



CENTRO UNIVERSITÁRIO FUNVIC



**Carlos Roberto Moreira
Guilherme Marques de Campos**

**A PERCEPÇÃO DOS ALUNOS SOBRE O IMPACTO DA
EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR EM SUA CULTURA DE
ATIVIDADE FÍSICA**

**Pindamonhangaba - SP
2022**



CENTRO UNIVERSITÁRIO FUNVIC



**Carlos Roberto Moreira
Guilherme Marques de Campos**

**A PERCEÇÃO DOS ALUNOS SOBRE O IMPACTO DA
EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR EM SUA CULTURA DE
ATIVIDADE FÍSICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como parte dos requisitos para obtenção do Diploma de Licenciatura pelo Curso de Educação Física do Centro Universitário FUNVIC.

Orientador: Prof. Me. Roberto Rocha Costa

**Pindamonhangaba - SP
2022**

Moreira, Carlos Roberto; Marques, Guilherme.

A percepção dos alunos sobre o impacto da Educação Física escolar em sua cultura de atividade física / Moreira, Carlos Roberto; Marques, Guilherme. / Pindamonhangaba-SP : UniFUNVIC Centro Universitário FUNVIC, 2022.
25 f. : il.

Monografia (Graduação em Educação Física – Licenciatura) UniFUNVIC-SP.
Orientador: Prof. Me. Roberto Rocha Costa.

I Atividade física. 2 Educação física. 3 Escola.

I A percepção dos alunos sobre o impacto da Educação Física escolar em sua cultura de atividade física II.
Carlos Roberto Moreira; Guilherme Marques de Campos.



CENTRO UNIVERSITÁRIO FUNVIC



**CARLOS ROBERTO MOREIRA
GUILHERME MARQUES DE CAMPOS**

**A PERCEPÇÃO DOS ALUNOS SOBRE O IMPACTO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR
EM SUA CULTURA DE ATIVIDADE FÍSICA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado como parte dos requisitos para obtenção do Diploma de Licenciatura pelo Curso de Educação Física do Centro Universitário FUNVIC

Data:

Resultado:

BANCA EXAMINADORA

Prof .

CENTRO UNIVERSITÁRIO- UniFUNVIC

Assinatura:

Prof .

CENTRO UNIVERSITÁRIO- UniFUNVIC

Assinatura:

Prof .

Assinatura:

Este trabalho foi escrito na forma de artigo científico a ser submetido à Revista Eletrônica de Ciências Humanas, cujas normas estão em anexo (ANEXO A).

A PERCEPÇÃO DOS ALUNOS SOBRE O IMPACTO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR EM SUA CULTURA DE ATIVIDADE FÍSICA.

STUDENTS' PERCEPTION ABOUT THE IMPACT OF SCHOOL PHYSICAL EDUCATION ON THEIR CULTURE OF PHYSICAL ACTIVITY.

Guilherme Marques de Campos^{1,*}, Carlos Roberto Moreira¹, Roberto Rocha Costa¹

¹ UNIFUNVIC, Pindamonhangaba-SP

**guilhermemarques.trabalho@gmail.com*

RESUMO

Com este trabalho buscamos entender a percepção dos alunos sobre a influência que a Educação Física escolar deixou em sua cultura de atividade física. Para chegar ao nosso objetivo utilizamos um questionário qualitativo que envolvia questões sobre a rotina atual dos entrevistados e sobre suas aulas na Educação Física escolar do ensino médio, esse questionário foi passado aos alunos da instituição UniFUNVIC via google forms. Os resultados do trabalho deixaram nítido que o grupo entrevistado é bem heterogêneo, esse fator contribuiu para que conseguíssemos analisar experiências vividas em épocas diferentes e por pessoas diferentes, mesmo com a heterogeneidade do grupo, as perguntas normalmente tinham uma resposta que era maioria, principalmente as relacionadas a Educação Física escolar. Com esses resultados e com as discussões pautadas em autores que abordam o tema concluímos que dentro da percepção dos entrevistados a Educação Física escolar não tem relação com as atividades físicas que praticam ou não em seu cotidiano, porém, a Educação Física teve um impacto cultural na vida dos entrevistados, mesmo que pequeno, deixando um legado relacionado ao consumo de algum esporte que conheceram na época de suas aulas.

Palavras-chave: Atividade física. Educação Física. Escola.

ABSTRACT

With this work, we seek to understand the students' perception of the influence that school Physical Education has left on their physical activity culture. To reach our objective, we used a qualitative questionnaire that involved questions about the current routine of the interviewees and about their classes in high school Physical Education, this questionnaire was passed to the students of the UniFUNVIC institution via google forms. The results of the work made it clear that the group interviewed is very heterogeneous, this factor contributed to us being able to analyze experiences lived at different times and by different people, even with the heterogeneity of the group, the questions usually had an answer that was the majority, especially the related to school Physical Education. With these results and with the discussions based on authors that approach the theme, we conclude that, according to the interviewees' perception, school Physical Education is not related to the physical activities that they practice or not in their daily lives, however, Physical Education had a cultural impact on interviewees' lives, even if small, leaving a legacy related to the consumption of some sport that they knew at the time of their classes.

Keywords: Physical activity. Physical education. School.

INTRODUÇÃO

Na visão de Betti (1992), a educação física tem a função de integrar e introduzir os seus alunos à cultura da atividade física, fazendo com que, dessa forma, eles sejam, no futuro, cidadãos que irão

tirar máximo proveito das formas culturais da atividade física (jogos, esportes, danças, ginástica, etc.). Além disso, ele entende que não basta praticar atividade física, é necessário saber porque se está praticando, como, quais seus benefícios, etc. Hardman et al (2013) indicam que, muitas das vezes, o que interfere no aprendizado do aluno são as suas experiências com atividades físicas, os alunos que tiveram experiências positivas, normalmente, mantêm-se realizando as atividades físicas, já os que não se sentem bem-sucedidos em atividades físicas provavelmente não terão prazer em praticá-las. Neste caso de negatividade, cabe a nós, Professores de Educação Física, influenciar os estudantes a se envolver e desenvolver sua cultura de atividade física tanto dentro como fora da escola, oferecendo oportunidades de experimentar e vivenciar diferentes possibilidades de se apropriar dessa cultura. Porém, é importante compreender as atitudes e as percepções dos estudantes do ensino médio em relação à atividade física, alguns fatores socioeconômicos, socioculturais, comportamentais e psicológicos podem influenciar a decisão de iniciar ou continuar a participar dela.

Dessa forma, a dúvida sobre como a Educação Física Escolar tem efetivamente influenciado a prática de atividades físicas após o período escolar, nos levou a essa pesquisa em que o objetivo é apresentar a percepção de ex-alunos do Ensino Médio, sobre como a Educação Física nos últimos anos escolares, se relaciona e qual a possível influência dessa disciplina escolar, com a sua cultura de atividade física.

MÉTODO

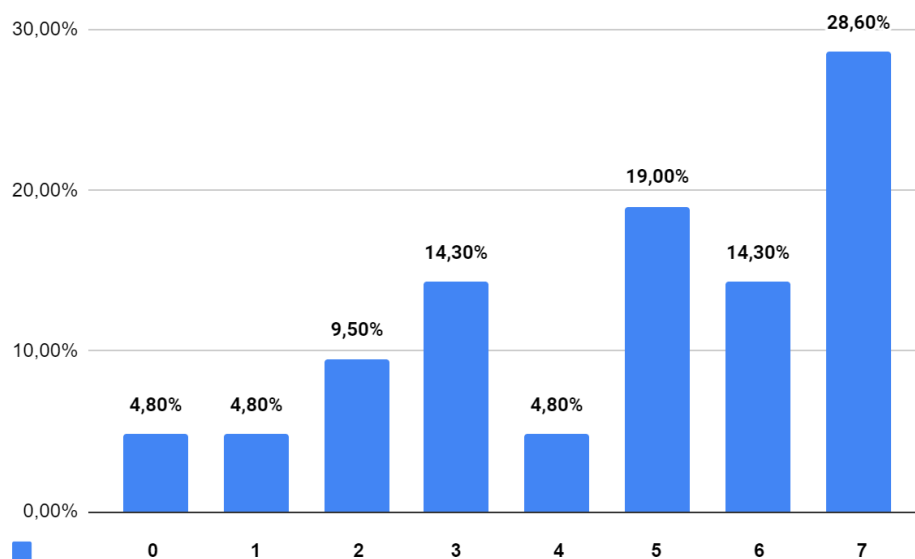
Essa pesquisa do tipo qualitativa, foi realizada com alunos de um Centro Universitário, que responderam a um formulário online, que foi distribuído nos grupos de alunos, e lista de e-mails dos cursos. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com o número 5.446.170 (ANEXO B).

Para a coleta de dados utilizamos dois questionários, o questionário internacional de atividade física, o IPAQ (BENEDETTI, 2007), que visa saber que tipos de atividade física as pessoas fazem como parte do seu dia a dia. As perguntas são relacionadas ao tempo gasto fazendo atividade física na última semana, incluem as atividades corriqueiras como as que você faz no trabalho, para ir de um lugar a outro, por lazer, por esporte, por exercício ou como serviços de casa. O segundo questionário, elaborado, pelos autores, especificamente para esse trabalho, tem a intenção de saber como foi o período escolar de cada participante, levantar informações sobre sua interação com as aulas de educação física, para enfim apresentar sua percepção sobre a influência das aulas de Educação Física nas atividades físicas atuais..

Os participantes de nossa pesquisa tem entre 19 e 44 anos, 66,67% têm 26 anos ou menos, ou seja, todos esses viveram todo o período escolar, depois que os PCN's (Parâmetros Curriculares Nacionais) já haviam sido publicados. Outra característica da amostra é que todas as respostas ao questionário vieram de alunos que estão matriculados nos cursos de Educação Física, Farmácia e Enfermagem. Além disso, dentre os participantes, pouco mais da metade são homens e pouco menos da metade mulheres.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

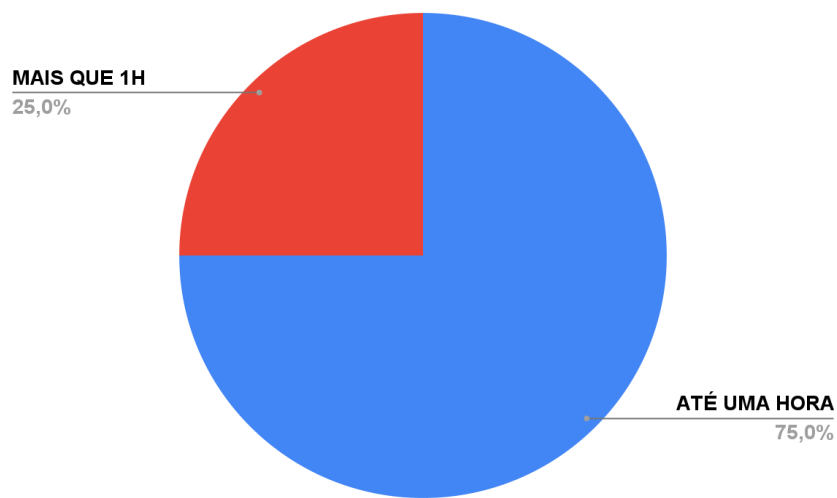
Figura 1- Quantos dias da semana caminhou por pelo menos 10 minutos.



Na figura 1 obtivemos respostas que indicam um grupo bastante heterogêneo, em que todas as opções de resposta foram indicadas, ou seja, desde pessoas que caminham todos os dias, até pessoas que não caminham nenhuma vez por semana, ao menos 10 minutos continuamente. Segundo Nahas (2003) os indivíduos que são ativos fisicamente tem a expectativa de vida maior e além de todos os benefícios a si mesmo, isso ainda diminui, mesmo que pouca coisa, os custos com a saúde pública. Para Rippe e Hess (1998) a caminhada é o meio mais conveniente e lógico para promover a atividade física regular. Segundo Stein (2004) a caminhada com passos rápidos previne a osteoporose, pois ela contribui para o aumento da densidade óssea em todo o esqueleto, mesmo com os ossos que não estão envolvidos na sustentação de peso. Segundo Ramos (1997), além dos benefícios físicos, a caminhada apresenta ainda benefícios psicológicos como por exemplo: melhoria de humor, redução da tensão, depressão, raiva e confusão, acréscimo da vitalidade, vigor e clareza.

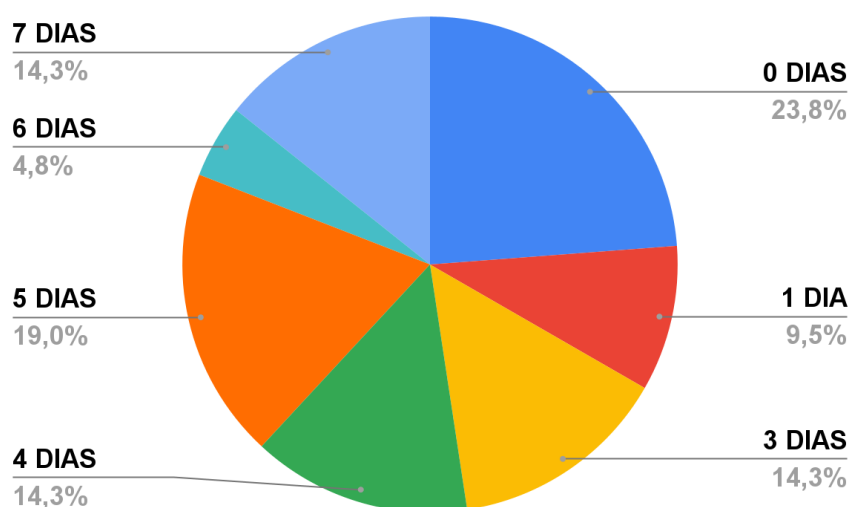
Talvez a Educação Física escolar possa estimular mais os jovens a desenvolver o hábito de pequenas caminhadas como por exemplo a ida e a volta da escola, uma ida ao mercado ou a algum outro compromisso próximo de casa, até mesmo uma caminhada em seu tempo livre, podemos também usar uma semana de aula para promover a semana da caminhada e nas aulas da semana fazer 10 minutos de caminhada antes do conteúdo, promover quem sabe um desafio usando a tecnologia, quem registrar a maior caminhada (em aplicativos que registram) vence, dessa forma saímos da rotina e estimulamos as práticas físicas.

Figura 2- Quando caminha, caminha por quanto tempo.



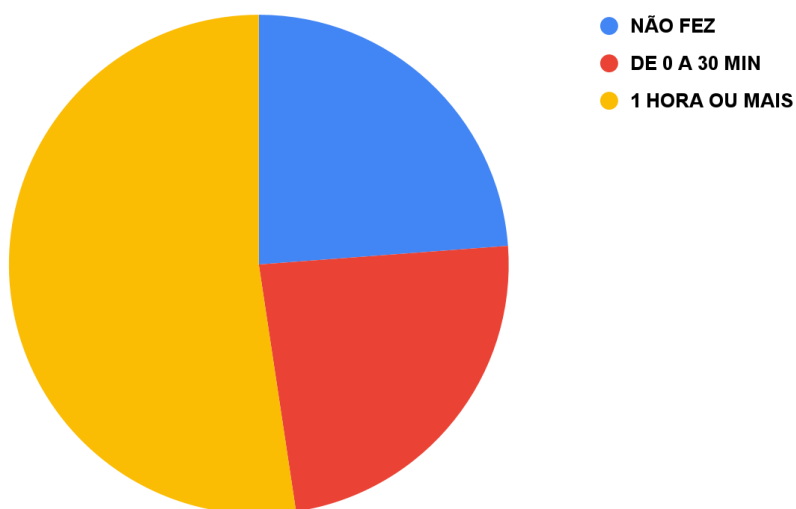
A figura 2 mostra que a grande maioria dos entrevistados caminha no máximo uma hora nos dias em que caminha, um grupo menor caminha por mais de uma hora, o que nos dá entender que dentro da rotina desse grupo há a necessidade de fazer longas caminhadas ou várias caminhadas durante o dia (ir ao trabalho, ir a faculdade entre outros).

Figura 3- Dias da semana em que fez atividades moderadas.



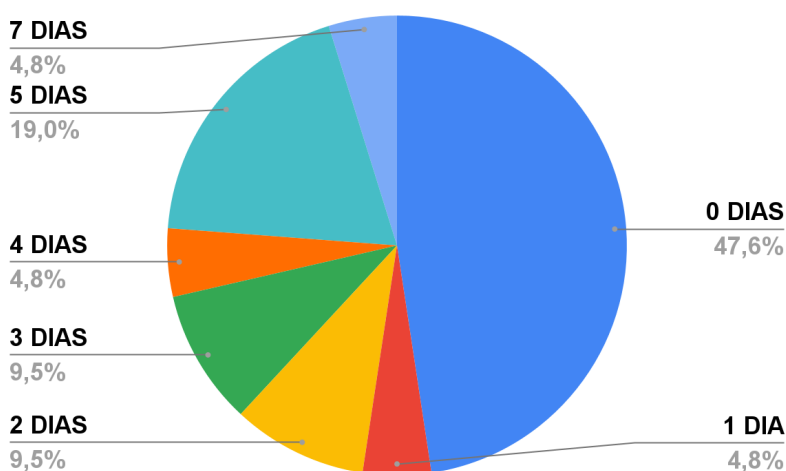
Novamente os resultados mostram muito a heterogeneidade do grupo entrevistado, a figura 3 mostra que temos de entrevistados que fazem atividades moderadas (são as atividades em que você vai conseguir conversar com dificuldade enquanto se movimenta e não vai conseguir cantar. A sua respiração e os batimentos do coração vão aumentar moderadamente) todos os dias a entrevistados que não fazem nenhum dia, no caso a maior parte dos entrevistados caminha 4 dias ou mais na semana. Segundo o Guia de atividade física para a população brasileira feito pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2021), para os praticantes de atividades moderadas, são necessários pelo menos 150 minutos de práticas semanalmente e dentro dessa prática sua respiração e os batimentos do seu coração irão aumentar moderadamente, de maneira que, você consiga conversar com dificuldade, mas não consiga por exemplo cantar. Esse mesmo Guia recomenda para as escolas três aulas de 50 minutos para a disciplina Educação Física (não conheço escola que tenha três mas com duas sim), se nas aulas de Educação Física durante a semana os alunos realizarem 1 hora de atividades moderadas no total, precisariam de apenas mais 1 hora e meia para atingir a recomendação de 150 minutos do Guia, essa intervenção da escola para que os alunos desenvolvam hábitos saudáveis seria de grande valia. (É necessário ressaltar que dentro do questionário foi pedido para que ao responder essa pergunta desconsiderassem a atividade moderada de caminhar, pois ela já estava inclusa em uma questão específica e não deveria ser considerada nessa).

Figura 4- Por quanto tempo faz atividades moderadas.



Na figura 4 podemos ver que pouco mais da metade dos entrevistados faz mais de 1 hora de atividades moderadas nos dias em que fazem (atividades físicas moderadas são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar um pouco mais forte que o normal), quase um terço faz por até 30 minutos, o restante dos entrevistados não faz atividades moderadas nenhuma vez na semana (não por pelo menos 10 minutos contínuos), o que pode ser visto como algo preocupante ao se pensar sobre o sedentarismo.

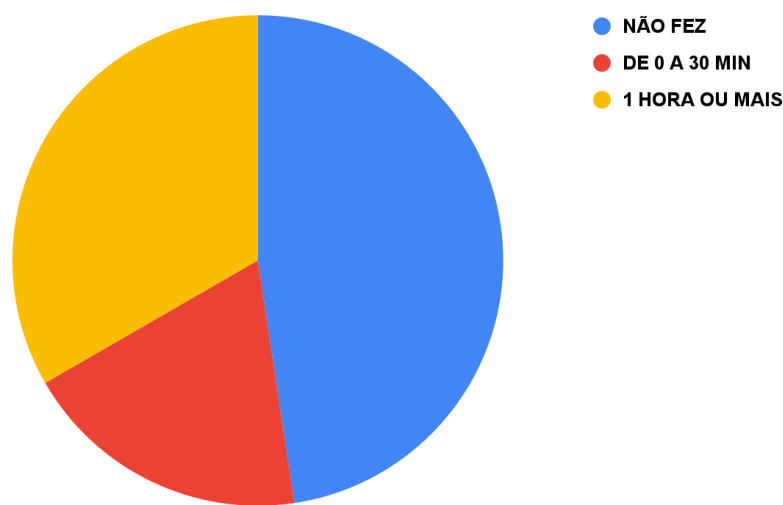
Figura 5- dias da semana em que fez atividades vigorosas.



Na figura 5 mais uma vez as respostas atingiram todas as opções, porém dessa vez uma predominância maior em relação a não fazer atividades vigorosas (aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar muito mais forte que o normal) nenhum dia da semana,

chegando quase na metade dos entrevistados, o que nos faz perceber que a maioria dos entrevistados não pratica atividades físicas como por exemplo a prática de esportes, correr ao ar livre, fazer academia ou até fazer algum treino físico por conta própria. Segundo o Guia de atividade física para a população brasileira feito pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2021), são necessários pelo menos 75 minutos de prática de atividades vigorosas semanalmente, nessa prática você não vai conseguir nem conversar, sua respiração vai ser muito mais rápida que o normal, e os batimentos do seu coração vão estar muito mais rápidos que o normal.

Figura 6- Por quanto tempo faz atividades vigorosas.

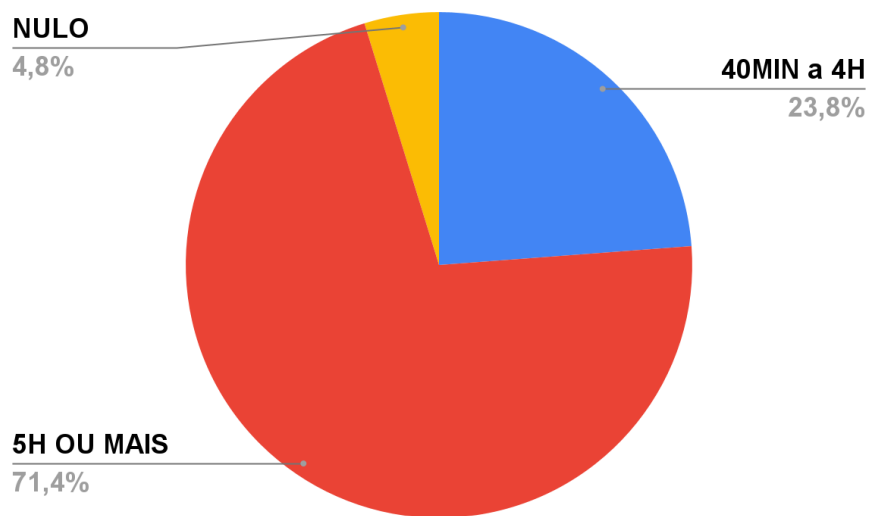


Na figura 6 podemos ver que da metade do grupo que realizou atividades vigorosas uma parte fez no máximo 30 minutos de atividade, e a outra (um pouco maior) fez 1 hora ou mais, o que mostra que esse grupo um pouco maior que fez mais de 1 hora costuma praticar algum tipo de atividade física, seja como lazer praticando algum esporte ou buscando saúde como por exemplo uma academia, um treino de calistenia ou uma corrida ao ar livre. Pensando no tempo de aula nas escolas, se semanalmente os alunos fizessem por exemplo 30 minutos de atividades vigorosas, eles iriam precisar fazer apenas 45 minutos fora da escola para atingir o que o Guia de atividade física para a população brasileira, isso, seria uma grande contribuição da escola para com a saúde e conscientização dos alunos sobre a importância da prática de atividades físicas.

Pensando ainda sobre as atividades físicas moderadas e vigorosas, segundo o Guia de atividade física para a população brasileira feito pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2021), os principais benefícios das atividades físicas são: promove o seu desenvolvimento humano e bem-estar, ajudando a desfrutar de uma vida plena com melhor qualidade; Previne e diminui a mortalidade por diversas doenças crônicas, tais como pressão alta, diabetes (alto nível de açúcar no sangue), doenças

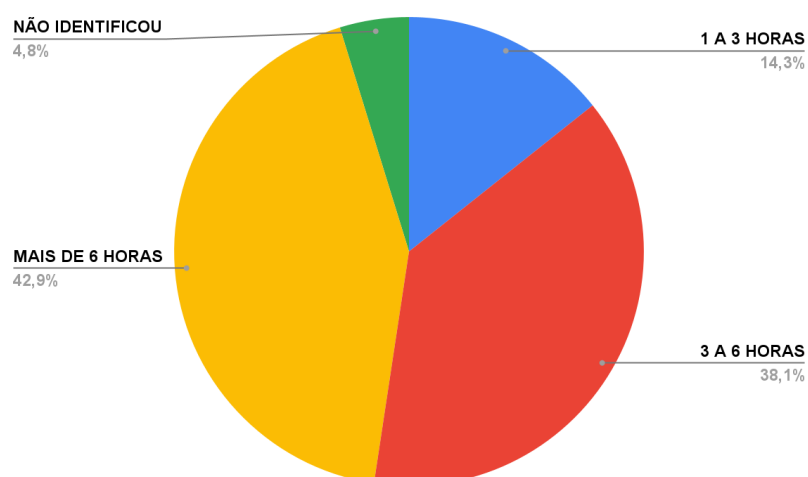
do coração e alguns tipos de câncer (como mama, estômago e intestino); Ajuda a controlar o seu peso, melhorando não apenas a saúde, mas também a relação com seu corpo; Diminui os sintomas da asma; Diminui o uso de medicamentos em geral; Diminui o estresse e sintomas de ansiedade e depressão; Melhora o seu sono; Promove prazer, relaxamento, divertimento e disposição; Ajuda na inclusão social, e na criação e fortalecimento de laços sociais, vínculos e solidariedade; Resgata e mantém vivos diversos aspectos da cultura local.

Figura 7- Tempo gasto sentado durante um dia de semana.



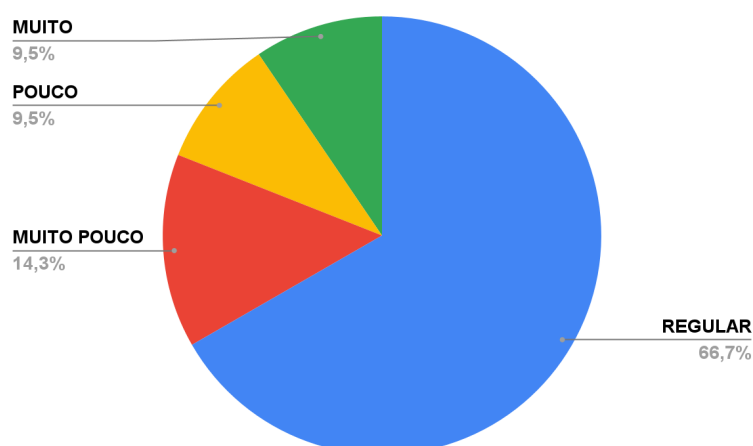
Observamos na figura 7 que a menor parte do grupo respondeu que fica sentado durante um dia de semana entre 40 min e 4 horas, pensando nessas respostas, podemos trazer o fato de que todos os entrevistados estão na faculdade, e provavelmente, parte desse tempo sentado é enquanto assiste suas aulas na faculdade. Também podemos fazer um paralelo em relação às práticas de atividades físicas, pois quanto mais tempo passam sentados, menos tempo se tem disponível para praticar essas atividades. Segundo Suzuki et al (2010), mesmo que você seja praticante de atividades físicas, o tempo em que fica sentado está relacionado aos riscos de obesidade e diabetes tipo 2. Além disso, o tempo sentado é considerado um dos principais componentes do comportamento sedentário.

Figura 8- Tempo gasto sentado em um dia de fim de semana.



Na figura 8 agora sobre quanto tempo passam sentados em um dia de final de semana, de cara é perceptível que a porcentagem de entrevistados que fica mais de 6 horas é bem grande, até porque normalmente o fim de semana dos alunos é um tempo de descanso e repouso ou até usado para estudar e etc... a minoria dos entrevistados fica sentado somente de 1 a 3 horas e a outra parte de 3 a 6 horas. Segundo Weerdmeester (2004) O estresse provocado por longos períodos de posturas sentadas ou em pé podem prejudicar os músculos e as articulações, então ao pensarmos na escola, podemos buscar um mecanismo que evite esses longos tempos sentados, como por exemplo no intervalo de cada aula dar uma pequena caminhada dentro da sala ou no pátio.

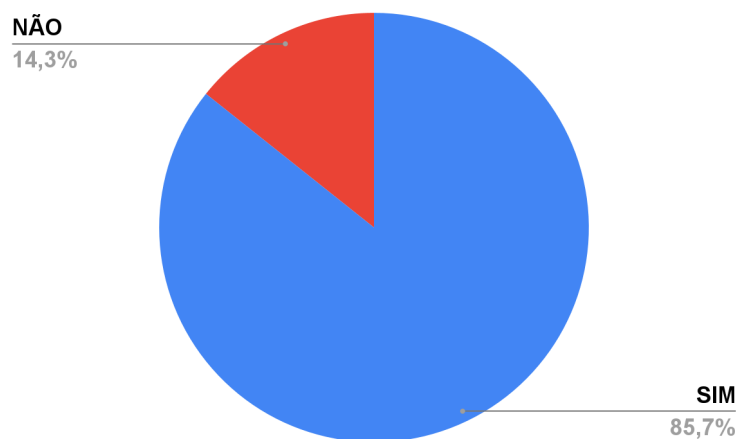
Figura 9- Quanto a EF no ensino médio te provocava a realizar atividades físicas.



Em nossas respostas representadas na figura 9, a grande maioria disse que em relação a quanto a Educação Física os provocava a realizar atividades físicas o nível era regular, a minoria respondeu que era muito ou pouco, entre as duas minorias está ainda a parte que respondeu com muito pouco,

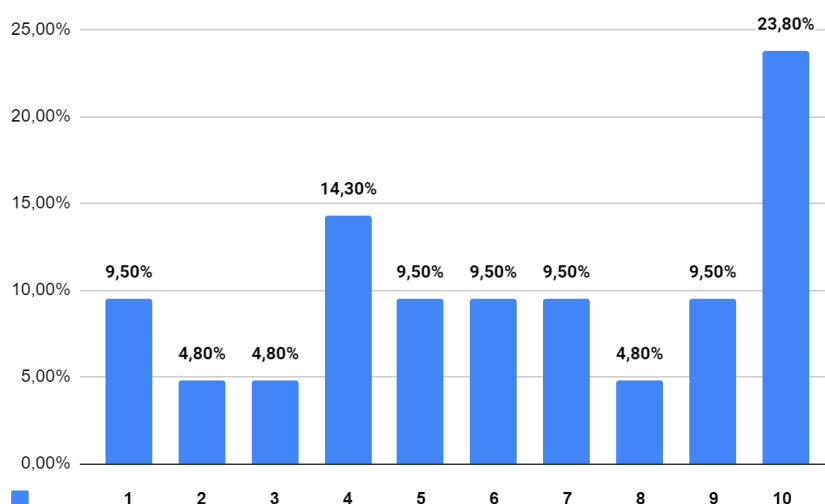
que era a pior avaliação possível. Dentro de nossa fundamentação teórica (Nahas (2003), Ramos (1997), Ministério da Saúde (BRASIL, 2021), Gáspari e Schwartz (2001)), vemos que as atividades físicas são muito importantes na adolescência, assim entendemos que é muito importante que a Educação Física Escolar estimule os alunos a praticar atividades físicas e entendê-las, no Guia de atividade física para brasileiros feito pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2021) por exemplo, diz que, a maior experiência em relação a atividades físicas por parte das crianças e adolescentes e dentro da escola, entendemos que uma das funções da Educação Física Escolar é ao menos mostrar ao aluno uma grande variedade de possibilidades a praticar, jogar ou treinar, com objetivos que não devem ser somente rendimento e execução de movimentos, segundo Darido (2005) a Educação Física não deve oferecer apenas os esportes tradicionais como: futsal, futebol, voleibol, basquetebol, entre outros. Mas também pode e deve ensinar a importância da afetividade, cooperação, respeito, trabalho em equipe e a convivência com diferentes pessoas e grupos, adotando para isto estratégias adequadas, para facilitar o aprendizado do aluno.

Figura 10- Você frequentava e participava das aulas de Educação Física?



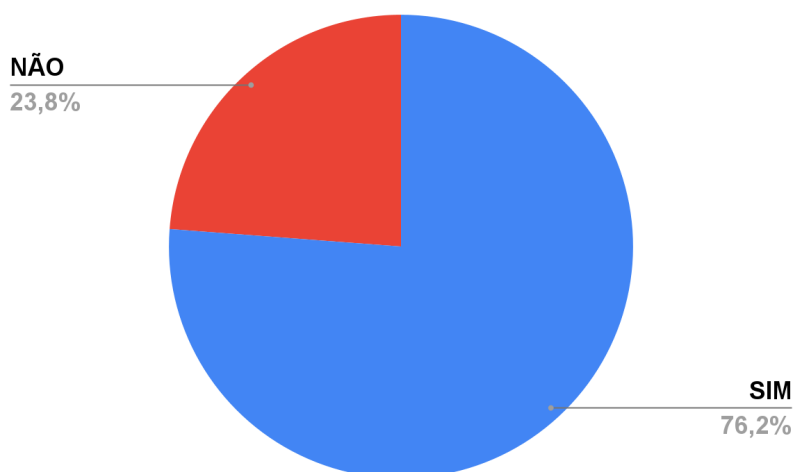
Percebemos na figura 10 que a grande maioria dos entrevistados respondeu que sim, participava das aulas, apenas uma pequena minoria respondeu que não participava. Essa questão nos auxilia nas discussões e na conclusão, com o objetivo de entender se os entrevistados pelo menos participavam das aulas, assim buscando compreender o porquê de algumas respostas, como por exemplo na questão em que perguntava sobre como eram as aulas de Educação Física no ensino médio e um dos entrevistados disse que por elas serem apenas esportes em que nunca foi bom ele se sentia constrangido durante as práticas e por isso deixou de gostar das aulas de Educação Física, o que pode ter feito com que ele deixasse também de participar das aulas e também quando um entrevistado citou que as aulas tinham várias práticas mas ele fugia das aulas.

Figura 11- Uma nota de 0 a 10 para a Educação Física no seu ensino médio.



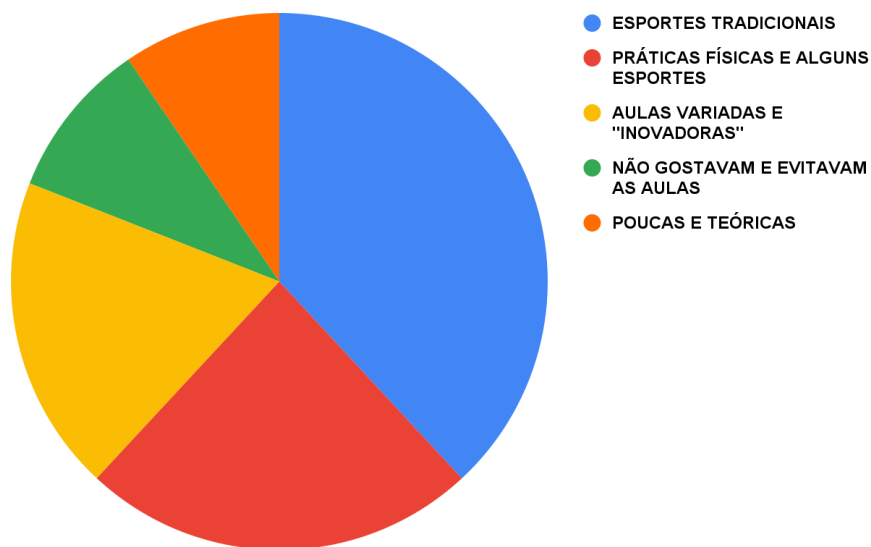
Na figura 11, quando perguntados sobre a nota que dariam para a Educação Física quando estavam no ensino médio, a nota mais votada foi a nota 10, porém a única nota que não apareceu foi a nota 0, o que significa que ao mesmo tempo que alguns consideraram suas aulas nota 10 outros consideravam notas bem baixas como 1, 2 e 3. Essa questão também auxilia em nossa discussão e conclusão, pois ela conectada com as outras respostas nos fará entender melhor qual o motivo dessa avaliação. A questão que traz as explicações para essas avaliações é a que pergunta como eram as aulas de Educação Física quando os entrevistados estavam no ensino médio, podemos perceber que essas notas baixas vem dos entrevistados que descreveram suas aulas como: o professor mais faltava do que ia; era somente vôlei e futebol; na resposta citada anteriormente em que o aluno se sentia constrangido por não saber a execução dos movimentos dos esportes dados em aula; e também na resposta do aluno que dizia fugir das aulas. Agora pensando nas notas altas, podemos associá-las as respostas que diziam que: se inspiraram nos professores e até seguiram o caminho do curso de Educação Física por conta das aulas inovadoras; aulas dinâmicas e divertidas.

Figura 12- A Educação Física escolar apresentou algum esporte que você tem contato até hoje?



Na questão da figura 12 a grande maioria respondeu que sim, é uma pergunta simples mas que se conecta com o tema do trabalho de uma maneira muito direta, ao responderem que sim, a Educação Física escolar os apresentou um esporte em que mantém “contato” até hoje, podemos perceber que mesmo que de maneira simples a Educação Física já deixou uma influência cultural na vida desse aluno, um esporte que ele acompanha mesmo anos após sair da escola, e em alguns casos também prática, assim, mesmo que pequeno, esse é um impacto que foi deixado na vida cotidiana desse aluno pela Educação Física.

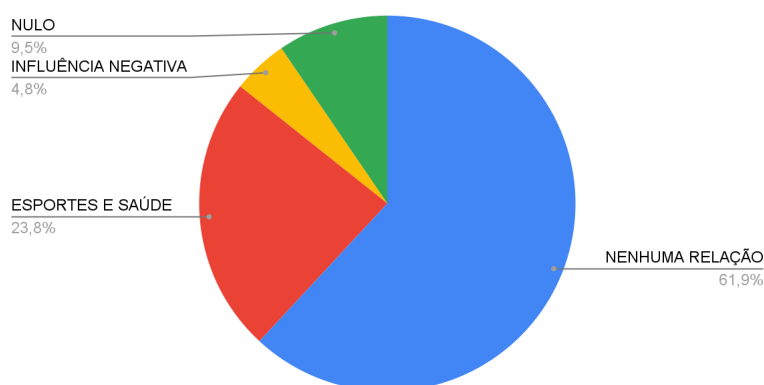
Figura 13- Como eram suas aulas de Educação Física no ensino médio?



Na figura 13 vemos que mais de um terço dos entrevistados respondeu que suas aulas de Educação Física no ensino médio eram baseadas apenas nos esportes tradicionais, esse foi o padrão de resposta que mais foi detectado nessa questão, interpretamos essas respostas de maneira negativa,

entendemos que a Educação Física escolar não pode se basear apenas nos esportes tradicionais, isso limita muito os alunos, é um método de trabalho que fará com que os alunos não consigam expandir sua cultura corporal de movimento como deveriam e aconteceria se à prática das aulas fosse mais variada, trazendo esportes e jogos não convencionais e também com objetivos diferentes, como por exemplo trabalhar os aspectos socioculturais. Dessa forma, percebemos que muitas vezes é necessário pensar em aulas que deixem de lado o tecnicismo e o foco nos esportes tradicionais, é necessário que trabalhemos de outras formas para que o aluno tenha um desenvolvimento completo de suas capacidades, incluindo a parte sócio cultural, segundo Guimarães et al (2001) quando consideramos que a criança seja um ser sociocultural, vemos que essas aulas voltadas exclusivamente às técnicas esportivas quebram a formação integral da criança, deixando defasados fatores como respeito mútuo, cooperação e afetividade, que são a base para se viver em sociedade. O segundo padrão de resposta mais detectado com pouco menos de um terço das respostas também envolve esportes, mas com eles também outros tipos de atividades físicas, em uma análise pensando na resposta que diziam só ter esportes tradicionais, é como se essa resposta fosse uma evolução, percebemos um progresso em relação ao método de trabalho, dessa vez além dos esportes tradicionais se trabalhava também com outros esportes e outros tipos de atividade física, é como se fosse uma evolução. O padrão de resposta que mais nos traz “esperança” em relação a evolução do método de trabalho na Educação Física escolar teve quase um quinto das respostas, segundo esses entrevistados as suas aulas eram variadas e inovadoras, dessa forma os alunos tinham conhecimento de novos esportes, novos jogos e brincadeiras, e essa é uma excelente forma de ampliar a cultura corporal de movimento dos alunos. Um dos entrevistados contou ainda que através dessas aulas e do método de trabalho desse professor ele se inspirou a cursar Educação Física e se tornar professor também.

Figura 14- Qual a relação das suas aulas com a atividade física que faz atualmente?



Infelizmente, para a maioria dos entrevistados a Educação Física escolar não tem nenhuma relação com a atividade física que fazem atualmente (alguns desses nem fazem). Pouco mais de um quinto dos participantes entende uma relação, que entra nas suas práticas esportivas e na sua busca por saúde (através das atividades físicas), essa é a nossa resposta mais positiva, talvez a melhor resposta que poderíamos ter, é muito bom perceber que para algumas pessoas a Educação Física escolar fez um trabalho importante, que é apresentar esportes e práticas físicas que colaboram para a melhoria de nossa saúde, além da saúde física, também a mental, como já citado anteriormente, Ramos (1997) diz que, além dos benefícios físicos, a caminhada apresenta ainda benefícios psicológicos como a melhoria de humor, redução da tensão, depressão, raiva e confusão, acréscimo da vitalidade, vigor e clareza. Também não podemos esquecer, claro, que os esportes e práticas físicas também são uma excelente maneira de lazer, que para muitos é o que traz paz e boas relações dentro de seu cotidiano, Segundo Gáspari e Schwartz (2001) o esporte como lazer trabalha aspectos como a automotivação, tendo como prioridade o prazer. Além disso, através de vivências lúdicas espontâneas o esporte e os jogos trazem a oportunidade de mudanças de atitudes e de conduta, isso, por meio de situações significativas que podem ser criadas dentro de suas práticas.

CONCLUSÕES

Depois de todas as análises que envolvem todos os nossos resultados e suas respectivas discussões, percebemos que, dentro da percepção dos entrevistados, a Educação Física escolar conseguiu desenvolver um impacto cultural em seu cotidiano, mas não um impacto relacionado a atividades físicas. Essas questões podem ser observadas com clareza ao analisarmos os gráficos da figura 12 e da figura 14, na figura 12 vemos que 76,2% dos entrevistados tem algum contato com um esporte que foi apresentado pela Educação Física escolar, isso significa que, mesmo de maneira simples foi inserido na cultura desse aluno um esporte que ele acompanha ou pratica em seu cotidiano, então culturalmente existe um impacto, mesmo que mínimo. Ao analisar a figura 12 podemos tirar uma conclusão precipitada de que os alunos praticam esse esporte que ainda tem contato, porém, a figura 14 nos faz perceber que não, pois a maioria dos entrevistados concluiu que a Educação Física escolar não tem nenhuma relação com a atividade física que eles praticam ou deixam de praticar no seu cotidiano, dessa forma, concluímos que na percepção dos entrevistados, mesmo que a Educação Física escolar tenha um pequeno impacto cultural na vida dos alunos, ela não tem nenhuma relação com a atividade física que praticam. Outra conclusão que temos envolve a fala de Hardman et al (2013) onde se entende que, muitas das vezes, o que interfere no aprendizado do aluno são as suas experiências com atividades físicas, os alunos que tiveram experiências positivas, normalmente, mantêm-se realizando as atividades físicas, já os que não se sentem

bem-sucedidos em atividades físicas provavelmente não terão prazer em praticá-las, analisando a resposta dos entrevistados foi possível detectar um exemplo claro dessa situação, o entrevistado que disse que não gostava das aulas por não desempenhar bem nos esportes também disse que evitava as aulas por ter vergonha, e na figura 14 em sua percepção, a influência da Educação Física escolar foi negativa. Desta forma concluímos que o impacto da Educação Física escolar na percepção dos alunos é cultural, mas não tem ligação com suas práticas físicas do cotidiano.

REFERÊNCIAS

BETTI, M. Ensino de 1º e 2º graus: educação física pra quê?. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, São Paulo, v.13, n. 2, p. 282-287, jan. 1992.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. GUIA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA Brasília/DF, 2021. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf. Acesso em: 10 nov. 2022.

CENTRO COORDENADOR DO IPAQ NO BRASIL. QUESTIONÁRIO INTERNACIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA - VERSÃO CURTA -. Disponível em: http://www.uel.br/grupo-pesquisa/gepafe/aceso-restrito/Question%Elrios/Ipaq_versao_curta_questionario.pdf. Acesso em: 10 nov. 2022.

GÁSPARI, J. C.; SCHWARTZ, G. M. Adolescência, esporte e qualidade de vida. **Revista Motriz**, Rio Claro, v.7, n. 2, p. 107-113, jul-dez. 2001.

HARDMAN, C. M. et al. Participação nas aulas de educação física e indicadores de atitudes relacionadas à atividade física em adolescentes. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.27, n. 4, 623-631), out-dez. 2013.

MERCÊS, J. D. EDUCAÇÃO FÍSICA: ALÉM DO “ROLA A BOLA” LIMITES E POSSIBILIDADES. Ariquemes, 2017. Disponível em: <https://repositorio.faema.edu.br/bitstream/123456789/1258/1/MERCÊS,%20J.%20D.%20-%20EDUCAÇÃO%20FÍSICA%20ALÉM%20DO%20“ROLA%20A%20BOLA”.pdf>. Acesso em: 14 nov. 2022.

PIZYBLSKI, E. M. et al. **Levantamento sobre a postura sentada e os sintomas musculoesqueléticos em costureiras de indústrias de confecção**. Ponta Grossa, 2014. Disponível em: <http://anteriores.aprepro.org.br/conbrepro/2014/anais/artigos/eng%20t/12.pdf>. Acesso em: 14 nov. 2022.

SAMPAIO, A. C. L. Benefícios da caminhada na qualidade de vida dos adultos. Porto, 2007. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/14431/2/38536.pdf>. Acesso em: 10 nov. 2022.

SUZUKI, C. S.; MORAES, S. A. FREITAS. I. C. M. Média diária de tempo sentado e fatores associados em adultos residentes no município de Ribeirão Preto-SP, 2006: Projeto OBEDIARP. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, Ribeirão Preto, v.13, n. 4, p. 699-712, ago. 2010.

REZENDE, L. F. M. et al. **Permanecer muito tempo sentado prejudica a longevidade.** Disponível em:

<https://www5.usp.br/noticias/saude-2/permanecer-muito-tempo-sentado-prejudica-a-longevidade/#:~:text=Para%20os%20dados%20ligados%20ao,2%25%20para%20cada%20hora%20sentado>

Acesso em: 10 nov. 2022.

CAPA SOBRE ACESSO CADASTRO PESQUISA ATUAL ANTERIORES

OPEN JOURNAL SYSTEMS

Capa > Sobre a revista > **Submissões**

Submissões

- [Submissões Online](#)
- [Diretrizes para Autores](#)
- [Declaração de Direito Autoral](#)
- [Política de Privacidade](#)

Submissões Online

Já possui um login/senha de acesso à revista Revista Eletrônica de Ciências Humanas?
[ACESSO](#)

Não tem login/senha?
[ACESSE A PÁGINA DE CADASTRO](#)

O cadastro no sistema e posterior acesso, por meio de login e senha, são obrigatórios para a submissão de trabalhos, bem como para acompanhar o processo editorial em curso.

Diretrizes para Autores

Os trabalhos devem ser redigidos em português, com uso obrigatório da norma culta. Os nomes dos autores, bem como a afiliação institucional de cada um, devem ser inseridos nos campos adequados a serem preenchidos durante a submissão e devem aparecer no arquivo. A Revista Eletrônica de Ciências Humanas sugere que o número máximo de autores por artigo seja 6 (seis). Artigos com número superior a 6 (seis) serão considerados exceções e avaliados pelo Conselho Editorial que poderá solicitar a adequação. **Pesquisas feitas com seres humanos e animais devem, obrigatoriamente, citar a aprovação da pesquisa pelo respectivo Comitê de Ética, citando o protocolo de aprovação.** O não atendimento de tal proposta pode implicar em recusa de sua publicação. Da mesma forma, o plágio implicará na recusa do trabalho.

Os autores dos artigos aceitos poderão solicitar a tradução do artigo para língua inglesa aos tradutores indicados pela revista e reenviar. Os custos com a tradução serão de responsabilidade dos autores.

O periódico disponibilizará aos leitores o conteúdo digital em ambos os idiomas, português e inglês.

O uso da norma culta da Língua Portuguesa e a obediência às normas da Revista são de total responsabilidade dos autores. A não obediência a esses critérios implicará na recusa imediata do trabalho.

[Ajuda do sistema](#)

USUÁRIO

Login

Senha

Lembrar usuário

NOTIFICAÇÕES

- [Visualizar](#)
- [Assinar](#)

CONTEÚDO DA REVISTA

Pesquisa

Escopo da Busca

Todos

Procurar

- [Por Edição](#)
- [Por Autor](#)
- [Por título](#)
- [Outras revistas](#)

TAMANHO DE FONTE

INFORMAÇÕES

- [Para leitores](#)
- [Para Autores](#)

APRESENTAÇÃO DO MATERIAL

Sugere-se um número máximo de 20 páginas, incluindo referências, figuras, tabelas e quadros. Os textos devem ser digitados em **Fonte Times New Roman, tamanho 12, espaçamento 1,5, justificado, exceto Resumo e Abstract**. Devem ser colocadas margens de 2 cm em cada lado.

As Figuras: gráficos, imagens, desenhos e esquemas deverão estar inseridas no texto, apresentar boa qualidade, estar em formato JPEG, com resolução de 300dpi com 15cm x 10cm. O número de figuras deve ser apenas o necessário à compreensão do trabalho. Não serão aceitas imagens digitais artificialmente 'aumentadas' em programas computacionais de edição de imagens. As figuras devem ser numeradas em algarismos arábicos segundo a ordem em que aparecem e suas legendas devem estar logo abaixo.

Tabelas e Quadros: deverão ser numerados consecutivamente com algarismos arábicos e encabeçados pelo título. As tabelas e os quadros devem estar inseridos no texto. Não serão admitidas as tabelas e quadros inseridos como Figuras.

Títulos de tabelas e quadro e legendas de figuras deverão ser escritos em tamanho 11 e com espaço simples entre linhas.

Citação no texto: deve-se seguir as Normas da ABNT (NBR 10520, 2003). As citações deverão aparecer no texto, seguidas pelo ano de publicação. As chamadas pelo sobrenome do autor, pela instituição responsável ou título podem ser: a) incluídas na sentença: sobrenome (ano). Ex.: Gomes, Faria e Esper (2006) ou b) entre parênteses: (SOBRENOME, ano). Ex.: (GOMES; FARIA; ESPER, 2006). Quando se tratar de citação direta (transcrição literal), indicar, após o ano, a página de onde o texto foi extraído. O trecho transcrito deverá estar entre aspas quando ocupar até três linhas. As citações diretas com mais de três linhas devem ser destacadas com recuo de 4 cm da margem esquerda, ser escritas com letra menor que a do texto utilizado, com espaçamento entre linhas menor do que o utilizado no texto e sem aspas. Citações indiretas de vários documentos simultaneamente devem constar em ordem alfabética (como nas referências). Citação de citação: autor citado (ano apud AUTOR, ano). Deve-se fazer a referência do autor lido. Ex.: Pádua (1996 apud FERNANDES, 2012, p. 5) salienta que "[...] pesquisa é toda atividade voltada para a solução de problemas [...]".

Teses, dissertações e monografias, solicitamos que sejam utilizados apenas documentos dos **últimos três anos** e quando não houver o respectivo artigo científico publicado em periódico. Esse tipo de referência deve, obrigatoriamente, **apresentar o link** que remeta ao cadastro nacional de teses da CAPES e aos bancos locais das universidades que publicam esses documentos no formato pdf.

Grafia de termos científicos, comerciais, unidades de medida e palavras estrangeiras: os termos científicos devem ser grafados por extenso, em vez de seus correspondentes simbólicos abreviados. Para unidades de medida, deve-se utilizar o Sistema Internacional de Unidades. Palavras em outras línguas devem ser evitadas nos textos em português, utilizar preferentemente a sua tradução. Na impossibilidade, os termos estrangeiros devem ser grafados em itálico. Toda abreviatura ou sigla deve ser escrita por extenso na primeira vez em que aparecer no texto.

ESTRUTURA DO ARTIGO

PESQUISAS ORIGINAIS devem ter no máximo 20 páginas com até 40 citações; organizar da seguinte forma:

Título em português: caixa alta, centrado, negrito, conciso, com um máximo de 25 palavras;

Título em inglês (obrigatório): caixa alta, centrado. Versão do título em português;

Autor(es): O(s) nome(s) completo(s) do(s) autor(es) e identificação da Sociedade ou Instituições a que está(ão) vinculado(s). Indicar com asterisco o autor de correspondência. Ao final das afiliações fornecer o e-mail do autor de correspondência.

Resumo: parágrafo único sem deslocamento, fonte tamanho 11, espaço 1, justificado, contendo entre 150 e 250 palavras. Deve conter a apresentação concisa de cada parte do trabalho, abordando objetivo(s), método, resultados e conclusões. Deve ser escrito sequencialmente, sem subdivisões. Não deve conter símbolos e contrações que não sejam de uso corrente nem fórmulas, equações, diagramas;

Palavras-chave: de 3 a 5 palavras-chave, iniciadas por letra maiúscula, separadas e finalizadas por ponto.

Abstract (obrigatório): fonte tamanho 11, espaço 1, justificado, deve ser a tradução literal do resumo;

Keywords: a apresentação deverá ser a mesma das Palavras-chave em Português.

Introdução: deve apresentar o assunto a ser tratado, fornecer ao leitor os antecedentes que justificam o trabalho, incluir informações sobre a natureza e importância do problema, sua relação com outros estudos sobre o mesmo assunto, suas limitações. Essa seção deve representar a essência do pensamento do pesquisador em relação ao assunto estudado e apresentar o que existe de mais significativo na literatura científica. Os objetivos da pesquisa devem figurar como o último parágrafo desse item.

Método: destina-se a expor os meios dos quais o autor se valeu para a execução do trabalho. Pode ser redigido em corpo único ou dividido em subseções. Especificar tipo e origem de produtos e equipamentos utilizados. Citar as fontes que serviram como referência para o método escolhido.

Pesquisas feitas com seres humanos e animais devem, obrigatoriamente, citar a aprovação da pesquisa pelo respectivo Comitê de Ética, citando o protocolo de aprovação.

Resultados: Nesta seção o autor irá expor o obtido em suas observações. Os resultados poderão estar expressos em quadros, tabelas, figuras (gráficos e imagens). Os dados expressos não devem ser repetidos em mais de um tipo de ilustração.

Discussão: O autor, ao tempo que justifica os meios que usou para a obtenção dos resultados, deve contrastar esses com os constantes da literatura pertinente; estabelecer relações entre causas e efeitos; apontar as generalizações e os princípios básicos, que tenham comprovações nas observações experimentais; esclarecer as exceções, modificações e contradições das hipóteses, teorias e princípios diretamente relacionados com o trabalho realizado; indicar as aplicações teóricas ou práticas dos resultados obtidos, bem como, suas limitações; elaborar, quando possível, uma teoria para explicar certas observações ou resultados obtidos; sugerir, quando for o caso, novas pesquisas, tendo em vista a experiência adquirida no desenvolvimento do trabalho e visando a sua complementação.

Conclusões: Devem ter por base o texto e expressar com lógica e simplicidade o que foi demonstrado com a pesquisa, não se permitindo deduções. Devem responder à proposição.

Agradecimentos (opcionais): O autor deve agradecer às fontes de fomentos e àqueles que contribuíram efetivamente para a realização do trabalho. Agradecimento a suporte técnico deve ser feito em parágrafo separado.

Referências (e não bibliografia): Espaço simples entre linhas e duplo entre uma referência e a próxima. A lista completa de referências, no final do artigo, deve ser apresentada em ordem alfabética e de acordo com as normas da ABNT (NBR 6023, 2003). Quando a obra tiver até três autores, todos devem ser citados. Mais de três autores, indicar o primeiro, seguido de et al. Alguns exemplos:

Artigo publicado em periódico:

LUDKE, M.; CRUZ, G. B. dos. Aproximando universidade e escola de educação básica pela pesquisa. **Caderno de pesquisa**, São Paulo, v. 35, n.

125, p. 81-109, maio/ago. 2005.

Artigo publicado em periódico em formato eletrônico:

SILVA JUNIOR, N. A. da. Satisfação no trabalho: um estudo entre os funcionários dos hotéis de João Pessoa. **Psico-USF**, Itatiba, v. 6, n. 1, p. 47-57, jun. 2001. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712001000100007&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 13 jul. 2015.

Livro (como um todo)

MENDONÇA, L. G. et al. **Matemática financeira**. 10. ed. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2010.

Capítulo de livro

MARTÍN, E.; SOLÉ, I. A aprendizagem significativa e a teoria da assimilação. In: COLL, C.; MARCHESI, A.; PALACIOS, J. (Org.). **Desenvolvimento psicológico e educação: psicologia da educação escolar**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008. cap. 3, p. 60-80.

ARTIGOS DE REVISÃO

Poderão ser aceitos para submissão, desde que abordem temas de interesse, atualizados. Devem ser elaborados por pesquisadores com experiência no campo em questão ou por especialistas de reconhecido saber. Devem ter até 20 páginas, incluindo resumos, tabelas, quadros, figuras e referências. As tabelas, quadros e figuras limitadas a 06 no conjunto, devem incluir apenas os dados imprescindíveis. As figuras não devem repetir dados já descritos em tabelas. As referências bibliográficas devem ser limitadas a 60. Deve-se evitar a inclusão de número excessivo de referências numa mesma citação.

Devem conter: título em português e inglês, autores e afiliações, resumo e abstract (de 150 a 250 palavras), palavras-chave/keywords, introdução, método (como nos artigos de pesquisas originais) considerações finais (neste item serão retomadas as diferentes colocações dos autores estudados de maneira a conduzir a um fechamento, porém, não havendo conclusões definitivas), agradecimentos (caso necessário), referências.

Ou, em caso de artigos de revisão de literatura contendo metanálise, depois do item método deverá ser apresentado o item resultados (contendo a metanálise) e as conclusões.

Condições para submissão

Como parte do processo de submissão, os autores são obrigados a verificar a conformidade da submissão em relação a todos os itens listados a seguir. As submissões que não estiverem de acordo com as normas serão devolvidas aos autores.

1. A contribuição é original e inédita, e não está sendo avaliada para publicação por outra revista; caso contrário, deve-se justificar em "Comentários ao editor".
2. O arquivo da submissão está em formato Microsoft Word, OpenOffice ou RTF.
3. URLs para as referências foram informadas quando possível.
4. O texto está em espaço 1,5; usa uma fonte de 12-pontos; emprega itálico em vez de sublinhado (exceto em endereços URL); as figuras e tabelas estão inseridas no texto, não no final do documento na forma de anexos.
5. O texto segue os padrões de estilo e requisitos bibliográficos descritos em [Diretrizes para Autores](#), na página Sobre a Revista.
6. Em caso de submissão a uma seção com avaliação pelos pares (ex.: artigos), as instruções disponíveis em [Assegurando a avaliação pelos pares cega](#) foram seguidas.
- 7.

Declaração de Direito Autoral

Declaração de direito autorial

Os autores devem revisar o trabalho antes de enviá-lo, autorizando sua publicação na Revista Eletrônica de Ciências Humanas.

Devem declarar que:

nem o trabalho, nem outro substancialmente semelhante em conteúdo, já tenha sido publicado ou está sendo considerado para publicação em outro periódico, no formato impresso ou eletrônico, sob sua autoria e conhecimento; o referido trabalho está sendo submetido à avaliação com a atual filiação dos autores; os autores ainda concordam que os direitos autorais referentes ao trabalho se tornem propriedade exclusiva da Revista Eletrônica de Ciências Humanas desde a data de sua submissão. No caso de a publicação não ser aceita, a transferência de direitos autorais será automaticamente revogada.

Todas as afiliações corporativas ou institucionais e todas as fontes de apoio financeiro ao trabalho estão devidamente reconhecidas.

Por conseguinte, os originais submetidos à publicação, deverão estar acompanhados de Declaração de Direitos Autorais, conforme modelo:

DECLARAÇÃO DE DIREITOS AUTORAIS

Nós, abaixo assinados, transferimos todos os direitos autorais do artigo intitulado (título) à Revista Eletrônica de Ciências Humanas.

Declaramos ainda que o trabalho é original e que não está sendo considerado para publicação em outra revista, quer seja no formato impresso ou no eletrônico. Certificamos que participamos suficientemente da autoria do manuscrito para tornar pública nossa responsabilidade pelo conteúdo.

Assumimos total responsabilidade pelas citações e referências bibliográficas utilizadas no texto, bem como pelos aspectos éticos que envolvem os sujeitos do estudo.

Data:

Assinaturas

Política de Privacidade

Os nomes e endereços informados nesta revista serão usados exclusivamente para os serviços prestados por esta publicação, não sendo disponibilizados para outras finalidades ou a terceiros.

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: A percepção dos alunos sobre o impacto da educação física escolar em sua cultura de atividades físicas

Pesquisador: Roberto Rocha Costa

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 58591122.4.0000.8116

Instituição Proponente: FUNDACAO UNIVERSITARIA VIDA CRISTA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.446.170

Apresentação do Projeto:

Sem ressalvas; ver recomendação sobre a diferença dos títulos apresentados na capa e folha de rosto da versão do pesquisador

Objetivo da Pesquisa:

Adequado

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Adequado

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Tema interessante, pertinente, sem qualquer problema

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Não há questionário no projeto, bem como em anexo, para que possa ser avaliado; não consta no corpo do trabalho (como anexo) e nem à parte, como anexo da submissão ao CEP. Porém, possuí o link de acesso, pelo qual foi possível analisar.

Recomendações:

Ver item conclusões ou pendências e lista de inadequações.

Endereço: Rua Marechal Deodoro da Fonseca, 316

Bairro: Centro

CEP: 12.401-010

UF: SP

Município: PINDAMONHANGABA

Telefone: (12)3648-8323

E-mail: cep.pinda@funvic.edu.br

Continuação do Parecer: 5.446.170

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Todos os itens estão adequados, sendo permitido o início do projeto.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BASICAS_DO_PROJETO_1931829.pdf	19/04/2022 15:54:39		Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	cartadeautorizacaoescaneada.pdf	19/04/2022 15:53:50	Roberto Rocha Costa	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto_de_pesquisa_CEP.pdf	19/04/2022 15:41:24	Roberto Rocha Costa	Aceito
Folha de Rosto	folhaderosto.pdf	19/04/2022 15:41:02	Roberto Rocha Costa	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	19/04/2022 11:01:34	Roberto Rocha Costa	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

PINDAMONHANGABA, 02 de Junho de 2022

Assinado por:
Gislene Ferreira
(Coordenador(a))

Endereço: Rua Marechal Deodoro da Fonseca, 316

Bairro: Centro

CEP: 12.401-010

UF: SP

Município: PINDAMONHANGABA

Telefone: (12)3648-8323

E-mail: cep.pinda@funvic.edu.br

Autorizo cópia total ou parcial desta obra, apenas para fins de estudo e pesquisa, sendo expressamente vedado qualquer tipo de reprodução para fins comerciais sem prévia autorização específica do autor. Autorizo também a divulgação do arquivo no formato PDF no banco de monografias da Biblioteca institucional. Prof. Me. Roberto Rocha Costa, Carlos Roberto Moreira, Guilherme Marques de Campos Pindamonhangaba, Dezembro de 2022.