

Educação física escolar e atividade física extra-escolar: seus aspectos na infância e adolescência.

School physical education and out-of-school physical activity: its aspects in childhood and adolescence.

FABIANO, F. B. P¹, PEREIRA, K. M. ¹, PEREIRA, K.M. ¹, PAULO, J. S.¹, SALDANHA, A.B.O¹

*1 – UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, R.J.
flaviapradofabiano@gmail.com*

RESUMO

É de conhecimento literário que a aula de educação física escolar é essencial e capaz de contribuir para o desenvolvimento motor, integração social, desenvolve a autoconfiança e outros diversos benefícios, pois estimula a prática de atividades físicas também no meio extra-escolar. Esta prática faz com que o aluno vá aprendendo a importância de uma vida saudável e equilibrada favorecendo a melhora em sua qualidade de vida. Contudo há ciclos escolares, dos quais os alunos demonstram maior interesse e motivação, visto que as informações transmitidas são inéditas, atraentes e atendem as suas expectativas. Diante disso, o estudo buscou analisar através de revisão bibliográfica de artigos, possíveis razões das quais as crianças se interessam tanto pela atividade física no meio escolar e extra-escolar, enquanto os adolescentes tem maior adesão na atividade extra-escolar considerando sua maturidade e objetivos voltados a maior sociabilidade em ambientes diferentes dos habituais e também a busca pela estética, aptidão física e saúde.

Palavras-chave: Atividade física. Motivação. Atividade física extra-escolar. Educação física escolar.

ABSTRACT

It is literary knowledge that the school physical education class is essential and able to contribute to motor development, social integration, develops self-confidence and other various benefits, as it encourages the practice of physical activities also outside the school. This practice makes the student learn the

importance of a healthy and balanced life favoring the improvement in their quality of life. However there are school cycles, which students show greater interest and motivation, since the information transmitted is unprecedented, attractive and meet your expectations. Given this, the study sought to analyze through literature review of possible reasons why children are interested in both physical activity in school and out-of-school, while adolescents have greater adherence to out-of-school activity considering their maturity and goals. Focused on greater sociability in different environments than usual and also the search for aesthetics, physical fitness and health.

Keywords: *Physical activity. Motivation. Out-of-school physical activity. School physical education.*

1. Introdução

O Objetivo deste estudo é compreender a prática da educação física escolar e da atividade física extra-escolar, sabendo assim motivos que levem a motivações e desmotivações dessas práticas visto que a educação física é capaz de despertar nos alunos o interesse para atividades físicas.

A atividade física é definida como qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos, que requer gasto de energia. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS, 2010)¹⁴.

O artigo apresenta como a educação física escolar e as atividades físicas extra-escolares se relacionam, uma vez que a educação física escolar tem função de proporcionar em sua grande maioria o primeiro contato com o movimento corporal sistematizado, podendo assim despertar o interesse de uma vida ativa através da busca da atividade física extra-escolar.

Podemos observar segundo estudos que durante o ensino fundamental o interesse e motivação para a prática de atividades escolares e extra-escolares é grande e após a fase do ensino fundamental é perceptível maior motivação e interesse dos alunos do ensino médio por atividades físicas que concluam em ganhos estéticos, saudáveis e de prazer pessoal.

2. Metodologia

Para alcançar os objetivos estabelecidos nessa investigação, optou-se pela realização de um estudo de revisão bibliográfica, através de análise de artigos feito nos dias 22 a 31 de julho de 2019. O critério de inclusão foi estudos realizados através de estudo de campo, que apresentasse alguma descrição efetiva das práticas realizadas. Para a coleta de dados, foi utilizada a base SCIELO. Inicialmente foram encontrados 5 artigos, porém destes, apenas 2 estavam dentro do critério de inclusão.

3. Discussão

A prática pedagógica dos professores desempenha o papel fundamental de estimular o desenvolvimento das potencialidades físicas, motoras, cognitivas, afetivas, comunicacionais e psíquicas dos alunos (Freire,2003)¹¹, (Soares 1992)¹².

Vários estudos destacam que a educação física deve ser criativa e objetiva, de forma que os alunos sintam interesse, prazer e motivação para realizar a prática.

Segundo MAGILL¹⁰ a relação entre aprendizagem e motivação é recíproca; Um aluno pode aprender em consequência de sua motivação ou se motivar a partir da possibilidade de aprender mais.

De acordo com as análises feitas nos estudos, os alunos sentem mais motivação nas aulas que são diferentes, que fujam do que eles vivenciaram durante toda sua trajetória, dentro da escola, que são as modalidades mais conhecidas, tais como: futebol, basquete, handebol e vôlei.

BARROS³ em seu estudo descobriu que os alunos do ensino médio se interessam por algo que lhe tragam relação com a cultura corporal e movimento, pois eles estão dispostos a novas experiências, levando em conta, o fato de estarem numa fase mais madura e querem tomar suas decisões. São mais críticos e simplesmente o básico, não os atraem, lhes motivando os novos desafios.

Cabe ao professor o grande desafio, de mostrar o novo, atividades e situações diferentes, que atraiam os alunos, afinal; os jogos e atividades comuns e tradicionais, a maioria dos alunos nessa fase já possui conhecimento e domínio, não se tornando mais interessantes e atraentes.

Ainda há muita discussão sobre a condução das dinâmicas das aulas, estando sob análise os esportes e as atividades propostas pelos professores. CORREIA¹⁵ em seu estudo observou que há um desgaste maior do professor no sentido de providenciar recursos materiais e teóricos, diante da necessidade de coordenar diferentes programações de atividades em diferentes turmas. As próprias limitações de formação profissional somando as dificuldades de encontrar subsídios teóricos para desenvolver discussão sobre as implicações do movimento humano.

Diferentes estudos analisaram concepções dos alunos a respeito das aulas de Educação Física e os resultados mostram que muitos não gostam das atividades propostas e tão pouco participam das aulas, sendo que a maioria se interessam pelo esporte, a partir da educação física logo no início do ciclo escolar, onde tem o primeiro contato com está prática.

A partir desse conhecimento, conhecem as regras e entendem o jogo, como conseqüências buscam no âmbito extra-escolar as atividades em clubes, academias, studio, onde poderão vivenciar de maneira geral, tais atividades, entendendo o lado competitivo, as sensações de prazer acentuadas por não ter obrigações e imposições.

A lição do Rio Grande⁷ sugere que os professores ensinem a cobrir os espaços vazios durante o saque no voleibol, que permite desenvolver a competência de usar a prática de forma proficiente e autônoma nas atividades, uma forma de contextualização do conhecimento por parte do aluno, que não iria somente reproduzir os movimentos, mas valorizar a importância em uma atividade extra-escolar.

A transcrição de conhecimentos através dos esportes deve ser realizada pelos professores, para que eles desenvolvam a competência em usar de forma autônoma e eficiente, para que façam algum sentido, não se tornando tão somente, uma reprodução de movimentos, jogando apenas por jogar, implementando uma didática lógica na construção dos conhecimentos.

Diante da análise dos estudos, a maioria dos alunos não sentem motivação para a prática de atividade física, ao iniciar o Ensino Médio, em virtude dos

conteúdos não serem atraentes, pois durante muito tempo já viveram essas atividades na fase escolar.

Nahas e Andrade e Antunes Neto⁵, sugerem que as atividades programadas para as aulas de educação física, no ensino médio, objetivem a educação para um estilo de vida ativo, ensinando aos alunos conceitos básicos da relação existente, por exemplo: associar entre a atividade física, aptidão física e saúde.

Seres humanos aprendem em família, na comunidade e outros universos socioculturais em qual saberes são construídos para além da escola (Brandão,2002)¹³

O que os alunos aprendem na escola, levam para o âmbito extra-escolar, como por exemplo, na rua onde os jogos são desenvolvidos por acordos variados pelos mesmos e não com os ensinamentos adquiridos nas escolas. Eles mudam essa situação, definindo as regras que aprendem nas escolas, eles levam as habilidades que aprendem na rua, mostrando a ligação entre o aprendizado escolar e as atividades extra-escolares.

Os ensinamentos de Darido⁶, nos mostra que trazer para as escolas questões que envolvam aspectos relacionados ao cotidiano dos alunos, poderia ser uma forma de associar os conteúdos, potencializando sua motivação e conseqüentemente seu aprendizado. Nos dias de hoje, a musculação, dança ginástica, chamam a atenção de muitos adolescentes, despertando motivação, pois eles ou pessoas do seu convívio estão praticando, considerando que as atividades acima citadas, diferem das habituais, impostas em suas atividades escolares.

A atividade física não se limita apenas ao ambiente escolar ou clubes em esportes, sua necessidade abrange uma grande maioria na busca de uma melhor estética. Darido e Rangem⁶ lembram que uma grande preocupação na vida dos jovens é a aparência, sexualidade, hábitos alimentares, limites de capacidade física, seu papel no esporte, repouso, atividades e lazer e padrões de beleza.

Em um estudo realizado por Darido⁶, há resultados que apontam um progressivo afastamento dos alunos da educação física na escola, estudo complementado por Paiano⁴ que afirma em um dos seus estudos que o fato da grande maioria dos alunos preferirem atividades extra-escolares, são fundamentados em dois ponto: O primeiro é atender os gostos e interesses dos

alunos, através de esportes mais conhecidos, o segundo: distanciar-se de relacionamentos indesejados, pois fora do ambiente escolar, são possíveis novas e diferentes amizades.

No estudo foi apontado outro fator que pode ser desmotivador para alguns alunos, em se tratando da constatação de colegas mais habilidosos, que limitam os espaços para os menos habilidosos, isso gera isolamento de alguns, a criação de grupos de amigos que excluem quem não faz parte da “panelinha” (união em grupo para mútuo auxílio no jogo em função de amizade), pois muitos jogam na rua, clubes, escola com amigos e a escolha representa saber como a pessoa joga, a partir disso cabe ao professor mediar essa situação munido de estratégias que faça possível que todos os alunos habilidosos ou não tenham as mesmas condições de jogo.

4. Conclusão

Considerando os aspectos observados é possível afirmar que modalidade da educação física escolar é de grande importância, pois através dela é possível apresentar e estimular hábitos de vida saudáveis facilitando assim que ocorra a busca de atividades físicas extra-escolares.

Somente com esta análise de revisões bibliográficas não é possível apontar o ponto certo de quando os alunos perdem o interesse pela educação física escolar. A partir das análises observa-se que o interesse e a motivação para a educação física escolar e extra-escolar ocorrem em grande maioria quando se trata dos alunos do ensino fundamental visto que eles encontram idéias atraentes que acrescentam em seu repertório motor trazendo novas experiências, contudo podemos perceber que a partir do ensino médio o interesse pelas atividades extra-escolares é bem maior, por diversos fatores como, por exemplo, a parte estética.

A consequência disso é uma queda quanto a adesão dos alunos a educação física escolar, pois as idéias são as mesmas que percorrem pelos seus longos anos escolares, sem alterações significativas e novidades com isso eles buscam nas atividades físicas extra-escolares uma forma de diversificação de ambientes, com o objetivo de melhorar a estética, saúde e aptidão física, alegando que estas geram prazer ou porque as praticam desde pequenos.

Referências

BUSIN, D.; MARCON, D. **Relações entre a prática de atividades físicas e esportivas escolares e extraescolares de alunos do ensino médio.** Conexões: Educação Física, Esporte e Saúde, v. 10, n. 2, p. 121-144, 31 ago. 2012.

BUSSO, Gilberto Leandro; DAOLIO, Jocimar. **O jogo de futebol no contexto escolar e extraescolar: encontro, confronto e atualização.** Rev. Bras. Ciênc. Esporte (Impr.), Porto Alegre , v. 33, n. 1, p. 69-86, Mar. 2011 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-32892011000100005&lng=en&nrm=iso>. Access on 22 Jul. 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-32892011000100005>.

BARROS, J. **Treinamento contra resistido na adolescência.** Revista Corpus et Scientia, São Paulo, v. 5, n. 2, p. 18-25, 2009. Disponível em: <http://www.unisuam.edu.br/corpus/pdf/2009Volume5N2/Artigo_2.pdf>. Acesso em: 22 julho . 2019.

PAIANO, R. **Possibilidades de orientação da prática pedagógica do professor de Educação Física: situações de desprazer na opinião dos alunos.** Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 18, n. 1, p. 47-57, 2006. Disponível em: <<http://www3.mackenzie.com.br/editora/index.php/remef/article/viewFile/1301/1005>>. Acesso em: 22 julho . 2019.

NAHAS, M. V. **Educação Física no Ensino Médio: educação para um estilo de vida ativo no terceiro milênio.** In: SEMINÁRIO DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR/ ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE, 4., 1997, São Paulo. Anais... São Paulo, 1997.

DARIDO, S. C. **A Educação Física na escola e o processo de formação dos não praticantes de atividade física.** Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. São Paulo, v. 18, n. 1, p. 61-80, jan./mar. 2004. Disponível em: <http://www.revistasusp.sibi.usp.br/pdf/rbefe/v18n1/v18n1a06.pdf> Acesso em: 23 Jul . 2019.

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria da Educação. **Lições do Rio Grande: Ensino Fundamental e Ensino Médio**, 2009. Disponível em: http://www.educacao.rs.gov.br/dados/refer_curric_vol2.pdf. Acesso em: 23 Jul . 2019.

BARROS, R. et al. **O uso do tempo livre por adolescentes de uma comunidade metropolitana no Brasil**. Revista Adolescência Latinoamericana, Porto Alegre, v. 3, n. 2, p. 10-15, 2002. Disponível em: <http://ral-adolesc.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-71302002000200008&lng=es&nrm=iso>. Acesso em: 24 Jul 2019.

DARIDO, S. C. et al. **Educação Física no Ensino Médio: reflexões e ações**. Motriz: revista de Educação Física da UNESP, Rio Claro, v. 5, n. 2, p. 138-145, 1999. Disponível em:<<http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/05n2/5n202Darido.pdf>>. Acesso em: 23 julho. 2019.

MAGILL, R. A. **Aprendizagem motora: conceitos e aplicações**. São Paulo: Blücher,1984.

FREIRE, J. B.; SCAGLIA, A. J. **Educação como prática corporal**. São Paulo: Scipione,2003.

SOARES, C. L. et al. **Metodologia do ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez,1992.

BRANDÃO, C.R. **O trabalho de saber**. São Paulo: FTD, 1990. A educação como cultura. Campinas: Mercado das Letras, 2002.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS, 2010)

CORREIA, W. R. **Planejamento participativo e o ensino da Educação Física no 2º grau**. Revista Paulista de Educação Física, São Paulo, n. 2, p. 43-48, 1996. Disponível em:<<http://citrus.uspnet.usp.br/eef/uploads/arquivo/v10%20supl2%20artigo8.pdf>>. Acesso em: 25 Jul. 2019.