

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

POLLEYEVYSKA DOS SANTOS CAMPELO

**A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR
NA FORMAÇÃO DO INDIVÍDUO: uma revisão de
literatura**

RECIFE/2024

POLLEYEVYSKA DOS SANTOS CAMPELO

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA FORMAÇÃO DO INDIVÍDUO: uma revisão de literatura

Projeto apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito parcial para obtenção do título de Licenciatura em Educação física.

Professor Orientador: Me. Juan Carlos Freire

RECIFE/2024

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Laís Cardoso, CRB-4/PE-1753/P.

C193i Campelo, Polleyevyska dos Santos.
 A importância da educação física escolar na formação do
 indivíduo: uma revisão de literatura / Polleyevyska dos Santos
 Campelo. - Recife: Edição do Autor, 2024.
 29 p. : il. p&b.

Orientador(a): Me. Juan Carlos Freire.

Trabalho de Conclusão de Curso - Centro Universitário Brasileiro
– Unibra. Curso de Graduação em Licenciatura em Educação Física,
2024.

Inclui Bibliografia.

1. Educação Física. 2. Educação física escolar. 3. Exercícios
físicos. I. Centro Universitário Brasileiro - Unibra. II. Título.

CDU: 796

POLLEYEVYSKA DOS SANTOS CAMPELO

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA FORMAÇÃO DO INDIVÍDUO: uma revisão de literatura

Artigo aprovado como requisito parcial para obtenção do título de Graduado em Educação física, pelo Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, por uma comissão examinadora formada pelos seguintes professores:

Me. Juan Carlos Freire

Professor(a) Orientador(a)

Prof.º Me. Fábio Cunha de Sousa

Professor(a) Examinador(a)

Prof.º Me. José Cristiano Faustino dos Santos

Professor(a) Examinador(a)

Recife, ____/____/____

NOTA:_____

Dedico esse trabalho aos meu pais.

“Ninguém ignora tudo. Ninguém sabe tudo. Todos nós sabemos alguma coisa.

*Todos nós ignoramos alguma coisa. Por isso aprendemos sempre.”
(Paulo Freire)*

SUMÁRIO

1INTRODUÇÃO.....	08
2 REFERÊNCIAL TEÓRICO.....	10
2.1Educação física escolar.....	10
2.2 A importância da educação física para o desenvolvimento da criança	10
2.3 A importância da socialização no ambiente escolar.....	11
2.4 A Educação Física como ferramenta no meio pedagógico.	11
3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....	13
4. RESULTADOS.....	13
5.DISSCUSSÃO.....	20
6.CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	24
REFERÊNCIAS.....	25

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA FORMAÇÃO DO INDIVÍDUO: uma revisão de literatura

Polleyevyska dos santos campelo

Juan Carlos Freire¹

Resumo: Sabe-se que a Educação Física aparece com grande responsabilidade na escola, estruturando o ambiente adequado para a criança, de modo a englobar todos, sem discriminação. Na escola as aulas de (EF) se mostram rica em possibilidades no ambiente escolar, pois, através de seus conteúdos específicos é possível trabalhar e contextualizar questões vivenciadas na realidade social dos alunos. **Objetivo:** analisar a importância da educação física escolar na formação do indivíduo. **Metodologia:** Este trabalho é uma revisão de literatura baseada em dados eletrônicos: LILACS, PubMed e SciELO. Após a leitura dos títulos e resumos, os artigos foram submetidos à análise qualitativa e metodológica. Para o levantamento bibliográfico, foram utilizados artigos científicos disponíveis online, entre os anos (2013-2024). **Resultados:** Após o levantamento de dados na literatura foram encontrados 225 artigos. Em que após análise dos critérios estabelecidos, foram excluídos 217 por não se enquadrarem aos requisitos propostos. Ao final, apenas 7 foram incluídos na presente revisão. **Considerações finais:** Por meio dos artigos analisados, é possível perceber que as crianças que desenvolvem ou executam atividades físicas durante o período escolar apresentam vários benefícios tanto na parte acadêmica quanto na forma corporal, que de certa forma se interligam.

Palavras-chave: Educação Física 1. Educação física escolar 2. Exercícios físicos 3.

¹ Especialista em Condicionamento Físico e Saúde no Envelhecimento pela UNESA; Mestrando em Educação Física pela UFPE; Prof. do Dep. Educação Física da UNIBRA; E-mail: prof.juanfreire@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Segundo os estudos de Betti (1991) sobre o surgimento da Educação Física (EF), onde se descreve o início oficial no ano de 1851, com a Reforma Couto Ferraz, que apresentou as bases da reforma do ensino primário e secundário no município da corte, com isso a (EF) foi inserida no currículo escolar sobre a denominação de ginástica. A “ginástica” que foi compreendida por marchas, natação, corridas, lançamentos, esgrima, jogos, equitação e danças. Já no Brasil a presença da educação física nas práticas escolares foi de forma remonta no século XIX (BEGO et al., 2020).

Em 1996, a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) foi estabelecida a necessidade da disciplina de (EF) no Ensino Básico (Educação Infantil, Ensino Fundamental e Ensino Médio). Desde sua inclusão nas escolas brasileiras foi atribuída à (EF) a responsabilidade de contribuir para a melhoria da saúde dos estudantes. Vale se atentar os motivos pelos quais a legislação ela reforçava as práticas da (EF), apoiando-se no discurso da necessidade da capacitação física do trabalhador, de um corpo produtivo, forte e saudável (SILVA et al., 2021).

O conteúdo esportivo introduzido na escola que tem como objetivo de ser bem trabalhados com coerência, competência e alguns cuidados com a seletividade e competitividade, pode desenvolver as habilidades motoras; condicionamento físico; a capacidade de raciocínio; formação de valores e comportamentos, que reforçam a moral; a tomadas de decisão; perda da timidez; redução da ansiedade e depressão; e da saúde socioambiental, com ênfase na empatia e cooperação, (OPSTOEL et al., 2020).

Segundo SOUZA et al., (2013), o professor de Educação Física deve fazer da sua aula um momento prazeroso para todos os alunos, de modo a englobar todos, sem discriminação, alunos com alguma deficiência, alunos atléticos ou obesos, promovendo bem estar e saúde a todos e assim gradativamente contribuir para a diminuição do sedentarismo. Vem sendo mostrados os benefícios das aulas de EF escolar no desempenho escolar de outra forma, como (melhora na atenção, concentração, memória, comportamento em aula, solução de problemas e média de notas), com isso a (EF) escolar ela surge como uma importante ferramenta, aonde

muitas crianças e jovens vem nela uma das melhores oportunidades de aproximação às práticas de atividades físicas (VAZOU et al., 2019).

A escola é um recurso na transmissão de conhecimentos e valores presente nas comunicações entre sujeitos, porém não está apenas ligado ao saber científico, está agregada também a cultura que através dela aprende-se. Consideramos que toda instituição não é somente um instrumento de organização, regulação e controle social, mas também é, ao mesmo tempo, um instrumento de regulação e de equilíbrio de personalidade (DE AZEVEDO et al., 2017). No Brasil, programas governamentais apoiam essas estratégias no ambiente escolar, como o Programa Saúde na Escola. As aulas de (EF) se mostram rica em possibilidades no ambiente escolar, pois, através de seus conteúdos específicos é possível trabalhar e contextualizar questões vivenciadas na realidade social dos alunos (COSTA et al., 2014).

De acordo com DARIO et al., (2013) afirma que o professor de Educação Física ao atuar em projetos sociais que visam à formação para cidadania, deve programar o referencial técnico tático e sócio educativo, estabelecendo reflexões e contribuições de cada uma delas dando ênfase na autonomia em relação, à vivência do jogo privilegiando como recurso pedagógico. Tendo em vista que os estudos a respeito deste tema ficam, muitas vezes, restritos à discussão acadêmica, a presente pesquisa tem como objetivo analisar a importância da educação física escolar na formação do indivíduo, com a justificativa existe uma específica necessidade da elaboração de mais estudos sobre a formação do indivíduo na educação física escolar, além da frequência necessária para as aulas de educação física na escolar para manter ou melhorar na formação de um bom indivíduo.

2 REFERÊNCIAL TEÓRICO

2.1 Educação física escolar

A educação física escolar é uma disciplina com grande valor, onde por meio da sua prática os alunos, além de exercer em uma atividade física, podem descobrir o próprio corpo e realizar movimentos úteis ao equilíbrio e desenvolvimento de outros componentes curriculares de sua formação escolar. Condizente ao o trabalho de SOUZA et al (2018) a prática pedagógica na Educação Física escolar encontra-se entre possíveis definições, que são: o modelo tradicional de ensino dos esportes ancorado na lógica do alto rendimento, a inovação. Nesse ponto de vista a (EF) é considerada uma disciplina que oferece ao educando, possibilidades de construir e gerar conhecimentos a partir dos desafios motores que são impostos nas aulas.

Destaca-se GRABER E WOODS (2014), que a Educação Física ela transmite diversos conhecimentos aos alunos sobre três domínios diferentes: o psicomotor, onde há a aprendizagem de habilidades específicas que vão proporcionam aos alunos participarem de jogos, exercícios e outras atividades físicas de forma eficiente; o domínio cognitivo que permite os alunos conheça as técnicas, estratégias e regras de diversas atividades; e o domínio afetivo, onde transmite conhecimentos sobre os próprios sentimentos, atitudes, valores e crenças relacionadas ao movimento e outras atividades físicas.

2.2 A importância da educação física para o desenvolvimento da criança

Na educação infantil e nos anos iniciais do ensino fundamental, é importante que a criança tenha o maior número possível de experiências no âmbito da cultura corporal do movimento, experimentando diversas formas de se movimentar, de compreender a estrutura corporal, entende-se que a qualidade de vida e a saúde na escola contribuem significativamente para o desempenho escolar e o ensino e aprendizagem, pois com os incentivos e estímulos propostos pelos exercícios físicos, não basta, apenas, que os alunos tenham conhecimentos somente relacionados às disciplinas específicas como Matemática, Português, Geografia, Literatura entre outras. É fundamental que eles aprendam valores, e a respeitar, como viver em sociedade. A escola é um espaço de relações, um espaço privilegiado para o desenvolvimento crítico e político (AZAMBUJA et al., 2018).

2.3 A importância da socialização no ambiente escolar

O desenvolvimento de socialização definido como o tempo em que uma criança é introduzida nas regras mínimas necessárias à sua existência no interior do laço social mais primitivo tem um papel necessário na formação individual de cada aluno, uma vez que o ambiente escolar é um panorama vivo de interações de trocas explícitas de ideias, valores e interesses diferentes. As perspectivas tradicionais de ensino tende a ser menos estimulantes e de maior dificuldade de compreensão, principalmente ao tratar-se de assuntos mais distantes da realidade dos alunos. A escola como lugar de socialização, ocupa um espaço excepcional para este tipo de ligações, pois compreende o desenvolvimento inicial das pessoas, colaborando nos seus arranjos perante o mundo (PIMENTEL et al., 2021).

2.4 A Educação Física como ferramenta no meio pedagógico

O papel de a educação escolar transcender os conhecimentos teóricos, ela contribui para a formação cidadã dos estudantes e promove a transformação do meio social para o bem comum, estando interligada ao bem-estar e o amadurecimento social. (Portanto a educação física escola é o processo que busca alinhar as condutas humanas em uma determinada concepção de mundo, a qual estabelece os fins que o processo educativo deve atingir Pinto & Dias, (2019), p. 449).

Segundo ALECRIM & COLLEVATTI, (2020, p.15) Tendo a educação escolar como objetivo principal o desenvolvimento do indivíduo para o convívio coletivo e a vida em sociedade. A Educação Física como disciplina que compõe a grade curricular não está alheia aos objetivos formativos de condutas sociais preconizados pelos documentos que fundamentam e legitimam a educação. A Educação Física deve ser entendida como parte importante no processo educativo, superando o tecnicismo esportivo como objetivo das aulas. O desenvolvimento de um indivíduo holístico nos seus aspectos motores, culturais, sociais, intelectual e crítico social deve ser compreendido como possibilidades reais de contribuição desta disciplina na formação dos alunos.

De acordo com, Segundo RIBEIRO et al., (2015) A Educação Física possui uma relação entre o conhecimento tratado nas aulas e a compreensão em múltiplas dimensões sociais. Entretanto para o pleno desenvolvimento do estudante o professor de educação física deve estar comprometido com o real papel do processo

educativo no âmbito escolar. A inclusão e consolidação da Educação Física nas escolas aconteceu através de diversas intervenções realizadas no sentido de alinhar diversos pareceres nas reformas de ensino primário e secundário que influenciou de maneira decisiva, neste modo todos os conteúdos (dos jogos ao esporte competitivo) são importantes na ampliação do senso crítico do aluno, desde que trabalhados de forma contextualizada e problematizada com a realidade social de cada aluno. Entende-se a Educação Física Escolar como uma disciplina que introduz e integra o aluno na cultura corporal de movimento

3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

A metodologia empregada trata-se de uma revisão da literatura, que segundo Mattos (2015) “[...] é o processo de busca, análise e descrição de um corpo do conhecimento em busca de resposta a uma pergunta específica, a pesquisa bibliográfica pode ser entendida como “[...] a revisão de literatura sobre as principais teorias que norteiam o trabalho científico” e o levantamento bibliográfico pode ser realizado “[...] em livros, periódicos, artigo de jornais, sites da Internet entre outras fontes”. De acordo com Pereira et., al (2018) este tipo de estudo oportuniza a teorização dos conceitos envolvidos no problema identificado pelo profissional pesquisador em sua área de atuação.

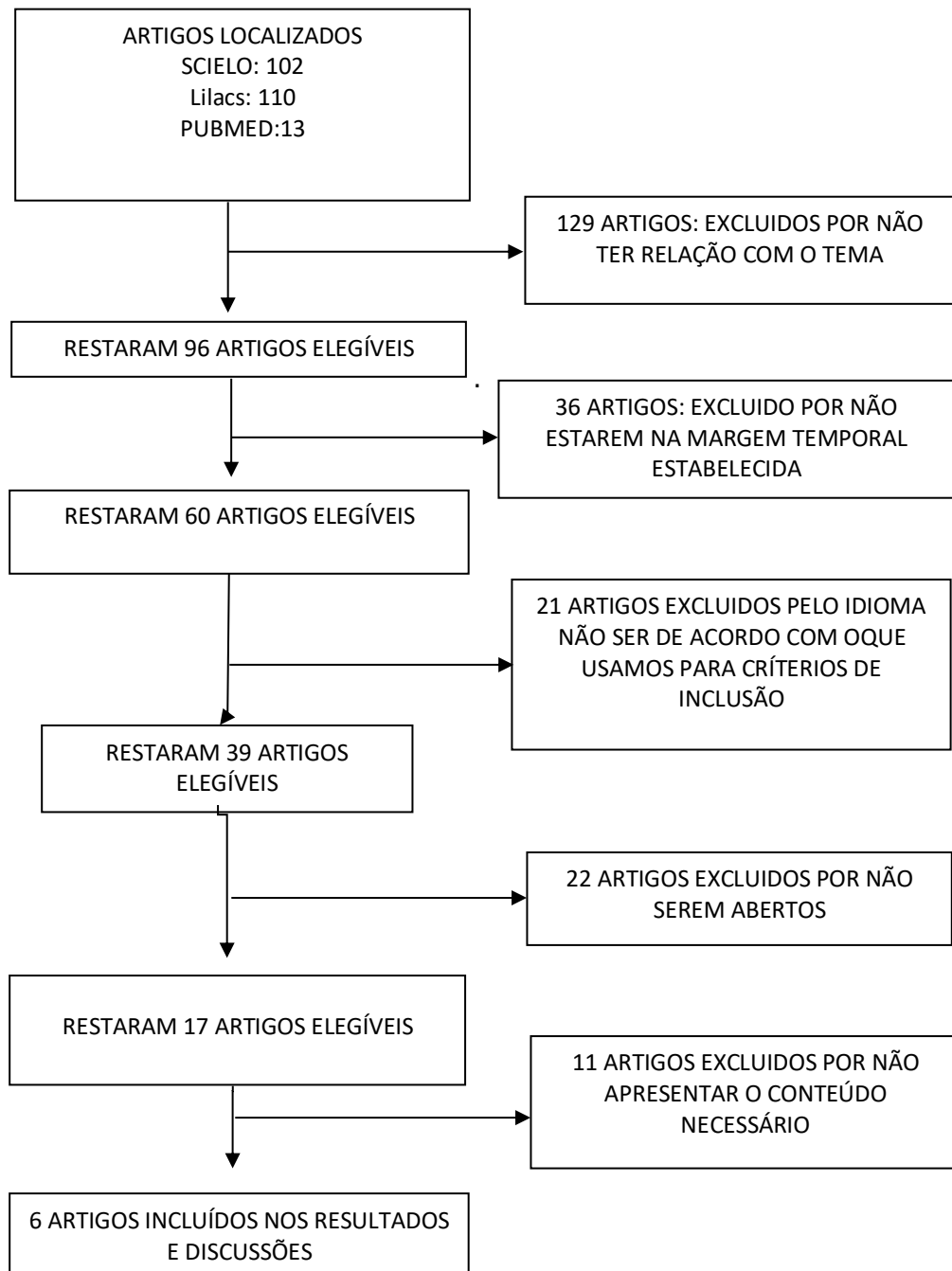
Os termos empregados para a busca foram identificados nos Descritores em Ciências da Saúde (DECS). Para conglobação dos artigos as buscas foram realizadas nas bases de dados: SciELO, Pubmed, Lilacs. Para o levantamento bibliográfico foram utilizados artigos científicos disponíveis online, entre os anos (2013-2024). Como descritores para tal busca, foram utilizados: Educação Física; educação física escolar; Exercícios físicos, onde foram utilizados, os operadores lógicos AND, OR e NOT para auxiliar os descritores e os demais termos utilizados para localização dos artigos

Os critérios de inclusão do uso dos artigos foram: estudos publicados dentro do recorte temporal de 2013 a 2024; estudos com conteúdo dentro da temática estabelecida; artigos na Língua Portuguesa e Inglês; artigos originais. Os critérios de exclusão do uso dos artigos foram: estudos indisponíveis na íntegra; estudos com erros metodológicos; estudos de revisão bibliográfica, os que se repetiam em mais de uma base de dados e aqueles cujos desenhos de estudo não respondiam à pergunta norteadora, foram incluídos artigos disponíveis na versão completa e que tiveram relação com a temática do estudo.

4. RESULTADOS

Após o levantamento de dados na literatura foram encontrados 225 artigos nas plataformas Lilacs, Sicelo e Pubmed. (artigos publicados nos últimos 10 anos, idiomas português, inglês e espanhol, estudos com seres humanos). Em que após análise dos critérios estabelecidos, foram excluídos 218 por não se enquadrarem aos requisitos propostos. Ao final, apenas 7 foram incluídos na presente revisão.

Figura 1 Fluxograma de busca dos trabalhos



Quadro 1: Resultados encontrados nos levantamentos bibliográficos.

AUTORES	OBJETIVOS	TIPO DE ESTUDO	POPULAÇÃO INVESTIGADA	INTERVENÇÃO	RESULTADOS
POLEVONY et al.,	a influência da atividade física nas aulas de Educação Física nos indicadores de atenção dos escolares. Material e.	Estudo Comparativo Retrospectivo..	alunos, de 15 a 16 anos.	principal método de pesquisa foi o “Teste Trondyke”, que determina o nível de desenvolvimento da atenção dos alunos. O teste foi aplicado antes e depois da aula de educação física, uma vez por mês, durante 5 meses.	os alunos que não praticaram educação física na aula não conseguiram melhorar significativamente seu desempenho na prova, o que indica uma possível adaptação à prova após sua primeira execução antes da aula. Os alunos que praticaram exercícios físicos puderam aumentar significativamente os resultados dos testes..
PEDRETTI et al	Avaliar os efeitos de dois programas de exercício físico, ofertado no contexto das aulas de Educação Física escolar, sobre indicadores de aptidão física Física.	experimental	alunos com idades entre 9-12 anos	Foi mensurado o índice de massa corporal (IMC), aptidão cardiorrespiratória (ApC), flexibilidade e força muscular localizada (FML). Recorreu-se ao "Teste t pareado"	Os resultados mostraram nos meninos efeito muito elevado no grupo PFC na ApC, flexibilidade e FML e efeito elevado no grupo PEF na flexibilidade e FML. Nas meninas efeito muito elevado no grupo PFC na ApC, flexibilidade e FML e no grupo PEF efeito muito

				e ANOVA de medidas repetidas.	elevado na flexibilidade e FML e de efeito elevado na ApC. Não houve efeito no IMC em ambos os grupos.
DI MAGLIE et al.,	. Este estudo teve como objetivo avaliar a eficácia de uma intervenção de AF escolar de 6 meses na prevenção da obesidade e comportamentos saudáveis em crianças em idade escolar.	Ensaio clínico	10–11 anos de idade	Um professor de educação física foi responsável pela implementação do programa de AF e pela avaliação do processo. A professora também foi responsável pela coleta de dados antropométricos durante o período de intervenção de 6 meses. Antes do início do projecto, todos os professores das escolas de intervenção receberam formação no local para lhes fornecer informações gerais sobre a natureza e o significado da intervenção.	Observamos uma melhora significativa em todas as habilidades de condicionamento físico, no grupo que participou de nossa intervenção, enquanto nenhuma melhora foi observada nas crianças do grupo controle ($p < 0,0001$ pelo teste t de Student pareado em todos os grupos de intervenção)
WRIGHT et al.,	O objetivo foi Aumentar a atividade física (AF) das	Estudo randomizado	9 a 14 anos	Treze escolas primárias diversas e de	Seis escolas CHALK/Just Move implementaram o programa em

	crianças na escola é fundamental para a prevenção da obesidade e promoção da saúde			baixa renda de Massachuset ts foram recrutadas e randomizadas para o programa de caminhada/corrida 100 Mile Club ($n = 7$) ou para o programa de AF nos intervalos das atividades em sala de aula CHALK/Just Move ($n = 6$). Os programas de intervenção foram ministrados ao longo de dois anos letivos.	ambos os anos. Duas escolas randomizadas para o 100 Mile Club não implementaram nada, e apenas três escolas implementaram ambos os anos. As escolas implementadoras tiveram pontuações de implementação semelhantes (intervalo = 0–3; 100 Mile Club = 2,0 vs. CHALK/Just Move = 1,9), mas a fidelidade aos elementos principais e melhorados diferiu entre os programas. Em 100 escolas do 100 Mile Club, a dose do programa entregue foi maior do que nas escolas CHALK/Just Move (34,9 vs. 19,7 minutos por semana). A dose de AF recebida por sessão também foi maior nas escolas 100 Mile Club ($n = 55$, 2 escolas) em comparação com as escolas CHALK/Just Move ($n = 160$, 2 escolas) (13,6 min vs. 2,7 min por sessão).
SILVA et al.,	O objetivo foi investigar o efeito de aulas sistematizadas na coordenação motora de pré-escolares.	Ensaio clínico randomizado controlado	4 a 5 anos	A coordenação motora foi avaliada através da bateria de testes KTK (Körperkoordi	Os resultados segmentados não diferiram quanto ao efeito das intervenções em relação ao sexo, mas indicaram que crianças mais

				nationstest für Kinder – teste de coordenação corporal para crianças, em tradução literal), construído por Kiphard e Schilling (1974), referenciado em português por Gorla e Araújo (2007). O KTK é composto por quatro testes: trave de equilíbrio (TE), saltos monopedais (SM), saltos laterais (SL) e transferência lateral sobre plataforma (TP). O KTK foi aplicado em dois momentos distintos, pré-intervenção e pós-intervenção em ambos os grupos.	jovens possam ser particularmente sensíveis a tais intervenções. Discutimos a relevância da aplicação de conteúdos sistematizados, variados, com dificuldade progressiva, e compatível com a faixa etária para um adequado desenvolvimento da coordenação motora de pré-escolares.
CHEN et al.,	O objetivo deste estudo foi examinar o impacto potencial de uma intervenção ambiental, a adição de	Ensaio clínico não randomizado	11 anos.	A intervenção Destaque-se na Classe incluiu o fornecimento de seis mesas de apoio	Não houve diferenças significativas na idade ($p > 0,05$), distribuição de sexo ($p > 0,05$) e IMC ($p > 0,05$) entre os participantes do

	carteiras sentadas e de pé na sala de aula, na postura sentada e na atividade física das crianças em idade escolar durante o horário de aula e depois da escola.			ajustáveis em altura (LearnFit, Ergotron Inc., EUA) colocadas na sala de aula nomeada do 5º ano (substituindo três carteiras padrão com capacidade para 6 crianças) de cada uma das quatro escolas de intervenção por dois períodos escolares, abrangendo 4,5 meses (fevereiro a julho de 2017). A equipa de investigação deu formação a professores e alunos sobre a utilização de mesas de apoio.	grupo intervenção e controle no início do estudo. No entanto, os testes de qui-quadrado revelaram que havia significativamente mais crianças da herança do Sul da Ásia no braço de controlo e mais crianças britânicas brancas no braço de intervenção ($p < 0,001$). O IMC médio da amostra geral foi de $18,3 \text{ kg/m}^2$, classificado como peso normal (entre o 2º e o 91º percentil) para crianças entre 9 e 10 anos de idade [51].
--	---	--	--	--	--

5 DISCUSSÃO

Os dados ocorreram de modo qualitativo, visando à exploração subjetiva do tema, de forma dialética. De acordo com os dados encontrados nos artigos (FARIAS et al., 2020). A presente revisão avaliará a importância da educação física escolar na formação do indivíduo, neste sentido, pensar na qualidade de ensino, é contribuir na formação integral do aluno, assim, considera-se que quanto mais integradas melhor o desenvolvimento dos alunos. É função da educação física escolar, portanto, garantir o acesso dos alunos às práticas da cultura corporal, contribuindo assim, na promoção, prevenção e reabilitação da saúde física e mental.

Acredita-se que em crianças ativas mudanças na estrutura cerebral estão envolvidas no melhor desempenho cognitivo, as evidências mostram que as participações nas aulas de educação física, melhoram o desempenho escolar, como o foco e concentração nas matérias. Diante disso, em seu estudo POLEVOY et al., (2023) Conduziu como resultado, os alunos que praticaram exercícios físicos, onde foi possível notar um aumento significativo dos resultados nos testes escolares. O estudo foi realizado da seguinte forma: cooperaram do experimento 141 alunos, sendo alunos 15 a 16 anos, que estudavam na 9ª série. O “teste de Trondyke”, como método que determina o nível de desenvolvimento da atenção dos estudantes, o teste foi utilizado antes e depois da aula de educação física, sendo uma vez por mês durante cinco meses, eram realizadas duas vezes por semana durante 45 minutos, os resultados obtidos determinam a eficácia da influência de uma aula de educação física na escola nos indicadores de atenção das crianças.

No estudo DO NASCIMENTO et al., (2020) se ratifica a importância da atividade física através do método Yoga como instrumento auxiliar para o conhecimento do próprio corpo. Os participantes da pesquisa foram 20 alunos, sendo onze do sexo feminino e nove do sexo masculino, do 6º ano do ensino fundamental de uma escola pública municipal da cidade de Manaus, com faixa etária entre 11 e 13 anos. Para a coleta de dados foram realizadas quatro aulas de yoga sendo uma teórica e três práticas e após a intervenção foi realizado um grupo focal com os alunos e feita uma entrevista semiestruturada com o professor de Educação Física. Em seu resultado, foi observado que obtiveram influências positivas aos praticantes, deixando os alunos mais calmos, mais

atentos, mais concentrados e menos agitados e com o interesse de continuar praticando.

Nos estudos anteriores nos mostra que a educação física escolar tem uma vantagem educacional que poucas disciplinas têm: O desenvolvimento da unidade didática envolveu ao longo de sua aplicação com poder de adequação e relaxamento do conteúdo ao grupo social em que será trabalhada. Esse fato permite uma liberdade de trabalho, bem como uma liberdade de avaliação, seja coletiva ou individual.

A literatura vem corroborando a associação entre atividade física com desempenho dos indivíduos nas escolas. Em seu estudo PEDRETTI et al., (2022) conduziu Programa de Formação Corporal (PFC) inserido nas aulas de Educação Física escolar de um único encontro semanal com duração de 120 minutos, a amostra foi composta por 91 alunos com idades entre 9-12 anos. No intuito de interferir positivamente no desenvolvimento dessas capacidades físicas, principalmente nos aspectos relacionados à saúde. Foi mensurado o índice de massa corporal (IMC), aptidão cardiorrespiratória (ApC), flexibilidade e força muscular localizada (FML). O resultado do estudo é que não houve efeito no IMC em ambos os grupos, apontam que este único encontro semanal (15 minutos de PFC) foi capaz de apresentar efeito muito elevado na aptidão física a favor do PFC em ambos os sexos, efetivamente, acarretou efeitos positivos na aptidão cardiorrespiratória, flexibilidade e força muscular localizada em ambos os sexos.

Em relação às habilidades de coordenações motoras em crianças no ambiente escolar. A educação psicomotora refere-se à formação de base necessária a toda criança. O estudo de SILVA et al., (2021) conduziu-se em um ensaio clínico não randomizado, a investigação do efeito de aulas sistematizadas na coordenação motora de pré-escolares de 84 crianças de quatro a cinco anos, através da bateria de testes de coordenação corporal para crianças, antes e após dois distintos programas de atividades motoras aulas regulares de educação física. Dividido em grupo controle e grupo experimental. O resultado foi que grupo experimental foi significativamente melhor para equilíbrio dinâmico, e maiores amplitudes de melhorias em todas as tarefas, e o grupo controle foi observado desenvolvido com dificuldade progressiva ao longo da aula e do decorrer das intervenções, em atividades condizentes com a faixa etária e o nível de coordenação.

A psicomotricidade tem por função destacar a relação entre a motricidade, a mente e a afetividade, psicomotricidade na educação infantil pode auxiliar o aprendizado através do movimento com o seu papel dentro das aulas de educação física escolar na formação integral da criança, não só pelo fato de contribuir para o desenvolvimento motor, mas para potencializar as aprendizagens socioambientais (BRAZ et al., 2024).

Além do desempenho e coordenação motora escolar que a atividade física proporciona nos alunos, tendesse com importância também no sedentarismo e na obesidade infantil no período escolar. Nesse sentido, foi possível inferir que, a inatividade física, comportamento sedentário e obesidade podem ser extremamente prejudiciais à saúde e qualidade de vida, especialmente, nos escolares da educação infantil ao ensino fundamental. Neste contexto, sobre o sedentarismo no ambiente escolar o estudo CHEN et al., (2021) Nos trás a redução do comportamento sedentário das crianças na escola, através da atividade física durante o horário de aula. O estudo foi realizado com um total, 176 crianças (idade 9 a 10 anos) participaram do estudo. No início do estudo, os grupos de controle e de intervenção realizado em oito escolas primárias com crianças de origens socioeconômicas mistas.

Já o estudo de DI MAGLIE et al., (2022). Nos trás a diferença entre grupos, que realizaram atividade física escolar e um grupo de controle, com foco na transformação corporal e redução da obesidade nessa fase da infância, as crianças do grupo intervenção ($n = 80$) participaram de uma atividade física multicomponente que incluiu melhora nas atividades físicas extracurriculares (com 40 minutos adicionais por dia durante 5/6 dias por semana). As crianças ($n = 80$) do grupo controle participaram da prática habitual não foram observada nenhuma mudança nas crianças. Os resultados apresentados foram o índice de massa corporal médio de $19,7 \pm 2,9 \text{ kg/m}^2$, e 33,7% deles estavam com sobrepeso ou obesidade em T0. A alteração no índice de massa corporal no grupo intervenção ($-2,4 \pm 0,6 \text{ kg/m}^2$) foi significativamente diferente daquela no grupo controle ($3,01 \pm 1,8 \text{ kg/m}^2$). Os efeitos na circunferência da cintura, na relação cintura/estatura e na aptidão física também foram significativos no grupo intervenção em comparação com o grupo controle.

Nessa mesma linha de raciocínio o estudo de WRIGHT et al.,(2019) nós reafirma que aumentar a atividade física das crianças na escolas é fundamental

para a prevenção da obesidade e promoção da saúde. O estudo foi realizado da seguinte forma: Treze escolas primárias diversas e de baixa renda de Massachusetts foram recrutadas e randomizadas para o programa de caminhada/corrida 100 Mile Club ($n = 7$) ou para o programa de AF nos intervalos das atividades em sala de aula CHALK/Just Move ($n = 6$). Os programas de intervenção foram ministrados ao longo de dois anos letivos, seis escolas CHALK/Just Move implementaram o programa em ambos os anos. Duas escolas randomizadas para o 100 Mile Club não implementaram nada, e apenas três escolas implementaram ambos os anos. As escolas implementadoras tiveram pontuações de implementação semelhantes (intervalo = 0-3; 100 Mile Club = 2,0 vs. CHALK/Just Move = 1,9), mas a fidelidade aos elementos principais e melhorados diferiu entre os programas. Em 100 escolas do Mile Club, a dose do programa entregue foi maior do que nas escolas CHALK/Just Move (34,9 vs. 19,7 minutos por semana).

Desta maneira, a educação física escolar acaba operando como uma porta de saúde e bem-estar para crianças e adolescentes, consistir assim, a escola é um espaço muito propício para a promoção da saúde. E associação dos dois trás benefícios de forma global para o desenvolvimento dos jovens. É nesta conjuntura apresentado no resultado deste estudo, e na literatura através dos autores citados anteriormente que se compreende a importância da inserção da educação física escolar na formação dos indivíduos, favorecendo assim uma saúde adequada à criança no futuro.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como foi demonstrado ao longo deste estudo à discussão e abordagem acerca importância da educação física escolar na formação do indivíduo embora seja pouco valorizada e reconhecida como importante para a sociedade em geral. Por meio dos artigos analisados, é possível perceber que as crianças que desenvolvem ou executam atividades físicas durante o período escolar apresentam vários benefícios tantos na parte acadêmica quanto na forma corporal, que de certa forma se interligam.

Diante de todo o exposto na elaboração deste estudo, acabamos por compreender que a educação física no espaço escolar é de fundamental relevância, pois promove o desenvolvimento é a maior promotora de interação entre os educandos, fornecendo-os não somente conhecimento corporal, mas também ensinando e aprimorando seus valores éticos, morais, sociais, políticos e culturais. Sugere-se que novas pesquisas sejam realizadas, incluindo as com abordagem qualitativa, a fim de identificar os fatores da educação física escolar na formação do indivíduo.

REFERÊNCIAS

ALEGGRIM, G. A & Colevatti, J. R. A importância da educação física escolar para a formação do indivíduo na sociedade. **Revista Saúde UniToledo**, v.4, p.13-26, 2020.

AZAMBUJA, Ana Paula de Oliveira. A questão da saúde na educação física escolar: reflexões sobre as perspectivas de professores. 2018.

BRASIL. Lei de diretrizes e bases da educação nacional. Lei nº. 9.394/96, de 20 de dezembro de 1996. Lex: **coletânea de legislação**: edição federal, 1996.

BRAZ , Letícia Maria Alvez; SILVA, Nadja Fonsêca da; PONTES JÚNIOR , José Airton de Freitas. Análise do conhecimento dos professores de educação física da educação básica acerca do desenvolvimento psicomotor. **Revista Ensino em Debate**, [S. l.], v. 2, p. e2024010, 2024.

BETTI, M. Educação física e sociedade. **Revista brasileira de educação física e esporte**, São Paulo: Movimento, 1991

BEGO, Gabriel Alecrim; DOS ANJOS, Jeferson Roberto Collevatti. A importância da Educação Física Escolar Para a Formação do Indivíduo na Sociedade. **Revista Saúde UniToledo**, v. 4, n. 1, 2020.

BISCARO, Sara Rharine; CIVIDINI, Fátima Regina. Abordagem da mídia sobre obesidade infantil em tempos de pandemia do novo Coronavírus. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, v. 15, n. 1, 2022.

CARMO, N. A Importância da Educação Física Escolar Sobre Aspectos de saúde: Sedentarismo. **Revista Educare CEUNSP**, São Paulo, v. 1, n. 1, 2013.

CHEN, Yu-Ling et al. Stand out in class: investigating the potential impact of a sit-stand desk intervention on children's sitting and physical activity during class time and after school. **International journal of environmental research and public health**, v. 18, n. 9, p. 4759, 2021.

COSTA, Filipe Ferreira da et al. Effect of school-based intervention on diet in high school students. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 16, p. 36-45, 2014.

DE ANDRADE RODRIGUES, Heitor; DARIDO, Suraya Cristina; PAES, Roberto Rodrigues. O esporte coletivo no contexto dos projetos esportivos de inclusão social: contribuições a partir do referencial técnico-tático e sócio-educativo. **Pensar a Prática**, v. 16, n. 2, 2013.

DE AZEVEDO, Márcio Faria et al. Formação escolar e formação esportiva: caminhos apresentados pela produção acadêmica. **Movimento**, v. 23, n. 1, p. 185-199, 2017.

DE SOUZA, Sinara Pereira; DO NASCIMENTO, Paulo Rogerio Barbosa; FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. Atuação docente em Educação Física escolar: entre investimento e desinvestimento pedagógico. **Motrivivência**, v. 30, n. 54, p. 143-159, 2018.

DÍAS D. E & Pinto F. P. (2019) **Educação e Sociedade**. 27(104) 449-455.

DI MAGLIE, Antonio et al. Efeitos de uma intervenção de atividade física na aptidão física de escolares. **Relatórios fisiológicos**, v. 10, n. 2, pág. e15115, 2022.

FARIAS A. N.; IMPOLCETTO, F. M.; BENITES, L. C. A análise de dados qualitativos em um estudo sobre educação física escolar: o processo de codificação e categorização. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 23, 2020.

FERREIRA, Carla Mercês Jatobá; VORCARO, Angela Resende. Da escola, do escolar, da inclusão. **Revista da FAEEBA: Educação e Contemporaneidade**, v. 29, n. 60, p. 54-66, 2020.

MARINHO, Hermínia Regina Bugeste. et al. **Pedagogia do movimento: universo lúdico e psicomotricidade**. Curitiba: IBPEX, 2007.

MOREIRA, Antonio Flavio Barbosa; CANDAU, Vera Maria. Educação escolar e cultura (s): construindo caminhos. **Revista brasileira de educação**, n. 23, p. 156-168, 2003.

NEIRA, Marcos Garcia. A cultura corporal popular como conteúdo do currículo multicultural da educação física. **Revista Pensar a Prática**, v.11, n.1, 2008

OPSTOEL, Katrijn et al. Personal and social development in physical education and sports: A review study. **European Physical Education Review**, v. 26, n. 4, p. 797-813, 2020.

PEDRETTI, Augusto et al. Efeitos de dois programas de educação física na aptidão física relacionada à saúde de crianças de acordo com sexo. **Journal of Physical Education**, v. 33, p. e3343, 2022.

PIMENTEL, Cristiane Moraes et al. A socialização na educação infantil. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 10, p. 2623-2637, 2021.

POLEVOY, Georgiy et al. A influência da educação física na escola na atenção de alunos de 15 a 16 anos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. e2022_0430, 2023.

SILVA, Kelly Samara et al. Educação física escolar: guia de atividade física para a população brasileira. **Revista brasileira de atividade física & saúde**, v. 26, p. 1-18, 2021.

SILVA, Siomara Aparecida da; SILVA, César Milagres da; VELTEN, Marcella de Castro Campos. Influência de conteúdos sistematizados da educação física na coordenação motora de crianças na primeira infância. 2021.

VAZOU, Spyridoula et al. More than one road leads to Rome: A narrative review and meta-analysis of physical activity intervention effects on cognition in youth. **International Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 17, n. 2, p. 153-178, 2019.

WRIGHT, Catherine M. et al. The FLEX study school-based physical activity programs—measurement and evaluation of implementation. **BMC Public Health**, v. 19, p. 1-12, 2019.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por ter me mantido na trilha certa durante este projeto de pesquisa com saúde e força para chegar até o final.

Quero agradecer ao professor e orientador Adelmo, que me apoiou na primeira etapa do projeto e ao orientador Juan Carlos, que me ajudou nesta etapa conclusiva.

Sou grata a minha família pelo apoio que sempre me deram durante toda a minha vida.

Agradeço a todos os meus professores do curso de Educação física da universidade UNIBRA da qualidade técnica de cada um.