

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
LICENCIATURA

ANA TALITA ARAÚJO DOS SANTOS
ITALO ALMEIDA DE LIMA
RAFAELA DE COUTO BATISTA DE SOUZA

**A IMPORTÂNCIA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO
FÍSICA NO COMBATE AO SEDENTARISMO**

RECIFE/2022.2

ANA TALITA ARAÚJO DOS SANTOS
ITALO ALMEIDA DE LIMA
RAFAELA DE COUTO BATISTA DE SOUZA

A IMPORTÂNCIA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO COMBATE AO SEDENTARISMO

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA)
como requisito parcial para obtenção do título de Graduado em
Licenciatura em Educação Física.

Professor Orientador: Me. Edilson Laurentino dos Santos

RECIFE/2022.2

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S237i Santos, Ana Talita Araújo dos
A importância das aulas de educação física no combate ao
sedentarismo / Ana Talita Araújo dos Santos, Italo Almeida de Lima,
Rafaela de Couto Batista de Souza. - Recife: O Autor, 2022.

21 p.

Orientador(a): Dr. Edilson Laurentino dos Santos.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Licenciatura em Educação Física, 2022.

Inclui Referências.

1. Sedentarismo. 2. Educação física escolar. 3. Escola. 4. Atividade
física. I. Lima, Italo Almeida de. II. Souza, Rafaela de Couto Batista de. III.
Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 796

Dedicamos esse trabalho a todos aqueles que nos apoiaram e a todos os nossos colegas acadêmicos que fizeram parte do nosso crescimento profissional.

*“O grande poeta existe para mostrar ao
homem pequeno o quanto ele é grande”
(G. K. Chesterton)*

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	07
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	10
2.1 EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR.....	10
2.2 SEDENTARISMO.....	11
3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....	12
4 RESULTADOS.....	13
4.1 EDUCAÇÃO FÍSICA NO MEIO ESCOLAR.....	14
4.2 SEDENTARISMO NA ESCOLA.....	16
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	17
REFERÊNCIAS.....	18

A IMPORTÂNCIA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO COMBATE AO SEDENTARISMO

Ana Talita Araújo dos Santos

Italo Almeida de Lima

Rafaela de Couto Batista de Souza

Edilson Laurentino dos Santos¹

Resumo: A falta de atividade física causa em nós vários problemas, tanto físico como mental. A sociedade moderna está ficando muito ociosa e isso afeta também as crianças que, aos poucos, vão pegando os hábitos dos adultos. A educação física é uma importante aliada contra o comodismo na vida de qualquer ser humano. Na escola, como é o foco deste trabalho, é constatado que, por muitas vezes, não é dada a devida importância a ela enquanto disciplina, deixando-a de lado por se considerar um lazer pelos próprios alunos. O objetivo deste trabalho é analisar a influência da Educação Física no combate ao sedentarismo escolar. Para conhecer a produção do conhecimento acerca da importância das aulas de Educação Física no combate ao sedentarismo, foi realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados eletrônicas, como o Scielo, o PubMed e o Google Acadêmico.

Palavras-chave: Sedentarismo; Educação Física Escolar; Escola; Atividade Física.

1 INTRODUÇÃO

Nos primórdios dos tempos, o ser humano foi muito ativo, a atividade física era imposta ao homem para a sua sobrevivência, seja por meio da caça para se alimentar ou por meio da fuga do ataque de outros animais, tribos rivais ou, até mesmo, por seus costumes ou crenças (MATTOS *et al.*, 2006).

A mais antiga notícia sobre a atividade física no Brasil data do ano de sua descoberta. Fato esse retratado por Pero Vaz de Caminha, que em uma de suas cartas, relata indígenas dançando, saltando, girando e se alegrando ao som de uma gaita tocada por um português (RAMOS, 1982).

No início dos anos de 1850, a educação física começa a ser pensada e proposta como atividade escolar contemplada em regulamentos. Nesse período, a prática de ginástica se tornou obrigatória nas escolas primárias da Corte (ARANTES, 2008, p. 5).

¹ Professor(a) da UNIBRA. Titulação e breve currículo. E-mail para contato: nononono@nonoon.com. COLOCAR OS DADOS DO ORIENTADOR

Atualmente, a educação física escolar apresenta um conteúdo em sua maioria voltado para a cultura corporal de movimentos como esportes, lutas, danças, jogos e brincadeiras (ROSÁRIO e DARIDO, 2005).

Observa-se que a educação física é vista como uma disciplina que oferece ao educando a possibilidade de construir conhecimentos a partir dos desafios motores que lhes são impostos. Tal fato acontece devido às práticas corporais, os movimentos, que são formas de explorar o corpo e suas possibilidades, proporcionando a percepção corporal a partir dessa prática. Com isso, contribuindo para a formação do indivíduo, valorizando seus conhecimentos e costumes, visando a promoção de atitudes de respeito e da igualdade social (NEIRA, 2008).

Segundo Balbé (2008), a educação física no âmbito escolar visa uma atuação que tem por objetivo o desenvolvimento da interação e socialização entre os alunos, visando a busca por uma vida mais saudável.

Em estudos publicados no ano de 2021, a Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) aponta que antes do distanciamento social, 67,8% das crianças praticavam alguma atividade física pelo menos duas vezes por semana, todavia esse número foi reduzido para 9,77% no primeiro mês do isolamento devido à pandemia do COVID-19. O fechamento das escolas afetou diretamente a rotina das crianças, pois, durante o período de aulas, as crianças possuíam uma rotina mais estruturada.

Reforçando a importância dessa disciplina, Mattos e Neira (2000) afirmam que a Educação Física é um componente curricular que proporciona ao aluno a capacidade de conhecer seu corpo, com práticas de atividades prazerosas, assim como a interação com o professor e demais alunos. Endossando essa afirmação, Matsudo & Matsudo (2007) consideram que “a Educação Física é uma das maneiras de combater a ociosidade e o sedentarismo. Fatores que estão associados à incidência da obesidade”.

De acordo com Barbosa (2008), o sedentarismo está ligado à pouca atividade física e ao uso da tecnologia, como celular, *videogame*, computador e televisão, que vem contribuindo para o aumento de peso dos jovens e, conseqüentemente, levando-os a ter hábitos sedentários.

Orti e Carrara (2012) conceituam o sedentarismo como um fenômeno multifacetário, pois acaba apresentando muitas características que tocam diversas áreas, como a psicologia, a biologia e a educação física.

Carlucchi *et al.* (2013) afirma que a questão do comodismo e da tecnologia contribuem para crescente número de pessoas em inatividade física, produzindo consequências, como as doenças cardiovasculares. Aliado a isso, Gualano e Tinucci (2011) afirmam que o sedentarismo é considerado um dos principais fatores para o desencadeamento da obesidade infantil.

Devido a problemática em volta ao uso excessivo da tecnologia, surgiu um debate entre Mello, Luft e Meyer (2004) sobre o aumento súbito do número de crianças obesas no país e em todas as camadas sociais pela facilidade no contato com a tecnologia causando uma espécie de dependência e abandonando as práticas de atividades físicas gradativamente.

Oliveira *et al* (2010) também explana a consequência da tecnologia na vida sedentária da criança nas últimas décadas como sendo uma das principais causadoras da inatividade infantil.

Diante desse cenário e visando um aprofundamento no tema, o presente trabalho objetiva enfatizar **como as aulas de educação física podem contribuir para o combate ao sedentarismo nas escolas**. Para isso, o objetivo geral deste artigo é **analisar a influência da educação física no combate ao sedentarismo nas escolas**. Se fazendo valer dos seguintes objetivos específicos: 1. Analisar os benefícios da prática de exercício nas aulas de educação física em estudantes; 2. Identificar as consequências que o sedentarismo causa entre os jovens e adolescentes; 3. Descrever os motivos que levam à evasão nas aulas de educação física nas escolas.

Nos últimos anos, as crianças estão se tornando cada vez menos ativas por conta do avanço e da facilidade ao acesso à tecnologia, com a pandemia do COVID-19, isso se tornou ainda mais agravante, já que houve um aumento do tempo ocioso e, conseqüentemente, aumentando o uso dos aparelhos tecnológicos.

Observando que as crianças estão mudando seus hábitos no que diz respeito à atividade física, o que faz corroborar segundo Gualano e Tinucci (2011), pois a ausência da atividade física contribui diretamente no quadro em que se encontra a obesidade infantil, que na sociedade moderna é um grande risco para a saúde pública.

A disciplina de Educação Física ajuda na parte física do estudante e pode contribuir para a sua formação social, pois, através das aulas, eles aprendem a trabalhar em equipe, respeitar, aprender e compartilhar.

Devido a isso, este artigo busca colaborar com o incentivo da prática de exercícios físicos nas escolas, através da educação física, procurando compreender e identificar estratégias significativas para reverter esse quadro alarmante que está cada vez mais frequente na sociedade moderna.

Vale ressaltar que será de suma importância o papel do professor de Educação Física na sala de aula nesse período em que as escolas estão voltando a sua rotina, pois será dele o papel de fazer com que essas crianças se tornem mais móveis e encontrem novamente o prazer que é realizar uma atividade física. Reforçado isso, Balbé (2008) afirma que a Educação Física escolar vem reintegrar a criança no âmbito social e com isso reativar o gosto em buscar ter uma vida mais saudável.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A Educação Física Escolar

A atividade física se inicia desde a pré-história como uma forma de sobrevivência, era necessário caçar, pescar e percorrer longas distâncias por questão de sobrevivência, por conta disso, eles tinham um bom preparo físico. A disciplina de Educação Física, historicamente, tem cumprido funções específicas na escola, corroborando, semelhantemente às demais disciplinas escolares, com a reprodução de modelos hegemônicos de sociedade (SOARES, 2007).

Vale destacar, que a narrativa da Educação Física como importante atividade escolar que intervém no corpo dos sujeitos encontrava no século XIX amparo nas recentes descobertas de áreas como a pedagogia, a anatomia e a fisiologia, além de ser embasada pelo discurso médico-higienista que era hegemônico em diversas áreas da vida social. Em suma, a Educação Física deve ser compreendida no contexto da modernidade, ou melhor, como "filha" da modernidade (BRACHT, 2014).

A Educação Física é um componente que vai estudar a cultura corporal do movimento e não deve ser tratada como uma forma de recreação nas escolas. De acordo com a Lei de Diretrizes e Bases (LDB) da Educação, nº 9394/96, a Educação Física adquire o caráter de um componente que compõe o currículo da escola e, nesse caso, é responsável por um conjunto de conhecimentos que fazem parte do universo da cultura corporal de movimento. Segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) (1997), a prática da Educação Física na escola poderá favorecer a autonomia

dos alunos para monitorar as próprias atividades, regulando o esforço, traçando metas, conhecendo as potencialidades e limitações.

A educação física oferece uma fundamentação teórica e prática que disponibiliza aos discentes informações quanto à importância da prática sistematizada de atividades físicas para a saúde. (SEVERINO e SILVA, 2014, p. 78). Tanto Ribeiro e Triani (2016) quanto Araújo, Brito e Silva (2010) argumentam que as aulas de Educação Física podem contribuir para a conscientização dos estudantes sobre a obesidade, seu combate e sua prevenção.

Segundo Araújo, Brito e Silva (2010) a Educação Física é uma disciplina onde os alunos ganham a oportunidade de relacionar as práticas de atividades físicas e a boa alimentação ao desenvolvimento de saúde e ganhos na qualidade de vida. É um momento para a interação e a socialização dos alunos. Para que o aluno participe, de forma motivada, das aulas, faz-se necessário que o professor introduza atividades desafiadoras, motivadoras e atraentes, evitando assim a frustração, o desinteresse e, por conseguinte, o insucesso do processo de ensino-aprendizagem (PIZANI *et al.*, 2016).

2.2 O Sedentarismo

O sedentarismo é um dos problemas mais atuais da sociedade global. Hoje, podemos dizer que esse problema se tornou uma pandemia e que ela é a chave para doenças futuras. A prática regular de exercícios em intensidade moderada é capaz de reverter o risco de morte, tanto entre pessoas saudáveis quanto entre as que já estão vulneráveis a doenças crônicas não transmissíveis, independentemente dos outros fatores associados, como tabagismo, hipertensão arterial, idade, sobrepeso, consumo de álcool, antecedentes familiares etc. (SABA, 2003).

Segundo Carlucci *et al.* (2013) o comodismo, junto com a tecnologia, é um dos fatores chave para o início de um comportamento sedentário, pois, como vemos, ele se tornou um dos problemas-chave para o início de doenças cardiovasculares em adultos.

Para Vieira, Priori e Frisberg (2002) a atividade física na adolescência contribui para o crescimento, gasto de energia, relaxamento, melhora na autoestima, além de colaborar para o desenvolvimento social, percepção do próprio corpo e desencadear

uma série de benefícios para a saúde, assim como proporciona o bem-estar, que é um excelente benefício para o corpo e para a mente.

O período da pandemia da COVID-19 foi considerado o ápice do sedentarismo infantil, os já citados estudos da UNIFESP (2021) demonstram que a redução de 58% no número de crianças não praticantes de atividade física deixa o cenário pior do que já estava, pois o número de crianças ativas não era o ideal.

De acordo com Souza (2008), nessas circunstâncias, surge a importância da Educação Física Escolar, não apenas no combate ao sedentarismo, mas nas aulas ministradas no ensino fundamental, melhorando o comportamento dos alunos em diversos aspectos sociais, como responsabilidade, relacionamento com os pais, autoconfiança e assiduidade às aulas.

Mello, Luft e Meyer (2004) debateram sobre a questão do crescente aumento no número de crianças obesas no Brasil e foi revelado que todas as classes sociais foram afetadas. Em sua maioria, tendo o acesso à tecnologia como agravante, seja por meio de celulares ou outros aparelhos tecnológicos, causando a inatividade física e gerando uma dependência gradativa da tecnologia.

Um estudo realizado pelo Ministério da Saúde (2021) estima que, no Brasil, 6,4 milhões de crianças estão com excesso de peso e que 3,1 milhões já se encontram obesas. Esses dados são alarmantes, pois esse estudo foi realizado durante a pandemia do COVID-19, a fim de incentivar mais meios de atividade física, inclusive nas escolas, que estão retomando as aulas presenciais e a rotina.

3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Essa pesquisa se trata de um estudo de natureza qualitativa, já que a pretensão é de analisar os sentidos e significados. Conforme Minayo (2000) a pesquisa qualitativa:

Se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis (MINAYO, 2000, p. 21-22).

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica para identificar estudos que tratam do tema investigado. Esse tipo de pesquisa foi elaborado por meio de trabalhos já

executados por outros autores, cujos interesses conferidos eram os mesmos. Gil (2010) aponta as suas vantagens afirmando que:

A principal vantagem da pesquisa bibliográfica reside no fato de permitir ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente. Esta vantagem se torna particularmente importante quando o problema de pesquisa requer dados muito dispersos pelo espaço. A pesquisa bibliográfica também é indispensável nos estudos históricos. Em muitas situações, não há outra maneira de conhecer os fatos passados senão com base em dados secundários (GIL, 2010, p.45).

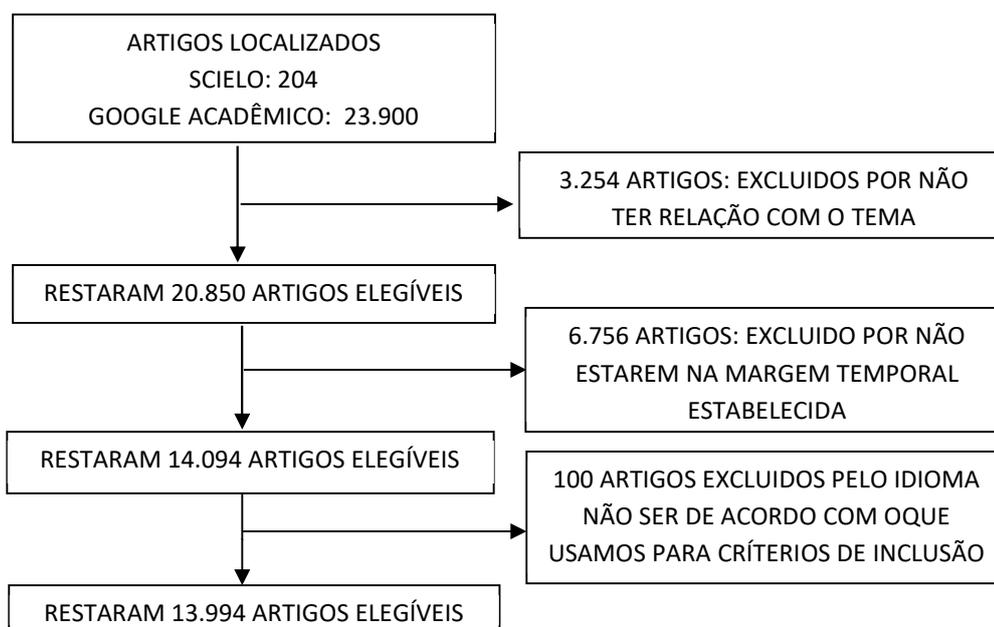
Para conhecer a produção do conhecimento acerca da importância das aulas de Educação Física no combate ao sedentarismo foi realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados eletrônicas, como o Scielo, e o Google Acadêmico. Como descritores para tal busca, foram utilizados: Educação Física Escolar; Sedentarismo; Escola; Atividade Física. E o operador *booleano* para interligação entre eles foi: *AND*.

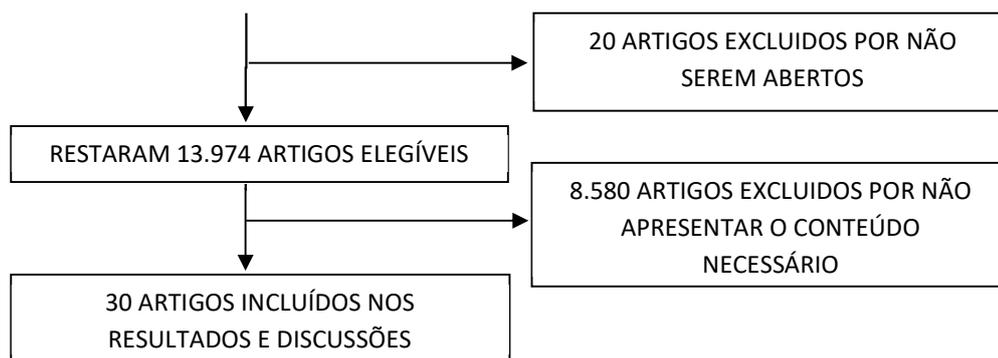
Os critérios de inclusão do uso dos artigos foram: 1. Estudos publicados dentro do recorte temporal de 2012 a 2022; 2. Estudos com conteúdo dentro da temática estabelecida; 3. Artigos na Língua Portuguesa; 4. Artigos originais.

Os critérios de exclusão do uso dos artigos foram: 1. Estudos de revisão; 2. Estudos indisponíveis na íntegra; 3. Estudos com erros metodológicos; 4. Estudos repetidos.

4 RESULTADOS

Figura 1 Fluxograma de busca dos trabalhos





Quadro 1: Resultados encontrados nos levantamentos bibliográficos.

AUTORES	OBJETIVOS	TIPO DE ESTUDO	POPULAÇÃO INVESTIGADA	INTERVENÇÃO	RESULTADOS
Aillyn, L. P; Soare, S. S; Welser, L; Silva, C. F; Sehn, A. P; Kern, D. G; Valim, A. R. M; Reuter, P. C; Burgos, M. S. (2017).	Verificar se existe associação entre o deslocamento para a escola e aptidão física relacionada ao desempenho motor em escolares.	Experimental.	Crianças e Adolescentes (7 a 17 anos).	Escola.	Constatou que a maior parte dos meninos e meninas se deslocam de forma sedentária para a escola.
Mendonça, G; Filho, A. P; Barbosa, A. O; Júnior, J. C. F. (2018).	Descrever os padrões de comportamento sedentário de adolescentes.	Transversal.	Adolescentes (10 a 14 anos).	Escola Pública.	A exposição dos adolescentes aos comportamentos sedentários foi alta, principalmente nos dias do meio de semana e no horário escolar.

4.1 A Educação Física no meio Escolar

A educação física escolar vem passando por algumas transformações até chegar no modelo que conhecemos hoje. No Brasil, ela foi patrimônio da nação portuguesa, fortemente negligenciada e afastada do cenário escolar civil, ou seja, foi desenvolvida basicamente para o uso exclusivo das instituições militares, sem valorizar os traços pedagógicos. Era entendida de forma errada, apenas como sinônimo de ginástica e/ou de treinamento militar físico constituído pelo Brasil Império (DANTAS JUNIOR, 2018)

Segundo Rodrigues e Dario (2018), a Educação Física escolar na década de 1970 era baseada em tendências pedagógicas que priorizam o saber fazer, através de aulas de caráter prático. Ligados aos pensamentos higienistas, militares e esportivos no ambiente escolar.

Logo após esses períodos, a educação física assume aspecto de tendência competitiva baseado na competição tecnicista, sendo um pouco mais técnico do que prático e esportista voltado ao rendimento e a formação do aluno atleta. Por último, a educação física se torna popular, sendo criada pela classe trabalhadora, que visava o lúdico e a cooperação dos alunos (ROSA E LETA, 2017).

De acordo com González *et al.* (2014), no Brasil, o processo de desenvolvimento do Esporte iniciou-se no contexto extraescolar e, lentamente, houve sua escolarização. Segundo Moldonado e Silva (2017) a educação física, a partir das vertentes de ensino, assume a “responsabilidade de formar cidadãos críticos para usufruírem, participarem e reconstruírem as manifestações da Cultura Corporal de Movimento”.

A falta de interesse dos alunos nas aulas de educação física acontece por que na maioria das vezes as aulas de educação física não são atrativas e é vista como uma disciplina sem importância. Em estudo realizado por Krug (2019) o interesse dos alunos pelas atividades propostas pelos professores nas aulas de Educação Física na escola, torna-se responsabilidade do professor que deve despertar isso nos alunos para que eles sintam prazer e vejam horizontes nas práticas de atividades físicas.

Visto o exposto, nota-se que o exercício físico provoca efeitos benéficos sobre a função cognitiva. A atividade física aparentemente influencia a cognição, promovendo melhora do desempenho de diversas habilidades cognitivas como, por exemplo, na memória, raciocínio lógico, entre outras, com isso, podendo resolver alguns problemas de aprendizagem no ambiente escolar e em outros contextos, podendo auxiliar outras disciplinas no processo de aprendizagem (MAZZOCCANTE *et al.* 2019).

É necessário formar um cidadão consciente e sadio, e a escola se torna o ambiente propício para a transmissão destas informações. Isto porque, o currículo escolar conta com aulas de biologia, a qual compreende o funcionamento biológico do corpo, e a educação física, a qual proporciona o desenvolvimento e a interação do próprio ser humano com seu corpo (SILVA JUNIOR *et al.*, 2017).

O esporte é uma ferramenta pedagógica de grande utilidade para semear a inclusão nos espaços de aprendizagens, uma vez que o mesmo tem a função de socializar as pessoas. Fundamentado nisso a escola na atualidade deve garantir o acesso à educação esportiva, e para isso é necessário que haja profissionais qualificados e os recursos físicos e didáticos para a realização dessas atividades (SANTOS, 2018).

4.2 O sedentarismo na Escola

O sobrepeso infantil aparece quando a criança está acima do peso ideal. Esse aumento pode acarretar complicações que se manifestam na vida adulta. Visto isso, cabe ressaltar que a obesidade pode iniciar na infância, sendo reflexo de uma alimentação desregrada e inadequada, alto comportamento sedentário, fatores genéticos e por distúrbios psicológicos (BESSA, 2018).

Como nos mostra a UNIFESP (2021) a pandemia vem sendo considerada o ápice do sedentarismo, de modo especial no cenário infantil, pois houve uma redução de 58% no número de crianças não praticante de atividade física. Segundo Coelho (2017), os pais que praticam qualquer tipo de atividade física têm uma grande probabilidade de estimularem os filhos a serem mais ativos, pois o exemplo dos pais na infância influencia os hábitos da criança.

Quixabeira et al. (2020) traz uma reflexão em que escolas que têm espaços adequados para que as crianças brinquem são mais importantes para o combate ao sedentarismo do que as que não possuem esses espaços definidos. Isso mostra que em Instituições de ensino que não desprezam a importância da atividade física a criança tem grande chance de ser estimulada a buscar na adolescência e na fase adulta se manter ativa fisicamente.

Para Bessa (2018) a prática de atividade física oferece para as crianças estímulos na hora de brincar, praticar jogos e estudar, além de trabalhar de forma efetiva o psicológico dessa criança, pois com a realização de atividades tanto na escola como em casa faz com que ela se torne mais ativa cognitivamente e fisicamente, tornando o cérebro mais sadio.

A tese de Coelho (2017) afirma que os educadores têm conhecimento da importância que a atividade física representa para as crianças pequenas no meio

escolar, mas negligenciam essa arma de combate ao sedentarismo e propiciam atividades que deixam eles mais inertes.

Segundo Silva e Silva (2022), no âmbito educacional, as aulas remotas trouxeram uma dificuldade muito grande em relação às aulas práticas das crianças na escola, pois por conta da pandemia do COVID-19 se tornou mais escasso os meios de diversão para eles e as aulas remotas são realizadas em frente ao computador ou celular, trazendo mais comodismo a uma população em que é importantíssimo a questão do mover-se e desenvolver e refinar aspectos motores.

Mendonça et al. (2018) trás discursões sobre o tema e mostra que nos adolescentes o tempo sedentário é mais da metade do dia e em dias de semana, isso em estudantes de classe alta e do sexo feminino. Ainda nesta discursão, outro ponto levantado é a clássica redução de área de lazer pública, violência nos centros urbanos e sobre a mudança no tipo de entretenimento dos jovens por conta do avanço tecnológico e do seu uso desregrado.

Retomando a discursão acima de Mendonça et al. (2018) se no público adolescente se encontra nessa situação, no público mais jovem os problemas são os mesmos enfrentados, onde não há muitos espaços disponíveis para recreação das crianças e a insegurança por meio da violência local faz com que as crianças se afastem de atividades físicas regulares.

Ailyn et al. (2017) também trás discursões sobre a questão do sedentarismo no meio escolar, na sua pesquisa mostra que eles utilizam meio de locomoção para se deslocarem até a escola, meios esses menos utilizados de acordo com a proximidade da casa até a escola.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Parte final do texto onde se apresentam as considerações finais correspondentes aos objetivos que partem do problema. Compreende uma sequência descritiva e informativa, onde são sumariados os principais resultados encontrados (tudo isso à luz da Introdução). Espera-se também que neste momento, seja feita uma autocrítica em relação ao estudo como um todo. As conclusões devem responder às questões norteadoras da pesquisa, correspondentes aos objetivos. Devem ser breves podendo apresentar recomendações e sugestões para trabalhos futuros.

REFERÊNCIAS

- AILYN, L. P. et al. Associação entre o deslocamento para a escola e aptidão física relacionada ao desempenho motor em escolares. **Revista de Epidemiologia e Controle de Infecções**. V. 7, n. 3, p. 191, jul./set, 2017. Acesso em: 25 out. 22.
- ARANTES, A. C. A História da Educação Física escolar no Brasil. **Revista Digital Buenos Aires**, ano 13, n. 124, p. 1-18, set. 2008. Disponível em: <http://www.efdeportes.com>. Acesso em: 2 mai. 2022.
- ARAUJO, R. A.; BRITO, A. A.; SILVA, F. M. O papel da Educação Física escolar diante da epidemia da obesidade em crianças e adolescentes. **Educação Física em Revista**. v. 4, n. 2, mai./ago, 2010.
- BARBOSA, V. L. P. **Prevenção da obesidade na infância e na adolescência**. 2. ed. Barueri: Manole, 2008.
- BESSA, L. P; SILVA, T. M; MORAES, R. M. A. O ensino como trabalho: um novo olhar para a atividade do professor. **Revista Linguagem em Foco**, v. 10, n. 1. 2018. Acesso em 20 de set. 2022
- BETTI, M. **Educação física e sociedade**. São Paulo: Movimento, 1991.
- BRACHT, V. **Educação Física & ciência: cenas de um casamento (in)feliz**. 4. ed. unijuí, 2014.
- BRASIL. **LDB: Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Brasília: Senado Federal. Acesso em: 29 mai. 2022.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Acesso em: 29 mai. 2022.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Obesidade infantil afeta 3,1 milhões de crianças menores de 10 anos no Brasil**. Disponível em: [Obesidade infantil afeta 3,1 milhões de crianças menores de 10 anos no Brasil — Português \(Brasil\) \(www.gov.br\)](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/comunicacao/obesidade-infantil-afeta-3-1-milhoes-de-criancas-menores-de-10-anos-no-brasil). Acesso em: 24 mai. 2022.
- CARLUCCHI, E.M.S; GOUVÊA, J.G; OLIVEIRA, A.P.; SILVA, J.D.; CASSIANO, A.C.M.; BENNEMANN, R.M. Obesidade e sedentarismo: fatores de risco para doença cardiovascular. **Comunicação em Ciências da Saúde**, v. 24, n. 4, p. 379. 2013. Acesso em: 16 mar. 2022.
- COELHO, V. A. C. **Entre a casa e a escola: prática de atividades físicas e desenvolvimento infantil**. 150 f. 2017. **Tese** (Doutorado em Educação Física) -

Faculdade de Educação Física da Universidade Metodista de Piracicaba, São Paulo, 2017.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.

GUALANO, B. TINUCCI, T. Sedentarismo, exercício físico e doenças crônicas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 25, n. esp, p. 37-43, dez. 2011. Acesso em: 15 mar. 2022.

JUNIOR, F. G. S. et al. Sedentarismo e inatividade física em adolescente com faixa etária de escolares do ensino médio e reflexões para educação física escolar. **Revista Saúde física & Mental**, Rio de Janeiro, v.5, n.1, 2017. Acesso em: 04 nov. 2022.

MATTOS, A. D. et al. Atividade física na sociedade tecnológica. **Revista Digital EFDesportes. com**, v. 10, n. 90, p.24-29, 2006.

MATTOS, M. G. & NEIRA, M. G. Educação Física na adolescência: construindo o conhecimento na escola. **São Paulo: Phorte Editora**, 2000.

MAZZOCCANTE, R. P. et al. A relação da prática esportiva com o desempenho motor, atenção seletiva, flexibilidade cognitiva e velocidade de processamento em crianças de 7 a 10 anos. **J. Hum. Growth Dev**, São Paulo, v. 29, n. 3, p. 365-372, dez. 2019. Acesso em: 05 nov. 2022.

MELLO, E. D.; LUFT, V. C.; MEYER, F. Obesidade Infantil: como podemos ser eficazes? **Jornal de Pediatria**. v.80, n.3, p. 173-182, 2004. Acesso em: 16 mar. 2022.

MENDONÇA, G; FILHO, A. P; BARBOSA, A. O; JÚNIOR, J. C. F. Padrões de comportamento sedentário em adolescentes de um município da região Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**. V. 13, p. 7, 2018. Acesso em: 25 out. 22.

MINAYO, M. C. S. Ciência, técnica e arte: o desafio da pesquisa social. In: MINAYO, Maria Cecília de Souza (org). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis: Vozes, 2000.

NEIRA, M. G. A cultura corporal popular como conteúdo do currículo multicultural da educação física. **Revista Pensar a Prática**, v. 11, n. 1, 2008. Disponível em: <<http://revistas.ufg.emnuvens.com.br/feff/article/view/1699/5343>>. Acesso em: 01 abr. 2022.

OLIVEIRA, T. C; SILVA, A. A. M; SANTOS, C. J. M; SILVA, J. S; CONCEIÇÃO, S. I. O. Atividade física e sedentarismo em escolares da rede pública e privada de ensino

em São Luís. **Revista Saúde Pública**, São Paulo, v. 44, n. 6, dez. 2010. Acesso em: 18 mar. 2022.

ORTI, N. P., Carrara, K. Educação física escolar e sedentarismo infantil: uma análise comportamental. **Arquivo Brasileiro de Psicologia**, v. 64, n. 3, p. 37. 2012. Acesso em: 15 mar. 2022.

PIZANI, J. *et al.* (Des)motivação na educação física escolar: uma análise a partir da teoria da autodeterminação. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 38, n. 3, p. 259-266, jul./set. 2016.

QUIXABEIRA, A. P. et al. Breves considerações sobre educação infantil e atividade física. **Revista multidebates**, v.4, n.2, p. 52, jun, 2022.

Ramos, J. J. **Os exercícios físicos na história e na arte**. São Paulo: Ibrasa. 1982.

RIBEIRO, L. S; TRIANI, F. S; A obesidade na infância e o protagonismo da educação física escolar. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 14, n.1, p.79-88, 2016. Disponível em: <http://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/article/view/14932/11710>. Acesso em: 15 mar. 2022.

ROSARIO, L. F. R.; DARIDO, S. C. A sistematização dos conteúdos da educação física na escola: a perspectiva dos professores experientes. **Revista Motriz**. São Paulo, v.11, n. 3, p. 167-178, set/dez, 2005.

SABA, F. **Mexa-se**: atividade física, saúde e bem-estar. São Paulo: Phorte Editora, 2008.

SANTOS, B. F. Esporte no contexto escolar: Esporte e escola. **Revista Brasileira do Esporte Coletivo**, v. 2, n. 2, 2018.

SEDENTARISMO. In: DICIO, **Dicionário Online de Português**. Porto: 7Graus, 2022. Disponível em: [Sedentário - Dicio, Dicionário Online de Português](http://dicio.net.br/pt-br/definicoes/sedentarismo). Acesso em: 17 mar. 2022.

SEVERINO, C. D.; SILVA, B. M. Educação física escolar e a promoção de saúde: um ponto de vista. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 12, n. 2, p. 77-86, 2014.

SILVA, I. R; SILVA, A. M. B. O impacto da pandemia covid-19 na educação física escolar: uma revisão integrativa da literatura. **Revista pensar a prática**, v. 25, p. 16-17, 2022.

SOARES, C. L. **Educação Física: raízes européias e Brasil**. Campinas: Papyrus, 2007.

SOUZA, J. S. L. P. A importância da atividade física na promoção da saúde da população infanto-juvenil. **Revista Digital Efedepportes**, v. 13, n. 119, 2008. Acesso em: 31 mai. 2022.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO. **Estudos da Unifesp apontam o aumento do sedentarismo infantil como uma das consequências do distanciamento social no Brasil**. São Paulo, 2021. Disponível em: [Estudos da Unifesp apontam o aumento do sedentarismo infantil como uma das consequências do distanciamento social no Brasil - Comunicação](#). Acesso em: 11 mai. 2022.

VIEIRA, V.C.R.; PRIORE, S.E.; FISBERG, M. A atividade física na adolescência. **Adolescência latino-americana**, v. 3, n. 1, 2002. Acesso em: 31 mai. 2022.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos à Deus por nos dar saúde, força de vontade e esperança para enfrentarmos as dificuldades que surgiram ao longo da nossa jornada acadêmica, principalmente nesse período pandêmico que nos fez ressignificar nossos valores.

Agradecemos também a cada um de nossos familiares que até neste momento difícil que nós passamos nos incentivaram e não deixaram o desânimo nos levar para fora de nosso foco.

Agradecemos ao nosso orientador e professor Edílson Laurentino dos Santos por nos nortear de forma objetiva e construtiva durante este último passo do nosso artigo e ao professor Juan Freire que iniciou tudo o que nós fizemos até então, buscando extrair o máximo de cada um de nós.

Agradecemos aos nossos amigos e colegas de turma do curso de Educação Física da Unibra que deram início junto conosco nesse processo de aperfeiçoamento profissional e que nos levaram a buscar sempre mais conhecimento.

Não podemos deixar de agradecer a todo o corpo docente da Unibra do curso de Educação Física que nos enriqueceram de forma grandiosa com o seu conhecimento e nos fez quebrar vários paradigmas a respeito de nossa profissão.