Mato Grosso, 2021, p. 291).

Assim, após a análise da tabela disponível na DRC/MT – Ensino Médio, buscou-se escolher e identificar as competências específicas que direcionavam objetos de conhecimentos que vão ao encontro do escopo Corpo e Saúde, tanto

explicitado nesse subtópico. Para isso, levou-se em conta, os objetos de conhecimentos explicitados nas habilidades que promovesse o desenvolvimento de habilidades e competências que são essenciais para a conscientização dos estudantes em relação aos cuidados com o corpo e a saúde. Desse modo, observem, na tabela 2, a seleção das competências e objetos de conhecimentos, extraído da DRC/MT – Ensino Médio:

**Tabela 2 - Competências, Habilidades e Objetos de Conhecimentos.**

<b>COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 1:</b> Compreender o funcionamento das diferentes linguagens e práticas culturais (artísticas, corporais e verbais) e mobilizar esses conhecimentos na recepção e produção de discursos nos diferentes campos de atuação social e nas diversas mídias, para ampliar as formas de participação social, o entendimento e as possibilidades de explicação e interpretação crítica da realidade e para continuar aprendendo.	
<b>HABILIDADES</b>	<b>OBJETO DE CONHECIMENTO</b>
(EM13LGG102) Analisar visões de mundo, conflitos de interesse, preconceitos e ideologias presentes nos discursos veiculados nas diferentes mídias, ampliando suas possibilidades de explicação, interpretação e intervenção crítica da/na realidade.	Corpo, saúde e beleza em diferentes; Valores nas práticas da <b>cultura corporal</b> .
(EM13LGG104) Utilizar as diferentes linguagens, levando em conta seus funcionamentos, para a compreensão e produção de textos e discursos em diversos campos de atuação social.	Ginástica e condicionamento físico.
(EM13LGG105) Analisar e experimentar diversos processos de remediação de produções multissemióticas, multimídia e transmídia, desenvolvendo diferentes modos de participação e intervenção social.	Significados/sentidos no discurso das mídias sobre a atividade física e o exercício físico.

**COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 3:** Utilizar diferentes linguagens (artísticas, corporais e verbais) para exercer, com autonomia e colaboração, protagonismo e autoria na vida pessoal e coletiva, de forma crítica, criativa, ética e solidária, defendendo pontos de vista que respeitem o outro e promovam os Direitos Humanos, a consciência socioambiental e o consumo responsável, em âmbito local, regional e global.

<b>HABILIDADES</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>
(EM13LGG305) Mapear e criar, por meio de práticas de linguagem, possibilidades de atuação social, política, artística e cultural para enfrentar desafios contemporâneos, discutindo princípios e objetivos dessa atuação de maneira crítica, criativa, solidária e ética.	·Atividades físicas em academia de ginástica.

**COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 5:** Compreender os processos de produção e negociação de sentidos nas práticas corporais, reconhecendo-as e vivenciando-as como formas de expressão de valores e identidades, em uma perspectiva democrática e de respeito à diversidade.

<b>HABILIDADES</b>	<b>OBJETO DE CONHECIMENTO</b>
(EM13LGG501) Selecionar e utilizar movimentos corporais de forma consciente e intencional para interagir socialmente em práticas corporais, de modo a estabelecer relações construtivas, empáticas, éticas e de respeito às diferenças.	·Ginástica de academia; ·Performance.
(EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento.	·Ginástica de conscientização corporal e condicionamento físico; ·Esporte e qualidade de vida;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>·Atividade física e exercício físico;</li> <li>·Práticas teatrais de concentração, relaxamento e postura.</li> </ul>
<p><b>COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 7:</b> Mobilizar práticas de linguagem no universo digital, considerando as dimensões técnicas, críticas, criativas, éticas e estéticas, para expandir as formas de produzir sentidos, de engajar-se em práticas autorais e coletivas, e de aprender a aprender nos campos da ciência, cultura, trabalho, informação e vida pessoal e coletiva.</p>	
<b>HABILIDADES</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>
(EM13LGG703) Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.	·Aplicativos e estilo de vida ativo
(EM13LGG704) Apropriar-se criticamente de processos de pesquisa e busca de informação, por meio de ferramentas e dos novos formatos de produção e distribuição do conhecimento na cultura de rede.	·Sedentarismo e atividade física.

**Fonte:** Mato Grosso (2021).

De acordo com as habilidades específicas e objetos de conhecimento descritos no quadro acima, pode-se perceber que estes visam ao desenvolvimento de ações pedagógicas que proporcionem aos educandos o **conhecimento sobre o corpo**, assim como os fatores que influenciam e circundam os cuidados e a preservação da saúde. O documento enfatiza a importância de todas as práticas corporais, pois, de certa forma, elas contribuem para a formação cultural e social dos estudantes.

Dessa forma, foi possível perceber que vários documentos e marcos legais discorrem de forma direta ou indireta sobre a importância do desenvolvimento de unidades didáticas relacionada ao Corpo e Saúde, que

levem o despertar da consciência dos estudantes, em relação ao desenvolvimento do autoconhecimento e autocuidado, oportunizando, assim, tomadas de decisões conscientes em relação ao seu corpo e sua corporeidade. Entretanto, não se encontra informações tangíveis de como desenvolver a concepção de “saúde ampliada” nas aulas de Educação Física, ficando à mercê das antigas concepções e viés fisiológicos.

Observa-se, também, que, embora os PCNs (2008) enunciem uma Educação Física através do desenvolvimento de abordagens críticas, levantando questões de poder, interesse e contestação, propondo, assim, um modelo de superação das contradições e injustiças sociais, o que se vê e se observa no referido documento e nos demais documentos curriculares acima mencionados, é que os mesmos não apontam e nem direcionam para o fim de uma sociedade desigual dividida por classe sociais, em que a classe pobre e trabalhadora nunca conseguirá obter na sua plenitude o *status* de “qualidade de vida”, em decorrência das injustiças sociais que permeiam o sistema político econômico sob a ótica neoliberal.

Partindo desse pressuposto, será dado início ao segundo momento do presente subtópico, ou seja, análise e compreensão do conceito de “Saúde Ampliada” para o desenvolvimento de atividades pedagógicas multifatoriais relacionadas ao corpo e saúde em sociedade, com o intuito de superar os paradigmas arbitrários que dão ênfase a aptidão física relacionada exclusivamente a saúde, desconsiderando-se, assim, todas as nuances culturais e sociais implícitas e tatuadas nos corpos.

### **2.2.2 O Corpo e Saúde a partir do Conceito de Saúde Ampliada**

Antes de adentrar de forma incisiva sobre o conceito de Saúde Ampliada no presente subtópico, faz-se necessário conceituar “Saúde”. De acordo com Palma (2020, p. 6), um primeiro entendimento do que seja saúde pode ser encontrado na ideia de “ausência de doenças”. Para o autor, “contudo, conceituar ‘saúde’ não é tarefa fácil. Os conceitos aparecem frouxos, não tão bem delimitados” (Palma, 2001, p. 30). Ainda,

a saúde não é um conceito abstrato. Define-se no contexto histórico de determinada sociedade e num dado momento de seu desenvolvimento, devendo ser conquistada pela população em suas lutas cotidianas (Brasil, 1986, p. 4).

Sendo assim, de forma mais ampla, a saúde é influenciada por fatores como **alimentação, moradia, educação, renda, meio ambiente, trabalho, transporte, emprego, lazer, liberdade, acesso e posse de terra, além do acesso a serviços de saúde**. Dessa maneira, é principalmente o resultado das formas pelas quais a produção social é organizada, o que pode levar a grandes desigualdades nos padrões de vida. (Brasil, 1986, grifo nosso).

A partir do conceito amplo de saúde e da noção de direito como conquista social, emerge a ideia de que o pleno exercício do direito à saúde implica em garantir:

- trabalho em condições dignas, com amplo conhecimento e controle do trabalhadores sobre o processo e o ambiente de trabalho;
- alimentação para todos, segundo as suas necessidades;
- moradia higiênica e digna;
- educação e informação plenas;
- qualidade adequada do meio-ambiente;
- transporte seguro e acessível;
- repouso, lazer e segurança;
- participação da população na organização, gestão e controle dos serviços e ações de saúde;
- direito à liberdade, à livre organização e expressão;
- acesso universal e igualitário aos serviços setoriais em todos os níveis (Brasil, 1986, p. 4-5).

Desse modo, os pré-requisitos para a saúde são: **Paz – Habitação – Educação – Alimentação – Renda - ecossistema estável – recursos sustentáveis - justiça social e equidade**. Sendo assim, fatores políticos, econômicos, sociais, culturais, ambientais, comportamentais e biológicos podem tanto favorecer como prejudicar a saúde. (Ottawa, 1986, grifo nosso).

Deve-se haver, portanto, uma capacitação voltada para a promoção da saúde baseada no desenvolvimento individual e social por meio da disseminação de informações, educação em saúde e fortalecimento das habilidades essenciais para a vida. Isso amplia as possibilidades para que as pessoas possam ter mais controle sobre sua própria saúde e o ambiente em que vivem, além de fazerem escolhas que levem a uma melhor qualidade de saúde (Ottawa, 1986).

É fundamental, desse modo, capacitar as pessoas com habilidades para o aprendizado contínuo ao longo de suas vidas, de forma que estejam preparadas para as diferentes etapas da vida, inclusive para lidar com doenças crônicas e fatores externos. Esse objetivo deve ser perseguido em escolas, em casa, nos ambientes de trabalho e em outros espaços comunitários (Ottawa, 1986).

Gouvêa (2020) defende que uma Educação Física pública de qualidade é um caminho possível para capacitar os estudantes com informações sobre saúde e acesso aos serviços de saúde, bem como estratégias práticas que permitam às pessoas se sentirem aptas a exercer algum grau de controle sobre sua saúde, levando em conta os fatores identitários, sociais e econômicos.

Percebe-se que o conceito ampliado de saúde vai além da relação de “ausência de doença”, abrangendo também vários fatores condicionantes descritos acima, que incidem no bem-estar físico, mental e social dos indivíduos em sociedade. Dessa forma, ainda que a literatura científica destaque a importância dos exercícios físicos para a prevenção de certas doenças e, conseqüentemente, responsabilize os indivíduos que não adotam essa prática e acabam adoecendo, é comum reconhecer a pobreza como um obstáculo significativo à realização de atividades físicas (Palma, 2020).

Para Boneto (2020), o tema ampliado da saúde, dentro do contexto social, econômico e político atual, tornou-se um ponto central nas disputas discursivas das diversas pedagogias culturais, como jornais, blogs, revistas, filmes, séries, redes sociais, entre outros. Sendo assim, a compreensão do campo da Saúde Pública necessita ir além da perspectiva biológica. Visto que os problemas de saúde contemporâneos, em nível global, estão intrinsecamente ligados às desigualdades sociais e à distribuição desigual da riqueza (Palma, 2001).

Para Maldonado (2022), a Educação Física alicerçada na perspectiva ampliada de saúde necessita de práticas político-pedagógicas que levem em consideração as diferenças dos sujeitos que vivenciam os gestos das práticas corporais, bem como a diversidade de padrões corporais. Assim, a discussão sobre saúde e qualidade de vida deve incluir a valorização das diferenças culturais, sociais, históricas e econômicas que caracterizam a sociedade atual.

Boneto (2020) discorre sobre a perspectiva cultural da educação física e a temática da saúde em que, a partir do currículo cultural, debate, discute, desconstrói, produz conceitos, cria estratégias de potencialização da vida. O autor busca fazer isso sem ressentimentos, afirmando as singularidades potencializando a diferença, especificamente, tratando a saúde como uma temática possível a ser problematizada.

Desse modo, a partir da Educação Física cultural o que se desconstrói são as naturalizações, as definições rígidas, que provocaram na materialidade via circuito da cultura efeitos (por vezes ressentidos e limitantes) que subjetivam a vida de muitos indivíduos cotidianamente. Enfim, passemos para a parte de relatos de experiência, onde (talvez) seja possível sentir tais questões didático-metodológicas onde estas ganham vida (Boneto, 2020, p. 35).

Os conhecimentos problematizados pelos professores de Educação Física passam a ser reflexivos em vez de apenas prescritivos e elitistas. Isso ocorre especialmente quando as atividades e discussões em sala de aula conectam os discursos sobre saúde, qualidade de vida e comportamentos corporais com aspectos políticos, econômicos, históricos, sociais e culturais (Maldonado, 2022).

Assim, a ideia é abordar a temática da saúde considerando diversas perspectivas e fontes, a partir da visão dos colonizados, das periferias, das comunidades LGBTQIA+, dos negros, imigrantes, indígenas, e de todos que, em algum momento, foram excluídos do debate tradicional sobre saúde pública. Compromisso de um Estado constantemente sabotado, ou da saúde privada, acessível apenas àqueles que podem pagar por ela (Boneto, 2020).

Defendemos, assim, uma educação que busca promover uma sociedade mais justa e igualitária, garantindo acesso a uma Educação Física Escolar de qualidade, na qual sejam ensinados e aprendidos os múltiplos aspectos das relações entre atividade física e saúde, ressaltando-se, assim, o reconhecimento e a importância de os estudantes exercerem o papel de cidadãos críticos para reivindicar e avaliar a carência e/ou a qualidade de serviços oferecidos pelo Estado (Gouvêa, 2020).

De acordo com Maldonado (2022), as práticas pedagógicas que problematizam os temas relacionados a saúde e o corpo para além das

dimensões biológicas, estão alicerçadas em conhecimentos produzidos pelas Ciências Humanas e Sociais, oportunizando aos estudantes uma compreensão sistêmica, abrangente em constante mutação.

Assim, sabemos do receio por parte de muitos docentes, gestores e pesquisadores em relação ao desenvolvimento de objetos de conhecimentos voltados ao corpo humano e à saúde, pois os mesmos remetem a fases e épocas temerárias que afetaram e propagaram o olhar voltado somente ao biológico e desconsideraram os condicionantes que envolvem e permeiam o corpo em sociedade para uma compreensão multifatorial entre atividade física e saúde.

Não devemos desconsiderar, no entanto, esses conhecimentos, que, de certa forma, fazem parte do arcabouço de conhecimentos científicos do ser humano em relação a área da Educação Física, mas sim ressignificá-los e problematizá-los para além da esfera biológica. “É dentro deste contexto, então, que se deve repensar o processo saúde doença e o papel da intervenção pela educação física. Não se pode mais acreditar num modelo determinista biológico” (Palma, 2001, p. 35).

Assim, quem sabe um dia, de acordo com a Carta de Ottawa (1986, p. 4), numa visão voltada para o futuro,

a saúde é construída e vivida pelas pessoas dentro daquilo que fazem no seu dia-a-dia: onde elas aprendem, trabalham, divertem-se e amam. A saúde é construída pelo cuidado de cada um consigo mesmo e com os outros, pela capacidade de tomar decisões e de ter controle sobre as circunstâncias da própria vida, e pela luta para que a sociedade ofereça condições que permitam a obtenção da saúde por todos os seus membros.

Por fim, analisando de forma crítica a relação dos marcos curriculares da Educação Física e o conceito de Saúde Ampliada descritos acima, Mantovani, Maldonado e Freire (2021) discorrem que os Parâmetros Curriculares Nacionais da Educação Física para o Ensino Fundamental, orientam que os conhecimentos desenvolvidos nas aulas devem possibilitar uma análise crítica dos valores sociais, como exemplo os padrões de beleza e saúde que são objetos de consumo na sociedade. Entretanto, não há proposta ou informações que auxiliem os docentes a incluírem sob uma análise crítica e reflexiva o tema saúde nas aulas. Ademais, as raras vezes que o tema saúde é mencionada são

baseadas em concepções biológicas e fisiológicas em relação ao exercício físico ou temas escolhidos.

O mesmo acontece com os Parâmetros Curriculares Nacionais do Ensino Médio, que abordam e discutem brevemente o tema saúde, indagando e questionando a perspectiva que defende o desenvolvimento da aptidão física durante as aulas, sem apresentar alternativas ou informações didáticas de como abordar o presente tema. Por fim, os autores discorrem que na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) a reflexão crítica sobre o tema saúde é vista como uma competência específica da Educação Física, aparecendo também em alguns dos objetivos e aparece também em alguns dos objetivos sugeridos, porém, de forma rasa e pouco aprofundada (Mantovani; Maldonado; Freire, 2021).

Embora se encontre a defesa de um olhar abrangente sobre “saúde” em alguns documentos curriculares oficiais da área, pouco se tem de orientações ou propostas concretas e aprofundadas que auxiliem os docentes a incluírem a “análise crítica sobre saúde” como tema das aulas de Educação Física Escolar (Mantovani; Maldonado; Freire, 2021).

### 3. PERCURSO INVESTIGATIVO

Neste tópico, está descrito o caminho metodológico adotado para obter dados e informações necessárias em relação aos objetivos da presente pesquisa.

Entendemos por metodologia o caminho do pensamento e a prática exercida na abordagem da realidade. Ou seja, a metodologia inclui simultaneamente a teoria da abordagem (o método), os instrumentos de operacionalização do conhecimento (as técnicas) e a criatividade do pesquisador (sua experiência, sua capacidade pessoal e sua sensibilidade). A metodologia ocupa um lugar central no interior das teorias e está referida a elas (Minayo, 2010, p. 140).

Dessa forma, serão apresentadas desde as características do local onde a investigação foi conduzida, bem como informações sobre o público-alvo do estudo. Em seguida, será exposta a abordagem e o método de pesquisa selecionado e, por fim, serão detalhados os instrumentos e procedimentos que utilizados na coleta de dados, além de fornecer informações sobre como a análise das informações foram realizadas e os cuidados éticos aplicados nesse trabalho.

#### 3.1 Universo da pesquisa

A pesquisa foi realizada na Escola Estadual Militar Dom Pedro II Escola Estadual Dom Pedro II 2<sup>o</sup>ten. BM. Kleiber Rodrigues Alves, que, no momento da elaboração do projeto, no ano de 2023, era apenas uma escola estadual civil, e, após uma audiência pública coordenada pela Secretaria de Estado de Educação (Seduc), que ocorreu no dia 11 de dezembro do mesmo ano, se tornou uma Escola Estadual Militar do Corpo de Bombeiro<sup>2</sup>. Sendo assim, esta escola faz parte do quadro de escolas estaduais e tem como órgão responsável a SEDUC – MT (Secretaria de Educação do Estado de Mato Grosso), sendo esta, uma entre as 7 unidades escolares estaduais (4 urbanas e 3 rurais) presentes no município de Colíder – MT.

---

<sup>2</sup> Será melhor explicado e contextualizado no subtópico abaixo: **Mandos e Desmandos do Modelo Pedagógico da Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros: da resistência a canetada.**

A escola está localizada em uma **zona periférica**, na Avenida Isabel Martins de Simone Nº 159, Bairro da Torre, Setor Oeste, entre alguns bairros vulneráveis da cidade de Colíder: Celídio Marques, Bom Jesus, Maria Antônia entre outros. O quadro profissional da escola apresenta um quantitativo com 61 profissionais em exercício, sendo professores, técnicos/administrativos, apoio e vigias noturnos, que desempenham papéis primordiais para atender cerca de 250 a 300 alunos distribuídos entre 8 turmas do Ensino Fundamental e 3 turmas do Ensino Médio.

A escola é pautada pelo Modelo Pedagógico Cívico-Militar de Ensino Integral Vocacionada ao Esporte, que apresenta uma proposta pedagógica de ensino com uma grade curricular diferente das demais escolas estaduais de ensino regular, sendo composta assim, pela Base Nacional Comum Curricular – BNCC e a Parte Diversificada, e que no ano de 2024 sofreu algumas alterações em relação a duração do tempo de aula, que era de 55 minutos e foi para 50 minutos, e aumento e diminuição de números de aulas (NA), bem como, inclusão de outras disciplinas na parte diversificada de acordo com a figura 1 abaixo:

**Figura 1 - Matriz Curricular Ensino Fundamental – Anos Finais.**

<b>PLANILHA COMPONENTE CURRICULAR ENSINO FUNDAMENTAL - BNCC E PARTE DIVERSIFICADA</b>											
<b>Bases</b>	<b>Componentes Curriculares</b>	<b>NA</b>	<b>6º A</b>	<b>6º B</b>	<b>7º A</b>	<b>7º B</b>	<b>NA</b>	<b>8º A</b>	<b>8º B</b>	<b>9º A</b>	<b>9º B</b>
<b>Base Nacional Comum Curricular</b>	Língua Portuguesa	6					6				
	Arte	2					2				
	Educação Física	2					2				
	Língua Inglesa	3					3				
	Matemática	6					6				
	Ciências	2					2				
	História	2					2				
	Geografia	2					2				
	<b>Total</b>	<b>25</b>					<b>25</b>				
<b>Parte Diversificada</b>	Iniciação Científica	1					0				
	Práticas Esportivas	8					8				
	Práticas Experimentais	2					2				
	Protagonismo	1					1				
	Projeto de Vida	2					2				
	Pensamento Científico	0					2				
	Disciplina Eletiva 1	2					2				
	Disciplina Eletiva 2	2					0				
	Estudo Orientado e Avaliação Semanal	4					5				
	Tutoria	1					1				
	<b>Total</b>	<b>23</b>					<b>23</b>				
	<b>Total Geral</b>	<b>48</b>					<b>48</b>				

Fonte: Escola Estadual Militar Dom Pedro II Coronel Antônio Paes de Barros (PPP, 2024).

Com relação à grade curricular do Ensino Fundamental - Anos Finais, expressa na figura 1 acima, apresenta um quantitativo total de 48 horas semanais entre todas as disciplinas que compõe a BNCC e a Parte Diversificada.

**Figura 2 - Matriz Curricular do Ensino Médio.**

<b>Ensino Médio</b>							
<b>PLANILHA COMPONENTE CURRICULAR - BNCC E PARTE DIVERSIFICADA e ITE</b>							
<b>Bases</b>	<b>Componentes Curriculares</b>	<b>1º Ano</b>		<b>2º Ano</b>		<b>3º Ano</b>	
		<b>NA</b>	<b>Turma</b>	<b>NA</b>	<b>Turma</b>	<b>NA</b>	<b>Turma</b>
<b>Base Nacional Comum Formação Geral Básica</b>	Língua Portuguesa	3		3		3	
	Arte	1		1		1	
	Educação Física	2		2		2	
	Língua Inglesa	3		3		3	
	Matemática	2		2		2	
	Física	1		1		1	
	Química	1		1		1	
	Biologia	1		1		1	
	História	1		1		1	
	Geografia	1		1		1	
	Filosofia	1		1		1	
	Sociologia	1		1		1	
<b>Total</b>	<b>18</b>		<b>18</b>		<b>18</b>		<b>18</b>
<b>Parte Diversificada</b>	Prática Experimental	2		2		2	
	Prática Esportiva	8		8		8	
	Tutoria	1		1		1	
	Estudo Orientado e Avaliação Semanal	5		4		4	
	Projeto de Corresponsabilidade Social	0		1		1	
	Projeto de Vida	2		2		2	
	<b>Total</b>	<b>18</b>		<b>18</b>		<b>18</b>	
<b>Itinerário Formativo Eletivas</b>	Eletiva Base 1	2		2		2	
	Eletiva Base 2	2		2		2	
	Eletiva Base 3	2		2		2	
	Eletiva Pré-Itinerário Formativo 1	2		0		0	
	Eletiva Pré-Itinerário Formativo 2	2		0		0	
	Eletiva Pré-Itinerário Formativo 3	2		0		0	
	Eletiva Itinerário Formativo 1	0		2		2	
	Eletiva Itinerário Formativo 2	0		2		2	
	Eletiva Itinerário Formativo 3	0		2		2	
	<b>Total</b>	<b>12</b>		<b>12</b>		<b>12</b>	
<b>Total Geral</b>	<b>48</b>		<b>48</b>		<b>48</b>		<b>48</b>

Fonte: Escola Estadual Militar Dom Pedro II Coronel Antônio Paes de Barros (PPP, 2024).

A grade curricular do Ensino Médio, demonstrada na figura 2, apresenta as disciplinas que compõem a BNCC, Parte Diversificada e os Itinerário Formativos Eletivas (ITE). Desse modo, com relação a Parte Diversificada, tanto no Ensino Fundamental (figura 1) quanto Ensino Médio (figura 2), observa-se que as mesmas apresentam algumas diferenças em relação a oferta de disciplinas, porém, das 48 horas aulas semanais, 10 são destinadas a professores habilitados em licenciatura em Educação Física, sendo 2 para a disciplina de Educação Física da BNCC e 8 para a disciplina de Práticas Esportivas da Base Diversificada, visto que, a escola apresenta um modelo Pedagógico de Ensino Integral Vocacionada ao Esporte.

Em relação à disciplina de Práticas Esportivas da Base Diversificada, a escolha pela modalidade acontece da seguinte forma: no início do ano a gestão escolhe as disciplinas que irão compor a grade de ofertas de práticas esportivas da Escola pautado tanto nos materiais disponíveis como nas estruturas físicas da Unidade Escolar. Assim, eleitas as disciplinas pela gestão escolar, na primeira semana, todos os professores de práticas esportivas (futsal, handebol, basquete, voleibol, vôlei de praia, karatê, xadrez, tênis de mesa, badminton – 2024) visitam as salas, apresentando a modalidade (principais objetivos, importância, métodos de treinamento semanal, etc.) que estão designados a ministrar ao longo do ano letivo.

Na primeira parte da segunda semana, após as apresentações, o orientador de área distribui uma ficha nas salas de aula para que os estudantes escolham duas modalidades esportivas, indicando como **1º opção e 2º opção**. As modalidades individuais (vôlei de praia, karatê, xadrez, tênis de mesa, badminton) precisam ter de 10 a 20 alunos matriculados, enquanto as modalidades coletivas (futsal, handebol, basquete, voleibol) devem contar com um número entre 15 e 25 estudantes em cada modalidade.

Dessa forma, a modalidade que ultrapassar o quantitativo máximo realizará um seletivo (peneirão) entre os estudantes inscritos na modalidade esportiva de 1º opção, sendo assim, os estudantes que não conseguirem assegurar a sua vaga na escolha feita na 1º opção por meio do seletivo, irão para a modalidade que marcou como 2º opção na ficha. Geralmente isso acontece com a modalidade de futsal masculino, que apresenta em média cerca de cinquenta a sessenta estudantes que marcam essa modalidade como a primeira opção. Ou seja, serão escolhidos os que tem mais habilidades e capacidades físicas que a modalidade de futsal exige, dessa forma, os que não conseguirem serão encaminhado para a segunda opção (outra modalidade esportiva).

Com relação ao procedimento descrito acima, observa-se que apresenta atitudes excludentes, que fogem ao escopo da pedagogia do esporte onde segundo Reverdito, Scaglia e Paes (2009) baseado em uma revisão bibliográfica das obras de Paes (2001) e Balbino (2001; 2005). Assim, a abordagem deve ser pautada em uma pedagogia que transcenda a simples repetição de movimentos, com o intuito de oportunizar uma formação esportiva consciente, crítica e

reflexiva, alicerçada nos pilares da diversidade, inclusão, cooperação e autonomia, sustentando e entrelaçando a sua prática pedagógica em relação ao movimento humano, as inteligências múltiplas, aspectos psicológicos, princípios filosóficos e aprendizagem social.

Sem fugir do escopo da pesquisa, mas destacando um ponto relevante para análise, chama a atenção na grade curricular do Ensino Médio a alocação de apenas uma aula por semana para as disciplinas da área de Ciências Humanas e Sociais. Essa carga horária limitada dificulta uma compreensão mais ampla e holística, impedindo o desenvolvimento de uma análise crítica e reflexiva sobre os acontecimentos que emergem nas relações sociais de viver, conviver e nas disputas de poder.

Desse modo, através do desenvolvimento de práticas pedagógicas que problematizam temas relacionados à saúde e ao corpo para além das dimensões estilistas e biológicas, estão alicerçadas em conhecimentos produzidos pelas Ciências Humanas e Sociais, oportunizando aos estudantes uma compreensão sistêmica, abrangente em constante metamorfose (Maldonado, 2022). Assim, torna-se imperioso a contextualização histórica, social e econômica dos sujeitos ou grupos sociais, procurando compreender as vulnerabilidades que enfrentam em suas vidas sociais cotidianas (Palma, 2020).

Ainda sobre a Parte Diversificada, é necessário explicitar a disciplina de Estudo Orientado e Avaliação Semanal, pois ela atuou como um instrumento diagnóstico na coleta de dados relacionados aos conteúdos abordados nas aulas de Educação Física do componente curricular da BNCC. A disciplina de Estudo Orientado e Avaliação Semanal faz parte do modelo pedagógico de Ensino Integral e oferece um quantitativo de 4 a 5 aulas semanais (conforme mostrado na Figura 2), com variações de acordo com as turmas do Ensino Médio.

Nessa disciplina, é atribuído um professor (de qualquer área) por turma, que tem a função de orientar sobre técnicas e métodos de estudos e como se portar durante a aplicação e resolução das avaliações de todas as disciplinas que compõem a BNCC, que acontecem sempre na segunda-feira nas duas primeiras aulas de acordo com um cronograma de avaliações disponibilizados pela gestão escolar.

Ou seja, os professores das disciplinas que fazem parte da BNCC elaboram as avaliações de forma contextualizada com informações explícitas e implícitas, de acordo com os objetos de conhecimentos trabalhados em suas aulas, e encaminham para o orientador de sua área para análise e correção da avaliação. Depois desse processo, o orientador de área encaminha a avaliação para o professor da disciplina de Estudo Orientado e Avaliação Semanal aplicar. Depois da aplicação, as avaliações e os gabaritos voltam para o professor da disciplina da BNCC realizar a análise e correção. Sendo assim, de acordo com o Instituto de Corresponsabilidade pela Educação (ICE), a disciplina de Estudo Orientado e Avaliação Semanal tem como objetivo:

São oferecidas aulas que têm como enfoque o aprendizado sobre responsabilidade e organização pessoal para a realização de estudos. Esse conjunto de aulas destina-se a orientar os estudantes na consecução dos seus estudos e cumprimento das obrigações acadêmicas – elementos fundamentais para a sequência dos seus estudos e para lidar com a complexidade que encontrarão a partir do 2º ano, quando estarão inseridos no universo do Itinerário Formativo que escolheram. A distribuição das aulas considera o tempo equivalente a 2 aulas semanais para a realização de avaliações semanais dos componentes curriculares da BNCC, como estratégia para a criação e manutenção da rotina de estudos, e as demais aulas para realização dos estudos e cumprimento das obrigações acadêmicas de cada estudante (ICE, 2021, p. 93).

No contexto da elaboração do projeto, bem como durante a aplicação e consolidação da unidade didática, a escola passou por reformas, resultando na demolição da quadra poliesportiva para construção de uma nova. Além disso, metade do complexo das salas de aula foi interditado para a troca dos telhados e pisos. Como consequência, as aulas em sala de aula ocorreram em espaços menores que antes eram destinados à secretaria, sala de recursos, laboratório de informática e biblioteca. Já as aulas práticas das disciplinas de Educação Física e Práticas Esportivas precisaram ser adaptadas e estão sendo realizadas no pátio, em um campo e em uma quadra de areia.

Porém, ao final da reforma a escola apresentará os mesmo espaços e estruturas físicas anteriores à reforma, sendo composto por biblioteca com área de leitura, laboratório de informática e de Ciências, e salas da direção, da coordenação, dos professores, secretaria, sala de vídeo, de recursos multifuncional, sala de apoio, banheiros para professores, banheiros para alunos

com 4 chuveiros e 4 vasos separados e banheiros adaptados, cozinha, despensa e almoxarifado, refeitório, quadra poliesportiva, campo *Society*, quadra de areia e horta pedagógica.

A unidade educacional foi escolhida para a realização deste projeto de pesquisa devido ao fato de o professor pesquisador estar lotado nela desde 26 de abril de 2018, quando tomou posse como servidor efetivo. Desde então, atua como professor das disciplinas de Educação Física e de Práticas Esportivas do Ensino Fundamental – Anos Finais e Ensino Médio, o que favoreceu positivamente o desenvolvimento do projeto de pesquisa. Além disso, a aceitação pela gestão escolar também contribuiu para o sucesso do projeto (PPP, 2022).

### **3.1.2 Mandos e Desmandos do Modelo Pedagógico da Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros: da “resistência a canetada”.**

Este subtópico foi criado com a finalidade de analisar e contextualizar os motivos que levaram à criação desta unidade escolar no Município de Colíder - MT, bem como os principais acontecimentos relacionados aos diversos modelos pedagógicos que permearam e ainda permeiam as decisões e direções no contexto atual dessa unidade de ensino.

Segundo Gomes (2021, grifos nossos), a fundação da Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros ocorreu por meio do Decreto nº 2147, de 7 de dezembro de 1982. A criação da escola foi motivada pelo processo de expansão da cidade, o que gerou a necessidade de uma unidade de ensino para **atender a população residente nas áreas periféricas do município**. Assim, foi inaugurada a Escola Coronel Antônio Paes de Barros, inicialmente destinada aos alunos da 1ª à 8ª séries. No final da década de 1990, atendendo aos pedidos da comunidade local, a escola passou a oferecer também o Ensino Médio. Em 2018, a unidade escolar atendia 120 alunos, sendo 70 no Ensino Fundamental e 50 no Ensino Médio, com a modalidade de Ensino de Tempo Integral, integrando uma das 39 unidades de Ensino Integral no estado de Mato Grosso.

A partir de 26 de abril de 2018, o professor pesquisador passou a vivenciar diretamente os acontecimentos relacionados aos modelos pedagógicos da

unidade escolar, uma vez que tomou posse como servidor efetivo, atuando nas disciplinas de Educação Física e Práticas Esportivas do Ensino Fundamental – Anos Finais e do Ensino Médio. Esse marco temporal proporcionou-lhe a experiência necessária para redigir com maior propriedade as análises sobre as práticas pedagógicas e o contexto educacional da instituição até o momento da conclusão deste trabalho de pesquisa.

**Figura 3** - Fachadas da Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros.



**Fonte:** Gomes (2021).

De acordo com os relatos dos docentes e funcionários, a iniciativa da escola em aderir ao modelo pedagógico de Escola de Tempo Integral, deu-se a partir da visita de uma equipe da SEDUC/MT que apresentou o modelo pedagógico e os benefícios (uma bolsa de ajuda de custo de oitocentos reais para os docentes) a toda a equipe da unidade escolar. Posteriormente, a equipe foi até uma outra unidade de ensino que já havia em ano anterior aceitado o modelo pedagógico de ensino integral no município de Sorriso para conhecer e agregar experiência com o currículo. Desse modo, após momentos de diálogos e reflexões entre os funcionários e os docentes, houve o processo de votação, sendo que a maioria deliberou a favor da Escola de Tempo Integral. Entretanto, contrariando a

concepção de “Gestão Democrática”, não houve consulta para saber as opiniões dos pais e responsáveis sobre a mudança de modelo pedagógico.

Para Oliveira e colaboradores (2007), a gestão democrática da escola brasileira é estabelecida como um princípio político, a partir da Constituição de 1988, posteriormente referendada pelas constituições estaduais e municipais e pela Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional - LDB 9394/96. É importante considerar tal exercício democrático que não se esgota simplesmente devido a sua garantia legal, pois é um processo contínuo e complexo que se desenvolve conforme a evolução da própria sociedade e seus sujeitos.

Segundo Silva (2014), a participação da comunidade na gestão escolar, se apresenta como uma das formas de realização dos processos formativos escolares, em busca de demonstrar a transparência da formação e da cultura democrática escolar ao revelar a construção de uma nova maneira de gestão que vem sendo aplicada ao longo do tempo.

Ou seja, nas palavras de Oliveira e colaboradores (2007, p. 54), a prática da gestão democrática da escola pública

associa-se à ideia de emancipação dos membros da comunidade escolar. Assim, é relevante considerar que a educação que se dá neste meio precisa estar voltada para o desenvolvimento de um contexto social onde sobrepujem-se valores de igualdade de participação e de respeito aos interesses mútuos dos indivíduos. Gestão democrática diz respeito a todos os processos e ações que ocorrem na escola, — é a divisão do poder, no sentido de decidir o futuro da instituição, de definir seus objetivos, o seu sentido e o seu fazer educativo e social.

Após a equipe escolar tomar a decisão de forma não democrática, houve apenas o comunicado aos pais e responsáveis que a escola aderiu a outro modelo pedagógico de ensino, o que causou estranheza visto que eles fazem parte da comunidade escolar. Não é difícil, no entanto, indagar e refletir sobre alguns questionamentos da não consulta de toda a comunidade escolar, uma vez que essa escola sempre atendeu a muitos estudantes nos três períodos (matutino, vespertino e noturno), em seu **entorno periférico**.

Fica, assim, a pergunta: teria a maioria dos pais e responsáveis votado a favor de um projeto pedagógico de ensino integral que teria capacidade para atender apenas à uma parcela pequena do quantitativo total de todos os estudantes que frequentam essa unidade escolar há anos, correndo o risco de

não conseguirem uma vaga e terem que matricular o seu filho em uma outra escola mais distante?

Logo que se iniciou o modelo pedagógico, uma das problemáticas enfrentadas pela unidade escolar esteve relacionada à tentar manter de forma assídua a presença dos estudantes na escola, visto que a mesma apresenta um modelo de ensino de tempo integral, em que a maioria dos alunos é oriundo de famílias de baixa renda, na qual, muitas vezes, deixam de ir à escola para trabalhar e poder complementar a renda familiar ou cuidar dos irmãos, primos e sobrinhos.

A ideia de ter uma escola militar no município de Colíder já havia sido ventilada na gestão anterior de outro prefeito. Dessa forma, a partir do ano de 2021, pós pandemia Covid-19 e início do mandato do atual prefeito, começara, as especulações e pressões (via mídia) de implantação da Escola Militar nas dependências da Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros, sem a escola ser consultada ou comunicada.

O primeiro passo da atual gestão municipal foi solicitar uma parte do terreno da escola para construção do quartel dos Bombeiros, alegando que o terreno era ocioso, não era utilizado pela escola e que essa área era excelente para construção do quartel dos Bombeiros devido à localização como ponto estratégico, já que se configurava basicamente no centro da área urbana e diminuiria o tempo de deslocamento a quem necessitasse dos atendimento da equipe dos bombeiros.

Porém, na frente da escola tem um terreno (quarteirão) da prefeitura, onde em uma metade está construído o estádio do município, e na outra metade não tem nenhuma construção, lugar que poderia ser utilizado para a construção do quartel dos Bombeiros. Ao serem indagados, alegaram que nessa área vai ser construído uma vila olímpica, entretanto no momento atual está sendo utilizado por empresas privadas que ministram aulas para tirar a habilitação de motoristas, expresso na figura abaixo:

**Figura 4** - Terreno da Prefeitura sem nenhuma construção.



**Fonte:** Autor da pesquisa (2024).

Dessa maneira, sabendo disso (via senso comum e mídias), os docentes da escola organizaram documentos e informações demonstrando que a área não era ociosa, e que naquele local era desenvolvido vários projetos com os estudantes, como a horta pedagógica com plantio de milho e mandiocas, com esses alimentos sendo incorporados na merenda escolar. Nesse local existe, ainda, um campo *Society* onde os estudantes realizam aulas de educação física. Com os documentos em mãos, a gestão levou até a SEDUC/MT para defender a permanência do terreno com a escola. Todavia, não houve efeito, visto que, no mês de junho de 2021, uma equipe da Prefeitura e do Comando Geral dos Bombeiros<sup>3</sup> visitaram as dependências da escola para verificar o local.

Desse modo, os mecanismos midiáticos (da prefeitura) a todo momento faziam a alusão que seria construído o quartel dos Bombeiros e a escola se tornaria militar, causando assim, alvoroço entre a comunidade e a escola que tinha que desmentir e esclarecer os fatos.

À vista disso, com o objetivo de resistir às pressões para a militarização, em 2022 a escola recebeu um convite para aderir ao modelo pedagógico de Ensino Integral Vocacionado ao Esporte, considerando a estrutura física da unidade. Após diálogos entre docentes e funcionários, a gestão escolar analisou

---

<sup>3</sup> Visita do Comandos Geral e Regional dos Bombeiros avaliam áreas em Colíder para construção da nova sede e escola militar. Disponível em: <<https://www.colider.mt.gov.br/Imprensa/Noticias/Comandos-geral-e-regional-dos-bombeiros-avaliam-areas-em-colider-para-construcao-da-nova-sede-e-escola-militar-4506>>.

a proposta e decidiu aceitá-la, uma vez que uma escola voltada para o esporte poderia atrair mais estudantes, contribuindo para solucionar a questão da baixa demanda estudantil mencionada anteriormente. Além disso, a adesão representaria uma oportunidade de manter a escola no modelo civil, já que um dos principais argumentos para a sua militarização era justamente o reduzido número de alunos.

Todavia, mesmo com o processo de resistência, em setembro de 2022 a “canetada” veio e parte do terreno<sup>4</sup> da escola foi doado para a construção do quartel dos Bombeiros.

Destarte, em 2023, a Escola Coronel Antônio Paes Barros aderiu ao projeto Escola de Tempo Integral Vocacionada ao Esporte, sendo que, antes do início do ano letivo, a gestão visitou a primeira escola nesse formato pedagógico<sup>5</sup> para adquirir experiência, colocar em prática o método de ensino e agregar mais estudantes para a unidade escolar, tendo um aumento considerável de matrículas de estudantes no ano de 2023.

Entretanto, mesmo com o corte por parte do governo federal em relação as escolas cívicos-militares<sup>6</sup>, as pressões ainda eram constantes, visto que, no dia 11 de dezembro de 2023, houve uma audiência pública coordenada pela Secretaria de Estado de Educação (Seduc), em que a comunidade escolar (entre outras) optou por se tornar uma Escola Estadual Militar do Corpo de Bombeiros<sup>7</sup>. A vontade de publicizar e converter mais escolas civis em escolas cívicos-militares é grande por parte do governo Estadual, tanto que em fevereiro de 2024 foi publicado o decreto que regulamentou o Programa Escolas Estaduais Cívicos Militares<sup>8</sup>.

---

<sup>4</sup> Extrato do Termo de Transferência de Responsabilidade e Afetação de Bem Imóvel N°185/CPI/SEAPS/SEPLAG/2022. Disponível em: <https://iomat.mt.gov.br/portal/visualizacoes/pdf/16989#/p:2/e:16989?find=paes%20de%20barros%20col%C3%ADder> .

<sup>5</sup> Experiência da Arena da Educação, em Cuiabá, é compartilhada com educadores de Colíder. Disponível em: <<https://www3.seduc.mt.gov.br/-/23006445-experiencia-da-arena-da-educacao-em-cuiaba-e-compartilhada-com-educadores-de-colider>>.

<sup>6</sup> Governo decide encerrar programa de escolas cívico-militares. Disponível em: <<https://g1.globo.com/educacao/noticia/2023/07/12/governo-decide-encerrar-programa-de-escolas-civico-militares.ghtml>>.

<sup>7</sup> Implantação de Escola de Bombeiro Militar é aprovada em Colíder. Disponível em: <https://www.nortaoonline.com/noticias/implantacao-de-escola-de-bombeiro-militar-e-aprovada-em-colider-26478/> .

<sup>8</sup> O Governo de Mato Grosso publicou, nesta quarta-feira (21.02), o decreto que regulamenta a Lei nº 12.388 de 2024 de implantação do Programa Escolas Estaduais Cívico-Militares.

Digo “entre aspas”, porque falaram que só teria o direito a voto, os funcionários da escola, os pais e responsáveis, e estudantes maiores de 18 anos matriculados na unidade de ensino. Todavia, a população da cidade foi convidada em grande massa pelos mecanismo de mídias da prefeitura a prestigiar a audiência, e no momento da votação foi contabilizado os votos de todos que estavam presentes na audiência, ou seja, pais e responsáveis que tinham filhos matriculados em outras unidades de ensino, bem como militares e outras pessoa que se faziam presentes no momento da votação.

Dessa forma, no ano letivo de 2024, a escola iniciou com o modelo pedagógico Cívico-Militar de Ensino Integral Vocacionada ao Esporte. Não obstante, o nome da escola era para ser Escola Estadual Dom Pedro II Coronel Antônio Paes de Barros, porém, o que se viu foi um movimento para mudar o nome da escola de uma vez, sendo marcada uma reunião com os pais e responsáveis para deliberar sobre a troca ou manutenção do nome da escola “Coronel Antônio Paes de Barros” para “2ºten. BM. Kleiber Rodrigues Alves”.

Sendo assim, após as argumentações dos pós e contras, foi dado início à votação, em que ficou decidido pela maioria votante a troca do nome da escola<sup>9</sup>, visto que, na opinião deles, como a escola agora era militar nada mais justo que colocar e homenagear com um nome de um militar do corpo de Bombeiros Militares – MT. Dessa maneira, o nome colocado para apreciação e aprovação foi 2ºten. BM. Kleiber Rodrigues Alves que faleceu realizando atividades de mergulhos.

Quando imaginamos que os constantes “mandos e desmandos” e as sucessivas “trocas e destrocas” de modelos pedagógicos haviam chegado ao fim, especialmente após a concretização do tão almejado projeto da gestão municipal – a implantação da escola militar –, começam a surgir murmúrios e ecos nas comunidades escolares e na sociedade. Agora, circulam informações de que, para o ano letivo de 2025, a escola deixará de ser uma unidade de Ensino Integral Vocacionado ao Esporte.

---

Disponível em: <https://www3.seduc.mt.gov.br/-/governo-de-mt-publica-decreto-que-regulamenta-programa-escolas-estaduais-c%C3%ADvico-militares> .

<sup>9</sup> Colíder conta agora oficialmente com a 5ª escola Militar do estado de Mato Grosso. Disponível em: <<https://colidernews.com.br/noticias/leitura/33490/colider-counta-agora-oficialmente-com-a-5-escola-militar-do-estado-de-mato-grosso-video>>.

Há de se salientar que esses murmúrios e ecos ganharam força logo após a primeira visita de figuras “ilustres” em 2024, incluindo representantes da Prefeitura, do Comando Geral dos Bombeiros, o secretário de educação e demais políticos. Durante esse encontro, um militar afirmou que a escola deveria ser exclusivamente militar, funcionando em dois turnos para atender um número maior de estudantes. Diante disso, surge a dúvida: seriam esses rumores verdadeiros ou apenas falácias? Só o tempo dirá. No entanto, o que se pode constatar é que todo esse processo de conversão da escola civil em uma instituição cívico-militar não foi apenas um boato.

Também é importante destacar que o perfil da comunidade escolar mudou. Antes, em reuniões convocadas pela escola, poucos pais compareciam, e o número de carros estacionados em frente à instituição era mínimo. Agora, o cenário é outro: faltam vagas para estacionar e os veículos se multiplicam. Diante disso, um dos motivos para a possível transformação da escola em uma unidade exclusivamente militar, funcionando em dois turnos, parece ser a busca por maior visibilidade, associada ao aumento no número de estudantes matriculados. Além disso, há as queixas de pais que desejavam inscrever seus filhos, mas não puderam, pois, no contraturno, essas crianças já estão comprometidas com outras atividades, como cursos de inglês, informática e natação. De fato, “a clientela mudou”.

Isso não se trata apenas de um relato descritivo de um professor pesquisador, mas de uma análise reflexiva que traduz angústias e lamentações disfarçadas de narrativa. Quem vivenciou essa realidade percebe nas entrelinhas que ainda enfrentará mais desafios impostos por aqueles que não estão no dia a dia da escola e desconhecem a sua identidade cultural, construída ao longo dos anos por uma comunidade escolar que deixou sua marca. Assim, pode-se concluir que houve resistência, sim, mas, como sempre, a “canetada” prevaleceu. O que se projeta, portanto, é um futuro incerto — mas a pressão é real.

### 3.2 Participantes

O público-alvo inicialmente definido para compor os participantes do projeto de pesquisa, durante sua fase de elaboração em 2023, eram os estudantes do 3º ano do Ensino Médio. No entanto, devido ao baixo número de matrículas nessa turma para o ano letivo de 2024 (apenas oito estudantes) e à iminência da não autorização de sua abertura pelos órgãos oficiais (SEDUC/MT), optou-se por direcionar a pesquisa aos estudantes do 1º ano do Ensino Médio em 2024. Essa escolha se justificou pelo maior quantitativo de alunos matriculados nessa etapa, que inicialmente contava com 23 participantes, número superior ao das demais turmas do Ensino Médio (2º e 3º anos).

Entretanto, é necessário destacar o número reduzido de matrículas e de estudantes presentes em sala é ocasionado pelo fato de a escola ser de ensino integral, em que os estudantes ficam na escola o dia inteiro, o que necessita de um certo tempo de adaptação. E, também, pelo fato de o público-alvo ser proveniente, em sua grande maioria, de famílias carentes, em que os filhos acabam de início apresentando falta de assiduidade e logo em seguida evadindo da escola principalmente para poder auxiliar na renda familiar ou cuidar de algum ente da família, visto que os responsáveis tem mais de uma jornada de trabalho.

Desse modo, a escolha pela turma do 1º ano do ensino médio (23 estudantes) foi pelo fato de que essa turma possuía maior quantitativo de participantes em relação as outras turmas do Ensino Médio. Outra justificativa é que a unidade didática desenvolvida pelo projeto de pesquisa visava a aplicação em turmas do Ensino Médio, já que os objetos de conhecimentos desenvolvidos na unidade didática encontram-se alicerçados em marcos legais, como o Documento de Referência Curricular para Mato Grosso (Mato Grosso, 2021), que tem como sua base e estrutura de confecção à Base Nacional Curricular Comum - BNCC (Brasil, 2018), que direciona temáticas à serem desenvolvidos no Ensino Médio. Dessa forma, esta pesquisa foi direcionada para o componente curricular da disciplina de Educação Física da BNCC, com uma organização de duas aulas geminadas por semana.

A participação dos estudantes na pesquisa foi de caráter voluntário, mediante prévia autorização e assinatura do Consentimento Livre e

Esclarecimento (CLE) destinado aos pais e responsáveis, bem como o preenchimento e a assinatura do Assentimento Livre e Esclarecido (ALE) por parte dos estudantes.

### **3.3 Materiais e Métodos**

Atualmente, as pesquisas na área da Educação são imprescindíveis para superação de várias problemáticas que afligem e acometem os processos de ensino aprendizagem. Geralmente, essas problemáticas surgem de inquietações de professores pesquisadores que vivenciam essas adversidades no chão da escola e que através de um olhar crítico e reflexivo, buscam de forma incansável e intermitente elaborar possíveis intervenções com o intuito de superar os contratempos e dificuldade do processo educacional.

Seguindo essa linha de raciocínio e embasado na reflexão acima, o pesquisador optou pela abordagem qualitativa. No contexto da pesquisa qualitativa, é fundamental examinar o mundo sob a perspectiva de que nenhum detalhe é insignificante, pois cada elemento possui o potencial de fornecer uma pista valiosa para uma compreensão mais aprofundada do nosso objeto de estudo (Bogdan; Biklen, 1994).

As abordagens qualitativas se conformam melhor as investigações de grupos e segmentos delimitados e focalizados, de histórias sociais [...] permite a interpretação dos fenômenos e atribuição de significado do que se quer estudar (Minayo, 2006, p. 57).

A pesquisa qualitativa se preocupa com os fatos e busca os motivos pelos quais acontecem os problemas em um ambiente que permite ao pesquisador agir de forma natural na análise do problema sem a necessidade de apresentação de números ou gráficos. “O processo de condução de investigação qualitativa reflete uma espécie de diálogo entre os investigadores e os respectivos sujeitos, dado estes não serem abordados por aquele de uma forma neutra” (Bogdan; Biklen, 1994, p. 51).

Minayo (2010, p. 21) define pesquisa qualitativa como:

A pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares. Ela se ocupa, nas Ciências Sociais, com um nível de realidade que não pode ou não deveria ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com o universo dos significados, dos motivos, das aspirações, das crenças, dos valores e das atitudes. Esse conjunto de fenômenos humanos é entendido aqui como parte da realidade social, pois o ser humano se distingue não só por agir, mas por pensar sobre o que faz e por interpretar suas ações dentro e a partir da realidade vivida e partilhada com seus semelhantes.

Os autores Bogdan e Biklen (1994) discorrem sobre cinco componentes essenciais de uma pesquisa qualitativa. Em primeiro lugar, destaca-se a necessidade de realizar a coleta de dados no ambiente natural, permitindo que o pesquisador se torne o principal agente na compreensão do objeto de estudo. Em segundo lugar, é essencial que o pesquisador realize a transcrição dos dados, analisando-os de forma minuciosa e detalhada. O terceiro componente enfatiza a importância de concentrar os esforços do pesquisador no processo de pesquisa, não se limitando apenas aos resultados finais. O quarto componente refere-se à tarefa de agrupar e organizar os dados coletados. Por fim, o quinto elemento enfatiza a valorização do significado atribuído pelos participantes da pesquisa, bem como a interpretação que eles fazem das coisas.

Assim, a pesquisa qualitativa foi essencial para coleta e análise de informações, mediante interação do pesquisador no ambiente natural, buscando a compreensão profunda com relação a interpretação dos fenômenos e significados de todos os envolvidos no estudo. Dando sequência ao viés metodológico, a presente pesquisa foi ancorada aos procedimentos e pressupostos da pesquisa do tipo intervenção pedagógica.

Damiani e colaboradores (2013, p. 58) definem e discorrem sobre o que entendem por pesquisa do tipo intervenção pedagógica:

Segundo nossa concepção, são investigações que envolvem o planejamento e a implementação de interferências (mudanças, inovações) – destinadas a produzir avanços, melhorias, nos processos de aprendizagem dos sujeitos que delas participam – e a posterior avaliação dos efeitos dessas interferências.

Ainda segundo os autores, a pesquisa do tipo intervenção pedagógica apresenta dois componentes metodológicos distintos: **o método da intervenção e o método de avaliação da intervenção**. O primeiro está relacionado ao

método de ensino, que envolve a criatividade do pesquisador, sustentado por um embasamento teórico sólido. O segundo refere-se ao método de pesquisa, pautado em instrumentos de coleta e análise de informações para avaliar os resultados da intervenção (Damiani *et al.*, 2013, grifo nosso).

Desse modo, a escolha pela pesquisa do tipo intervenção pedagógica vai ao encontro dos objetivos da presente pesquisa, que buscou identificar os sentidos atribuídos pelos estudantes do ensino médio em relação a unidade didática corpo e saúde; Elaborar e aplicar uma unidade didática relacionada ao corpo e saúde com os alunos do ensino médio; Oportunizar reflexões sobre o conceito de saúde ampliada e os seus condicionantes para o bem-estar físico, mental e social; Analisar as experiências e vivências dos estudantes do ensino médio em relação à uma unidade didática “Corpo e Saúde”. Alinhando-se, assim, com o método da pesquisa do tipo intervenção descrito pelos autores Damiani *et al.* (2013, p. 67) “O método das pesquisas do tipo intervenção pedagógica envolve planejamento e implementação de uma interferência e a avaliação de seus efeitos”.

### **3.4 Procedimentos para a produção das informações**

Como descrito no tópico anterior, foi utilizado no presente estudo o método de pesquisa do tipo Intervenção Pedagógica, dividido em duas etapas distintas: **1º etapa:** o método da intervenção; **2º etapa:** o método de avaliação da intervenção. Sendo assim, de forma breve, a 1º etapa: “Método da Intervenção Pedagógica”, objetivou à construção dos instrumentos de produção das informações (questionário diagnóstico de entrada e saída, e o roteiro de observação), e o aporte teórico em relação ao tema, bem como o desenvolvimento e elaboração da unidade didática em relação informações coletadas com o questionário diagnóstico.

Na 2ª etapa, ou seja, “método de avaliação da intervenção”, utilizou-se as informações dos instrumentos de pesquisa (elaborado na 1ª etapa), roteiro de observação (Apêndice I), questionário diagnóstico de entrada (Apêndice F) e o de saída (Apêndice G), com perguntas abertas e fechadas, em que os estudantes participantes da pesquisa responderam de forma presencial na

unidade escolar em uma aula de 50 minutos na escola, bem como outros instrumentos de produção de informações inseridos no decorrer da unidade didática que serão melhores detalhados no subtópico Método da Intervenção.

O questionário diagnóstico de entrada foi aplicado em formato impresso, em papel A4, devido à indisponibilidade dos *Chromebooks* da escola, que estavam em manutenção. A aplicação ocorreu 20 dias antes do início do desenvolvimento da unidade didática “Corpo e Saúde” com os estudantes. Essa unidade foi planejada para um total de 16 aulas, com duração de 50 minutos cada, somando 800 minutos ao todo.

Nas palavras do autor Severino (2007, p. 125), questionário é:

Conjunto de questões, sistematicamente articuladas, que se destinam a levantar informações escritas por parte dos sujeitos pesquisados, com vistas a conhecer a opinião dos mesmos sobre os assuntos em estudos.

De acordo com Gil (1999) questionário é um instrumento de produção de informações que consiste em uma série de perguntas escritas apresentadas às pessoas, abordando o objetivo de obter informações sobre suas opiniões, crenças, emoções, interesses, expectativas, experiências vivenciadas e assim por diante.

O Lakatos (2003), discorre que a elaboração do questionário deve seguir alguns passos fundamentais, que colaborarão para a coleta de informações de forma clara e eficiente para compor e auxiliar no desenvolvimento do trabalho de pesquisa. Assim, dando sequência à descrição dos instrumentos de produção de informações, abordaremos a relação indissociável dos instrumentos diários de campo e observação. A autora Minayo (2010, p. 186) explica sobre a relação de ambos os instrumentos:

Toda observação deve ser registrada num instrumento que se convencionou chamar “Diário de Campo”. Nesse caderno, o investigador deve anotar todas as informações que não sejam o registro das entrevistas formais. Ou seja, observações sobre conversas informais, comportamentos, cerimoniais, festas, instituições, gestos, expressões que digam respeito ao tema da pesquisa.

Segundo Malheiros (2011), o foco da observação pode ser um elemento específico, como um objeto, o comportamento de uma pessoa ou grupo, ou até mesmo o contexto em que um evento ocorre. Portanto, é necessário estabelecer com precisão o que se pretende investigar ao realizar a pesquisa de campo. Ruiz (1996) complementa que observar implica direcionar a atenção para um fenômeno ou problema, compreendendo-o e representando-o conforme sua manifestação. A observação desempenha um papel crucial principalmente na fase inicial da pesquisa, porém se estende ao longo de todo o processo, intercalando com a experimentação. Isso se deve à necessidade de observar os resultados das manipulações das variáveis após a realização dos experimentos.

Desse modo, acreditamos que os instrumentos de produção de informações explicitados acima, foram imprescindíveis, para agregar dados e informações para análise dos sentidos dos estudantes do ensino médio atribuídos a uma unidade didática “Corpo e Saúde”.

### **3.5 Procedimentos para a análise das informações**

Nessa fase, com todas as informações coletadas através dos instrumentos descritos na 1ª etapa do método de pesquisa do tipo Intervenção Pedagógica, foi dado início à 2ª etapa que consiste no “Método de Avaliação da Intervenção”, ou seja, de posse de todos os dados, o pesquisador inicia a análise qualitativa do material, por meio de vários momentos de leitura e reflexão e da interação e tratamento com as informações coletadas, tendo atenção e sensibilidade na interpretação e compreensão de todas as informações coletadas.

Com relação ao tratamento das informações, Minayo (2010, p. 27) discorre sobre a importância da análise qualitativa:

O tratamento do material nos conduz a uma busca da lógica peculiar e interna do grupo que estamos analisando, sendo esta a construção fundamental do pesquisador. Ou seja, análise qualitativa não é uma mera classificação de opinião dos informantes, é muito mais. É a descoberta de seus códigos sociais a partir das falas, símbolos e observações. A busca da compreensão e da interpretação à luz da teoria aporta uma contribuição singular e contextualizada do pesquisador (Minayo, 2010, p. 27).

Dessa maneira, para organizar as informações coletadas, foi utilizado como referência a análise das categorias de codificação proposto por Bogdan e Blikem (1994, p. 221), ou seja, “à medida que vai lendo os dados, repetem-se ou destacam-se certas palavras, frase, padrões de comportamento, formas dos sujeitos pensarem e acontecimentos” que fazem relação com os objetivos propostos da pesquisa, em que são agrupados e transformados em um sistema de codificação.

Ou seja, foi utilizada a técnica de análise interpretativa e descritiva, através da observação das informações contidas em imagens e nos questionários de entrada e saída, bem como os registros feitos no diário de campo e atividades interativas e avaliativas disponibilizadas aos estudantes na presente pesquisa.

O “Método de Avaliação da Intervenção”, está dividido em três subtópicos distintos, sendo que o primeiro e terceiro trazem informações referentes aos 2 questionários diagnósticos (entrada e saída), e o segundo subtópico traz a análise da aplicação da unidade didática em relação aos três eixos temáticos fragmentados, através de três categorias em comum descrita a seguir: “A unidade didática e suas implicações; do planejamento ao chão da sala de aula; ampliando horizontes.

Dessa maneira, essas categorias envolverão tanto a análise dos efeitos da aplicação da unidade didática quanto a análise da didática do professor/pesquisador, considerando aspectos como planejamento e estratégias de ensino. Além disso, abarcarão possibilidades de ampliação na concepção de Saúde Ampliada, uma vez que cada eixo temático organiza os objetos de conhecimento de forma sequencial, com o propósito de proporcionar uma compreensão mais aprofundada dos diversos saberes da cultura corporal de movimento. Tudo isso será analisado no contexto da unidade didática “Corpo e Saúde”, à luz do conceito de “Saúde Ampliada”.

Assim, por meio de uma análise criteriosa com ênfase qualitativa nas informações, é possível estabelecer um maior entendimento sobre os acontecimentos e resultado advindos do desenvolvimento e aplicabilidade da unidade didática “Corpo e Saúde” e os objetivos da pesquisa.

### **3.6 Aspectos Éticos**

A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa, da Universidade Federal de Mato Grosso e cadastrada na Plataforma Brasil sob o nº 73116723.5.0000.5690, cujo parecer de aprovação é de nº 6.427.546 datado 16 de outubro de 2023.

## 4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Com o intuito de esclarecer e orientar o leitor em relação ao método de pesquisa escolhido no presente estudo, este tópico se destina a apresentar um detalhamento de forma mais abrangente e completo sobre o método de pesquisa do tipo Intervenção Pedagógica, que é dividido em duas etapas distintas: 1º etapa: o método da intervenção; 2º etapa: o método de avaliação da intervenção. Sendo assim, as duas etapas serão apresentadas e explicitadas passo a passo de forma distintas nos subtópicos a seguir. “O componente interventivo, isto é, a intervenção propriamente dita, deve ter seu lugar assegurado no relatório, devendo ser apresentado com detalhes” (Damiani *et al.*, 2013, p. 60). Sendo assim, esse tópico foi dividido em subtópicos.

### **4.1 Método da Intervenção: “Passo a Passo” - da Elaboração à Aplicação da Unidade Didática.**

A 1º etapa do método de pesquisa do tipo Intervenção Pedagógica denominado de “Método da Intervenção”, teve seu início logo após a escolha do tema do projeto de pesquisa, em que o pesquisador buscou vários momentos de leitura e reflexão em relação aos aportes teóricos com o intuito de agregar dados e informações que pudesse justificar e auxiliar na construção do referencial teórico, bem como na escolha de instrumentos de pesquisa que fossem ao encontro dos objetivos do presente estudo.

Após a elaboração do referencial teórico, iniciou-se a construção dos instrumentos de pesquisa, como os questionários diagnóstico de entrada e de saída, cuja finalidade era coletar dados e informações sobre as concepções dos estudantes a respeito de suas experiências e vivências com as práticas corporais nas aulas de Educação Física ao longo de sua trajetória escolar. Além disso, buscou-se compreender os sentidos e significados atribuídos a essas práticas e suas influências no cuidado do corpo e na preservação da saúde.

Nessa etapa, também ocorreu a elaboração do instrumento de coleta de dados denominado como “roteiro de observação”, que teve a função similar à do caderno de campo, onde foram anotados dados e acontecimentos em relação

as idas à campo. Desde o primeiro contato com os estudantes até o fim da intervenção pedagógica, ou seja, na apresentação dos objetivos do presente estudo, na entrega dos termos Consentimento Livre e Esclarecimento (CLE) destinados aos pais e responsáveis, bem como o preenchimento e a assinatura do Assentimento Livre e Esclarecido (ALE) por parte dos estudantes e na aplicação de ambos os questionário, e na execução e aplicação da unidade didática. De acordo com Ruiz (1996), a observação desempenha um papel crucial principalmente na fase inicial da pesquisa, porém se estende ao longo de todo o processo, intercalando-se com a experimentação. Isso se deve à necessidade de observar os resultados das manipulações das variáveis após a realização dos experimentos.

A elaboração do instrumento de pesquisa “questionário diagnóstico de entrada”, teve como objetivo principal coletar dados e informações dos participantes da pesquisa (estudantes do 1º ano do Ensino Médio) com o intuito de caracterizar o público alvo, captar e descrever os sentidos e significados dos estudantes em relação as experiências e vivências das práticas corporais nas aulas de educação física no Ensino Fundamental, para auxiliar na construção da unidade didática de intervenção pedagógica.

Dessa forma, o questionário foi elaborado com perguntas abertas e fechadas, com dois campos específicos. O **1º campo** teve como objetivo coletar dados e informações em relação à identificação e dados pessoais (nome, idade, ano/turma, gênero). A respeito do termo gênero, foi colocado as opções “masculino, feminino e prefiro não me identificar”. Já o **2º campo** foi direcionado para coletar dados e informações sobre as experiências vivenciadas nas aulas de Educação Física e expectativas de aprendizagem e conteúdo a serem abordados na unidade didática. Para isso, o pesquisador elaborou 7 perguntas, sendo duas abertas e cinco mistas com características fechada (direcionada) e aberta para justificar o porquê da escolha.

O quantitativo de questões, a escrita e a linguagem do questionário tiveram atenção especial por parte do pesquisador, visto que, se o questionário apresentasse muitas questões e uma linguagem muito complexa, poderia ofuscar a compreensão e desmotivar o público alvo em respondê-lo de forma clara e objetiva. Assim, para Lakatos (2003, p. 201): “O questionário deve ser

limitado em extensão e em finalidade. Se for muito longo, causa fadiga e desinteresse; se curto demais, corre o risco de não oferecer suficientes informações”. Segundo Severino (2007, p. 125) “as questões devem ser pertinentes ao objetivo e claramente formuladas, de modo a serem bem compreendidas pelos sujeitos”.

O público alvo da presente pesquisa foram os estudantes matriculados na turma do 1º ano A do Ensino Médio. No momento da escolha dessa turma para compor a amostra da pesquisa apresentava um quantitativo de 23 estudantes matriculados, porém, antes do início do ano letivo de 2024, dois estudantes recém matriculados solicitaram a transferência para outra unidade de ensino, ficando, assim, 21 estudantes matriculados na turma A do 1º ano do Ensino Médio.

No dia 08 de fevereiro 2024, aconteceu o 1º contato com a turma, em que foram explicados os objetivos do presente estudo, bem como a entrega dos documentos (ALE e CLE) que autorizavam a participação na pesquisa. Desse modo, no dia 15 de fevereiro de 2024, o professor pesquisador retornou, para coletar os documentos de autorização assinados. Em relação aos estudantes devidamente autorizados, de acordo com a assinatura dos documentos (CLE e ALE) para a participação no projeto de pesquisa, dos 21 estudantes, apenas 18 assinaram. Das dezoito autorizações, três pais autorizaram a participação no projeto, com restrição somente à coleta de imagens de seu tutelado. Os outros três estudantes que não entregaram os documentos assinados, um solicitou transferência e os outros dois são indígenas.

No tocante aos dois estudantes indígenas, o imbróglio foi relacionado a não entregar os documentos assinados pelos responsáveis. Sendo assim, foram mais de três tentativas de entregas dos documentos (CLE e ALE) aos discentes e de contatos com os responsáveis via telefone e pessoal, sendo que o pesquisador foi até o endereço dos estudantes, porém, os responsáveis estavam na aldeia e foi impossível o contato.

Embora o quantitativo de estudantes participantes da pesquisa era de dezoito, apenas dezessete estudantes estavam presentes na unidade escolar no dia da aplicação do questionário diagnóstico, que ocorreu em 15 de fevereiro de 2024, expresso na imagem abaixo:

**Figura 5** - Aplicação do questionário diagnóstico de entrada.



**Fonte:** Autor da pesquisa (2024).

Embora tenha sido coletados dados e informações no questionário diagnóstico de entrada de somente dezessete estudantes, todos participaram das atividades, já que a unidade didática da disciplina de Educação Física foi construída a partir dos objetos de conhecimentos pautados nos marcos legais que estão descritos no referencial teórico e na metodologia do presente estudo.

Dos dezoitos estudantes legalmente autorizados a participar da pesquisa, nove se identificaram como masculino e sete como feminino. Quanto a idade dos estudantes, 13 tinham quinze anos, 2 dezesseis anos e 3 dezessete anos. Assim, com o intuito de garantir o sigilo das informações sobre os estudantes, a identificação seguiu a ordem de chamada do diário de classe e de campo, sendo classificado e nomeado da seguinte forma: primeiro estudante identificado como masculino **M1**, primeira estudante identificada como feminino **F1**, e assim sucessivamente.

A respeito do 2º campo do questionário diagnóstico, a perguntas foram elaboradas e direcionadas com o intuito de identificar as experiências vivenciadas nas aulas de Educação Física até o momento da aplicação do questionário (perguntas de 1 e 3) e expectativas de aprendizagem com relação aos conteúdos para a construção da unidade didática (perguntas de 4 a 7).

Dessa forma, no primeiro momento, logo após a aplicação do questionário diagnóstico de entrada, foram analisadas de forma objetiva as respostas das perguntas (4 a 7), pois esses questionamentos auxiliaram na construção e elaboração da unidade didática. Ademais, o questionário diagnóstico será apresentado de formas mais detalhada e abrangente (2º etapa) no tópico que abordará o método de avaliação da intervenção.

Desse modo, foi informado previamente aos estudantes participantes da pesquisa que os dados coletados (questionário diagnóstico de entrada e saída) iriam auxiliar no planejamento e elaboração das atividades nas aulas de intervenção e na análise dos resultados em relação a aplicabilidade da unidade didática.

Após análise dados do questionário diagnóstico, a unidade didática foi elaborada com o intuito de abranger várias dimensões (conhecimentos) que envolvem o “corpo humano e seus sentidos e significados”. Para isso, a unidade didática foi fragmentada em **3 eixos temáticos**, detalhados a seguir:

O **1º eixo**, denominado “**Qualidade de Vida**”, foi escolhido apesar de sua complexidade e abrangência, pois visava proporcionar uma análise crítica dos objetos de conhecimento relacionados ao bem-estar físico, mental e social dos indivíduos. Seu objetivo era estimular hábitos saudáveis, como a prática regular de atividades físicas e a adoção de uma alimentação balanceada, promovendo, assim, uma vida mais plena e satisfatória. Esse eixo foi desenvolvido ao longo de quatro aulas de cinquenta minutos cada.

O **2º eixo**, intitulado “**Desvendando o Corpo Humano**”, teve como propósito aprofundar a compreensão e a análise crítica sobre o funcionamento do corpo humano, capacitando os estudantes a tomar decisões mais conscientes e saudáveis em relação à própria saúde e bem-estar. Além disso, abordou a desconstrução de padrões estéticos irreais e dos discursos midiáticos da indústria da beleza sobre saúde e corpo. Para isso, foram trabalhados conhecimentos das áreas de anatomia, fisiologia e antropometria, distribuídos ao longo de oito aulas de cinquenta minutos cada.

O **3º eixo**, denominado “**Corpolatria**”, teve como objetivo promover uma reflexão sobre os padrões de beleza e a cultura do corpo na sociedade contemporânea. Durante as atividades, os estudantes foram incentivados a

questionar as representações idealizadas do corpo propagadas pela mídia e pela cultura popular, desenvolvendo uma visão mais ampla e crítica sobre a diversidade corporal e a valorização de aspectos que vão além da aparência física. Esse eixo foi abordado em quatro aulas de cinquenta minutos cada.

A seguir, a Figura 6 apresenta o cronograma detalhado da aplicação e do desenvolvimento da unidade didática.:

**Figura 6 - Cronograma de Aplicação da Unidade Didática.**

<b>Eixo Temático</b>	<b>Encontro</b>	<b>Objeto de Conhecimento</b>	<b>Data</b>
<b>1º Eixo - Qualidade de Vida</b>	<b>1º (2 aulas)</b>	Sedentarismo, Atividade Física e Exercício Físico.	07/03/2024
	<b>2º (2 aulas)</b>	Alimentação Saudável, Atividade Física e Qualidade de Vida.	14/03/2024
<b>2º Eixo – Desvendando o Corpo Humano</b>	<b>3º (2 aulas)</b>	Anatomia Funcional (principais sistemas do corpo humano).	19/03/2024
	<b>4º (2 aulas)</b>	Principais sistemas anatômicos funcionais e sua relação com a atividade física.	19/03/2024
	<b>5º (2 aulas)</b>	Conhecimentos Antropométricos e sua relação com as medidas corporais e a saúde.	21/03/2024
	<b>6º (2 aulas)</b>	Reações Fisiológicas Corporais na Busca pela Homeostase.	21/03/2024
<b>3º Eixo – Corpolatria</b>	<b>7º (2 aulas)</b>	Influência da Mídia na Visão de Corpo Ideal e Suas Consequências.	28/03/2024
	<b>8º (2 aulas)</b>	A Busca pelo Corpo Perfeito e suas Consequências na Saúde e na Autoestima.	28/03/2024

Fonte: Autor da pesquisa (2024).

### **1º Encontro – Aplicação da Unidade Didática – 2 aulas (50 min).**

No dia 07 de março de 2024, ocorreu o primeiro encontro da unidade didática, tendo como temática central o objeto de conhecimento as concepções de “Sedentarismo, Atividade Física e Exercício Físico”. Desse modo, o objetivo geral estava pautado em promover a compreensão crítica sobre os conceitos de sedentarismo, atividade física e exercício físico, bem como destacar a importância da prática regular de atividades físicas para a saúde. Para isso foi definido os objetivos específicos: analisar e definir de maneira clara os conceitos

de sedentarismo, atividade física e exercício físico; Investigar e discutir os benefícios específicos associados à prática regular de atividades físicas, bem como os fatores que dificultam o acesso das pessoas ao exercício físico; Identificar os impactos positivos na saúde física, mental e emocional decorrentes da adoção de um estilo de vida ativo; Incentivar a adoção de hábitos saudáveis, promovendo a conscientização sobre os riscos do sedentarismo e os benefícios associados à atividade física regular.

Dessa forma, antes de iniciar o 1º momento, o professor pesquisador disponibilizou a imagem com *QR Code* de forma física (papel A4), e no *Datashow*, que direcionava a plataforma do *google forms*<sup>10</sup>, onde trazia em seu bojo um questionamento inicial com o intuito de conhecer os sentidos e significados dos estudantes em relação à Educação Física, de forma voluntária e anônima, expresso na figura 7 abaixo:

**Figura 7 - Qual o sentido e significado da Educação Física hoje.**

**Estudantes de acordo com as suas vivências escolares até o momento, qual é o sentido e significado da educação física para vocês hoje?**

- Gosto De Ir Jogar Bola.
- Pra ir joga bola.
- Eu só gosto de educação física quando tem vôlei, fora isso, eu prefiro ficar sem fazer nada. Pois, a educação física não me atrai muito.
- Ir para outras cidades jogar e resenhar.
- Ir para outras cidades em jogos e fazer resenha.
- Jogar em outras cidades e fazer resenha.
- Ir para os jogos.
- Alivia o estresse escolares e pessoal ajuda na saúde e no bem estar do corpo e mente aprendendo sobre nosso próprio corpo como ele funciona e as influências que sofremos pela sociedade.
- Para alongar o corpo, e se exercitar em alguma prática.
- Ir jogar futsal.

**Fonte:** Autor da pesquisa (2024).

Embora estivessem dezessete estudantes presentes na aula, apenas dez responderam ao questionamento voluntário e anônimo. Assim, das dez respostas coletadas pode-se aglutinar por sentidos e significados que: dois estudantes descrevem percepções que envolvem sentidos e significados em relação aos cuidados com o corpo, e oito estudantes carregam consigo a percepção da educação física atrelada ao ato praticar ou participar de jogos que envolvam uma modalidade esportiva no caso (futsal e vôlei).

<sup>10</sup> Disponível em: <<https://forms.gle/cmkv8wju9JBTwJKP8>>.

Se representados em um gráfico, os dados indicariam que aproximadamente 80% dos estudantes que responderam ao questionário associam a Educação Física exclusivamente à prática de uma modalidade esportiva, focando no “simples fazer” e não na compreensão conceitual do “porquê fazer”, que possibilita a construção de sentidos e significados. Diante dessa realidade, observa-se uma fração significativa de estudantes do Ensino Médio que demonstram desinteresse pelas aulas de Educação Física, frequentemente justificando a falta de motivação pela repetição dos mesmos conteúdos, o que dificulta o engajamento e a participação ativa nas atividades propostas (Ferreira; Graebner; Matias, 2014).

A crítica apresentada pelo professor pesquisador não se refere à ênfase dada às modalidades esportivas, mas à necessidade de contextualizar e atribuir significados a qualquer prática corporal. Dessa forma, segundo os autores Kawashima e Moreira, é fundamental que as práticas de Educação Física não se limitem ao "fazer", mas que promovam uma reflexão crítica sobre os processos e os benefícios envolvidos, permitindo aos estudantes compreenderem as razões para realizar essas atividades e os impactos no seu desenvolvimento físico, mental e social (2020, p. 30):

É preciso oferecer subsídios para que os alunos compreendam o que aprendem, atribuindo significado à prática a partir dos conceitos, dos fatos, da análise crítica dos conteúdos e do estabelecimento de relações com a vida cotidiana, para que sejam capazes de entender o porquê de fazer determinado movimento ou vivenciar este ou aquele esporte, dança ou ginástica.

Nas palavras dos autores Ferreira, Graebner e Matias (2014), a escola deve ser um ambiente onde a Educação Física, independentemente do conteúdo que está sendo abordado, possa oportunizar conceitos, atitudes e vivências de movimentos das práticas corporais relativamente relevantes para a vida dos estudantes.

Logo após esse questionamento, o professor pesquisador deu início ao primeiro momento da aula, abordando a temática “Sedentarismo x Atividade Física”, indagando os estudantes sobre concepções em relação ao conceito do tema sedentarismo, bem como as consequências da inatividade física para com o corpo humano de forma física e emocional.

Na sequência, iniciou-se o 2º Momento da aula, em que foi abordado de forma mais abrangente a relação entre “Sedentarismo vs. Atividade Física e seus benefícios e fatores que dificultam o acesso a sua prática”. Para isso, foi explicitado sobre o termo sedentarismo e seus efeitos negativos para a saúde. Com base em Carvalho (1999), o sedentarismo é considerado um grave fator que compromete a saúde do corpo e da mente, ou seja, o indivíduo que não pratica uma dose regular de atividade física de preferência moderada, não vai estar física e psiquicamente equilibrado. O autor deixa claro em seu estudo que as doenças crônico-degenerativas, consideradas como um dos grandes males da saúde no mundo Ocidental, está em crescimento no Brasil, devido aos hábitos de vidas, em particular pela inatividade física, classificando-as como “doença da civilização”.

Em seguida, abordou-se a diferença entre atividade física e exercício físico, discorrendo por meio de exemplos práticos e teóricos e sua relação com a aptidão física relacionada a saúde e ao desempenho atlético, em que os estudantes demonstraram a falta de compreensão na diferenciação de ambos, pois na visão deles tinham o mesmo significado e objetivo. Para tal, os autores Liberali e Vieira (2016) diferenciam atividade física de exercício físico, sendo que a atividade física se baseia em qualquer movimento corporal, realizado pelos músculos, resultando em gasto de calórico de energia acima dos níveis de repouso, ou seja, atividades ocupacionais e em momentos de lazer. Já o exercício físico, baseia-se em um combo de atividades estruturadas e planejadas, com o objetivo de manter ou aprimorar a “saúde/aptidão física”.

Portanto, quando uma pessoa realiza exercício sozinha ou sob monitoramento, seguindo uma sequência de treino, isso é exercício físico. Porém, se a pessoa sai para caminhar na rua ou qualquer outro lugar, sem pressa e sem controle da intensidade e velocidade dos passos, passa a ser atividade física (Batista; Arbighaus; Simão, 2018).

Ainda segundo os autores Liberali e Vieira (2016), através do exercício físico ocorre a melhora da aptidão física que pode ser relacionada aos componentes da saúde e de habilidades físicas, expressos na figura 8 abaixo, elaborada pelo professor pesquisador de acordo com os autores:

**Figura 8** - Composição da aptidão física.

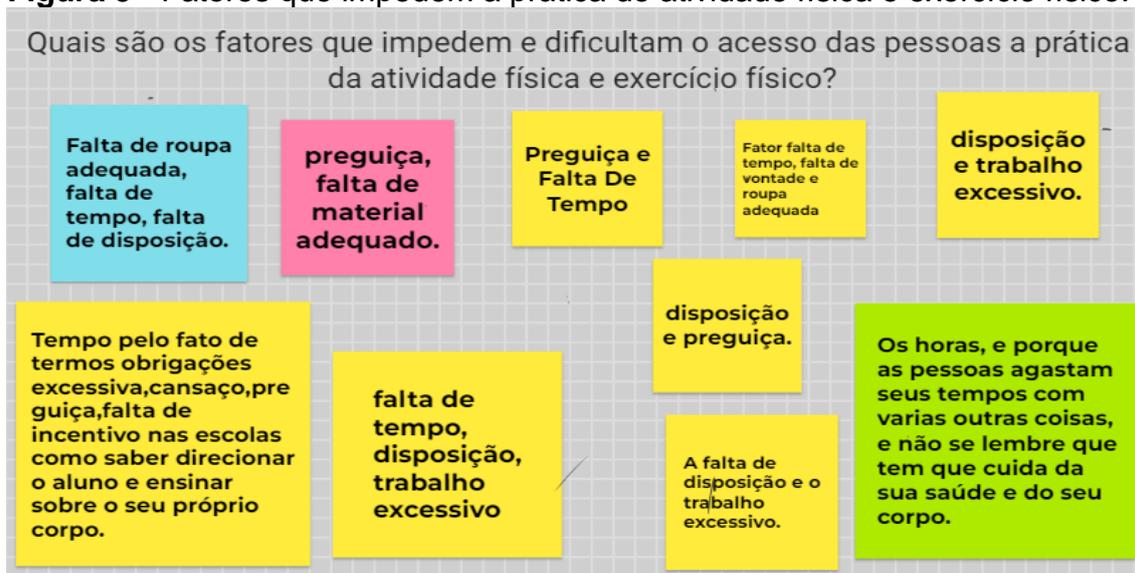


**Fonte:** Autor da pesquisa de acordo com Liberali e Vieira (2016).

Na sequência, com o intuito de oportunizar uma análise crítica em relação aos temas abordados e o conceito de Saúde Ampliada, o professor pesquisador promoveu uma discussão sobre “quais são os fatores que impedem e dificultam o acesso das pessoas a prática de atividade física ou exercício físico”, e qual a sua relação com o sedentarismo. Após a discussão foi disponibilizado um QR Code na forma física (papel A4), e no *Datashow*, de forma voluntária os estudantes utilizaram os *Chromebook* da unidade escolar para acessar uma plataforma denominada de *Janboard*<sup>11</sup>, disponível no *google for Education*. Essa plataforma funciona como um quadro branco, porém com algumas funções mais inteligentes e colaborativas. Assim, acessaram de forma voluntária a plataforma, em que tinham que responder o questionamento expresso na figura 9 abaixo:

<sup>11</sup> Disponível em: <[https://jamboard.google.com/d/1KJQelH8r1B5O7z7w793-bSdd9LfmHSx\\_tHPK-DvMTKc/edit?usp=sharing](https://jamboard.google.com/d/1KJQelH8r1B5O7z7w793-bSdd9LfmHSx_tHPK-DvMTKc/edit?usp=sharing)>.

**Figura 9** - Fatores que impedem a prática de atividade física e exercício físico.



**Fonte:** Autor da pesquisa (2024).

Dessa forma, observa-se que os fatores elencados pelos estudantes, englobam: falta de roupa e material adequado; falta de tempo devido as atividades ocupacionais; preguiça e disposição; falta de não lembrar em cuidar do corpo; e falta de incentivo nas escolas, como saber direcionar o aluno e ensinar sobre o seu próprio corpo.

Assim, verifica-se que existem fatores relacionados a questões financeiras, emergindo a falta de material adequado para a prática, gestão de tempo, além do fator motivacional, devido a deficiência de uma prática pedagógica que desperte sentidos e significados em relação a cuidados com o corpo e a saúde.

Desse modo, os autores Kawashima e Moreira (2020) discorrem que, só se aprende e valoriza algo, a partir da compreensão e assimilação dos saberes com a própria vida, com o mundo e com o outro, através da relação entre as esferas. Assim, a relação entre “teoria e prática” é uma direção profícua e produtiva, podendo o estudante conhecer para depois ensinar outros indivíduos, através do compartilhamento de ideias e conhecimentos.

Para que o professor consiga agregar valores aos objetos de conhecimentos, é necessário oportunizar significados aos estudantes que estão realizando, unindo o prazer que a disciplina de Educação Física proporciona e a

reflexão crítica sobre aquilo que está vivenciando nas aulas (Ferreira; Graebner; Matias, 2014).

Por fim, o professor pesquisador discorreu sobre os benefícios do exercício físico na produção de hormônios que auxiliam no controle e diminuição da ansiedade, bem como na melhora da autoestima e da qualidade do sono. Ao final, o professor trouxe uma temática questionadora para os estudantes sobre “Estratégias para combater o Sedentarismo”. Para isso foi abordado sobre estratégias para incentivar a prática regular de atividade física, elencando atividades prazerosas que gerasse motivação em praticá-las e a criação de uma rotina ativa.

Logo em seguida o professor propôs aos estudantes que elaborassem um plano pessoal de atividade física de acordo com suas preferências e disponibilidade de tempo, sendo socializado de forma voluntária para os demais estudantes em sala. Em relação ao primeiro encontro da intervenção pedagógica, pode-se concluir que, foi muito prazeroso e produtivo a troca de conhecimentos acalorados. Entretanto, fico a imaginar sobre, até que ponto a atividade física pode ser considerada saúde?

## **2º Encontro – Aplicação da Unidade Didática – 2 aulas (50 min).**

No dia 14 de março de 2024, ocorreu o segundo encontro da unidade didática, trazendo como temática central o objeto de conhecimento as concepções de “Alimentação Saudável para Qualidade de Vida”. O objetivo geral foi de compreender a importância da alimentação saudável, atividade física e seu impacto na qualidade de vida, buscando integrar e explorar de forma crítica e autônoma, estratégias para promoção de um estilo de vida ativo e saudável. Para isso, o objetivo geral foi fragmentado em três objetivos específicos: Compreender a importância da alimentação saudável; analisar o impacto da atividade física na qualidade de vida; incentivar a reflexão crítica sobre a integração efetiva de hábitos saudáveis no cotidiano, considerando alimentação e atividade física.

O professor iniciou a aula apresentando o tema, justificando que a escolha e a importância do tema estão relacionadas aos Temas Contemporâneos

Transversais disponíveis na BNCC, onde traz a educação alimentar e nutricional como subtema da Saúde, para ser desenvolvido de forma transversal entre todas as disciplinas (BNCC, 2020). Na sequência, foi oportunizado uma breve discussão sobre os hábitos alimentares e níveis de atividade física dos estudantes e a sociedade atual. Em seguida, foi demonstrado a pirâmide alimentar (figura 10), que segundo a autores Liberali e Vieira (2016, p. 4):

[...] foi melhor adaptada em 2013, para contar com os novos alimentos para melhor adaptação à dieta e aos hábitos culturais dos brasileiros, além de uma redução do valor energético diário para 2.000 Kcal, fracionamento da dieta em seis porções diárias e o incentivo à prática de atividades físicas.

**Figura 10** - Pirâmide alimentar adaptada a população brasileira.



Fonte: Liberali e Vieira (2016, p. 5).

Na sequência, o professor abordou sobre os principais nutrientes presentes nos alimentos e sua importância para o organismo, utilizando recursos visuais para facilitar a compreensão. De acordo com Vilarta e colaboradores (2007), os nutrientes desempenham funções de produção de energia (glicídios, lipídios e proteínas), auxiliam na construção de tecidos (proteínas), e os minerais e a água, junto com as vitaminas, tem ação reguladora de funções orgânica.

Assim, os glicídios ou carboidratos são combustíveis, auxiliando na produção de calor e processos biológicos, podendo ser encontrados no açúcar, farinhas, batatas, cereais, leguminosas, vegetais, frutas e arroz, e que depois da ingestão são transformados em glicose. As proteínas são necessárias ao longo da vida, tendo grande importância durante a fase do crescimento, gestação, amamentação e adolescência. E os lipídios ou gorduras são alimentos combustíveis que, além de servir como transportadores de algumas vitaminas, também auxiliam na proteção de órgãos e apresentam função térmicas.

Ainda, segundo os autores Vilarta e colaboradores (2007), as vitaminas e minerais auxiliam todas as reações e funções que ocorrem em nosso organismo, dessa forma, sem elas o corpo humano não conseguiria absorver, formar e transportar outros nutrientes. Desse modo, utilizando recursos audiovisuais foi demonstrado a tabela de alguns minerais e vitaminas, destacando a função e principais fontes, expresso nas figuras 11 e 12 abaixo:

**Figura 11** - Alguns minerais (função e principais fontes).

MINERAIS	FUNÇÃO	PRINCIPAIS FONTES
Cálcio	- Crescimento e desenvolvimento dos ossos e dentes; - Responsável pela coagulação sanguínea; - Auxilia no trabalho muscular	- Leite e derivados; - Carnes, peixes; - Vegetais
Fósforo	- Produção de energia; - Parte essencial do tecido nervoso	- Leite e derivados; - Carnes, peixes; - Vegetais
Ferro	- Formação da hemoglobina que transporta O <sub>2</sub> para as células	- Carnes, vísceras; - Gema; - Açúcar mascavo; - Frutas secas
Iodo	- Componente do hormônio da glândula tireóide	- Frutos do mar; - Sal iodado

**Fonte:** Vilarta *et al.* (2007, p. 16).

**Figura 12** - Algumas vitaminas (função e principais fontes).

VITAMINA	FUNÇÃO	PRINCIPAIS FONTES
A	Necessária para: - Crescimento; - Funcionamento normal dos olhos, nariz, boca, ouvido, pulmões; - Previne resfriado	- Vegetais de cor vermelha, laranja ou amarela; - Gema de ovo; - Fígado
B2 (riboflavina)	- Auxilia a oxidação dos alimentos; - Essencial à respiração celular; - Mantém a tonalidade saudável da pele; - Atua na coordenação motora	- Vegetais de folha; - Carnes; - Ovos; - Fígado; - Leite
B1	- Auxilia oxidação de carboidratos; - Estimula o apetite; - Mantém o tônus muscular e bom funcionamento do sistema nervoso	- Cereais integrais; - Feijão; - Fígado - Ovo; - Vegetais de folha
C (ácido ascórbico)	- Previne infecções; - Mantém integridade dos vasos sanguíneos e saúde dos dentes; - Antioxidante	- Frutas cítricas; - Tomate; - Vegetais de folha; - Pimentão
D (calciferol)	- Atua no metabolismo de cálcio e fósforo; - Mantém ossos e dentes em bom estado	- Óleo de fígado de bacalhau; - Fígado; - Gema
E (tocoferol)	- Promove fertilidade; - Previne aborto; - Atua no sistema nervoso involuntário e muscular	- Óleo de germe de trigo; - Carnes; - Laticínios; - Óleo de amendoim; - Alface
K	- Atua na coagulação do sangue.	- Vegetais verdes; - Tomate; - Castanha

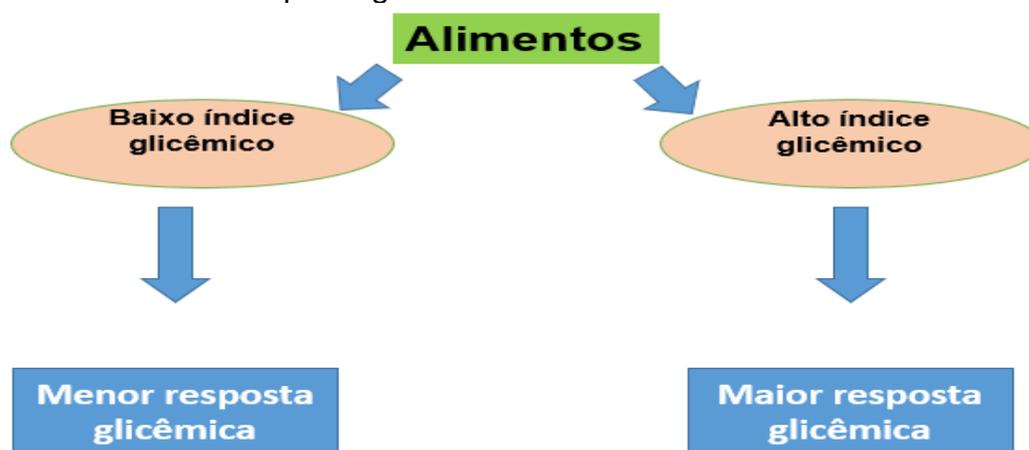
Fonte: Vilarta *et al.* (2007, p. 16-17).

Nessa continuidade em relação às propriedades dos alimentos, e com o intuito de promover uma compreensão mais profunda sobre a relação entre alimentação e saúde, o professor discorreu sobre o conceito de índice glicêmico e como os alimentos afetam os níveis de glicose no sangue.

De acordo com o autor Vilarta e colaboradores (2007), o índice glicêmico dos alimentos é uma medida numérica que indica como um carboidrato eleva o açúcar do sangue circulante. Ou seja, uma refeição que com alimentos de alto índice calórico, eleva de forma rápida a quantidade de açúcar no sangue, já os alimentos com baixo índice glicêmico possuem uma ação lenta no aumento da glicose sanguínea. Dessa forma, os alimentos com altos índices glicêmicos devem ser consumidos durante e após prática, e os alimentos com baixo índices

glicêmicos devem ser consumidos antes de atividades de longa duração, conforme ilustrado na figura 13.

**Figura 13** - Índice e resposta glicêmica do alimento.



**Fonte:** Autor da pesquisa de acordo com o autor Vilarta e colaboradores (2007).

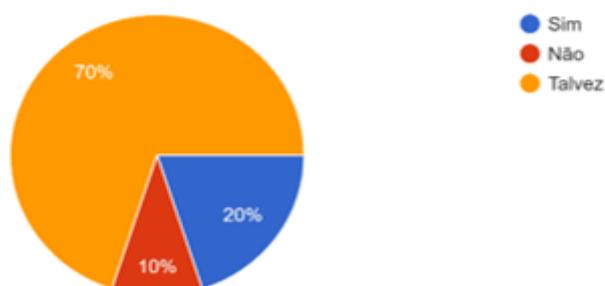
Por fim, o professor dividiu os estudantes em grupos e propôs um momento para elaboração e socialização de um cardápio para uma pessoa ou atleta fictício, e logo em seguida promoveu uma discussão sobre as dificuldades (custo, trabalho e tempo disponível) para ter acesso à alimentação saudável e balanceada. Ao final, foi disponibilizada a imagem com *QR Code* de forma física (papel A4), e no *Datashow*, que direcionava a um formulário no *google forms*, com o intuito de coletar um *feedback* anônimo e voluntário em relação a temática da aula.

Para isso, o professor pesquisador elaborou duas perguntas fechadas com três opções de escolhas “( ) **Sim**; ( ) **Não**; ( ) **Talvez**”, e que após a escolha de uma das opções, o estudantes deveriam justificar suas respostas. Assim sendo, segue abaixo o questionário e o *feedback* dos estudantes na figura 14 abaixo:

**Figura 14** – Resposta e justificativa dos estudantes em relação a própria alimentação.

1 - De acordo com os debates em sala de aula sobre alimentação saudável, você considera que sua alimentação do dia a dia é saudável?

10 respostas



**Opção Talvez:**

- Eu como o que a escola me oferece se é saudável ou n eu n sei.
- Por que de vez em quando eu consigo fazer uma alimentação saudável.
- Talvez, porque me alimento de alimentos saudáveis mais de vez em quando me alimento de besteiras do dia a dia.
- Eu como alimentos saudáveis, mas tem muitos alimentos que eu como que não são saudáveis, além de não comer em horários certos.
- Por que eu não consumo alimentação cem por cento saudável diariamente.
- Por que tem dias que eu como comidas saudáveis e tem dia que eu não como.
- Por que tem dias que como coisas saudável, e dias não ligo muito pra isso.

**Opção Sim:**

- Muitos alimentos da tabela estão no meu dia a dia em baixa quantidade.
- Acredito que eu tenha sim uma alimentação saudável por conta que eu como de tudo mais claramente como no dia a dia um prato "colorido" e não sou muito de comer doces, raramente.

**Opção Não:**

- Em casa eu como muita besteira doce salgados gordurosos.

**Fonte:** Autor da pesquisa (2024).

Analisando as respostas dos 10 estudantes que escolheram uma das opções e justificaram, percebe-se que, independentemente das opções escolhidas, nove estudantes demonstraram ter assimilado os conhecimentos debatidos em sala de aula sobre alimentação saudável, conseguindo compreender e emitir uma análise crítica em relação a própria alimentação.

Um estudante, no entanto, justifica sua escolha “*eu como o que a escola me oferece, se é saudável ou não eu não sei*”, demonstrando não conseguir realizar essa análise crítica em relação à sua alimentação, sobre o ambiente escolar, e até mesmo sobre os conhecimentos debatidos em sala. Isso pode ter sido ocasionado por falta de compreensão do questionamento da pergunta, ou por não ter compreendido as características de uma alimentação saudável, necessitando assim, oportunizar mais momentos para desenvolvimento da temática em questão. Desse modo, Valentim e colaboradores (2017) ressaltam a importância de atividades pedagógicas constantes, que envolvam educação

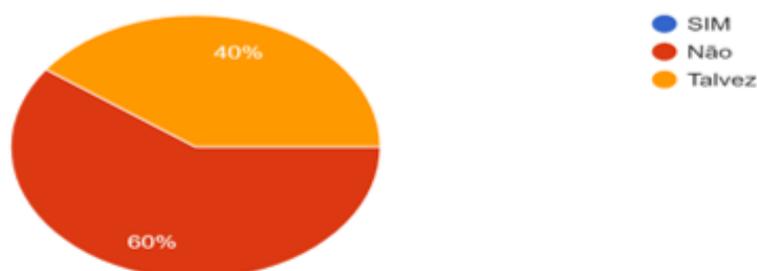
alimentar e nutricional, com o intuito de capacitar os estudantes na compreensão e escolhas de alimentos saudáveis de modo consciente.

Com o intuito de problematizar e despertar a consciência crítica dos estudantes em relação aos vários fatores que englobam e engessam o acesso à uma alimentação saudável pautado na concepção de Saúde Ampliada, o professor pesquisador disponibilizou no questionário, uma pergunta fechada, em que os estudantes deveriam escolher uma das opções “( ) **Sim**; ( ) **Não**; ( ) **Talvez**”, e logo em seguida justificar a escolha. Assim, seguem na figura 15 abaixo os *feedbacks* dos estudantes:

**Figura 15** - Alimentação saudável é de fácil acesso? – resposta e justificativa dos estudantes.

3 - Em relação à alimentação saudável, você acredita que é de fácil acesso?

10 respostas



4 - Justifique sua resposta de acordo com a opção que você selecionou na pergunta anterior:

10 respostas

- Depende da situação financeira e também da família porque nós crianças não moramos sozinhos.
- Muitas pessoas não tem condições de comprar determinado alimento que ajuda na função do corpo.
- Por que ultimamente as coisas pra alimentação saudável estão muito caras se for seguir certo a alimentação.
- Os alimentos saudáveis são muitos mais de difícil acesso do que alimentos não saudáveis.
- Muitos produtos saudáveis são muito caros e existem pessoas que não tempo para cuidar da alimentação.
- As vezes levar uma alimentação saudável é difícil por conta do tempo de dos gasto que temos no mercado.
- Nem todos tem acesso a uma alimentação saudável por questões financeira ou por falta de tempo.
- Porque tem pessoas que não tem condições.
- Por as vezes as pessoas podem ter pouca dinheiro ou pode ter o dinheiro mais não tempo.
- Por que tem pessoas que não consegue ter tempo e disposição para isso, e outras que tem tempo e não tem dinheiro.

**Fonte:** Autor da pesquisa (2024).

Analisando as respostas dos estudantes na imagem acima, observa-se uma análise crítica sobre a existência de fatores que dificultam o acesso à uma alimentação saudável. Dessa forma, as dificuldades de acesso à uma alimentação saudável, mais citadas pelos estudantes, estão direcionadas à falta de condições financeiras e ao alto custo dos alimentos considerados saudáveis,

bem como a falta de tempo disponível para elaborar e preparar de forma adequada os alimentos saudáveis. Em relação ao tempo, Barbosa *et al.* (2016) discorrem que as pessoas estão cada vez mais ocupadas com as atividades durante o dia, que acabam por alterar, ou muitas vezes, abdicar do ato de realizar sua refeição, recorrendo a praticidade devido à falta de tempo. Assim, as pessoas, na maioria das vezes, são levadas a buscar novas formas alternativas para se alimentar, dentre elas por alimentos industrializados, confrontando assim, a concepção de alimentação saudável.

Por fim, após os estudantes terem respondido à pergunta acima, foi aberto um momento de diálogo e reflexão sobre as dificuldades encontradas para ter acesso a uma alimentação saudável, e pode-se perceber de forma explícita nos diálogos dos estudantes, que a falta de condições financeiras e o alto custo dos alimentos, imperam de forma decisiva e determinante na dificuldade de acesso a uma alimentação saudável que são condicionante do conceito de Saúde Ampliada. Alguns estudantes relataram que a alimentação saudável que eles consomem são basicamente oferecidas na escola, onde eles ficam o dia inteiro e tem acesso as três refeições.

### **3º Encontro – Aplicação da Unidade Didática – 2 aulas (50 min).**

Antes de iniciar a descrição do 3º encontro, é necessário relatar que a unidade didática tinha previsão de término para o dia 25 de abril, uma vez que as intervenções ocorreriam nas duas aulas da disciplina de Educação Física. No entanto, ocorreram dois imprevistos na unidade escolar: o professor da disciplina de “História e Estudo Orientado” e “Avaliação Semanal” precisou assumir interinamente a direção da escola, e o professor de Língua Inglesa saiu de atestado. Diante disso, a gestão escolar procurou o professor pesquisador para verificar a possibilidade de antecipar as aulas da intervenção da unidade didática, a fim de evitar que os estudantes ficassem sem aulas, devido ao lapso temporal para a contratação de outro professor. Assim, quatro encontros foram antecipados, e o cronograma de aplicação da unidade didática foi alterado.

No dia 19 de março de 2024, ocorreu o terceiro encontro da unidade didática, sendo abordados objetos de conhecimentos referentes a Anatomia

Funcional (principais sistemas do corpo humano), do 2º Eixo Temático. O objetivo geral buscou promover a compreensão dos principais sistemas do corpo humano (muscular, esquelético, cardiovascular e digestório etc.) e sua interação durante a prática de atividades físicas. Para isso, o objetivo geral foi fragmentado em três objetivos específicos a seguir: Analisar e compreender o funcionamento dos principais sistemas do corpo humano; Identificar como esses sistemas trabalham em conjunto para suportar diferentes tipos de exercícios e demandas físicas; Entender como a compreensão dos sistemas do corpo pode contribuir para estratégias mais eficazes na melhoria da saúde física e bem-estar geral.

O professor iniciou a aula fazendo uma breve reflexão sobre as temáticas abordadas no 1º Eixo Temático, em que foi debatido sobre sedentarismo, atividade física e exercício físico e alimentação saudável, e logo em seguida apresentou o tema da aula, fazendo uma correlação com os conteúdos abordados nos encontros anteriores, destacando a importância do conhecimento anatômico para a prática de atividades físicas. Sendo assim, o professor fez um questionamento instigante para envolver os alunos com os objetos de conhecimento que seriam abordados na aula, perguntando: “Vocês já se perguntaram como nossos músculos e ossos trabalham juntos durante a prática esportiva?” Houve um silêncio total. Então, o professor completou: “Vamos desvendar os segredos do corpo humano”.

Assim, após o convite feito, deu-se início aos componentes do corpo humano “Sistema Esquelético e Muscular”, de uma forma mais leve, com uma metodologia mais expositiva e dialogada para facilitar a análise e compreensão dos estudantes em relação à complexidade dos objetos de conhecimento a serem tratados. No primeiro momento, utilizando macro modelos do esqueleto humano, expressos na figura 16, e recursos digitais, o professor abordou as principais funções dessa estrutura óssea.

**Figura 16** - Sistema Esquelético e suas principais funções.



**Fonte:** Autor da pesquisa (2024).

De acordo com Mora (2012), os ossos que compõem o esqueleto apresentam duas principais funções “sustentação e proteção”, sendo a função de sustentação conferida ao corpo humano mediante a interligação dos ossos, através de estruturas denominadas de articulações. Já o processo de proteção é percebido principalmente nos ossos que compõem o crânio, que servem como uma caixa que guarda e protege o cérebro, e nas estruturas ósseas que compõem o tórax, que se apresentam como uma gaiola onde alojam o coração e os pulmões. Ainda segundo a autora, o esqueleto humano apresenta a função hematopoiética<sup>12</sup>, que ocorre nos ossos mais longos, onde alojam a Medula Óssea.

Nesse sentido, pautado pela autora mencionada, o professor explicou sobre os tipos de articulações sinoviais, que “permitem movimentos livres”, e as articulações não sinoviais, que “permitem pouco ou nenhum movimento”, além de abordar as disposições dos ossos no esqueleto humano (Mora, 2012, p. 29), expressos na figura17:

---

<sup>12</sup>“produção de células sanguíneas pela medula óssea” (Mora, 2012, p. 8).

**Figura 17 - Disposição dos ossos do Esqueleto Humano.**

<b>Cabeça - 25</b>	Crânio - 08 Face - 14 Ouvido - 03	<b>Membro Superior – 32 em cada membro</b>	Cintura escapular - 02 Braço - 01 Antebraço – 02 Mão – 27
<b>Pescoço - 08</b>	Vértebras - 07 Hioide - 01	<b>Membro Inferior – 31 em cada membro</b>	Cintura pélvica – 01 Coxa – 01 Joelho – 01 Perna – 02 Pé - 26
<b>Tórax - 37</b>	Costelas - 24 Vértebras - 12 Esterno - 01		
<b>Abdômen - 07</b>	Vértebras - 05 Sacro - 01 Cóccix - 01		

Fonte: Mora (2012, p. 10).

Destarte, antes de adentrar no sistema muscular, o professor pesquisador indagou aos estudantes: “Agora que vocês já sabem como o corpo humano se sustenta em pé, gostaria de perguntar a vocês como o corpo humano se movimenta?” Mais uma vez, o silêncio tomou conta da sala. Então, o professor disse: “Estudantes, vamos desvendar os segredos do sistema muscular do corpo humano?” Assim, o professor explicou os tipos de músculos presentes no corpo humano e suas principais funções. Em seguida, exibiu dois vídeos que demonstram como ocorre a contração muscular e o impulso nervoso, conforme ilustrado na figura 18 abaixo:

**Figura 18 – Estudantes assistindo o vídeo sobre a Contração Muscular.**

Fonte: Autor da pesquisa (2024).

Mora (2012) discorre que os músculos constituem basicamente cerca de quarenta a cinquenta por cento do peso do corpo humano, e que suas contrações

propiciam movimentos das vísceras, como impulso do sangue no sistema cardíaco, propulsão de alimentos no sistema digestório e movimentos respiratórios. Dessa forma, a contração muscular pode promover também, movimentos de membros de forma simples (escrever) ou mais complexos (apresentação de coreografia), e, para tanto, os músculos apresentam diferentes características que levam em conta, localização, tipo de atividade a ser executada e tipos de células musculares (músculo liso, estriado cardíaco e estriado esquelético).

Na sequência, para dar início ao objeto de conhecimento “Sistema Digestório”, o professor pesquisador fez uma nova indagação aos estudantes: “Alunos, no segundo encontro, tivemos o objeto de conhecimento direcionado à Alimentação Saudável. Assim, gostaria que vocês me respondessem: como ocorre o processo de digestão da nossa alimentação?” Novamente, o clima de silêncio reinou na sala de aula.

Então, antes do professor realizar o convite novamente, para desvendar os segredos do Sistema Digestório, ele comentou sobre a importância dos estudantes compreenderem esse sistema, visto que, através dessa compreensão, poderiam fazer escolhas alimentares mais conscientes, dando preferência à alimentos ricos em nutrientes essenciais (vitaminas, minerais, proteínas, carboidratos e gorduras saudáveis), auxiliando no fornecimento de energia para a realização da prática de atividade física e a manutenção de um peso saudável.

Sendo assim, de acordo com Mora (2012), o professor discorreu que o sistema digestório é um tubo com tamanho aproximado de doze metros, onde passam os alimentos que ingerimos, e onde também ocorre a excreção de qualquer substância não necessária ao organismo. Ou seja, são os órgãos do sistema digestório que realizam o aproveitamento dos alimentos para assegurar os processos vitais de funcionamento do organismo humano, através da transformação mecânica e química das macromoléculas (proteínas, carboidratos e gordura) em moléculas de tamanhos e formas adequadas para serem absorvidas e distribuídas em todo o corpo. Desse modo, segundo Mora (2012, p. 67), o sistema digestório é composto pela “boca, faringe, esôfago, estômago, intestino delgado, intestino grosso, ânus [...], órgãos ditos anexos: glândulas

parótidas, submandibulares e sublinguais, fígado, pâncreas”. Na sequência, para auxiliar na compreensão, foi exposto um vídeo<sup>13</sup> sobre o Sistema Digestório, que demonstrava passo a passo o funcionamento do sistema digestório expresso na figura 19 abaixo:

**Figura 19** - Estudantes assistindo o vídeo sobre o Sistema Digestório.



Fonte: Autor da pesquisa (2024).

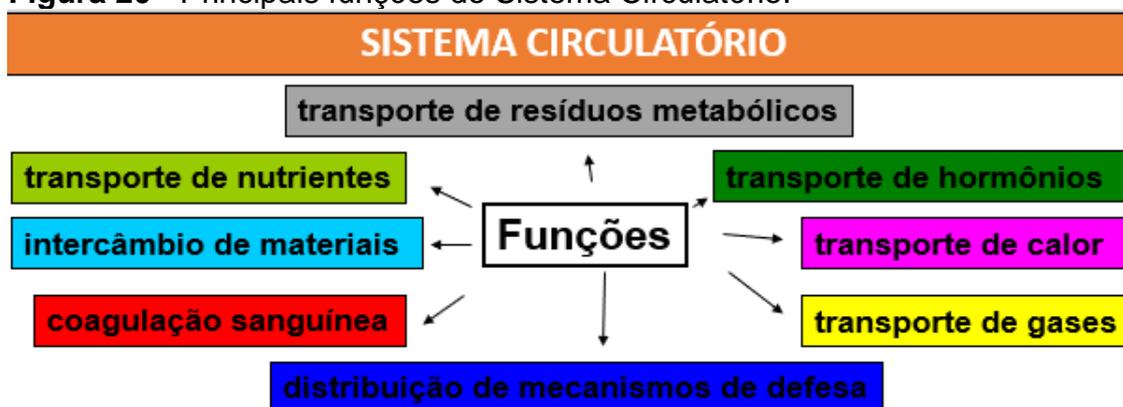
Dando continuidade aos objetivos da aula, antes de adentrar aos conhecimentos do Sistema Cardiorrespiratório, o professor pediu a um estudante para ir correndo até a quadra poliesportiva e voltar o mais rápido possível. Quando o estudante voltou, o professor perguntou a ele e aos demais em sala: “por que o aluno apresentava estar ofegante”? e então, os estudantes responderam, “porque ele foi correndo” (senso comum). Assim, para explicar de forma detalhada e abrangente, o professor abordou o Sistema Cardiorrespiratório, separando-o em dois objetos de conhecimento distintos, embora trabalhem em consonância (Sistema Circulatório e Respiratório), e ao final, para complementar e assimilar o conhecimento de uma forma mais simples e eficiente, foram expostos dois vídeos<sup>14</sup> em relação aos sistemas fragmentados acima.

<sup>13</sup> Disponível em: <<https://youtu.be/NItAZJbcLu0>>.

<sup>14</sup> Disponível em: <<https://youtu.be/c6b3eNHgaYq>>.  
Disponível em: <<https://youtu.be/RC7VIRDCRlw>>.

Assim sendo, de acordo com Mora (2012), o sistema circulatório é composto pelo coração, vasos sanguíneos (artérias, capilares e veias) e sangue, desempenhando as funções de: transporte de oxigênio e eliminação do gás carbônico obtidos e eliminados pelos pulmões; transporte de nutrientes advindos da digestão de nossa alimentação; transporte de material metabólico, hormônios e outras substâncias; transporte de calor através do sangue de forma homogênea, para manter a temperatura de forma adequada nas regiões do corpo, e circulação de anticorpos e células de defesa do organismo e coagulação, expressas na figura 20 abaixo:

**Figura 20** - Principais funções do Sistema Circulatório.



**Fonte:** Autor da pesquisa de acordo com Mora (2012).

O sistema Respiratório é composto por fossas nasais, boca, faringe, laringe, traqueia, brônquios, bronquíolos, alvéolos pulmonares e pulmões. Dessa forma, todas essas estruturas descritas acima, trabalham juntas para garantir que o sistema respiratório consiga realizar com eficiência a troca de gases com o ar atmosférico, mantendo de forma adequada os níveis de Oxigênio (O<sub>2</sub>) no organismo e eliminando os gases residuais (CO<sub>2</sub>). Ou seja, a respiração envolve dois momentos específicos (expirar e inspirar), na inspiração ocorre a entrada do ar nos pulmões, mediante a contração dos músculos intercostais externo e do diafragma, já na expiração o processo é inverso, ademais, ocorre a saída de ar dos pulmões através do relaxamento dos músculos citados acima no ato de inspirar (Mora, 2012).

**Figura 21** - Estudantes assistindo vídeos Sistema Circulatório e Respiratório.



**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Por fim, para encerrar o terceiro encontro, o professor revisou os principais pontos abordados, oportunizando um momento para questionamentos, esclarecimentos e reflexões. Antes de finalizar a aula, o professor explicou sobre a importância de participar de forma ativa nos debates em sala de aula e solicitou a presença de todos os estudantes para o próximo encontro, visto que iríamos ter atividades mais dinâmicas para verificar os conhecimentos apreendidos na aula. Todavia, fica a pergunta, será que os conhecimentos sobre o funcionamento do corpo humano auxiliarão no desenvolvimento da análise crítica dos estudantes sob o conceito de Saúde Ampliada?

#### **4º Encontro – Aplicação da Unidade Didática – 2 aulas (50 min).**

Devido à reorganização do cronograma descrito na figura 6, o quarto encontro ocorreu no mesmo dia e período do terceiro encontro, porém com um intervalo de duas aulas entre eles, o que facilitou a melhor compreensão dos estudantes, visto que o plano de aula para desenvolver nesse encontro é uma sequência do plano de aula anterior, com ênfase em atividades avaliativas de cunho prático e dinâmico.

Sendo assim, no dia 19 de março de 2024, ocorreu o quarto encontro da unidade didática, sendo abordados objetos de conhecimentos referente a Anatomia Funcional (Principais sistemas anatômicos funcionais e sua relação com a atividade física), do 2º Eixo Temático. O objetivo geral buscou promover a compreensão dos principais sistemas do corpo humano (muscular, esquelético, cardiovascular e digestório etc.) e sua interação durante a prática de atividades físicas. Para isso, o objetivo geral, foi fragmentado em três objetivos específicos a seguir: Analisar e compreender o funcionamento dos principais sistemas do corpo humano; Identificar como esses sistemas trabalham em conjunto para suportar diferentes tipos de exercícios e demandas físicas; Entender como a compreensão dos sistemas do corpo pode contribuir para estratégias mais eficazes na melhoria da saúde física e bem-estar geral.

Desse modo, o professor iniciou a aula com uma breve revisão sobre os objetos de conhecimentos abordados na aula anterior e promoveu uma discussão em sala de aula, incentivando os alunos a compartilharem conhecimentos sobre o funcionamento do corpo humano durante a atividade física. Enquanto os estudantes iam discutindo sobre os principais pontos que lhe chamaram atenção na aula anterior, o professor começou a montar a atividade prática de cunho avaliativo, em formato de estações, com modelos anatômicos, ou seja, o professor desmontou o macromodelo anatômico do corpo humano, separando as partes dos sistemas (Digestório, Respiratório, Circulatório) e colocando-as em cima das mesas, marcando alguns lugares no esqueleto humano. Os estudantes iam de três em três passando pelas estações, descrevendo os nomes dos órgãos e estruturas que o professor havia selecionado.

Após o momento de reflexão, discussão e montagem das estações, deu-se início ao desenvolvimento prático, com o professor chamando de três em três alunos para passarem pelas estações. Eles deveriam escrever os nomes das estruturas, se o estudante não soubesse do nome científico dela poderia colocar como ele conhecia, de acordo com o conhecimento comum (exemplo: fêmur – osso da coxa).

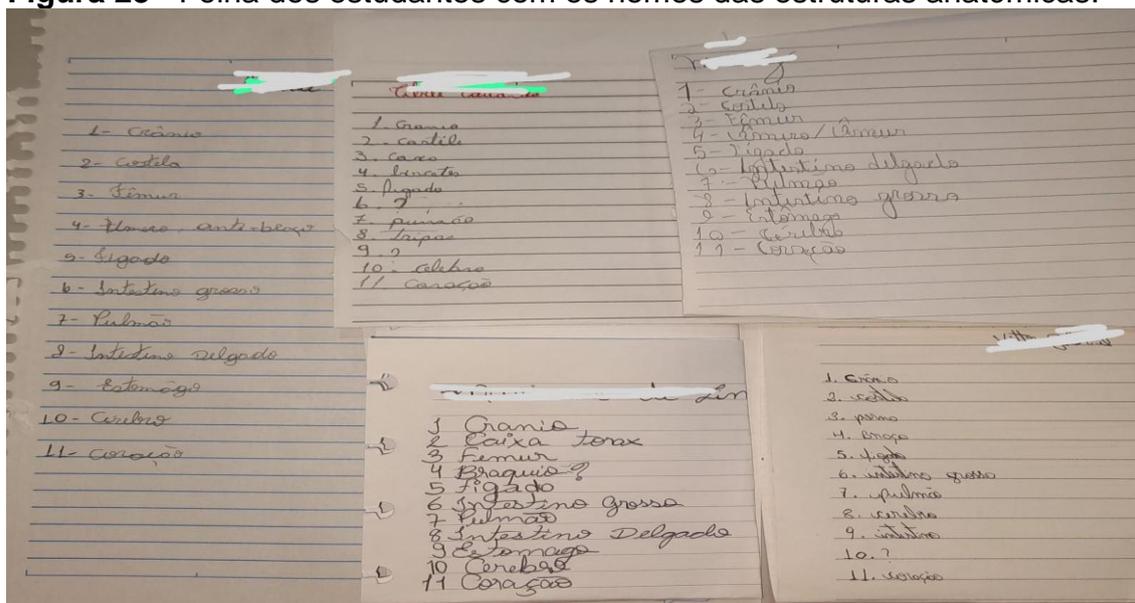
**Figura 22** - Circuito de estações com macromodelos anatômicos.



Fonte: Autor pesquisador (2024).

O professor avisou os estudantes que, após passarem pelas estações, deveriam entregar a folha com os nomes das estruturas anotadas para o professor, visto que essa folha expressa na figura 23 abaixo, serviria apenas como um *feedback* dos conhecimentos adquiridos em relação aos conteúdos expostos.

**Figura 23** - Folha dos estudantes com os nomes das estruturas anatômicas.



Fonte: Autor pesquisador (2024).

Após a entrega das folhas com os nomes das estruturas descritas pelos os estudantes, houve um momento de discussão, correção e esclarecimentos sobre os nomes das estruturas que fizeram parte do circuito de estações. Os estudantes debateram sobre os erros e acertos. Em relação às respostas dos estudantes nas atividades, a maioria expressiva conseguiu descrever os nomes das estruturas selecionadas pelo professor. Na sequência, foi solicitado aos estudantes de forma voluntária, que escolhessem uma atividade física para que realizassem e explicassem como os sistemas estudados são utilizados durante a prática. Assim, alguns estudantes escolheram e realizaram atividade de corrida, outros de flexão, prancha (resistência abdominal) e isometria de agachamento. Nesse momento, o professor foi incentivando e esclarecendo as dúvidas de acordo com as atividades escolhidas pelos estudantes, expresso na figura 24 abaixo:

**Figura 24** - Estudantes realizando atividade de corrida, flexão, prancha e isometria de agachamento.



Fonte: Autor pesquisador (2024).

Para otimizar a participação dos estudantes no final dessa aula o professor pesquisador disponibilizou uma atividade em formato de Quiz,

utilizando a plataforma denominada de *Kahoot*<sup>15</sup>, que é muito utilizada em metodologias de ensino de gamificação<sup>16</sup> para testar os conhecimentos adquiridos em relação a objetos de conhecimentos desenvolvidos. Dessa forma, os estudantes utilizaram os celulares e *Chromebook* para participarem da atividade, acessando a plataforma do *Kahoot* e escolhendo um apelido ou nome para se identificar, pois nessa atividade, além da resposta certa, o aplicativo também leva em conta o lapso temporal para responder a pergunta, e assim cada participante vai pontuando seguindo os critérios de acerto e rapidez na escolha da resposta. No total, foram dezesseis perguntas que envolveram os objetos de conhecimentos desenvolvidos no terceiro e quarto encontro da unidade didática.

**Figura 25** - Estudantes realizando a atividade avaliativa utilizando o *Kahoot*.



Fonte: Autor pesquisador (2024).

Em relação à dinâmica do Quiz utilizando o *Kahoot*, os estudantes se demonstraram ativos e engajados para resolução das perguntas. Ao final, o

<sup>15</sup> *Kahoot* é uma plataforma de aprendizado baseada em jogos, usada como tecnologia educacional em escolas e outras instituições de ensino. Disponível em: <<https://ceduc.unifei.edu.br/tutoriais/como-utilizar-a-plataforma-kahoot/>>.

<sup>16</sup> A gamificação usa a estética, a estrutura, a forma de raciocinar presente nos games, tendo como resultado tanto motivar ações como promover aprendizagens. Disponível em: <<https://sead.paginas.ufsc.br/files/2020/04/eBOOK-Gamificacao.pdf>>.

professor revisou os principais pontos abordados e oportunizou um momento para perguntas, esclarecimentos e reflexões sobre a importância do conhecimento anatômico na prática de atividade física. Porém, fica o questionamento, pode-se estabelecer alguma relação entre o conceito de Saúde Ampliada e o conhecimento anatômico da prática de atividade física?

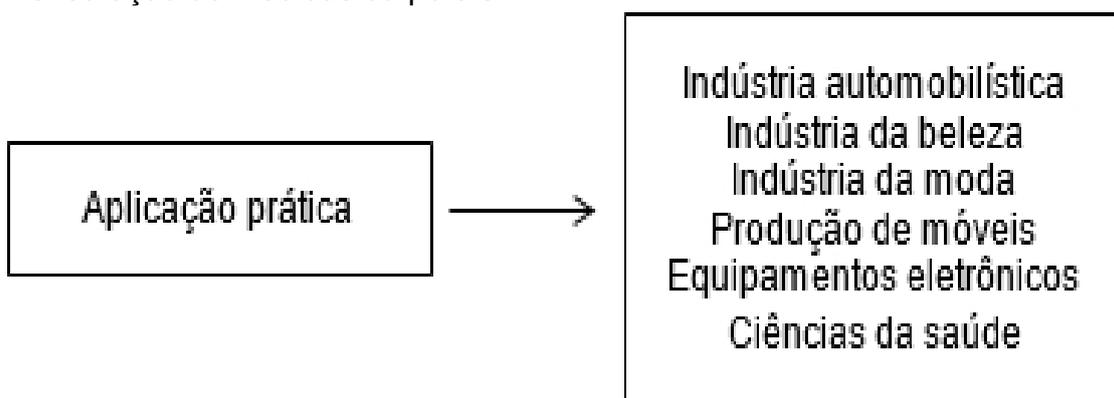
### **5º Encontro – Aplicação da Unidade Didática – 2 aulas (50 min).**

No dia 21 de março de 2024, ocorreu o quinto encontro da unidade didática, com a temática direcionada aos “Conhecimentos Antropométricos” e sua relação com as medidas corporais e a saúde. Sendo assim, o objetivo geral buscava desenvolver e oportunizar aos estudantes uma compreensão aprofundada e prática sobre o objeto de conhecimento "Antropometria" no contexto da Educação Física, visando capacitar os alunos para compreender, aplicar e interpretar as medidas antropométricas de forma crítica e consciente, promovendo uma abordagem integrada e reflexiva no cuidado com o corpo e na busca por uma vida ativa e saudável. Para isso, o objetivo geral foi fragmentado em três objetivos específicos: Explorar os conceitos fundamentais relacionados às medidas antropométricas; Desenvolver habilidades práticas na execução correta das medidas antropométricas; Conscientizar os alunos sobre a relação entre as medidas antropométricas e o cuidado integral com o corpo; Incentivar uma reflexão crítica sobre a importância das medidas antropométricas na busca por uma vida ativa e saudável, considerando aspectos físicos e psicológicos.

No primeiro momento, o professor iniciou a aula apresentando o tema, e realizou alguns questionamentos com o intuito de identificar os conhecimentos prévios dos estudantes. Em seguida, realizou uma contextualização sobre a importância das medidas antropométricas e sua relação entre as medidas corporais e a saúde. Na sequência, utilizando uma abordagem conceitual antes de iniciar a procedimental, o professor discorreu que “a antropometria consiste na avaliação das dimensões físicas e da composição global do corpo humano” (Schimitt; Bataglion, 2017, p. 5), e relatou de forma abrangente sobre a contextualização histórica sobre a mensuração do corpo humano (antropometria), na sociedade antiga e sociedade moderna.

Com relação à sociedade antiga, as autoras Schimitt e Bataglion (2017), discorrem que os dados antropométricos foram muito utilizados para medir as proporções humanas, desde obras de artes (esculturas, desenhos e pinturas), confecção de ferramentas e utensílios para auxiliar nas atividades laborais, compra de escravos ou gladiadores, onde era levando em conta as medidas de estatura, peso e outras circunferências para escolher o melhor. Porém, a forma mais importante relacionada à medidas e avaliação é a utilização do corpo humano como objeto de medida como referência (polegadas, pé e palma da mão) e até hoje, por exemplo, os aparelhos televisivos são em polegadas. Com relação a sociedade moderna e a utilização das técnicas de medidas e mensuração corporal, as autoras direcionam a seis segmentos as aplicações práticas expressa na figura 26 abaixo:

**Figura 26** -Segmentos que utilizam as aplicações práticas modernas de mensuração de medidas corporais.



**Fonte:** Schimitt e Bataglion (2017, p. 9).

Dando continuidade, o professor explicitou os conceitos de altura, discorrendo que “as principais alturas são a estatura e a altura tronco-cefálica” (Schimitt; Bataglion, 2017, p. 68). E abordou sobre a massa corporal, que segundo os autores acima, é expressa em somatório da massa orgânica e inorgânica existente nas células, tecidos de sustentação, órgãos, músculos, ossos, gorduras, água, viscerais entre outros (Schimitt; Bataglion, 2017). Ao final, antes da demonstração prática das técnicas do Índice de Massa Corporal (IMC) e a Relação Cintura Quadril (RCQ), foi dialogado sobre como são utilizados e o porquê de ambas técnicas. De acordo com os autores Schimitt e

Bataglion (2017) por meio do IMC é possível classificar o estado nutricional dos indivíduos se estão com baixo peso, peso ideal ou acima do peso, e através dos resultados obtidos mediante a análise do RCQ, pode-se verificar se o avaliado apresenta riscos para o aparecimento de doenças metabólicas crônicas, que podem ser interpretadas associadas às variáveis de idade e sexo. Em seguida, os estudantes vivenciaram a técnicas de mensuração corporal descritas acima, primeiramente com o professor fazendo a aferição, depois com os estudantes realizando as aferições uns dos outros, expresso na figura 27 abaixo:

**Figura 27** - Estudantes aplicando as técnicas de (IMC e RCQ).



Fonte: Autor pesquisador (2024).

Na sequência, em posse dos dados coletados na imagem acima, foi projetado no quadro as tabelas do IMC e RCQ para que os estudantes realizassem as próprias análises. Em seguida, com intuito de facilitar a compreensão dos estudantes, o professor disponibilizou via *QR CODE* duas plataformas digitais (IMC e RCQ)<sup>17</sup>, para os estudantes colocarem seus dados antropométricos de forma individual, utilizando o celular e os *Chromebook* da escola, sendo possível uma análise mais detalhada de acordo com suas idades cronológicas. Assim sendo, após a análise e discussão entre todos em sala de

<sup>17</sup> IMC Disponível em: <<https://abeso.org.br/obesidade-e-sindrome-metabolica/calculadora-imc/>>.

RCQ Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/relacao-cintura-quadril/>>.

aula, o professor destacou sobre a importância de cada medida na avaliação do estado nutricional e saúde dos indivíduos.

Ao final da aula, com o intuito de despertar a análise crítica dos estudantes, o professor fez um questionamento intrigante em relação ao IMC: “estudantes, vocês acreditam que o IMC é cem por cento confiável para afirmar que um indivíduo está com sobrepeso ou não”? O professor estipulou um tempo para que os estudantes realizassem pesquisas na internet utilizando os *Chromebook* da escola em relação a pergunta acima, e ao final, iniciou uma discussão que acabou culminando com a exposição de um vídeo<sup>18</sup>, que apresenta críticas contundente sobre a utilização do IMC como um diagnóstico de saúde, com o intuito de contribuir assim, com a formação crítica dos estudantes.

**Figura 28** - Como o IMC reforça um padrão branco e gordofóbico.



**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Dessa forma, após a exposição do vídeo do IMC como um padrão branco e gordofóbico, observou-se a expressão de inconformidade dos estudantes em relação ao IMC, expresso na figura 28 acima. Por fim, o professor discorreu sobre algumas "Limitações do IMC"<sup>19</sup>, tais como, “não avaliar se o peso da

<sup>18</sup> Como o IMC reforça um padrão branco e gordofóbico. Disponível em: <https://youtu.be/Zkl2ggUQ3zo>.

<sup>19</sup> Disponível em: <https://brasilescola.uol.com.br/saude-na-escola/limitacoes-imc.htm>.

pessoa está relacionado aos músculos ou a gordura corporal, bem como, não levar em conta a diferença do percentual de gordura entre os homens e as mulheres”, entre outros. Para finalizar, o professor iniciou uma discussão sobre as limitações e considerações éticas ao realizar medidas antropométricas, oportunizando a reflexão crítica sobre a aplicação desses conhecimentos no contexto pessoal e social.

### **6º Encontro – Aplicação da Unidade Didática – 2 aulas (50 min).**

Com a reorganização do cronograma descrito na figura 6 (página 64), o sexto encontro ocorreu no mesmo dia e período que o quinto encontro, porém com um intervalo de duas aulas entre eles. Sendo assim, no dia 21 de março de 2024, também ocorreu o sexto encontro da unidade didática, sendo abordados objetos de conhecimentos referentes a Reações Fisiológicas Corporais na Busca pela Homeostase. Sendo assim, o objetivo geral buscou capacitar os estudantes para uma compreensão aprofundada da fisiologia, destacando as reações fisiológicas corporais como mecanismos essenciais na busca pela homeostase. Além disso, visou possibilitar aos alunos a análise crítica e interpretação de parâmetros fisiológicos, como frequência cardíaca em repouso e máxima, sudorese (hidratação e desidratação) e sistema metabólico, como indicadores fundamentais de saúde e desempenho físico.

O objetivo geral inclui ainda o desenvolvimento de habilidades práticas, permitindo que os estudantes mensurassem e interpretassem esses parâmetros de forma competente, aplicando-os de maneira efetiva em contextos educacionais e promotores de saúde. Para isso, o objetivo geral, foi fragmentado em três objetivos específicos a seguir: Compreender as reações fisiológicas corporais como mecanismos de busca pela homeostase; Analisar e interpretar a frequência cardíaca em repouso e máxima, a sudorese e o sistema metabólico como indicadores de saúde e desempenho físico; Desenvolver habilidades práticas na mensuração e interpretação desses parâmetros.

O professor iniciou a aula apresentando o tema, buscando compreender os conhecimentos prévios dos estudantes, e em seguida contextualizou sobre a importância da homeostase para o funcionamento saudável do corpo, bem como

a relação entre reações fisiológicas e a homeostase corporal. De acordo com Liberali e Vieira (2016), a homeostase é o estado de equilíbrio das variáveis internas para um perfeito funcionamento do organismo em relação aos agentes estressores (exercício físico). Ainda segundo as autoras, o sistema cardiorrespiratório e o vascular sofrem várias alterações e adaptações devido a prática do exercício físico, sendo um deles o aumento da frequência cardíaca.

Na sequência, o professor abordou os conceitos de frequência cardíaca em repouso, frequência cardíaca máxima e a importância dessas medidas na avaliação do condicionamento físico dos indivíduos. “Frequência cardíaca (FC) é compreendida pelo número de pulsações” (Liberali; Vieira, 2016, p. 86). A frequência cardíaca em repouso baseia-se no ritmo das batidas do coração quando o indivíduo está em repouso sem realizar esforço, já a frequência cardíaca máxima ocorre quando o indivíduo está submetido a um esforço físico intenso, quando a frequência cardíaca atinge o pico máximo (Liberali; Vieira, 2016).

Assim sendo, após a abordagem conceitual, o professor iniciou as atividades de demonstração prática de métodos para aferir e calcular a frequência cardíaca em repouso e máxima. Desse modo, foi repassado aos estudantes as fórmulas  $FCM = 208 - (0,7 \times \text{idade em anos})$  (Tanaka *et al.*, 2001 *apud* Liberali; Vieira, 2016, p. 88), para calcular a frequência cardíaca máxima. Em seguida, o professor fez o convite aos estudantes para aferição da frequência cardíaca em repouso de forma manual, sendo demonstrado pelo professor os melhores locais para aferir os batimentos e o tempo para aferição (6X10 – os números de batimentos em dez segundos) expresso na figura 29 abaixo:

**Figura 29** - Estudantes aferindo a frequência cardíaca em repouso.



Fonte: Autor pesquisador (2024).

Antes de ir para a quadra realizar a atividade prática para calcular a frequência cardíaca após uma atividade aeróbica, visto que os estudantes já haviam aferido a frequência cardíaca em repouso, o professor contextualizou sobre a definição de  $VO_2$  máximo<sup>20</sup> e sua relevância como indicador de capacidade aeróbica, e, ainda, discorreu sobre a sudorese e os três principais sistemas energéticos.

De acordo com as autoras Liberali e Vieira (2016), para controlar a temperatura corporal o corpo humano através das glândulas sudoríparas libera o suor, e assim, o indivíduo deve ter cuidado para evitar a desidratação, pois leva ao desequilíbrio de fluidos e eletrólitos, podendo gerar fadiga. Já em relação aos principais sistemas energéticos (anaeróbico e aeróbico), as autoras acima discorrem que o “sistema anaeróbico” é dividido em sistema “alático e lático”, onde, o “alático” produz energia através da quebra da creatina fosfato presente nos músculos, e o “lático” produz energia através da combustão parcial da glicose e glicogênio que são limitados, embora apresentem velocidade de potência (produção de energia) mais rápido que o aeróbico. Já o “sistema aeróbico” produz energia de forma mais lenta, pois, necessita da presença do oxigênio ( $O_2$ ) para realizar a combustão completa dos carboidratos (glicose e glicogênio), gorduras e em alguns casos proteínas, dispondo assim, de maior

---

<sup>20</sup> É a medida que melhor representa a capacidade máxima em captar, transportar e utilizar o oxigênio nos processos oxidativos de produção de energia durante a contração muscular (Liberali; Vieira, 2016).

estoque para a produção de energia em relação aos outros dois sistemas (alático e lático).

Assim, com o intuito de aguçar a curiosidade dos estudantes e oportunizar compreensão e análise crítica, o professor expôs um vídeo sobre uma técnica militar para aferir pressão arterial sem aparelho (Peter Liu)<sup>21</sup>, que traz a informação sobre sintomas da pressão alta e de como aferir a pressão arterial sem nenhum aparelho, apenas pressionando o dorso de uma das mãos contra a parede durante sessenta segundos; e que ao final, quando soltar a mão, o braço vai subir sozinho indicando se a pressão arterial está baixa, normal ou alta.

**Figura 30** - Estudantes aferindo a pressão arterial segundo o método militar.



Fonte: Autor pesquisador (2024).

Após a realização, os estudantes ficaram nostálgicos pelo fato de realmente os braços subirem sem o comando deles expresso na figura 30 acima. Depois da euforia, o professor perguntou para eles se realmente essa técnica de aferição era confiável e exata. Dessa forma, os estudantes de posse dos *Chromebook* da unidade escolar realizaram uma breve pesquisa na *internet*,

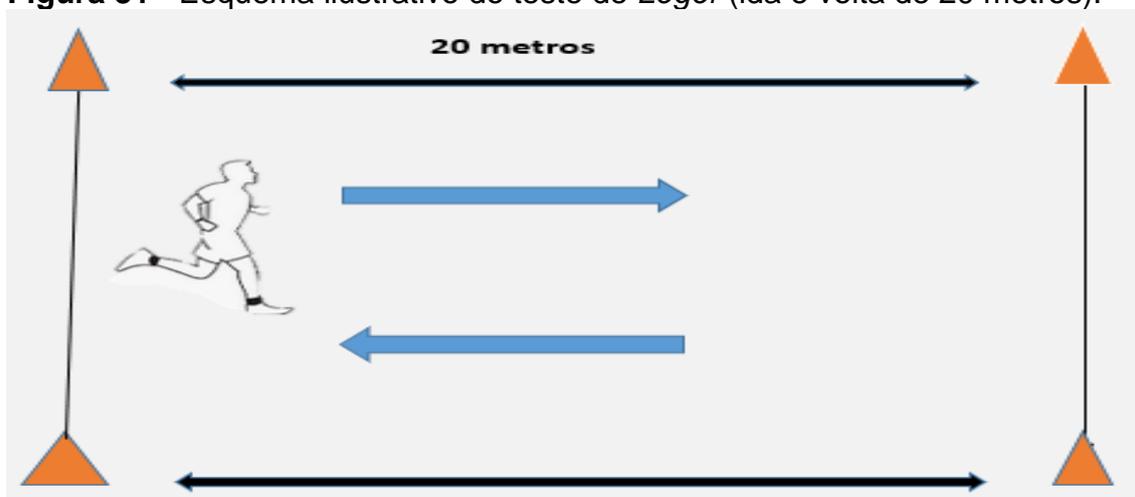
---

<sup>21</sup> Técnica militar para medir pressão sem aparelho - Peter Liu. Disponível em: <<https://youtu.be/l6WacsmFut4>>.

para responder ao questionamento do professor. Encontraram uma fonte<sup>22</sup> discorrendo que a técnica de aferição militar exposta no vídeo era *Fake News*, o que foi basicamente um banho de água fria na concepção dos estudantes.

Na sequência, o professor levou os estudantes para uma atividade prática na quadra para testar o limiar aeróbico dos estudantes. De posse da aferição da pressão arterial em repouso e do cálculo da frequência cardíaca máxima, o professor aplicou a atividade do teste de *Leger*<sup>23</sup> (teste do vai e vem), que consiste em determinar um espaço de 20 metros, onde ao comando de um som sonoro (*bip*) os indivíduos participantes da atividade, devem sair correndo até a linha demarcada a uma distância final de vinte metros, e aguardar o próximo sinal sonoro para retornar ao ponto de partida, e assim, sucessivamente. Sendo assim, o teste termina quando o avaliado não conseguir mais acompanhar o ritmo ou quando não atingir, a tempo, a linha por duas vezes consecutivas, expresso na figura 31 abaixo.

**Figura 31** - Esquema ilustrativo do teste de *Leger* (ida e volta de 20 metros).



**Fonte:** Elaborado pelo pesquisador de acordo com o teste de *Leger* (2024).

Desse modo, o professor demarcou o perímetro de vinte metros na quadra poliesportiva da escola, e posicionou os estudantes voluntários na área de início

<sup>22</sup> É #FAKE mensagem em vídeo que diz que prender braço por um minuto vale como teste de pressão arterial. Disponível em: <<https://g1.globo.com/fato-ou-fake/noticia/2020/03/10/e-fake-mensagem-em-video-que-diz-que-prender-braco-por-um-minuto-vale-como-teste-de-pressao-arterial.ghtml>>.

<sup>23</sup> É um teste duplamente indireto que serve para estimar o valor do VO<sub>2</sub>max em crianças, adolescentes e pessoas adultas. Disponível em: <<https://gpaq.com.br/wp-content/uploads/2013/11/Manual-L%C3%A9ger-Modificado-v2.pdf>>.

e explicou como seria o desenvolvimento da atividade. Logo em seguida, utilizando uma caixa de som da unidade escolar, foi dado início a aplicação prática do teste para os estudantes comparar as alterações entre a pressão arterial e repouso e em movimento.

**Figura 32** - Estudantes realizando o teste para comparar a pressão arterial e repouso e movimento.



Fonte: Autor pesquisador (2024).

Quando o estudante não conseguia mais acompanhar o ritmo da atividade descrita acima, ele parava e aferia a pressão arterial e anotava no seu caderno. Quando todos finalizaram o teste, o professor levou-os para a sala de aula, onde de posse dos dados das aferições descritas acima, deu-se início a um momento de diálogo e reflexão sobre as temáticas desenvolvidas na aula e os resultados obtidos, em que os estudantes conseguiram perceber as alterações da frequência cardiorrespiratória e o processo de sudorese que ocorreram em seus corpos em relação a atividade prática. Por fim, fica a pergunta, é possível estabelecer alguma relação entre frequência cardíaca, pressão arterial, exercícios e saúde ampliada?

### **7º Encontro – Aplicação da Unidade Didática – 2 aulas (50 min).**

No dia 28 de março de 2024, iniciou-se o terceiro eixo denominado “Corpolatria”, correspondendo ao sétimo encontro da unidade didática. Assim, o

objeto de conhecimento foi ao encontro da “Influência da Mídia na Visão de Corpo Ideal e Suas Consequências”. O objetivo geral buscou capacitar os estudantes para uma compreensão crítica e abrangente sobre a influência da mídia na construção da visão de corpo ideal, reconhecendo as consequências psicológicas e físicas decorrentes da busca incessante por esse padrão, bem como promover a conscientização sobre a importância da aceitação do corpo e fomentar a promoção de uma imagem corporal positiva, incentivando a aplicação desses conhecimentos na prática profissional e pessoal. Para isso, o objetivo geral foi dividido em três objetivos específicos: Analisar criticamente a influência da mídia na construção da visão de corpo ideal; Compreender as consequências psicológicas e físicas associadas à busca incessante pelo corpo perfeito; Promover a conscientização sobre a importância da aceitação do corpo e da promoção de uma imagem corporal positiva.

Dessa maneira, o professor iniciou a aula com uma atividade de cunho reflexivo, com o intuito de promover uma discussão entre os estudantes acerca do objeto de conhecimento descrito acima, através de um questionamento provocativo. Para isso, foi disponibilizada a imagem com *QR Code* de forma física (papel A4), e no *Datashow*, que direcionava a um formulário no *google forms*, para coletar um *feedback* anônimo e voluntário em relação aos questionamentos: “Em sua concepção, qual é o padrão de beleza corporal (masc./fem.) estipulado e veiculado pelas mídias? Vocês sabem o que é Gordofobia?” Dessa forma, seguem na figura 33 abaixo as respostas dos estudantes:

**Figura 33** - Concepções dos estudantes em relação ao padrão de beleza corporal estipulado pela mídia.

**Em sua concepção qual é o padrão de beleza corporal (masc./fem.) estipulado e veiculado pelas mídias?**

**9 respostas:**

- Magro bombado
- Trincado.
- Homens bombados mulheres com uma cinturinha fina.
- Feminino: seios pequenos, cintura fina, quadris largos, altura média, loira, olho verde, lisa. Masculino: corpo não muito definido, mas forte, alto
- Aquele padrão masc: um homem forte que faz academia e dieta o fem: uma mulher magra sem muitas gorduras
- Masculino corpo músculos e com grande quantidade de massa feminino extrema magreza e beleza, o que pode causar inseguranças e problemas de autoestima em quem não se encaixa nesses padrões.
- Sarada, pele perfeita e cintura, ao olhos de muitos as magras são mais bonitas
- Homem com tanquinho, musculoso e mulher com bundão, peito e etc.
- O corpo que colocam para as mulheres é, um corpo com muita massa muscular, barriguinha e etc. Para os homens é um físico com muita massa.

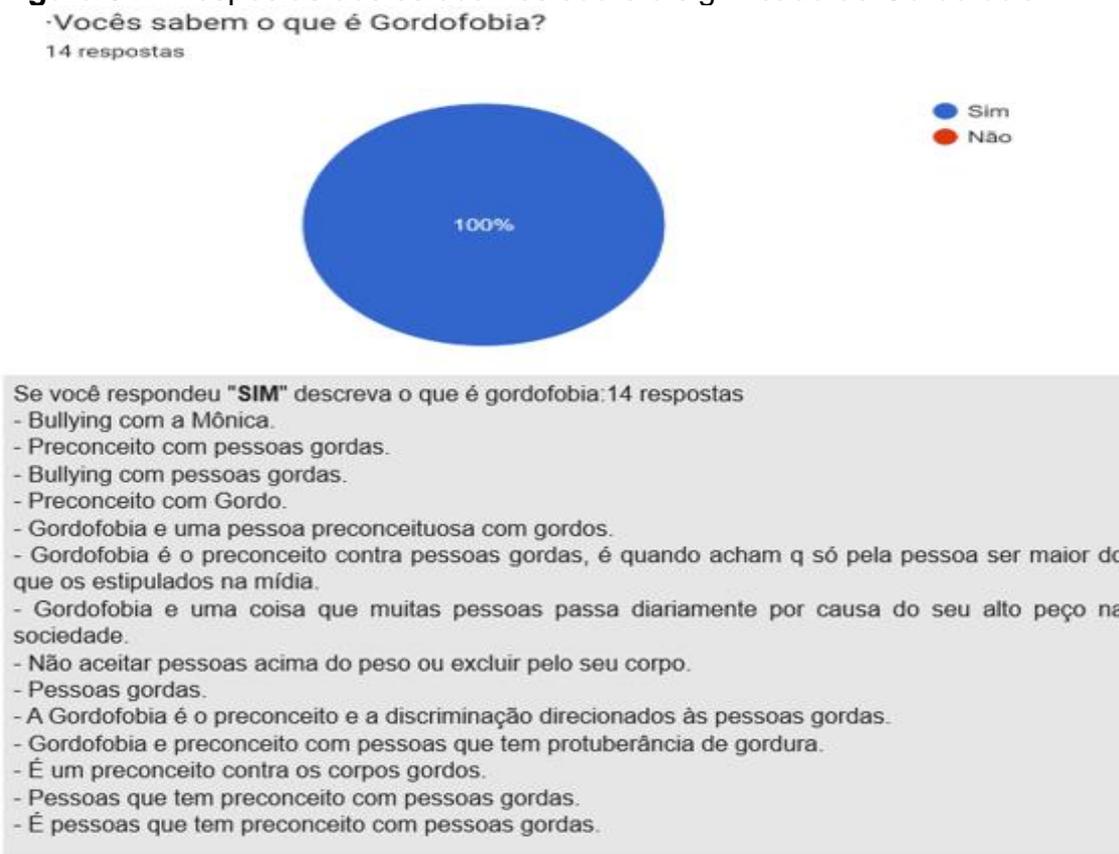
**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Analisando as nove respostas dos estudantes na figura acima, percebeu-se que discorrem sobre o padrão de beleza veiculado pela mídia em relação ao corpo masculino, fazendo alusão de que a beleza masculina está explícita em um modelo corporal “forte, cheio de músculos”. Já a feminina está atrelada a alguns estereótipos a mais, direcionada “à cor dos olhos, à pele, altura, tamanho do busto e do quadril, magra e também com presença de massa muscular e abdômen definido”.

Observa-se, também, que um estudante além de descrever o padrão corporal (masc/fem) estipulado pela mídia, citou os fatores negativos de “insegurança e baixa autoestima para quem não se encaixa nesses padrões de beleza”. Os autores Batista e Maldonado (2022) discorrem que isso é reflexo de uma sociedade na qual vivemos, que direciona a padrões corporais que não são saudáveis e, na maioria das vezes, inalcançáveis para muitos indivíduos, visto que cada corpo é único e implícito de características individuais, que não deveria ocorrer tais padronizações.

Sobre o significado de gordofobia, a figura 34 indica as respostas dos estudantes:

**Figura 34** - Respostas dos estudantes sobre o significado de Gordofobia.



**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Assim, em relação ao conceito de “Gordofobia”, os quatorze estudantes demonstraram ter conhecimento sobre o mesmo, descrevendo de forma geral como uma atitude preconceituosa com pessoas gordas. Com relação ao termo, a autora Jimenez (2020) relata que é uma discriminação com pessoas gordas e que oportuniza a exclusão social; é basicamente uma estigmatização estrutural e cultural, presente em diversos espaços e na sociedade atual. A autora ainda complementa que a Gordofobia está em todos os lugares e se apresenta muitas vezes camuflada na preocupação com a saúde, dificultando assim, o entendimento e o combate a essa atitude preconceituosa.

Em seguida, o professor contextualizou e explicitou sobre a importância de discutir a influência da mídia na construção da imagem corporal, citando casos reais de pessoas que enfrentaram problemas devido à pressão por um padrão de beleza estipulado pela mídia. Para isso, o professor expôs o vídeo<sup>24</sup>

<sup>24</sup> Disponível em: <<https://youtu.be/pzb-7doPm7Q>>.

da atriz e modelo Bruna Marquezine, que estava curtindo o carnaval e uma foto dela viralizou, em que ela acabou sofrendo muitas críticas em relação ao seu corpo. Na sequência, expôs um vídeo<sup>25</sup>, que traz um questionamento inicial “por que nossa sociedade rejeita as pessoas que estão fora de um determinado padrão de beleza”? Desse modo, o psicólogo Florêncio Costa Júnior analisa as origens da gordofobia, e orienta como as pessoas que estão acima do peso podem lidar com o preconceito. Ou seja, no vídeo o psicólogo discorre sobre as raízes do preconceito e a lógica que produz a obesidade, e por fim dá dicas e orienta como acabar com o preconceito e deixa claro que o apoio e a participação da família é essencial para auxiliar quem está passando por esse tipo de preconceito.

Destarte, o professor abordou o objeto de conhecimento sobre os distúrbios (transtornos) alimentares e os tipos de tratamento/prevenção, além dos impactos na saúde dos indivíduos. Em seguida, foi exposto um vídeo sobre “Transtornos alimentares: as doenças que afetam a relação com a comida” elaborado pela Band Jornalismo<sup>26</sup>.

Na sequência, os estudantes foram divididos em sete grupos para realizarem uma atividade de pesquisa utilizando os *Chromebook* da escola, em que o professor selecionou os principais distúrbios alimentares (Anorexia e Bulimia<sup>27</sup>; Vigorexia<sup>28</sup>; Ortorexia<sup>29</sup>; Obesidade<sup>30</sup>; Compulsão alimentar<sup>31</sup>;

<sup>25</sup> Disponível em: <<https://youtu.be/CEz6Df0rNRc>>.

<sup>26</sup> Disponível em: <<https://youtu.be/anpKKN5OFvM>>.

<sup>27</sup> **Anorexia e bulimia** são transtornos alimentares em que a pessoa é obcecada pela magreza e persegue a perda de peso incansavelmente. O comportamento purgativo aparece tanto na anorexia compulsivo-purgativa quanto na bulimia. Disponível em: <<https://vidasaudavel.einstein.br/anorexia-quais-sao-as-causas-e-consequencias/>>.

<sup>28</sup> A **vigorexia** é um subtipo de transtorno dimórfico corporal (TDC), problema complexo que se caracteriza pela preocupação extrema com uma ou mais falhas ou defeitos que a pessoa percebe em sua aparência. Disponível em: <<https://vidasaudavel.einstein.br/vigorexia-confira-6-fatos-sobre-a-dismorfia-muscular/>>.

<sup>29</sup> **ortorexia** — é caracterizado pela obsessão patológica por alimentos saudáveis, mas ainda não foi reconhecido oficialmente como um transtorno alimentar pelo DSM 5 (o manual de diagnóstico de transtornos mentais feito pela Associação Americana de Psiquiatria – APA). Disponível em: <<https://vidasaudavel.einstein.br/ortorexia-entenda-o-transtorno-dos-obcecados-por-alimentacao-saudavel/>>.

<sup>30</sup> A **obesidade** é uma condição médica caracterizada pelo excesso de gordura, que pode ter efeitos negativos na saúde. disponível em: <<https://www.einstein.br/n/glossario-de-saude/obesidade>>.

<sup>31</sup> A **compulsão alimentar** é um transtorno alimentar cujo principal aspecto é a ingestão durante um curto período de tempo de uma quantidade de alimentos muito maior do que a maioria das pessoas comeria naquela circunstância, e esse episódio normalmente é associado à sensação de falta de controle, de não conseguir parar de comer ou controlar a quantidade do que está

Alotriofagia (Síndrome de Píca)<sup>32</sup>) e os distribuiu para cada grupo pesquisarem, seguindo alguns questionamentos chaves, como: o significado do distúrbio e as consequências, bem como as principais estratégias de prevenção e tratamento. A figura 35, a seguir, ilustra a atividade realizada:

**Figura 35-** Grupos de estudantes realizando a pesquisa sobre os distúrbios alimentares.



**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Dessa forma, logo após o tempo reservado para a pesquisa, o professor disponibilizou um momento para os grupos de estudantes socializarem os conhecimentos adquiridos com o trabalho de pesquisa, de acordo com cada distúrbio alimentar selecionado pelo professor. Sendo assim, à medida que os estudantes iam socializando, o professor complementava de acordo com cada especificidade do distúrbio alimentar, expresso na figura 36 abaixo:

---

comendo. Disponível em: < <https://drauziovarella.uol.com.br/alimentacao/comer-emocional-e-diferente-de-compulsao-alimentar/>>.

<sup>32</sup> A **alotriofagia**, ou pica, é o desejo praticamente incontrollável de ingerir algo não comestível, sem valor nutricional. É mais comum em gestantes e crianças. Disponível em: < <https://www.einstein.br/doencas-sintomas/alotriofagia>>.

**Figura 36** - Estudantes socializando os resultados da pesquisa sobre distúrbios alimentares.



**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Por fim, o professor realizou uma síntese dos principais pontos abordados na aula e solicitou que os estudantes refletissem sobre “como podem contribuir para promover uma visão mais saudável e inclusiva de todas os padrões corporais, bem como, a continuidade da reflexão sobre a influência da mídia na visão de corpo ideal”.

### **8º Encontro – Aplicação da Unidade Didática – 2 aulas (50 min).**

Com a reorganização do cronograma já citado anteriormente, o oitavo encontro ocorreu no mesmo dia e período que o sétimo encontro, porém com um intervalo de uma aula entre eles. Ou seja, no dia 28 de março de 2024, também ocorreu o oitavo encontro da unidade didática, o que facilitou a melhor compreensão dos estudantes, visto que o plano de aula para desenvolver nesse encontro é uma sequência do plano de aula anterior, sendo abordados os mesmos objetos de conhecimentos, porém com outras atividades pedagógicas de cunho expositivo e reflexivo.

O objetivo geral buscou capacitar os estudantes para uma compreensão crítica e abrangente sobre a influência da mídia na construção da visão de corpo ideal, reconhecendo as consequências psicológicas e físicas decorrentes da busca incessante por esse padrão, bem como promover a conscientização sobre

a importância da aceitação do corpo e fomentar a promoção de uma imagem corporal positiva, incentivando a aplicação desses conhecimentos na prática profissional e pessoal. Para isso, o objetivo geral foi dividido em três objetivos específicos: Analisar criticamente a influência da mídia na construção da visão de corpo ideal; Compreender as consequências psicológicas e físicas associadas à busca incessante pelo corpo perfeito; Promover a conscientização sobre a importância da aceitação do corpo e da promoção de uma imagem corporal positiva.

Assim, o professor iniciou com uma breve reflexão sobre os objetivos e as atividades desenvolvidas na aula anterior. Após o momento de diálogo, o professor exibiu um filme “**O mínimo para sobreviver**”, que traz a *sinopse*<sup>33</sup> sobre uma jovem que está lidando com um transtorno alimentar (anorexia) que afeta vários jovens no mundo. Sem muita perspectiva de se livrar da doença e voltar a ter uma vida saudável e feliz, a moça passa os dias sem esperança. No entanto, encontra um médico não convencional que a desafia a enfrentar sua condição e abraçar a vida, tudo pode mudar. A exposição do filme teve como objetivo o despertar de uma análise crítica, com o intuito de permitir aos estudantes a capacidade de refletir sobre os estereótipos de gênero e explorar como diferentes indivíduos lidam com situações de estresse e pressão de maneiras diversas.

**Figura 37** - Estudantes assistindo o filme "O Mínimo Para Sobreviver".



Fonte: Autor pesquisador (2024).

<sup>33</sup> Disponível em: <<https://www.adorocinema.com/filmes/filme-245943/>>.

Em relação à exposição do filme acima citado, pode-se dizer que foi um diferencial, pois os estudantes se mantiveram concentrados durante toda a exibição, e ao final houve a troca de ideias sobre a mensagem que o filme quis expor. Em suma, ter abordado o filme no final da unidade didática de forma crítica e na sequência dos objetos de conhecimentos desenvolvidos nesse projeto de intervenção na disciplina de educação física, proporcionou uma oportunidade valiosa para promover discussões significativas sobre saúde, resiliência e habilidades de sobrevivência, além de estimular o pensamento crítico e a reflexão sobre questões importantes da vida cotidiana.

Destarte, antes de finalizar o encontro, o professor pesquisador disponibilizou para os estudantes uma imagem com *QR Code* de forma física (papel A4), e no *Datashow*, que direcionava à plataforma *Mentimeter*<sup>34</sup> onde havia um questionamento chave, com o intuito de coletar os sentidos e significados dos estudantes em relação ao desenvolvimento da unidade didática, expresso na imagem 38 abaixo:

**Figura 38** - Respostas dos estudantes sobre os sentidos e significados em relação ao desenvolvimento e aplicação da unidade didática.

Estudantes, descrevam em uma palavra os sentidos e significados em relação as atividades e conhecimentos desenvolvidos nesta Unidade didática?  
15 respostas



Fonte: Autor pesquisador (2024).

<sup>34</sup> Mentimeter é uma plataforma online que permite criar apresentações. Disponível em: <<https://www.fm.usp.br/cedem/conteudo/tutorial%20mentimeter.pdf>>.

Diante das respostas dos estudantes na imagem acima, observa-se que os objetos de conhecimentos desenvolvidos, bem como as atividades e estratégias metodológicas desenvolvidas durante os oito encontros da unidade didática “Corpo e Saúde” conseguiram, de certa forma, impactar e oportunizar aos estudantes o desenvolvimento de habilidades de análise e reflexão sobre informações relacionadas à saúde e ao bem-estar, capacitando-os a tomar decisões mais conscientes e responsáveis em relação aos cuidados com o corpo e a mente, despertando de uma autoimagem positiva e uma visão crítica em relação aos padrões sociais e midiáticos relacionados ao corpo e à saúde.

Por fim, o professor disponibilizou para os estudantes uma imagem com *QR Code* de forma física (papel A4), e no *Datashow* que direcionava ao questionário diagnóstico de saída via *google forms*, com o objetivo de coletar informações sobre o desenvolvimento da unidade didática em questão.

#### **4.2 Método da Avaliação da Intervenção – *Feedback*.**

A 2ª etapa do método de pesquisa do tipo Intervenção Pedagógica denominado de “Método da Avaliação da Intervenção”, buscou analisar as informações coletadas nos instrumentos de pesquisa (elaborado na 1ª etapa), roteiro de observação (caderno de campo), questionário diagnóstico de entrada e de saída, pois de acordo com Damiani *et al.* (2013), essa etapa do projeto de pesquisa destina-se a analisar as informações com o intuito de aferir o resultado da intervenção pedagógica.

Para isso, os dados da presente pesquisa foram analisados em três subtópicos distintos. Desse modo, no primeiro subtópico, são apresentados os dados e informações do questionário diagnóstico de entrada. No segundo subtópico, foi explorada e analisada a aplicação da unidade didática e seus efeitos através de três categorias em comum, bem como os resultados da atividade avaliativa “avaliação semanal” que compõem a metodologia de ensino da unidade escolar. No terceiro subtópico, são apresentadas as informações do questionário de saída. Assim, todo o material é abordado e analisado de forma descritiva e interpretativa, levando em consideração aos preceitos da abordagem e análise qualitativa do material, descritos na metodologia.

#### 4.2.1 Análise do questionário diagnóstico de entrada

O presente subtópico está destinado à análise da produção de informações oriundas do questionário diagnóstico de entrada que foi aplicado no dia 15 de fevereiro de 2024, com o intuito de identificar os sentidos e as representações sociais atribuídas pelos estudantes do ensino médio em relação ao corpo e saúde, indo, assim, ao encontro do primeiro objetivo da presente pesquisa. Inicialmente, os estudantes foram questionados se “praticam alguma prática corporal fora da escola, e se escolhessem a opção sim, tinham que descrever qual prática e o porquê realizam, e se escolhessem a opção não tinha que justificar”.

Dois estudantes marcaram a opção “Não”, e não justificaram o motivo. Quinze estudantes marcaram a opção “sim”, sendo as modalidades citadas: *futsal, futebol, vôlei, basquete, caminhada, flexões, alongamentos e andar de bicicleta*. E as justificativas para a realização dessas práticas, segundo os quinze estudantes foram:

Porque me identifiquei com o esporte e é o que gosto de fazer (M6 e F7).

Gosto de jogar com os amigos e melhora meu físico (M1, M5 e M8).

Para controlar minha ansiedade e por diversão (M2, F3, F4, F6 e F8).

Pra não ficar sedentária e porque ajuda na saúde (F1, M4, F5, M7 e F9).

Analisando as respostas dos estudantes acima, observa-se concepções em relação aos sentidos e a identificação com a prática corporal, bem como a importância da prática, como um momento de socialização e de cuidados com a saúde física e emocional. Com relação as justificativas da prática corporal explicitadas pelos estudantes, Furtado (2020) discorre que as práticas corporais se constituem de um conjunto de técnicas, dinâmicas e de intencionalidade, e que por serem oriundas de construções sociais e culturais, cada grupo social engendra diversas “intencionalidades e valores” para realização dessas práticas, seja por consumo de mercadoria, alto rendimento, prazer, fruição, cooperação e emancipação social. Dessa maneira, essas vivências culturais permitem a comunicação, pois é no movimentar do corpo e através dele que o mundo é compreendido (Mato Grosso, 2021).

A segunda pergunta do questionário foi relacionada a “quais foram as atividades e práticas corporais que vocês vivenciaram na disciplina de Educação Física no decorrer do Ensino Fundamental II?”. As respostas dos estudantes foram bem variadas:

Era mais aulas práticas de *ping pong*, vôlei, vôlei de areia, futsal, handebol, basquete, futebol, xadrez, brincadeiras, queimada (M1, F1, M2, F2, F3, M3, M4, M5, F5, F6, M7, F7, M8, F8, F9).

Nós íamos a quadra e jogávamos vôlei, futsal e raramente um esporte diferente (M6).

Jogávamos bola na maioria das vezes e repartíamos a quadra, um lado para meninas jogar vôlei e do outro pros meninos jogar bola (F4).

Diante das respostas dos estudantes, percebe-se que a maioria afirmou que as aulas de Educação Física eram voltadas para atividades de cunho prático, destacando as quatro modalidades esportivas hegemônicas de quadra, jogo de tabuleiro e brincadeiras, sendo esporádica a prática de esportes diferentes. Em relação a essas respostas, as autoras Ferreira, Graebner e Matias (2014) realizaram uma pesquisa com o intuito de verificar a percepção de alunos sobre as aulas de Educação Física no Ensino Médio e constataram que os conteúdos tradicionalmente ministrados eram as mesmas quatro modalidades esportivas trabalhadas exaustivamente nas aulas, sem problematizar ou estabelecer objetivos claros, repetindo as práticas do Ensino Fundamental.

Observa-se, também, a questão de práticas esportivas relacionadas à divisão de gênero expressa na resposta da estudante F4, muito frequente nas aulas de educação física que ainda permeiam o chão da quadra de aula. A divisão das práticas corporais em masculinas e femininas podem oportunizar, nas entrelinhas, aspectos negativos, como atitudes de desvalorização e falta de apoio a algumas modalidades, quando por exemplo uma menina queira praticar futebol ou determinada arte marcial, ou um menino queira praticar ginástica artística, voleibol ou dança (Prado; Altmann; Ribeiro, 2016).

O terceiro questionamento procurou saber se nas aulas de Educação Física no decorrer do Ensino Fundamental dos estudantes da pesquisa, foram apresentados temas e atividades relacionadas aos padrões de beleza influenciados pela mídia e a relação com o próprio corpo, bem como práticas corporais que despertem sentidos e significados em relação aos cuidados do

corpo e da saúde individual e coletiva? A pergunta em si, apresentava 4 opções: (  ) **Sim, sempre**; (  ) **Sim, algumas vezes**; (  ) **Raramente**; (  ) **Nunca**. Após a escolha, o estudante tinha que explicar quais:

Dez estudantes marcaram a opção “Nunca” e não tinha o que explicar (Estudantes F1, M2, M3, F4, F5, F6, M7, M8, F8 e F9). Quatro estudantes marcaram a opção “Sim, algumas vezes” (Estudantes M1, F2, F3 e F7). Destes quatro, apenas um estudante explicou: “*Sim, a importância de se exercitar e cuidar da alimentação*” (F3). Três estudantes marcaram a opção “Raramente” (Estudantes M4, M5 e M6), sendo que somente dois explicaram quais: “*O nosso professor passou uma vez em slide sobre esse conteúdo*” (M4); “*Uma vez o professor passou um slide como devemos cuidar do nosso corpo melhor*” (M6).

Por meio das respostas dos estudantes, ficou nítido que a maioria dos estudantes não teve acesso aos objetos de conhecimentos que abordavam a relação implícita e explícita do corpo humano e sua relação com a mídia e a saúde. Basicamente três estudantes tiveram algo relacionado ao cuidado com o corpo e alimentação, porém de forma esporádica, o que de certa forma dificulta o papel da Educação Física na formação crítica dos estudantes em relação aos cuidados com o corpo e a saúde, bem como, a influência da mídia na divulgação de estereótipos de beleza corporais e os condicionantes que envolvem a saúde.

De acordo com Lima (2009), a Educação Física tem o papel pedagógico de “educar” (esclarecer) para a saúde do ser “bio-psico-social”, oportunizando o desenvolvimento do senso crítico do indivíduos, sobre quais seriam as condições globais da vida que permitem uma nova visão de saúde, podendo obter elementos necessários para modificar as contradições sociais atuais, objetivando assim, a construção de uma nova realidade sobre o tema em questão.

O quarto questionamento procurou captar a opinião dos estudantes, “se eles acreditam que a Educação Física é uma disciplina importante para despertar a conscientização e uma análise crítica em relação aos cuidados com saúde e o bem-estar físico e mental de forma individual e coletiva?”. Para isso a pergunta apresentava quatro opções de escolha: (  ) **Sim, muito importante**; (  ) **Sim, um pouco importante**; (  ) **Não tenho certeza**; (  ) **Não é importante**. E após a escolha os estudantes tinham que justificá-la.

Seis estudantes marcaram a opção “Sim, um pouco importante” (Estudantes F1, F2, F3, F4, F5 e F9). Dos seis, apenas dois justificaram de forma breve: “*sim, porque através da educação física e as práticas de esporte o corpo se movimenta e é bom para a saúde*” (F3 e F5). Um estudante marcou a opção “Não tenho certeza”, justificando “*porque nunca pratiquei*” (Estudante M7), dando a impressão, de acordo com as respostas acima, de não ter certeza das contribuições da disciplina no desenvolvimento crítico dos estudantes em relação aos cuidados com o corpo e a saúde.

Silva e Costa Junior (2011) relatam que os estudantes devem ser informados de forma clara sobre os benefícios da prática de atividades físicas relacionada a saúde a curto e longo prazo, oportunizando assim, a consciência direta pelo desenvolvimento dos seus próprios comportamentos de saúde.

Dez estudantes marcaram a opção “Sim, muito importante” (Estudantes M1, M2, M3, M4, M5, M6 F6, F7, M8 e F8). Dessa forma, as justificativas da escolha das opções foram aglutinadas pelo pesquisador por semelhanças e significados, para não ocorrer repetições desnecessárias e comprometer a leitura:

Sim, porque o exercício e as práticas de esportes são importantes para saúde, ajuda o coração, a ansiedade, o estresse, a depressão e queimar calorias (M1, M2, F7, F8 e M8).

Sim, que ela consegue mostrar como deve cuidar no nosso corpo e é uma das poucas matérias que fazem atividade físicas (M4 e M5).

Sim, a educação física deveria ensinar a cuidar do seu corpo e não somente esportes de quadra (F6).

Sim, a educação física o professor deveria passar mais como cuidar do corpo e melhorar a saúde corporal (M6).

Sim, qual o sentido de ensinar esportes e suas histórias origem, fazê-los praticarem e não ensinar o que acontece com o corpo deles quando praticam (M3).

De acordo com as repostas aglutinadas acima, cinco concordam que a educação física é importante para despertar a consciência crítica em relação aos cuidados com a saúde física e mental. Dois estudantes (F6 e M6) concordam, mas são categóricos em afirmar que “deveria passar mais conteúdos relacionados aos temas expostos na pergunta e não somente esportes”, e o último estudante (M3) deixa explícito em sua resposta sobre a necessidade e importância de uma “abordagem conceitual” para oportunizar os sentidos e

significados de o porquê fazer essas práticas. Ferreira, Graebner e Matias (2014) discorrem que os objetos de conhecimentos da Educação Física, necessitam ir ao encontro dos anseios atuais dos estudantes, desse modo, precisam estar contextualizados e dotados de significados e atitudes para que possam impactar na realidade dos estudantes.

Ainda em relação às respostas dos estudantes, observa-se também, a necessidade do desenvolvimento de propostas e métodos pedagógicos que busque a ampliação da concepção dos estudantes em relação aos objetivos da Educação Física e a concepção de saúde para uma visão mais holística e ampliada sobre condicionantes que envolvem a saúde e o corpo.

O quinto questionamento procurou absorver as opiniões dos estudantes em relação aos conteúdos que iriam compor a unidade didática. Desse modo, foi perguntado aos estudantes se considerariam importante abordar temas como “alimentação saudável, atividade física, exercício físico, e a influência da mídia nos padrões beleza pré-estabelecidos e suas consequências para a autoestima e imagem corporal nas aulas de Educação Física?”. Onde, tinham que escolher uma das quatro opções: ( ) **Sim, muito importante**; ( ) **Sim, importante**; ( ) **Não tenho certeza**; ( ) **Não é importante**, e logo em seguida justificar a resposta:

Sendo assim, quatro estudantes marcaram a opção “Não tenho certeza” (Estudantes M1, F1, F2 e F5). Dos quatro apenas dois justificaram sua resposta: “*Não tenho muita certeza, mas dependendo do ponto de vista é muito importante*” (M1). “*Não tenho certeza, mas seria bom*” (F1). Analisando as quatro escolhas nessa opção, em que teve apenas duas justificativas, pode-se deduzir que a falta de vivência sobre determinados objetos de conhecimentos expostos na pergunta acima, impossibilita uma análise crítica e o desenvolvimento de reflexões para justificar determinada escolha. Assim, Ferreira, Graebner e Matias (2014), relatam que os estudantes do Ensino Médio possuem condições cognitivas para esquadrihar tais reflexões, em relação as várias informações presentes nessa realidade complexa, ansiando assim, por respostas e orientações que vão além da simples operacionalização.

Sete estudantes optaram pela opção “Sim, importante” (Estudantes M2, F3, F4, M5, M7, M8, F8), sendo que dois não justificaram as escolhas. Seis

estudantes escolheram a opção “Sim, muito importante” (M3, M4, M6, F6, F7 e F9) e apenas um não justificou a resposta. Dessa forma, seguem abaixo as justificativas dos estudantes que escolheram as opções: **“Sim, importante”** e **“Sim, muito importante”**.

**Sim, importante:**

É importante por causa das atividades físicas (M5).

Por eu ser uma pessoa sedentária não consigo fazer muitas coisas sem cansar, mas, não é preciso seguir a risco a mídia (M2).

Para ajudar as pessoas com a saúde delas e a autoestima (M8).

Por conta mais da alimentação e atividade física para que a pessoa não corra um risco de saúde (F8).

Sim, porque as pessoas tem que manter a saúde (F3).

**Sim, muito importante:**

Muito importante esses temas para a criança ir aprendendo desde cedo como cuidar do seu corpo melhor e da alimentação saudável (M6).

Que é importante ficar sabendo sobre a mídia e seu padrão de beleza para não tomar a decisão errada (M4).

Bom, a alimentação e exercício físico trazem **o corpo ideal**, até aumentando a autoestima (F7).

Essa deveria ser a função da educação física (F6).

Alguns adolescentes são influenciados pela mídia por padrões que seu corpo não consegue atingir tal resultado, fazendo recorrer para ao uso de drogas ou até mesmo, retirada da alimentação, causando inúmeras doenças. Com o ensinamento de um profissional o risco de doenças mentais e físicas seria extremamente diminuído (M3).

Diante das justificativas dos estudantes que escolheram a opções “Sim, importante”, observa-se que todos apresentam um breve conhecimento em relação ao questionamento em si, porém, analisando de forma mais minuciosa a resposta do estudante M2, percebe-se que ele demonstra ter consciência sobre sua condição física e sobre a influência que a mídia exerce na construção da imagem corporal dos indivíduos na atualidade.

Com relação às justificativas dos estudantes que marcaram a opção “Sim, muito importante”, observa-se que todos demonstraram saber com propriedade sobre a importância de ter essas temáticas no rol de objetos de conhecimentos a serem trabalhados na disciplina de Educação Física, sendo que a estudante (F6) justificou de forma categórica que “deveria ser a função da Educação Física”, e o estudante (M3) citou que através do “ensinamento de um profissional diminuiria os riscos de doenças mentais e físicas”, demonstrando assim, a pertinência e relevância de incorporar esses objetos de conhecimentos na unidade didática em si.

Ademais, de acordo com o autor Lima (2009), na sociedade contemporânea o corpo está restrito à uma mercadorização, à um objeto de consumo, em que o corpo desejado nos dias atuais se contrapõe ao ideário de saúde física e mental defendida pelos profissionais de educação física, respeitando o viés biológico e valorizando o aspecto sociocultural que envolve a atividade física.

Dessa maneira, sendo a “Educação Física escolar uma disciplina que introduz e integra o aluno na cultura corporal de movimento” (Brasil, 1998, p. 29), torna-se imprescindível oportunizar aos estudantes, momentos de reflexão sobre as informações específicas da cultura corporal, com o intuito de discerni-las e reinterpretá-las, adotando, assim, uma postura autônoma na seleção de atividades e procedimentos para manutenção a aquisição da saúde (Brasil, 1999).

O sexto questionamento procurou indagar os estudantes sobre possíveis temáticas que gostariam que compusesse a unidade didática (intervenção pedagógica). Assim sendo, foi perguntado aos discentes se “existia algum tema ou atividade nesse questionário diagnóstico relacionada a uma unidade didática “Corpo e Saúde” que não foi mencionado, e que o você gostaria que fosse abordado nessa unidade didática?”.

Dos dezessete estudantes que responderam ao questionário, quinze escreveram “*não*”, e dois estudantes descreveram que: “*gostaria que trouxesse também em questão da ansiedade e o exercício físico*” (Estudante F7), o que demonstra o anseio da estudante em saber de forma mais conceitual como o exercício físico auxilia no controle da ansiedade. A outra resposta foi “*sim, influência da mídia em padrões de beleza da sociedade*” (Estudante M3).

Em relação à contribuição do estudante (M3), o tema que ele citou já estava compreendido na exposição dos conteúdos a serem abordados na presente unidade didática. Quanto à contribuição da estudante (F7), o tema também já estava previsto, especificamente sobre os efeitos e benefícios do exercício físico. No entanto, após essa contribuição, o professor pesquisador procurou expandir de forma mais detalhada a abordagem sobre os benefícios do exercício físico no controle da ansiedade, discutindo a produção de hormônios que auxiliam no controle e diminuição da ansiedade, na melhoria da qualidade

do sono e no aumento da autoestima, durante o primeiro encontro do 1º eixo da unidade didática.

Batista e Oliveira (2015), após realizarem uma pesquisa em publicações nos últimos 10 anos sobre o efeito do exercício físico no comportamento de pessoas com os transtornos de ansiedade e depressão, mostrou que, a partir de poucas semanas de atividade física, reduziu os sintomas e promoveu alívio emocional aos indivíduos praticantes, demonstrando assim, o exercício físico como um “suplemento terapêutico” e como um importante fator na melhoria da autoestima, sensação de prazer e interação social. Desse modo, essas contribuições feitas até esse questionamento foram muito profícuas e construtivas e colaboraram na construção da intervenção pedagógica.

Por fim, a sétima pergunta do questionário buscou aferir animação dos discentes em relação à aplicação da unidade didática. Para isso, buscou-se questionar da seguinte forma: “Em relação aos interesses e expectativas com o desenvolvimento da uma unidade didática “Corpo e Saúde” nas aulas da disciplina de Educação Física, marque uma das opções”: (  ) **Super animado**; (  ) **Animado**; (  ) **Não tenho certeza** e (  ) **Não**. Após a escolha os estudantes, deveriam justificar a resposta.

Sendo assim, dos dezessete estudantes que responderam ao questionário, dois marcaram a opção “Não” (Estudantes F2 e M7), porém não justificaram a escolha, servindo, assim, de alerta ao pesquisador se realmente compreenderam o que estava descrito nas perguntas do instrumento diagnóstico, ou se não queriam que fosse abordado essa temática.

Assim, o pesquisador buscou analisar as respostas de ambos nos questionários (diagnósticos e saída) e participação no desenvolvimento da unidade didática em questão de uma forma mais detalhada, e percebeu que as respostas em sua maioria foram superficiais, porém participaram de forma assídua e proativa no decorrer das atividades da unidade didática, o que levou a crer a não compreensão do que estava descrito nos instrumentos de pesquisa (questionários), seja pela linguagem do enunciado, ou por falta de interesse em participar das atividades escolares.

Um estudante marcou a opção “Não tenho certeza”, e justificou que: “*porque tenho medo de não conseguir*” (F3). O que demonstra a preocupação

de reprovar ou ter um resultado negativo e não conseguir compreender as informações, que pode ter sido ocasionado pelas avaliações tradicionais que dão ênfase aos aspectos quantitativos e deixam de lado os aspectos qualitativos, e que ainda permeiam o contexto escolar. Sá (2018), em sua dissertação de mestrado sobre o impacto da reprovação dos estudantes, chegou aos resultados que os próprios alunos internalizam um sentimento de culpa, em que a reprovação impacta e reflete no ambiente familiar, nos sonhos e nos sentimentos, e que os próprios estudantes não concordam com as avaliações de caráter somativo, preferindo serem avaliados em aspectos qualitativos.

Doze estudantes marcaram a opção “Animado” (Estudantes M1, F1, M2, M4, M5, F4, F5, M6, F6, F7, M8 e F8). Sendo assim, alguns discentes responderam de forma breve: “*Por ser algo novo*” (M8); “*acho interessante*” (F6); “*animado*” (F1); “*vai fazer bem ao corpo e mente*” (M2); “*porque é algo novo que nunca tinha participado*” (M6) e “*por que é algo novo e é bom saber coisas novas*” (M4). E os outros de forma mais abrangente:

Assim, eu vou poder ter a alimentação melhor e ter a vida menos sedentária, e por isso estou animada (F5).

Sim, porque vai ser muito importante saber como funciona as coisas no nosso corpo (F1).

Por causa que vou cuidar melhor do meu corpo (M5).

Quero aprender mais sobre alimentação e exercício, para ter uma vida saudável e um peso estável (F8).

Animado, porque nunca tive e nunca participei desse negócio, então é uma experiência e interessante (F4).

Acho que vai ser muito interessante e eu quero receber esse tipo de conhecimento (F7).

Dois estudantes marcaram a opção “Super animado” (Estudantes M3 e F9). Porém, somente o estudante M3 justificou dizendo: “*pela ideia central é muito interessante ensinar aos alunos sobre seu próprio corpo e como ele funciona e seus sistemas agem e para que serve. As aulas de educação física são texto sobre esporte e sua história e regras ou prática de esporte são muito repetitivos*”. Segundo os Parâmetro Curriculares Nacionais do Ensino Médio, a compreensão sobre o funcionamento do organismo humano auxilia em reconhecer e modificar as atividades corporais, utilizando-o como um recurso essencial para a melhoria da aptidão física dos estudantes (Brasil, 1999).

De acordo com as repostas dos estudantes que marcaram as opções “Animado e Super animado”, pode-se perceber que demonstram a necessidade de inclusão de outras temáticas nas aulas de educação física. Temáticas essas que possam fazer sentido e oportunizar significados para a construção de um conhecimento vivo e verdadeiro, e que possam ser utilizados de forma crítica e consciente em seu cotidiano. Mas, para que isso aconteça, faz-se necessário analisar de forma urgente e imprescindível os conteúdos e as estratégias de ensino, para que os mesmos, assumam uma dimensão para além da simples prática (Ferreira; Graebner; Matias, 2014).

Assim, ao final dessa análise em relação ao questionário diagnóstico que buscou identificar os sentidos e as representações sociais atribuídas pelos estudantes do ensino médio em relação ao corpo e saúde, observou-se que ambos anseiam por objetos de conhecimentos que envolvam a relação corpo saúde para além da esfera procedimental, necessitando assim, o desenvolvimento de abordagens conceituais que busquem oportunizar sentidos e significados em relação ao corpo e saúde sob a luz de uma concepção ampliada de saúde para uma formação holística. Observou-se, também, a importância do instrumento diagnóstico de entrada para a construção e elaboração da unidade didática e a pertinência dos temas citados nesse questionário.

#### **4.2.2 Análise da aplicação da unidade didática “Corpo e Saúde”.**

O presente subtópico apresenta a análise da aplicação da unidade didática com o intuito de responder ao terceiro objetivo específico: oportunizar reflexões sobre o conceito de saúde ampliada e seus condicionantes para o bem-estar físico, mental e social. Para isso, será iniciado um processo de análise crítica dos dados, abordando a implementação da unidade didática e discutindo os erros e acertos que envolvem a relação indissociável entre teoria e prática.

A análise dos resultados da aplicação da unidade didática foi realizada com base nos três eixos temáticos, fundamentada nos diálogos e debates, na participação e nas observações feitas durante o desenvolvimento prático da unidade didática, registradas no diário de campo do professor. A partir disso,

emergiram três categorias em comum, descritas a seguir: 1) A unidade didática e suas implicações; 2) Do planejamento ao chão da sala de aula; 3) Ampliando horizontes.

### **1) A unidade didática e suas implicações**

Antes de iniciar a análise referente à presente categoria, faz-se necessário explicitar que verificaremos se as atividades pedagógicas da unidade didática oportunizaram vivências e reflexões aos estudantes sobre o conceito de saúde ampliada e seus condicionantes.

Dessa forma, analisando o 1º eixo temático denominado de “Qualidade de Vida”, observa-se a complexidade e abrangência que envolve o termo qualidade de vida e seus condicionantes. Segundo Ottawa (1986, p. 1) a “saúde é o maior recurso para o desenvolvimento social, econômico e pessoal, assim como uma importante dimensão da qualidade de vida”. Assim, esse eixo parte da compreensão da qualidade de vida relacionada à saúde, que, segundo Araújo e Araújo (2000), está vinculada à percepção do indivíduo e sua autoavaliação sobre seus atributos físicos, cognitivos e emocionais, como a sensação de bem-estar, a capacidade de manter as funções físicas, emocionais e intelectuais de maneira razoável e com um bom nível de habilidades para praticar atividades no seu meio social, familiar e de trabalho.

Assim sendo, esse eixo oportunizou uma análise crítica sobre os objetos de conhecimento que envolvem o bem-estar físico, mental e social dos indivíduos, com o intuito de discorrer sobre hábitos saudáveis, atividades físicas regulares, alimentação balanceada, para uma vida mais plena e satisfatória, bem como problematizar outras condicionantes que envolvem o conceito de Saúde Ampliada.

Para isso, foi apresentada e desenvolvida as seguintes temáticas aos estudantes: “Concepções de Sedentarismo, Atividade Física e Exercício Físicos” e “Alimentação Saudável para Qualidade de Vida”. Dessa maneira, no primeiro encontro foi discorrido sobre a concepção de sedentarismo e à diferenciação entre atividade física e exercício físico, e a adesão e importância de um estilo de

vida ativo para a conservação da saúde, diminuição da ansiedade e melhora da autoestima.

Para Pianezzer (2016), a prática de atividades físicas com regularidade traz benefícios ao corpo e à mente de qualquer sujeito, em qualquer idade, independentemente de nível social ou cultural. Porém, em relação aos adolescentes, os benefícios são ainda maiores, pois tendem a deixar de correr e pular como faziam enquanto eram crianças, preferindo os jogos de videogame e computadores, ou seja, tornam-se sedentários mais facilmente. Para evitar que isso aconteça, é necessário incluir uma rotina de hábitos saudáveis, com alimentação regrada e exercícios regulares, permitindo que o adolescente escolha uma atividade física de que goste.

De acordo com Silva e Costa Junior (2011), a atividade física precisa ser percebida como atraente, para aumentar a probabilidade da adesão. Esse é um dos desafios a serem superados pela família, pela escola e pela comunidade, assim sendo, é necessário promover um ambiente de cuidados que atenda às necessidades individuais e coletivas dos estudantes, incentivando-os à prática de atividades físicas como um critério básico para o desenvolvimento.

Ainda no decorrer do primeiro encontro, buscou-se oportunizar uma análise crítica dos estudantes através de um **questionamento problematizador** referente “aos fatores que interferem e inviabilizam a prática de atividade física, de acordo com o meio social e familiar dos estudantes” sob a luz e concepção de saúde ampliada. Assim, os fatores mais citados pelos estudantes foram, “à falta de roupa e material adequado; falta de tempo devido as atividades excessivas e ocupacionais; cansaço, preguiça e disposição; falta de não lembra em cuidar do corpo; e falta de incentivo nas escolas como saber direcionar o aluno e ensinar sobre o seu próprio corpo”.

Desse modo, observa-se que os estudantes incorrem em suas falas fatores condicionantes ao conceito de saúde ampliada, como econômicos, sociais, comportamentais e educacionais. Fato esse que deve ser trabalhado e problematizado pelos professores nas atividades escolares, com o intuito de capacitar os estudantes na promoção da saúde e superação dos fatores condicionantes em relação Saúde.

Ademais, as condições de práticas que a escola oferece não são para sempre, ou seja, é preciso preparar o aluno para a vida extraescolar, na visão da disciplina enquanto componente curricular (Kravchychyn; Oliveira; Cardoso, 2008). Para isso, devemos dar um tratamento escolar ao objeto de conhecimento em questão, e principalmente sobre a abrangência e significado que esse conteúdo possa oportunizar (Soares, 1996).

Percebe-se também que as respostas dos estudantes vão ao encontro de uma das problemáticas enfrentadas pela unidade escolar descrita no subtópico “universo da pesquisa”, em que a escola luta para manter de forma assídua a presença dos estudantes, visto que, a maioria dos estudantes é oriunda de famílias de baixa renda, na qual, muitas vezes, deixam de ir à escola para trabalhar e poder complementar a renda familiar ou cuidar dos irmãos, primos e sobrinhos. O que de certa forma, explica as afirmações “falta de roupa e material adequado; falta de tempo devido as atividades excessivas e ocupacionais; cansaço”, gerando assim, falta de disposição e até mesmo a preguiça de ir para escola e deixar de vivenciar as práticas corporais, em virtude que já se encontram imersos em atividades laborais.

Na literatura, vários estudos discorrem sobre fatores positivos e negativos da relação entre adolescentes e o trabalho. Em um estudo bibliométrico das autoras Frenzel e Bardagi (2014), após a revisão de vários estudos, constatou-se aspectos negativos sobre o trabalho na adolescência, como o prejuízo nas atividades escolares, o aumento da repetência, a diminuição do tempo livre e dedicado às questões próprias da adolescência, o impacto para a saúde, entre outros. Todavia, os adolescentes participantes desses estudos, também trouxeram perspectivas mais positiva em relação ao trabalho, como o desenvolvimento autonomia e iniciativa, ampliação e melhoria das relações sociais, inclusive na própria família, aquisição de conhecimentos e habilidades para o futuro.

Para Cunha (2018), o desenvolvimento econômico da sociedade atual parece ser o único valor a ser seguido, pois, em muitos casos, não consideram os impactos das inserções laborais para a saúde, para o desenvolvimento humano e a qualidade de vida dos jovens, principalmente aqueles sem condições dignas. Assim, observa-se que a inserção do jovem no mercado de

trabalho de forma precoce tem repercussões em diversas áreas da vida, seja nas relações com família, amigos, fator escolar, e principalmente, sua saúde (Cunha, 2018).

Ainda com relação à análise do primeiro eixo, buscou-se desenvolver também, a temática “Alimentação Saudável para Qualidade de Vida”, com o intuito de oportunizar e incentivar a reflexão crítica sobre a integração efetiva de hábitos saudáveis no cotidiano, considerando alimentação saudável e a atividade física como fatores primordiais para o aprimoramento e conservação da saúde, bem como questionamentos problematizadores sobre as condicionantes que envolve o acesso a uma alimentação saudável.

Para isso, foram oportunizados momentos de discussões sobre os hábitos alimentares e níveis de atividade física dos estudantes e responsáveis, e a sociedade atual, bem como objetos de conhecimento relacionados aos principais nutrientes presentes nos alimentos e sua importância para o organismo; conceito de índice glicêmico e como os alimentos afetam os níveis de glicose no sangue; apresentação de uma pirâmide alimentar adaptada a população brasileira, e atividades de elaboração de cardápios para uma pessoa ou atleta fictício. Os estudantes se mostraram bastante atenciosos e participativos durante o desenvolvimento prático dos objetos de conhecimentos, e na discussão e análise crítica de dois questionamentos em relação aos conteúdos abordados no final do encontro.

Para Monteiro e colaboradores (2020), as intervenções escolares não devem focar somente no aumento de níveis de atividades físicas, mas também em priorizar abordagens sobre estilos de vidas saudáveis. Dessa forma, por meio do conhecimento sobre o consumo alimentar dos jovens é possível planejar ações pedagógicas capazes de oportunizar mudanças positivas no comportamento alimentar e evitar agravos à saúde em função de uma alimentação inadequada.

De acordo com as respostas dos estudantes, referentes aos questionamentos e ao momento de diálogo e reflexão sobre as dificuldades encontradas para ter acesso a uma alimentação saudável, foi possível perceber que a maioria conseguiu demonstrar a compreensão dos conhecimentos debatidos em sala de aula em relação a tema, emitindo assim, uma análise

crítica sobre a própria alimentação e aos fatores condicionantes que dificultam o acesso à uma alimentação saudável, como falta de condições financeiras, o alto custo dos alimentos e falta de tempo para preparar uma alimentação saudável.

Não obstante, alguns estudantes relataram que a alimentação saudável que eles consomem são basicamente oferecidas na escola, onde eles ficam o dia inteiro e tem acesso as três refeições. Assim, fica claro que as atividades pedagógicas desenvolvidas nesse primeiro eixo, oportunizaram aos estudantes análises e reflexões referentes aos múltiplos fatores que englobam o conceito de “Saúde Ampliada”.

Com relação ao 2º eixo, intitulado “Desvendando o Corpo Humano”, que buscou desenvolver e oportunizar aos estudantes uma compreensão e análise crítica mais profunda do funcionamento do corpo humano, para capacitá-los a tomar decisões mais conscientes e saudáveis em relação à sua própria saúde e bem-estar, questionando e analisando padrões estéticos irreais e discursos sobre saúde e corpo veiculados pela mídia e pela indústria da beleza.

Para isso, o presente eixo envolveu conhecimentos na área da anatomia (sistema muscular, esquelético, cardiovascular e digestório etc.), antropometria e fisiologia do exercício. Assim, dando sequência à uma análise crítica mais objetiva da intervenção pedagógica pautada na concepção de “Saúde Ampliada” em relação aos encontros do 2º eixo temático, pode-se perceber que as atividades problematizadoras de pesquisas utilizando recursos e equipamentos digitais (*Chromebook, Datashow*) foram importantes para o engajamento dos estudantes nas atividades propostas, bem como na elucidação de informações que circulam nas mídias televisivas e sociais como verdadeiras (IMC, Método Militar de Aferir a Pressão Arterial).

Para Almeida *et al.* (2022), o trabalho com as mídias nas escolas deve ser constante, tanto para os estudantes quanto para os professores, com o intuito de desenvolver a capacidade intelectual de avaliar de forma crítica, as informações que recebem a cada instante. Sendo assim, os docentes devem incentivar os estudantes a lerem com criticidade as notícias veiculadas pela mídia, avaliando se são verdadeiras ou falsas.

Observa-se que os objetos de conhecimentos e as atividades pedagógicas desenvolvidas no segundo eixo foram importantes para auxiliar e

oportunizar aos estudantes reflexões sobre as principais estruturas funcionais do corpo humano e a sua relação com a saúde, e ao mesmo tempo possibilitou e instigou a análise crítica de informações midiáticas sob a concepção de “Saúde Ampliada”.

O **3º eixo** foi cognominado de “Corpolatria” e teve como objetivo capacitar os estudantes para uma compreensão crítica e abrangente sobre a influência da mídia na construção da visão de corpo ideal, reconhecendo as consequências psicológicas e físicas decorrentes da busca incessante por esse padrão, bem como promover a conscientização sobre a importância da aceitação do corpo e fomentar a promoção de uma imagem corporal positiva, incentivando a aplicação desses conhecimentos na prática profissional e pessoal.

Para Lima (2009, p. 1066), a “Corpolatria se inscreve como fato social real, da sociedade de consumo, indicativo da agonia e alienação típicas desse paradigma societário”. O autor ainda complementa que a busca para obter um patamar de saúde considerado possível de se avaliar, está ocasionando uma corrida desenfreada para a construção do “corpo malhado”, o corpo dos olhares dessa sociedade, afinal indivíduos que se entregam a essa idolatria estão carentes de conhecer outro mundo, constituído de um ser social crítico, para então, compreender a questão da saúde de forma menos consumista. Ou seja, “esse corpo exigido (corpo malhado) é escasso de saúde, de vida, de bem estar, de autonomia” (Lima, 2009, p. 1067).

Para Melo (2018), a sociedade atual apresenta comportamento de ser escravo de uma ditadura do corpo perfeito, em que a todo instante proliferam-se novas possibilidades de intervenções para modificação estéticas da imagem corporal em atendimento às demandas postas pelos diferentes segmentos sociais em se aproximar da aparência corporal tida como mais aceitável na sociedade.

Assim, o presente eixo foi centrado em uma temática relacionada à “Busca pelo Corpo Perfeito e suas Consequências na Saúde e na Autoestima”. Ou seja, foram desenvolvidos objetos de conhecimentos que envolviam: os padrões corporais estipulados pela mídia; conceitos e significados de gordofobia; distúrbios alimentares, afim de oportunizar aos estudantes o questionamento sobre as representações idealizadas do corpo veiculadas pela mídia e pela

cultura popular, propiciando uma visão mais ampla e crítica sobre a diversidade corporal e a valorização de outros aspectos para além da aparência física que também são condicionantes da percepção da “Saúde Ampliada”.

Com relação aos resultados referentes aos objetos de conhecimento e estratégias de ensino aplicadas nesses dois encontros, que foi descrito de forma minuciosa e detalhada no subtópico Método da Intervenção, foi possível perceber que, através dos questionamentos diagnósticos aplicados aos estudantes em relação aos padrões de beleza corporal estipulados pelas mídias e ao significado do termo Gordofobia e suas consequências, ambos demonstraram ter um breve conhecimento sobre as temáticas, servindo, assim, de amparo inicial para o professor pesquisador adentrar de forma mais abrangente e incisiva para o desenvolvimento da análise e compressão crítica dos estudantes, quanto às atitudes preconceituosas em relação a padrões corporais que não se encaixam aos estipulados pela mídia, bem como a busca incessável para a construção do corpo belo e midiático em constante transformação em nossa sociedade.

Assim, por meio da utilização de recursos visuais e as atividades de pesquisa, foi possível auxiliar na construção e socialização do conhecimento entre os estudantes e o professor/pesquisador referente as causas e consequências dos Distúrbios Alimentares e os possíveis tratamentos. Ou seja, houve troca de informações e conhecimentos oriundos dos trabalhos de pesquisas e das apresentações dos seminários, em que os estudantes debateram sobre a utilização de esteroides anabolizantes, bem como dietas insanas e até mesmo restrição total de ingestão de alimentos relacionadas as práticas corporais e a visão corpórea estipulada pelas mídias, contribuindo assim, para o fortalecimento da análise crítica dos estudantes quanto ao corpo e a imagem corporal propagada pelas mídias.

São inúmeros os motivos que levam as pessoas, de diferentes faixas etárias, a modificarem sua aparência. No entanto, na adolescência, essa situação torna-se particularmente preocupante. Por isso, é imprescindível elaborar providências para despertar a consciência dos jovens sobre os riscos do uso de substâncias anabolizantes, bem como oferecer aulas de Educação Física nas escolas que promovam a conscientização sobre o corpo. Dessa

forma, é necessário desenvolver estratégias de ensino que possibilitem a reflexão sobre os limites que devem ser respeitados nas intervenções sobre o corpo (Melo, 2018).

Melo (2018) ainda discorre e complementa sobre a importância da articulação de vários segmentos sociais, e principalmente os professores de educação física, no sentido de esclarecer os jovens sobre os riscos que eles correm ao se submeterem de forma irrefletida aos meios de agenciamentos sobre o corpo para modificar sua aparência. Para isso, existe a necessidade de uma formação profissional crítica, para que possa mediante as suas intervenções mudar o quadro atual relacionado à saúde e atividade física (Lima, 2009).

Dessa maneira, observa-se também que os objetos de conhecimentos e as atividades pedagógicas desenvolvidas no terceiro eixo foram importantes para auxiliar e oportunizar aos estudantes reflexões sobre os padrões de beleza corporais irreais que circulam nas mídias digitais, que na maioria das vezes são inalcançáveis, levando-se assim, à alienação dos indivíduos na busca pelos padrões corporais ditados por uma sociedade extremamente consumista e despida de sentido e significados em relação ao corpo e a saúde.

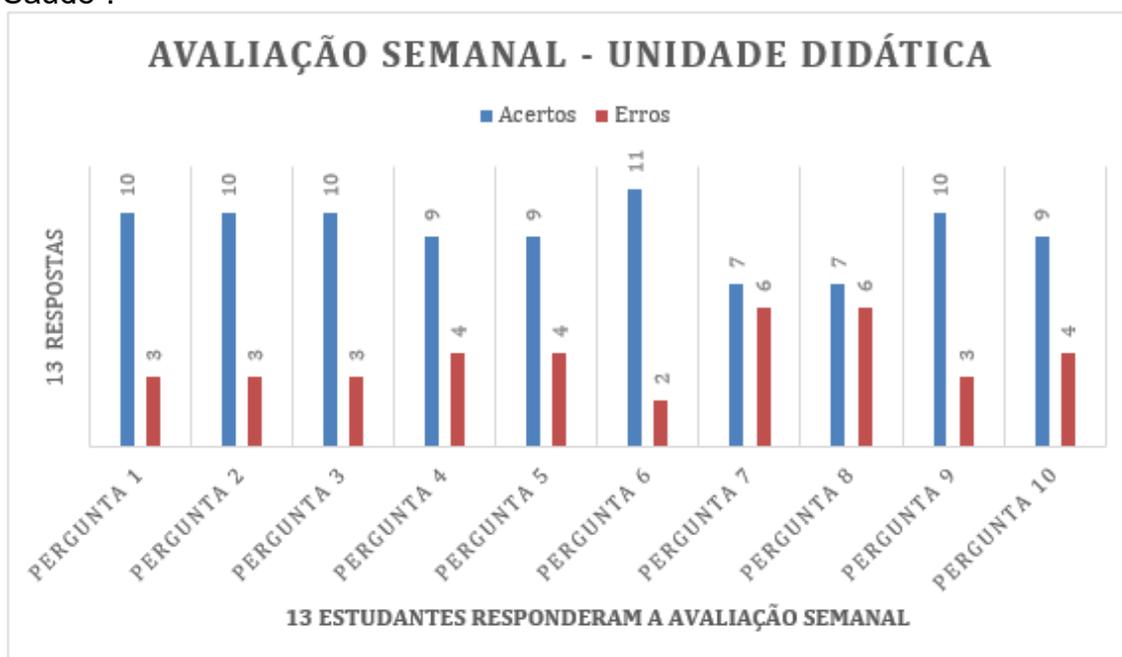
Por fim, ainda com o intuito de analisar os efeitos da aplicação da unidade didática em relação aos objetos de conhecimentos desenvolvidos em dezesseis aulas de intervenção pedagógica, no dia 15 de abril ocorreu a aplicação da disciplina de Avaliação Semanal (APENDICE J), com alguns conteúdos desenvolvidos no processo de intervenção da presente unidade didática “Corpo e Saúde”.

Destarte, a Avaliação Semanal foi disponibilizada e aplicada por um professor atribuído nesta disciplina via *google forms*, utilizando os *Chromebook* da escola, e contou com dez questões contextualizadas com informações explícitas e implícitas de forma objetivas, em que os estudantes tinham que efetuar a leitura com atenção e marcar uma das quatro opções abaixo (a, b, c, d).

No momento da aplicação da Avaliação Semanal, somente 13 estudantes se fizeram presentes e a responderam. Sendo assim, para analisar os resultados da atividade avaliativa em questão, o professor/pesquisador organizou em

formato de gráfico os erros e acertos dos estudantes referentes as dez questões presentes na Avaliação Semanal de Educação Física expressos na figura 39 abaixo:

**Figura 39** – Resultado da Avaliação Semanal - Uma unidade didática “Corpo e Saúde”.



**Fonte:** Autor da pesquisa (2024).

Aqui, percebe-se um resultado positivo nos questionamentos (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9 e 10) referentes à compreensão dos estudantes em relação aos conhecimentos desenvolvidos e exigidos na resolução dessas questões, variando assim, entre nove a onze acertos num quantitativo de treze respostas. Porém, houve queda nos índices de acerto nas questões (7 e 8).

Entretanto, agora analisando de forma mais detalhada, verifica-se que as questões sete e oito traziam em seu bojo a diferenciação dos conceitos entre atividade física e exercício físico, que, embora na visão do senso comum pareçam a mesma coisa, ambos apresentam peculiaridades e objetivos distintos no campo acadêmico e científico, visto que todo movimento corporal produzido de forma voluntária que ocasione gasto calórico acima do estado de repouso é considerado atividade física, e exercício físico consiste em atividade planejadas para obter ou aprimora a saúde e aptidão física (Liberali; Vieira, 2016).

Assim, ao refletir e revisitar o desenvolvimento e a descrição da unidade didática, bem como o caderno de campo, observa-se que os estudantes demonstraram falta de compreensão e dificuldade na diferenciação entre os termos atividade física e exercício físico durante a aplicação desses objetos de conhecimento. Na visão deles, ambos os termos eram a mesma coisa. Embora o professor pesquisador tenha utilizado estratégias de ensino para explicitar a diferenciação e os objetivos, com exemplos teóricos e práticos, ainda houve confusão entre os conceitos por parte dos estudantes. Isso evidencia a necessidade de mais momentos de intervenção, além de novos métodos e estratégias de ensino, para promover uma melhor compreensão e diferenciação dos termos.

Apesar disso, observa-se que os resultados apresentados na Avaliação semanal de Educação Física apresentam uma porcentagem maior de resultados positivos (acertos) em detrimento aos resultados negativos (erros) no processo de assimilação e construção do conhecimento presente na intervenção pedagógica da unidade didática “Corpo e Saúde”. Desse modo, analisando sobre os efeitos da unidade didática “Corpo e Saúde” na presente categoria, percebe-se que ela oportunizou sim, vivências e reflexões aos estudantes sobre o conceito de saúde ampliada seus condicionantes para o bem-estar físico, mental e social.

## **2) Do planejamento ao chão da sala de aula**

A presente categoria visa analisar o processo de ensino do professor/pesquisador. Assim, a análise envolverá a visão e compreensão sobre todo o processo de ensino que envolveu a presente unidade didática. Ou seja, será analisado tanto o planejamento (estratégias e métodos de ensino), bem como situações de ensino ocorridas no chão da sala de aula, com o intuito de discorrer sobre os erros e acertos que envolveram a relação indissociável da teoria e a prática propriamente dita. Melhor dizendo, é a análise crítica do professor pesquisador sobre sua própria didática de ensino e seus efeitos.

Realizar uma análise assim não é uma tarefa fácil, visto que necessita de habilidades importantes de ação-reflexão-ação para uma análise crítica e

imparcial. Afinal, é mais fácil apontar os acertos do que os erros. Dessa maneira, observa-se a importância da reflexão sobre a ação na prática docente, “visto que permite encontrar caminhos para o aprimoramento da prática e descobrir acertos e erros do trabalho educacional para construir novos rumos de atuação” (Carabetta Júnior, 2010, p. 582).

Todavia, através da atitude do professor/pesquisador em analisar de forma crítica o seu planejamento, bem como os resultados de sua intervenção mediante o processo de reflexão sobre a ação para uma aprendizagem ativa e significativa, foi possível perceber que alguns fatores condicionantes deixaram de ser abordados sob a luz da Saúde Ampliada.

Nessa visão, observa-se que a promoção da aprendizagem deve envolver a intencionalidade do planejamento, bem como as ações que sustentam e conduzem a prática eficiente para atingir objetivos previamente determinados. Ou seja, um trabalho em que a aprendizagem seja ativa, isso é, construída pelo aluno a partir de sua interação com o professor, com os colegas mais experientes e com os diferentes conteúdos (Carabetta Júnior, 2010).

Para Moreira (2008), o planejamento deve ser assimilado como uma responsabilidade de todos os professores que compõem o processo de ensino aprendizagem, inclusive os professores de Educação Física, que têm a tarefa de planejar e organizar as suas ações docentes de forma precisa e eficiente. Sendo assim, fica nítida a importância do planejamento pedagógico em relação aos objetivos de aprendizagem e os objetos de conhecimentos para uma dimensão crítica e problematizadora dos conteúdos a serem contemplados pelos estudantes e o seu meio social e familiar de forma significativa e valorativa.

Assim, com relação ao planejamento dos objetos de conhecimentos e as atividades desenvolvidas e vivenciadas no 1º eixo “Qualidade de Vida”, pode-se observar, de forma macro, que os objetivos presentes nesses dois planos de intervenção foram atingidos e evidenciados tanto na produção de informações, bem como no comportamento e participação dos estudantes através das vivências práticas e discussões em sala de aula, em que ao final de cada encontro, houveram questionamentos problematizadores em relação aos temas desenvolvidos a partir da concepção de “Saúde Ampliada”.

Entretanto, analisando de forma micro, pautados nos resultados e acontecimento oriundos da execução dos objetos de conhecimentos do presente eixo, observa-se que poderia ter dado mais ênfase às questões de atividades ocupacionais e até mesmo laborais citadas pelos estudantes, bem como a falta de tempo para preparar uma alimentação saudável e o seu alto custo financeiro.

Todavia, fica clara a importância de se problematizar os objetos de conhecimentos, surgindo assim a ideia de “desconstrução” do pronto e acabado, que no âmbito pedagógico é um movimento decorrente da problematização, considerado extremamente importante para o pensamento que busca a criação (Boneto, 2020).

Analisando o planejamento e as situações didáticas desenvolvidas e ocorridas no chão da sala de aula no 2º eixo temático da unidade didática, observou-se que o professor/pesquisador buscou promover e desenvolver uma compreensão de forma interdisciplinar dos principais sistemas do corpo humano (muscular, esquelético, cardiovascular e digestório etc.) e sua interação durante a prática de atividades físicas, visto que, comumente, estes sistemas são abordados por outros componentes curriculares.

Para Carabetta Júnior (2010), a prática docente não pode ser resumida a uma ação individualista, isso é, isolando-se das demais áreas de conhecimento que permeiam o contexto escolar, ao contrário, ela deve ser inserida numa realidade dinâmica e colaborativa, na qual o diálogo constitua o aspecto central do planejamento de ensino.

Assim, ao analisar de forma crítica a aplicação e o desenvolvimento dos conteúdos e atividades neste eixo, por meio da ação e reflexão sobre a ação docente, foi possível perceber que, embora tenham sido utilizados os equipamentos (macromodelos anatômicos disponíveis na unidade escolar), bem como mecanismos audiovisuais e atividades práticas como estratégias de ensino para enriquecer e cativar a atenção dos estudantes, ocorreram alguns momentos de passividade e sonolência. Esses momentos podem ser atribuídos à complexidade e abrangência dos sistemas apresentados no terceiro encontro (anatomia funcional), especialmente quando comparados aos resultados percebidos no quarto encontro.

Visto que, no quarto encontro, houveram atividades práticas de cunho avaliativo em relação aos conteúdos abordados no terceiro encontro, porém, de forma mais dinâmica e atraente realizadas na quadra, e em sala em formato de estações utilizando os macromodelos anatômicos e a plataforma *Kahoot* para atividade de gamificação. Assim, segue abaixo a transcrição que foi extraída do caderno de campo do professor pesquisador referente a observação feita em relação ao 3º e 4º encontro.

No início os alunos se demonstraram bem atenciosos e participativos nas atividades pedagógicas de cunho teórico, porém na metade do terceiro encontro começou a aparecer casos de sonolência e passividade em relação as atividades desenvolvidas no quarto encontro (Diário de campo, 19 de mar. 2024).

Para Carabetta Júnior (2010, p. 584, grifo nosso), “no trabalho docente, a **reflexão sobre a ação** torna-se fundamental e necessária para possibilitar uma atuação mais ampla e consistente da prática pedagógica”. Assim, o planejamento exige uma postura de análise quanto à meta que se pretende alcançar, ou seja, com base em vivências passadas, refletir sobre a ação realizada e pensar em novas ações futuras. (Moreira, 2008).

Após a reflexão sobre a ação, com o intuito de prender mais a atenção e oportunizar um engajamento mais ativo dos estudantes, o ideal seria tentar diminuir a complexidade dos conteúdos incluindo mais atividades práticas, dinâmicas e avaliativas, intercaladas entre cada objeto de conhecimento apresentado no terceiro encontro e não somente destinada para o quarto encontro, trazendo mais atividades criativas para ajudar na assimilação dos conhecimentos.

Portanto, atuar como professor exige competência em relação à análise, seleção e interpretação e avaliação de conteúdo, bem como à maneira mais eficiente para a sua transmissão. Porém, sabemos que a prática docente não se manifesta somente no domínio de conhecimentos e técnicas de transmissão do conhecimento, fazendo-se necessário, também, identificar e viabilizar seus objetivos e finalidades, relacionando-os às reais necessidades do grupo, sem perder a sensibilidade e a criatividade (Carabetta Júnior, 2010).

Dessa forma, como foram desenvolvidos conhecimentos referentes a alimentação saudável no 1º eixo “Qualidade de Vida”, poderia fazer uma relação com o Sistema Digestório de forma mais criativa, dinâmica e atraente, solicitando que os estudantes trouxessem de casa alguma fruta, ou verificasse se a unidade escolar pudesse fornecer esses alimentos para o desenvolvimento da aula. Assim, após os estudantes assistirem ao vídeo e a explicação do professor, seria o momento da prática (comer o alimento), ou seja, efetuar os processos mecânicos do sistema digestório.

Outra possibilidade seria na falta ou escassez de recursos materiais físicos, como os macromodelos anatômicos, o professor imprimir as principais partes dos sistemas anatômico para serem usados nos momentos de explicações, e em circuitos de estações para melhorar o processo de compreensão.

Assim, percebe-se que a criatividade, em sua ação original de pensar e refletir de maneira livre e consciente a partir de sua realidade, busca organizar esse processo de criação com certo êxito, especialmente no que se refere às práticas pedagógicas inovadoras. O objetivo é promover mudanças em um ensino transmissivo, transformando-o na produção do conhecimento, o que possibilita, tanto ao professor quanto ao estudante, serem protagonistas de sua própria aprendizagem (Souza; Pinho, 2016).

Com relação à intervenção pedagógica aplicada no 5º e 6º encontro do segundo eixo, foram apresentadas e desenvolvidas atividades referentes as áreas de conhecimento da Antropometria e Fisiologia, em que os estudantes vivenciaram atividades teóricas e práticas, bem como momentos de diálogos, socializações e reflexões sobre os objetos de conhecimentos e veracidade das informações veiculadas pelos meios de comunicação.

Verificou-se que houve uma inadequação do lapso temporal disponível para o desenvolvimento das atividades pedagógicas que permearam os objetos de conhecimentos do segundo eixo temático da unidade didática. Este eixo apresentou um número maior de conteúdos e atividades pedagógicas complexas, necessitando-se, assim, de um tempo maior para a construção do conhecimento para englobar outras condicionantes que envolvem a concepção de “Saúde Ampliada”.

Sendo assim, observa-se a importância de verificar e oportunizar um lapso temporal eficiente para o desenvolvimento das atividades propostas, para facilitar o processo de assimilação dos conhecimentos abordados nos encontros. Ademais, é relevante também aguçar a curiosidade dos estudantes através da problematização de objetos de conhecimentos e informações irreais, que circulam como verdadeiras nos mecanismos midiáticos, contribuindo na formação crítica dos estudantes para tomada de decisões de forma consciente em relação ao seu meio e os ditames sociais.

Assim, antes de finalizar a reflexão sobre a ação dos conteúdos anatômicos e funcionamento do corpo humano em relação com o conceito de Saúde Ampliada, algumas inquietações surgiram durante o desenvolvimento das aulas de intervenções descritas na aplicação da unidade didática. Dessa forma, penso que existe uma linha tênue, que irá exigir do professor uma análise crítica e objetiva, além de muitos estudos e pesquisas para a elaborar e aplicar tais conhecimentos de forma criativa e problematizada, buscando ir ao encontro do conceito de Saúde Ampliada. Pois, ao contrário, estará perpetuando mesmo que de forma inconsciente a concepção da aptidão física que tanto assolou a relação da Educação Física e a Saúde.

Desse modo, esses conhecimentos sendo desenvolvidos de forma crítica e reflexiva, poderão oportunizar aos estudantes a capacidade de analisar de forma crítica as informações midiáticas que circulam a todo vapor sobre os padrões de belezas corporais, medicamentos, anabolizantes, *fake News*, levando assim, o aumento da autoestima e a aceitação de seu corpo e imagem corporal de forma positiva entre todos os indivíduos em sociedade.

Com relação ao 3º eixo temático da unidade didática em questão, foi possível perceber a importância de utilizar estratégias de ensino problematizadas em relação aos conteúdos que envolveram os discursos midiáticos relacionados a temática central “Busca pelo Corpo Perfeito e suas Consequências na Saúde e na Autoestima”. A exposição de conteúdos audiovisuais (vídeos, documentário, filme) e atividades de pesquisas na *internet*, com momentos de socializações e reflexões para troca de conhecimentos entre professor/estudantes e estudantes/estudantes, auxiliando no discernimento e na formação crítica de todos os envolvidos em relação as avalanches de

informações que circulam no mecanismos midiáticos, também foi outro ponto de destaque.

Para Silva (2011), refletir sobre discursos midiáticos no contexto escolar demonstra uma tarefa um pouco complexa, devido as quantidades de seminformações que nos sufocam cotidianamente, e muitas vezes alcançam as subjetividades dos indivíduos sem uma apropriação crítica direcionada para autonomia, assim, com a ótica do consumo mercadológico, nos “adaptamos” ao modo de vida vigente.

Por fim, e não menos importante, devo assumir que tomei consciência e análise crítica sobre o conceito de Saúde Ampliada no decorrer do mestrado, tanto que algumas atividades planejadas tiveram que ser repensadas e ressignificada antes da elaboração e aplicação da unidade didática, e que, em alguns momentos, tive a impressão e indagações no desenvolvimento de alguns conteúdos e atividades, se os mesmos estavam se distanciando do conceito de Saúde Ampliada, devido a esfera biológica e fisiológica que apresentavam, mas através do processo de reflexão sobre a ação em cada ato pedagógico, foi possível desenvolver tais objetos de conhecimento de forma crítica e reflexiva.

Assim, de acordo com os enunciados na presente categoria temática, observa-se a importância da ação-reflexão-ação para o desenvolvimento e aprimoramento do planejamento pedagógico, bem como dos métodos e estratégias de ensino eficientes, com o intuito de contribuir no processo de assimilação e acomodação do conhecimento de forma crítica e reflexiva em relação aos objetos de conhecimentos desenvolvidos nas propostas e projetos de intervenção pedagógica.

### **3) Ampliando horizontes**

Após analisar de forma crítica os efeitos da unidade didática, bem como o planejamento e as estratégias de ensino que estiveram presentes no desenvolvimento da intervenção pedagógica descritas nas categorias acima, chegou o momento de ampliar os horizontes, ou seja, de tentar sanar as imperfeições em relação ao planejamento e os efeitos da unidade didática em questão. Assim, a presente categoria visa descrever possibilidades de ampliação

dos objetos de conhecimentos sob à luz e concepção de “Saúde Ampliada” na visão do professor/pesquisador para um verdadeiro ensino valorativo e holístico.

Dessa maneira, após a análise dos efeitos e do planejamento da unidade didática na visão do professor/pesquisador, a partir do conceito de Saúde Ampliada, seria interessante, no primeiro encontro da intervenção pedagógica, propor uma análise mais crítica em relação à atividade física, tratando-a como uma forma de complementação do conhecimento. Isso poderia ser problematizado por meio de questionamentos sobre até que ponto a atividade física pode ser considerada saudável, considerando, por exemplo, as atividades laborais sujeitas a condições climáticas, segurança, tempo para descanso e alimentação dos pais e responsáveis dos estudantes envolvidos na pesquisa. Também seria relevante citar e exemplificar profissões que exigem uma carga exaustiva de atividades laborais, entre outros condicionantes, como os *Motoboys* e *Bike Boys*, entre tantas outras que existem nesse mundo globalizado e capitalista.

Assim, pode-se utilizar documentários e estudos como o da autora Rodrigues (2023), que discorre sobre as debilidades da uberização do trabalho, incluindo a discriminação, escassez de segurança e as dificuldades alimentícias de *Motoboys/girls* e *Bike boys/ girls* e debater com os estudantes.

Nesse estudo, a autora traz uma análise crítica sobre as discriminações, a fragilidade da segurança e alimentação, induzidas nitidamente pelo estabelecimento de uma moda empresarial superficial e subordinada de trabalho. O que se vê é a redução de direitos e o agravamento de discriminação direta e indireta dos(as) entregadores(as), principalmente as mulheres, que revelam a vulnerabilidade e a exposição ao assédio.

Assim, em um contexto geral do presente estudo é apresentado dados e informações que fazem partes das condicionantes do conceito de “Saúde Ampliada”, como o segregamento, a desigualdade, o medo de assaltos, a discriminação, a ofensa e a falta de recursos básicos que demonstram a apatia do trabalho uberizado que, mesmo diante das comprovações de controle escondido, insiste no lucro sem responsabilidade, produzindo não apenas quilômetros da fome, mas da insegurança (Rodrigues, 2023).

Observou-se, também, após o momento de reflexão sobre a ação pedagógica e a produção de informação no segundo encontro de intervenção, algo que passou despercebido na visão do professor/pesquisador em relação à “alimentação saudável”, ou seja, alguns fatores condicionantes que de certa forma contribuiriam de forma abrangente para complementar e aprimorar a unidade didática quanto ao conceito de Saúde Ampliada.

Sendo assim, mediante essa constatação, e embora o professor/pesquisador tenha problematizado alguns fatores condicionantes para acesso a alimentação saudável e apresentado a pirâmide alimentar adaptada aos brasileiros, bem como os principais nutrientes essenciais e suas funções no corpo humano, faltou abordar e apresentar o “Guia Alimentar para a População Brasileira” (Brasil, 2014), que explicita de forma simples a relação dos alimentos *in natura* e minimamente processados, os processados e os ultra processados e sua relação com a saúde dos indivíduos. Ademais, no próprio guia alimentar tem as recomendações de forma sintetizada em “Dez Passos para uma Alimentação Adequada e Saudável” de fácil compreensão.

Dessa forma, o “Guia Alimentar para a População Brasileira” apresenta um conjunto de informações e recomendações sobre alimentação que objetivam promover a saúde de pessoas, famílias e comunidades e da sociedade brasileira como um todo, hoje e no futuro. Assim, esse guia é para usufruto de todos os brasileiros, pois alguns destes são trabalhadores cujo o seu ofício está atrelado a promoção da saúde da população, como profissionais de saúde, agentes comunitários, educadores, formadores de recursos humanos e outros. Esses trabalhadores têm o papel fundamental de ampliar a divulgação do material, bem como oportunizar a compreensão entre todos, inclusive as pessoas que tenham alguma dificuldade de leitura (Brasil, 2014).

Outra constatação que chamou a atenção do professor/pesquisador foi a inadequação do lapso temporal reservado para o desenvolvimento dos objetos de conhecimento do segundo eixo da unidade didática descrito na categoria anterior. Se o tempo planejado para os encontros 5º e 6º fosse maior, seria possível ampliar de forma mais abrangente os pressupostos e condicionantes da “Saúde Ampliada”. Por exemplo, no quinto encontro, que tratou das técnicas de aferição antropométrica, como o IMC, o tema poderia ter sido mais explorado,

discutindo de maneira mais incisiva como a sociedade percebe e compreende de forma vexatória e preconceituosa o corpo gordo (obeso). Seria interessante refletir sobre como certos corpos são frequentemente direcionados a determinadas práticas corporais, como ocorria nas aulas de Educação Física durante a educação básica, quando os colegas com sobrepeso ou obesidade eram frequentemente designados para a função de goleiro, limitando a autonomia desses corpos e cerceando suas possibilidades de experimentar outras modalidades de práticas corporais de maneira livre e consciente.

Não obstante, com uma maior carga horária destinada ao sexto encontro, que foram abordados objetos de conhecimento na área da Fisiologia, poderia ter abordado também a relação de diferentes corpos (trans, com deficiência, modificados) e se suas respostas fisiológicas e desempenhos esportivos em relação aos demais indivíduos na mesma prática esportiva. Ou, ainda, envolver os estudantes em situações problemas e de pesquisa em temas relacionado ao corpo, que estão ocasionando muitas polêmicas envolvendo a área da fisiologia, anatomia e o esporte, como é o caso da participação de atletas trans<sup>35</sup> em competições desportivas, que está gerando muitos debates<sup>36</sup> e proibições<sup>37</sup> de participação, devido as possíveis vantagens físicas se comparadas com o sexo feminino.

Assim, se analisar de forma crítica os multifatores que envolvem o conceito de “Saúde Ampliada” e a unidade didática em questão, poderia abordar também casos de racismo presentes nos esportes, como do jogador de futebol Vinícius Junior<sup>38</sup>, casos de machismos nos esportes<sup>39</sup>, de homofobia nos

---

<sup>35</sup> De maior público a atleta trans: as barreiras que a Copa Feminina 2023 derrubou. Disponível em: <[https://www.terra.com.br/nos/de-maior-publico-a-atleta-trans-as-barreiras-que-a-copa-feminina-2023-derrubou,258e1ca951e362e47f720a538a1e6d3ewtfc7fp7.html?utm\\_source=clipboard](https://www.terra.com.br/nos/de-maior-publico-a-atleta-trans-as-barreiras-que-a-copa-feminina-2023-derrubou,258e1ca951e362e47f720a538a1e6d3ewtfc7fp7.html?utm_source=clipboard)>.

<sup>36</sup> Olimpíadas | Atletas trans levam vantagem ou não nas competições esportivas? Disponível em: <<https://canaltech.com.br/saude/olimpiadas-atletas-trans-levam-vantagem-ou-nao-nas-competicoes-esportivas-190709/>>.

<sup>37</sup> Federação proíbe mulheres trans em provas internacionais de atletismo. Disponível em: <<https://ge.globo.com/atletismo/noticia/2023/03/23/federacao-proibe-mulheres-trans-em-provas-internacionais-de-atletismo.ghtml>>.

Natação barra de competições femininas as atletas trans que passaram por puberdade masculina. Disponível em: <<https://www.bbc.com/portuguese/geral-61860367>>.

<sup>38</sup> Vinícius Jr. no Real Madrid: os casos de racismo contra o brasileiro na linha do tempo. Disponível em: <[https://www.espn.com.br/futebol/laliga/artigo/\\_id/13686329/vinicius-jr-real-madrid-racismo-casos-linha-do-tempo](https://www.espn.com.br/futebol/laliga/artigo/_id/13686329/vinicius-jr-real-madrid-racismo-casos-linha-do-tempo)>.

<sup>39</sup> Machismo no esporte e a luta feminina por respeito. Disponível em: <<https://www.ecycle.com.br/machismo-no-esporte/>>.

esportes, como é o caso do jogador de vôlei Anderson Melo<sup>40</sup>, e até mesmo de violência nos esportes<sup>41</sup>. O leque de condicionantes que permeiam o conceito de “Saúde Ampliada” é imenso, pois, essas situações descritas acima segregam os direitos do bem estar dos indivíduos e de certa forma implicam na saúde como um todo.

Assim, após a análise crítica das categorias na visão do professor/pesquisador, pode-se concluir que tanto no transcurso de aplicação, como na análise dos efeitos da unidade didática “Corpo e Saúde”, foi possível perceber e oportunizar aos estudantes o desenvolvimento de habilidades de análise e reflexão sobre informações relacionadas à saúde e ao bem-estar físico, mental e social através dos pressupostos e concepções de “Saúde Ampliada”. Dessa forma, os estudantes foram estimulados a tomar decisões mais conscientes e responsáveis em relação aos cuidados com o corpo e a mente, e o despertar de uma autoimagem positiva e uma visão crítica em relação aos ditames sociais e midiáticos relacionados ao corpo, à saúde e a qualidade de vida.

É possível, também, descrever que, ao analisar a unidade didática em questão, observasse que ela não conseguiu abranger todos os requisitos que envolvem a concepção de “Saúde Ampliada”, na qual foi descrito pelo professor/pesquisador no presente subtópico. Porém, tomo a liberdade de me expressar em primeira pessoa, e digo que, hoje, vejo essa unidade didática como um rascunho de um professor que buscou e tentou despertar a conscientização dos estudantes para temas relevantes que em tempos outrora foi explanado e ministrados de forma errônea, ancorados somente nos viés biológico, sem relação com os condicionantes sociais e culturais que envolvem a visão de “Saúde Ampliada” e as práticas corporais.

Após a leitura da aplicação e da análise da unidade didática e seus efeitos, eu, enquanto professor/pesquisador ou até mesmo no papel de leitor dessa dissertação, com certeza, elaboraria uma unidade didática “Corpo e

---

<sup>40</sup> Atleta de vôlei de praia é vítima de homofobia durante jogo, em Recife. Disponível: <<https://www.cnnbrasil.com.br/esportes/volei/atleta-de-volei-de-praia-e-vitima-de-homofobia-durante-jogo-em-recife/>>.

<sup>41</sup> Casos de violência marcaram o futebol nas últimas semanas; lembre. <<https://www.cnnbrasil.com.br/esportes/futebol/atletico-mineiro/casos-de-violencia-marcaram-o-futebol-nas-ultimas-semanas-relembre/>>.

Saúde” mais completa e abrangente sob a luz da concepção de Saúde Ampliada. Ou seja, essa unidade didática aqui tanto descrita e analisada não pode ser considerada como um produto pronto e acabado (receita de bolo), que irá produzir os mesmos efeitos em todos os tempos e locais, visto que estamos em um processo constante transformação e evolução cultural e social.

Assim, espera-se que esse estudo, bem como a unidade didática, sirva como um aporte (pontapé inicial) para que professores e pesquisadores fomentem a concepção de “Saúde Ampliada”, seja nas escolas, em congressos científicos, contribuindo, assim, para a quebra dos grilhões biológicos que ainda permeiam as temáticas relacionadas ao “Corpo e Saúde”, e para que possam, também, surgir novos olhares e concepções impensadas até o presente momento sob a luz da visão de Saúde Ampliada.

#### **4.2.3 Análise do questionário diagnóstico de saída**

Alinhado com o quarto objetivo específico da presente pesquisa, esse subtópico foi destinado a “analisar as experiências e vivências dos estudantes do ensino médio em relação à uma unidade didática “Corpo e Saúde””, mediante a análise da produção de informações provenientes do questionário de saída, que foi aplicado pelo professor ao final do último encontro da intervenção pedagógica, ocorrido no dia 28 de março de 2024, via *google forms* utilizando os *Chromebook* da unidade escolar. Quinze estudantes responderam de forma presencial o questionário, que apresentou um total de 7 perguntas (abertas/fechadas). Assim sendo, a primeira e a segunda pergunta apresentavam característica fechadas, sendo que os estudantes deveriam marcar apenas uma das opções.

A primeira pergunta a seguir buscou saber se: Durante as atividades da unidade didática "Corpo e Saúde" na Educação Física no Ensino Médio, você acredita contribuiu para conscientizar os estudantes em relação aos cuidados com o corpo e a saúde e a influência da mídia de forma crítica e reflexiva? E a segunda pergunta buscou saber se: Você considera que os temas abordados na unidade didática sobre corpo e saúde foram suficientes e de fácil compreensão sobre a importância de praticar atividades físicas e hábitos alimentares

saudáveis, bem como, analisar de forma crítica e consciente as informações vinculadas pelas mídias em relação aos padrões de beleza corporais? Assim sendo, segue abaixo a figura 40 com as respostas dos estudantes:

**Figura 40** – Resultados da 1<sup>o</sup> e 2<sup>o</sup> pergunta do questionário diagnóstico de saída.



**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Analisando os resultados das respostas dos estudantes referente aos dois questionamentos, basicamente ambas perguntas buscaram saber se os objetos de conhecimentos foram suficientes e de fácil compreensão para auxiliar na conscientização dos estudantes quanto a importância de cuidar do corpo de forma consciente, crítica e reflexiva sobre as informações vinculadas pelas mídias em relação a Saúde e aos padrões de beleza corporal.

Desse modo, observa-se que 66,7% dos estudantes reconheceram que os conteúdos desenvolvidos na unidade didática foram relevantes e abrangentes o suficiente, o que demonstra a importância por parte do professor/pesquisador na escolha de temas que oportunizem sentidos e significados aos estudantes em relação ao seu contexto social e familiar, bem como o ato de planejar e executar as atividades de forma clara e eficiente para a construção e análise crítica dos estudantes quanto aos cuidados com o corpo e a saúde e os modismos corporais que permeiam as sociedades.

Visto que profundas transformações vêm sendo impostas ao corpo ao longo de toda a existência humana, as concepções de beleza são continuamente reelaboradas, o que contribui para a modificação dos padrões corporais em busca de um modelo de corpo ideal. Para muitas pessoas que buscam alcançar

esse ideal, ele se mostra inatingível, pois as questões relacionadas às diferenças genéticas funcionam como uma barreira natural, difícil de ser superada (Lima, 2009).

Entretanto, 33,3% dos estudantes consideraram relevantes e abrangentes em partes, na qual se pode deduzir devido à complexidade de alguns temas abordados sobre o corpo humano ou alguma falha nas estratégias de ensino do professor/pesquisador, que poderá ser observada e analisada na quinta pergunta do questionário diagnóstico de saída. Porém, há de se convir que os resultados expressos na figura acima já sinalizam, de antemão, a efetividade da aplicação da uma unidade didática “Corpo e Saúde”.

Dando sequência à análise da produção de informações referentes às demais perguntas, com características abertas, os estudantes tinham que ler atentamente os questionamentos e depois responder de forma descritiva segundo suas concepções e conhecimentos adquiridos no desenvolvimento da unidade didática.

Sendo assim, a terceira pergunta buscou saber: Quais foram os principais temas abordados durante a unidade didática que mais chamaram sua atenção, e que contribuíram para sua formação crítica e reflexiva em relação a você, seu corpo e a sociedade? Explique? Segue abaixo as respostas dos estudantes na figura 41:

### Figura 41 – Respostas da 3ª pergunta do questionário diagnóstico de saída.

#### 15 respostas:

- Sim com quais os e temas atenção.
- Padrão da mídia, IMC , rcq queima de calorias, pressão arterial etc...
- Padrão de vida, imc, por que nem todo mundo sabe que o imc não é tão certo assim.
- Eu gostei de todos, me ajudou a entender melhor e refletir um pouco sobre cuidados com a saúde e importância de pratica exercício e muitas outras coisas.
- Todas foram muito boas, e todas de fato me chamou atenção.
- O assunto sobre o IMC que é um assunto gordofóbico, e o o assunto sobre a mídia que espoeem um corpo totalmente saudável, que muitas pessoas toma remédios para, conseguir esse corpo.
- Em questão do IMC, a influência da mídia, como pode abaixar a autoestima, algumas doenças sobre distúrbio alimentar me chamou muita atenção, pois eu não tinha conhecimento disso, assim como outras coisas que foram citadas realmente me trouxe muita coisa que eu não conhecia até então
- Corpo na mídia, a construção social de padrões de beleza e a relação entre imagem corporal e autoestima.
- A mídia, por saber que tem pessoas que são tão obceçadas em seguir a risca os padrões
- Uns temas que chamou minha atenção foi como medir a pressão arterial, influencia da mídia no corpo humano e ferir a pressão na parede.
- Doenças como a anorexia e bulimia, eu percebi que eu não ando comendo corretamente ou nem estava comendo e pedi ajuda para que não acabe com uma dessas doenças, já que eu estava anêmica.
- Todos os temas q o professor passou são bem interessantes pq traz conhecimento físicos.
- Achei interessante saber que nem tudo que a mídia expõe é verdade o IMC por exemplo é um aplicativo gordofóbico e a população acredita aferição de pressão também é algo que a mídia espoe que é mentira mas mesmo assim a maioria das pessoas acreditam.
- Relação a você seu corpo e a sociedade.
- Partes do corpo humano e influencias de outras culturas na nossa sociedade, como imc gordofóbico onde muitos educadores utilizam em escolas.

**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Dessa maneira, analisando as respostas dos estudantes percebe-se que as mesmas demonstram um compilado que engloba basicamente todos os objetos de conhecimentos desenvolvidos na intervenção pedagógica referente a unidade didática em questão. Observa-se também, que alguns estudantes discorrem que não tinham conhecimentos sobre tais assuntos e que agora esses conhecimentos irão ajudá-los na análise crítica sobre a alimentação, cuidados com o corpo e influência da mídia em relação ao corpo.

Entretanto, fica claro que alguns assuntos prenderam mais a atenção e causaram euforia entre os estudantes, como é o caso dos Distúrbios alimentares, do IMC e da aferição da pressão arterial por meio do método militar. Por meio do desenvolvimento de métodos e estratégias de problematizar e questionar os estudantes para além das esferas biológicas, foi possível aguçar a curiosidade e oportunizar momentos de pesquisas e reflexão, e desmitificar informações ditas e propagadas pelo senso comum e a mídia como verdadeiras, envolvendo outros aspectos e condicionantes sociais que englobam a concepção de “Saúde Ampliada”. Assim, “não resta dúvida, portanto, da necessidade de se encarar as relações entre a Educação Física e a Saúde por outras perspectivas, diferentes daquela visão tradicional biologicista” (Palma, 2020, p.18).

Os conteúdos abordados e problematizados pelos professores de Educação Física deixam de ser meramente instrutivos e “elitistas”, passando a

ser mais reflexivos, especialmente quando as experiências e discussões em aula conectam os discursos sobre saúde, qualidade de vida e comportamentos corporais levando em consideração elementos “políticos, econômicos, históricos, sociais e culturais” (Maldonado, 2022).

A partir dessa concepção, a prática de planejar e realizar o ensino exige uma política que permeie e abranja esferas culturais e que não se limite à crítica ideológica, mas que se abra como um fórum de problematização das relações de poder, um espaço-tempo de potencialização de diferentes formas de vida e da criação outras (Boneto, 2020).

A quarta pergunta, a seguir, buscou captar as seguintes informações dos estudantes: Durante as atividades práticas da uma unidade didática “Corpo e Saúde”, você conseguiu compreender e sentir as alterações fisiológicas no seu corpo, bem como, a importância de manter uma estilo de vida ativo e saudável, analisando de forma crítica e reflexiva as informações veiculadas pela mídia em relação ao corpo? Explique? Segue abaixo as respostas dos estudantes na figura 42:

**Figura 42** - Respostas da 4<sup>o</sup> pergunta do questionário diagnóstico de saída

**15 respostas**

- Sim estilo da vida ativo e saudável, analisando.
- Sim, aprendi como a mídia influencia no corpo humano.
- Sim, aprendi como a mídia influencia no corpo humano.
- Sim manter e bom mais, ao olhos da mídia muitas pessoas não tem o corpo perfeito
- Sim, nosso corpo é uma máquina, mais tem uns corpos que cansam mais rápido, mais foi boa todas as praticas.
- Sim, sobre a importância de fazer atividades física para manter um corpo saudável e ativo.
- Sim. Eu consegui perceber durante a prática o aumento dos batimentos, o processo digestivo em relação alguns alimentos antes de realizar exercícios por exemplo, como a mídia pode influenciar negativamente com a nossa autoestima e levar a toma remédios que vem a prejudicar
- Durante as atividades práticas da unidade didática Corpo e Saúde, pude realmente compreender e sentir as alterações fisiológicas no meu corpo ao me exercitar e adotar hábitos saudáveis.
- Sim, percebi que e preciso ter exercícios físicos e uma alimentação.
- Sim, fizemos a medição dos batimentos em repouso e depois ficamos correndo na quadra ate aguentar, depois da corrida medimos novamente e muda drasticamente porque o corpo precisa de oxigênio então sua frequência cardíaca aumenta para manter você correr por mais tempo.
- Eu percebi que meus batimentos dobraram durante a prática e eu não consegui correr por muito tempo. Aprendi que eu tenho um limite de batimentos e percebi que eu não consigo chegar nem na metade dele. Eu entendo que preciso melhorar a minha aptidão física.
- Sim, sobre a mídia em relação a alimentação saudável.
- Sim, em relação a alimentação saudável.
- Em relação ao corpo.
- Muitos influencers utilizam a redes sociais para espalhar fake News sobre o corpo humano e idealizar padrões de corpos onde quem assiste acha bonito e em resposta tentam obter de formas não saudáveis onde passam fome ou dietas extremas ate mesmo a exercícios excessivos causando desmaio e desenvolvendo quadros de doenças em busca de saúde perdem ela.

**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Analisando as respostas dos estudantes, pode-se perceber que alguns responderam de forma breve, porém relacionando com algum conhecimento desenvolvido nas atividades teóricas e práticas de intervenção pedagógica da unidade didática. Observa-se também, que alguns descrevem de forma mais abrangente, discorrendo que conseguiram sentir as alterações fisiológicas em detrimento a práticas corporais realizadas nas atividades de intervenção. Além disso, demonstraram capacidade de autopercepção e de se autoavaliar em relação ao seu condicionamento físico atual e as atividades físicas e informações absorvidas no decorrer das aulas, demonstrando também, uma análise crítica sobre a influência da mídia nos padrões de beleza corporal, indo ao encontro assim, da concepção de “Saúde Ampliada”.

Para Devide (2003), o professor de Educação Física deve estar atualizado ao conceito multifatorial da saúde, à sua dimensão social, portanto, coletiva, para que, munido de instrumentação teórica consistente, tenha condições de discutir e ampliar a relação de compromisso da Educação Física para além da esfera da aptidão física, como uma via de educação para a saúde dos estudantes.

Dessa forma, é necessário estar presente no currículo escolar conteúdos que proporcionem discussões/debates sobre o corpo historicamente construído, que questionem as atuais transformações que o corpo vem sofrendo desde a “objetalização, a fragmentação, a mercantilização, a exploração, a canonização, a desapropriação do próprio corpo”, dentre outras.

Assim, torna-se crucial provocar reflexões de como a mídia interfere nesta cultura de consumo em um sistema capitalista, pois a escola encontra-se mergulhada em uma sociedade marcada por uma cultura consumista, que vem produzindo mudanças bruscas em relação aos valores individuais e coletivos. Ou seja, a escola necessita criar condições para que esses sujeitos ocupem seus lugares e funções na sociedade, atuando com consciência crítica, buscando se conhecer e se compreender por inteiro (Neto; Campos, 2010).

A quinta pergunta buscou coletar informações em relação as estratégias de ensino nas atividades desenvolvidas na unidade didática: Com relação as estratégias de ensino nas atividades desenvolvidas na unidade didática, descreva qual delas impactou de forma positiva ou negativa no desenvolvimento

e compreensão dos conteúdos abordados? As respostas dos estudantes em relação a essa pergunta estão expressas na figura 43 abaixo:

**Figura 43** - Respostas da 5<sup>o</sup> pergunta do questionário diagnóstico de saída.

**15 respostas**

- Compreensão dos conteúdos abordados.
- RCQ, achei positivo IMC, aferir a pressão arterial.
- Aferir a pressão arterial.
- Corpo perfeito pela mídia
- Eu nunca tive aulas assim, então pra mim todas as aulas foi muito boas.
- As positivas foram a do IMC e de aferir a pressão arterial que me mostrou a verdade sobre esses métodos, e a negativa é sobre a mídia que quer um padrão de corpo para todos e excluir os demais.
- Positivamente eu não sabia de algumas doenças como alguns distúrbios alimentar, IMC não tinha conhecimento sobre.
- Durante a unidade didática, uma das estratégias de ensino que impactou positivamente no meu desenvolvimento e compreensão dos conteúdos abordados foi a utilização de dinâmicas em grupo.
- Positivo todas foram boas e funcionaram.
- Aferir a pressão arterial na parede, depois fomos pesquisar no site para ver se era Fake News ou verdadeira.
- As técnicas foram muito bem utilizadas, entre os pontos positivos foi as praticas dos cálculos como IMC e RQC e testar os métodos fakes com a gente para mostrar que aquilo que parece real por ser mostrada pela mídia na verdade é mentira.
- Positivo por que achei muito interessante.
- Aferir a pressão e o IMC e achei muito interessante.
- Sem negativa no desenvolvimento.
- Vontade de ter rotinas de exercícios e não querer ingerir alimentos que prejudicam a saúde deixando ansioso.

**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Em relação às estratégias de ensino desenvolvidas nas intervenções da unidade didática, as respostas dos estudantes indicaram alguns conteúdos desenvolvidos que chamaram a sua atenção, provavelmente ocasionada pelas estratégias de ensino conduzidas pelo professor/pesquisador, e pelo fato de desconhecerem tais objetos de conhecimento. Além disso, descreveram de forma pontual elencando as dinâmicas, as atividades práticas para testar os métodos (IMC e Aferição da pressão arterial) e depois as atividades de pesquisas para buscar a veracidade das informações que circulavam nas mídias e no senso comum.

Dessa maneira, pode-se perceber a importância de oportunizar estratégia de ensino que proporcionassem atividades dinâmicas e criativas, bem como o ato de problematizar e questionar os estudantes em relação aos objetos de conhecimento expostos, aguçando assim, a curiosidade e a proatividade estudantil na busca e construção do conhecimento de forma crítica e protagonista, para que possam também participar e agir de forma consciente nas resoluções de problemas presentes em seus meios sociais.

Seguindo esse panorama, a ação educativa competente e eficaz não pode mais ser considerada como simples instrumentalização, como técnica. Sendo assim, ela precisa ser vista como formadora de conhecimentos, atitudes e valores, por meio de um trabalho com objetivos claramente definidos e metodologia adequada aos ideais propostos (Carabetta Júnior, 2010).

A sexta pergunta, a seguir, apresentava características fechada e aberta, em que os estudantes deveriam marcar uma das quatro opções e em seguida justificar a escolha: Em relação às atividades avaliativas sobre os conteúdos abordados na unidade didática, foram de fácil acesso e compreensão? A figura 44 apresenta as respostas dos estudantes:

**Figura 44** - Respostas da 6<sup>o</sup> pergunta do questionário diagnóstico de saída.



**Justifique sua resposta: 15 respostas**

- Unidade foram de fácil acesso sim compreensão.
- Algumas parte do corpo não achei tão fácil de aprender.
- Algumas partes do corpo são mais difícil de aprender.
- Sim por que o professor explicou bem.
- Sim porque foi explicado muito bem tudo.
- Sim, por que o professor explico bem.
- As formas avaliativa foram boas e consegui entendi bem.
- Acredito que a variedade de formatos e a clareza na elaboração das atividades contribuíram para que todos pudessem participar de forma igualitária, independentemente do estilo de aprendizado de cada um.
- O prof ensinou muito bem fácil entendimento.
- Professor passou bastantes conteúdos explicativos e interessantes em slides e vídeos. Então as provas e atividades ficaram fáceis, atividades bastante divertidas e dinâmicas.
- O professor explicou bem e as avaliações foram interessantes, além da prova.
- Sim por que com a ajuda dos professor tiramos nossas duvidas.
- Sim, com ajuda do professor tiramos nossas duvidas e porque o professor explicou bem.
- Foram de acesso.
- Formas simples e eficaz de aprender como linguagem e perguntas que estimulam os estudantes a quererem participar por conta própria.

**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Analisando a escolha dos estudantes, bem como a justificativa referentes às atividades avaliativas presentes no decorrer da intervenção pedagógica, observa-se que 86,7% escolheu a opção “sim” e justificaram suas respostas

relacionando como o professor/pesquisador desenvolveu e conduziu as atividades, ou seja, apresentou clareza na sua elaboração e explicação, buscando esclarecer todas as dúvidas através de uma linguagem simples e eficaz; e usou perguntas que estimulavam a participação de forma autônoma dos estudantes.

Entretanto, observa-se também que 13,3% escolheu a opção “sim, em parte”, justificando suas respostas que algumas partes do corpo humano foram mais difíceis de aprender, porém não demonstraram em suas respostas que não conseguiram aprender. Em outras palavras, isso se justifica devido à complexidade de alguns objetos de conhecimento (anatomia, fisiologia) que envolvem o corpo humano, e que foram evidenciados pelo professor/pesquisador no momento da intervenção pedagógica e analisados de forma crítica na categoria “do planejamento ao chão da sala de aula”, sobre possibilidades de diminuir e quebrar tal complexidade.

Assim, através de um planejamento e tratamento pedagógico consciente, utilizando várias estratégias de ensino, como exposto nas justificativas da maioria dos estudantes, é possível sim oportunizar a assimilação e compreensão dos objetos de conhecimentos que envolvem tais complexidades de aprendizagem. De acordo com o autor Carabetta Júnior (2010), é cada vez mais evidente que a função do professor é orientar os alunos a lidar com as inovações; a saber analisar situações complexas, diferentes e inesperadas; a desenvolver suas potencialidades criativas e a utilizar diferentes esquemas cognitivos na resolução de problemas.

Por fim, a seguir, será apresentada a sétima pergunta: Estudantes, para finalizar esse questionário diagnóstico de saída, gostaria que descrevessem de forma consciente sobre os sentidos e significados oportunizados em relação as atividades e conhecimentos abordados e desenvolvidos nesta Unidade didática? A figura 45 apresenta as respostas dos estudantes:

**Figura 45** - Respostas da 7<sup>o</sup> pergunta do questionário diagnóstico de saída.

**15 respostas**

- e desenvolvidos nesta unidade didática
- Gostei que aprendi coisas do meu corpo humano que eu não sabia como funcionava.
- Aprendi muitas coisas que não sabia.
- Eu gostei porque eu não entendia direito e me ajudou muito.
- Eu gostei porque eu nunca tive aulas assim, então foi maravilhosas todas as aulas, e eu aprendi bastante coisa.
- Eu gostei por que o professor trouxe coisas novas que eu ainda não sabia de vários assuntos diferentes sobre alguns sistemas do corpo humano, e a influencia da mídias sobre o corpo humano.
- Gostei foi interessante não estava ciente sobre assuntos como distúrbios alimentar sobre o IMC, sobre os alimentos que podem ou não fazer mal caso em seguida eu vá fazer alguma atividade física.
- Gostei muito.
- Trabalhou muitas tarefas boas e legais muito aprendizagem legal e importante.
- Gostei pois tinha vários conteúdos que não sabia como anatomia e fisiologia, aprendi coisa nova que vai ajudar bastante mais para frente.
- Eu aprendi sobre a anatomia e fisiologia do corpo algo que eu me interesse e realmente é interessante para minha evolução física.
- Gostei por que falou sobre o corpo físicos e alimentação, influência da mídia.
- Eu gostei porque trabalhamos coisas interessantes sobre anatomia, fisiologia e sobre alimentação saudável entre outras.
- desenvolvidos nesta unidade didática.
- Infelizmente na estrutura da educação brasileira de alguma forma esquecemos a importância da educação física em diferentes temas, como redes sociais e outras culturas antigas e civilizações como sabemos que o Brasil foi influenciado por padrões gordofóbico como imc que foi criado na Europa onde são utilizados em escolas públicas com conscientização do próprio governo e professores formados, e nem mesmo os estudantes possuem temas que abordam a questão assim causando inúmeros problemas como uma geração inteira moderna ficando em padrões antigos sem rumo a um futuro consciente de sua própria cultura, foi a primeira vez que vi um tema assim em sala de aula me conscientizando sobre a influencia da minha própria cultura que quer modelar meu corpo e quem eu sou diante da sociedade.

**Fonte:** Autor pesquisador (2024).

Analisando as respostas dos estudantes com relação aos sentidos e significados oportunizados mediante a participação voluntária nas intervenções pedagógicas, percebe-se que basicamente todos os envolvidos gostaram muito dos objetos de conhecimentos e das atividades desenvolvidas, onde para a maioria deles esses conteúdos e informações se apresentaram como novidade, algo que não tiveram acesso até o presente momento, e que, através da relação indissociável da teoria e prática presente nas abordagens de ensino contextualizadas, conheceram e vivenciaram objetos de conhecimentos que despertaram sentidos e significados em relação ao contexto individual e coletivo. Ou seja, só se aprende e se ressignifica algo quando se desperta sentidos e significados.

Como diz a autora Kawashima (2018), é necessário oportunizar uma relação com “o saber”, ou seja, é preciso “vivê-las” para despertar “sentido para alguém”. Desse modo, esses saberes devem permear as aulas de Educação Física, para que os estudantes consigam estabelecer relação individuais, coletivas e com o mundo, para aí sim, fazer “sentido” enquanto sujeito de sua própria vida.

Se, para o aluno, a Educação Física significa uma brincadeira, uma aula de recreação, de lazer, de esportes ou onde não se aprende nada de importante, é porque foi esta relação que estabeleceu com as aulas, e as experiências vivenciadas não fizeram sentido para ele. Se o aluno nega outras possibilidades de aprendizagem, clamando pelo esporte, é porque não conhece algo diferente daquilo. Como posso dizer que gosto ou valorizo algo que não conheço, que nunca experimentei? (Kawashima, 2018 p. 644).

Em síntese, para finalizar a análise de produção de informações referente ao presente subtópico, o questionário de saída apresentou os *feedbacks* dos estudantes em relação a compreensão e assimilação dos conhecimentos e seus sentidos e significados referente as unidades temáticas desenvolvidas, bem como saber se tanto as estratégias de ensino e os processos avaliativos foram eficientes e auxiliaram na construção do conhecimento. Assim, na medida do possível e em sua totalidade, o planejamento elaborado e ministrado pelo professor/pesquisador se mostrou eficiente e conseguiu despertar sentidos e significados em relação a intervenção pedagógica da unidade didática “Corpo e Saúde”.

Por fim, compartilho abaixo a fala de um estudante registrada na última figura do questionário de saída, que, ao meu ver, evidenciou a importância das temáticas desenvolvidas e o real impacto da aplicação da unidade didática “Corpo e Saúde” e seus efeitos para uma concepção de “Saúde Ampliada”:

Infelizmente na estrutura da educação brasileira de alguma forma esquecemos a importância da educação física em diferentes temas, como redes sociais e outras culturas antigas e civilizações como sabemos que o Brasil foi influenciado por padrões gordofóbico como IMC que foi criado na Europa onde são utilizados em escolas públicas com conscientização do próprio governo e professores formados, e nem mesmo os estudantes possuem temas que abordam a questão assim causando inúmeros problemas como uma geração inteira moderna ficando em padrões antigos sem rumo a um futuro consciente de sua própria cultura, foi a primeira vez que vi um tema assim em sala de aula me conscientizando sobre as influências da minha própria cultura que quer modelar meu corpo e quem eu sou diante da sociedade (Estudante M3).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Chegar ao final de um trabalho de pesquisa não significa que está tudo pronto e acabado, muito menos que foram esgotadas todas as possibilidades de questionamentos acerca do tema. Ademais, quando o objeto de estudo necessita de uma análise multifatorial, com o intuito de englobar todos os fatores condicionantes que permeiam o corpo e as práticas corporais, repletos de sentidos e significados explícitos e implícitos nas esferas culturais e sociais de uma população em um constante processo de evolução e mutação cultural e social.

Para escrever as considerações finais deste estudo, faz-se por necessário revisitar os principais objetivos e resultados alcançados, a fim de fornecer uma visão mais clara e abrangente sobre as contribuições da pesquisa. Assim sendo, o presente trabalho teve como objetivo investigar e compreender os sentidos atribuídos pelos estudantes do ensino médio em relação a uma unidade didática “Corpo e Saúde”.

Partindo desse escopo, iniciou-se o levantamento bibliográfico com o intuito de identificar os sentidos e as representações sociais atribuídas pelos estudantes do ensino médio em relação ao corpo e saúde, bem como reflexões sobre o conceito de Saúde Ampliada e os seus condicionantes para o bem-estar físico, mental e social, que acabou culminando na elaboração e aplicação da unidade didática “Corpo e Saúde”. E, por fim, buscou-se analisar as experiências e vivências dos estudantes do ensino médio em relação à unidade didática “Corpo e Saúde” sob a luz da concepção de Saúde Ampliada. Sendo assim, ao refletir sobre os dados obtidos e sobre as análises realizadas, podemos compreender melhor as implicações e possíveis desdobramentos desta investigação.

Dessa maneira, observa-se que o marco teórico deste estudo trouxe uma análise crítica sobre os marcos legais que dizem sustentar e fundamentar a Educação Física enquanto um componente curricular obrigatório no Ensino Médio, indo, assim, na contramão das opiniões de alguns autores, que discordam totalmente e afirmam que no novo Ensino Médio a Educação Física perdeu a obrigatoriedade e que apenas os componentes curriculares língua

portuguesa e matemática apresentam o status de obrigatórios, e que asseguram existir uma radicalização das hierarquias entres os saberes escolares, onde determinados conhecimentos (Matemática e Língua Portuguesa e Inglesa) valem muito mais do que outros.

E, apesar da defesa de um olhar abrangente sobre "saúde" em alguns documentos curriculares oficiais da área, há uma escassez de orientações ou propostas concretas que auxiliem os docentes a incluírem a "análise crítica sobre saúde" nas aulas. Dessa forma, com a falta de materiais didáticos e informações tangíveis sobre como desenvolver a concepção de "Saúde Ampliada", acaba-se por direcionar as concepções de saúde unicamente para o viés biológico.

Assim, o marco teórico contribuiu para analisar questões pertinentes que, de certa forma, estão direta e indiretamente ligadas aos anseios e expectativas tanto de discentes quanto de docentes em relação ao componente curricular da Educação Física, para um ensino valorativo, que oportunize o desenvolvimento de sentidos e significados em relação aos vários conhecimentos que abrangem essa disciplina.

Observou-se, também, no transcurso do universo da pesquisa, o relato e acontecimentos referentes à alguns imbróglis e situações complexas referente a escola onde se desenvolveu o projeto de pesquisa, na qual trazem à tona e relatam os mandos e desmandos que muitas unidades escolares (a nível nacional, estadual e municipal) já passaram ou estão à mercê de atores imbuídos sob o viés políticos que brincam de fazer "Escolas e de militarizar e desmilitarizar Escolas", de criar ou remodelar "Sistemas de Ensino sem dar transparência e ênfase na lisura do processo". Ademais, na realidade, a maioria desses atores não conhece a dinâmica de uma sala de aula, e muito menos os sentidos e significados repletos de sonhos e expectativas de uma comunidade escolar que vê o processo educacional como a única saída para amenizar as mazelas de uma sociedade capitalista.

Dessa forma, os resultados da pesquisa, quanto à aplicação da unidade didática, revelaram que a maioria dos temas selecionados se apresentaram como novidade para os estudantes do 1º ano do Ensino Médio. Tanto os objetos de conhecimento, quanto as atividades dinâmicas, os recursos audiovisuais e as estratégias de ensino problematizadas, desenvolvidas durante os oito encontros

da unidade didática “Corpo e Saúde”, conseguiram, de certa forma, impactar e aguçar a curiosidade dos estudantes, oportunizando momentos de pesquisa e reflexão. Além disso, desmitificaram informações propagadas pelo senso comum e pela mídia como verdades, envolvendo e demonstrando outros aspectos e condicionantes sociais que englobam a concepção de “Saúde Ampliada”.

Observou-se, também, a importância do planejamento das atividades pedagógicas e o processo de reflexão sobre a ação docente no decorrer da aplicação da unidade didática, com o intuito de sanar inconsistências e realizar ações que possam cativar a atenção dos estudantes. Assim, no trabalho docente, faz-se necessário o desenvolvimento da habilidade de reflexão sobre a ação, pois isso possibilita refletir sobre os objetivos que se pretende atingir de forma ampla e consistente através de experiências anteriores para uma nova ação (Moreira, 2008; Carabetta Junior, 2010).

Em síntese, tanto no transcurso de aplicação, bem como na análise dos efeitos da unidade didática “Corpo e Saúde”, foi possível perceber e oportunizar aos estudantes o desenvolvimento de habilidades de análise e reflexão sobre informações relacionadas à saúde e ao bem-estar físico, mental e social através dos pressupostos e concepções de “Saúde Ampliada”, capacitando-os a tomar decisões mais conscientes e responsáveis em relação aos cuidados com o corpo e a mente, e o despertar de uma autoimagem positiva e uma visão crítica em relação aos padrões sociais e midiáticos relacionados ao corpo e à saúde e suas condicionantes.

Entretanto, faz-se necessário descrever que, ao analisar essa unidade didática e seus efeitos sob a luz da totalidade multifatorial que envolve a concepção de “Saúde Ampliada” (alimentação, moradia, saneamento, meio ambiente, trabalho, renda, educação, transporte e lazer), percebe-se que ela não conseguiu abranger todos os requisitos que envolvem tal concepção, conforme descrito por autores e pelo professor/pesquisador do presente estudo.

Porém, tomo a liberdade de me expressar em primeira pessoa, e digo que hoje, nesse momento das considerações finais, vejo essa unidade didática como um rascunho de um professor que buscou e tentou despertar a conscientização dos estudantes a temas relevantes, que muitos não haviam vivenciados, e em tempos outrora foi explanado e ministrado de forma errônea, ancorados somente

nos viés biológico sem relação aos condicionantes sociais, culturais e disputas de poder que envolvem a visão de “Saúde Ampliada” e as práticas corporais.

Pois, após a leitura da aplicação e da análise da unidade didática e seus efeitos, eu, enquanto professor/pesquisador, ou até mesmo no papel de leitor dessa dissertação, com certeza, elaboraria uma unidade didática “Corpo e Saúde” mais completa e abrangente sob a Luz da concepção de Saúde Ampliada. Ou seja, essa unidade didática aqui tanto descrita e analisada, não pode ser considerada como um produto pronto e acabado (receita de bolo), que irá produzir os mesmos efeitos em todos os tempos e locais, visto que estamos em um processo de constante transformação e evolução cultural e social.

Dessa forma, espera-se que este estudo, bem como a unidade didática e o produto educacional, sirva como um aporte (pontapé inicial) para que professores e pesquisadores fomentem a concepção de “Saúde Ampliada”, seja nas escolas, em congressos científicos, contribuindo assim, para a quebra dos grillhões biológicos que ainda permeiam as temáticas relacionadas ao “Corpo e Saúde”, e para que possa também, surgir novos olhares e concepções impensadas até o presente momento sob a luz da visão de Saúde Ampliada.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Geraldine Leal Martins et al. A EDUCAÇÃO MUDIÁTICA E O COMBATE AS FAKE NEWS. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 5, p. 1470-1480, 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.51891/rease.v8i5.5564>>. Acesso: 12 mai. 2024.
- ARAÚJO, Denise Sardinha Mendes Soares de; ARAÚJO, Claudio Gil Soares de. Aptidão física, saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adultos. **Revista brasileira de medicina do esporte**, v. 6, p. 194-203, 2000. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1517-86922000000500005>>. Acesso: 10 mai. 2024.
- BARBOSA, Giovanna et al. Estudantes da UFRN: Fatores que Facilitam ou Dificultam a Alimentação Saudável. **1º Encontro sobre Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas – EPASE Natal 2016**. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/profile/Ginetta-Amorim/publication/342671306\\_Encontro\\_sobre\\_Promocao\\_da\\_Alimentacao\\_Saudavel\\_nas\\_Escolas\\_Partilhando\\_ideias\\_semeando\\_atitudes/links/5effd33492851c52d616e240/Encontro-sobre-Promocao-da-Alimentacao-Saudavel-nas-Escolas-Partilhando-ideias-semeando-atitudes.pdf#page=17](https://www.researchgate.net/profile/Ginetta-Amorim/publication/342671306_Encontro_sobre_Promocao_da_Alimentacao_Saudavel_nas_Escolas_Partilhando_ideias_semeando_atitudes/links/5effd33492851c52d616e240/Encontro-sobre-Promocao-da-Alimentacao-Saudavel-nas-Escolas-Partilhando-ideias-semeando-atitudes.pdf#page=17)>. Acesso: 03 mar. 2024.
- BATISTA, Eliza Damiane Woloszyn; ARBIGAUS, Lindamir Pozzo; SIMÃO, Tathiane Lucas. **Programas para grupos especiais – primeiros socorros**. Indaial: UNIASSELVI, 2018. Disponível em: <<https://www.uniassevi.com.br/extranet/layout/request/trilha/materiais/livro/livro.php?codigo=25615>>. Acesso: 08 fev. de 2024.
- BATISTA, Jéssica Gomes; MALDONADO, Daniel Teixeira. Corpo, Padrão de Beleza, Saúde e Educação Física Escolar: construindo novas formas de olhar. **Profiscientia**, n. 16, p. e2022001-e2022001, 2022. Disponível em: <<https://profiscientia.ifmt.edu.br/profiscientia/index.php/profiscientia/article/download/163/160>>. Acesso: 08 abr. de 2024.
- BATISTA, Jefferson Isaac; DE OLIVEIRA, Alessandro. Efeitos psicofisiológicos do exercício físico em pacientes com transtornos de ansiedade e depressão. **Corpoconsciência**, p. 1-10, 2015. Disponível em: <<https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/3974>>. Acesso: 04 mai. 2024.
- BELTRÃO, José Arlen; TEIXEIRA, David Romão; TAFFAREL, Celi Nelza Zulke. A educação física no novo Ensino Médio: implicações e tendências promovidas pela reforma e pela BNCC. **Práxis Educacional**, v. 16, n. 43, p. 656-680, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.22481/rpe.v16i43.7024>>. Acesso: 12 jun. 2024.
- BELTRÃO, José Arlen; TEIXEIRA, David Romão; TAFFAREL, Celi Nelza Zulke. A supressão da Educação Física nas matrizes curriculares do novo

Ensino Médio. **Revista Ponto de Vista**, v. 13, n. 2, p. 1-20, 2024. Disponível em: <<https://periodicos.ufv.br/RPV/article/view/17037>>. Acesso: 13 jun. 2024.

BOGDAN, Robert; BIKLEN, Sari. **Investigação qualitativa em educação**: uma introdução à teoria e aos métodos. Portugal: Porto Editora, 1994. cap. 1 e 2, p. 48-52. Disponível em: <<https://ria.ufrn.br/123456789/1119>>. Acesso: 29 jun. 2023.

BONETTO, Pedro Xavier Russo. A perspectiva cultural da educação física e a temática da saúde. **Temas em educação física escolar**, v. 5, n. 2, p. 28-43, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.33025/tefe.v5i2>>. Acesso: 19 jun. 2024.

BRANDOLIN, Fábio; KOSLINSKI, Mariane Campelo; SOARES, Antonio Jorge Gonçalves. A percepção dos alunos sobre a educação física no ensino médio. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 26, p. 601-610, 2015. Disponível em: <<https://doi.org/10.4025/reveducfis.v26i4.29836>>. Acesso: 22 jun. 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. MEC, 2018. Disponível em: <[http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/historico/BNCC\\_EnsinoMedio\\_embaixa\\_site\\_110518.pdf](http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/historico/BNCC_EnsinoMedio_embaixa_site_110518.pdf)>. Acesso: 23 jun. 2023.

BRASIL. **Ministério da Educação**. Sancionada lei Lei nº 14.945/2024 que reestrutura o ensino médio. Disponível em: <<https://www.gov.br/mec/pt-br/assuntos/noticias/2024/agosto/sancionada-lei-que-reestrutura-o-ensino-medio>>. Acesso: 14 jan. 2024.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física/Secretaria de Ensino Fundamental (3º e 4º Ciclos)**. Brasília: MEC/SEF, 1998. BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/fisica.pdf>>. Acesso: 10 jul. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde (MS). **Guia Alimentar para a População Brasileira Brasília: MS**; 2014. Brasil. Disponível em: <[https://bvsm.sau.de.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2ed.pdf](https://bvsm.sau.de.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf)>. Acesso: 23 jul. 2024.

\_\_\_\_\_. **Base Nacional Comum Curricular. 2ª versão. Brasília: MEC**, 2016. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/docman/maio-2016-pdf/40791-bncc-proposta-preliminar-segunda-versao-pdf/file>>. Acesso: 27 jun. 2023.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação, Secretaria de Educação Média e Tecnológica. **Parâmetros Curriculares Nacionais: ensino médio. Brasília, DF: Ministério da Educação, Secretaria de Educação Média e Tecnológica**, 2000. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/blegais.pdf>>. Acesso: 09 jul. 2023.

\_\_\_\_\_. PCN+ ensino médio: orientações educacionais complementares aos parâmetros curriculares nacionais. **Linguagens, códigos e suas tecnologias**. Brasília, DF: Secretaria de Educação Média e Tecnológica/MEC, 2002. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/linguagens02.pdf>. Acesso em 11 de jul de 2023.

BRASIL, Vivências. Relatório final. In: Conferência Nacional de Saúde, VIII. Brasília: **Ministério da Saúde**. 1986. Disponível em: <[https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/8\\_conferencia\\_nacional\\_saude\\_r elatorio\\_final.pdf](https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/8_conferencia_nacional_saude_r elatorio_final.pdf)>. Acesso: 20 jun. 2024.

BRASIL. Presidência da República. **Lei nº 13.415, de 16 de fevereiro de 2017**. Diário Oficial, Brasília, 16 de fev. 2017; 196º da Independência e 129º da República.

CARABETTA JÚNIOR, Valter. Rever, pensar e (re) significar: a importância da reflexão sobre a prática na profissão docente. **Revista brasileira de educação médica**, v. 34, p. 580-586, 2010. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0100-55022010000400014>>. Acesso: 19 mai. 2024.

CARVALHO, Tales. Sedentarismo, o inimigo público número um. **Rev Bras Med Esporte** \_ Vol. 5, Nº 3 – Mai/Jun, 1999. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbme/a/QkXRZqrBPJczxXCqK95tx7m/?format=pdf>>. Acesso: 30 mar. 2024.

CORREIA, Walter Roberto. **Educação Física no ensino médio: questões impertinentes**. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura, 2011. Disponível em: <[https://play.google.com/books/reader?id=StUNEAAAQBAJ&pg=GBS.PT104\\_167](https://play.google.com/books/reader?id=StUNEAAAQBAJ&pg=GBS.PT104_167)>. Acesso: 20 jun. 2023.

CUNHA, J. **Acidentes de Trabalho com Adolescentes: Compreendendo as Consequências aos Jovens Trabalhadores**. 2018. 120f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Faculdade de Medicina, Universidade Estadual Paulista, Botucatu, 2018. Disponível em: <[https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/153318/cunha\\_j\\_me\\_bot.p df?sequence=3](https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/153318/cunha_j_me_bot.p df?sequence=3)>. Acesso: 03 out. 2024.

DAMIANI, Magda Floriana et al. Discutindo pesquisas do tipo intervenção pedagógica. **Cadernos de educação**, n. 45, p. 57-67, 2013. Disponível em: <<https://doi.org/10.15210/caduc.v0i45.3822>>. Acesso: 17 jun. 2023.

DARIDO, Suraya Cristina et al. Educação física no ensino médio: reflexões e ações. **Motriz. Journal of Physical Education**. UNESP, p. 138-145, 1999. Disponível em: <<https://doi.org/10.5016/8728>>. Acesso: 30 jun. 2023.

DEVIDE, Fabiano Pries. Educação Física escolar como via de educação para a saúde. **A saúde em debate na Educação Física**, v. 1, p. 137-150, 2003. Disponível em:

<[https://www.ensinoeinformacao.com/files/ugd/26a617\\_ebaa89aeede7413d9438f660d0d6d90e.pdf#page=134](https://www.ensinoeinformacao.com/files/ugd/26a617_ebaa89aeede7413d9438f660d0d6d90e.pdf#page=134)>. Acesso: 03 set. 2024.

FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo; GONZÁLEZ, Fernando Jaime. Desafios da legitimação da Educação Física na Escola Republicana. Horizontes - **Revista de Educação** ISSN 2318-1540, [S. l.], v. 1, n. 2, p. 33–42, 2013. Disponível em: <<https://ojs.ufgd.edu.br/index.php/horizontes/article/view/3163>>. Acesso em: 26 jun. 2023.

FERREIRA, Mayara Luana dos Santos; GRAEBNER, Luciane; MATIAS, Thiago Sousa. Percepção de Alunos Sobre as Aulas de Educação Física no Ensino Médio. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 17, n. 3, 2014. DOI: 10.5216/rpp.v17i3.25587. Disponível em: <<https://revistas.ufg.br/pef/article/view/25587>>. Acesso em: 29 mar. 2024.

FURTADO, Renan Santos. Práticas corporais e educação física escolar: sentidos e finalidades. **Corpoconsciência**, p. 156-167, 2020. Disponível em: <<https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/8600>>. Acesso: 19 abr. 2024.

FREIRE, Paulo. **Conscientização: teoria e prática da libertação: uma introdução ao pensamento de Paulo Freire / Paulo Freire**; [tradução de Kátia de Mello e Silva; revisão técnica de Benedito Eliseu LeiteCintra]. – São Paulo: Cortez & Moraes, 1979. Disponível em: <<https://eneenf.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/09/paulo-freire-conscientizac3a7c3a30.pdf>>. Acesso: 17 jan. 2025.

FRENZEL, Heloiza de Sousa; BARDAGI, Marucia Patta. Adolescentes trabalhadores brasileiros: um breve estudo bibliométrico. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 14, n. 1, p. 79-88, 2014. Disponível em: <[https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1984-66572014000100007&script=sci\\_arttext#1](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1984-66572014000100007&script=sci_arttext#1)>. Acesso: 03 out. 2024.

GARIGLIO, José Ângelo; ALMEIDA JUNIOR, Admir Soares; OLIVEIRA, Cláudio Márcio. O “Novo” Ensino Médio: implicações ao processo de legitimação da Educação Física. **Motrivivência**, v. 29, n. 52, p. 53-70, 2017. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.5007/2175-8042.2017v29n52p53>>. Acesso: 14 jun. 2024.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 1999.

GÓES, Maria Cecília Rafael; CRUZ, Maria Nazaré. Sentido, significado e conceito: notas sobre as contribuições de Lev Vigotski. **Pro-Posições**. Campinas, SP, v. 17, n. 2, p. 31–45, 2016. Disponível em: <<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/proposic/article/view/8643627>>. Acesso em: 25 jun. 2023.

GOUVÊA, Bruno dos Santos. O Conceito Ampliado de Saúde no Chão da Quadra: desafios e possibilidades no contexto da pandemia de covid-19. **Temas em Educação Física Escolar**, v. 5, n. 2, p. 44-64, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.33025/tefe.v5i2>>. Acesso: 19 jun. 2024.

GOLIN, Carlo Henrique; MOREIRA, Wagner Wey. Educação física no ensino médio: produção teórica e o “chão da quadra”. **SciELO Preprints**, 2022. DOI: 10.1590/SciELOPreprints.4253. Disponível em: <<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/4253>>. Acesso em: 28 jun. 2023.

GOMES, Vanuza Cristina.Larissa Beraldo. **A História do Professor de Letras Durante o Processo de Escolarização do Município de Colíder entre 1975 e 2010 / Vanuza Cristina Gomes – Sinop, 2021**. 308 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Dissertação/Mestrado) – Curso de Pós-graduação Stricto Sensu (Mestrado Acadêmico) Letras, Faculdade de Educação e Linguagem, Câmpus de Sinop, Universidade do Estado de Mato Grosso, 2021.

ICE, Instituto de Corresponsabilidade pela Educação. **Cadernos de Formação da Escola da Escolha** - Cad 04 - Concepção do Modelo Pedagógico. Disponível em: <<file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Cad%2004%20-%20Concepcao%20do%20Modelo%20Pedagogico.pdf>>. Acesso: 20 mar. 2024.

JUCÁ, Luan Gonçalves; MALDONADO, Daniel Teixeira; BARRETO, Samara Moura. Na corda bamba de sombrinha: a Educação Física no fio da história na base nacional comum curricular do ensino médio. **Motrivivência**, v. 35, n. 66, p. 1-17, 2023. Disponível em: <<https://doi.org/10.5007/2175-8042.2023.e93798>>. Acesso: 14 jun. 2024.

JIMENEZ, Maria Luisa Jimenez. Gordofobia: injustiça epistemológica sobre corpos gordos. **Revista Epistemologias do Sul**, v. 4, n. 1, p. 144-161, 2020. Disponível em:<<https://revistas.unila.edu.br/epistemologiasdosul/article/download/2643/2534>>. Acesso: 09 abr. 2024.

KAWASHIMA, Larissa Beraldo; MOREIRA, Evando Carlos. A Educação Física no Ensino Médio. In: KAWASHIMA, Larissa Beraldo; MOREIRA, Evando Carlos (orgs.). **Educação Física no Ensino Médio: reflexões e práticas exitosas**. [e-book]. Cuiabá-MT: EdUFMTDigital, 2020, p. 13-34.

KAWASHIMA, Larissa Beraldo. **Sentidos e significados da Educação Física para os alunos do IFMT – campus São Vicente: a pesquisa-ação como forma de construção coletiva de conhecimentos**. 723f. Tese (Doutorado em Educação). Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal do Mato Grosso, Cuiabá, MT, 2018.

LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de Metodologia científica**. 5. Ed. São Paulo: Atlas 2003.

LIBERALI, Rafaela; VIEIRA, Simone. A. P. **Fisiologia do Exercício**. Indaiá: UNIASSELVI, 2016.

LIMA, Marisa Mello de. Mercadorização do corpo, corpolatria e o papel do profissional de Educação Física. **Revista Estudos-Vida e Saúde** (Revista de Ciências Ambientais e Saúde), v. 36, n. 5, p. 1061-1071, 2009. Disponível em: < <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/estudos/article/view/1174>>. Acesso: 20 abr. 2024.

MALDONADO, Daniel Teixeira. Educação Física Escolar, corpo e saúde: problematizações a partir das Ciências Humanas. **Corpoconsciência**. Cuiabá/MT, v. 26, n. 1, p. 1-19, 2022. Disponível em: DOI: <<https://doi.org/10.51283/rc.v26i1.12105>>. Acesso: 18 jun. 2024.

MALDONADO, Daniel Teixeira; SILVA, Dirceu Santos; DE SOUSA, Fábio Cunha. Apresentação: Reforma do Ensino Médio e a Disciplina de Educação Física nos Estados Brasileiros: impactos na prática pedagógica. **Cadernos de Formação RBCE**, v. 15, n. 1, 2024. Disponível em: < [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/\\_Apresenta%C3%A7%C3%A3o.pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/_Apresenta%C3%A7%C3%A3o.pdf)>. Acesso: 15 jan. 2024.

MALHEIROS, Bruno Taranto. **Metodologia da pesquisa em educação**. Rio de Janeiro: LTC, 2011. 23 cm. – (Educação).

MANTOVANI, Thiago Villa Lobos; MALDONADO, Daniel Teixeira; FREIRE, Elisabete dos Santos. A relação entre saúde e Educação Física Escolar: uma revisão integrativa. **Movimento**. Porto Alegre, v. 27, e-27008, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.22456/1982-8918.106792>>. Acesso: 17 jun. 2024.

MARQUES, Rodrigo et al. A educação física no ensino médio e os exames standardizados: uma análise das questões do enem. **Movimento**, v. 27, p. e27076, 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.22456/1982-8918.113585>>. Acesso: 12 jun. 2024.

MATO GROSSO. Documento de Referência Curricular para Mato Grosso/Ensino Fundamental. **Caderno Pedagógico Anos Finais do Ensino Fundamental – Educação Física** – 2020. Disponível em: <[https://drive.google.com/file/d/1eT9wbaitCIQj66A2rfrkRPEPzc78R\\_U0/view](https://drive.google.com/file/d/1eT9wbaitCIQj66A2rfrkRPEPzc78R_U0/view)>. Acesso: 03 jul. 2023.

MATO GROSSO. Documento de Referência Curricular para Mato Grosso/Ensino Médio. **Linguagem e Suas Tecnologias**. Versão Homologada 2021. Disponível em: <<file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4.%20LGG%20DRC-MT-EM%20-%20pub.pdf>>. Acesso: 03 mai. 2023.

MELO, José Pereira de. O corpo como rascunho: reflexões sobre o corpo e a aparência na adolescência. **Conexões**, v. 16, n. 2, p. 147-159, 2018. Disponível em:

<<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/download/8653002/18352>>. Acesso: 22 mai. 2024.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento**: pesquisa qualitativa em saúde. 9 ed. São Paulo: Hucitec, 2006.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. O Desafio Da Pesquisa Social. In: DESLANDES, S. F. **Pesquisa social**: teoria, método e criatividade. 29. Ed. – Petrópolis, RJ, Vozes, 2010, p. 9-29.

MORA, Ticiania Camila. **Anatomia e fisiologia Humanas**. Indaial: Uniasselvi, 2012.

MONTEIRO, Luciana Zaranza *et al.* Hábitos alimentares, atividade física e comportamento sedentário entre escolares brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2015. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 23, p. e200034, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00061016>>. Acesso: 10 mai. 2024.

MOREIRA, Evando Carlos. Pensando e planejando a Educação Física escolar. In: **III Congresso Centro-Oeste de Ciências do Esporte**. 2008. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/profile/Evando-Moreira/publication/265816075\\_PENSANDO\\_E\\_PLANEJANDO\\_A\\_EDUCACAO\\_FISICA\\_ESCOLAR/links/57d1857408ae5f03b48a91e6/PENSANDO-E-PLANEJANDO-A-EDUCACAO-FISICA-ESCOLAR.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Evando-Moreira/publication/265816075_PENSANDO_E_PLANEJANDO_A_EDUCACAO_FISICA_ESCOLAR/links/57d1857408ae5f03b48a91e6/PENSANDO-E-PLANEJANDO-A-EDUCACAO-FISICA-ESCOLAR.pdf)>. Acesso: 18 mai. 2024.

NEIRA, Marcos Garcia; SOUZA JÚNIOR, Marcílio. A Educação Física na BNCC: procedimentos, concepções e efeitos. **Motrivivência**, v. 28, n. 48, p. 188-206, 2016. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.5007/2175-8042.2016v28n48p188>>. Acesso: 27 jun. 2023.

NETO, Inácio Brandl; CAMPOS, Ivanir Glória de. A influência da mídia sobre o ser humano na relação com o corpo e a auto-imagem de adolescentes. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 9, n. 17, p. 87-99, 2010. Disponível em: <<https://saber.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/article/view/4531>>. Acesso: 04 set. 2024.

OLIVEIRA, Oséias Santos de et al. Gestão democrática da escola pública: a participação da comunidade. 148 f.: 29 cm. Dissertação (Mestrado) – **Universidade de Passo Fundo**, 2007. Disponível em: <<http://tede.upf.br:8080/jspui/handle/tede/633>>. Acesso: 29 jun. 2024.

OTTAWA, A CARTA DE. A Promoção da Saúde. In: **1ª Conferência Internacional, Canadá**. 1986. p. 17-21. Disponível em: <[https://www.iasaude.pt/attachments/article/152/Carta\\_de\\_Otawa\\_Nov\\_1986.pdf](https://www.iasaude.pt/attachments/article/152/Carta_de_Otawa_Nov_1986.pdf)>. Acesso: 19 jun. 2024.

PALMA, Alexandre de. Educação Física, corpo e saúde: uma reflexão sobre outros “modos de olhar”. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 22, n.

2, 2001. Disponível em:  
<<http://rbce.cbce.org.br/index.php/RBCE/article/download/410/384>>. Acesso:  
20 jun. 2024.

PALMA, Alexandre. Saúde na Educação Física Escolar: diálogos e possibilidades a partir do conceito ampliado de saúde. **Temas em Educação Física Escolar**. Rio de Janeiro, v. 5, n. 2, p. 5-15, 2020. Disponível em:  
<<https://doi.org/10.33025/tefe.v5i2.3025>>. Acesso: 17 jun. 2024.

PALMA, Alexandre. Tensões e possibilidades nas interações entre educação física, saúde e sociedade. In. **Ciências do Esporte, Educação Física e Produção do Conhecimento em 40 Anos de CBCE**. v.11, cap. 1, p. 16-27, 2020. Disponível em:  
<<https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/234013/001122223.pdf?sequenc e=1>>. Acesso: 25 jul. 2024.

PIANEZZER, Lúcia Cristiane Moratelli. Movimento, Saúde e Qualidade de Vida. In. **Metodologia do ensino de atletismo**, p. 229-234. UNIASSELVI, 2016.

PRADO, Vagner Matias do; ALTMANN, Helena; RIBEIRO, Arilda Ines Miranda. Condutas naturalizadas na educação física: uma questão de gênero. **Currículo sem fronteiras**, v. 16, n. 1, p. 59-77, 2016. Disponível em: <  
<https://scholar.archive.org/work/3mj5nqdqvrhi3mftdpu5wwedeq/access/wayback/http://www.curriculosemfronteiras.org/vol16iss1/articles/prado-altmann-ribeiro.pdf>>. Acesso: 29 abr. 2024.

REVERDITO, Riller Silva; SCAGLIA, Alcides José; PAES, Roberto Rodrigues. Pedagogia do esporte: panorama e análise conceitual das principais abordagens. **Motriz Revista de Educação Física**, p. 600-610, 2009. Disponível em: <<https://doi.org/10.5016/2478>>. Acesso: 27 jun. 2024.

RODRIGUES, Thayuany de Jesus. Quilômetros da fome: As debilidades da uberização do trabalho e a subordinação do novo sujeito neoliberal. **Laborare**, 6(10), 178–190. Disponível em: < <https://doi.org/10.33637/2595-847x.2023-187>>. Acesso: 23 jul. 2024.

RUIZ, João Álvaro. **Metodologia Científica**: Guia para eficiência nos estudos. 4. ed. São Paulo: Atlas, 1996.

SÁ, Idalina Rosa Mendes da Rocha et al. **O que pensam os alunos sobre a reprovação escolar**: Vivências de Alunos do Ensino Médio do IFPI/Campus Floriano. 2018. Disponível em:<<http://bibliotecatede.uninove.br/handle/tede/1764>>. Acesso: 30 abr. 2024.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do Trabalho Científico**. – 23. ed. rev. e atual. – São Paulo: Cortez, 2007.

SILVA, Paulo Vinícius Carvalho; COSTA JUNIOR, Áderson Luiz. Efeitos da atividade física para a saúde de crianças e adolescentes. **Psicologia Argumento**, Curitiba, v. 29, n. 64, p. 41-50. jan./mar. 2011. Disponível em: <<http://www2.pucpr.br/reol/pb/index.php/pa?dd99=issue&dd0=269>>. Acesso em: 23 abr. 2024.

SILVA, Michele Pereira. Participação da comunidade escolar na gestão democrática: os mecanismos de participação. 2014. 68 f. Monografia (Especialização em Gestão Escolar) **Universidade de Brasília**, Brasília, 2014. Disponível em: <<https://bdm.unb.br/handle/10483/9141>>. Acesso: 29 jun. 2024.

SILVA, Angélica Caetano da. Tematizando o discurso da mídia sobre saúde com alunos do ensino médio. **Motrivivência**, n. 37, p. 115-122, 2011. Disponível: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/24454>>. Acesso: 16 abr. 2024.

SOARES, Carmen Lúcia. Educação Física escolar: conhecimento e especificidade. **Revista Paulista de Educação Física**, p. 6-12, 1996. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/rpef/article/download/139637/134931>>. Acesso: 22 jun. 2023.

SOUSA, Fábio Cunha *et al.* O Novo Ensino Médio e suas Repercussões para a Educação Física. **Cadernos de Formação RBCE**, v. 15, n. 1, 2024. Disponível em: < <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Artigo+1.pdf>>. Acesso: 15 jan. 2024.

SOUZA, Kênia Paulino de Queiroz; PINHO, Maria José de. Criatividade e inovação na escola do século XXI: uma mudança de paradigmas. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, v. 11, n. 4, p. 1906-1923, 2016. Disponível em: < <http://dx.doi.org/10.21723/riaee.v11.n4.6636>>. Acesso: 20 mai. 2024.

SCHIMITT, Beatriz Dittrich. BATAGLION, Giandra Anceski. **Medidas e Avaliação em Educação Física**. Indaial: UNIASSELVI, 2017.

ULASOWICZ, Carla; PEIXOTO, João Raimundo Pereira. Conhecimentos conceituais e procedimentais na Educação Física escolar: a importância atribuída pelo aluno. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 3, n. 3, 2004. Disponível em: <<https://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/1320>>. Acesso: 17 mai. 2024.

VALENTIM, Emanuele de Araujo *et al.* Fatores associados à adesão à alimentação escolar por adolescentes de escolas públicas estaduais de Colombo, Paraná, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, p. e00061016, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00061016>>. Acesso: 02 mar. 2024.

VILARTA, Roberto et al. Alimentação saudável, atividade física e qualidade de vida. **Campinas: IPES Editorial**, v. 229, 2007. Disponível em: <<https://www.academia.edu/download/58408963/Alimentacaosaudavelatividadefisicaequalidadedevida.pdf>>. Acesso: 12 mar. 2024.

## **APÊNDICES**

### **APÊNDICE A - CARTA DE APRESENTAÇÃO DO PROJETO**

Colíder, 04 de agosto de 2023.

Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF)

À Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros

**A/C Juliana Oliveira Costa e Santos**

Diretora da Unidade Educacional

**Prezada Diretora,**

O Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF) da Universidade Federal de Mato Grosso, sob a coordenação do Professor Doutor Evando Carlos Moreira, apresenta e solicita que o mestrando Hemerson Lowe dos Santos, realize a coleta de dados para o desenvolvimento do seu trabalho de mestrado na Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros da Rede de Ensino do Estado de Mato Grosso no município de Colíder.

O objetivo do estudo é analisar e compreender os sentidos atribuídos pelos estudantes do ensino médio em relação a uma unidade didática “Corpo e Saúde”, com o intuito de ampliar o entendimento dos estudantes sobre o corpo humano e saúde em relação a práticas corporais, bem como desenvolver uma abordagem educacional que contribua para o despertar da conscientização dos educandos em relação aos cuidados com corpo, adoção de comportamentos saudáveis e prática regular de atividade física.

A importante cooperação de V.Sa., ao aceitá-lo, demonstra, sem dúvida alguma, sua participação nesse trabalho fundamental ao processo de formação profissional desse pesquisador e também dos integrantes dessa comunidade escolar. Sua identidade e da instituição da qual faz parte serão preservadas, pois os dados serão apresentados com a maior confiabilidade e fidedignidade possível, mantendo sempre em sigilo as informações pessoais dos participantes, conforme determina o rigor científico dos trabalhos acadêmicos.

Toda e qualquer dúvida poderá ser solucionada por meio do contato com o docente responsável pela orientação desta pesquisa, Profa. Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Beraldo Kawashima, pelo telefone 65 98134 - 4010 ou pelo e-mail [larissa.kawashima@ifmt.edu.br](mailto:larissa.kawashima@ifmt.edu.br), ou também com a pesquisador Hemerson Lowe dos Santos, pelo telefone 66 99637 - 0586 ou pelo e-mail [hemersonlowe2016@gmail.com](mailto:hemersonlowe2016@gmail.com).

Agradecemos a colaboração e colocamo-nos a disposição para eventuais esclarecimentos. Atenciosamente,

---

Hemerson Lowe dos Santos

Acadêmico do Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional  
(PROEF) da UFMT

---

Profa. Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Beraldo Kawashima  
Orientadora da pesquisa

## **APÊNDICE B - CARTA DE ANUÊNCIA PARA AUTORIZAÇÃO DE REALIZAÇÃO DE PESQUISA**

Ilmo. Sr. Diretor da DRE – Sinop  
Sidnei da Silva Carvalho

Solicitamos autorização institucional para realização da pesquisa do Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF) da Universidade Federal de Mato Grosso, do mestrando Hemerson Lowe dos Santos, sob orientação Profa. Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Beraldo Kawashima, a ser realizada na Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros da Rede Estadual de Mato Grosso no Município de Colíder, tendo como o objetivo analisar e compreender os sentidos atribuídos pelos estudantes do ensino médio em relação a uma unidade didática “Corpo e Saúde”, com o intuito de ampliar o entendimento dos estudantes sobre o corpo humano e saúde em relação a práticas corporais, bem como desenvolver uma abordagem educacional que contribua para o despertar da conscientização dos educandos em relação aos cuidados com corpo, adoção de comportamentos saudáveis e prática regular de atividade física.

Ressaltamos que os dados coletados serão mantidos em absoluto sigilo cumprindo as determinações éticas da Resolução nº466/2012 CNS/CONEP, tendo a garantia de solicitar e receber esclarecimentos antes, durante e depois do desenvolvimento da pesquisa. Salientamos ainda que tais dados sejam utilizados tão somente para realização deste estudo.

Na certeza de contarmos com a colaboração e empenho do Núcleo Regional de Educação - NRE, por meio desta coordenadoria, agradecemos antecipadamente a atenção, ficando à disposição para quaisquer esclarecimentos que se fizerem necessária.

Colíder-MT, 04 de agosto de 2023

---

Hemerson Lowe dos Santos



## APÊNDICE C – SOLICITAÇÃO PARA COLETA DE DADOS

Ilmo. Sr. **Juliana Oliveira Costa e Santos**

Diretora da Unidade Educacional

Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros

Solicitamos autorização institucional para realização da pesquisa, bem como a coleta de dados no período de fevereiro a agosto de 2024, relacionada a pesquisa intitulada **“DESSENDANDO OS SEGREDOS DO CORPO HUMANO: Corpo e Saúde Como Unidade Didática na Educação Física Escolar”**, do mestrando Hemerson Lowe dos Santos, sob orientação Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Beraldo Kawashima, a ser realizada na Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros, tendo como o objetivo analisar e compreender os sentidos atribuídos pelos estudantes do ensino médio em relação a uma unidade didática “Corpo e Saúde”, com o intuito de ampliar o entendimento dos estudantes sobre o corpo humano e saúde em relação a práticas corporais, bem como desenvolver uma abordagem educacional que contribua para o despertar da conscientização dos educandos em relação aos cuidados com corpo, adoção de comportamentos saudáveis e prática regular de atividade física.

Ressaltamos que os dados coletados serão mantidos em absoluto sigilo cumprindo as determinações éticas da Resolução nº466/2012 CNS/CONEP, tendo a garantia de solicitar e receber esclarecimentos antes, durante e depois do desenvolvimento da pesquisa. Salientamos ainda que tais dados sejam utilizados tão somente para realização deste estudo.

Na certeza de contarmos com a colaboração e empenho da Secretaria Municipal de Educação, por meio desta coordenadoria, agradecemos antecipadamente a atenção, ficando à disposição para quaisquer esclarecimentos que se fizerem necessária.

Colíder-MT, 04 de agosto de 2023

---

Hemerson Lowe dos Santos

Acadêmico do Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional  
(PROEF) da UFMT

---

Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Beraldo Kawashima  
Orientadora da pesquisa

Concordamos com a solicitação       Não concordamos com a solicitação

---

Juliana Oliveira Costa e Santos  
Diretora da Unidade Educacional

**APÊNDICE D - ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO – ALE**  
**(Para preenchimento do estudante)**

Colíder - MT, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2024.

Prezado aluno (a), conforme autorização prévia dada pelos pais ou responsáveis, você está sendo convidado (a) para participar da pesquisa **“DESVENDANDO OS SEGREDOS DO CORPO HUMANO: Corpo e Saúde Como Unidade Didática na Educação Física Escolar”**. A pesquisa será conduzida pelo pesquisador, Hemerson Lowe dos Santos, professor de Educação Física, docente efetivo da Rede Estadual de Educação de Mato Grosso, professor desta unidade de ensino e acadêmico do Curso de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF) da Universidade Federal de Mato Grosso, Campus Cuiabá, sob a orientação da Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Beraldo Kawashima.

O objetivo do presente estudo é analisar e compreender os sentidos atribuídos pelos estudantes do ensino médio em relação uma unidade didática “Corpo e Saúde”, com o intuito de ampliar o entendimento dos estudantes sobre o corpo humano e saúde em relação a práticas corporais, bem como desenvolver uma abordagem educacional que contribua para o despertar da conscientização dos educandos em relação aos cuidados com corpo, adoção de comportamentos saudáveis e prática regular de atividade física para alunos do 3º ano do Ensino Médio da Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros da Cidade de Colíder Estado de Mato Grosso. A direção da escola está ciente e permitiu a realização da pesquisa, que será realizada nas dependências da própria unidade de ensino onde você está matriculado (a), no horário normal das aulas de Educação Física e demais disciplinas.

Os procedimentos realizados no estudo serão os seguintes: O Assentimento Livre e Esclarecido – ALE, será emitido em 2 vias idênticas, onde deverá ser assinado pelo professor pesquisador e pelo estudantes em todas as páginas e entregar juntamente com o Consentimento Livre e Esclarecido – CLE, assinado pelo professor pesquisador e pelo seu responsável em todas as páginas. É importante salientar também, que você terá acesso ao registro do consentimento e do assentimento sempre que solicitar. Assim, você participará deste estudo, realizando as aulas de Educação Física, durante todo o primeiro

bimestre que irão tratar de atividades e métodos de ensino contextualizados, que possam despertar a conscientização dos agentes envolvidos, sobre as origens, valores e significados das práticas corporais enquanto um movimento histórico, cultura e social, bem como, o conhecimento sobre o corpo e as reações fisiológicas, que ocorrem durante e após as práticas corporais na Educação Física e sua importância para obtenção e conservação da saúde. Você também deverá responder dois questionários, o questionário diagnóstico (no início da pesquisa), um questionário de saída (no final da pesquisa). Durante a pesquisa será utilizado registro de imagem, vídeo e áudio, com o intuito de obter evidências visuais concretas, e enriquecer a qualidade e a profundidade do trabalho realizado, reforçando assim, os dados e argumentos apresentados no presente projeto de pesquisa.

Os Benefícios das pesquisas estão classificados em direto e indireto. Desta forma, os benefícios diretos estão pautados em oportunizar aos estudantes aulas mais atrativas, despertando assim, a conscientização individual e coletiva sobre a importância nos cuidados com o corpo e a preservação e conservação da saúde para uma vida mais ativa e saudável. Sendo assim, como benefícios indiretos, busca-se, desenvolver e contribuir para uma aprendizagem mais significativa, em que professores e estudantes, envolvidos na presente pesquisa, bem como, os cursos de formação inicial e de formação continuada que poderão acessar a presente estudo e agregar conhecimentos à sua prática docente, levando assim, os conhecimentos dessa unidade didática para vários contextos sociais e familiares, propiciando momentos de reflexão e conscientização sobre o bem estar social e a saúde como uma todo.

No decorrer das atividades da pesquisa é possível ocorrer riscos, que são mínimos, próprios do cotidiano das aulas de Educação Física que acontecem todos os dias no ambiente escolar. Desta forma, o participante terá acompanhamento e assistência, integral e gratuita durante, após e/ou em caso de interrupção da pesquisa caso haja a necessidade.

É possível que você se sinta constrangido ou inseguro por não conseguir responder algumas das perguntas dos questionários, podendo então deixá-las sem responder. É possível considerar também, que você se sinta desconfortável ou tímido, pois o professor/pesquisador irá realizar anotações sobre fatos

ocorridos nas aulas, além de fazer alguns registros por meio de fotos, vídeos e gravação de áudio de algumas partes das aulas. Nesses momentos, caso você sinta-se desconfortável ou tímido, poderá pedir para não participar da atividade, ou solicitar que sua imagem ou voz não seja registrada e caso houver outros envolvidos que se faça uma conversa ou intervenção, conforme situação inserida no contexto da aula. Contudo se for necessário o participante tem o direito de buscar indenização nos termos da lei (conforme artigos 9º e 19 da Resolução 510/16 do CNS).

Por fim, ainda estamos convivendo com uma pandemia, Covid-19, sendo assim, não se pode descartar a possibilidade de contágio dessa doença, por isso, seguiremos as portarias protocolos sanitários em vigor para minimizar os riscos de contágio, com a obrigatoriedade do uso de máscara, e higienização com álcool 70% das mãos e dos objetos utilizados nas aulas. Caso haja despesas adicionais decorrentes da pesquisa, assim como eventuais danos relacionados a sua participação, serão de responsabilidade e assumidos pelo pesquisador.

Sua participação é voluntária e ninguém saberá que você está participando da pesquisa. Os dados serão mantidos em sigilo e a identificação dos participantes será por pseudônimos. Será garantido o direito de não participar da pesquisa ou retirar sua participação em qualquer momento, sem que isso lhe acarrete qualquer prejuízo. Os resultados da pesquisa serão divulgados em eventos ou publicações científicas, bem como, na própria escola, onde será socializado os resultados e entregue uma versão impressa e digital do projeto de pesquisa e da unidade didática, entre o final do segundo semestre de 2024 até fevereiro de 2025.

Toda e qualquer dúvida poderá ser solucionada diretamente por meio dos contatos dos pesquisadores, professora orientadora Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Beraldo Kawashima, pelo telefone 65 98134 - 4010 ou pelo e-mail [larissa.kawashima@ifmt.edu.br](mailto:larissa.kawashima@ifmt.edu.br), ou também com a pesquisador Hemerson Lowe dos Santos, pelo telefone 66 99637 - 0586 ou pelo e-mail [hemersonlowe2016@gmail.com](mailto:hemersonlowe2016@gmail.com).

Esta pesquisa foi submetida ao sistema CEP/CONEP gerando o Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) nº

73116723.5.0000.5690, sendo assim, qualquer denúncia sobre os aspectos éticos deste estudo, o participante poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Área das Ciências Humanas e Sociais, CEP/Humanidades/UFMT (coordenado pela Coordenadora: Rosangela Kátia Sanches Mazzorana Ribeiro. Endereço: Andar Térreo – sala 102 – Instituto de Educação – Universidade Federal de Mato Grosso. E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br, WhatsApp: (65) 98122 1192. Horário de funcionamento: das 8:00 às 12:00 horas e das 14:00 às 18:00 horas.

O papel do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), para o participante da pesquisa é salvaguardar a conduta ética da pesquisa, e que este poderá ser procurado pelo participante da pesquisa no caso de dúvidas ou denúncia a respeito da conduta ética da pesquisa. Sendo assim, solicitamos a sua autorização. Caso aceite, preencha e assine todas as folhas deste documento, que está em duas vias idênticas, uma ficará com você e a outra via será arquivada pelo pesquisador por cinco anos.

Agradecemos desde já sua atenção!

---

Pesquisador responsável: Hemerson Lowe dos Santos

#### **ASSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO**

Eu, \_\_\_\_\_, aceito em participar da pesquisa “**DESVENDANDO OS SEGREDOS DO CORPO HUMANO: Corpo e Saúde Como Unidade Didática na Educação Física Escolar**”. Entendi os pontos positivos e negativos que podem acontecer. Entendi que posso dizer “sim” e participar, mas que a qualquer momento, posso dizer “não” e desistir. O professor/pesquisador explicou sobre a pesquisa para mim e tirou minhas dúvidas. e/ou solicitar o acesso ao registro de consentimento sempre que precisar. Li e entendi este termo de assentimento e concordo em participar da pesquisa.

**Observação:** Assine seu nome em todas as páginas e marque a opção de aceite de uso de imagem ou não aceite de uso de imagem.

**aceito uso de imagem**

**não aceito uso de imagem.**

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Assinatura do estudante: \_\_\_\_\_

**APÊNDICE E - CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO – CLE**  
**(Para preenchimento do responsável pelo estudante)**

Colíder - MT, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2024.

Estamos convidando seu filho (a) para participar da pesquisa **“DESVENDANDO OS SEGREDOS DO CORPO HUMANO: Corpo e Saúde Como Unidade Didática na Educação Física Escolar”**. A pesquisa será conduzida pelo pesquisador, Hemerson Lowe dos Santos, professor de Educação Física, docente efetivo da Rede Estadual de Educação de Mato Grosso, professor da escola em que seu filho estuda e acadêmico do Curso de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF) da Universidade Federal de Mato Grosso, Campus Cuiabá, sob a orientação da Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Beraldo Kawashima.

O objetivo do presente estudo é analisar e compreender os sentidos atribuídos pelos estudantes do ensino médio em relação uma unidade didática “Corpo e Saúde”, com o intuito de ampliar o entendimento dos estudantes sobre o corpo humano e saúde em relação a práticas corporais, bem como desenvolver uma abordagem educacional que contribua para o despertar da conscientização dos educandos em relação aos cuidados com corpo, adoção de comportamentos saudáveis e prática regular de atividade física para alunos do 3º ano do Ensino Médio da Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros da Cidade de Colíder Estado de Mato Grosso. A direção da escola está ciente e permitiu a realização da pesquisa, que será realizada nas dependências da própria unidade de ensino onde seu filho (a) encontra-se matriculado (a), no horário normal das aulas de Educação Física e de outras disciplinas que farão parte dos estudos.

Os procedimentos realizados no estudo serão os seguintes: o estudante deverá entregar o Assentimento Livre e Esclarecido - ALE, onde foi impresso em duas vias idênticas e assinado pelo professor pesquisado e por ele em todas as páginas, assim como o Consentimento Livre e Esclarecido – CLE, onde será emitido também em duas vias idênticas, na qual deverá ser assinado professor pesquisador e pelo responsável do estudante em todas as folhas. É importante salientar também, que você terá acesso ao registro do Consentimento Livre e Esclarecido (CLE) sempre que solicitar. Assim, seu filho participará deste estudo,

realizando as aulas de Educação Física durante todo o primeiro bimestre que irão tratar de atividades e métodos de ensino contextualizados, que possam despertar a conscientização dos agentes envolvidos, sobre as origens, valores e significados das práticas corporais enquanto um movimento histórico, cultura e social, bem como, o conhecimento sobre o corpo e as reações fisiológicas que ocorrem durante e após as práticas corporais na Educação Física e sua importância para obtenção e conservação da saúde, também deverá responder dois questionários, o questionário diagnóstico (no início da pesquisa), um questionário de saída (no final da pesquisa). E o participante terá acompanhamento e assistência, integral e gratuita durante, após e/ou em caso de interrupção da pesquisa caso haja a necessidade.

Os Benefícios das pesquisas estão classificados em direto e indireto. Desta forma, os benefícios diretos estão pautados em oportunizar aos estudantes aulas mais atrativas, despertando assim, a conscientização individual e coletiva sobre a importância nos cuidados com o corpo e a preservação e conservação da saúde para uma vida mais ativa e saudável. Sendo assim, como benefícios indiretos, busca-se, desenvolver e contribuir para uma aprendizagem mais significativa, em que professores e estudantes, envolvidos na presente pesquisa, bem como, os cursos de formação inicial e de formação continuada que poderão acessar a presente estudo e agregar conhecimentos à sua prática docente, levando assim, os conhecimentos dessa unidade didática para vários contextos sociais e familiares, propiciando momentos de reflexão e conscientização sobre o bem estar social e a saúde como uma todo.

No decorrer das atividades da pesquisa é possível ocorrer riscos, que são mínimos, próprios do cotidiano das aulas de Educação Física que acontecem todos os dias no ambiente escolar. Desta forma, o participante terá acompanhamento e assistência, integral e gratuita durante, após e/ou em caso de interrupção da pesquisa caso haja a necessidade.

Durante a pesquisa será aplicado questionário, e é possível que o estudante se sinta constrangido ou inseguro por não conseguir responder algumas das perguntas dos questionários, podendo então deixá-las sem responder. Também será utilizado registro de imagem, vídeo e áudio, com o intuito de obter evidências visuais concretas, e enriquecer a qualidade e a

profundidade do trabalho realizado, reforçando assim, os dados e argumentos apresentados no presente projeto de pesquisa. Desta forma, é possível considerar também, que o estudante se sinta desconfortável ou tímido, pois o professor/pesquisador irá realizar anotações sobre fatos ocorridos nas aulas, além de fazer alguns registros por meio de fotos, vídeos e gravação de áudio de algumas partes das aulas. Nesses momentos, caso estudante sinta-se desconfortável ou tímido, poderá pedir para não participar da atividade, ou solicitar que sua imagem ou voz não seja registrada e caso houver outros envolvidos que se faça uma conversa ou intervenção, conforme situação inserida no contexto da aula. Contudo se for necessário o participante tem o direito de buscar indenização nos termos da lei (conforme artigos 9º e 19 da Resolução 510/16 do CNS).

Por fim, ainda estamos convivendo com uma pandemia, Covid-19, sendo assim, não se pode descartar a possibilidade de contágio dessa doença, por isso, seguiremos os protocolos sanitários em vigor para minimizar os riscos de contágio, com a obrigatoriedade do uso de máscara, e higienização com álcool 70% das mãos e dos objetos utilizados nas aulas.

Caso haja despesas adicionais decorrentes da pesquisa, assim como eventuais danos relacionados a sua participação, serão de responsabilidade e assumidos pelo pesquisador. A participação do estudante é voluntária, e não resultará em nenhum tipo de remuneração financeira ou custos para você, será garantido o direito de recusar-se a participar da pesquisa ou retirar seu consentimento em qualquer momento, sem que isso lhe acarrete qualquer prejuízo. Os dados serão mantidos em sigilo e a identificação dos participantes será por pseudônimos. Os resultados da pesquisa serão divulgados em eventos ou publicações científicas, bem como, na própria escola, onde será socializado os resultados e entregue uma versão impressa e digital do projeto de pesquisa e da unidade didática, entre o final do segundo semestre de 2024 até fevereiro de 2025.

Toda e qualquer dúvida poderá ser solucionada diretamente por meio dos contatos dos pesquisadores, professora orientadora Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Beraldo Kawashima, pelo telefone 65 98134 - 4010 ou pelo e-mail [larissa.kawashima@ifmt.edu.br](mailto:larissa.kawashima@ifmt.edu.br), ou também com a pesquisador Hemerson Lowe

dos Santos, pelo telefone 66 99637 - 0586 ou pelo e-mail hemersonlowe2016@gmail.com.

Esta pesquisa foi submetida ao sistema CEP/CONEP gerando o Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) nº 73116723.5.0000.5690, sendo assim, qualquer denúncia sobre os aspectos éticos deste estudo, o participante poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Área das Ciências Humanas e Sociais, CEP/Humanidades/UFMT (coordenado pela Coordenadora: Rosângela Kátia Sanches Mazzorana Ribeiro. Endereço: Andar Térreo – sala 102 – Instituto de Educação – Universidade Federal de Mato Grosso. E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br, WhatsApp: (65) 98122 1192. Horário de funcionamento: das 8:00 às 12:00 horas e das 14:00 às 18:00 horas.

O papel do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), para o participante da pesquisa é salvaguardar a conduta ética da pesquisa, e que este poderá ser procurado pelo participante da pesquisa no caso de dúvidas ou denúncia a respeito da conduta ética da pesquisa. Sendo assim, solicitamos a sua autorização. Caso aceite, preencha e assine todas as folhas deste documento, que está em duas vias idênticas, uma ficará com você e a outra via será arquivada pelo pesquisador por cinco anos.

Agradecemos desde já sua atenção!

---

Pesquisador responsável: Hemerson Lowe dos Santos

#### **CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO**

Eu, \_\_\_\_\_, abaixo assinado, concordo que o estudante \_\_\_\_\_, participe do estudo “**DESVENDANDO OS SEGREDOS DO CORPO HUMANO: Corpo e Saúde Como Unidade Didática na Educação Física Escolar**”. Ciente de que fui informado (a) sobre a pesquisa e seus procedimentos e, todos os dados a seu respeito não deverão ser identificados por nome em qualquer uma das vias de publicação ou uso. Foi-me garantido que posso retirar o consentimento a qualquer momento e/ou solicitar o acesso ao registro de consentimento sempre que precisar. Li e entendi

este termo de consentimento e concordo em liberar meu filho a participar da pesquisa.

**Observação:** Assine seu nome em todas as páginas e marque a opção de aceite de uso de imagem ou não aceite de uso de imagem.

(  ) **aceito uso de imagem**                      (  ) **não aceito uso de imagem.**

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Assinatura do Responsável: \_\_\_\_\_

**APÊNDICE F - CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO – CLE**

(Para preenchimento do estudante maior de 18 anos)

Colíder - MT, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2024.

Estamos convidando vossa senhoria, para participar da pesquisa **“DESVENDANDO OS SEGREDOS DO CORPO HUMANO: Corpo e Saúde Como Unidade Didática na Educação Física Escolar”**. A pesquisa será conduzida pelo pesquisador, Hemerson Lowe dos Santos, professor de Educação Física, docente efetivo da Rede Estadual de Educação de Mato Grosso, professor desta unidade de ensino e acadêmico do Curso de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF) da Universidade Federal de Mato Grosso, Campus Cuiabá, sob a orientação da Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Beraldo Kawashima.

O objetivo do presente estudo é analisar e compreender os sentidos atribuídos pelos estudantes do ensino médio em relação uma unidade didática “Corpo e Saúde”, com o intuito de ampliar o entendimento dos estudantes sobre o corpo humano e saúde em relação a práticas corporais, bem como desenvolver uma abordagem educacional que contribua para o despertar da conscientização dos educandos em relação aos cuidados com corpo, adoção de comportamentos saudáveis e prática regular de atividade física para alunos do 3º ano do Ensino Médio da Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros da Cidade de Colíder Estado de Mato Grosso. A direção da escola está ciente e permitiu a realização da pesquisa, que será realizada nas dependências da própria unidade de ensino onde você está matriculado (a), no horário normal das aulas de Educação Física e demais disciplinas.

Os procedimentos realizados no estudo serão os seguintes: o estudante maior de 18 anos deverá entregar o Consentimento Livre e Esclarecido (CLE), que foi impresso em duas vias idênticas, onde deverá ser assinado pelo professor pesquisador e por ele em todas as páginas. É importante salientar também, que você terá acesso ao registro do Consentimento Livre e Esclarecido (CLE) sempre que solicitar. Assim, você participará deste estudo, realizando as aulas de Educação Física, durante todo o primeiro bimestre que irão tratar de atividades e métodos de ensino contextualizados, que possam despertar a conscientização dos agentes envolvidos, sobre as origens, valores e significados

das práticas corporais enquanto um movimento histórico, cultura e social, bem como, o conhecimento sobre o corpo e as reações fisiológicas, que ocorrem durante e após as práticas corporais na Educação Física e sua importância para obtenção e conservação da saúde. Você também deverá responder dois questionários, o questionário diagnóstico (no início da pesquisa), um questionário de saída (no final da pesquisa). Durante a pesquisa será utilizado registro de imagem, vídeo e áudio, com o intuito de obter evidências visuais concretas, e enriquecer a qualidade e a profundidade do trabalho realizado, reforçando assim, os dados e argumentos apresentados no presente projeto de pesquisa.

Os Benefícios das pesquisas estão classificados em direto e indireto. Desta forma, os benefícios diretos estão pautados em oportunizar aos estudantes aulas mais atrativas, despertando assim, a conscientização individual e coletiva sobre a importância nos cuidados com o corpo e a preservação e conservação da saúde para uma vida mais ativa e saudável. Sendo assim, como benefícios indiretos, busca-se, desenvolver e contribuir para uma aprendizagem mais significativa, em que professores e estudantes, envolvidos na presente pesquisa, bem como, os cursos de formação inicial e de formação continuada que poderão acessar a presente estudo e agregar conhecimentos à sua prática docente, levando assim, os conhecimentos dessa unidade didática para vários contextos sociais e familiares, propiciando momentos de reflexão e conscientização sobre o bem estar social e a saúde como uma todo.

No decorrer das atividades da pesquisa é possível ocorrer riscos, que são mínimos, próprios do cotidiano das aulas de Educação Física que acontecem todos os dias no ambiente escolar. Desta forma, o participante terá acompanhamento e assistência, integral e gratuita durante, após e/ou em caso de interrupção da pesquisa caso haja a necessidade.

É possível que você se sinta constrangido ou inseguro por não conseguir responder algumas das perguntas dos questionários, podendo então deixá-las sem responder. É possível considerar também, que você se sinta desconfortável ou tímido, pois o professor/pesquisador irá realizar anotações sobre fatos ocorridos nas aulas, além de fazer alguns registros por meio de fotos, vídeos e gravação de áudio de algumas partes das aulas. Nesses momentos, caso você

sinta-se desconfortável ou tímido, poderá pedir para não participar da atividade, ou solicitar que sua imagem ou voz não seja registrada e caso houver outros envolvidos que se faça uma conversa ou intervenção, conforme situação inserida no contexto da aula. Contudo se for necessário o participante tem o direito de buscar indenização nos termos da lei (conforme artigos 9º e 19 da Resolução 510/16 do CNS).

Por fim, ainda estamos convivendo com uma pandemia, Covid-19, sendo assim, não se pode descartar a possibilidade de contágio dessa doença, por isso, seguiremos as portarias protocolos sanitários em vigor para minimizar os riscos de contágio, com a obrigatoriedade do uso de máscara, e higienização com álcool 70% das mãos e dos objetos utilizados nas aulas. Caso haja despesas adicionais decorrentes da pesquisa, assim como eventuais danos relacionados a sua participação, serão de responsabilidade e assumidos pelo pesquisador.

Sua participação é voluntária e ninguém saberá que você está participando da pesquisa. Será garantido o direito de não participar da pesquisa ou retirar sua participação em qualquer momento, sem que isso lhe acarrete qualquer prejuízo. Os dados serão mantidos em sigilo e a identificação dos participantes será por pseudônimos. Os resultados da pesquisa serão divulgados em eventos ou publicações científicas, bem como, na própria escola, onde será socializado os resultados e entregue uma versão impressa e digital do projeto de pesquisa e da unidade didática, entre o final do segundo semestre de 2024 até fevereiro de 2025.

Toda e qualquer dúvida poderá ser solucionada diretamente por meio dos contatos dos pesquisadores, professora orientadora Prof<sup>a</sup>. Dra. Larissa Beraldo Kawashima, pelo telefone 65 98134 - 4010 ou pelo e-mail [larissa.kawashima@ifmt.edu.br](mailto:larissa.kawashima@ifmt.edu.br), ou também com a pesquisador Hemerson Lowe dos Santos, pelo telefone 66 99637 - 0586 ou pelo e-mail [hemersonlowe2016@gmail.com](mailto:hemersonlowe2016@gmail.com).

Esta pesquisa foi submetida ao sistema CEP/CONEP gerando o Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) nº 73116723.5.0000.5690, sendo assim, qualquer denúncia sobre os aspectos éticos deste estudo, o participante poderá entrar em contato com o Comitê de

Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Área das Ciências Humanas e Sociais, CEP/Humanidades/UFMT (coordenado pela Coordenadora: Rosangela Kátia Sanches Mazzorana Ribeiro. Endereço: Andar Térreo – sala 102 – Instituto de Educação – Universidade Federal de Mato Grosso. E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br, WhatsApp: (65) 98122 1192. Horário de funcionamento: das 8:00 às 12:00 horas e das 14:00 às 18:00 horas.

O papel do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), para o participante da pesquisa é salvaguardar a conduta ética da pesquisa, e que este poderá ser procurado pelo participante da pesquisa no caso de dúvidas ou denúncia a respeito da conduta ética da pesquisa. Sendo assim, solicitamos a sua autorização. Caso aceite, preencha e assine todas as folhas deste documento, que está em duas vias idênticas, uma ficará com você e a outra via será arquivada pelo pesquisador por cinco anos.

Agradecemos desde já sua atenção!

---

Pesquisador responsável: Hemerson Lowe dos Santos

### **CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO**

Eu, \_\_\_\_\_, aceito em participar da pesquisa **“DESVENDANDO OS SEGREDOS DO CORPO HUMANO: Corpo e Saúde Como Unidade Didática na Educação Física Escolar”**. Entendi os pontos positivos e negativos que podem acontecer. Entendi que posso dizer “sim” e participar, mas que a qualquer momento, posso dizer “não” e desistir. O professor/pesquisador explicou sobre a pesquisa para mim e tirou minhas dúvidas. e/ou solicitar o acesso ao registro de consentimento sempre que precisar. Li e entendi este termo de assentimento e concordo em participar da pesquisa.

**Observação:** Assine seu nome em todas as páginas e marque a opção de aceite de uso de imagem ou não aceite de uso de imagem.

(    ) **aceito uso de imagem**                      (    ) **não aceito uso de imagem.**

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Assinatura do estudante: \_\_\_\_\_

**APÊNDICE G – QUESTIONÁRIO DIAGNÓSTICO (ENTRADA)****QUESTIONÁRIO DIAGNÓSTICO – PERGUNTAS ABERTAS E FECHADAS****Identificação e Dados Pessoais:**

Nome: \_\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_ Ano/Turma: \_\_\_\_\_ Gênero: ( ) Feminino ( ) Masculino

**Experiências vivenciadas e expectativas de aprendizagem em relação a unidade didática:****1 - Você pratica alguma prática corporal fora da escola?**

- ( ) Sim, diariamente.  
( ) Sim, algumas vezes por semana.  
( ) Sim, raramente.  
( ) Não, nunca.

**Se você respondeu sim, descreva qual prática corporal você pratica e o porquê realiza, e se respondeu não, justifique o porquê não?**

**2 – Quais foram as atividades e práticas corporais que vocês vivenciaram na disciplina de Educação Física no decorrer do Ensino Fundamental II?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**3 - Em suas aulas de Educação Física no decorrer do Ensino Fundamental, foi apresentado a você, temas e atividades relacionadas aos padrões de beleza influenciado pela mídia e a relação com o próprio corpo, bem como,**

**práticas corporais que despertem sentidos e significados em relação aos cuidados do corpo e da saúde individual e coletiva?**

- ( ) Sim, sempre  
( ) Sim, algumas vezes  
( ) Raramente  
( ) Nunca

**Explique quais:** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

**4 - Você acredita que a Educação Física é uma disciplina importante para despertar a conscientização e uma análise crítica em relação aos cuidados com saúde e o bem-estar físico e mental de forma individual e coletiva?**

- ( ) Sim, muito importante.  
( ) Sim, um pouco importante.  
( ) Não tenho certeza.  
( ) Não é importante.

**Justifique sua resposta:** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

**5 - Você considera importante abordar temas como alimentação saudável, atividade física, exercício físico, e a influência da mídia nos padrões beleza pré-estabelecidos e suas consequências para a autoestima e imagem corporal nas aulas de Educação Física?**

( ) Sim, muito importante.

( ) Sim, importante.

( ) Não tenho certeza.

( ) Não é importante.

**Justifique sua resposta:** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

**6 – Existem algum tema ou atividade nesse questionário diagnóstico relacionada a uma unidade didática “Corpo e Saúde” que não foi mencionado, e que o você gostaria que fosse abordado nessa unidade didática?**

---

---

---

---

---

**7 – Em relação aos interesses e expectativas com o desenvolvimento da uma unidade didática “Corpo e Saúde” nas aulas da disciplina de Educação Física, marque a opção abaixo:**

( ) Super animado.

( ) Animado.

( ) Não tenho certeza.

( ) Não.

**Justifique sua resposta:** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

**APÊNDICE H – QUESTIONÁRIO DE SAÍDA****QUESTIONÁRIO DIAGNÓSTICO – PERGUNTAS ABERTAS E FECHADAS****Identificação e Dados Pessoais:**

Nome: \_\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_ Ano/Turma: \_\_\_\_\_ Gênero: ( ) Feminino ( ) Masculino

**1 - Durante as atividades da unidade didática "Corpo e Saúde" na Educação Física no Ensino Médio, você acredita contribuiu para conscientizar os estudantes em relação aos cuidados com o corpo e a saúde e a influência da mídia de forma crítica e reflexiva?**

( ) Sim, totalmente relevantes.

( ) Sim, em parte.

( ) Não tenho certeza.

( ) Não, não foram relevantes.

**2 - Você considera que os temas abordados na unidade didática sobre corpo e saúde foram suficientes e de fácil compreensão sobre a importância de praticar atividades físicas e hábitos alimentares saudáveis, bem como, analisar de forma crítica e consciente as informações vinculadas pelas mídias em relação aos padrões de beleza corporais?**

( ) Sim, totalmente abrangentes e suficientes.

( ) Sim, em parte.

( ) Não tenho certeza.

( ) Não, não foram abrangentes e suficientes.

**3 – Quais foram os principais temas abordados durante a unidade didática que mais chamaram sua atenção, e que contribuiriam para sua formação crítica e reflexiva em relação a você, seu corpo e a sociedade? Explique?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**4 - Durante as atividades práticas da uma unidade didática “Corpo e Saúde”, você conseguiu compreender e sentir as alterações fisiológicas no seu corpo, bem como, a importância de manter um estilo de vida ativo e saudável, analisando de forma crítica e reflexiva as informações veiculadas pela mídia em relação ao corpo? Explique?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**5 – Com relação as estratégias de ensino nas atividades desenvolvidas na unidade didática, descreva qual delas impactou de forma positiva ou negativa no desenvolvimento e compreensão dos conteúdos abordados?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**6 – Em relação as atividades avaliativas sobre os conteúdos abordados na unidade didática, foram de fácil acesso e compreensão?**

(    ) Sim.

- ( ) Sim, em parte.  
( ) Não tenho certeza.  
( ) Não, não foram de fácil acesso e compreensão.

**Justifique sua resposta:**

---

---

---

---

---

---

---

---

**7 – Estudantes, para finalizar esse questionário diagnóstico de saída, gostaria que descrevessem de forma consciente sobre os sentidos e significados oportunizados em relação as atividades e conhecimentos abordados e desenvolvidos nesta Unidade didática?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**APÊNDICE I - ROTEIRO DE OBSERVAÇÕES – DIÁRIO DE CAMPO**

<b>Aula nº:</b>	<b>Data:</b>	<b>Local da Observação:</b>
<b>Tema da aula:</b>		
<b>Objetivos:</b>		
<b>Recursos e Materiais:</b>		
<b>Procedimentos metodológicos</b> (Relação entre as atividades propostas/apropriação dos saberes):		
<b>Avaliação da aula pelos alunos</b> (avanços e dificuldades - reclamações e elogios – atitudes e comportamentos):		
<b>Observações do pesquisador e/ou professor da disciplina_____</b>		

(principais problemas - avanços percebidos – reflexões – sentimentos):

OUTRAS OBSERVAÇÕES / REFLEXÕES:

---

---

---

---

---

## APÊNDICE J - PLANOS DE AULA DA UMA UNIDADE DIDÁTICA “CORPO E SAÚDE”

### 1º EIXO – QUALIDADE DE VIDA - PLANO DE AULA 1

<b>Nome da Escola:</b> Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros	
<b>Componente Curricular:</b> Educação Física	<b>Turma:</b> 1º Ano
<b>Professor(a) Tutor(a):</b> Hemerson Lowe dos Santos	<b>Duração:</b> 100 minutos
<b>Unidade Temática:</b> Corpo Humano e Saúde	
<b>Objeto de Conhecimento:</b> Sedentarismo, Atividade Física e Exercício Físicos.	
<b>Competência Específica do Componente/Área:</b> (DRC/MT) COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 5 - Compreender os processos de produção e negociação de sentidos nas práticas corporais, reconhecendo-as e vivenciando-as como formas de expressão de valores e identidades, em uma perspectiva democrática e de respeito à diversidade.	
<b>Habilidades a Serem Desenvolvidas:</b> (DRC/MT) - (EM13LGG501) Selecionar e utilizar movimentos corporais de forma consciente e intencional para interagir socialmente em práticas corporais, de modo a estabelecer relações construtivas, empáticas, éticas e de respeito às diferenças. - (EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento.	
<b>Objetivo Geral:</b> Promover a compreensão sobre os conceitos de sedentarismo, atividade física e exercício físico, bem como destacar a importância da prática regular de atividades físicas para a saúde.	
<b>Objetivos Específicos:</b> - Analisar e definir de maneira clara os conceitos de sedentarismo, atividade física e exercício físico. - Investigar e discutir os benefícios específicos associados à prática regular de atividades físicas, bem como sobre os fatores que dificultam o acesso das pessoas ao exercício físico. - Identificar os impactos positivos na saúde física, mental e emocional decorrentes da adoção de um estilo de vida ativo. - Incentivar a adoção de hábitos saudáveis, promovendo a conscientização sobre os riscos do sedentarismo e os benefícios associados à atividade física regular.	

**Procedimentos Metodológicos:****1º Momento (10 minutos)**

- Introdução (10 minutos): A aula será iniciada com uma atividade dinâmica que envolva movimentação, e em seguida o professor irá apresentar o tema da aula com o intuito de coletar as informações prévias dos estudantes.

**2º Momento (Principal) (80 minutos).**

Atividade 1: Sedentarismo vs. Atividade Física e seus benefícios e fatores que dificultam o acesso a sua prática.

- Apresentação Teórica (20 minutos): Explicar de forma breve sobre o que é sedentarismo e seus efeitos negativos para a saúde. Em seguida, abordar a diferença entre atividade física e exercício discorrendo através de exemplos práticos e teóricos e sua relação com a aptidão física relacionada a saúde e ao desempenho atlético.
- Promover discussão sobre quais são os fatores que impedem e dificultam o acesso das pessoas a prática do exercício físico, (gênero, falta de materiais e roupas adequadas e de práticas corporais diversificadas), e qual a sua relação com o sedentarismo (20 minutos).

Atividade 2: Estratégias para Combater o Sedentarismo (20 minutos).

- Apresentação Teórica (10 minutos): Discutir sobre estratégias para incentivar a prática regular de atividades físicas, como a escolha de atividades prazerosas e a criação de uma rotina ativa.
- Atividade Prática (10 minutos): Propor aos alunos a criação de um plano pessoal de atividade física, considerando suas preferências e disponibilidade de tempo.

**3º Momento (Final): Conclusão e Reflexão (10 minutos).**

- Síntese e Reflexão Final (10 minutos): Discorrer sobre os principais pontos abordados na aula e solicitar aos alunos para reflitam sobre como podem aplicar o conhecimento adquirido para promover um estilo de vida mais ativo e saudável.

Observação:

Durante toda a aula, é importante criar um ambiente de estímulo e apoio para que os alunos se sintam motivados a adotar hábitos mais ativos, incentivando à participação e o compartilhamento de experiências relacionadas à prática de atividades físicas.

**Recursos Didáticos:** Quadro branco; Recursos audiovisuais (vídeos, imagens); Quadra Poliesportiva ou pátio escolar; Artigos ou textos sobre sedentarismo e atividade física.

**Avaliação:** A avaliação contará com instrumentos que oportunizem uma Função Diagnóstica, sendo realizado questionamento sobre o conhecimento prévio dos estudantes sobre os temas propostos; Função Processual, em que os estudantes serão avaliados no desenvolvimento dos temas propostos a todo momento, através da participação ativa, solidária; Função Formativa, objetiva-se que os estudantes utilizem os conhecimentos adquiridos no ambiente escolar em seu cotidiano de forma crítica e reflexiva.

Desta forma, a avaliação ocorrerá de forma contínua e processual ao longo da aula, priorizando sempre os aspectos qualitativos em detrimento aos quantitativos.

**Referências:**

CARVALHO, Tales. Sedentarismo, o inimigo público número um. **Rev Bras Med Esporte** \_ Vol. 5, Nº 3 – Mai/Jun, 1999. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbme/a/QkXRZqrBPJczxXCqK95tx7m/?format=pdf>>. Acesso: 30 mar. 2024.

LIBERALI, Rafaela; VIEIRA, Simone. A. P. **Fisiologia do Exercício**. – Indaial: UNIASSELVI, 2016.

INSAURRIAGA, D. C; RODRIGUES, E. A; CORREA, P. D. **Educação Física e Saúde**. – Indaial: UNIASSELVI, 2019.

MATO GROSSO. **Documento de Referência Curricular para Mato Grosso/Ensino Médio**. Linguagem e Suas Tecnologias. Versão Homologada 2021. Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4.%20LGG%20DRC-MT-EM%20-%20pub.pdf. Acesso: 03 mai. 2023.

**1º EIXO – QUALIDADE DE VIDA - PLANO DE AULA 2**

<b>Nome da Escola:</b> Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros	
<b>Componente Curricular:</b> Educação Física	<b>Turma:</b> 1º Ano
<b>Professor(a) Tutor(a):</b> Hemerson Lowe dos Santos	<b>Duração:</b> 100 minutos
<b>Unidade Temática:</b> Corpo Humano e Saúde	
<b>Objeto de Conhecimento:</b> Alimentação Saudável, Atividade Física e Qualidade de Vida.	
<b>Competência Específica do Componente/Área:</b> (DRC/MT) COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 5 - Compreender os processos de produção e negociação de sentidos nas práticas corporais, reconhecendo-as e vivenciando-as como formas de expressão de valores e identidades, em uma perspectiva democrática e de respeito à diversidade.	
<b>Habilidades a Serem Desenvolvidas:</b> (DRC/MT) - (EM13LGG501) Selecionar e utilizar movimentos corporais de forma consciente e intencional para interagir socialmente em práticas corporais, de modo a estabelecer relações construtivas, empáticas, éticas e de respeito às diferenças. - (EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento.	

**Objetivo Geral:** Compreender a importância da alimentação saudável, atividade física e seu impacto na qualidade de vida, buscando integrar e explorar de forma crítica e autônoma, estratégias para promoção de um estilo de vida ativo e saudável.

**Objetivos Específicos:**

- Compreender a importância da alimentação saudável.
- Analisar o impacto da atividade física na qualidade de vida.
- Incentivar a reflexão crítica sobre a integração efetiva de hábitos saudáveis no cotidiano, considerando alimentação e atividade física.

**Procedimentos Metodológicos:**

**1º Momento - introdução (10 minutos)**

- O professor irá iniciar a aula apresentando o tema, discorrendo sobre a justificativa e relevância do tema para a qualidade de vida. E em seguida, oportunizará uma discussão rápida sobre os hábitos alimentares e níveis de atividade física na sociedade atual.

**2º Momento (Principal) (80 minutos)**

Atividade 1: Fundamentos da Alimentação Saudável (35 minutos).

- Explicar os princípios de uma alimentação equilibrada, abordando os grupos alimentares (carboidratos, proteínas, gorduras, vitaminas, minerais e fibras) e sua importância para o organismo. Use o quadro ou recursos visuais para facilitar a compreensão.
- Apresentar a pirâmide alimentar brasileira e discorrer sobre a classificação dos alimentos, bem como, grupos alimentares, nutrientes essenciais e proporções recomendadas.
- Promover a discussão sobre as dificuldades (custo, trabalho e tempo disponível) para ter acesso à alimentação saudável e balanceada (10 minutos).

Atividade 2: Índices glicêmicos e carga glicêmica dos alimentos (15 minutos).

- Discorrer sobre os índices glicêmicos e carga glicêmica dos alimentos e sua influência positiva e negativa na prática de atividade física (teórica/prática).

Parte 3: Impacto da Nutrição no Desempenho Físico (30 minutos).

- Atividade Prática (20 minutos): Divida os alunos em grupos e proponha a elaboração de um cardápio equilibrado para uma pessoa ou atleta fictício, considerando as suas demandas nutricionais em relação a ocupação. Cada grupo deve justificar suas escolhas.
- Apresentação e Discussão (10 minutos): Cada grupo apresenta seu cardápio e explica as escolhas feitas. Promova uma discussão sobre a importância de uma alimentação adequada para promoção da saúde.

**3º Momento (Final): Conclusão e Reflexão (10 minutos).**

- Ao final o professor irá revisar os principais pontos abordados, dando oportunidade para perguntas e esclarecimentos, bem como, estimular à reflexão sobre a aplicação prática do conhecimento adquirido.

**Recursos Didáticos:** Quadro branco; Recursos audiovisuais (vídeos, imagens); Quadra Poliesportiva ou pátio escolar; Artigos ou textos sobre alimentação saudável, atividade física e qualidade de vida.

**Avaliação:** Os alunos serão avaliados com base na participação nas discussões, envolvimento nas atividades práticas e na compreensão demonstrada nos exercícios reflexivos. Este plano de aula visa proporcionar aos alunos uma compreensão holística da relação entre alimentação saudável, atividade física e qualidade de vida, capacitando-os para orientar e promover hábitos saudáveis em diferentes contextos.

**Referências:**

INSAURRIAGA, D. C; RODRIGUES, E. A; CORREA, P. D. **Educação Física e Saúde**. – Indaial: UNIASSELVI, 2019.

LIBERALI, Rafaela; VIEIRA, Simone. A. P. **Fisiologia do Exercício**. – Indaial: UNIASSELVI, 2016.

MATO GROSSO. **Documento de Referência Curricular para Mato Grosso/Ensino Médio**. Linguagem e Suas Tecnologias. Versão Homologada 2021. Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4.%20LGG%20DRC-MT-EM%20-%20pub.pdf. Acesso: 03 mai. 2023.

SANTOS, Vanessa Sardinha dos. "**Alimentação saudável**"; Brasil Escola. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/saude-na-escola/alimentacao-saudavel.htm>. Acesso em 22 de fevereiro de 2024.

VILARTA, Roberto et al. Alimentação saudável, atividade física e qualidade de vida. **Campinas: IPES Editorial**, v. 229, 2007.

## 2º EIXO – DESVENDANDO O CORPO HUMANO - PLANO DE AULA 3

<b>Nome da Escola:</b> Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros	
<b>Componente Curricular:</b> Educação Física	<b>Turma:</b> 1º Ano
<b>Professor(a) Tutor(a):</b> Hemerson Lowe dos Santos	<b>Duração:</b> 100 minutos
<b>Unidade Temática:</b> Corpo Humano e Saúde	
<b>Objeto de Conhecimento:</b> Anatomia Funcional (principais sistemas do corpo humano).	
<b>Competência Específica do Componente/Área:</b> (DRC/MT) COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 5 - Compreender os processos de produção e negociação de sentidos nas práticas corporais, reconhecendo-as e vivenciando-as como formas de expressão de valores e identidades, em uma perspectiva democrática e de respeito à diversidade.	
<b>Habilidades a Serem Desenvolvidas:</b> (DRC/MT) - (EM13LGG501) Selecionar e utilizar movimentos corporais de forma consciente	

e intencional para interagir socialmente em práticas corporais, de modo a estabelecer relações construtivas, empáticas, éticas e de respeito às diferenças.  
 - (EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento.

**Objetivo Geral:** Promover a compreensão dos principais sistemas do corpo humano (muscular, esquelético, cardiovascular e digestório etc.) e sua interação durante a prática de atividades físicas.

**Objetivos Específicos:**

- Analisar e compreender sobre os principais sistemas do corpo, como o muscular, esquelético, cardiovascular, entre outros.
- Identificar como esses sistemas trabalham em conjunto para suportar diferentes tipos de exercícios e demandas físicas.
- Entender como a compreensão dos sistemas do corpo pode contribuir para estratégias mais eficazes na melhoria da saúde física e bem-estar geral.

**Procedimentos Metodológicos:**

**1º Momento - introdução (20 minutos)**

- Aquecimento (5 minutos): Inicie a aula com um breve aquecimento físico para preparar os alunos para a atividade.
- Contextualização (15 minutos): Apresente o tema da aula, destacando a importância do conhecimento anatômico para a prática de atividades físicas. Faça uma pergunta instigante para envolver os alunos, por exemplo: "Você já se perguntou como nossos músculos e ossos trabalham juntos durante a prática esportiva?".

**2º Momento (Principal) (70 minutos)**

Atividade 1: Sistema Muscular e Esquelético (35 minutos).

- Discorrer sobre as principais funções do sistema muscular e esquelético.
- Apresentar as estruturas muscular e esquelética através dos macromodelos anatômicos e oportunizar a apreciação prática dos mesmos, bem como, a utilização de recursos audiovisuais para enriquecer e complementar o conhecimento.

Atividade 2: Sistema Cardiorrespiratório e Digestório (35 minutos).

- Discorrer sobre as principais funções do sistema cardiorrespiratório e digestório.
- Apresentar as estruturas cardiorrespiratórias e digestórias através dos macromodelos anatômicos e oportunizar a apreciação prática dos mesmos, bem como, a utilização de recursos audiovisuais para enriquecer e complementar o conhecimento.

**3º Momento (Final): Conclusão e Reflexão (10 minutos).**

- Revisar os principais pontos abordados e oportunizar um momento para perguntas, esclarecimentos e reflexões.
- Estimular a participação dos estudantes em todas as aulas da unidade didática.

<p><b>Recursos Didáticos:</b> Quadro branco; Marcadores; Modelos anatômicos (Macromodelos esquelético e principais órgãos); Recursos audiovisuais; Quadra Poliesportiva/pátio escolar.</p>
<p><b>Avaliação:</b> Os alunos serão avaliados com base na participação nas discussões, envolvimento nas atividades práticas e na compreensão demonstrada nos exercícios reflexivos. Este plano de aula visa proporcionar aos alunos uma compreensão holística da relação entre alimentação saudável, atividade física e qualidade de vida, capacitando-os para orientar e promover hábitos saudáveis em diferentes contextos.</p>
<p><b>Referências:</b>            INSAURRIAGA, D. C; RODRIGUES, E. A; CORREA, P. D. <b>Educação Física e Saúde</b>. – Indaial: UNIASSELVI, 2019.</p> <p>MATO GROSSO. <b>Documento de Referência Curricular para Mato Grosso/Ensino Médio</b>. Linguagem e Suas Tecnologias. Versão Homologada 2021. Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4.%20LGG%20DRC-MT-EM%20-%20pub.pdf. Acesso: 03 mai. 2023.</p> <p>MORA, Ticiania Camila. <b>Anatomia e fisiologia Humanas</b>. - Indaial: Uniasselvi, 2012.</p>

## 2º EIXO – DESVENDANDO O CORPO HUMANO - PLANO DE AULA 4

<b>Nome da Escola:</b> Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros	
<b>Componente Curricular:</b> Educação Física	<b>Turma:</b> 1º Ano
<b>Professor(a) Tutor(a):</b> Hemerson Lowe dos Santos	<b>Duração:</b> 100 minutos
<b>Unidade Temática:</b> Corpo Humano e Saúde	
<b>Objeto de Conhecimento:</b> Principais sistemas anatômicos funcionais e sua relação com a atividade física.	
<b>Competência Específica do Componente/Área:</b> (DRC/MT) COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 5 - Compreender os processos de produção e negociação de sentidos nas práticas corporais, reconhecendo-as e vivenciando-as como formas de expressão de valores e identidades, em uma perspectiva democrática e de respeito à diversidade.	
<b>Habilidades a Serem Desenvolvidas:</b> (DRC/MT) - (EM13LGG501) Selecionar e utilizar movimentos corporais de forma consciente e intencional para interagir socialmente em práticas corporais, de modo a estabelecer relações construtivas, empáticas, éticas e de respeito às diferenças. - (EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde,	

socialização e entretenimento.

**Objetivo Geral:** Promover a compreensão dos principais sistemas do corpo humano (muscular, esquelético, cardiovascular e digestório etc.) e sua interação durante a prática de atividades físicas.

**Objetivos Específicos:**

- Analisar e compreender sobre os principais sistemas do corpo, como o muscular, esquelético, cardiovascular, entre outros.
- Identificar como esses sistemas trabalham em conjunto para suportar diferentes tipos de exercícios e demandas físicas.
- Entender como a compreensão dos sistemas do corpo pode contribuir para estratégias mais eficazes na melhoria da saúde física e bem-estar geral.

**Procedimentos Metodológicos:**

**1º Momento - introdução (15 minutos)**

- Iniciar a aula com uma breve revisão sobre os objetos de conhecimentos abordados na aula anterior e promova uma discussão em sala de aula, incentivando os alunos a compartilharem conhecimentos sobre o funcionamento do corpo humano durante a atividade física.

**2º Momento (Principal) (70 minutos)**

Atividade 1: Parte 3: Atividade Prática (35 minutos)

- Estações Anatômicas (25 minutos): O professor irá montar estações com modelos anatômicos ou recursos visuais que representem os sistemas estudados. Em cada estação, os alunos devem identificar e descrever as estruturas anatômicas relacionadas à prática de atividades físicas.
- Discussão e Correção (10 minutos): Após as estações, promova uma discussão em grupo sobre as descobertas dos alunos e faça correções ou esclarecimentos, se necessário.

Atividade 2: Aplicação Prática (35 minutos).

- Atividade Física Específica (35 minutos): O professor irá solicitar aos estudantes que escolham uma atividade física (por exemplo: flexões, corrida, saltos) e explicar como os sistemas estudados são utilizados durante a prática.
- Em seguida oportunize várias atividades em grupo, incentive os estudantes a aplicarem e socializarem os conhecimentos anatômicos adquiridos.

**3º Momento (Final): Conclusão e Reflexão (10 minutos).**

- Revisar os principais pontos abordados e oportunizar um momento para perguntas, esclarecimentos e reflexões sobre a importância do conhecimento anatômico na prática de atividade física.

**Recursos Didáticos:** Quadro branco; Marcadores; Modelos anatômicos (Macromodelos esquelético e principais órgãos); Recursos audiovisuais; Quadra Poliesportiva/pátio escolar.

**Avaliação:** Os alunos serão avaliados com base na participação nas discussões,

envolvimento nas atividades práticas e na compreensão demonstrada nos exercícios reflexivos. Este plano de aula visa proporcionar aos alunos uma compreensão holística da relação entre alimentação saudável, atividade física e qualidade de vida, capacitando-os para orientar e promover hábitos saudáveis em diferentes contextos.

**Referências:**

INSAURRIAGA, D. C; RODRIGUES, E. A; CORREA, P. D. **Educação Física e Saúde**. – Indaial: UNIASSELVI, 2019.

MATO GROSSO. **Documento de Referência Curricular para Mato Grosso/Ensino Médio**. Linguagem e Suas Tecnologias. Versão Homologada 2021. Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4.%20LGG%20DRC-MT-EM%20-%20pub.pdf. Acesso: 03 mai. 2023.

MORA, Ticiania Camila. **Anatomia e fisiologia Humanas**. - Indaial: Uniasselvi, 2012.

**2º EIXO – DESVENDANDO O CORPO HUMANO - PLANO DE AULA 5**

<b>Nome da Escola:</b> Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros	
<b>Componente Curricular:</b> Educação Física	<b>Turma:</b> 1º Ano
<b>Professor(a) Tutor(a):</b> Hemerson Lowe dos Santos	<b>Duração:</b> 100 minutos
<b>Unidade Temática:</b> Corpo Humano e Saúde	
<b>Objeto de Conhecimento:</b> Conhecimentos Antropométricos e sua relação com as medidas corporais e a saúde.	
<b>Competência Específica do Componente/Área:</b> (DRC/MT) COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 5 - Compreender os processos de produção e negociação de sentidos nas práticas corporais, reconhecendo-as e vivenciando-as como formas de expressão de valores e identidades, em uma perspectiva democrática e de respeito à diversidade.	
<b>Habilidades a Serem Desenvolvidas:</b> (DRC/MT) - (EM13LGG501) Selecionar e utilizar movimentos corporais de forma consciente e intencional para interagir socialmente em práticas corporais, de modo a estabelecer relações construtivas, empáticas, éticas e de respeito às diferenças. - (EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento.	
<b>Objetivo Geral:</b> Desenvolver e oportunizar aos estudantes uma compreensão aprofundada e prática sobre o objeto de conhecimento "Antropometria" no contexto da Educação Física, visando capacitar os alunos para compreender, aplicar e interpretar as medidas antropométricas de forma crítica e consciente, promovendo uma abordagem integrada e reflexiva no cuidado com o corpo e na busca por uma vida ativa e saudável.	

**Objetivos Específicos:**

- Explorar os conceitos fundamentais relacionados às medidas antropométricas.
- Desenvolver habilidades práticas na execução correta das medidas antropométricas.
- Conscientizar os alunos sobre a relação entre as medidas antropométricas e o cuidado integral com o corpo.
- Incentivar uma reflexão crítica sobre a importância das medidas antropométricas na busca por uma vida ativa e saudável, considerando aspectos físicos e psicológicos.

**Procedimentos Metodológicos:****1º Momento - introdução (15 minutos)**

- O professor iniciará a aula apresentando o tema, buscando coletar os conhecimentos prévios dos estudantes, e em seguida irá contextualizar sobre a importância das medidas antropométricas e sua relação entre as medidas corporais e a saúde.

**2º Momento (Principal) (70 minutos)**

Atividade 1: Conceitos Básicos (20 minutos).

- Definição de antropometria e seus objetivos.
- Explicação dos principais termos: altura, peso, índice de massa corporal (IMC), relação cintura e quadril (RCQ), entre outros.
- Discussão sobre o IMC como uma medida ultrapassada e racista.

Atividade 2: Principais Medidas Antropométricas (20 minutos).

- Apresentação detalhada das medidas mais comuns, como altura, peso, IMC, circunferência da cintura e quadril.
- Ilustração com exemplos práticos e sua interpretação.
- Destacar a importância de cada medida na avaliação do estado nutricional e saúde dos indivíduos.

Atividade 3: Aplicações Práticas (30 minutos).

- Demonstração de como realizar algumas medidas antropométricas de forma básica.
- Atividade prática em grupos: medição da altura, peso e cálculo do IMC, medição da cintura e quadril e cálculo RCQ.
- Discussão sobre a interpretação dos resultados obtidos.

**3º Momento (Final): Conclusão e Reflexão (15 minutos).**

- Por fim, o professor iniciará com uma discussão sobre as limitações e considerações éticas ao realizar medidas antropométricas, oportunizando a reflexão crítica sobre a aplicação desses conhecimentos no contexto pessoal e social.

**Recursos Didáticos:** Projetor para apresentações; Quadro branco e marcadores; Equipamentos para medição (fita métrica, balança); Folhas de papel e canetas para atividade prática.

**Avaliação:** Os alunos serão avaliados com base na participação ativa nas discussões, na precisão na realização das medidas práticas, e na compreensão dos conceitos discutidos ao longo da aula. Este plano de aula busca proporcionar

aos alunos do ensino médio uma compreensão básica e prática dos conhecimentos antropométricos de forma crítica e reflexiva, incentivando a aplicação desses conceitos na promoção da saúde e na compreensão do próprio corpo.

**Referências:**

INSAURRIAGA, D. C; RODRIGUES, E. A; CORREA, P. D. **Educação Física e Saúde**. – Indaial: UNIASSELVI, 2019.

MATO GROSSO. **Documento de Referência Curricular para Mato Grosso/Ensino Médio**. Linguagem e Suas Tecnologias. Versão Homologada 2021. Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4.%20LGG%20DRC-MT-EM%20-%20pub.pdf. Acesso: 03 mai. 2023.

SCHIMITT, Beatriz Dittrich. BATAGLION, Giandra Anceski. **Medidas e Avaliação em Educação Física**. – Indaial: UNIASSELVI, 2017.

**2º EIXO – DESVENDANDO O CORPO HUMANO - PLANO DE AULA 6**

<b>Nome da Escola:</b> Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros	
<b>Componente Curricular:</b> Educação Física	<b>Turma:</b> 1º Ano
<b>Professor(a) Tutor(a):</b> Hemerson Lowe dos Santos	<b>Duração:</b> 100 minutos
<b>Unidade Temática:</b> Corpo Humano e Saúde	
<b>Objeto de Conhecimento:</b> Reações Fisiológicas Corporais na Busca pela Homeostase	
<b>Competência Específica do Componente/Área:</b> (DRC/MT) COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 5 - Compreender os processos de produção e negociação de sentidos nas práticas corporais, reconhecendo-as e vivenciando-as como formas de expressão de valores e identidades, em uma perspectiva democrática e de respeito à diversidade.	
<b>Habilidades a Serem Desenvolvidas:</b> (DRC/MT) - (EM13LGG501) Selecionar e utilizar movimentos corporais de forma consciente e intencional para interagir socialmente em práticas corporais, de modo a estabelecer relações construtivas, empáticas, éticas e de respeito às diferenças. - (EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento.	
<b>Objetivo Geral:</b> Capacitar os estudantes em educação para uma compreensão aprofundada da fisiologia, destacando as reações fisiológicas corporais como mecanismos essenciais na busca pela homeostase. Além disso, visa possibilitar aos alunos a análise crítica e interpretação de parâmetros fisiológicos, como frequência cardíaca em repouso e máxima, VO2 máximo, sudorese (hidratação e desidratação) e sistema metabólico, como indicadores fundamentais de saúde e	

desempenho físico. O objetivo geral inclui ainda o desenvolvimento de habilidades práticas, permitindo que os estudantes mensurem e interpretem esses parâmetros de forma competente, aplicando-os de maneira efetiva em contextos educacionais e promotores de saúde.

**Objetivo Específico:**

- Compreender as reações fisiológicas corporais como mecanismos de busca pela homeostase.
- Analisar e interpretar a frequência cardíaca em repouso e máxima, o VO<sub>2</sub> máximo, a sudorese e o sistema metabólico como indicadores de saúde e desempenho físico.
- Desenvolver habilidades práticas na mensuração e interpretação desses parâmetros.

**Procedimentos Metodológicos:**

**1º Momento - introdução (10 minutos)**

- O professor iniciará a aula apresentando o tema, buscando coletar os conhecimentos prévios dos estudantes, e em seguida irá contextualizar sobre a importância da homeostase para o funcionamento saudável do corpo, bem como, a relação entre reações fisiológicas e a busca pela homeostase.

**2º Momento (Principal) (80 minutos)**

Atividade 1: Frequência Cardíaca em Repouso e Máxima (30 minutos).

- Explicação dos conceitos de frequência cardíaca em repouso e máxima e a importância dessas medidas na avaliação do condicionamento físico.
- Demonstração prática de métodos para aferir e calcular a frequência cardíaca repouso e máxima (atividade prática na quadra).

Atividade 2: VO<sub>2</sub> Máximo (30 minutos).

- Definição de VO<sub>2</sub> máximo e sua relevância como indicador de capacidade aeróbica e explicação das variáveis que influenciam o VO<sub>2</sub> máximo.
- Demonstração de testes práticos para coletar estimativas do VO<sub>2</sub> máximo dos estudantes (atividade prática na quadra).

Atividade 3: Sistema Metabólico e Sudorese (20 minutos).

- Apresentação e discussão sobre os sistemas metabólicos utilizados durante diferentes atividades físicas e a relação entre o tipo de atividade física e o sistema metabólico predominante.
- Explicação da sudorese como resposta fisiológica para a regulação térmica e a importância da hidratação e equilíbrio eletrolítico.

**3º Momento (Final): Conclusão e Reflexão (10 minutos).**

- Por fim, o professor iniciará com uma discussão e reflexão sobre os principais pontos abordados, oportunizando a reflexão crítica sobre a aplicação desses conhecimentos no contexto educacional e profissional.

**Recursos Didáticos:** Projetor para apresentações; Quadro branco e marcadores; Equipamentos para aferição da frequência cardíaca (opcional); Quadra poliesportiva/pátio escolar para aferir a pressão arterial em

repouso/máxima e testes de VO2 máximo.

**Avaliação:** Os alunos serão avaliados com base na participação ativa, compreensão dos conceitos abordados, habilidades práticas demonstradas e contribuição para as discussões em grupo. Este plano de aula visa proporcionar aos estudantes uma análise crítica nas atividades práticas e teóricas das reações fisiológicas corporais na busca pela homeostase, promovendo a aplicação desses conhecimentos de forma autônoma e consciente em cenários sociais e profissionais.

**Referências:**

INSAURRIAGA, D. C; RODRIGUES, E. A; CORREA, P. D. **Educação Física e Saúde**. – Indaial: UNIASSELVI, 2019.

LIBERALI, Rafaela; VIEIRA, Simone. A. P. **Fisiologia do Exercício**. – Indaial: UNIASSELVI, 2016.

MATO GROSSO. **Documento de Referência Curricular para Mato Grosso/Ensino Médio**. Linguagem e Suas Tecnologias. Versão Homologada 2021. Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4.%20LGG%20DRC-MT-EM%20-%20pub.pdf. Acesso: 03 mai. 2023.

MORA, Ticiania Camila. **Anatomia e fisiologia Humanas**. - Indaial: Uniasselvi, 2012.

**3º EIXO – CORPOLATRIA - PLANO DE AULA 7**

<b>Nome da Escola:</b> Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros	
<b>Componente Curricular:</b> Educação Física	<b>Turma:</b> 1º Ano
<b>Professor(a) Tutor(a):</b> Hemerson Lowe dos Santos	<b>Duração:</b> 100 minutos
<b>Unidade Temática:</b> Corpo Humano e Saúde	
<b>Objeto de Conhecimento:</b> Influência da Mídia na Visão de Corpo Ideal e Suas Consequências.	
<b>Competência Específica do Componente/Área:</b> (DRC/MT) COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 1: Compreender o funcionamento das diferentes linguagens e práticas culturais (artísticas, corporais e verbais) e mobilizar esses conhecimentos na recepção e produção de discursos nos diferentes campos de atuação social e nas diversas mídias, para ampliar as formas de participação social, o entendimento e as possibilidades de explicação e interpretação crítica da realidade e para continuar aprendendo.	
<b>Habilidades a Serem Desenvolvidas:</b> (DRC/MT) - (EM13LGG101) Compreender e analisar processos de produção e circulação de discursos, nas diferentes linguagens, para fazer escolhas fundamentadas em função de interesses pessoais e coletivos. - (EM13LGG102) Analisar visões de mundo, conflitos de interesse, preconceitos	

e ideologias presentes nos discursos veiculados nas diferentes mídias, ampliando suas possibilidades de explicação, interpretação e intervenção crítica da/na realidade.

- (EM13LGG105) Analisar e experimentar diversos processos de remediação de produções multissemióticas, multimídia e transmídia, desenvolvendo diferentes modos de participação e intervenção social.

**Objetivo Geral:** Capacitar os estudantes para uma compreensão crítica e abrangente sobre a influência da mídia na construção da visão de corpo ideal, reconhecendo as consequências psicológicas e físicas decorrentes da busca incessante por esse padrão, bem como promover a conscientização sobre a importância da aceitação do corpo e fomentar a promoção de uma imagem corporal positiva, incentivando a aplicação desses conhecimentos na prática profissional e pessoal.

**Objetivo Específico:**

- Analisar criticamente a influência da mídia na construção da visão de corpo ideal.
- Compreender as consequências psicológicas e físicas associadas à busca incessante pelo corpo perfeito.
- Promover a conscientização sobre a importância da aceitação do corpo e da promoção de uma imagem corporal positiva.

**Procedimentos Metodológicos:**

**1º Momento - introdução (10 minutos)**

- O professor iniciará a aula com uma breve atividade que estimule a reflexão e discussão, com uma pergunta provocativa ou uma dinâmica de grupo. Ex. **qual é o modelo de beleza corporal para você? Vocês sabem o que é Gordofobia?** Em seguida, irá contextualizar e apresentar o tema da aula, explicando a importância de discutir a influência da mídia na construção da imagem corporal.

**2º Momento (Principal) (80 minutos)**

Atividade 1: A Construção do Padrão de Beleza (20 minutos).

- Estudo de Caso: Apresente casos reais ou fictícios de pessoas que enfrentaram problemas de saúde devido à pressão por um padrão de beleza.
- Promova a discussão sobre a Gordofobia e sua influência na baixa autoestima e autoimagem negativa, gerando vergonha e dificuldade de autoaceitação.

Atividade 2: Distúrbios Alimentares - Tratamento/prevenção e os Impactos na Saúde (20 minutos)

- Apresentação Teórica: Aborde como surgem e quais são os impactos físicos e emocionais dos distúrbios alimentares.
- Explique os possíveis tratamentos para os distúrbios alimentares, incluindo a importância de uma abordagem multidisciplinar.

Atividade 3: Atividade de pesquisa - TCIS (10 minutos).

- Atividade de pesquisa (20 minutos): Divida os alunos em 7 grupos e selecione os principais distúrbios alimentares (Anorexia; Bulimia; Vigorexia; Ortorexia; Obesidade; Compulsão alimentar; Alotriofagia (Síndrome de Píca)) e em seguida distribua um distúrbio alimentar para cada grupo e peça para pesquisarem sobre o surgimento e as consequências, bem como, as principais estratégias de prevenção e tratamento.

### 3º Momento (Final): Socialização e Reflexão (20 minutos).

- Socialização das pesquisas dos estudantes para a turma.
- Por fim, o professor fará uma síntese dos principais pontos abordados na aula e solicitará que os estudantes reflitam sobre como podem contribuir para promover uma visão mais saudável e inclusiva de todos os padrões corporais, bem como, a continuidade da reflexão sobre a influência da mídia na visão de corpo ideal.

#### Observação:

Durante toda a aula, é importante criar um ambiente de respeito e empatia, incentivando a participação e o diálogo entre os alunos. Este tema pode ser sensível para alguns, por isso, esteja atento para oferecer apoio e encaminhamento a profissionais de saúde, se necessário.

**Recursos Didáticos:** Quadro branco e marcadores; Projetor para apresentações; Recursos de mídia para análise (vídeos, imagens, campanhas publicitárias); Papel e canetas para as atividades práticas; Espaço adequado para dinâmicas em grupo.

**Avaliação:** Os alunos serão avaliados com base na participação ativa nas discussões, na análise crítica das mídias apresentadas, nas contribuições durante as dinâmicas e na compreensão das consequências psicológicas e físicas associadas aos padrões de beleza impostos pela sociedade. Desta forma, busca sensibilizar os estudantes sobre a influência da mídia na visão de corpo ideal, promovendo uma análise crítica e reflexiva, e incentivando a promoção de uma imagem corporal positiva e saudável.

#### Referências:

INSAURRIAGA, D. C; RODRIGUES, E. A; CORREA, P. D. **Educação Física e Saúde**. – Indaial: UNIASSELVI, 2019.

MATO GROSSO. **Documento de Referência Curricular para Mato Grosso/Ensino Médio**. Linguagem e Suas Tecnologias. Versão Homologada 2021. Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4.%20LGG%20DRC-MT-EM%20-%20pub.pdf. Acesso: 03 mai. 2023.

### 3º EIXO – CORPOLATRIA - PLANO DE AULA 8

**Nome da Escola:** Escola Estadual Coronel Antônio Paes de Barros

**Componente Curricular:** Educação Física | **Turma:** 1º Ano

<b>Professor(a) Tutor(a):</b> Hemerson Lowe dos Santos	<b>Duração:</b> 100 minutos
<b>Unidade Temática:</b> Corpo Humano e Saúde	
<b>Objeto de Conhecimento:</b> A Busca pelo Corpo Perfeito e suas Consequências na Saúde e na Autoestima	
<b>Competência Específica do Componente/Área:</b> (DRC/MT) COMPETÊNCIA ESPECÍFICA 1: Compreender o funcionamento das diferentes linguagens e práticas culturais (artísticas, corporais e verbais) e mobilizar esses conhecimentos na recepção e produção de discursos nos diferentes campos de atuação social e nas diversas mídias, para ampliar as formas de participação social, o entendimento e as possibilidades de explicação e interpretação crítica da realidade e para continuar aprendendo.	
<b>Habilidades a Serem Desenvolvidas:</b> (DRC/MT) - (EM13LGG101) Compreender e analisar processos de produção e circulação de discursos, nas diferentes linguagens, para fazer escolhas fundamentadas em função de interesses pessoais e coletivos. - (EM13LGG102) Analisar visões de mundo, conflitos de interesse, preconceitos e ideologias presentes nos discursos veiculados nas diferentes mídias, ampliando suas possibilidades de explicação, interpretação e intervenção crítica da/na realidade. - (EM13LGG105) Analisar e experimentar diversos processos de remediação de produções multissemióticas, multimídia e transmídia, desenvolvendo diferentes modos de participação e intervenção social.	
<b>Objetivo Geral:</b> Capacitar os estudantes para uma compreensão crítica e abrangente sobre a influência da mídia na construção da visão de corpo ideal, reconhecendo as consequências psicológicas e físicas decorrentes da busca incessante por esse padrão, bem como promover a conscientização sobre a importância da aceitação do corpo e fomentar a promoção de uma imagem corporal positiva, incentivando a aplicação desses conhecimentos na prática profissional e pessoal.	
<b>Objetivo Específico:</b> - Analisar criticamente a influência da mídia na construção da visão de corpo ideal. - Compreender as consequências psicológicas e físicas associadas à busca incessante pelo corpo perfeito. - Promover a conscientização sobre a importância da aceitação do corpo e da promoção de uma imagem corporal positiva.	
<b>Procedimentos Metodológicos:</b> <b>1º Momento - introdução (10 minutos)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• O professor iniciará a aula com uma breve reflexão sobre a temática da aula anterior.</li> </ul> <b>2º Momento (Principal) (80 minutos)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividade 1: Filme “O mínimo para sobreviver” (80 minutos).</li> <li>• Reflexão Individual e coletiva em relação ao filme (forms).</li> </ul> <b>3º Momento (Final): Conclusão e Reflexão (10 minutos).</b>	

- Por fim, o professor fará uma síntese dos principais pontos abordados na aula e solicitará que os estudantes reflitam sobre como podem contribuir para promover uma visão mais saudável e inclusiva de todos os padrões corporais, bem como, a continuidade da reflexão sobre a influência da mídia na visão de corpo ideal.

**Recursos Didáticos:** Quadro branco e marcadores; Projetor para apresentações; Recursos de mídia para análise (vídeos, imagens, campanhas publicitárias); Papel e canetas para as atividades práticas; Espaço adequado para dinâmicas em grupo.

**Avaliação:** Os alunos serão avaliados com base na participação ativa nas discussões, na análise crítica das mídias apresentadas, nas contribuições durante as dinâmicas e na compreensão das consequências psicológicas e físicas associadas aos padrões de beleza impostos pela sociedade. Desta forma, busca sensibilizar os estudantes sobre a influência da mídia na visão de corpo ideal, promovendo uma análise crítica e reflexiva, e incentivando a promoção de uma imagem corporal positiva e saudável.

**Referências:**

INSAURRIAGA, D. C; RODRIGUES, E. A; CORREA, P. D. **Educação Física e Saúde**. – Indaial: UNIASSELVI, 2019.

Distúrbios Alimentares. Disponível em: <<http://www.disturbiosalimentares.com/>>. Acesso: 07 nov de 2022.

MATO GROSSO. **Documento de Referência Curricular para Mato Grosso/Ensino Médio**. Linguagem e Suas Tecnologias. Versão Homologada 2021. Disponível em: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4.%20LGG%20DRC-MT-EM%20-%20pub.pdf>. Acesso: 03 mai. 2023.

## APÊNDICE K – AVALIAÇÃO SEMANAL DA UNIDADE ESCOLAR

Aluno (a):

Série: 1º ano Turma: A Bimestre: 1º Data: 15 04 2024

Professor: Valor da Prova: 10

### Orientações gerais:

- 1) Leia todas as questões atentamente. Evite rasuras. Cada questão possui apenas uma alternativa correta.
  - 2) A interpretação das questões faz parte da avaliação. Não serão permitidas perguntas durante a prova.
  - 3) Utilize caneta azul ou preta para as respostas. Provas feitas a lápis ou com uso de corretivo não têm direito à revisão.
  - 4) Qualquer atitude irregular (comentários, falta de postura, “cola”), durante a prova, implicará na retirada da mesma, que será anulada e conceituação comprometida.
  - 5) Quantidade de questões: 10;
  - 6) Para esta avaliação foram desenvolvidas as seguintes habilidades: **(EM13LGG102); (EM13LGG502); (EM13LGG503).**
- Boa Prova!**

### (Questão 01) – Leia o enunciado logo abaixo:



Distúrbios alimentares podem ser originados de hábitos alimentares que causam danos à saúde como a redução extrema ou consumo em excesso de alimentos. Os distúrbios alimentares são comuns na adolescência e no começo da adulta. Eles estão relacionados a uma série de consequências psicológicas, como ansiedade e pressões sociais para o chamado ‘corpo perfeito’. De acordo com uma pesquisa realizada pela

Associação Americana de Psiquiatria, um por cento da população mundial – cerca de 70 milhões de pessoas – sofrem com transtornos alimentares.

### Os fatores de risco que podem gerar distúrbio alimentar são:

- I - Culto excessivo ao corpo.
- II - Maus hábitos alimentares.
- III - Distúrbios emocionais.
- IV – Bons hábitos alimentares.

### Marque opção correta logo abaixo que representa a assertiva correta logo acima:

- a) Somente as assertivas I, II e IV estão corretas.
- b) Somente a assertiva IV está correta.
- c) Somente as assertivas I, II e III estão corretas.
- d) Somente as assertivas I, e IV estão corretas.

**(Questão 02) – Leia o enunciado a seguir:**

É um transtorno alimentar também conhecida por Síndrome de Adônis ou Transtorno Dismórfico Muscular, é uma doença psicológica caracterizada pela insatisfação constante com o corpo, em que a pessoa se enxerga muito magra e fraca quando na verdade é forte e possui músculos bem desenvolvidos, por exemplo. Esse transtorno é mais comum de acontecer em homens entre 18 e 35 anos e leva à prática exaustiva de exercícios físicos, sempre com aumento de carga, além de preocupação excessiva com a alimentação e uso de anabolizantes, que podem trazer riscos para a saúde.



**Marque a opção com o nome correto do transtorno alimentar expresso na frase acima:**

- a) Anorexia.
- b) Vigorexia.
- c) Ortorexia.
- d) Bulimia.

**(Questão 03) – Leia as assertivas a logo abaixo:**

I - É considerado uma disfunção alimentar, caracterizada por uma rígida e insuficiente dieta alimentar devido à obsessão de magreza e ao medo mórbido de ganhar peso. É ainda uma doença bastante complexa, pois além da limitação da ingestão de alimentos envolve ainda componentes psicológicas, fisiológicas e sociais;

II - É uma desordem ou transtorno alimentício que provoca necessidade de comer de forma compulsiva para depois forçar o vômito com o objetivo de eliminar do organismo tudo que foi ingerido e de não ganhar peso.

**Marque a opção correta logo abaixo:**

- a) O nome da doença na assertiva I é anorexia e na II é bulimia.
- b) O nome da doença na assertiva I é vigorexia e na II é bulimia.
- c) O nome da doença na assertiva I é anorexia e na II é vigorexia
- d) O nome da doença na assertiva I é bulimia e na II é anorexia.

**(Questão 04) – Leia com atenção o enunciado logo abaixo:**

Os distúrbios alimentares são um conjunto de doenças, em que uma pessoa está tão preocupada com a comida e o seu peso que, muitas das vezes não consegue pensar noutra coisa. Os distúrbios alimentares geralmente coexistem com outras doenças como a depressão o abuso de substâncias ou a ansiedade. Os distúrbios



alimentares podem causar graves problemas físicos e pode até ser fatal se os mesmos não forem tratados com seriedade.

**Analise as assertivas a seguir:**

- I - Psicoterapia e educação nutricional.
- II - Alimentos hipercalóricos.
- III - Medicamentos e hospitalização.
- IV - Aconselhamento familiar.

**Marque a opção logo abaixo que indica as assertivas corretas em relação ao tratamento para pessoas com distúrbios alimentares:**

- a) Somente as assertivas I, II e IV estão corretas.
- b) Somente as assertivas I, III e IV estão corretas.
- c) Somente as assertivas I, II e III estão corretas.
- d) Somente as assertivas II, III e IV estão corretas.

**(Questão 05) – Observe a imagem e leia com atenção o enunciado logo abaixo:**

Em resumo, pessoas com ortorexia vivem uma busca incessante pela perfeição e pureza de seu consumo. Ou seja, são pessoas vidradas em rótulos e querem saber tudo sobre a produção e origem do produto. Chegam a pesquisar informações como, por exemplo, qual foi a alimentação do boi, tipo de adubo utilizado no cultivo dos vegetais, entre outros. E isso não acontece só na hora da compra, mas também, na hora de preparar. Por isso, tudo deve ser feito de forma calculada para não perder qualquer nutriente, sempre com pouco ou nada de sal e gordura.



**Marque a opção com o nome correto do transtorno alimentar expresso na frase acima:**

- a) Anorexia.
- b) Vigorexia.
- c) Ortorexia.
- d) Bulimia.

**(Questão 06) – Leia com atenção o enunciado logo abaixo:**

Através de um comportamento induzido por hábitos decorrentes dos confortos da vida moderna e com a evolução da tecnologia e a tendência de substituição das atividades ocupacionais por facilidades automatizadas, o ser humano adota, cada vez mais, a lei do menor esforço, reduzindo o consumo energético de seu corpo.

**De acordo com o enunciado acima qual das opções abaixo melhor expressa esse comportamento?**

- a) Atividade física.
- b) Exercício físico.
- c) Prática de esporte.
- d) Sedentarismo.

**(Questão 07) – Leia com atenção o enunciado logo abaixo:**

Movimento corporal, produzido voluntariamente pelos músculos esqueléticos, que resulta em dispêndio energético acima dos níveis considerados de repouso, ou seja, é toda ação humana que envolva movimentação que acelere os batimentos cardíacos acima da frequência de repouso”.

**Marque a opção correta logo abaixo que representa as características citada logo acima:**

- a) Atividade física.
- b) Aptidão física.
- c) Sedentarismo.
- d) Exercício físico.

**(Questão 08) – Leia com a atenção as assertivas a seguir:**

“Esforço físico previamente planejado e estruturado que tem por objetivo a conservação e o aprimoramento de um ou mais componentes da aptidão física. Aptidão Física é o conjunto de atributos biológicos que se possui ou que se pode alcançar em relação à capacidade de realizar esforço físico a mesma está relacionada à saúde e ao desempenho atlético”.

**Marque a opção correta logo abaixo que representa as características citada logo acima:**

- a) Atividade física.
- b) Sedentarismo.
- c) Exercício físico.
- d) Aptidão física.

**(Questão 09) – Leia com a atenção as assertivas a seguir:**

I - É uma doença mental em que a pessoa sente a necessidade de comer, mesmo quando não está com fome, e que não deixa de se alimentar apesar de já estar satisfeita. Pessoas com essa patologia comem grandes quantidades de alimentos em pouco tempo. Durante o episódio de compulsão a pessoa sente perda de controle.

II - É um transtorno alimentar caracterizado por episódios recorrentes de “orgias alimentares”, no qual o paciente come num curto período de tempo grande quantidade de alimento como se estivesse com muita fome. O paciente perde o controle sobre si mesmo e depois com o sentimento de culpa tenta vomitar ou evacuar o que comeu, através de artifícios como medicações, com a finalidade de não ganhar peso.

**De acordo com os debates em sala de aulas e aos documentários sobre as desordens alimentares, marque a opção correta logo abaixo que expressa o nome da patologia de acordo com as características expostas nas assertivas logo acima:**

- a) O nome da patologia na assertiva I é vigorexia e na II é bulimia.
- b) O nome da patologia na assertiva I é compulsão alimentar e na II é obesidade.
- c) O nome da doença na assertiva I é ortorexia e na II é anorexia.
- d) O nome da doença na assertiva I é compulsão alimentar e na II é bulimia.

**(Questão 10) – Leia o enunciado a seguir:**



Alotriofagia: também conhecida como síndrome de pica, é uma rara condição dos seres humanos, e se caracteriza por um apetite por substâncias não nutritivas, como terra, carvão ou tecidos. Para ser considerado um caso de alotriofagia, essa condição deve persistir por mais de um mês, em uma idade em que comer certos objetos seja considerado mentalmente inapropriado. O termo “pica” vem da palavra em latim para o pássaro pega-rabuda (também conhecido como pica-pica). Esse é um pássaro conhecido por comer praticamente tudo. No Sul dos Estados Unidos, nos anos 1800, a geofagia era uma prática comum entre a população escrava. Pesquisas sobre distúrbios alimentares no século XVI sugeriam que a alotriofagia era considerada um sintoma de outra condição clínica, ao invés de ser a própria condição clínica. Desencadeadores de estresse, como a orfandade, severos problemas familiares, negligência dos pais, gravidez ligada à insuficiência de nutrientes e uma estrutura familiar transtornada estão fortemente ligados a alotriofagia.

**De acordo com as aulas expositivas e dialogadas, essa condição pode facilmente causar nas crianças:**

- I - Intoxicação, que pode resultar em importantes prejuízos no desenvolvimento físico e mental.
- II - Essa situação pode resultar em cirurgias emergenciais, devido à obstrução intestinal.
- III - Aparecimento de sintomas mais sutis como deficiências nutricionais e casos de parasitoses.
- IV - Aparecimento de sintomas como a obesidade devido ao fator nutritivo exposto por essa patologia.

**Marque a opção correta logo abaixo que expressa as consequências dessa patologia:**

- a) I, II e IV.
- b) II, III e IV.
- c) I, III e IV.
- d) I, II e III.