

## ADERÊNCIA DE ESCOLARES NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

ADHERENCE OF SCHOOLS IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES: AN EXPERIENCE REPORT

ASISTENCIA ESCOLAR A LAS AULAS DE EDUCACIÓN FÍSICA: UN INFORME DE EXPERIENCIA

Adriano Almeida Souza<sup>1</sup>  
Natália Silva Oliveira<sup>2</sup>  
Sabrina da Silva Caires<sup>3</sup>  
Claudio Bispo de Almeida<sup>4</sup>  
Hector Luís Rodrigues Munaro<sup>5</sup>  
Cezar Augusto Casotti<sup>6</sup>

### Resumo

A aderência nas aulas de Educação Física (EF) depende de fatores motivacionais, sociais e de saúde. Quanto mais os alunos participam das aulas de EF, maior será o nível de atividade física e, conseqüentemente, melhor a sua saúde. Para tanto, objetiva-se analisar a aderência dos alunos do ensino fundamental de uma escola pública nas aulas ministradas sobre conteúdo atividade física e saúde relacionado a jogos cooperativos e ginástica calistênica. Este relato de experiência refere-se às aulas ministradas por um estagiário de EF em uma turma de primeiro ano de ensino fundamental em uma escola pública localizada no município de Jequié-BA em 2019. Ministrou-se uma aula semanal com os conteúdos de ginástica calistênica e jogos cooperativos a partir de estratégias expositivo-dialogada e práticas relacionadas a saúde. Foram considerados com aderência os alunos que permaneceram em todas as etapas da aula até o final. Entre os 25 alunos matriculados na turma, 21 aderiram às aulas. Apesar de não haver professor de EF na escola, a professora da turma contribuiu em todas as atividades do estágio e no planejamento. Aulas cooperativas, com estruturação e diversificadas com proposta de atividades extras promoveram maior aderência. Conclui-se que houve adesão e aderência dos alunos nas aulas de EF, apesar dos desafios para suas para alcançar esse resultado. Aulas cooperativas, estruturadas e diversificadas foram úteis para manter a participação dos alunos. O trabalho multidisciplinar entre EF e outras disciplinas da escola potencializa o aprendizado de conteúdos específicos de forma lúdica e contextualizada.

**Palavras-chave:** Atividade física; Saúde dos escolares; Educação física escolar; Promoção da saúde na escola.

---

<sup>1</sup> Especializando em Treinamento Desportivo pela UNIASSELVI.

<sup>2</sup> Graduanda em Fisioterapia pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia.

<sup>3</sup> Graduanda em Fisioterapia pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia.

<sup>4</sup> Doutorando em Enfermagem e Saúde pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia.

<sup>5</sup> Doutor em Educação Física. Docente no Programa de Pós-graduação em Ensino e no Programa de Pós-graduação em Educação Física da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia.

<sup>6</sup> Doutor em Odontologia Preventiva e Social. Docente no Programa de Pós-graduação em Enfermagem e Saúde pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia.

### Abstract

Adherence to Physical Education (PE) classes depends on motivational, social and health factors. The more students participate in PE classes, the higher the level of physical activity and, consequently, the better their health. To this end, the objective is to analyze the adherence of elementary school students in a public school in the classes taught about physical activity and health content related to cooperative games and calisthenics. This experience report refers to the classes taught by a PE trainee in a first-year elementary school class at a public school located in the municipality of Jequié-BA in 2019. A weekly class was taught with the contents of calisthenic gymnastics and cooperative games based on expository-dialog strategies and health-related practices. Students who remained in all stages of the class until the end were considered with adherence. Among the 25 students enrolled in the class, 21 joined the classes. Although there is no PE teacher at the school, the class teacher contributed to all the internship activities and planning. Cooperative, structured and diversified classes with a proposal for extra activities promoted greater adherence. It was concluded that there was adherence by students in PE classes, despite the challenges for their students to achieve this result. Cooperative, structured and diverse classes were useful to maintain student participation. The multidisciplinary work between PE and other school subjects enhances the learning of specific content in a playful and contextualized way.

**Keywords:** Physical activity. Schoolchildren's health. School physical education. Health promotion at school.

### Resumen

La adherencia a las clases de Educación Física (EF) depende de factores motivacionales, sociales y de salud. Cuantos más alumnos participen en las clases de Educación Física, mayor será el nivel de actividad física y, en consecuencia, mejor será su salud. Para ello, el objetivo es analizar la adherencia de los alumnos de primaria de un colegio público en las clases impartidas sobre actividad física y contenidos de salud relacionados con juegos cooperativos y calistenia. Este relato de experiencia se refiere a las clases impartidas por un aprendiz de Educación Física en una clase de primer año de primaria en una escuela pública ubicada en el municipio de Jequié-BA en 2019. Se impartió una clase semanal con contenidos de gimnasia calistenia y juegos cooperativos basados en estrategias de diálogo expositivo y prácticas relacionadas con la salud. Los alumnos que permanecieron en todas las etapas de la clase hasta el final fueron considerados con adherencia. Entre los 25 estudiantes inscritos en la clase, 21 se unieron a las clases. Aunque no hay un maestro de educación física en la escuela, el maestro de la clase contribuyó a todas las actividades y planificación de la pasantía. Clases cooperativas, estructuradas y diversificadas con propuesta de actividades extras promovieron una mayor adherencia. Se concluyó que hubo adherencia por parte de los estudiantes en las clases de Educación Física, a pesar de los desafíos de sus estudiantes para lograr este resultado. Las clases cooperativas, estructuradas y diversas fueron útiles para mantener la participación de los estudiantes. El trabajo multidisciplinar entre la EF y otras materias escolares potencia el aprendizaje de contenidos específicos de forma lúdica y contextualizada.

**Palabras clave:** actividad física. La salud de los escolares. Educación física escolar. Promoción de la salud en la escuela.

### Introdução

A Educação Física (EF) é uma disciplina curricular inserida em todas as séries de ensino por possuir caráter pedagógico e diversos conteúdos (GUEDES;

OLIVEIRA; PAULO; 2017). Um de seus conteúdos é a atividade física que, quando planejada e direcionada a objetivos, promove benefícios para aptidão física de seus praticantes, tornando-os mais ativos. Quanto mais ativo os indivíduos, melhor será a saúde, entendida aqui como um conceito amplo que envolve diversos aspectos (MCDOWELL et al., 2016).

A Organização Mundial de Saúde (2010) reconheceu os benefícios relacionado a prática de atividade física, como melhor qualidade de vida, melhor capacidade funcional e menor chance de desenvolver doenças crônicas degenerativas, por isso salienta-se que essa seja uma demanda para todas as idades (DE MOURA et al., 2018). Além disso, pesquisas nacionais e internacionais apontam que existem associações significativas entre aptidão física e desempenho escolar entre os estudantes, como na disciplina de ciências (FERRARI et al., 2014) e de matemática (LIMA et al., 2019).

Nesse sentido, o ambiente escolar tem sido apontado como excelente espaço para promoção da saúde, desde que os assuntos sejam abordados por meio de discussões e vivências de temas, como a da importância do estilo de vida ativo para a saúde, de forma didática e contextualizada em todas as séries de ensino (SOUZA et al., 2020). Essa abordagem reflete no comportamento fora do espaço educacional, já que os alunos mais ativos na escola são os mais ativos no lazer (LIMA et al., 2019).

A disciplina escolar que mais promove essas discussões e vivências é a EF, na qual há muito interesse e adesão dos alunos em participarem. No entanto, um desafio é a aderência nas aulas práticas que, muitas vezes, depende de fatores motivacionais, sociais e de saúde (MOURA et al., 2017). Apesar dos diversos estudos evidenciando os benefícios da prática de atividade física, pouco se tem publicado a respeito desse tema no ambiente escolar (OLIVEIRA, 2019).

Nesse contexto, o professor de EF deve abordar as questões de saúde de forma crítica para contribuir com que os estudantes adquiram comportamentos saudáveis de forma autônoma (MUSSI et al., 2019). Guedes, Oliveira e Paulo (2017) afirmam ainda que o professor de EF deve criar novas técnicas de aprendizagem para melhorar a aula de maneira que os alunos sejam estimulados a participar e permanecer em todos os momentos. Essa competência profissional pode ser desenvolvida a partir de uma disciplina curricular nos cursos formação de professores de EF intitulada “Estágio Supervisionado”, para aproximar

futuros docentes do referido curso à realidade escolar e, com isso, promover conhecimentos de saúde aos alunos inseridos na escola (SOUZA et al., 2020).

Visto os benefícios da atividade física à saúde e ao desempenho escolar dos alunos e a necessidade do professor de EF estar apto a trabalhar esses conceitos numa abordagem dinâmica para garantir a participação em todos os momentos da aula, este relato de experiência tem como objetivo analisar a aderência dos alunos do ensino fundamental de uma escola pública nas aulas de EF ministradas a partir de conhecimentos da atividade física e saúde sobre jogos cooperativos e ginástica calistênica.

## **Métodos**

Trata-se de um relato de experiência das aulas ministradas por um discente do curso de EF da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB) durante a disciplina Estágio Supervisionado realizada de setembro a novembro de 2019 em uma escola pública localizada na cidade de Jequié, Bahia.

A partir da articulação entre professores da UESB com a coordenação do colégio, um graduando foi destinado a realizar o estágio na turma de primeiro ano do ensino fundamental, sob a supervisão da professora responsável, com 25 alunos matriculados, com idade entre 6 a 8 anos de idade. A classe foi escolhida de acordo a disponibilidade de horário do estagiário e os turnos de aula do colégio.

O nível de interesse dos alunos foi avaliado pela frequência e permanência na quadra. A adesão e aderência foram consideradas de acordo a participação dos alunos em todas as atividades até o final da aula.

Dentre os 25 matriculados, os alunos poderiam se ausentar devido atestado médico ou motivos não declarados e advertidos ou suspensos da aula ao apresentar e persistir com ofensas ou agressões ao colega (por exemplo: puxar cabelo, beliscar, derrubar e etc). Esses fatores eram passíveis de orientações por parte do estagiário e professores supervisores.

As aulas ocorreram nas terças-feiras, com duração de uma hora e cinquenta minutos, conforme três etapas: observação, coparticipação e regência de classe com supervisão dos professores (BARREIRO; GEBRAN, 2006). O período de observação visou conhecer a rotina escolar, já coparticipação dar suporte e planejamento junto à professora e a

regência a ministração de aulas supervisionadas. Todas as atividades realizadas pelo estagiário foram planejadas, avaliadas e discutidas pelo professor do colégio e a professora da disciplina Estágio Supervisionado, antes e após execução.

## Resultados e Discussão

As aulas foram realizadas em uma turma com 25 alunos, nove do sexo masculino e 16 do sexo feminino, entre 6 e 8 anos de idade. A professora regente da classe não possuía formação em EF e a escola não tinha um professor do referido curso, o que inviabilizou a ampliação do conhecimento do estagiário. Mesmo com a ausência desse profissional, houve uma construção multidisciplinar do planejamento entre o estagiário e a professora da escola, que concordou em auxiliar em toda e qualquer logística.

A etapa de observação foi realizada na primeira semana de aula e permitiu investigar a realidade escolar e compreender as práticas institucionais e da professora em sala de aula. Além disso, foi o momento de estabelecer o primeiro contato com a turma, o que facilitou interações posteriores.

Na etapa de coparticipação, uma aula foi planejada e executada de forma conjunta entre a professora do colégio e o estagiário, assim como uma discussão sobre a experiência de ensino. As demais aulas foram de regência de classe, etapa na qual as aulas foram ministradas com supervisão dos professores. O conteúdo trabalhado no segundo semestre na escola pela professora foi matemática e valores sociais, como respeito e trabalho em equipe.

Diante disso, foi articulado, proposto e executado o planejamento entre estagiário e professora da escola, na qual se abordou conteúdos relacionados a ginástica calistênica e jogos cooperativos, com intuito de construir e manter um estilo de vida ativo nessa fase da vida, de maneira a prevenir o desenvolvimento de doenças e agravos não transmissíveis e suas repercussões a saúde (Organização Mundial da Saúde, 2013).

O período de regência de classe foi baseado em aulas que ocorreram em três momentos: inicial, principal e final. No primeiro momento era verificada a frequência dos alunos, revisão do conteúdo anterior e apresentação da proposta do dia. No segundo, a principal atividade era executada, que envolveu práticas corporais com os conteúdos propostos por meio de competições, ludicidade/recreação, circuitos,

sempre destacando os benefícios para saúde. O momento final era destinado exclusivamente para discussão e conscientização das atividades físicas relacionadas à saúde.

A regência foi iniciada em sala e, em seguida, todos eram solicitados a ir até espaço aberto e descoberto, fora da sala, considerada como “quadra” para vivência das atividades. Ressalta-se que houve observação permanente e sistemática da participação dos alunos na aula pelo estagiário. A avaliação das aulas de EF com atribuição de nota da turma ficou a critério da professora da escola. De acordo com sua escolha, as atividades poderiam compor a nota qualidade, levando-se em consideração o comportamento percebido por ela junto ao estagiário sobre adesão e aderência nas aulas.

De acordo a observação do perfil dos estudantes, independente estarem alimentados ou não e terem que enfrentar uma “quadra” ensolarada para participar da aula, os alunos da escola apresentavam muito interesse para vivenciar as atividades, perceptível no momento em que comemoravam por meio de gritos e abraços com a chegada do estagiário em sala, questionando o que seria realizado no dia. Após o planejamento, as regências foram realizadas e cada uma apresentou experiências únicas, na qual foi necessária atenção, paciência e criatividade por parte do estagiário.

A manutenção da participação nas aulas tornou-se um desafio devido às características da turma. Dos 25 alunos, dois tinham deficiência e apesar das adaptações nas atividades e integração, eles se dispersavam facilmente do que foi apresentado, discutido e vivenciado. Dentre os outros 23 alunos, dois participaram em menos de 50% das aulas realizadas na escola e, devido à baixa frequência, foram excluídos do presente estudo.

Dentre os 21 alunos restantes interessados pelas aulas, apenas três alunas se distraíam diversas vezes indo em direção a professora para abraçá-la ou fazer algum outro gesto afetivo. Apesar de advertido e reforçado o convite à participação, elas continuavam dispersas. Para atraí-las e garantir a permanência dos demais, foram utilizadas estratégias de aulas cooperativas, estruturadas e diversificadas.

Nas aulas cooperativas todos precisavam se observar e executar o movimento junto ao colega, em pequenos grupos. Quando um membro do grupo não conseguia executar um movimento, todos deveriam realizar uma atividade extra. Por exemplo: posicionados em círculo e sentados com as pernas estendidas, sem tocar os pés no chão, o

movimento principal era passar a bola entre as pernas dos colegas, sucessivamente; caso um integrante deixasse a bola cair, todo o grupo deveria deitar e levantar do chão, na quantidade de vezes solicitada. Essa atividade extra fazia com que cada aluno se preocupasse com a execução do colega, gerando a cooperação desejada.

Outro fator que contribuiu para aderência dos alunos foram os planejamentos das aulas de EF com objetivo da promoção da saúde, articulado com as demandas da turma da professora e dos projetos da escola, a exemplo do projeto de valores com o tema “valorizando o que existe em mim” e “o estudante e seu papel na sociedade”. Isso favoreceu a aderência nas aulas, pois as discussões pré e pós as regências tornavam-nas mais diversificadas e com característica motivacional devido a relação com a saúde.

Essa articulação com os projetos da escola junto à discussão desses assuntos fora da aula de EF promovidos pela professora contribuiu para mudança de atitude dos alunos, que passaram a convidar os colegas para se movimentar em grupo, ao invés de passar ainda mais tempo sentados.

No momento que o estagiário percebia desinteresse e dispersão na atividade por uma minoria de alunos, era anunciada a mudança para a próxima atividade. Isso retornava a atenção e foco da turma através de um novo estímulo. Vale destacar que cada proposta era articulada com o objetivo de manter o maior número possível de alunos se movimentando, assim, um jogo de pega-pega que se iniciava com apenas um pegador, poderia ser concluída com vários pegadores.

Jogos que envolviam contas matemáticas e até mesmo o pega-pega de corrente humana possibilitou contextualizações com a matemática, a exemplo do momento em que eles respondiam a perguntas de quantos pegaram ou ainda faltavam pegar. Também eram desenvolvidas competências sociais, devido à necessidade de cooperação para atingir a meta de pegar todos e do respeito com o outro ao proibir e advertir ofensas e agressões. Por fim, a relação da atividade com os benefícios para a saúde, pois eram estimuladas força e resistência muscular ao mesmo tempo em que a brincadeira tornava-se mais fluida, demonstrando de forma didática e contextualizada que melhorar o próprio corpo também melhora a atividade com diversão.

Outro fator que interferiu na aderência as aulas eram dores e machucados por queda ou outros traumas antes ou durante as aulas, que fazia o aluno se ausentar da

aula para lavar a região quando havia sangramento e sentar-se com a professora supervisora até que melhorasse. Chamava a atenção o fato de que, ao cessar a dor, imediatamente eles retornavam à dinâmica como se nada tivesse acontecido. Apesar da professora não ser da área de EF, ela contribuiu muito com as regências na sua presença e acompanhamento das atividades, reforçando orientações e chamando a atenção sempre que necessário. Um de seus relatos foi: “deveria ter um educador físico na escola, os alunos precisam aprender conhecimentos se movimentando também”.

Não se pode afirmar que as aulas do estagiário potencializaram conhecimentos dos alunos em matemática, pois não foram realizadas análises de associação. Acredita-se que o horário das aulas, das 15h:30min. às 17h:10min., próximo do horário em que o sol começa a se em pôr na cidade de Jequié-BA, favoreceu a permanência dos alunos na quadra.

Durante a regência foi observado que uma das principais cobranças dos alunos, tanto do sexo masculino quanto feminino, era a vivência de conteúdos de futsal e baleado durante as aulas. Com intuito de garantir práticas corporais e estimular um estilo de vida ativo a partir da aderência nas aulas, houve flexibilização em um terço do tempo do planejamento, aproximadamente quarenta e sete minutos, em dias esporádicos para atender o interesse dos alunos.

Mesmo com o estágio realizado em um período curto e pontual, foi possível promover conteúdos específicos da EF relacionado à saúde aos escolares, assim como auxiliar a professora da escola no seu ambiente de trabalho, ao articular os conhecimentos do estágio com o da professora regente e dos projetos da escola, através de abordagem multidisciplinar.

### **Considerações Finais**

Houve adesão e aderência da maior parte dos alunos nas aulas de EF, apesar de haver desafios para alcançar esse resultado. As aulas cooperativas, estruturadas e diversificadas foram úteis para manter a participação dos alunos. O trabalho multidisciplinar entre a EF e outras disciplinas escolares é uma estratégia que potencializa o aprendizado de conteúdos específicos de forma lúdica e contextualizada. A escola é um ambiente pedagógico e oportuno para promoção da saúde que deve discutir e promover

experiências de estilo de vida ativo aos alunos, em destaque nas aulas de EF. Para que isso ocorra, é necessário garantir a presença desse profissional dentro da sala de aula escolar.

## Referências

DE FREITAS BARREIRO, I. M.; GEBRAN, R. A. **Prática de ensino e estágio supervisionado na formação de professores**. São Paulo: Avercamp, 2006.

DE MORAES FERRARI, Gerson Luis et al. Associação da aptidão física e desempenho acadêmico de escolares. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 22, n. 4, p. 37-46, 2014. Disponível em: <https://bdtd.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/4954>.

DE MOURA, Misael Feliciano et al. Aderência da atividade física e lazer em adolescentes. **Revista Interdisciplinar de Promoção da Saúde**, v. 1, n. 1, p. 46-53, 2018. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/ripsunisc/article/view/11943>.

GUEDES, J. D.; DE OLIVEIRA, A. R.; DE PAULO, I. C. Educação Física no Ensino Fundamental. **Id On Line Revista Multidisciplinar E De Psicologia**, v. 10, n. 33, p. 55-65, 2017. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/637>.

LIMA, J. de S. et al. Associação entre práticas de atividade física e desempenho acadêmico de estudantes chilenos do ensino fundamental e médio. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 41, n. 2, p. 206-214, 2019. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-32892019000200206&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-32892019000200206&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt)

MUSSI, R. F. DE F.; JOSÉ, H. P. M.; AZEVEDO, D. P. DE; AMORIM, A. M. DE; PETROSKI, E. L. O ensino da antropometria na escola: uma proposta na educação em saúde. **Cenas Educacionais**, v. 2, n. 1, p. 14-28, 2019. Disponível em: <<https://www.revistas.uneb.br/index.php/cenaseducacionais/article/view/6296/3950>>. Acesso em: 02 set. 2020.

MCDOWELL, I.; et al. On the Classification of Population Health Measurements. **The American Journal of Public Health**, v.94, n.3, p.388-393, 2016. Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1448263/pdf/0940388.pdf>.

OLIVEIRA, V. J. M. DE. O tema da saúde na educação física escolar em três periódicos da educação física brasileira. **Conexões**, v. 17, p. e019015, 2019. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8654678>.

SOUZA, A. A.; CAIRES da S. S.; OLIVEIRA, da S. N.; Barbosa, F. N. M. A prática de basquetebol em uma comunidade quilombola: relato de experiência.

**Movimenta**, v.13, n.1, p.154-160, 2020. Disponível em:  
<https://www.revista.ueg.br/index.php/movimenta/article/view/9332>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. **Global recommendations on physical activity for health**. World Health Organization, 2010.

**Artigo recebido em:** 03 de setembro de 2020

**Aprovado em:** 12 de outubro de 2020

### **SOBRE XS AUTORXS**

**Adriano Almeida Souza** é licenciado e bacharelado em Educação Física. Especializando em Treinamento Desportivo. Atua na área de ensino público e na prescrição de programa de exercício físico. É filiado à Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde. Estuda questões relacionadas a área de saúde com ênfase na epidemiologia.

**Contato:** almeidaef@outlook.com

**ORCID:** 0000-0003-1846-6389

**Natália Silva Oliveira** é graduanda em Fisioterapia.

**Contato:** naatysoliveira@gmail.com

**ORCID:** 0000-0003-3296-0949.

**Sabrina da Silva Caires** é graduanda em Fisioterapia.

**Contato:** sabrinacaires9@hotmail.com

**ORCID:** 0000-0003-2263-8817.

**Claudio Bispo de Almeida** é licenciado e mestre em Educação Física. Tem experiência na área de Educação Física, com ênfase em atividade física relacionada à saúde, atuando principalmente nos seguintes temas: educação física, estilo de vida e saúde coletiva.

**Contato:** claudio\_bispo\_de\_almeida@hotmail.com

**ORCID:** 0000-0001-9486-7163.

**Hector Luís Rodrigues Munaro** é graduado, mestre e doutor em Educação Física. É Líder do Núcleo de Estudos em Atividade Física e Saúde (NEAFIS) e do Núcleo de Estudos da Saúde das Populações (NESP). Sócio-Fundador da Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde. Tem experiência na área de Educação Física, com ênfase em estudos relacionados à Atividade Física e sua relação à Saúde.

**Contato:** hlrmunaro@uesb.edu.br

**ORCID:** 0000-0002-6421-1718.

**Cezar Augusto Casotti** é graduado, mestre e doutor em Odontologia. Tem experiência na área de Saúde Coletiva e Saúde Bucal Coletiva, atuando principalmente nos seguintes temas: Epidemiologia e vigilância à Saúde.

**Contato:** cacasotti@uesb.edu.br

**ORCID:** 0000-0001-6636-8009.