

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

DACILIO MONTEIRO RODRIGUES
HANDERSON RÉGIO DOS SANTOS NOGUEIRA

BENEFÍCIOS DA PRÁTICA PARA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR ESTUDANTES
DO ENSINO FUNDAMENTAL I

RECIFE/2024

DACILIO MONTEIRO RODRIGUES

HANDERSON RÉGIO DOS SANTOS NOGUEIRA

**BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR PARA
ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL I**

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como
requisito parcial para obtenção do título de Graduado em Educação Física

Professor Orientador: Prof Me. Jéssica Gomes Gonçalves

RECIFE/2024

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

R696b Rodrigues, Dacilio Monteiro.
 Benefícios da prática para educação física escolar estudantes do
 Ensino Fundamental I / Dacilio Monteiro Rodrigues, Handerson
 Régio dos Santos Nogueira. - Recife: Edição do Autor, 2024.
 36 p. : il. color.

Orientador(a): Me. Juan Carlos Freire.

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

Inclui Bibliografia.

1. Educação física. 2. Ensino Fundamental I. 3. Desenvolvimento
integral. 4. Saúde. 5. Desempenho escolar. I. Nogueira, Handerson
Régio dos Santos. II. Centro Universitário Brasileiro - Unibra. III.
Título.

CDU: 796

DACILIO MONTEIRO RODRIGUES
HANDERSON RÉGIO DOS SANTOS NOGUEIRA

BENEFÍCIOS DA PRÁTICA PARA ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL I

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:

Prof Me. Jéssica Gomes Gonçalves

Prof.º	Titulação	Nome do
	Professor(a)	
	Professor(a)	
	Orientador(a)	

Recife, ____/____/____

_____ NOTA: _____

Dedicamos esse trabalho a nossos pais.

*“Ninguém ignora tudo. Ninguém sabe tudo. Todos nós sabemos alguma coisa.
Todos nós ignoramos alguma coisa. Por isso aprendemos sempre.”*

(Paulo

Freire)

Sumário

1. INTRODUÇÃO.....	8
1.1 REFERENCIAL TEÓRICO.....	10
1.1.1 Como a Educação física surgiu no âmbito escolar.....	10
1.1.2 O Desenvolvimento dos alunos no ensino escolar.....	12
2. DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....	15
3. RESULTADOS.....	17
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	32
REFERÊNCIAS.....	33

BENEFÍCIOS DA PRÁTICA PARA ESTUDANTES DO FUNDAMENTAL I

DACILICIO MONTEIRO RODRIGUES
HANDERSON RÉGIO DOS SANTOS NOGUEIRA
PROF. ME. JÉSSICA GOMES GONÇALVES

Resumo: O presente estudo investigou os benefícios da educação física no ensino fundamental I, destacando sua importância no desenvolvimento integral das crianças. A problemática central é a percepção de que a educação física é frequentemente relegada a um segundo plano, apesar de sua contribuição significativa para a saúde física e mental dos alunos. O objetivo deste trabalho é analisar os impactos da prática regular de atividades físicas no desempenho escolar e no bem-estar emocional dos estudantes. Para tal, será realizada uma revisão da literatura nas bases de dados, SCIELO, e PUBMED, utilizando como descritores, Educação Física no ensino escolar, Desenvolvimento cognitivo, Educação Física no ensino escolar fundamental I, Impacto das atividades físicas, Desenvolvimento motor, Avaliação da aptidão física. Os resultados revelam que a educação física promove não apenas o desenvolvimento motor, mas também habilidades sociais, como cooperação e respeito. Além disso, a prática regular de exercícios contribui para a redução do estresse e melhora a concentração, refletindo positivamente no desempenho acadêmico. A conclusão indica que a valorização da educação física no currículo escolar é essencial para o desenvolvimento global das crianças, reforçando a necessidade de políticas educacionais que priorizem essa disciplina.

Palavras-chave: Educação física, ensino fundamental I, desenvolvimento integral, saúde, desempenho escolar.

1 INTRODUÇÃO:

A educação física no ensino escolar desempenha um papel fundamental no desenvolvimento dos estudantes, contribuindo para a formação integral do indivíduo (VYGOTSKY, 2007). Através das atividades físicas, os alunos podem desenvolver habilidades motoras, coordenação e equilíbrio, além de promover a socialização e o trabalho em equipe e também auxilia na prevenção de diversas doenças, como obesidade sedentarismo (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

Existem inúmeras pesquisas que comprovam os benefícios da prática regular de atividades físicas na escola para o aprendizado e desempenho acadêmico dos alunos (ASB,2020). Além disso, a educação física contribui para a melhoria da concentração, disciplina e autoestima dos estudantes, refletindo positivamente em seu rendimento escolar. Por meio de brincadeiras e exercícios lúdicos, é possível estimular o interesse pela aprendizagem de forma mais dinâmica (SILVA, 2010; SANTOS; JOÃO; CARVALHO,2019).

É importante ressaltar que o papel do professor de educação física vai além do ensino das técnicas esportivas, ele atua como mediador no processo de ensino aprendizagem, estimulando o espírito de equipe, a cooperação e o respeito mútuo entre alunos. Com uma abordagem pedagógica adequada, é possível formar cidadãos mais conscientes da importância da prática regular de atividades físicas para a saúde e qualidade de vida (BASEI, 2008).

A educação deve estar situada em uma determinada realidade social, superando a fragmentação ou abstração deste processo ao mundo real e as práticas sociais dos educandos (MOREIRA; CANDAU, 2003). A escola é um meio formal na transmissão de conhecimentos e valores presente nas interações entre sujeitos, porém não está apenas ligado ao saber científico, está agregada também a cultura que através dela aprende-se a respeitar o que é “diferente” por meios educativos que prepara o indivíduo a viver em um mundo social plural (BARROS; SILVA,2013).

É através da escola, que o sujeito aprende maneiras de se portar na sociedade a qual ele está inserido tendo em mente como as relações sociais são constituídas, como o trabalho se organiza, como interagir diante de determinada situação, como interagir e transformar a realidade à sua volta. Os Parâmetros Curriculares Nacionais PCNs, (BRASIL,1997), entende a educação escolar como uma prática que atribui aos alunos a possibilidade de criar condições, para que os mesmos possam desenvolver

capacidades sociais e aprendam conteúdos necessários para construir instrumentos de compreensão da realidade e de participação e convívio social (BRASIL, 1997). A educação física desempenha um papel fundamental no desenvolvimento das crianças no ensino fundamental I, contribuindo para sua formação integral. Este trabalho tem como finalidade explorar os diversos benefícios que a prática de atividades físicas traz para os alunos, tanto em termos de saúde física quanto de bem-estar emocional e social. O objeto de estudo abrange a análise dos impactos da educação física no desempenho acadêmico e nas relações interpessoais dos estudantes. (RAISTENSKIS et al., 2015; SANTOS et al., 2023).

Pesquisas anteriores indicam que a atividade física regular está associada a melhorias na concentração, redução do estresse e desenvolvimento de habilidades sociais. No entanto, apesar de tais evidências, a educação física frequentemente é subvalorizada dentro do currículo escolar, levando à necessidade de uma investigação mais aprofundada sobre sua relevância. (SILVA,2010; SANTOS; JOÃO; CARVALHO, 2019)

O problema de pesquisa que este trabalho busca responder é: quais são os benefícios concretos da educação física para o desenvolvimento das crianças no ensino fundamental I? A escolha deste tema se justifica pela crescente preocupação com a saúde e o bem-estar das crianças na sociedade atual, em um contexto em que a obesidade infantil e os distúrbios emocionais têm aumentado.

Este estudo pretende contribuir para a valorização da educação física como uma disciplina essencial, propondo a implementação de práticas que integrem a saúde física e mental dos alunos. Nas sessões seguintes, serão abordados a metodologia utilizada, os resultados obtidos e as conclusões finais, proporcionando uma visão abrangente sobre o tema.

1.1 REFERENCIAL TEÓRICO:

1.1.1 Como a Educação física surgiu no âmbito escolar.

A educação física no âmbito escolar é uma área que passou por muitas transformações no decorrer da história. Inicialmente, percebida apenas como uma forma de lazer e recreação, e hoje é considerada essencial ao desenvolvimento das crianças e como componente curricular obrigatório na educação. (PAYAN; ISAACS, 2007).

Presente no âmbito escolar desde 1851 foi somente em 1996, através da Lei no 9.394/96, que a educação básica 1, configurando-se assim como uma disciplina com características e fins educativos, ou seja, passou a integrar a organização curricular escolar, que aliada aos demais componentes, deveria proporcionar a formação cultural do aluno por meio da seleção, organização, sistematização e problematização de seus conteúdos. Contudo, a obrigatoriedade em cursá-la enquanto componente curricular ocorreu somente em 2001, com a Lei 10. 328, de 12 de dezembro, (BRASIL,2001). que adicionou o termo obrigatório ao componente curricular da educação básica, sendo facultativa aos alunos do ensino noturno. A educação física,

integrada á proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da educação básica, ajustando-se às faixas etárias e às condições da população escolar, sendo facultativa nos cursos noturnos” (p. 8), condição essa novamente modificada em 2003 com a Lei 10.793, de 1 de dezembro. (BRASIL,2003).

As atividades pedagógicas da Educação física trarão uma diversidade de experiências, com situações de descobertas de coisas novas e movimentos variados, fazendo com que descubram os seus limites, enfrentem desafios, conheçam e valorizem o próprio corpo (PEREIRA),2002).

É através dos movimentos e das suas ações que a criança expressará seus sentimentos e a sua forma de pensar, auxiliando no seu desenvolvimento. O movimento é uma importante dimensão do desenvolvimento e da cultura humana. Desde cedo, as crianças buscam movimentar-se para irem adquirindo cada vez mais controle sobre o seu próprio corpo e buscando aprimoramento para as mais diversas possibilidades de interação com tudo ao seu redor. A Educação física é uma maneira de educar e desenvolver fisicamente o corpo da criança, podendo desenvolver a sua coordenação motora e o desenvolvimento por um todo. O brincar irá auxiliar para a melhoria dos gestos e movimentos das crianças. A falta de atividades físicas pode gerar sérios transtornos para a vida da criança. (MATTOS,1999).

A evolução da tecnologia, em breve tempo na vida das crianças na idade de educação pré-escolar, dificultará muito o processo de desenvolvimento dessa criança (ROSA; NETO,2002).

Por mais que a Educação física seja considerada apenas brincadeira, e para muitos não tem tanta importância, é ela através de atividades físicas que irão auxiliar no desenvolvimento das crianças, seja por movimentos simples ou por brincadeiras fáceis. (PEREIRA,2002)

Nas brincadeiras, as crianças irão desenvolver sua criatividade, personalidade e aprenderá a conviver em grupo, além de melhorar a parte psicológica, já que como já visto, o brincar melhora o desenvolvimento físico e psicológico, capaz de futuramente formar cidadãos conscientes e capazes de ter um modo de vida saudável por toda vida. (MATTOS,1999)

A Educação física, de fato, tem um papel fundamental para a contribuição do desenvolvimento da criança, com metodologias que auxiliem na Educação Infantil que respeite a criança em seu desenvolvimento, trabalhando os aspectos cognitivos,

sociais, afetivos e motores de forma integrada na busca de desenvolver o olhar crítico da criança para as relações sociais da sociedade em que está inserida, partindo da compreensão do seu mundo vivido (GALLAHUE; OZMUN,2002).

O professor com metodologia que se encaixe na faixa etária, criará elos de confiança, onde irá proporcionar o bem-estar do aluno, através do movimento, do brincar, será o diferencial para a grande evolução do desenvolvimento da criança. (SCOPEL; SOIZA; LEMOS,2012).

1.1.2 O Desenvolvimento dos alunos no ensino escolar.

De acordo com Kishimoto (1999) “a brincadeira é uma tarefa difícil”, a necessidade de resgatar a cultura da sociedade na qual a criança está inserida para que a mesma possa desenvolver suas potencialidades com atividades que desenvolvem o lúdico. Cabe ao professor o papel de mediar a brincadeira e o jogo e compreender como a criança é capaz de desempenhar funções importantes na sociedade. A educação física contribui para o melhoramento intelectual e corporal dos alunos no ensino fundamental I, desenvolvendo aspectos importantes no que se refere á interação e o respeito mútuo, aprimorando seus conhecimentos através das atividades lúdicas e cooperando para o bem-estar coletivo. Kishimoto (1999).

A Educação Física tem por finalidade promover o desenvolvimento psicomotor das crianças, ajudando-as a adquirirem uma consciência que as auxiliará em seu cotidiano e, sua prática deve essencialmente fazer parte no âmbito escolar, uma vez que a escola é o meio educacional mais efetivo e eficiente para a realização desta prática (SILVA, et al, 2011).

A atividade física é essencial para a manutenção e melhoria da saúde e na prevenção de enfermidades, para todo as pessoas em qualquer idade. A atividade física contribui para a longevidade e melhora sua qualidade de vida, através dos benefícios fisiológicos, psicológicos e sociais. (PIZARRO, 2011).

Ressalta-se que é na escola que muitas crianças têm seu primeiro contato com atividades físicas planejadas, daí sua importância como promotora de desenvolvimento e aprimoramento “das esferas cognitivas, motoras e auditivas”, este contato planejado faz com que as crianças envolvidas possam compreender e/ou adaptar suas habilidades não somente no ambiente escolar, mas também em todos os outros a que tenha acesso.

Conclui-se que a Educação Física na esfera escolar se tornou cogente para a matriz curricular devido a sua contribuição irrefutável no “fortalecimento do organismo”, melhorando a saúde física e mental das crianças, “propiciando o desenvolvimento de habilidades úteis à vida, criando hábitos culturais de higiene” (RODRIGUES, 2013).

A brincadeira é um divertimento que envolve principalmente as crianças surgindo diante da ludicidade na qual lhe faz parte. Neste sentido, a brincadeira precisa ter objetivo a ser alcançado, passando por importantes situações cotidianas e interagindo umas com as outras. Assim, a brincadeira é uma necessidade da criança, onde compartilha umas com as outras suas experiências. De que forma a ludicidade por meio das práticas corporais nas aulas de educação física pode contribuir para o desenvolvimento integral de crianças do ensino fundamental I.

A educação física na sala de aula inclui vivências de outras modalidades ampliando o conhecimento em cada fase do desenvolvimento dos alunos em participar das aulas tornando-se realidade as atividades apresentadas.

A educação física inserida na escola é definida por Betti (1998, p. 19), como uma “disciplina que tem por finalidade introduzir e integrar o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la, reproduzi-la e transformar, instrumentalizando-o para usufruir do jogo, do brincar, da dança, em benefício da sua qualidade de vida.

A prática regular de movimentos específicos, como saltar, correr, arremessar e pegar objetos, contribui para o aprimoramento das habilidades motoras básicas (LOPES; SILVA, 2020).

É nessa fase que as crianças estão em um período sensível para a aquisição e refinamento dessas habilidades. A Educação Física oferece um ambiente seguro e orientado para que você possa experimentar e aperfeiçoar suas capacidades motoras. Isso é crucial não apenas para o desempenho nas atividades físicas, mas também para o seu desenvolvimento global (SANTOS, 2019).

Além de que, a prática de atividades físicas na infância está associada não apenas ao desenvolvimento motor, mas também ao desenvolvimento cognitivo. Os estudos mostram a relação entre a prática regular de exercícios físicos e o desempenho acadêmico. O exercício estimula o cérebro, melhorando a concentração,

a memória e o raciocínio, o que influencia positivamente o aprendizado (NASCIMENTO; MEDEIROS; ALVES, 2020).

Nesse sentido a Educação Física Escolar desempenha um papel crucial no desenvolvimento motor das crianças, fornecendo não apenas um ambiente para o desenvolvimento físico, mas também promovendo o crescimento cognitivo e emocional. É uma oportunidade valiosa para que as 10 crianças adquiram e aprimorem habilidades motoras fundamentais, que terão impacto em diversas áreas de suas vidas (HOLDEFER; VILELA, 2022).

Estudos como o de Taylor e Post (2013), mostram que a prática de atividades físicas está associada à melhoria do bem-estar emocional das crianças, reduzindo sintomas de ansiedade, estresse e depressão. A educação física proporciona um ambiente onde as crianças podem liberar energia, expressar suas emoções e, ao mesmo tempo, melhorar sua autoestima e autoconfiança. A superação de desafios físicos e a participação em atividades coletivas ajudam a fortalecer o senso de realização pessoal e a resiliência emocional. A diversidade nas atividades possibilita que todos os alunos, independentemente de suas limitações, possam se integrar e participar de forma ativa, promovendo a inclusão social dentro da escola. (SANCHES; COSTA; OLIVEIRA, 2019).

A educação física no Ensino Fundamental I é uma disciplina essencial, com impactos que vão além do âmbito físico. Ela contribui para a formação integral do aluno, promovendo saúde física, habilidades sociais, bem-estar emocional e até mesmo melhor desempenho acadêmico. É fundamental que a prática de atividades físicas seja incentivada e valorizada no contexto escolar, assegurando o desenvolvimento equilibrado das crianças e preparando-as para os desafios futuros. (PEREIRA; ALMEIDA, 2019).

2. DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Foi realizado um estudo de natureza qualitativa, já que a pretensão não é de quantificar os dados, mas analisá-los os sentidos e significados.

Conforme Minayo (2010) 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, 2001).

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica para identificar estudos que tratam do tema investigado. Esse tipo de pesquisa é elaborada 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 dado 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).

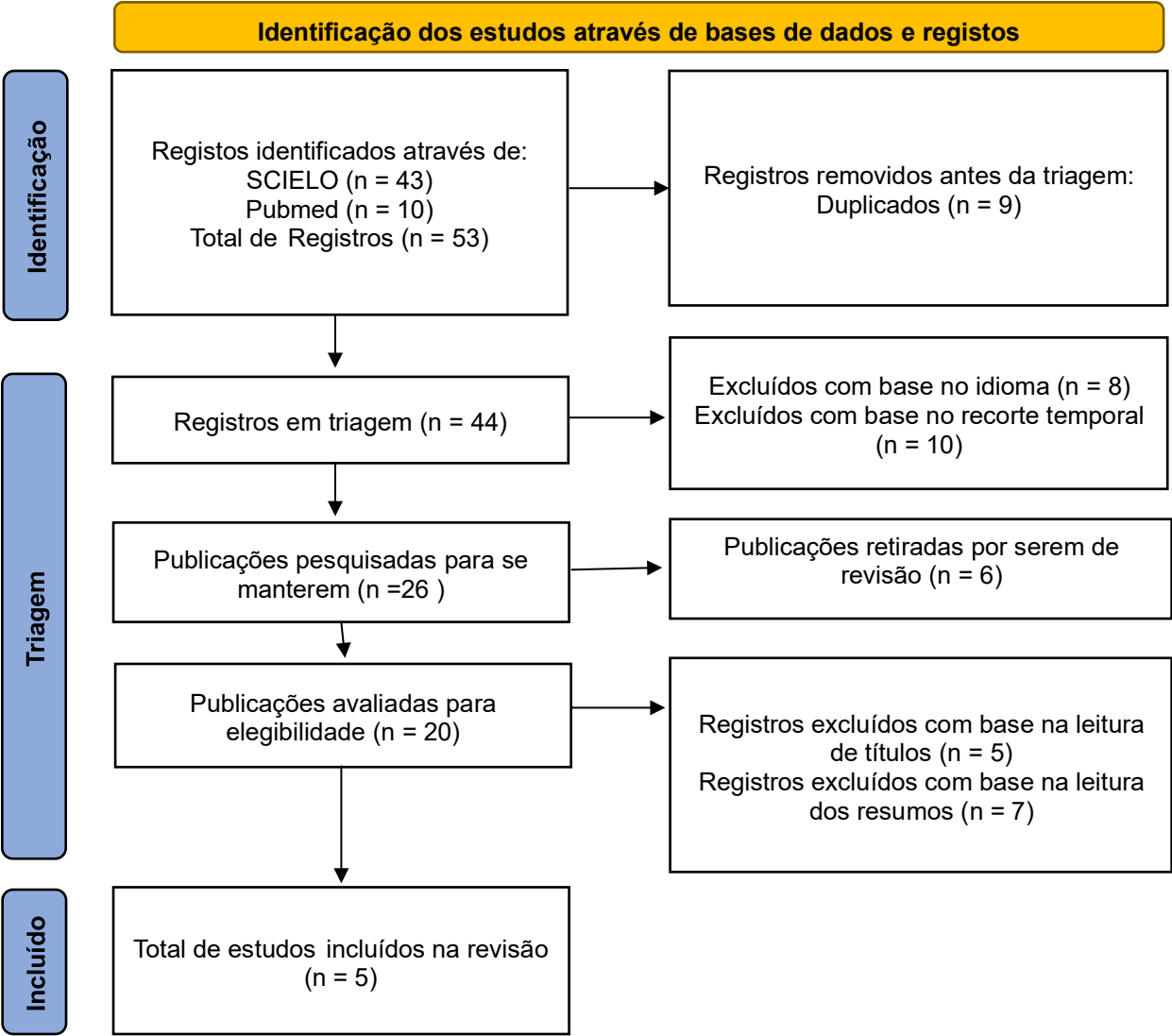
Para conhecer a produção do conhecimento acerca dos Benefícios da Educação Física no ensino fundamental I foi realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados eletrônicas Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e PUBMED. Os descritores e os operadores booleanos para interligação entre eles foram: Educação Física no ensino escolar, Desenvolvimento cognitivo, Educação Física no ensino escolar fundamental I, Impacto das atividades físicas, Desenvolvimento motor, Avaliação da aptidão física.

Como critérios de inclusão do uso dos artigos foram completos de acesso livre, publicados em português e inglês nos últimos cinco anos (2019-2024). Os critérios de exclusão do uso dos artigos foram: artigos que não estavam disponíveis na íntegra e sem consonância com a temática de estudo. Os dados foram extraídos e depositados em fichas/ planilhas específicas utilizadas para a

extração de dados. Os trabalhos selecionados com base nos critérios de inclusão, foram mantidos em pastas, formatando a análise específica.

Após a seleção, conforme os critérios de inclusão e exclusão, os artigos lidos criteriosamente de acordo com o que mais se encaixava no tema abordado e ao final de revisão foi utilizado um total de artigos considerados relevantes para o estudo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES



Quadro 1: Resultados encontrados nos levantamentos bibliográficos.

AUTORES	OBJETIVOS	TIPO DE ESTUDO	POPULAÇÃO INVESTIGADA	INTERENÇÃO	RESULTADOS	
POULOS A e KULINNA PH	O objetivo deste estudo foi determinar o efeito da atividade física de crianças em idade escolar em seus indicadores de atenção	Experimental.	Crianças de 15 a 16 anos.	Um total de 141 alunos participou do experimento pedagógico.	Antes do início da aula de educação física e após seu término, todas os estudantes passaram pelo controle “Teste de Trondyke”. Os resultados do teste são apresentados na Tabela 2. A Tabela 2 mostra que os estudantes que não se engajaram, mas concluíram o teste, conseguiram melhorar o seu desempenho apenas ligeiramente. Essa tendência é observada todos os meses. Em média, os indicadores melhoraram de 1,9% para 3,1% ($p>0,05$). A situação é diferente para os estudantes que estavam participando de uma aula de educação física. Em cada um dos cinco meses, os indicadores de teste melhoraram significativamente, em média de 14,9% para 17,1% ($p<0,05$). Esses resultados do experimento pedagógico indicam a eficácia da influência dos exercícios físicos e das aulas de educação física na atenção dos estudantes em idade escolar.	

NOBRE, 2021	O objetivo do trabalho é identificar como a influência tecnológica pode afetar a prática de atividade física desses indivíduos, o seu conhecimento sobre brincadeiras e explicitar os principais fatores que podem interferir nesta relação.	Experimental	Crianças entre 7 e 10 ano.	Um total de 30 alunos e cada aluno comum responsáveis.	Os resultados relacionados a Lista de Atividades Físicas (LAF) (CRUCIANI et.al., 2011) são apresentados abaixo, Tabela 1. Apenas a sessão B do instrumento foi utilizada para este estudo, foi possível identificar as atividades físicas e de tempo de tela mais realizadas antes, durante e após as atividades escolares. Ressalta-se que em negrito, foram destacadas as atividades que ocuparam um total de 50% ou mais do tempo do participante do estudo, sendo considerada uma atividade de preferência. É importante frisar que o tempo de tela é, em média, maior após o horário escolar.	

MAURÍCIO PIRES DE ARAUJO	Este estudo investigou a contribuição das aulas de educação física (EF) no ensino fundamental I para o desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais de crianças de duas escolas públicas da mesma região da cidade de São Paulo, e se a prática de esportes radicais, além das aulas de EF, poderia diferenciar tal desenvolvimento	EXPERIMENT AL	CRIANÇAS ENTRES 9 E 11 ANOS.	UM TOTAL DE 41 ALUNOS.	Os resultados indicaram que as crianças do GE apresentaram escores brutos maiores que as crianças do GC no sub teste locomotor e os dois grupos apresentaram escores brutos similares no sub teste controle de objetos. Ainda, as crianças do GE apresentaram idade motora equivalente maior que a idade cronológica no sub teste locomotor enquanto que as crianças do GC não apresentaram diferença entre as duas idades, e os dois grupos não apresentaram diferenças entre idade motora equivalente e idade cronológica no sub teste controle de objetos	

Guilherme Silva, Crislane Silva e Carlos Eduardo Campos.	O objetivo deste estudo foi verificar associação entre o tempo de tela e o desempenho motor de crianças da primeira infância. Além disso, verificar uma possível associação entre o tempo de tela, o nível socioeconômico e o nível de escolaridade da mãe	Experimental	Crianças entres 3 e 5 anos.	Um total de 28 crianças.	Os principais resultados mostraram que o maior tempo de tela não influenciou negativamente o desempenho motor. Para o nível socioeconômico e escolaridade da mãe não foram encontradas associações com o desempenho motor. Os níveis de atividade física das crianças foram adequados, sendo que 86% das crianças faziam atividades físicas e/ou exercícios físicos por mais de 3 horas diárias. Outro resultado encontrado foi que mais de 70% dos pais ou responsáveis pelas crianças, têm uma vida ativa nos tempos de lazer. Cerca de 80% das mães estão cursando ou já têm o ensino superior completo.	

Miriam Stock Palma, Vinicius Arnaboldi de Camargo e Maicon Felipe Pereira Pontes	objetivo avaliar e comparar o desempenho motor de pré- escolares praticantes e não-praticantes de atividade física sistemática.	Experiment al	Alunos entre 4 e 6 anos.	Um total de 88 Crianças.	Avaliação do desempenho motor de praticantes e não-praticantes. O desempenho motor geral das crianças praticantes e não-praticantes de atividade física sistemática, expresso pelo CMA, baseado nas categorias propostas por Ulrich (2000), é apresentado na Tabela 1.
--	--	------------------	-----------------------------	-----------------------------	--

O objetivo deste estudo foi determinar o efeito da atividade física de crianças em idade escolar em seus indicadores de atenção. A principal conclusão deste estudo é que os estudantes que praticavam educação física conseguiram melhorar significativamente seus indicadores de atenção. Obviamente, isso indica a eficácia da influência de uma variedade de exercícios físicos nos indicadores de atenção. Os estudantes que não fizeram exercícios físicos na aula de educação física não conseguiram melhorar significativamente seu desempenho no teste de Thorndike. Isso provavelmente pode ser explicado pelo fato de que a realização do teste antes do início da aula serviu como algum tipo de treinamento ou adaptação a ele, já que todas os estudantes o realizaram novamente após a aula de educação física. Essa tendência foi observada durante todo o estudo. Uma revisão da literatura sobre o problema mostra a relevância da questão da saúde e do desenvolvimento das crianças. A educação física tem grande importância no estilo de vida sedentário das crianças. Apesar de um número bastante grande de estudos comprovar a eficácia das aulas de educação física para a saúde dos estudantes e o desenvolvimento de suas qualidades físicas, há estudos que falam sobre o impacto do exercício físico no desenvolvimento dos processos cognitivos e nas habilidades criativas das crianças. Entretanto, também é importante que os exercícios físicos tenham impacto em alguns processos mentais, o que é confirmado por alguns estudos realizados. Neste estudo, pela primeira vez, foi investigada a influência de uma aula de educação física na escola sobre os indicadores de atenção.

O estudo pedagógico envolveu crianças independentemente de gênero e idade, peso e altura e nível de condicionamento físico. Crianças com grupos de saúde básicos e preparatórios foram admitidas nas aulas de educação física pelo médico. Todos os procedimentos cumpriram os padrões éticos da Declaração de Helsinque. O consentimento informado foi obtido de todos os pais dos estudantes incluídas no estudo. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, Vyatka State University, segundo o registro da reunião do comitê de ética em 17 de janeiro de 2022, número 01.

O estudo foi realizado durante cinco meses (janeiro a maio de 2022). De acordo com o cronograma, as aulas de educação física na nona série eram

realizadas duas vezes por semana durante 45 minutos, de acordo com o currículo de educação física da escola para crianças de 1ª a 11ª série.

Havia 70 números de três dígitos em ordem aleatória, de frente ao aluno (Tabela 1). Em 2 minutos, o aluno deveria encontrar e riscar os números fornecidos pelo professor. Os números poderiam ser pesquisados em qualquer ordem. A localização dos números era aleatorizada a cada novo teste. Não havia números duplicados na tabela principal. A quantidade de números riscados corretamente em 2 minutos foi considerada. Antes do início da aula de educação física, foram realizados testes para avaliar o nível de atenção pré-atividade. Após o término da aula de educação física, os estudantes sentaram-se no mesmo ambiente do teste inicial para realização do novo exame. Após o término da aula de educação física, os testes mostraram o efeito da atividade ativa dos estudantes sobre os indicadores de atenção. Deve-se observar que o intervalo de tempo (antes e depois da aula) não foi escolhido por acaso, pois durante o dia ou a semana os alunos realizam outras atividades que podem afetar os resultados do teste. Para garantir a precisão do resultado, o procedimento foi realizado uma vez no meio de cada mês, de janeiro a maio. Todos os alunos fizeram o teste, inclusive aqueles que não puderam assistir às aulas por um motivo ou outro. Mas, em geral, esses estudantes estão presentes na aula, sem participar ativamente dela. Os estudantes que não estavam presentes na escola no dia do teste não foram incluídos nos resultados. Este estudo examina o problema da saúde dos estudantes e seu estilo de vida sedentário. O papel da aula de educação física para a saúde e o desenvolvimento de crianças em idade escolar é determinado. Com o resultado do estudo, foi comprovada a eficácia da influência da atividade física dos alunos na aula de educação física sobre os indicadores de atenção dos alunos. No futuro, as pesquisas devem se concentrar no impacto da atividade física e da atividade física nas aulas de educação física não apenas nas qualidades físicas dos alunos, mas também em diferentes processos mentais de crianças de diferentes idades.

O trabalho teve como objetivo identificar como a influência tecnológica pode afetar a prática de atividade física desses indivíduos e explicitar os principais fatores que podem interferir nesta relação. A hipótese do estudo era de que o uso da tecnologia e o tempo de tela em excesso poderiam afetar negativamente a vivência prática das crianças, e que por decorrência deste fato os mesmos tinham uma rotina de pouca movimentação, incluindo exercícios e brincadeiras. Os dados comprovam que o tempo de tela é além do recomendado e os indivíduos não deixam de praticar esportes e atividades físicas, porém quando comparadas as duas coisas, o tempo de tela ainda é maior. As crianças conhecem boa parte das brincadeiras que são tidas como “tradicionais”, se interessam por brincadeiras práticas e não deixam de brincar. O contexto familiar e a falta de estímulo necessário por parte dos responsáveis foram vistos como principais fatores de interferência para este estudo.

A discussão deste trabalho será realizada a partir da seguinte perspectiva: o tempo de tela, o nível de atividade física e as brincadeiras, relacionados com a criança.

De acordo com Monteiro e Noronha (2017) atualmente, já que os aparelhos estão cada vez mais acessíveis, a Internet é uma realidade para quase todos, independentemente de classe social. Analisando os dados coletados, nota-se que 100% dos indivíduos que compõem a amostra possuem Internet em casa, 96.7% computador, 61,4% videogames (tabela 2), 80% tablet e 73% telefone, sendo os dois últimos, aparelhos pessoais dos alunos. Devido a suas portabilidades, celulares, tablets e smartphones foram incorporados na rotina de indivíduos de diferentes meios sociais e faixas etárias, inclusive crianças (NOBRE, et.al 2021). A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) delimita o uso do tempo de tela para crianças de acordo com as diferentes faixas etárias, para crianças entre seis e dez anos a indicação é de até duas horas por dia (SBP, 2019). Os resultados desta pesquisa apontam que as crianças ficam de duas a cinco horas utilizando televisão, celular e tablet, cerca de uma hora e meia a três utilizando computador e videogames em um dia de semana, sendo celular e tablet os aparelhos de maiores índices de uso. Deste modo, nota-se que a média do tempo de tela utilizado pela amostra é maior do que o recomendado.

A partir do que foi apresentado e discutido, concluímos que o uso do tempo de tela das crianças de 7 a 10 anos é em média três vezes mais alto do que o recomendado, influenciando parcialmente a prática esportiva e a vivência com brincadeiras desses indivíduos. O que interfere diretamente nesta relação é a supervisão dos responsáveis, visto que, as crianças preferem as brincadeiras do que o uso dos eletrônicos, porém, sob responsabilidade deles, elas passam mais tempo em tela do que brincando.

Este estudo investigou o desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais de crianças que tiveram aulas de EF no ensino fundamental I, e se a prática de esportes radicais, além das aulas de EF, promoveria um desenvolvimento diferente dessas habilidades. De modo geral, os resultados indicaram que as crianças no final do ensino fundamental I apresentaram desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais compatíveis com a idade cronológica. Além disso, as aulas de esportes radicais, em conjunto com as aulas regulares de EF, propiciaram desenvolvimento das habilidades locomotoras além do esperado, indicando que a prática de tais atividades promove o desenvolvimento adicional do desenvolvimento motor. Os resultados observados no presente estudo indicam a importância da prática sistemática de atividades, na forma de aulas de EF e atividades adicionais, ao longo dos anos do ensino fundamental I para o desenvolvimento pleno, mesmo das habilidades motoras fundamentais.

Os resultados do presente estudo corroboram resultados de estudos recentes, que, utilizando o TGMD-2, constataram que crianças apresentavam desenvolvimento motor esperado considerando a idade cronológica delas. No presente estudo, as crianças que apenas tiveram aulas regulares de EF e as crianças que tiveram aulas de EF e suplementação de atividades extracurriculares de esportes radicais apresentaram desenvolvimento de acordo com a idade cronológica. Por outro lado, os resultados apresentados no presente estudo diferem dos resultados de alguns poucos estudos que examinaram o desenvolvimento motor de crianças na mesma faixa etária (de nove e 11 anos), quando foram constatados atrasos motores das crianças examinadas nos respectivos estudos. Uma possível explicação para a discrepância nos resultados observados nestes estudos pode decorrer das

experiências que as crianças tiveram nos primeiros anos do ensino fundamental. Cotrim et al.¹⁰ identificaram diferenças no nível de desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais de crianças que tiveram aulas regulares de EF ao longo do ensino fundamental I e de crianças que não tiveram aulas regulares. Portanto, diferenças desenvolvimentos podem ser decorrentes das experiências prévias que os alunos vivenciaram, considerando que as habilidades motoras fundamentais não se desenvolvem naturalmente sendo que o professor tem papel fundamental neste processo. Os resultados do presente estudo corroboram essas proposições, considerando que as crianças que tiveram aulas regulares de EF apresentaram, ao final do ensino fundamental I, desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais condizentes com o esperado.

Este estudo investigou também a contribuição de atividades denominadas de esportes radicais, como atividades extracurriculares e em conjunção às aulas de EF, na escola para o desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais das crianças. Ao contrário de estudos que investigaram outras práticas alternativas, tais como minivoleibol, capoeira e que apresentaram idade motora equivalente inferior à idade cronológica, as crianças que vivenciaram a prática extracurricular de esportes radicais além das aulas regulares de EF apresentaram idade motora equivalente esperada para as habilidades de controle de objeto e superior à idade cronológica para o sub teste locomotor. A constatação de que a prática da referida atividade extra curricular pode estar relacionada à promoção de desenvolvimento específico pode ser atribuída ao fato de que o conteúdo dessas aulas compreende predominantemente habilidades locomotoras. Diferentemente, as atividades de esportes radicais não envolvem o manuseio e a manipulação de objetos e implementos relacionados com as habilidades manipulativas avaliadas no sub teste controle de objetos e, portanto, a prática das atividades pelas crianças ao longo do ensino fundamental I não propiciou qualquer benefício adicional para o desenvolvimento das habilidades motoras de controle de objeto. Portanto, as atividades extra curriculares denominadas esportes radicais em conjunto com as aulas regulares de EF propiciam desenvolvimento além do esperado para a

idade, porém, para aquelas habilidades que compõem a base motora da prática de esportes radicais, que foram as habilidades locomotoras.

Com base nos resultados encontrados neste estudo, podemos concluir que aulas de EF nos quatro primeiros anos do ensino fundamental I, ministradas por profissionais da área de EF, contribuíram para o desenvolvimento esperado de habilidades motoras fundamentais. Ainda, aulas de esportes radicais desenvolvidas no contexto escolar, em conjunto com as aulas de EF, contribuíram para uma performance além do esperado para a idade entre nove e 11 anos no que se refere ao desenvolvimento das habilidades locomotoras. Sendo assim, cabe destacar a importância de aulas de EF nos primeiros anos do ensino fundamental I, ministradas por profissionais da área, os quais deveriam obrigatoriamente oferecer aos seus alunos oportunidade de prática organizada e estruturada.

O objetivo deste estudo foi verificar a associação entre o desempenho motor, tempo de tela, nível socioeconômico e escolaridade da mãe de crianças de primeira infância. Os principais resultados mostraram que o tempo de tela superior a duas horas não influenciou negativamente o desempenho motor de crianças de primeira infância quanto ao nível socioeconômico e escolaridade da mãe não foram encontradas associações com o desempenho motor das crianças. Acerca da associação negativa e significativa entre tempo de tela e desempenho motor (à medida que o tempo de tela aumentou o escore do desempenho motor diminuiu; e conforme o instrumento utilizado, quanto menor o escore maior o desempenho), não era esperado este resultado. Contrário a este estudo, Tremblay e colaboradores (2011) conduziram uma revisão onde evidenciaram que independente dos níveis de atividade física, os comportamentos sedentários estão associados ao aumento do risco de doenças cardíacas metabólicas, problemas fisiológicos, psicológicos, cognitivos e pobre desempenho motor. A análise dos resultados revelou uma relação dose resposta entre o aumento do comportamento sedentário e desfecho de saúde desfavorável; como assistir televisão por mais de duas horas foi associado à redução da saúde física e psicossocial, diminuição da pontuação da autoestima, comportamento pró-social e diminuição do desempenho

acadêmico. Para o presente estudo, algumas hipóteses para este achado podem ser elucidadas. A primeira é o tempo de atividade física ou exercícios físicos sistematizados que as crianças realizavam. Na anamnese aplicada foi observado que 86% das crianças do estudo realizavam mais de 3 horas de atividades físicas por dia, incluindo o brincar livre e mais as escolinhas de esportes como futebol, natação, balé ou lutas. O guia de atividade física para a população brasileira (BRASIL, 2021) indica que crianças na faixa etária do estudo façam pelo menos 3 horas de atividade física de qualquer intensidade, sendo no mínimo 1 hora de atividade intensa a moderada acumulada ao longo do dia. Assim, apesar do alto tempo de tela parece haver uma compensação com o nível suficiente de atividade física realizada dentro da preconização, dando à criança a oportunidade de diversificar seu repertório motor.

A primeira infância é uma fase de muitas descobertas e a fase de aquisição de habilidades motoras básicas. O fato do alto tempo de tela se associar positivamente com o desempenho motor não significa que isto não seja problema, pelo contrário, alto tempo de tela pode levar a prejuízos no repertório motor e levar ao sedentarismo (LEBLANC; KATZMARZYK; BARREIRA; BROYLES et al., 2015; MADIGAN; BROWNE; RACINE; MORI et al., 2019), e acredita-se que esta condição pode-se agravar ainda mais na medida em que estas crianças seguem para a segunda infância e adolescência. Além disso, o acúmulo de estímulos visuais e cerebrais, a exposição às imagens da tela pode ser prejudicial e levar a prejuízos na região frontal do cérebro, responsável para o desenvolvimento da linguagem (TAKEUCHI; TAKI; HASHIZUME; ASANO et al., 2015). Também foi encontrado que o aumento do tempo de tela estava associado com pior desempenho pessoal, social e de resolução de problemas. Há alguma evidência de que assistir televisão pode influenciar o comportamento das crianças, o que pode levar a um desenvolvimento abaixo do esperado de habilidades pessoais e sociais (CHONCHAIYA; SIRACHAIRAT; VIJAKKHANA; WILAISAKDITIPAKORN et al., 2015). Desta forma, o resultado do presente estudo chama a atenção que para a primeira infância não foi encontrado prejuízos acerca do elevado tempo de tela, mas que é necessária uma atenção especial na medida em que estas crianças vão mudando de fase. Uma sugestão para futuros estudos é

verificar associações entre tempo de tela e desempenho motor ao longo das fases de desenvolvimento.

Os resultados obtidos neste estudo mostram que o elevado tempo de tela não afeta negativamente o desempenho motor de crianças de primeira infância quando as crianças têm acesso à prática esportiva diária bem como quando as mães têm nível de escolaridade elevado, consideramos elevado aqui o Ensino Superior. Apesar desse resultado, é importante reforçar a necessidade do cumprimento das recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS) quanto ao tempo de acesso a telas por partes de crianças de dois a cinco anos de idade, não devendo ultrapassar uma hora por dia, uma vez que o excesso de acesso pode acarretar comprometimentos no seu processo de desenvolvimento. Por fim, destaca-se o nível de atividade física das crianças do presente estudo que se encontrava dentro do que é preconizado pela OMS e que, portanto, juntamente com o nível de instrução das mães, pode ter compensado o alto tempo de tela.

Esta investigação teve por objetivo avaliar e comparar o desempenho motor de pré-escolares praticantes e não-praticantes de atividade física sistemática. Inúmeras pesquisas têm apontado que o pouco ou nenhum tempo destinado à prática de atividades físicas sistemáticas na infância é um dos principais fatores que podem estar influenciando negativamente a aquisição e o refinamento de competências motoras importantes para o desenvolvimento infantil (PALMA; PEREIRA; VALENTINI, 2009b; BERLEZE, 2008; PÍFFERO, 2007; CAMARGO, 2010). Essas mesmas pesquisas têm demonstrado incrementos significativos desses índices motores, quando as crianças passam a participar de programas de educação física/movimento.

Quando comparadas as medianas dos dois grupos, constatamos que a prática de atividade física sistemática exerce impacto positivo sobre o desempenho motor de pré-escolares, uma vez que os praticantes se localizam uma categoria acima dos não-praticantes; é importante referir, entretanto, que ambos os grupos exibiram desempenho abaixo do esperado para a sua idade. Esses resultados suportam parcialmente a hipótese 1 deste estudo, a qual afirmava que crianças praticantes de atividade física sistemática apresentariam desempenho motor adequado a sua idade, enquanto que as não-praticantes apresentariam esse desempenho aquém do esperado.

A partir dos resultados do presente estudo, torna-se pertinente refletir sobre a importância que o movimento - nas suas mais variadas formas - assume para as crianças e sobre as repercussões que a aquisição e o refinamento das habilidades motoras fundamentais geram sobre o desenvolvimento infantil. Cientes das restrições impostas pelos diferentes contextos em que as crianças transitam, afetando drasticamente suas possibilidades de experiências prazerosas no mundo da atividade física, reiteramos a necessidade da implementação de programas de educação física/movimento nas instituições que se responsabilizam por educar essas crianças. Para nós, ainda, é uma preocupação a falta de experiências motoras amplas frequentes e planejadas para a infância. É nosso entendimento que, pela criação de contextos de aprendizagem que desafiem os infantes não só a explorar o que já sabem fazer, mas também, a partir daí, a descobrir e criar novas soluções para os desafios lançados, novas aprendizagens surgirão, motivando-os a permanecerem no mundo da atividade física. Há indícios suficientes, constatados pelos resultados de inúmeras investigações, de que a participação das crianças em programas regulares e estruturados de atividade física, em que sejam estimulados os seus potenciais motores, tem efeitos bastante positivos sobre o seu desenvolvimento. Assim, atividades físicas regulares e sistematizadas, em que seja contemplado o amplo espectro de habilidades motoras fundamentais, precisam fazer parte de um programa para a infância, se pretender o desenvolvimento mais amplo das competências das crianças.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Observamos durante nossas anotações que a Educação Física é uma disciplina de suma importância para o currículo escolar, não apenas porque tem a capacidade de desenvolver e aprimorar as habilidades motoras, mas por contribuir de forma relevante para o processo de ensino-aprendizagem, dinamizando o ensino. Devido a sua relevância é papel do professor de Educação Física instigar os alunos a sempre participarem das atividades que foram planejadas para este momento, frisando sempre que esta prática os ajudará, melhorando sua qualidade e os tornando conscientes de suas habilidades e capacidades de percepção e interação do meio em que estão inseridos.

O aprendizado por meio das aulas de Educação Física possibilita uma melhora significativa no comportamento social dos alunos, uma vez que ao se trabalhar a transversalidade entre outros conteúdos, além de desenvolver os aspectos Cognitivo se motores, há a formação de cidadãos críticos, formadores de opiniões e ideais, conscientes com a realidade caótica que nos afligem, sendo éticos, maleáveis, tolerantes e respeitosos diante de tanta disparidade.

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 psicomotor e 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, e devido a essas peculiaridades devemos dar a Educação Física à mesma importância dispensada a outras disciplinas do currículo por entendermos que somente a Educação Física é capaz de atingir e provocar no aluno um sentimento de liberdade e leveza de pensamento nunca antes experimentado, pois está engajada em desenvolver e aprimorar o corpo e a mente.

REFERÊNCIAS

- CHUMLHAK, Z.; OLIVEIRA, VM de; BRASIL, MR; MATTES, VV; MENEGALDO, PHI; SILVA, SR da. Nível de aptidão física, imagem corporal e desempenho escolar em estudantes do ensino fundamental. **Research, Society and Development** , [S. l.] , v. 9, n. 7, p. e178973558, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i7.3558. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/3558>. Acesso em: 21 out. 2024.
- POLEVOY, G. et al. O IMPACTO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA NA ATENÇÃO DE ESTUDANTES DE 15 A 16 ANOS. **Revista brasileira de medicina do esporte**, v. 30, p. e2022_0430, 2024.
- SILVA, G. et al. NÍVEL IDEAL DE ATIVIDADE FÍSICA PARECE COMPENSAR O ALTO TEMPO DE TELAS DE CRIANÇAS DE PRIMEIRA INFÂNCIA. Em: **Vigilância do Desenvolvimento Infantil Típico e Neurodiverso: conceituação e processos inclusivos - Volume2**. [s.l.] Editora Científica Digital, 2024. p. 241–253.
- ARAUJO, M. P. DE. et al. Contribuição de diferentes conteúdos das aulas de educação física no ensino fundamental I para o desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 18, n. 3, p. 153–157, maio 2012.
- POLEVOY, G. et al.. A INFLUÊNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA ATENÇÃO DE ALUNOS DE 15 A 16 ANOS. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 30, p. e 2022_0430, 2024.
- MANTOVANI, T. V. L.; MALDONADO, D. T.; FREIRE, E. DOS S. A RELAÇÃO ENTRE SAÚDE E EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA. *Movimento*, v. 27, p. e27008, 2021.
- MELLO, Lucas Augusto de; FIORINI, Maria Luiza Salzano; COQUEIRO, Daniel Pereira. BENEFÍCIOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR PARA O DESENVOLVIMENTO DO ALUNO COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA NA PERCEPÇÃO DOS PROFESSORES. **Revista da Associação Brasileira de**

Atividade Motora Adaptada, Marília, SP, v. 20, n. 1, 2019. [DOI: 10.36311/26748681.2019.v20n1.08.p81](#). Disponível em: <https://revistas.marilia.unesp.br/index.php/sobama/article/view/9183>. Acesso em: 21 out. 2024.

BETTI, Mauro; LIZ, Marlene Terezinha Facco. Educação física escolar: a perspectiva de alunas do ensino fundamental. **Motriz Revista de Educação Física**, p. 135-142, 2003.

BRACHT, Valter. A educação física no ensino fundamental. **Seminário Nacional do Currículo em movimento**, v. 1, p. 1-14, 2010.

SPOHR, Carla et al. Atividade física e saúde na Educação Física escolar: efetividade de um ano do projeto “Educação Física+”. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 19, n. 3, p. 300-300, 2014.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus pais por estarem sempre ao meu lado, firmes e dedicados, sem medir esforços para realizar esse sonho e apoiando todo o meu percurso.

Ao meu orientador, por toda paciência e disponibilidade em poder contribuir com o meu projeto.