

Jorge Farias de Oliveira

ATIVIDADE FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

Das Expectativas dos Alunos
ao Atendimento do Professor



ATIVIDADE FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

Das Expectativas dos Alunos
ao Atendimento do Professor

Jorge Farias de Oliveira

ATIVIDADE FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

Das Expectativas dos Alunos
ao Atendimento do Professor

Direção Editorial

Prof.º Dr. Adriano Mesquita Soares

Executiva de Negócios

Ana Lucia Ribeiro Soares

Autor

Prof.º Me. Jorge Farias de Oliveira

Revisão

O Autor

Produção Editorial

AYA Editora©

Imagem de Capa

ChatGPT Images 2.0

Capa

AYA Editora©

Área do Conhecimento

Ciências da Saúde

Conselho Editorial

Prof.º Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva (UNIDAVI)

Prof.ª Dr.ª Adriana Almeida Lima (UEA)

Prof.º Dr. Aknaton Toczec Souza (UCPEL)

Prof.º Dr. Alaerte Antonio Martelli Contini (UFGD)

Prof.º Dr. Argemiro Midonês Bastos (IFAP)

Prof.º Dr. Carlos Eduardo Ferreira Costa (UNITINS)

Prof.º Dr. Carlos López Noriega (USP)

Prof.ª Dr.ª Claudia Flores Rodrigues (PUCRS)

Prof.ª Dr.ª Daiane Maria de Genaro Chirolí (UTFPR)

Prof.ª Dr.ª Danyelle Andrade Mota (IFPI)

Prof.ª Dr.ª Déa Nunes Fernandes (IFMA)

Prof.ª Dr.ª Déborah Aparecida Souza dos Reis (UEMG)

Prof.º Dr. Denison Melo de Aguiar (UEA)

Prof.º Dr. Emerson Monteiro dos Santos (UNIFAP)

Prof.º Dr. Gilberto Zammar (UTFPR)

Prof.º Dr. Gustavo de Souza Preussler (UFGD)

Prof.ª Dr.ª Helenadja Santos Mota (IF Baiano)

Prof.ª Dr.ª Heloísa Thaís Rodrigues de Souza (UFS)

Prof.ª Dr.ª Ingridi Vargas Bortolaso (UNISC)

Prof.ª Dr.ª Jéssyka Maria Nunes Galvão (UFPE)

Prof.º Dr. João Luiz Kovaleski (UTFPR)

Prof.º Dr. João Paulo Roberti Junior (UFRR)

Prof.º Dr. José Enildo Elias Bezerra (IFCE)

Prof.º Dr. Luiz Flávio Arreguy Maia-Filho (UFRPE)

Prof.ª Dr.ª Maralice Cunha Verciano (CEDEUAM-Unisalento - Lecce - Itália)

Prof.ª Dr.ª Marcia Cristina Nery da Fonseca Rocha Medina (UEA)

Prof.ª Dr.ª Maria Gardênia Sousa Batista (UESPI)

Prof.º Dr. Myller Augusto Santos Gomes (UTFPR)
Prof.º Dr. Pedro Fauth Manhães Miranda (UEPG)
Prof.º Dr. Rafael da Silva Fernandes (UFRA)
Prof.º Dr. Raimundo Santos de Castro (IFMA)
Prof.ª Dr.ª Regina Negri Pagani (UTFPR)
Prof.º Dr. Ricardo dos Santos Pereira (IFAC)
Prof.º Dr. Rômulo Damasclin Chaves dos Santos (ITA)
Prof.ª Dr.ª Silvia Gaia (UTFPR)
Prof.ª Dr.ª Tânia do Carmo (UFPR)
Prof.º Dr. Ygor Felipe Távora da Silva (UEA)

Conselho Científico

Prof.º Me. Abraão Lucas Ferreira Guimarães
Prof.ª Dr.ª Andreia Antunes da Luz (UniCesumar)
Prof.º Dr. Clécio Danilo Dias da Silva (UFRGS)
Prof.º Dr. Diogo Luiz Cordeiro Rodrigues (UFPR)
Prof.º Me. Ednan Galvão Santos (IF Baiano)
Prof.ª Dr.ª Eliana Leal Ferreira Hellvig (UFPR)
Prof.º Dr. Fabio José Antonio da Silva (HONPAR)
Prof.º Dr. Gilberto Sousa Silva (FAESF)
Prof.ª Dr.ª Karen Fernanda Bortoloti (UFPR)
Prof.ª Dr.ª Leozenir Mendes Betim (FASF)
Prof.ª Dr.ª Lucimara Glap (FCSA)
Prof.º Dr. Milson dos Santos Barbosa (UniOPET)
Prof.º Dr. Rudy de Barros Ahrens (FASF)
Prof.ª Dr.ª Silvia Aparecida Medeiros Rodrigues (FASF)
Prof.ª Dr.ª Sueli de Fátima de Oliveira Miranda Santos (UTFPR)
Prof.ª Dr.ª Tássia Patrícia Silva do Nascimento (UEA)
Prof.ª Dr.ª Thaisa Rodrigues (IFSC)

Copyright do Texto © 2026 do autor

Copyright da Edição © 2026 AYA Editora (projeto gráfico, diagramação e visual de capa)

O48 Oliveira, Jorge Farias de

Atividade física no ensino médio: das expectativas dos alunos ao atendimento do professor [recurso eletrônico]. / Jorge Farias de Oliveira. -- Ponta Grossa: Aya, 2026. 133 p.

Inclui biografia

Inclui índice

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

ISBN: 978-65-6228-026-5

DOI: 10.47573/aya.6228.1.495

1. Educação física (Ensino médio) - Estudo e ensino. 2. Exercícios físicos - Aspectos da saúde. I. Título

CDD: 613.7

372.86

Ficha catalográfica elaborada pela bibliotecária Bruna Cristina Bonini -
CRB 9/1347

AYA Editora©

Fone: +55 42 3086-3131 | WhatsApp: +55 42 99906-0630

E-mail: contato@ayaeditora.com.br | Site: <https://ayaeditora.com.br>

Declaração da Editora

O conteúdo autoral próprio desta obra é disponibilizado sob a Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional — CC BY 4.0, que permite seu uso, reprodução, distribuição e adaptação, inclusive para fins comerciais, desde que sejam atribuídos os devidos créditos ao autor, indicada a licença e informadas eventuais alterações.

A licença não se aplica ao projeto gráfico, à diagramação, ao design de capa nem aos materiais de terceiros utilizados na obra, tais como citações, imagens, gráficos, documentos, marcas e outros conteúdos identificados por crédito, referência ou indicação específica. Esses materiais permanecem sujeitos aos respectivos direitos, licenças, autorizações e limitações legais.

A reprodução ou reedição da obra por terceiros deverá utilizar apresentação gráfica própria ou contar com autorização expressa da AYA Editora para uso da edição gráfica.

O autor é responsável pela autoria, originalidade, precisão e licitude de sua contribuição intelectual, pela correta indicação das fontes e referências, bem como pela obtenção das autorizações necessárias para a utilização de materiais de terceiros.

As análises, interpretações e opiniões apresentadas são de responsabilidade do autor e não refletem, necessariamente, o posicionamento da AYA Editora, de seu conselho editorial ou das instituições mencionadas.

A atuação da AYA Editora limitou-se aos serviços editoriais e técnicos contratados, incluindo produção editorial, projeto gráfico, diagramação, registro e disponibilização da obra, sem titularidade ou ingerência sobre o conteúdo textual.

As referências a pessoas, instituições, autoridades e fatos históricos possuem finalidade informativa, acadêmica, crítica ou de pesquisa e devem observar a legislação aplicável, inclusive os direitos autorais e os direitos da personalidade.

A AYA Editora não comercializa esta obra nem recebe royalties, comissões ou participação nas receitas decorrentes de sua venda ou distribuição. O autor e terceiros poderão explorar comercialmente o conteúdo autoral próprio nos limites da Licença CC BY 4.0, sem utilizar a edição gráfica reservada à editora.

*À família, por ser a base de tudo que nos
propomos a fazer, acompanhando e vivendo
em todos os momentos.*

*Aos adolescentes alunos do Ensino Médio,
que dispuseram a participar do estudo.*

*Aos professores de Educação Física que
atuam no Ensino Médio, que mesmo com
muitas dificuldades têm esperanças de dias
melhores.*

*Agradeço a todos que possibilitaram a
realização deste estudo:*

*A Deus pelo dom Vida e a proteção Divina
em todos os momentos;*

*Ao Coordenador da 10ª URE – Unidade
Regional de Educação; por autorizar a
pesquisa nas Escolas Públicas da zona
urbana da cidade de Altamira;*

*As Diretoras das Escolas privadas da cidade
de Altamira, por aceitar e apoiar o estudo;*

*As Diretoras das Escolas Públicas da cidade
de Altamira, por disponibilizarem horários e
espaços para realizar a pesquisa;*

*Aos pais dos adolescentes do Ensino Médio,
por autorizarem seus filhos a participar do
estudo;*

*Aos alunos que manifestaram interesse em
participar da investigação;*

*A professora Drª Amélia Stein, por
acompanhar a produção do passo a passo
do estudo, e pela orientação aos passos
seguintes;*

*Ao Professor Drº José Roberto Zaffallon
Junior, por colaborar com o texto estatístico
e outras situações.*

A todos os mais profundos agradecimentos.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	12
INTRODUÇÃO	13
QUESTÕES A INVESTIGAR.....	15
Objetivos	15
REFERENCIAL TEÓRICO	16
Atividade Física	16
Os Benefícios da Atividade Física	27
Educação Física no Ensino Médio e a Atividade Física.....	34
O Que fazer para Continuar Praticando Atividade Física por Toda a Vida?	43
Professor de Educação Física e a Responsabilidade com Atividade Física para os Alunos	50
PERCURSO METODOLÓGICO	56
Estrutura da Dissertação	56
Instrumentos de Avaliação.....	56
Amostra	57
Aspectos éticos	57
Instrumentos de Medição e Técnicas	57
Procedimentos	58
ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	60
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	115
Recomendações	117
REFERÊNCIAS	118
SOBRE O AUTOR	125
ÍNDICE REMISSIVO	126

LISTA DE SIGLAS

AF	– Atividade Física;
BNCC	– Base Nacional Curricular Comum;
CS	– Comportamento Sedentário;
EF	– Educação Física Escolar;
EFE	– Educação Física Escolar;
EM	– Ensino Médio;
ENEM	– Exame Nacional do Ensino Médio;
IA	– Insuficientemente Ativo
OMS	– Organização Mundial da Saúde;
TALE	– Termo de Assentimento Livre Esclarecido;
TCLE	– Termo de Consentimento Livre Esclarecido;
SA	– Suficientemente Ativo.
URE	– Unidade Regional de Educação.

APRESENTAÇÃO

A pesquisa intitulada Atividade física no Ensino Médio: das expectativas dos alunos ao atendimento do professor, trata-se de um estudo de Campo de caráter exploratório descritivo, com abordagem quanti-qualitativa, teve como objetivo: Investigar a contribuição das aulas de Educação Física para o aumento ou diminuição da atividade física no Ensino Médio, foi realizada nas escolas públicas e privadas da zona urbana, da cidade de Altamira, tendo como investigados 259 alunos com idade entre 14 e 18 anos, através da aplicação do Questionário de Motivação dos Alunos Face à Disciplina Educação Física de (Kobal, 1996), que identifica as motivações intrínsecas e extrínsecas para participar das aulas de Educação Física e o Physical Activity Questionnaire for Older Adolescents (PAQ-A), validado no Brasil por Guedes e Guedes (2015), para medir a aptidão física, classificando-os em suficientemente e insuficientemente ativo e de 10 Docentes, que atuam nestas escolas por meio de entrevista, denominada Educação Física Escolar no Ensino Médio no ponto de vista do professor.

Foram investigadas questões como: nível de atividade física, motivação extrínseca e intrínseca por (tipo de escola, gênero, estilo de vida e escore geral) e o ponto de vista dos professores em relação à Educação Física no Ensino Médio. Concluiu-se que 66,4% dos adolescentes se encontram insuficientemente ativos. Existem problemas na relação professor x aluno predominando na escola privada. Os meninos são mais competitivos que as meninas. Os professores são experientes, trabalham com muitas turmas, sem infraestrutura e materiais adequados, com evasão significativa principalmente no ensino público, usam como conteúdo base a prática esportiva, tem consciência que o número de sessões semanais é insuficiente para tornar os alunos Suficientemente Ativos e que as aulas agradam apenas parcialmente os discentes, mas mesmo diante das dificuldades almejam oferecer boas aulas, esperam ter condições, capacitação continuada e apoio dos pais e dirigentes escolares.

Boa leitura!

INTRODUÇÃO

O ser humano nasceu para o movimento, mesmo antes de vir ao mundo, já temos a necessidade de nos mover para anunciar a nossa existência, essa necessidade vai se ampliando nas várias fases da vida, obedecendo um processo natural que todos devemos seguir, e que certamente nos levará a uma vida saudável (Arraz, 2018). O movimento que ao nascer ainda é involuntário, desordenado, impreciso, vai se ampliando com o passar dos anos e ganhando uma melhora significativa com novas experiências de deslocamentos cada vez maiores.

Na infância temos o prazer de explorar a grande quantidade de movimentos que nosso corpo nos proporciona, vivendo com atividades que promovem a melhora do engatinhar ao correr, do brincar ao praticar uma esportiva, do praticar esta ou aquela modalidade por simples prazer a viver com as cobranças do alto rendimento das competições. Tudo isso é explicado e aceitável nos nossos dias e por que não dizer no contexto histórico do corpo e de elementos que promovam estes movimentos e nos mantenha em constante atividade física.

A atividade física tão necessária na vida do homem em todos os tempos, no mundo contemporâneo, sofre uma grande queda devido ao surgimento de uma enorme demanda de equipamentos eletrônicos que oferecem cada vez mais o conforto e a facilidade para se realizar tarefas com pouco ou nenhum esforço físico das pessoas, ou ainda o oferecimento de uma vida virtual, onde a realidade é a diminuição total da atividade física. Isso afeta diretamente a vida de crianças, adolescentes, jovens, adultos e idosos, que antes passavam por uma ampliação considerável do movimento e da atividade física até uma certa fase do amadurecimento para só depois e de forma natural compreendida pela idade é que começava a diminuir e ir caindo até o final da existência. Para Gomes (2015), a realidade virtual dos nossos dias antecipa essa diminuição da atividade física tão importante para pessoas cada vez mais jovens que passam a viver cada vez menos ativas fisicamente e dependentes de aparelhos altamente tecnológicos.

Observando este contexto, nasce o interesse em investigar a atividade física no meio escolar, mais precisamente no ensino médio, das escolas públicas e privadas, buscando informações para compreender o que alunos e professores destes estabelecimentos almejam e desenvolvem para que não

haja queda na prática de atividades físicas por parte dos adolescentes deste nível de formação que eventualmente vivem os últimos anos de convivência com a Educação Física acompanhada de perto por um profissional da área.

Assim, buscou acompanhar e descobrir o anseio dos alunos nas aulas de Educação Física em relação à atividade física, que normalmente nesta fase da vida já diminui, e o que os professores têm oferecido através de suas aulas para que os mesmos se tornem mais ativos na vida escolar e fora dela. O estudo aconteceu através da aplicação do Physical Activity Questionnaire for Older Adolescents (PAQ- A), validado no Brasil por Guedes e Guedes (2015), para medir a aptidão física, classificando os alunos em suficientemente e insuficientemente ativo, Questionário de Motivação dos Alunos Face à Disciplina de Educação Física de Kobal (1996), que identifica as motivações intrínsecas e extrínsecas para participar das aulas de Educação Física e dos docentes que atua nestas escolas por meio de entrevista, denominada Educação Física Escolar no Ensino Médio no ponto de vista do professor.

QUESTÕES A INVESTIGAR

- Os alunos se encontram suficientemente ativos em relação à atividade física dentro e fora da escola?
- Os alunos do EM participam das aulas de Educação Física regularmente, com motivação e satisfação, seus anseios em relação às atividades físicas são atendidas e não ocorre evasão?
- Os professores conseguem ministrar aulas inovadoras, capazes de ampliar a atividade física e torná-los suficientemente ativos?

Objetivos

Objetivo Geral

Investigar a contribuição das aulas de Educação Física para o aumento ou diminuição da prática de atividades físicas por alunos do Ensino Médio.

Objetivos Específicos

- a) Avaliar o nível de atividade física dos alunos de Educação Física;
- b) Investigar os aspectos motivacionais dos adolescentes para a prática da Educação Física escolar;
- c) Mostrar a realidade da Educação Física no Ensino Médio do ponto de vista dos professores.

REFERENCIAL TEÓRICO

Atividade Física

Ao falar de Atividade física (AF), precisamos buscar o entendimento de seus conceitos, definições, considerações, diferenças, tipos, aplicações e as necessidades do dia a dia, uma vez que a vida moderna tanto oferece oportunidades de conforto com quase ou nenhum esforço, o que nos deixa cada vez mais longe do movimento e com comportamento sedentário, e um estilo de vida inativo que muito provavelmente vai nos trazer consequências com o passar dos anos. Precisamos de atividade física quando: crianças na infância, na adolescência, adultos e na senilidade. E a quantidade de atividades físicas que temos acesso e praticamos, de acordo com Arraz (2018), pode fazer a diferença para viver bem ou mal, de nossas escolhas depende a qualidade de vida que teremos.

Definindo atividade física, podemos dizer que nada mais é do que todos os movimentos que somos capazes de realizar de forma natural e causando gasto de energia como; engatinhar, andar, correr, nadar, trepar, dormir, passear, entre outros, podendo ser desenvolvido em vários espaços; em casa, na praça, na rua, no rio ou igarapés, em árvores, em gramados e até mesmo na praia ou no local de trabalho. A Organização Mundial da Saúde – OMS (2014) define atividade física como “qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que requeira gasto de energia – incluindo atividades físicas praticadas durante o trabalho, jogos, execução de tarefas domésticas, viagens e atividades de lazer”.

Conceituando AF, podemos afirmar que se trata de qualquer movimento corporal que, independentemente da intensidade, não foi elaborado para produzir aptidão física em nível de exigência. Os escritos de Silva L. A. (2015, p. 5) apresentam o seguinte conceito: “qualquer movimento corporal, independentemente da intensidade, que não foi elaborado especificamente com a finalidade de aprimorar a aptidão física como, por exemplo, passear com o cachorro ou varrer a casa”.

Assim, não se deve confundir com exercício físico. A seguir, apresenta-se a diferença entre atividade e exercício físico. Sobre atividade física, já apresentamos esclarecimentos e, para entender o exercício físico, pode-se dizer que são movimentos executados de acordo com o planejamento e aten-

dendo a alguma necessidade de determinada pessoa e que se caracterizam pela repetição, tendo um certo compromisso com o rendimento. Na definição de Silva (2015, p. 6):

Compreende-se o exercício físico como atividades estruturadas, previamente planejada, destinadas a aprimorar o condicionamento e a aptidão física, tornando-se, dessa forma, não associado somente à saúde, e sim à capacidade atlética de desempenho de cada pessoa.

A atividade física pode ser considerada como necessidade vital uma vez que dependemos do movimento natural para todas as situações que a vida nos propõem, lazer, trabalho, prática de esportes, no entanto, a aplicação e o uso da atividade física tem diminuído consideravelmente em nossas rotinas devido ao imenso oferecimento de condições confortáveis que nos enquadra em comportamentos sedentários, como discorrem Ferreira, Robaldi, Ricardo, Hallal e Azevedo (2015), hoje dependemos quase que exclusivamente de um botão digital pra resolvermos os mais variados problemas sem a necessidade de deslocamento.

O Homem e a Atividade Física

Desde os primórdios da humanidade, tivemos a necessidade de deslocamento. Isso nos fez pessoas nômades, que não tinham um lugar definido para viver e, muitas vezes, esses espaços sequer faziam falta, pois sempre saíamos para encontrar uma nova e aventureira sobrevivência, onde a adaptação só dependia do que se encontrava no novo destino e da vontade de quem se encontrava ali. Essa rotina arriscada e cheia de incertezas nos manteve saudáveis durante muitos séculos, pois nossas conquistas, por mais simples que pudessem parecer, como tomar banho, procurar comida, fazer uma viagem, sempre estavam atreladas ao movimento. Na história do homem, suas necessidades consecutivamente mostram que nas idas e vindas, os indivíduos estavam condicionados para realizar atividade física com exigências cada vez maiores, tendo que superar obstáculos que nem ao menos se conhecia, mas o vigor físico e a precisão pela sobrevivência o obrigava a superar cada dificuldade, ganhando assim experiência de superação para os próximos desafios, o certo é que não tinha espaço para conviver com a inatividade. Foi só com advento da modernidade que essa situação começou a ser modificada, passamos a ter contato com equipamentos de condução, máquinas que substituíam o trabalho manual das pessoas e outras que facilitavam todo e qualquer esforço físico, assim os prejuízos para a saúde

começaram a aparecer, forçando o homem a conviver com problemas que antes não se conhecia, nem se ouvia falar, mas por provocar um grande conforto, logo eram aceitos. Hoje convivemos com hábitos alimentares pobres em nutrientes e comportamentos inativos que foram modificados e passaram a fazer parte de nossos dias, aqui destacamos o que se encontra nos escritos de Boas (2016):

No transcurso das últimas décadas, alterações aconteceram na estrutura social e econômica da sociedade, os processos de modernização, urbanização e todas as inovações tecnológicas provocaram diversas modificações nos hábitos da sociedade brasileira.

Atividade Física na escola

A escola é um espaço onde a atividade física pode ser mais vista e aceita, da forma mais simples e natural, é muito fácil ver alguém, andando, correndo, caindo, rolando pelo chão, brincando na grama, jogando alguma modalidade na quadra ou campo, subindo em alguma coisa, pois trata da presença de crianças que se encontram no auge do movimento e muitas vezes é o único ambiente capaz de lhes promover oportunidades de movimentar-se sem restrição e de vivenciar com alegria, prazer e satisfação, as diversas brincadeiras, jogos e recreações que lhes são oferecidas com intuito de ampliar e amadurecer seus movimentos. No apontamento de Virgílio (2015, p. 5), “a maioria das crianças adora brincar, correr, dançar e aprender novas habilidades”. Já para Nista-Piccolo e Moreira (2012a, p. 40), “Ensinar através do jogo, das brincadeiras, do esporte pode conduzir o aluno a buscar melhor qualidade de vida, dotando-o de um conhecimento voltado para sua longevidade”; incentivar a continuidade dessas atividades, segundo a mesma autora, “é uma das missões da Educação Física”.

É na escola como diz Alves U. S. (2014) que a criança ainda pode conviver com atividade física em sua rotina diária, planejada, acompanhada e orientada regularmente por um profissional de Educação Física, , no entanto isso vem mudando, pois a realidade de nossos dias, começando na família e se estendendo também, dentro da escola, é oferecer a meninos cada vez menores e mais jovens uma vida sedentária recheada de equipamentos eletrônicos que muito provavelmente irão lhes causar sérios prejuízos na saúde na vida adolescente e adulta.

A educação física escolar pode não ser a salvação de estilos de vida cada vez mais sedentários, mas, mesmo com poucas horas oferecidas durante a semana e, muitas vezes, sem o material e o espaço adequados, pode contribuir para que essas crianças comecem a evitar trilhar o caminho da vida sem atividade física e passem a conviver com variadas oportunidades de estimular práticas saudáveis repletas de movimento. A educação física deve atuar na escola apresentando estilos de vida saudáveis e estimulando a participação de todos, (Pinheiro, Trindade, Silva, Machado & Santos, 2017).

Na escola, através da Educação Física a criança começa a ter contato direto com o exercício físico e com o esporte, que são diferentes da atividade física mas certamente são ações ricas em movimento que podem oferecer uma qualidade de vida onde ficar parado não é aceitável, claro que em seus primeiros anos as crianças não podem e nem deve ser tratadas com atletas dos quais podem ser cobrados rendimento e performance e sim como alguém que se encontra em desenvolvimento onde o lúdico tende a ser o objetivo principal. Isso pode ser notado nas afirmações de Nista-Piccolo e Moreira (2012a, p. 42):

Conhecer e praticar o esporte nos permite vivenciar o corpo com suas possibilidades, seus limites, estabelecendo um diálogo entre nossas naturezas interiores e exteriores, existencializando a vida e o mundo.

Não é obrigação da escola descobrir talentos esportivos, e sim oferecer a maior quantidade de oportunidades para a criança conviver com o movimento, mas, se encontrarmos alunos que possuam reconhecido dom para qualquer modalidade esportiva, temos que saber conduzir para que os mesmos permaneçam na escola, pois estas crianças têm muito mais afinidade com a atividade física. Para compreender essa questão citamos Virgílio (2015, p. 5), ao defender que “devemos parar de tratar as crianças como se fossem “atletas adultos em miniatura” e começar a permitir que se desenvolvessem, naturalmente como crianças que precisam se mover com a liberdade, brincar, se divertir e se expressar corporalmente”, e o entendimento de Nista-Piccolo e Moreira (2012a, p. 39), ao se expressar a respeito do assunto assim, “conhecer e praticar exercícios componentes do fenômeno esportivo propiciará aos alunos dos anos iniciais do Ensino Fundamental a criação do hábito esportivo, o que contribui para se buscar a manutenção de melhor qualidade de vida”. No ensino fundamental, a criança e o adolescente devem ter contato com a maior variedade possível de atividades físicas, sejam elas esportivas ou não, recreativas, que proponham lazer, o que importa mesmo

é que o movimento seja a base da rotina escolar e que possa estimular uma vida afastada do sedentarismo. Observando esse interesse em estar ativo, podemos destacar Virgílio (2015, p. 5), quando comenta que “a participação em atividades físicas regulares é uma das atitudes mais poderosas que as pessoas podem adotar independentemente da idade”. Nesta fase de ensino, ainda não há tanta resistência nos escolares em praticar atividades físicas que lhes exijam movimento, principalmente pelos meninos. Nesse período, dependendo das vivências motoras diferenciadas, eles podem ter a chance de pôr esta ou aquela modalidade. É muito comum nesta faixa etária, se encontrar os que se apaixonam por: ciclismo, natação, ginástica, futebol, basquetebol, voleibol, handebol, futsal, provas de atletismo entre outras, e essa paixão acontece, como destaca Virgílio (2015) devido ao professor de Educação Física levar uma ampla variedade de opções para suas aulas, incentivando a prática e ajudando na tomada de decisão e na escolha de qual fará parte de vida, ou seja a oportunidade de conhecer diferentes configurações de atividade física, abre o caminho para vivenciar o novo e diferente, fazendo com que o jovem adepto se sinta bem praticando, atendendo seu interesse individual e que esteja equilibrado com atributos que promova a saúde. Como é comum no espaço escolar do ensino fundamental nos depararmos com alguém que sonha em ser um atleta, isso faz parte da rotina diária das escolas; muitos deles trazem este interesse por se identificarem com algum ídolo, outros por encontrarem no ambiente escolar a chance de aprender algo que lhes prenda a vontade de praticar, e ver isso acontecer pode nos trazer a esperança de que ainda se pode vencer o sedentarismo.

Educação Física escolar e Atividade física

A escola sempre foi e será um espaço onde múltiplos aprendizados se encontram disponíveis, sendo oferecidos de maneira singular, igualitária, simples, inclusiva, responsável, buscando atingir a todos, sejam eles crianças, adolescentes ou adultos, garantindo as mesmas condições e o mesmo nível de acompanhamento, nos diferentes níveis de ensino. Muitas são as disciplinas que são ofertadas nos anos de curso, cada uma com bases diferentes para encaminhar o aluno para a vida, uma delas é Educação Física escolar, uma das mais amadas pelos alunos pelo fato de acontecer geralmente em espaço aberto e livre, onde se pode correr, saltar, pular, falar, gritar, suar, diferente das salas de aulas fechadas que cobram um certo aspecto silencioso.

so e de disciplina, visando não comprometer os momentos de concentração necessários para a assimilação dos conteúdos das áreas de ciências exatas por exemplo.

A escola é um espaço de difusão e informação sobre a importância da atividade física para a promoção de uma vida com mais saúde, desenvolvendo o interesse dos alunos pelas atividades e exercícios abordados nas aulas de Educação Física (Filho, Brito, Sá & Lima, 2016, p. 69).

A educação física é vista nas escolas como a disciplina que está responsável em pelo movimentar dos escolares, mesmo com poucas aulas semanais é ela que tem que garantir a atividade física, das crianças, pré-adolescentes e adolescentes, pois em nossos dias, repletos de estímulos a uma vida com hábitos puramente sedentários, devido a uma série de fatores como violência, redução de espaços urbanos para a pratica esportiva e de lazer, distancias longas dos clubes, jogos eletrônicos cada vez mais atraentes e outros que implicam diretamente para uma vida inativa fisicamente, ainda é a chance de se ter contato e acompanhamento de um profissional, o professor de Educação Física que tem a missão de manter nossos meninos e meninas ativos, pelo menos no período que os mesmo se encontram no espaço escolar. Para Alves U. S. (2014, p. 66):

A Educação Física Escolar, por ser uma área com ênfase no aspecto motor, deve oferecer aos alunos atividades práticas de modo predominante, não necessariamente exclusivo, mas sim enfatizando ações motoras.

Oportunidade de convivência com variedade de atividades físicas

No ambiente escolar, os alunos passam boa parte do dia e convivem com atividades variadas, todas voltadas para seu desenvolvimento social, motor e psicológico, convivendo com disciplinas que abraçam objetivos diferentes, mas que pretendem os mesmos alcances: tornar o indivíduo capaz de ser o mais independente possível em sua vida pós-educandário. “É oportuno relatar que este ambiente também é propício para o desenvolvimento da educação em saúde, com ênfase na promoção da atividade física enquanto comportamento permanente (Romero, Ribeiro & Guerra, 2018, p. 22). A educação física que divide com as outras disciplinas de forma interdisciplinar a responsabilidade de crescimento e desenvolvimento de crianças e adolescentes, abraça para seus domínios o compromisso de apresentar uma variada e ex-

tensa proposta de atividades físicas, que seja capaz de atender as necessidades de: movimento, toda criança ao chegar na escola, ainda se encontram numa fase de aceitação altíssima em relação a realização de atividades que lhes façam mexer-se, quem nesta fase não gosta de correr, cair, pular, rolar, movimentos naturais que acabaram de aprender e dominar, tornando-os em desbravadores que querem sempre mais ampliar suas descobertas motoras; promoção de saúde, na escola em muitos casos é o único espaço em que a criança, convive e aprende sobre higiene, doenças e outras situações que possam vir causar danos ao bem estar individual e coletivo; combate ao sedentarismo, mesmo em uma competição desigual com os jogos eletrônicos e virtuais que chamam e prendem a atenção das crianças e adolescentes com mais facilidade, os professores ainda conseguem promover atividades físicas que estimula a mudança de estilo de vida para hábitos mais saudáveis. Então, o professor de Educação Física, conforme os escritos de Nista-Piccolo e Moreira (2012a) e Alves U. S. (2014), entendendo a responsabilidade de propagar o movimento para seus alunos, tem que oferecer uma rica e variada disponibilidade de atividades físicas que lhes possibilitem a condição de aprender a praticar jogos, brincadeiras, esportes coletivos e individuais, lutas, danças e outras modalidades.

Escolhas de atividade para praticar

A criança, ao nascer, começa a ter contato com a atividade física. Antes, ela já avisava a sua mãe sobre sua presença com movimentos que não eram vistos; só eram sentidos, mas era a forma de se comunicar com o meio externo. Agora, na infância, passa a usar cada vez mais movimentos e, com o passar do tempo, começa até a escolher qual vai usar para situações diferentes. Este ampliar de movimento vai acontecer por vários anos, dependendo da necessidade e da oportunidade de escolha dos indivíduos, que têm uma vida mais rica em movimentos corporais naturais ou específicos de uma determinada prática, certamente poderão escolher os que mais lhes causam satisfação em fazer. Para Setúbal (2018), a criança descobre e aprende a viver brincando em ambientes que lhe ofereçam oportunidades de escolha que possam causar satisfação ao praticar. Assim acontece com as aulas de educação física, quanto mais ricas forem em relação à prática de atividade física, mais contribuirão no momento em que a criança e o adolescente escolherem qual adotar para fazer parte de sua vida. Toda criança

em sua experiência precisa sentir prazer no que está fazendo para tornar-se adepta e querer repetir em outro momento (Setúbal, 2018). Por isso é normal observarmos nas escolas, modalidades lotadas, podemos dizer que são as que os escolares mais gostam por exemplo, o futsal, basquetebol, futebol de campo, vôlei, handebol, atletismo e outras que são esvaziadas por não apresentarem características de maior aceitação. Como é possível observar, o que destacam Filho *et al.* (2016, p. 38), “a inclusão de atividades físicas que são mais populares entre os jovens pode, provavelmente, aumentar a aderência aos programas ou às aulas de Educação Física na escola”. Aqui entra e depende da vontade, do conhecimento e da experiência do professor de Educação Física em escolher e levar a maior quantidade possível de atividades para abrir a condição de escolha de qual ou quais atividades o aluno queira praticar com mais vontade e interesse. Não precisamos levar, por exemplo, todos os esportes, danças, lutas, mas o que levarmos deve ser feito sempre pensando que não estamos escolhendo atletas para o alto rendimento, e sim preparando caminhos para uma prática de atividade física mais duradoura que promova um sentimento de bem-estar por muito mais tempo na vida de quem escolheu praticar. “O professor de Educação Física, ao planejar e executar as atividades para as crianças na escola, é capaz de diagnosticar e acompanhar: níveis de crescimento, composição corporal, desempenho motor, trabalhando práticas envolvendo os movimentos de forma crítica, reflexiva e sensível” (Santana & Bernardes, 2016, p. 180).

Consciência de que atividade física e saúde andam no mesmo caminho

No tempos de tecnologia farta, vivemos com o maior conforto possível e sempre estamos tentando ampliar esse aconchego, queremos sempre algo novo que nos tire o esforço de qualquer tarefa, ou seja quanto mais fácil for pra resolver a situação sem a necessidade de deslocamento, melhor, mais felizes e realizados nos sentimos, essa realidade apresenta as vantagens de tudo que precisamos.

Acontece com a maior brevidade de tempo, que nos garante o sucesso imediato das mais variadas operações, dos também variados tipos de negócios. Esse modo de viver tem favorecido em todos os aspectos, pois convivemos na época do virtual, onde ficamos sabendo de tudo em tempo quase real dos acontecimentos, deixando-nos informados do mundo como

nunca foi antes. Na contra mão da modernidade mundial tecnológica, estão as pessoas que passaram de acordo com Rangel, Freitas e Rombaldi (2015), a ocupar seu tempo com instrumentos de consumo que lhes tomam a maior parte do seu dia, ocupando-as com conversas em redes sociais, compras, trabalho, onde a disposição é está sentado durante horas intermináveis, com os olhos em uma tela e quase sempre com um fone de ouvidos que se quer lhe permite ter contato real com o barulho que as rodeia.

Essa realidade virtual não é tão antiga, mas parece interminável, e pelo curso da história atual não vai mudar ou diminuir, e sim ampliar cada vez mais esse comportamento de isolamento pessoal humano. Conviver numa realidade nesse sentido é muito proveitosa, no entanto temos que considerar o que isso traz e deixa como herança, e analisando o que acontece nesse mundo virtual, é fácil encontrar indivíduos doentes pelo simples fato de ter abandonado os costumes mais antigos e necessários que eram a precisão pelo movimento, pelo deslocar, para sobreviver, usando apenas seu próprio corpo, isso nos apresentou saudáveis, dispostos e vigorosos por longas eras. Hoje, o que temos são pessoas que abandonaram, vivendo cada dia mais distantes da atividade e do exercício físico, convivendo com sérios problemas de saúde adquiridos pelos próprios hábitos, sem tomar consciência do tipo de vida que têm e ainda não despertaram para mudar essa realidade doentia e inativa. De acordo com Martins, Júnior & Lemes (2010), o sedentarismo é um dos maiores problemas da sociedade atual. A realidade atual é considerada momento da informação, todas as pessoas sabem que precisam de um estilo de vida que lhe proporcione a condição de estar bem, física, social e mentalmente, e conhecem também os caminhos onde e como fazer para se sentirem melhor, que é pratica regular de atividades físicas, o que precisa e cada um tome atitudes onde abandone o comportamento sedentário e faça disso uma consciência de que saúde e atividade física andam juntas e dependem uma da outra para se viver bem. Praticar regularmente atividade física na opinião de Silva E. G. (2018, p. 91):

Traz benefícios para a saúde, é vista como um ponto importante contra doenças crônicas degenerativas, evita o sedentarismo, ansiedade, stress e a depressão, que é um dos problemas que mais afetam a população no mundo nos dias atuais.

Orientação para uma qualidade de vida saudável

Tudo que fazemos ou deixamos de fazer em relação a AF, depende do acervo motor que nos foi apresentado quando crianças, quanto mais rica for a base de movimento na infância, maior será a memória para uma orientação de vida ativa na adolescência, na fase adulta e na senilidade, acontecendo o contrário para os que abandonam os movimentos naturais muito cedo e não convivem com gasto de energia, através deslocamentos, brincadeiras, jogos e esportes passam também em passo acelerado a conviver com os eventuais problemas que a inatividade física provoca no nosso organismo.

Quem seria então responsável por apresentar para as crianças uma realidade onde a AF seja encontrada de forma abundante? Na forma de viver do mundo contemporâneo, fica bem complicado encontrar respostas para questões desse tipo: os pais que são a base de origem para toda a formação dos filhos, muitas vezes ambos precisam pela necessidade do sustento, trabalhar fora, não encontrando tempo para brincar, passear, deixando seus pequenos(as), em casa rodeado de jogos eletrônicos, onde as telas são as principais atrações e também o principal motivo para que o ato de movimentar-se desaparece consideravelmente da rotina dessa criança indo fazer falta no futuro; ainda falando de pais, é conveniente lembrar que os mesmo nem sempre praticam alguma atividade física que possam ser o espelho onde seus filhos possam copiar o modelo e também escolherem um estilo de vida diferente, conforme afirma Virgílio (2015), a família exercer uma influência poderosa sobre a saúde e os hábitos de atividades das crianças, se os pais tem uma vida ativa fisicamente, a tendência é que seus filhos venham copiar este modelo; a escola que o espaço que deve dar continuidade e ajudar na educação, passa a assumir a responsabilidade de formação inicial, ora abandonada pelos pais, recebendo, essa criança em um ambiente novo e totalmente diferente de sua convivência anterior, limitada a algumas pessoas da família, encontra agora com: os colegas da mesma idade e professores, isso provoca um choque de adaptação, mas também passa a conhecer novas atividades que irão ajudar no desenvolvimento social e psicomotor; na escola a criança, agora aluno, conhece a Educação Física que deve ser seu guia no quesito atividade física, essa disciplina rica em movimento vai lhe possibilitar oportunidades talvez nunca antes vividas, e os que trazem de casa uma bagagem motora de orientação ativa não terão dificuldades de se habituar com as aulas de EF; já os de comportamento inativo, inicialmente sofrerão, mas,

por se tratar de crianças que ainda não têm tanta resistência às atividades propostas, voltarão a ser ativos também.

Como afirmam Nista-Piccolo e Moreira (2012a, p. 39): “A disciplina Educação Física pode colaborar para o aluno se conhecer melhor e buscar prazer em uma vida ativa, saudável, na qual o movimento revela a sensibilidade corpórea”.

As crianças vão passar alguns anos de suas vidas na escola, e se forem orientadas para um comportamento de vida ativo, certamente ao sair do educandário serão adeptas da atividade física no seu modo de viver.

Poderes e deveres da Educação Física

A educação física é talvez a disciplina que os alunos mais gostam dentro da escola, isso já se percebe pela festa que fazem no primeiro dia de aula ao se apresentar o(a) professor(a), isso se dar por saberem que o ambiente é diferente das outras disciplinas que são desenvolvidas em espaços fechados com cadeiras, onde se mexer é quase impossível, ao se lembrarem da quadra, campo, piscina, gramado e outros, salas sem portas ou janelas, se apegam logo com a ideia de liberdade e riqueza de movimento. Como discorre Alves U. S. (2014, p. 44), “a sala de aula da EF, que normalmente é a quadra, oferece, pelas próprias especificidades, maior liberdade de movimento, de contatos, de ações que podem viabilizar situações mais agradáveis”. Assim podemos dizer que a EFE tem o poder de ser atrativa e chamar a atenção para a prática e adesão à atividade física, principalmente para os alunos que já possuem um acervo motor ampliado por sua convivência com jogos, brincadeiras e esportes, na e com a família e em seus momentos de lazer. Para Nista-Piccolo e Moreira (2012a, p. 54), “por meio de sua ação motora, a criança conseguirá conhecer melhor seu potencial, suas múltiplas possibilidades de movimento”.

Conforme a Base Nacional Comum Curricular – BNCC, Brasil (2017, p. 211): “A Educação Física apresenta uma série de possibilidades que enriquece as experiências das crianças, jovens e adultos, os saberes corporais, conhecimentos de diferentes formas de expressão que não se alicerçam apenas na racionalidade”.

A educação física é um direito previsto em leis federais, então todos os alunos matriculados na educação básica devem estar incluídos nas mesmas oportunidades de acesso ao aprendizado das mais variadas propostas de

atividade física desenvolvidas nas escolas (Nista-Piccolo & Moreira, 2012a).

Em se tratando de dever, a Educação Física é uma disciplina obrigatória de acordo com a Lei 10.328/2001, “integrada à proposta pedagógica da escola, da Educação Básica, ajustando-se às faixas etárias e às condições da população escolar, sendo facultativa nos cursos noturnos” (Brasil, 2001). Esta disciplina tão importante na formação do ser em crescimento, independente da obrigação deve ministrada nas escolas pelo que ela representa à construção do acervo motor, num mundo rodeado de comportamentos sedentários, aqui as crianças ainda fazem e participam das aulas de forma prazerosa e voluntária, no pensamento de Nista- Piccolo e Moreira (2012a, p. 13), “a presença da EF na escola deve se dar por sua própria relevância e não apenas por obrigatoriedade”.

Os Benefícios da Atividade Física

O ser humano que nasceu para o movimento conviveu por muito tempo aproveitando-se das vantagens que a atividade física lhe oferecia. Era uma época em que não encontrávamos tantos problemas de saúde, pois nossos corpos estavam sempre em deslocamento e o descanso também contribuía para a recuperação, com ambientes propícios a nos encontrarmos em forma e sempre em condição de um comportamento ativo, capaz de reagir a qualquer necessidade e perigo que normalmente apareciam.

A atividade física faz e sempre fez bem para crianças, adolescentes, adultos e idosos, apresentando benefícios físicos, psicológicos e sociais significativos para seus praticantes, atuando na prevenção de doenças e outros problemas que possam ser adquiridos pela falta ou pela diminuição do movimento. Então a atividade física deve ser apresentada e inserida ainda na fase da infância, para que a criança comece a aprender e se habituar com o movimento tão abundante nesse momento da vida e passe a desfrutar dos efeitos benéficos oferecidos de forma gratuita pela AF, começando bem cedo, ela acostuma com a satisfação provocada pelas brincadeiras, jogos, momentos lúdicos e de lazer e vai transferindo este sentimento para as fases seguintes, podendo se tornar num adolescente, adulto ou idoso saudável e fisicamente ativo.

A criança que pratica AF com frequência é saudável, enriquece seu acervo motor, aprende novas atividades com facilidade, vive muito mais alegre, sempre está disposta, não tem problemas pra dormir, se concentra com

mais facilidade nas tarefas escolares, tem coordenação motora melhorada e ainda conhece seus limites corporais (Arraz, 2018). Esta é a fase que qualquer indivíduo é mais ativo fisicamente, e deve ser explorado como tal nas diversas tarefas do dia a dia, por isso, não se deve deixar que as crianças e adolescentes se afastem da atividade física por qualquer motivo ou razão, devemos sim, criar situações que sejam capazes de estimular que eles aproveitem todas as oportunidades de se movimentar, que sejam muitas e variadas, que consigam descobrir, aprender, escolher e conquistar o interesse e a vontade de continuar praticando pelo maior tempo possível, independentemente da idade e da etapa vida, aproveitando todos os benefícios que a rotina ativa pode oferecer, respeitando as mudanças normais do corpo e seus limites individuais e desfrutando-os durante sua existência.

Para Virgilio (2015), toda criança deve adotar e seguir independentemente da idade um caminho de atividade física para toda a vida, alcançando os seguintes benefícios: controle do peso e da pressão arterial, risco reduzido de doenças cardíaca e alguns cânceres, menores níveis de colesterol, menor risco de diabetes tipo 2, melhor qualidade de vida e bem-estar psicológico, ossos e músculos mais fortes, maior habilidade para a realização das atividades diárias e maior chance de viver mais.

A necessidade de Atividade Física até a adolescência

Toda criança segundo Arraes (2018), tem necessidade de atividade física para construção do seu acervo motor, sendo amplamente desenvolvido da infância à adolescência que é o período mais ativo do ser humano, Gallahue, Ozmun e Goodway, (2013), fazem uma divisão das várias da vida fases e Beck (2018), chama de estágios: na 1ª infância que compreende entre o nascimento e os primeiros 18 meses de vida, basicamente dependem dos movimentos naturais, que o farão deslocar no futuro de diversas maneiras até que ela consiga ficar em pé e andar de forma equilibrada desbravando e conhecendo seus limites para enfrentar e superar os desafios que o mundo venha lhe apresentar, nesta fase a necessidade de deslocamento vai se ampliando e com isso também melhora a qualidade dos movimentos que antes era executados até mesmo de forma involuntária; na 2ª infância que transcorre dos 18 meses ao 6 anos, a criança tem ampla ligação afetiva com a família por passar a maior parte do tempo com seus pais, contudo, começa a desfrutar novos ambientes que quase sempre são espaços que oferecem condições

para se movimentar bastante, onde a criança explora com alegria e satisfação, o movimento agora já é visto de forma bem mais plástica desenvolvido com mais segurança, mas ainda com caráter infantil, nesta fase a criança aceita com certa facilidade conhecer e participar de novos: jogos recreativos e cooperativos, pois ajudam a conviver com seus colegas e promovem satisfação em realizar pequenas atividades; na 3ª infância se encontram entre 7 e 12 anos, já tem condições de reconhecer o que gostam e o que não querem fazer, período adequado para aprender novas habilidades, que se encontram nos jogos competitivos, cooperativos, dança, lutas e esportes, com essa prática variada também é a fase em a criança pode aderir a prática de atividades físicas diferentes, tendo oportunidade de escolha principalmente se as mesmas forem apresentadas na escola, de forma que lhe chame bastante atenção, lhe cause prazer ao realizar, acontecendo dessa forma são raros os que vão demonstrar alguma resistência para não fazer o que estiver sendo proposto; dos 12 aos 14 anos a criança entra no que chamamos de pré-adolescência, muitos conflitos acontecem nesta fase, inclusive as dúvidas do que querem ou não fazer, isso também se observa em relação a AF, pode firmar um pacto de prática constante ou simplesmente querer abandonar de forma permanente, dependendo do estilo de vida que levam ao chegar nesta idade, podem adotar viver de forma ativa ou não, é o início do momento de grandes transformações no corpo que irão durar até o final da Adolescência que se inicia aos 15 e se estende até os 20 anos, é a fase onde cada uma vai definir sua: identidade, personalidade, apresentar suas ideias ao meio social e também se vai continuar adepto ou não da AF.

O adolescente, conforme Nardon e Darido (2017), já tem condições e consciência dos benefícios que a AF pode oferecer para o lazer, o envolvimento social, a paz de espírito e a saúde; sabe também que é o momento para começar a pensar em construir sua vida acadêmica, profissional, familiar, e estas escolhas podem interferir, e muito, no seu estilo ativo ou inativo.

O aumento da atividade física com o crescimento de crianças

A criança como podemos encontrar em várias informações, nos escritos de diversos autores como Virgílio (2015), Seabra (2017) e Arraz (2018), é a parcela da população mais ativa, por estar em crescimento e em constante contato com o movimento, devemos então aproveitar esta fase para ampliar

o máximo possível a prática de atividades físicas, uma vez que a aceitação em fazer algo que lhe cause prazer, e satisfação também é muito grande, e isso pode ser observado nas brincadeiras, jogos e momentos lúdicos ocasionais ou de frequência constante sempre executados com um largo sorriso. Nossas crianças têm a necessidade de ampliação de movimentos, para melhorar: a qualidade das exigências de seus deslocamentos; a coordenação motora exigida nas mais diversas prestezas aprendidas na infância; e para manter um gasto de energia suficiente para equilibrar o consumo de alimentos cada vez mais industrializados que silenciosamente nos trazem grandes problemas para a saúde. Para Arraz (2018), a infância é o estágio em que a criança constrói o alicerce de sua existência; é nesta fase que ela desenvolve o psicológico, as habilidades motoras e descobre e vive suas maiores paixões, realizando com maior aceitação tudo o que lhe é proposto, querendo sempre mais.

Segundo a mesma autora, a criança quando gosta de algo, ela quer mais vezes e essa repetição vai gerar uma frequência, ou seja, vão aumentar o número de dias e o tempo de duração para determinada tarefa, na continuação, isso vai provocar um aumento na intensidade, assim vai ser possível perceber o(a) menino(a), brincando, jogando, pedalando, nadando, muitas vezes todos os dias da semana, com várias horas por dia e com uma exigência física muito maior, o que certamente irá colaborar no equilíbrio energético. A criança que tem uma vida ativa repleta de movimento faz esse cenário virar rotina, querendo estar fazendo sempre; assim, ela leva essa bagagem como feedback para as fases seguintes, por exemplo, a adolescência, que também deve continuar sendo estimulada com a prática de atividades físicas diversas, seja no ambiente familiar, limitado a poucas pessoas de parentesco próximo, ou no meio escolar, onde irá conviver com tantas outras pessoas diferentes.

O que provoca a diminuição da atividade física

Nas cidades, principalmente em suas zonas urbanas, muitos são os motivos para diminuir a prática de AF, de acordo com a OMS (2014), podemos começar falando do desaparecimento dos espaços livres para o lazer, antes abundantes, hoje escassos, aqui citamos a necessidade de construções em espaços que antes ocupavam o campo de futebol, a quadra de vôlei, caminhos onde se podia pedalar, igarapés para banhar e nadar, e serviam para crianças e adolescentes aproveitarem suas horas de ócio com

brincadeiras e jogos e até mesmo para a prática esportiva e com o tempo foram sendo substituídos por prédios para moradias e instituições das mais diversas representações, como escolas, igrejas, hospitais, supermercados e outros. Essa substituição de espaços antes propícios para o lazer e a diversão, passaram a ser ocupados pela habitação desordenada trazendo no seu bojo os problemas urbanos antes desconhecidos como pode ser observado no município de Altamira nos últimos dez anos, com o advento da construção da Usina Hidroelétrica de Belo Monte – UHEBM, apresentou de acordo com Neto (2015), os seguintes acontecimentos: 1 - aumento da população em tempo recorde, no início da construção deste empreendimento de grande porte, a cidade tinha 90.000, passando em pouco tempo para 140.000 habitantes, sobrecarregando os sistemas de saúde, educação e os espaços de lazer que antes já funcionavam de forma carente; 2 - a violência, antes dentro de índices baixos, com o inchaço populacional, explode para nível inaceitáveis, aumentando o medo das pessoas até mesmo de sair de casa; 3 - trânsito veicular pesado, durante o auge da barragem, o tráfego automotor praticamente dobrou nas ruas que já não suportavam os veículos locais; 4 – mudanças de bairros inteiros, as famílias que antes construíram suas histórias de vida as margens de igarapés e rios, tiveram suas residências desapropriadas e passaram a ser reassentadas em novos bairros criados com intuito de abrigar em locais que não oferecessem o perigo de alagamento e 5 - grandes distâncias, provocadas pelos reassentamentos em novos bairros, afastados de tudo que fazia parte da rotina das famílias afetadas. Realidades assim como escreve Braghin e Fernandes (2017), podem associadas ao sedentarismo e à vontade individual de querer ou não ser adepto do movimento, contribuir significativamente para a diminuição da atividade física na vida de

Crianças e adolescentes, apresentando-lhes uma rotina inativa, imprópria para esta etapa da vida.

A diminuição da atividade física na adolescência, por que acontece? É normal?

A adolescência que para muitos autores começa aos 12 e estende-se até os 20 anos de idade, é a fase que o indivíduo passa por grandes transformações no seu corpo, tanto em crescimento quanto em desenvolvimento neuropsicomotor, deixa de ser criança e passa a se preparar para se tornar adulto, causando grandes mudanças físicas num espaço de tempo muito pe-

queno, é normal nesta fase crescer vários centímetros em um ano, essas alterações em muitos casos causam alguns conflitos de aceitação do próprio corpo que agora tomam dimensões de homem e de mulher e em alguns momentos se apresenta desengonçados e em tamanhos desproporcionais, segundo Arraz (2018), podem apresentar maior vulnerabilidade a danos emocionais e físicos, como também constantes mudanças de interesse pessoal por algo, e ainda a alternância significativa de objetivos, ou seja o que hoje para o adolescente é verdade absoluta, amanhã pode não ter significado nenhum.

Além dessas transformações apontadas, de acordo com Seabra (2017), existem outras ocorrências que colaboram para a diminuição da AF na adolescência e acontecem com maior frequência no modo de viver contemporâneo como destaque temos: a) deslocamento auto motorizado, antes era normal uma criança ou adolescente andar a pé, na rua de sua casa, ir para a escola, para a igreja e para brincar em algum local, quando mudava a condução era por uma bicicleta, nos dois casos tinha que percorrer algumas distâncias provocando um gasto energético que lhe fazia suar e promovia satisfação por estar em movimento, muito diferente do que observamos nos nossos dias, sempre tem um transporte para levar ou buscar em qualquer lugar; b) ainda fazendo referência a alguns anos atrás, as crianças e adolescentes tinham que gastar energia em suas brincadeiras, jogos, passeios e práticas esportivas, sempre tinha que se mover e de forma constante, para que de fato pudesse sentir prazer por realizar estas atividades, agora esses mesmos autores convivem e se divertem com equipamentos eletrônicos que também lhe chamam a atenção, por suas cores vibrantes, efeitos sonoros de primeira qualidade e movimentos perfeitos dos personagens dos jogos virtuais, mas que não cobram nenhum movimento do corpo além do dedos propondo o menor gasto calórico possível; c) com o advento dos jogos eletrônicos as crianças passaram a conviver com esses equipamentos cada vez mais novos, diminuindo ou abandonando os deslocamentos mesmo dentro de casa, o que naturalmente contribui para terem também uma adolescência afastada de atividades que proponham o movimento como base para sua vida; d) seguindo os passos de uma vida sem movimento, o adolescente passa a conviver com várias obrigações ao mesmo tempo, tem que fazer cursos, estudar e em alguns caso trabalhar para suprir a necessidade financeira da família, assumindo muitas ocupações com atividades puramente sedentárias que irão lhe ocupar quase todas as horas do dia, sem espaço para a fazer

alguma atividade física; e) a maioria dos adolescentes dos dias atuais, que normalmente apresentam todas as características anteriores também não tem em seus lares o hábito de ajudar nas tarefas domésticas, sempre esperam que alguém faça para ele serviços básicos, corroborando ainda mais para o comportamento sedentário. Com essa realidade, não podemos dizer que é normal que os adolescentes tenham vida sedentária; o normal seria podermos ver esses jovens ampliarem sua prática em AF, gastando energia suficiente para permanecerem saudáveis nas diversas atividades diárias.

Sem atividade física na adolescência, o que será da vida quando adulto?

A escolha por comportamento sedentário na infância e na adolescência pode trazer sérios prejuízos ao indivíduo quando adulto, é comum nesta fase procurar atividades com o menor esforço, baixo consumo energético, associados ao consumo de alimentos ricos em calorias e uso prolongando e em larga escala de equipamentos tecnológicos (tv, vídeo games, celular conectado na internet), causando impacto direto nos níveis de AF, passando a conviver com a preguiça, a falta de companhia real com outras pessoas, uma vez que as conversas são quase sempre virtuais sem o contato direto, o que provoca um isolamento social, quase sempre está só e em local fechado (Dias, Loch & Ronque, 2015).

Essa realidade tão normal para nossos dias traz no seu bojo o aparecimento de problemas de saúde, que vão chegando de forma silenciosa, lenta, mas se ampliam no organismo com efeitos devastadores, podendo diminuir consideravelmente a expectativa de vida do indivíduo acometido por doenças metabólicas como obesidade, diabetes, hipertensão, podendo passar a fazer parte da vida dos adolescentes ainda em idades bem jovens.

De acordo com a OMS (2018), mais de 80% da população adolescente do mundo é considerada insuficientemente ativa, a realidade brasileira, não difere muito, dados da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS), realizada com escolares na faixa etária entre 13 a 17 anos, 60,8% foi considerado insuficientemente ativos (Brasil, 2015), são resultados preocupantes em relação a saúde desta parte da população que serão em breve adultos, isso mostra o quanto os jovens estão despreocupados ou desenformados em relação ao estilo de vida que devem tomar para evitar se tornar uma vítima do sedentarismo. O adolescente fisicamente inativo deve ter a consciência de que, se ele insistir

nesse comportamento de conforto puro, sem esforço, sem gasto de energia, em breve não terá aptidão física sequer para realizar as tarefas básicas para sua existência e poderá passar a conviver com frequentes visitas aos postos de saúde e hospitais, buscando remédios para aliviar os problemas adquiridos pela falta de atividade física constante.

Para Seabra (2017), a inatividade física de crianças e adolescentes é um grave problema de Saúde Pública, mas para começar a resolver tal problema, deve partir primeiramente da iniciativa e da vontade em querer mudar o estilo de vida, buscando apoio da família, incentivos dos colegas da mesma faixa etária, optar em trocar as atividades que promove conforto e principalmente buscar atividades físicas aeróbicas de moderada intensidade para começar e criar uma frequência regular desta prática, com a ajuda de um profissional de Educação Física para planejar as atividades a serem desenvolvida e acompanhar a progressão do adolescente.

Educação Física no Ensino Médio e a Atividade Física

A Educação Física Escolar (EFE), do Ensino Médio (EM) no Brasil é para a grande maioria dos adolescentes, o último período de contato com atividade física acompanhada por um profissional, que tem a preocupação em preparar aulas que atendam os anseios dos alunos, dura 3 anos e é considerado como fase de aperfeiçoamento do que aprendeu no ensino fundamental, mas é comum vários alunos chegarem neste nível de ensino conhecendo ou sabendo quase nada dos conteúdos que foram desenvolvidos nos anos anteriores, obrigando o professor a ter que ensinar a base para aqueles que não trazem bagagem suficiente para acompanhar os que tem mais domínios das habilidades de atividade como: dança, lutas, atletismo, ginástica e modalidades esportiva.

Essa necessidade de ensinar os conteúdos do ensino fundamental torna-se, segundo Nardon e Darido (2017), uma repetição do que já foi visto nos anos anteriores e, como consequência, pode provocar o afastamento dos alunos sem muita habilidade e, de alguma forma, favorecer os que dominam, aqueles que apresentam um certo talento para a prática, pois terão mais oportunidades de aproveitar melhor as aulas. Esse fato acontece com mais regularidade com os alunos de 1º ano, pois eles, geralmente mudam de escola ao terminar o ensino fundamental, apresentando-se ao novo professor

com estas deficiências de aprendizagem, difícil de ser resgatadas mas que pode ser superada com a vontade do aluno em participar das aulas e do professor em fazer um plano para atingir as expectativas que se esperam desses adolescente ao chegarem no EM.

Esse não é o único problema que encontramos em relação à educação física no EM, temos uma competição muito grande com atividades ligadas as outras disciplinas do currículo, principalmente quando os alunos chegam ao terceiro ano e precisam se preparar para os vestibulares, no caso do Brasil, o Exame Nacional do Ensino Médio(ENEM), que vai gerar a nota para os adolescentes escolherem sua profissão e ingressarem nas universidades.

A Educação Física não é cobrada neste exame, causando, segundo Nista-Piccolo e Moreira (2012b), um desinteresse em participar de algo que, para o aluno, não terá nenhum peso na hora de decidir o que vai fazer de sua vida no momento de escolher sua profissão. Ainda segundo os mesmos autores, é possível que os alunos, ao chegarem ao EM, já tenham criado preconceitos em relação às aulas de EF e à forma como elas são desenvolvidas nas escolas, por terem vivido experiências negativas em determinado momento do ensino fundamental, passando a achar enfadonho e sem nenhum significado fazer tais atividades. Além dessas situações, devemos levar em conta também os tópicos tratados a seguir, que trazem uma compreensão a respeito dos diversos obstáculos da educação física.

Número de aulas semanais

Por se tratar da Educação Física Escolar, a disciplina que tem a missão de estimular a prática de atividades físicas, principalmente enquanto os adolescentes permanecem com vínculo escolar, possui uma carga horária insuficiente para alcançar tal objetivo, são apenas 80 horas por ano, o que corresponde a duas aulas semanais que duram em torno de 45 e 50 minutos e em muitas escolas são ministradas no mesmo dia, somando um total de 90 a 100 minutos, ou seja o aluno neste caso vem apenas uma vez a escola para participar da EF, ficando uma hora e meia seguida, contrariando a orientação da OMS (2014), que prevê pelo menos 60 minutos de AF diárias para adolescentes. É um formato discutível e cansativo, pois nem todos têm a mesma aptidão para conseguir realizar algumas tarefas por muito tempo, aqueles que se cansam logo vão saindo e ficando de fora do restante da aula, ocupados na grande maioria das vezes com o celular em jogos eletrônicos

ou conversas em redes sociais, deixando de lado o conteúdo que está sendo trabalhado pelo professor.

Tendo apenas uma aula por semana, o que é ensinado neste dia, provavelmente será esquecido ou não será assimilado completamente pelos adolescentes para a próxima oportunidade de encontro com professor e colegas, o aconselhável em relação a AF é que fosse oferecido pelo menos três sessões por semana, gerando no adolescente uma sensação de continuidade, onde o mesmo possa perceber que está melhorando seu desempenho de aula pra outra, essa quebra de atividade física por uma semana, pode causar o desinteresse em continuar participando, uma vez que sempre estará começando do zero ou muito perto disso a nova sessão de EF escolar, principalmente para aqueles que tem menos habilidades e não são muito adeptos da atividade física, (Autores, 2009).

Aulas de Educação Física no contraturno

No Brasil muitas escolas, por causa da carga horária maior de algumas disciplinas, como Matemática, Língua Portuguesa e outras, que ocupam em alguns casos até o sétimo tempo do turno, não sobrando espaço para a EF, adotam então o modelo de aulas no período contrário aos outros componentes curriculares, criando assim problemas aos alunos do EM, inicialmente pela necessidade de voltar para escola somente para participar da aula de educação física, para Nista- Piccolo e Moreira (2012b), causa dificuldade para o professor estimular os alunos para a prática de atividades físicas, os adolescente vivem com interesses voltados para a internet e os bate papos em redes sociais e precisam ocupar várias horas do dia para este tipo de finalidade eletrônica além disso, os jovens moram longe da escola, gerando um custo para a família levar e buscar seu filho para a escola já para Nardon e Darido (2017), o fato das aulas acontecerem no contraturno, obriga a EF disputar espaços com programações extracurriculares que os alunos exercem fora da escola, buscando formação principalmente cursinhos de preparação para os processos seletivos que os levaram as universidades.

Atividades propostas e oferecidas durante os anos de curso no Ensino Médio

Quando o adolescente chega no EM, ele(a) já tem uma história escolar de nove anos em média, já construiu uma bagagem educacional em todas

as disciplinas, tendo condições de escolher o que gosta e quer fazer, sai de uma fase de construção de base para o estágio de aperfeiçoamento de habilidades, valorizando as disciplinas que mais se identifica, de acordo com Barroso e Júnior (2017), se a EF foi ministrada de forma agradável, rica na variedade de atividades físicas, certamente gerou conhecimento para praticar de forma consciente e segura as modalidades vivenciadas ao longo do Ensino Fundamental, gerando uma expectativa de poder fazer melhor, o que antes desenvolvia com certa técnica, agora terá a oportunidade de aprimorar detalhes executando com mais qualidade.

O professor de EF do EM espera que os alunos tenham conhecido e vivenciado diversas e variadas atividades e que tenha construído experiências suficientes para acompanhar sem atraso as aulas do novo nível de ensino, também deve continuar oferecendo variedade em suas aulas, uma vez que as expectativas dos adolescentes que gostam de EF é praticar cada vez mais, pois muitos deles tem a consciência de estarem vivendo os últimos anos de suas vidas com atividade física regular acompanhada por um profissional da área e provavelmente não terão vida ativa fisicamente fora da escola. Mas o professor não vai ter em suas aulas somente os alunos que gostam e se identificam, por isso terá que planejar aulas capazes de não deixar ninguém de fora em nenhum momento, mostrando aos adolescentes que todos são importantes, dominando ou não os gestos técnicos dessa ou daquela modalidade.

O professor deve conhecer seus escolares e saber que cada um tem talento diferente, então deve aproveitar essa diferença individual e tornar o adolescente, segundo Barroso e Júnior (2017), em aluno praticante que tenha vivência regular de várias atividades físicas e não mero espectador que apenas assiste, mas não participa efetivamente.

No ponto de vista de Braghin e Fernandes (2017), as atividades que são propostas no ensino médio não diferem tanto das que eram oferecidas no ensino fundamental, no Brasil, é muito comum convivemos com modalidades esportivas, lutas, ginástica, atletismo, danças em alguns casos, com aulas teóricas e práticas na educação física escolar, dependendo na grande maioria das vezes da vontade do professor em realizar esta ou aquela atividade e também das condições que a escola oferece para esta disciplina, que na realidade brasileira nem sempre as melhores, principalmente na educação pública.

A Prática Esportiva no Ensino Médio

O esporte é uma das molas mestras da educação física. A grande maioria dos professores é adepta do estilo desportista e leva para suas aulas os princípios e fundamentos das modalidades que dominam, ensinando aos alunos, para que, de acordo com Alves U. S. (2014), aprendam a ter gosto, pratiquem com prazer e se envolvam cada vez mais com este tipo de atividade. Na escola as crianças começam a ter contato com o esporte ainda no início do Ensino Fundamental, e por estarem na fase mais ativa fisicamente da vida, muitas delas vão se identificar com várias modalidades, claro que isso depende da variedade que o professor oferece nas suas aulas de EF, quanto mais rica for a base de formação esportiva na infância, mais fácil será para o adolescente criar e manter um vínculo com a prática esportiva e ingressar no EM com vontade de continuar elevando o amor pela atividade física.

A escola, através da EF, abre as portas para a prática esportiva em seus espaços e horários, e isso é importante, pois o esporte é, sem dúvida, um dos grandes contribuintes para a manutenção de uma vida ativa nas várias fases da vida humana. Mas temos que tomar cuidado com quais efeitos o esporte vai provocar, pois existem dimensões diferentes desse forte componente das aulas de educação física. Podemos apresentar para os alunos o esporte “na” e “da” escola, que de acordo Alves U. S. (2014), possuem características e objetivos distintos, no primeiro, estaremos oferecendo o esporte na sua essência de competição, onde se cumpre regras definidas por confederações nacionais e internacionais e tem como alvo o rendimento que ofereça a vitória, aproveitando somente os que apresentam talento esportivos para esta ou aquela modalidade, deixando de lado os que querem praticar apenas por prazer; no segundo, temos o esporte adaptável, que permite mudar regras, criar novos espaços, jogar com mais ou menos componentes na equipe, todos possam participar sem ter a necessidade de ganhar sempre, tendo as mesmas chances e não dependa das condições físicas e motoras dos alunos, ou seja todos os participantes devem ter igualdade de condições para realizar as atividades.

O esporte é elemento fundamental da EFE, através dele os adolescentes podem aprender a conviver em grupos, acatar regras, ser disciplinado, conhecer seus limites e viver o espírito coletivo, todas essas características são as esperadas e entendidas como formação cidadã, que para Barroso e Júnior (2017), deve ser reflexiva, crítica e criativa, trabalhado no processo de

educação básica encontrado e desenvolvido na escola, espaço que promove múltiplas aprendizagem para preparar os jovens para a vida, principalmente no Ensino Médio, última etapa da formação de base.

A cobrança de equipamentos para as aulas

A educação física escolar para ser bem ministrada, depende de espaços, equipamentos e materiais adequados, que ofereçam condições ao professor em diversificar o atendimento dos alunos com atividades variadas e com quantidade suficiente para todos, evitando que fiquem na aula sem ou pouco participar e possa aproveitar todos os momentos com satisfação. A realidade encontrada nas escolas brasileiras difere, e muito, da condição ideal para o professor atender com qualidade os alunos em todas as aulas. Existem unidades escolares que são modelos e oferecem espaços com infraestrutura invejável, equipamentos modernos em bom estado de conservação e materiais de 1ª linha, em quantidade e variedade suficientes, para que o docente possa ensinar e os alunos aprenderem com mais facilidade. Essas escolas padrão são poucas e atendem a menor parte da população, geralmente as pessoas de melhor poder aquisitivo.

O que se observa na maioria das escolas públicas e particulares em relação à educação física conforme discorrem Braghin e Fernandes(2017) e Carvalho e Ditomaso (2017), pode ser enumerado assim: a) Falta de sala específica para EF, o professor não tem a disponibilidade de um local onde possa realizar aulas teóricas, avaliações físicas e reuniões, tendo que disputar com as outras disciplinas o momento que estes ambientes estejam desocupados para fazer uso; b) os espaços destinados a aulas de EF, geralmente são os que sobraram no projeto de construção, pequenos, com paredes e colunas muito próximas, áreas livres e dimensões das modalidades reduzidas, sem condições de atender um número maior de alunos, impossibilitando ao professor desenvolver algumas atividades que exigem deslocamentos mais vigorosos e velozes; c) as quadras além de não possuírem as dimensões máximas previstas pelas modalidades esportivas, em muitas escolas ainda são descobertas, o que torna humanamente impossível ministrar aulas em alguns horários do final da manhã e início da tarde, além de ficar inviável quando as chuvas se apresentam;

d) o material pedagógico, nem sempre é oferecido ao professor o suporte básico para as aulas de educação física, não é difícil encontrar escolas

que possuem quase nada e quando tem alguma coisa, se encontra no final da vida útil, obrigando ao professor em alguns casos utilizar material alternativo, comprar ou solicitar que os alunos levem para aulas bolas e outros objetos necessários ao desenvolvimento das atividades previstas. De acordo com os mesmos autores, A realidade das escolas no que tange a espaços físicos, e materiais para EF, dificultam que os professores possam preparar aulas inovadoras, forçando-os a uma prática com rotina muitas vezes sem condições de ampliar as escolhas dos alunos, e as vezes o professor é tachado de incompetente, mesmo sem ter culpa.

A presença das meninas nas aulas

No EM diferente dos meninos, que a maioria gosta de atividades físicas, principalmente dentro da escola e nas aulas de educação física, nas modalidades esportivas, individuais ou coletivas são mais competitivos, participativos e sentem mais necessidade de estarem ativos. As meninas de acordo com Silva J. C. (2018), têm um comportamento diferente dos meninos em relação à atividade física e à EF escolar, necessitam de uma compreensão muito maior por parte do professor, elas quase sempre não têm predisposição para ir à escola, fazer as atividades planejadas, não gostam de suar, querendo ficar de fora principalmente nas atividades que exigem mais esforço físico, falta de afinidade com algumas modalidades esportivas, principalmente pelo contato físico e até mesmo aversão com uso de uniformes, provocando em muitos casos uma evasão nas aulas, obrigando o professor em alguns casos juntar turmas para que possa ter quórum e desenvolver atividades.

Procurando atenuar estes problemas e evitar conflitos dessa natureza, algumas escolas e com apoio dos professores, oferecem a disciplina educação física separada por gênero, ou seja para eles e elas em momentos distintos, pois observam a necessidade de respeitar a individualidade feminina, esse procedimento pode trazer vantagens em relação às aulas mistas, elas tem o tempo todo para si, podem participar em igualdade de condições e dependendo do planejamento fazer atividades diferentes, pois nas aulas sem distinção de sexo, os meninos se apossam do seu maior gosto pela atividade física, para poderem ser tornar donos do horário.

No entanto, traz desvantagens, pois os meninos e meninas vão viver juntos na sociedade fora da escola, precisam aprender a conviver respeitando as diferenças, o período que dura o EM deve auxiliar no aprendizado de

convivência. Mesmo com aulas oferecidas de forma separada, não é difícil termos participação negativa por parte das meninas.

O gênero e aceitação das aulas de Educação Física

Historicamente num pensamento machista que perdura mesmo no século XXI, a mulher nasceu para fazer coisas que estejam voltadas a cuidar do lar e para procriação, consideradas por Silva J. C. (2018), como papel secundário, assim ainda hoje temos muitas famílias que mesmo jovens, aprenderam dessa forma e ainda pregam estes princípios para suas filhas no seu processo de educação, ensinando a elas que não devem se envolver com brincadeira de meninos, isso causa uma confusão na cabeça da criança, pois pra ela não existe tal separação, se ela consegue ter prazer em jogar bola, o que importa é a satisfação que isso provoca e lhe dá o direito de querer fazer de novo, o que não é compreendido pelos pais, que de forma negativa optam por mostrar que a menina não deve insistir nessa pratica, estimulando opções diferentes, onde a bola e outros objetos considerados como coisas de homem, some do repertorio das brincadeiras femininas.

Com uma vivência preconceituosa na família as meninas já chegam na escola trazendo uma bagagem negativa em relação a EF, se o professor não souber promover atividades que possam chamar a atenção e despertar o interesse pela prática de atividades físicas no ensino fundamental, que é fase de grande aceitação e aderência a AF, o desinteresse vai se ampliar quando ingressar no Ensino Médio, principalmente se as aulas forem em turmas mistas, segundo Filho *et al*, (2016), as moças passam por constrangimentos, por não possuírem as mesmas condições atléticas dos rapazes, se machucam com facilidade por conta do contato físico, muitas não tem domínios dos princípios e fundamentos esportivos, que geralmente são explorados nas aulas, afirmam que não gostam de participar das aulas, apresentam resistências para fazer as tarefas previstas e acham-se no direito de ficar de fora por se considerarem frágeis.

Como o professor tem que atender de forma equitativa tanto os meninos quanto as meninas, sejam em turmas separadas ou mistas, com esportes ou outras atividades, na quadra ou em outros espaços, de forma teoria ou pratica, deve ter a consciência que precisa diversificar o conhecimento dos alunos e alunas em relação a atividade física, pois com a variedade de práticas, pode alcançar mais adeptos, ao planejar suas aulas deve levar em

consideração essas diferenças, e propor atividade que todos sejam capazes de executar dentro de seus limites, e que não deixe espaços para preconceito e discriminação por menino ou menina, afinal todos precisam aprender a conviver juntos independente do gênero e de acordo Silva J. C. (2018), sinta prazer em participar da educação física escolar.

A ausência dos alunos nas aulas de EF, o que provoca?

No ensino fundamental menor e no início do maior as crianças ficam felizes quando chega o dia ou a hora de ir para educação física, essas aulas lhes promove prazer e satisfação, pois sairão da sala convencional para estarem em espaço maior, aberto onde os mesmos não precisam ficar sentados o tempo todo, podendo gritar, pular, vibrar, correr, e as vezes é incentivado a fazer tudo isso pelo professor, nessa fase a vontade em querer fazer atividade física é muito grande, tendo como quase negativo o número dos que ficam de fora ou não participam das aulas. Os professores que trabalham com aulas de EF no Ensino Fundamental e Médio, de acordo com Nardon e Darido (2017), percebem a grande diferença em relação a participação dos alunos nesses dois níveis de ensino da educação básica, significativamente positiva no primeiro e um afastamento em grande e crescente escala no segundo.

Ao chegar no EM o adolescente encontra uma realidade diferente da que ele estava acostumado a ter no ensino fundamental, passa a conviver com novas obrigações, novas perspectivas e a criar sonhos de que rumo vai dar para sua vida em relação a profissão que vai escolher, além de ser a fase em que sofrem grandes mudanças no corpo, está deixando de ser criança e começa a se preparar para sua existência adulta, na escola esta fase de transição lhe apresenta a oportunidade de convívio social com indivíduos da mesma faixa etária, o que eventual facilita a progressão para a solução dos conflitos que venha acontecer.

Várias disciplinas formam o desenho curricular do que o aluno deve aprender para se tornar segundo Nista-Piccolo e Moreira (2012b), um cidadão autônomo, e a EF faz parte desses elementos de formação, no entanto apresenta desvantagens em relação aos outros componentes, não é cobrada nos exames vestibulares, causando uma grande desvalorização por parte dos alunos, e mesmo sendo obrigatória segundo a Lei 10328/2001, que altera o texto da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Brasileira - LDB 9394/96, como descrevem Nardon e Darido (2017), abre brechas para que ela já co-

mece sendo facultativa para algumas situações que levam a dispensa das aulas do(a) aluno(a), como: tenha prole, seja maior de trinta anos, esteja prestando o serviço militar, represente equipes esportivas de sua cidade, trabalho, tenha atestado médico e para os cursos noturnos. Na realidade das escolas brasileiras, muitos são os problemas que contribuem para os alunos deixarem de fazer as aulas de educação física.

Além do exposto acima, ainda convivemos com os cursinhos pré-vestibulares, aulas de balé, cursos de inglês, estágios remunerados, participação em escolinhas de modalidades esportivas, além de outros interesses individuais, em que, por participarem dessas atividades, os alunos querem ser dispensados da EFE. Essa competição causa uma disputa por discentes que queiram e gostem de participar das atividades físicas desenvolvidas pelo professor, mas provoca um esvaziamento das turmas, quando, na verdade, segundo Oliveira e Costa (2016), os adolescentes deveriam aproveitar os últimos anos do EM para praticar ao máximo nas aulas de Educação Física, que, para muitos, também serão o último contato com esse tipo de atividade.

O Que fazer para Continuar Praticando Atividade Física por Toda a Vida?

Para responder a essa pergunta que não quer calar, precisamos entender qual o estilo de vida que as crianças e os adolescentes tiveram em sua base de formação, em relação à prática de atividades físicas e suas vivências motoras, pois é nessa fase que eles vão aprender a gostar ou não de movimentar-se. Partindo do princípio de que a criança adora aquilo que lhe promove alegria, satisfação e prazer, de acordo com Virgílio (2015), naturalmente seguem hábitos, gostam de se movimentar e se divertem nas brincadeiras ativas; precisam apenas de um ambiente positivo em relação à atividade física. A escola por ser o espaço de interação social onde a criança vai passar grande parte de sua vida, aprendendo a se tornar um cidadão independente quando adulto, apresenta requisitos para ser esse ambiente rico em movimento, tem a presença dos professores das várias disciplinas necessárias para a formação, com destaque especial para o profissional de EF, que tem a tarefa de oferecer um leque de atividades para enriquecer e ampliar o máximo possível o acervo motor dos alunos.

No espaço escolar, o professor de EF tem a condição de estimular a prática de atividade física para várias idades, das crianças que se encontram

no início do ensino fundamental e que estão na fase de maior apego ao movimento, até os adolescentes concluintes do EM, que já têm condições de optar por fazer o que gostam ou deixar de fazer algo com que não simpatizam. É missão do professor promover ao aluno em grande quantidade atividades que desperte o interesse em querer praticar sempre e como afirma Virgílio (2015), deve ser capaz de: conhecer muito bem o que está ensinando, e transmitir de forma que a criança ou adolescente saiba e compreenda porque está fazendo determinada atividade; respeitar os limites e as diferenças de cada um, nem todos vão executar determinada tarefa da mesma forma, cada um tem o seu jeito próprio pra fazer algo; promover atividades físicas divertidas, quando o aluno se diverte, vai querer repetir e isso lhe provoca um estímulo para realizar com segurança cada nova etapa da tarefa; escolher espaço seguro para realizar as tarefas desafiadoras, assim o aluno vai ampliar sua coragem em executar o que lhe está sendo exigido; oferecer a condição de repetir várias vezes a atividade, pois quanto mais se pratica mais se amplia o gosto em fazer algo; apresentar variedade de movimentos e de modalidades, sejam elas esportivas ou não, ninguém gosta de fazer sempre a mesma coisa, sempre queremos conhecer algo novo, e a variação de atividades abre a possibilidade e a chance da escolha por aquilo que o aluno mais gosta; compreender que seu papel, sua motivação, sua presença, sua prática, sua atitude profissional, seu compromisso com as aulas e com os alunos pode despertar o interesse e a confiança das crianças e adolescentes em querer se tornar adepto da prática de atividades físicas dentro, fora da escola e por toda a vida; demonstrar o desenvolvimento das atividades, quando vemos alguém fazendo algo, criamos uma memória de como devemos executar e eliminamos possíveis erros; e traçar metas reais e progressivas para os alunos alcançarem dentro de cada atividade prevista, ampliando o grau de dificuldade para tarefas futuras.

O professor, como aponta Alves U. S. (2014), tem que lembrar também que todos os alunos devem participar de suas aulas, então deve planejar atividades que atendam as condições dos que apresentam alguma dificuldade para aprender e dos que executam com facilidade qualquer tarefa proposta, não podendo deixar que ninguém fique de fora, a final na escola temos o objetivo de interação e não de exclusão.

A participação nas aulas de educação Física

A presença de crianças e adolescentes nas aulas de EF é necessária desde os anos iniciais de ingresso na escola, até os últimos anos do EM e o professor tem que promover vivências diferenciadas que incentivem os alunos a começar construir um estilo vida ativo. Para ter a participação frequente e constante dos alunos, o docente de acordo com Nista-Piccolo e Moreira (2012a), deve assumir uma postura de facilitador de aprendizado, mediando o conhecimento a ser ensinado. Deve ser o responsável diante de sua realidade escolar, escolher e definir os conteúdos a serem desenvolvidos, planejar atividades coerentes com a idade e as diferenças individuais de cada série e nível de ensino, elaborar horários que sejam capazes de atender a todos, oferecer condições para que as aulas aconteçam com materiais e espaços adequados para cada tarefa.

Todo professor preocupado com o desenvolvimento e crescimento dos alunos, seguramente gosta de ter suas aulas lotadas, onde todos participem com prazer e satisfação, e para que isso aconteça, ocupa várias horas definindo o que, para quem, quando e como vai ser ensinado, prevendo atividades que sejam capazes de preencher as expectativas das crianças e adolescentes atendidas diariamente.

No EM, além da preocupação pedagógica, o professor deve entender que os alunos dessa faixa etária já conhecem e têm vivência com grande parte dos conteúdos ministrados nas aulas de EF, tendo afinidade em praticar com maior ou menor prazer determinadas atividades, por isso, têm condições de discutir e sugerir o que querem fazer. Não estamos dizendo aqui que o professor deve fazer só o que os alunos querem, e sim apontando como discorre Nista-Piccolo e Moreira (2012b), que é possível ser utilizado um processo democrático de sugestões e escolhas, onde ambas as partes sejam contempladas e atendidas, e cada uma compreenda quem é quem no processo de ensino aprendizagem, sem deixar espaços para confusão de identidade, ou seja, aluno busca aprender e o professor media o que deve ser ensinado.

Para que aconteça esse formato de mão dupla, é necessário que o professor: ensine uma variedade significativa de atividades, abrindo possibilidades de escolha por algo que realmente seja importante praticar; conheça muito bem os alunos e os limites de cada um, para saber intervir se porventura exagerarem em algo; tenha vivência muito próxima do linguajar e das atitudes dos adolescente, para ser compreendido em possíveis momentos

de repreensão e chamada de atenção; ter o respeito dos alunos como profissional comprometido com a disciplina que ministra; e ter a confiança dos discentes nas atitudes e decisões que eventualmente são tomadas para que as aulas não percam sua essência.

No EM, onde a participação nas aulas de EF diminui significativamente por vários motivos, de acordo com os escritos de Nista-Piccolo e Moreira (2012b), o professor, além da tarefa de educador, deve, com sua prática docente, conquistar e motivar os alunos a participar das atividades previstas e, pra isso, precisa aproximar os interesses dos discentes ao assunto que será trabalhado. Para os mesmos autores, o atendimento nas aulas de EF e o bom senso do professor em permutar o que vai ser praticado, onde o aluno se sinta parte importante do processo de ensino-aprendizagem, farão com que o mesmo tenha mais interesse e amplie o significado de sua participação nas atividades, aumentando a aderência a um estilo de vida mais ativo.

O conhecimento das atividades do conteúdo escolar

O professor de EF do EM espera receber alunos, vindos do Ensino Fundamental, que tenham uma ampla vivência de atividades físicas e possuam experiências suficientes para dar continuidade ao conhecimento ampliado do que deve ser ensinado no novo modo de ensino. Diante disso, o professor deve definir o que vai ser ensinado levando em consideração a importância de cada conteúdo e o quanto pode aproveitar do que o aluno aprendeu nos anos anteriores.

Assim, de acordo com Guimarães e Lagoeiro (2017), é preciso apontar, levantar e propor um bloco de conhecimentos que deva ser explorado e ensinado nas aulas de EF do EM. Enumeramos os seguintes conteúdos, justificando por que devem ser usados: a) jogo, conforme os autores a cima provoca a interação entre os alunos, favorece o crescimento do trabalho coletivo, promove o crescimento cooperativo, ensina a criar e respeitar regras, além de proporcionar o aspecto lúdico que leva os jogadores a se divertir nas atividades que estão sendo desenvolvidas; b) esporte, provavelmente é um componente básico das aulas de EF em vários lugares do mundo e tem grande aceitação pelos alunos, para Barroso e Júnior (2017), neste conteúdo o aluno conhece a competição, suas modalidades coletivas (basquetebol, voleibol, futsal, handebol, no Brasil conhecidas como quarteto fantástico e outras) ou individuais (provas de atletismo, tênis, natação, etc.), aprende a

conviver com a vitória e a derrota, resultados extremos mas necessários para a vida do aluno fora dos muros da escola, adquire e aprende a respeitar o conceito de adversário momentâneo em relação aos integrantes de outras equipes, possibilidade de praticar modalidades em diferentes ambientes; c) praticas corporais de aventura, para Franco (2017), são atividades que promovem prazer e aliam um estilo de vida fora do comum, integrando o homem a ambientes que provocam desafios a serem vencidos e geralmente são desenvolvidos em contato com a natureza, são atividade novas ao contexto escolar, mas propícias para atender o espírito de aventura e superação de limites dos adolescentes; d) lutas, também pode ser considerado como esporte, onde tem que vencer um oponente, o praticante aprende a ser disciplinado, capaz de controlar suas reações, e sabe conviver com a diferença entre brigar e lutar, de acordo com Rufino L. G. (2017), temos que observar e direcionar o sentido que devemos dar ao termo lutar, pois os adolescentes do EM, se encontram numa fase de profundas transformações e no processo de ensino aprendizagem deve ter a noção exata do porquê e para que lutar; e) dança, expressão corporal que manifesta sentimentos e emoções e para Diniz, Lucke, Germano e Darido (2017), na EF é pouco valorizada, sendo utilizada apenas em festas e comemorações e encontra resistência por vergonha e preconceito dos alunos; e f) ginástica, associada a força, agilidade e potência e leva em consideração movimentos como: correr, saltar, arremessar e lançar, movimentos básicos para a grande maioria das aulas de Educação Física, no entanto como discorre Carvalho e Ditomaso (2017), o professor diante dos problemas encontrados nas escolas não consegue desenvolver a ginastica propriamente dita em suas aulas.

Com o conhecimento de várias atividades encaminhadas e desenvolvidas nas aulas de EF, conforme Nista-Piccolo e Moreira (2012b), propostas pelo professor como desafios e situações-problema para os alunos buscarem soluções, pode estimular o aprendizado e tornar a prática de atividades físicas tão duradoura que, ao terminar o ensino médio, os adolescentes possam escolher e optar por continuar praticando fora dos muros da escola.

Ser ativo fisicamente é o caminho para longevidade em vários aspectos da vida

A atividade física não é um objeto que compramos no supermercado no momento que falta em nossas casas e sim uma necessidade básica para

construirmos uma existência com qualidade de vida que se encaixe ao estilo que cada um de nós escolhe para viver.

Quando crianças, todos nascemos predispostos a aprender o que nos é apresentado como proposta de vida e a escolha por este ou aquele estilo vai depender basicamente da vivência a que o indivíduo teve acesso principalmente na infância, pois, de acordo com Oliveira e Bordignon (2018), os hábitos adquiridos quando crianças são transferidos para a vida adulta, sendo eles bons ou maus. Segundo os mesmos autores, em relação à atividade física é importante que seja apresentada o mais cedo possível a criança uma rica e variada opção de movimentos para que a mesma tome o gosto em fazer mesmo quando está brincando sozinha e que seja estimulada a ser praticada por toda a juventude, em qualquer horário e ambiente, mas principalmente no espaço escolar onde passam grande parte do seu tempo.

Em se tratando do espaço escolar, Oliveira e Bordignon (2018), apontam que é onde a criança e adolescente convive com variados e ricos meios de aprendizado, este ambiente pode colaborar para escolha de ser ou não fisicamente ativo, não estamos aqui dizendo que é obrigação da escola definir o estilo de vida de ninguém, mas que deve oferecer condições para que essa escolha seja feita, pelo que se oferece em seus conteúdos e rotinas, que destaca o convívio social de diferentes pensamentos, objetivos e encaminhamentos, justamente por esta convivendo com crianças e adolescentes em plena fase de desenvolvimento que propõe uma série de conflitos e transições que devem ser compreendidas e respeitadas. Neste contexto, várias são as exigências de aprendizagem, abordadas em diferentes disciplinas, e a EF faz parte desse leque de atividades que os alunos tanto gostam e sentem prazer em fazer na infância, mas que dependem exclusivamente de como é ministrada para conquistar a aceitação e a vontade de querer continuar praticando nas fases seguintes da vida.

Já discorreremos em outro momento que, para Virgílio (2015), a infância é a fase mais ativa da vida das pessoas; elas fazem tudo com o maior gosto e satisfação; basta ser oferecida a oportunidade, pois o movimento é a base de tudo o que vão fazer; a predisposição está em alta, seja brincando ou não. Então, aproveitando esse voluntariado por parte desse jovem cidadão, que os professores de EF vão encontrar e conviver dentro do espaço escolar por longos anos, sob sua égide, e fazendo o que foi previsto em seus planos da disciplina de educação física escolar. É importante, como afirmam Oliveira e Bordignon (2018), lembrar que devem ser preparadas aulas onde os alu-

nos comecem a identificar desde muito cedo os objetivos e a importância de serem fisicamente ativos, bem como descrever e reconhecer os benefícios desta prática na infância e adolescência e adotar um estilo de vida saudável quando adultos. Para os mesmos autores, os professores devem buscar cada vez mais qualidade nas aulas para sempre melhorar o ambiente dos educandos e conseguir cada vez mais adeptos da atividade física.

O gosto e afinidade com o gasto de energia para equilibrar o consumo de alimentos

O estilo de vida que se adota, reflete na saúde de cada pessoa a medida que o tempo vai passando, de acordo com Oliveira e Bordignon (2018), o hábito que se criou na infância e na adolescência, fases de constantes modificações, físicas, psíquicas e valores sociais, que certamente vai interferir e encaminhar a vida adulta para uma rotina repleta de movimento ou não, vai depender do histórico de cada indivíduo, quem convive com muito ação quando criança, provavelmente poderá continuar sendo ativo nas outras fases seguintes. O difícil no mundo de hoje é encontrar crianças que tenham uma realidade onde o movimento encontre espaço para acontecer e se ampliar no ambiente familiar e também no espaço escolar, uma vez que como descreve Gomes (2015), existe registro de um aumento significativo na adoção de uma vida sedentária, entre as crianças e adolescentes que são induzidas ao mundo virtual de uma tela e suas atividades se resumem a jogos eletrônicos com o menor gasto energético possível, hábitos prejudiciais à saúde, que reduzem o nível de humor, aumentam o stress e apresentam prejuízos fisiológicos.

Para o mesmo autor, esse estilo de vida, em que imperam a facilidade de realizar tarefas sem esforço e a escassez de movimento, promove o aumento no consumo de alimentos, o que vai interferir no controle do peso corporal e, conseqüentemente, em problemas de saúde. Essa realidade de problemas de saúde, pode ser destacada pelo aparecimento da obesidade como escreve Silva e Bezerra (2017), é uma doença que surge a qualquer momento e a qualquer fase da vida, e pode ser a porta de entrada para outras enfermidades como hipertensão arterial, diabetes, doenças cardiovasculares e diversos outros agravos, é muito encontrada já no meio familiar, com prevalência na infância e adolescência, pela falta de controle que as famílias deixam de fazer nos alimentos que a criança come, nas atividades que ela desenvolve em seu tempo livre que na maioria dos casos são atitudes sedentárias.

O exercício e as atividades físicas são fundamentais na vida de crianças e adolescentes, pois, de acordo com Freitas *et al.* (2016) e Oliveira e Bordinon (2018), melhoram o perfil antropométrico, diminuem a possibilidade de doenças relacionadas à obesidade, reduzem o IMC e os níveis de pressão arterial e melhoram o fator de socialização.

Professor de Educação Física e a Responsabilidade com Atividade Física para os Alunos

O professor de EF do EM, ao ser apresentado às turmas, deve ter em mente o que vai fazer para motivar os alunos a participar das atividades físicas durante suas aulas, procurar ser inovador para incentivar os adolescentes e evitar a pura repetição dos conteúdos ministrados no ensino fundamental. Para Nista-Piccolo e Moreira (2012a), corroborado por Milani e Darido (2017), ao planejar as atividades o professor tem que considerar o nível de amadurecimento dos alunos em relação aos conteúdos aprendidos nos anos anteriores, observar os pontos fortes e fracos de cada um para reforçar o que for necessário e ampliar o grau de dificuldade ao que dominam com mais facilidade, criar ambiente capaz de chamar a atenção ao que vai ser ensinado, estar sempre atualizado com o conhecimento para acompanhar as novidades que se modificam no dia a dia, facilitando o aprendizado e entender que os resultados esperados para cada aula pode ser variados e vivenciados por diferentes caminhos, dependendo da vivência e conhecimento de cada um.

Os alunos do EM esperam que o professor de EF seja capaz de lhes oferecer atividades de caráter desafiador, que tenham significado positivo para suas vidas e, dependendo do valor que eles atribuem, teremos o resultado com participação mais ou menos ativa. Por isso, como afirmam Nista-Piccolo e Moreira (2012b), é importante que o professor, nesta fase de ensino, sinta-se responsável por oferecer atividades que favoreçam a condição de constante movimento físico, seja capaz de discutir com os alunos o que deve ser definido como conteúdo a ser ministrado, elencar as possíveis mudanças para atingir os interesses discentes e, principalmente, ser um facilitador da aprendizagem, mediando os assuntos discutidos.

Como responsável em promover atividades físicas dentro da escola, e com o objetivo de atrair todos os alunos para frequentar as aulas de EF, o professor deve levar em consideração o que aponta Nista-Piccolo e Moreira

(2012b): a) o contexto educacional, deve compreender que o processo ensino-aprendizagem não depende exclusivamente do trabalho docente e sim de todo corpo profissional pedagógico que existe na escola, dos incentivos da família, da vontade dos alunos em aprender e as condições de trabalho que são oferecidas; b) conhecer os alunos, possibilita uma relação de respeito mútuo, onde o discente pode perceber algo que não agrada seus anseios e tenha a confiança de solicitar a intervenção do professor, sem que lhes cause prejuízo ou penalidades; c) conhecer e saber aproveitar a independência que os alunos criaram nos anos anteriores, ou seja, existem tarefas que o professor pode acompanhar sem ter que está interferindo a todo momento na sua execução; d) o nível de complexidade das tarefas, não devemos apresentar atividades que tenham sempre o mesmo grau de dificuldade, ou seja, nem muito fácil nem difícil ao extremo, deve partir do simples para o complexo, dando significado ao que se está aprendendo; e) ser criativo, nenhuma aula é igual a outra, sempre temos que apresentar modificar algo, por mais simples que seja a atividade proposta nas aulas, o professor deve ter a percepção que ela pode ser muito boa para a maioria e não significar nada para alguns alunos, para evitar que isso aconteça deve sempre apresentar algo com intuito de atender a todos e não deixar ninguém com dúvidas; e f) agir com bom senso, entender que sua aula é flexível, aceitar que a mudança de algo pode facilitar o aprendizado de alguém que tenha alguma dificuldade, pode simplesmente elevar a adesão a atividade física.

Além do exposto, o professor não pode esquecer, de acordo com Braghin Fernandes (2017), que é de sua responsabilidade o oferecimento nas aulas de educação física de uma variedade de atividades, capazes de criar nos alunos o gosto por praticar algo independentemente de estar na escola.

A condições de trabalho dos professores de EF

O ambiente escolar deve oferecer condições mínimas para que o processo de ensino-aprendizagem aconteça sem sofrer restrições, oferecendo aos alunos oportunidades de vivências variadas e ao professor o suporte adequado para criar as situações que precisam ser trabalhadas nas aulas. Em relação à EFE, o trabalho docente de acordo com as afirmações de Braghin e Fernandes (2017), pode ser afetados diretamente pelas condições de trabalho que são ou não oferecidas ao professor dentro das escolas, elen-

cando os fatores que podem interferir diretamente na qualidade do ensino, os autores apontam:

a) Espaço Físico:

A sala de aula de EF é um espaço diferente das demais disciplinas do currículo escolar, necessita ser amplo, por se tratar da necessidade de deslocamentos individuais e coletivos, ventilados, iluminados, cobertos e seguros para o desenvolvimento das atividades. O que podemos considerar como espaços necessários para a EF e como se encontram nas escolas brasileiras: a) Campo de futebol ou áreas verdes, quase já não existem devido ao crescimento da urbanização das cidades; b) Parque aquático, pouquíssimas possuem; c) Sala para aulas teóricas e avaliações físicas existem em algumas; d) Quadra poliesportivas, existem em muitas unidades, no entanto, em muitos casos são descobertas, pequenas, sem iluminação e algumas nem existem; e) local para guardar material, na grande maioria não existe espaço adequado, sendo colocados em depósitos para outros materiais e muitos casos distantes de onde acontece as aulas.

b) Materiais:

Para atender os alunos de forma satisfatória nas aulas de EF, é necessário que o material seja suficiente e adequado para o que está sendo desenvolvido, no entanto, a realidade encontrada nas escolas brasileiras é a seguinte: a) qualidade baixa, o que diminui o tempo de vida útil; b) quantidade insuficiente para o número de alunos atendidos; c) falta de material específicos para algumas atividades; d) ausência na grande maioria de equipamentos para trabalhar conteúdo da área da saúde como medidas e avaliações; e) ausência quase completa de instrumentos para atender os alunos com necessidades especiais.

c) Jornada de trabalho:

A EFE oferece uma carga horária pequena em relação a outras disciplinas do currículo escolar. São apenas duas aulas semanais, o que obriga o professor a ter muitas turmas para completar sua jornada de trabalho mensal. Com isso, as obrigações também aumentam; ou seja, quanto maior o número de turmas, maior será o trabalho. Além disso devemos considerar que ser professor no Brasil em qualquer nível de ensino, é sinônimo de desvalorização profissional e má remuneração, para melhorar sua renda e ter um salário digno, resulta numa ampliação ou dobra na jornada de trabalho, tendo que atuar em mais de uma escola e em muitos casos em esferas educacionais diferentes;

d) Segurança e Violência;

A violência que antes não fazia parte da realidade interna da escola, na atualidade, adentrou os muros das instituições educacionais e hoje é normal encontrarmos ocorrências que envolvem brigas, agressões verbais e físicas, atitudes de bullying, entre outras, complicando diretamente a convivência e as relações de alunos, funcionários e professores. Esta realidade violenta gera um sentimento de medo e insegurança no meio escolar, afetando e transformando o processo de ensino-aprendizagem, que deve acontecer em um ambiente saudável.

De acordo com os mesmos autores, as condições de trabalho interferem diretamente no processo de ensino-aprendizagem; se forem adequadas, elevam o padrão de qualidade; se forem inadequadas, o professor não vai conseguir realizar de forma satisfatória o que gostaria e certamente faltará algo no currículo do aluno.

O que os professores podem oferecer em suas aulas para incentivar os alunos a participar e continuar praticando?

O processo de ensino-aprendizagem é um caminho de mão dupla: para existir o professor, tem que haver o aluno, e os dois irão conviver dentro do espaço escolar, em uma relação em que um depende do outro. No EM, fase da educação que atende adolescentes e, de acordo com Correia (2011), compreende um período de transição em que emerge um conjunto de grandes mudanças no corpo que irá transformar a criança de hoje no adulto de amanhã. Diante disso, o professor de EF que atua neste nível de ensino deve ter a consciência de que não está mais atendendo aqueles alunos que antes estavam predispostos a fazer qualquer atividade sem muitos questionamentos; queriam apenas participar de tudo o que lhes era proposto, pois lhes causava algum prazer e tinham o movimento como base de suas existências.

Para trabalhar com a realidade da adolescência, o professor de EF, deve antes de tudo de acordo com escritos de Nista-Piccolo e Moreira (2012b), conhecer muito bem os alunos com os quais irá desenvolver suas aulas, conquistar a atenção, o respeito e a aprovação dos discentes na execução das atividades previstas, para isso podemos dizer que se pode levar em consideração algumas práticas por parte do docente:

a) Segundo Correia (2011), identificar e saber conviver com a fase do estirão, que promove as mudanças no corpo, e compreender que o adoles-

cente está recebendo um corpo novo e que precisa se adaptar à sua nova forma de movimento que ora se apresenta temporariamente desajeitada e que em breve poderá ser ajustada à necessidade de cada execução da atividade;

b) Para Nista-Piccolo e Moreira (2012b), conquistar a amizade dos alunos pode proporcionar uma discussão para ajudar na definição dos conteúdos a serem desenvolvidos nas aulas, facilitando, com uma postura democrática, mediar o que de fato deve ser ensinado e aprendido;

c) Conforme escreve Alves U. S. (2014), deve apresentar sempre algo novo que seja, agradável e prazeroso e tenha de fato algum significado para o aluno considerar uma boa aula e querer repetir, evitando assim o fracasso do que foi planejado;

d) Ainda de acordo com Alves U. S. (2014), não deve dificultar a aprendizagem do aluno, exigindo gestos técnicos que são cobrados no alto rendimento, ou seja, ensinar do simples para o complexo, mas entender que se trata de adolescentes em formação e nem todos tem condições de oferecer índice de competição;

e) Ser capaz de contextualizar o que vai ser ensinado com a realidade do aluno, e trabalhar de forma interdisciplinar como discorre Milani e Darido (2017), pode ajudar na compreensão e facilitar aprendizado de algo aparentemente complicado;

f) Proporcionar vivências variadas nos diversos temas da EF, como afirmam Nista-Piccolo e Moreira (2012b), estará proporcionando aos alunos meios de ampliar o conhecimento.

Se o professor conseguir assumir uma postura profissional que atenda aos requisitos apontados nos tópicos anteriores, como discorre Alves U. S. (2014), pode de fato alcançar o objetivo de ministrar boas aulas e estará de forma consciente incentivando a prática da atividade física pelos adolescentes.

A perspectiva dos professores para melhorar a prática e a participação nas aulas de Educação Física

O professor de EF assim como os de outras disciplinas do currículo escolar, tem esperanças que seus alunos encham suas turmas em todas as aulas e estejam dispostos a participar de forma significativa em todas as atividades previstas, para isso deve considerar a realidade que ele tem em

sua escola, as condições sociais dos alunos, a quantidade e qualidade de material disponível, a estrutura do local das aulas, o número de aulas que serão desenvolvidas e o apoio e acompanhamentos da equipe pedagógica e dos pais no processo ensino aprendizagem.

Com esse panorama definido, baseado no que pensa Alves U. S. (2014), corroborado por Nista-Piccolo e Moreira (2012b) e Oliveira e Bordignon, 2018, as perspectivas docentes passam a exigir do professor que ele seja capaz de:

a) Entender que é o profissional responsável por oferecer, desenvolver, promover e acompanhar o aluno nas atividades físicas principalmente no espaço escolar;

b) Se apresentar como alguém capaz de atender às necessidades que a disciplina EF exige ao longo dos anos da formação do adolescente;

c) Conquistar a equipe docente mostrando a importância da Educação Física no desenvolvimento e crescimento dos alunos;

d) Procurar trabalhar junto com os demais professores as dificuldades encontradas para juntos buscar soluções coletivas;

e) Está sempre presente nas reuniões de pais e responsáveis, propagando os valores da disciplina EF para a vida do ser humano e conquistando o apoio deles para seus filhos participarem de forma efetiva nas aulas;

f) Planejar conteúdos adequados a fase da vida adolescente, considerando o aprendizado que o mesmo já conseguiu em anos anteriores e aproveitar esse feedback para ampliar os conhecimentos (Gomes, 2015);

g) Mostrar a atividade ao aluno de forma compreensiva, pois quando se compreende se torna muito mais fácil executar determinada tarefa, assim terá motivos para fazer com muito mais prazer;

h) Ser capaz através de seu compromisso com a disciplina Educação Física de estimular a participação dos alunos na prática constante de atividades físicas e;

i) Ser experiente o suficiente para perceber e saber o momento em que deve mudar sua metodologia para chamar a atenção dos alunos e despertar o interesse pela atividade física na escola e fora dela.

j) Se o professor conseguir atingir estas características, estará de acordo com Alves U. S. (2014), oferecendo a cada aula algo novo para alunos e surpreendendo-os de forma agradável e prazerosa, estimulando-os a voltar nos próximos encontros.

PERCURSO METODOLÓGICO

Estrutura da Dissertação

A estrutura deste estudo será exibida em 10 Capítulos assim desenvolvidos: No primeiro apresentamos os conceitos, definições, considerações, diferenças, tipos, aplicação e a necessidade de atividade física na vida das pessoas para estarem fisicamente ativos por mais tempo possível; O segundo trata dos benefícios proporcionados pela prática regular de atividades físicas, por crianças e adolescentes, provocando uma aderência a um estilo de vida capaz de afastar do comportamento sedentário quando adulto; No terceiro discorreremos sobre a Educação Física no Ensino Médio, apontando o contexto escolar e os problemas que podem interferir no andamento das aulas e conseqüentemente nos hábitos dos adolescentes praticarem ou não atividade física em suas vidas na escola e fora dela; O quarto trata do que fazer para que o adolescente do Ensino Médio, possa continuar praticando atividade física por toda a vida; O quinto faz alusão ao professor de Educação Física e sua responsabilidade em relação a atividade física para os adolescentes do Ensino Médio; O sexto trata do detalhamento da pesquisa, onde será apresentado as variáveis, amostra, materiais e métodos, procedimentos e as hipóteses do estudo; O sétimo apresenta os resultados encontrados por meio de texto e estatística descritivos, ilustrados por quadro, tabelas ou gráficos; O oitavo compreende a discussão dos resultados achados no estudo, com autores que realizaram trabalhos com público alvo semelhante; O nono mostra as conclusões gerais obtidas após o tratamento e análise dos dados e; O decimo recomenda a estudos posteriores para que se possa ampliar pesquisas sobre a pratica regular de atividades físicas por adolescentes do Ensino Médio.

Instrumentos de Avaliação

1 – Nível de aptidão física, *Physical Activity Questionnaire for Older Adolescents* (PAQ-A), validado no Brasil por Guedes e Guedes (2015), classificando os alunos em suficientemente e insuficientemente ativos (Anexo 1).

2 – Fatores motivacionais que interferem na participação ou não das aulas de Educação Física, questionário de Kobal (1996), que identifica as motivações intrínsecas e extrínsecas (Anexo 2).

3 – Ações desenvolvidas pelos professores de EF que atuam nas escolas por meio de entrevista, de acordo com Rudio (2015), o entrevistador se encontra com o entrevistado para colher e anotar as respostas (Anexo 8).

Amostra

Os participantes da pesquisa são 259 alunos do 1º ao 3º ano do Ensino Médio, entre 14 e 18 anos, com média de idade de 16,47 anos, e 10 professores licenciados em Educação Física que atuam nas escolas públicas e privadas deste nível de ensino do município de Altamira-PA, situadas na zona urbana. As escolas foram escolhidas por apresentarem, em suas realidades, os possíveis participantes que se encaixam nas características que contribuem para a diminuição da atividade física na adolescência: a clientela atendida nas instituições educacionais dos alunos que participam das aulas de Educação Física.

Aspectos éticos

No que determina os aspectos éticos, a pesquisa abrange todos os aspectos, no qual o projeto será (no Brasil, esse é o procedimento) submetido ao sistema Comitês de Ética e Pesquisa – CEP/CONEP – Comissão Nacional de Ética e Pesquisa para ser avaliado por um CEP, seguindo a normativa 466/12 que estabelece critérios para pesquisas com seres humanos. Os pais e/ou responsáveis assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE – e os participantes assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido – TALE –, documentos nos quais são explicitados o consentimento e o assentimento livre e esclarecido do responsável e do participante, de forma escrita, contendo todas as informações necessárias para o mais completo esclarecimento sobre a pesquisa.

Instrumentos de Medição e Técnicas

Para atender os objetivos da pesquisa foram utilizados como instrumentos de coleta de dados a aplicação dos seguintes documentos de investigação para alunos:

1 – Questionário Physical Activity Questionnaire for Older Adolescents (PAQ-A) validado no Brasil por Guedes e Guedes (2015), composto por 9 questões direcionadas a dimensionar distintos aspectos da prática de ativi-

dade física nos últimos 7 dias, aqueles que alcançarem pontuação superior a 2,5 serão considerados “suficientemente ativos” (SA) e os que ficarem com pontuação inferior a 2,5 serão considerados “insuficientemente ativos” (IA)

2 – Questionário de Motivação Face à Disciplina de Educação Física, elaborado e validado por Kobal (1996), refere-se ao contexto da EF e à identificação de motivos intrínsecos e extrínsecos dos alunos que levam à participação ou não nas aulas. É constituído por três questões, tanto para motivação intrínseca como extrínseca (participação, o gosto e o não gosto pelas aulas de Educação Física) e 32 afirmações, sendo 16 para motivação intrínseca e 16 para motivação extrínseca. Cada afirmação é respondida através das alternativas de uma escala tipo Likert, em que os alunos indicam marcando a opção se estão de acordo, ou em desacordo, relativamente aos enunciados dos itens do questionário: 1 = Concordo muito; 2 = Concordo; 3 = Estou em dúvida; 4 = Discordo; 5 = Discordo muito; e;

3 – Entrevista com professores estruturada, composta por 15 perguntas, sendo 7 semiabertas, 4 abertas e 4 fechadas referentes a EFE. O questionário foi elaborado pelo investigador e visa conhecer a realidade da Educação Física no Ensino Médio pelo ponto de vista do professor que atua neste nível de ensino.

Para análise dos dados da verificação das tendências da motivação intrínseca e extrínseca e do nível de atividade física dos alunos, foi utilizada a estatística descritiva com auxílio do software SPSS 20 (Statistical Package for the Social Sciences).

Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva no 1º grau e da estatística inferencial. Os resultados foram testados quanto à normalidade e estão apresentados como média $\pm$ desvio padrão. As comparações estatísticas foram realizadas utilizando o software GraphPad Prism 6, por meio do Test t de Student de amostras não pareadas. O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$.

Procedimentos

O critério de inclusão, alunos matriculados nos três anos do Ensino Médio, envolvidos na educação física escolar, e os professores de educação física que trabalham nas escolas públicas e privadas localizadas na zona urbana do município de Altamira-PA. Critérios de exclusão: professores que se encontram cursando Educação Física, professores que ministram aulas em

escolas localizadas na zona rural do município de Altamira-PA e professores que atuem na rede de ensino fundamental; alunos que estejam matriculados, mas que se encontram como desistentes ou transferidos, que não estejam matriculados, que não façam parte do Ensino Médio.

A pesquisa foi dividida em 06 (seis) etapas:

A primeira consistiu de uma visita para solicitação da carta de aceite nas escolas particulares e na 10ª Unidade Regional de Educação – URE, órgão que rege os estabelecimentos públicos;

A segunda incidiu na abordagem e aproximação das escolas envolvidas a fim de apresentar o Projeto aos diretores, coordenações pedagógicas, professores que ministram a disciplina Educação Física; neste momento, os docentes serão convidados a participar do estudo e deverão autorizar e manifestar, mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), seu interesse em colaborar com a pesquisa, marcando a data de retorno para a entrevista com os mesmos.

A terceira, adveio de nova visita às escolas, desta feita para ter o primeiro contato com os alunos para informá-los sobre o estudo, e também esclarecer que os discentes devem convidar seus pais ou responsáveis para participar de reuniões de esclarecimentos, e autorização através de assinatura de TCLE (Termo de Consentimento Livre Esclarecido) da participação ou não de seus filhos, por se tratar de adolescentes menores de 18 anos, que também deverão assinar o TALE (Termo de Assentimento Livre e Esclarecido).

A quarta, aconteceu em uma reunião com responsáveis dos alunos participantes da pesquisa para esclarecimentos e assinaturas dos documentos citados anteriormente, juntamente com seus menores;

A quinta, encontros individuais com alunos e professores para a coleta de dados, nas palavras de Rudio (2015, p. 111), “é a fase de pesquisa cujo objetivo é obter informações da realidade”. Esta fase aconteceu através da aplicação dos protocolos de investigação com alunos (Physical Activity Questionnaire for Older Adolescents PAQ – A, Guedes e Guedes 2015 e Questionário de Kobal (1996), que identifica as motivações intrínsecas e extrínsecas para participar das aulas de Educação Física) em seu ambiente escolar.

A sexta começa com o tratamento dos dados e se estende até a redação final da pesquisa.

ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Através da pesquisa, segundo Rudio (2015), utilizando os dados coletados, após análise e interpretação das informações, foram classificados, codificados e tabulados. Com os resultados interpretados, foi possível conhecer, entender e apresentar os motivos que levam à diminuição ou não da atividade física nos adolescentes escolares do Ensino Médio, exibindo em detalhes como se encontram em relação ao nível de atividade física e como os professores de educação física do município de Altamira estão fazendo para atender às perspectivas dos alunos em suas aulas de educação física escolar.

A amostra total foi constituída por 259 adolescentes, com idade média de $16,47 \pm 1,33$ anos. Destes, 59,1% eram de escolas públicas, 40,9% de escolas particulares, 49% do sexo masculino e 51% do feminino. Acerca do nível de atividade física, 66,4% dos participantes foram classificados como insuficientemente ativos (IA) e 33,6% suficientemente ativos (SA).

Os dados obtidos foram categorizados por tipo de escola, sexo, estilo de vida e no geral, e estão expostos nas tabelas a seguir.

Ao comparar por tipo de escola, os alunos do sistema público ($n=153$) apresentaram escore médio do nível de atividade física de $2,29 \pm 0,73$, enquanto os de ensino particular ($n=106$) apresentaram escore médio de $2,26 \pm 0,59$, não havendo diferença significativa ($p=0,72$). O resultado encontrado significa que os alunos do ensino médio, sendo eles do sistema de ensino público ou privado, se encontram Insuficientemente Ativos, causando preocupação nos professores por se tratar de adolescentes que poderiam adotar um estilo de vida diferente, mesmo que seja na escola, pois, ao saírem do meio escolar, também deixam de ter aulas de Educação Física e acompanhamento de um profissional.

Os fatores motivacionais extrínsecos para a prática de educação física categorizados por tipo de escola estão apresentados na Tabela 1 a seguir.

Tabela 1 - Fatores motivacionais extrínsecos para a prática da educação física por tipo de escola.

Variáveis	Escola Pública (n=153)	Escola Particu- lar (n=106)	p
B1- Participo das aulas de educação física por que:			
1. Faz parte das disciplinas da escola.	2,02 ± 1,06	2,09 ± 1,25	0,627
2. Estou com meus amigos.	2,24 ± 1,14	2,08 ± 1,14	0,267
3. O meu rendimento é melhor que o de meus colegas.	3,42 ± 1,06	3,60 ± 1,17	0,199
4. Preciso tirar boas notas.	1,83 ± 1,08	1,86 ± 1,10	0,827
B2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Esqueço-me das outras aulas.	2,98 ± 1,28	2,88 ± 1,41	0,553
2. O Professor e/ou meus colegas reconhecem o meu desempenho.	2,65 ± 1,10	2,62 ± 1,15	0,832
3. Sinto-me integrado(a) na turma.	2,30 ± 1,13	2,14 ± 1,16	0,268
4. As minhas opiniões são aceitas.	2,55 ± 1,11	2,47 ± 1,12	0,570
5. Sou melhor que meus colegas.	3,80 ± 1,14	3,79 ± 1,19	0,945
B3 - Não gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Não me sinto integrado(a) na turma.	2,99 ± 1,36	2,82 ± 1,38	0,326
2. Não simpatizo com o professor.	3,64 ± 1,13*	3,22 ± 1,46	0,009
3. O professor compara meu rendimento com o de outro colega.	3,36 ± 1,21	3,30 ± 1,38	0,711
4. Os meus colegas riem-se de minhas falhas.	3,10 ± 1,32	2,89 ± 1,43	0,224
5. Alguns colegas melhores querem demonstrar que são melhores que os outros.	2,08 ± 1,17	2,14 ± 1,23	0,691
6. Tiro notas ou conceitos baixos.	3,29 ± 1,22	3,21 ± 1,50	0,637
7. As minhas falhas fazem com que eu não pareça bom para o professor.	3,12 ± 1,22	3,16 ± 1,34	0,803

* vs. Escola pública.

Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

Os resultados mostrados na tabela 1 – fatores motivacionais extrínsecos.

Para a prática de educação física por tipo de escola, na questão B1 — Participo das aulas de educação física porque, o motivo que mostra maior relevância é o tópico 3: o meu rendimento é melhor que o de meus colegas, prevalecendo na escola pública, mas sem apresentar diferença significativa. Isso mostra que, independentemente dos adolescentes frequentarem o sistema de ensino público ou privado, sempre vamos encontrar alunos querendo medir rendimento com os colegas e na educação física não é diferente, principalmente por se tratar de atividade física, que propõe desafios e competições.

Na questão B2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando; o motivo de maior relevância é o 3, sinto-me integrado(a) na turma, prevalecendo na escola particular, mas não apresenta diferença significativa. Ser integrado aos colegas que convivem no mesmo espaço escolar, praticar as mesmas atividades e enfrentar as dificuldades comuns é uma maneira do aluno sentir que faz parte e é um elemento importante para a rotina da educação física na escola, seja no ensino público ou privado.

Na questão B3 – Não gosto das aulas de Educação Física quando: o motivo que apresenta maior relevância é o tópico 2, não simpatizo com o professor, apresentando diferença significativa, com prevalência na escola particular. Esse resultado causa preocupação, pois o professor e o aluno são os personagens principais no processo de ensino aprendizagem, devendo entre os dois atores, haver uma relação sem conflitos onde o primeiro seja visto com facilitador do que o segundo precisa aprender, na educação física essa relação deve ser de respeito mútuo e de confiança total, pois para a aula acontecer o professor precisa dos alunos e vice versa, e isso deve prevalecer tanto no ensino público quanto no privado. O aluno não simpatizar com o professor, aponta para uma relação conflituosa onde os dois lados não ganham e perdem muito com isso.

Os fatores motivacionais intrínsecos para a prática de educação física categorizados por tipo de escola estão apresentados na Tabela 2 a seguir.

Tabela 2 - Fatores motivacionais intrínsecos para a prática da educação física por tipo de escola.

Variáveis	Escola Pública (n=153)	Escola Particular (n=106)	P
A1 - Participo das aulas de educação física por que:			
1. Gosto de atividades físicas.	1,69 ± 0,95	1,81 ± 1,00	0,328
2. As aulas me dão prazer.	2,29 ± 1,04	2,18 ± 1,12	0,418
3. Gosto de aprender novas habilidades.	1,71 ± 0,77	1,90 ± 0,99	0,084
4. Acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos.	1,80 ± 0,75	2,16 ± 1,09*	0,001
5. Sinto-me saudável com as aulas.	1,88 ± 0,88	2,04 ± 1,13	0,202
A2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Aprendo uma nova habilidade.	1,80 ± 0,86	2,04 ± 1,13	0,053
2. Dedico-me ao máximo à atividade.	2,15 ± 1,13	2,11 ± 1,21	0,785
3. Compreendo os benefícios das atividades propostas nas aulas.	1,71 ± 0,84	2,06 ± 1,05*	0,003
4. As atividades me dão prazer.	2,18 ± 1,09	2,00 ± 1,06	0,187
5. O que eu aprendo querer faz-me querer praticar mais.	2,11 ± 1,07	2,03 ± 1,12	0,562
6. Movimento meu corpo.	1,67 ± 0,69	2,01 ± 1,04*	0,001
A3 - Não gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Não consigo realizar bem as atividades.	2,78 ± 1,31	2,73 ± 1,34	0,765
2. Não sinto prazer na atividade proposta.	2,93 ± 1,24	2,72 ± 1,35	0,197
3. Quase não tenho oportunidade de jogar.	3,29 ± 1,30	3,07 ± 1,39	0,194
4. Exercito pouco meu corpo.	3,05 ± 1,34	3,00 ± 1,41	0,772
5. Não há tempo de praticar tudo o que gostaria	2,75 ± 1,38	2,66 ± 1,44	0,612

* vs. Escola pública

Fonte: pesquisa de campo 2019.

Os resultados mostrados na Tabela 2 – fatores motivacionais intrínsecos para a prática de educação física por tipo de escola, na questão A1 – Participo das aulas de educação física porque, os motivos que mostram maior relevância são os tópicos 3. Gosto de aprender novas habilidades, prevalecendo na escola pública, mas sem apresentar diferença significativa e 4. Acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos, apresentando uma diferença significativa na prevalência na escola pública. Querer aprender novas habilidades e aumentar os conhecimentos sobre esportes na fase da adolescência, podemos dizer que ainda é normal, para a maioria dos alunos, principalmente os que são adeptos da atividade física, o que chama atenção nesse resultado é a prevalência no ensino público, talvez justificado pelos discentes do ensino privado serem providos de mais recurso e possuírem mais facilidade para o acesso a jogos eletrônicos, limitando o interesse dos mesmos em querer praticar atividades físicas desenvolvidas na EFE.

Na questão A2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando; o motivo de maior relevância é 3. Compreendo os benefícios das atividades propostas nas aulas e 6. Movimento do meu corpo: ambos apresentam diferença significativa e prevalência na escola pública. Quando o aluno consegue compreender os benefícios de algo que gosta de fazer, seu próprio organismo se adapta e passa a exigir a repetição em vários momentos. Isso também acontece com a atividade física: quem gosta de se movimentar constantemente encontra na EFE o motivo para praticar esportes, saber mais sobre saúde e se manter ativo pelo menos enquanto dura sua vida escolar. Quanto ao resultado apresentar prevalência na escola pública podemos mais uma vez associar a condição econômica dos alunos que estudam no ensino privado, uma vez que seus deslocamentos para a escola se dão na grande maioria em veículos automotores enquanto que no sistema público esse trajeto, em muitos casos bem distante é feito de bicicletas e mesmo a pé, o que de forma inconsciente provoca nos adolescentes da escola público um certo hábito de atividade física.

Na questão A3 – Não gosto das aulas de Educação Física quando: o motivo que apresenta maior relevância é o tópico 3. Quase não tenho oportunidade de jogar, mas sem apresentar diferença significativa, com prevalência na escola particular. Participar das aulas de educação física para quem gosta é sem dúvida a oportunidade o aluno aproveitar para realizar todas as atividades previstas, e quer repetir o maior número de vezes possível, seja jogar,

correr, pedalar, não importa, ele que mesmo está fazendo e se divertindo, mas muitas vezes isso não é possível, pois as aulas de acordo com a entrevista dos professores participantes deste estudo, são ministrada apenas duas vezes por semana, e com grandes quantidades de alunos, o que inviabiliza a repetição maior, provocando o desejo de querer fazer mais e não haver tempo hábil para isso nas aulas, deixando os alunos insatisfeitos, seja na escola pública ou privada.

Ao comparar por sexo, os alunos do sexo masculino (n=127) apresentaram escore médio do nível de atividade física de $2,42 \pm 0,69$, enquanto os do sexo feminino (n=132) escore médio de $2,15 \pm 0,64$ e ($p=0,01$), mostrando diferença significativa e demonstrando que os meninos possuem maior nível de atividade física do que as meninas.

Os fatores motivacionais extrínsecos para a prática de educação física categorizados por sexo estão apresentados na Tabela 3 a seguir.

Tabela 3 - Fatores motivacionais extrínsecos para a prática da educação física por sexo.

Variáveis	Masculino (n=127)	Feminino (n=132)	p
B1- Participo das aulas de educação física por que:			
1. Faz parte das disciplinas da escola.	$2,17 \pm 1,22$	$1,94 \pm 1,05$	0,104
2. Estou com meus amigos.	$2,11 \pm 1,17$	$2,24 \pm 1,12$	0,361
3. O meu rendimento é melhor que o de meus colegas.	$3,28 \pm 1,18$	$3,70 \pm 0,99^*$	0,002
4. Preciso tirar boas notas.	$1,90 \pm 1,13$	$1,79 \pm 1,04$	0,415
B2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Esqueço-me das outras aulas.	$2,70 \pm 1,35$	$3,17 \pm 1,27^*$	0,004
2. O professor e/ou meus colegas reconhecem o meu desempenho.	$2,47 \pm 1,08$	$2,80 \pm 1,15^*$	0,018
3. Sinto-me integrado(a) na turma.	$2,29 \pm 1,20$	$2,18 \pm 1,08$	0,438
4. As minhas opiniões são aceitas.	$2,60 \pm 1,16$	$2,54 \pm 1,07$	0,773
5. Sou melhor que meus colegas.	$3,51 \pm 1,25$	$4,08 \pm 0,98^*$	<0,001
B3 - Não gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Não me sinto integrado(a) na turma.	$2,99 \pm 1,38$	$2,86 \pm 1,35$	0,444
2. Não simpatizo com o professor.	$3,34 \pm 1,34$	$3,59 \pm 1,24$	0,120

Variáveis	Masculino (n=127)	Feminino (n=132)	p
3. O professor compara meu rendimento com o de outro colega.	3,40 ± 1,31	3,27 ± 1,26	0,416
4. Os meus colegas riem-se de minhas falhas.	3,09 ± 1,44	2,94 ± 1,30	0,379
5. Alguns colegas melhores querem demonstrar que são melhores que os outros.	2,10 ± 1,20	2,11 ± 1,20	0,946
6. Tiro notas ou conceitos baixos.	3,40 ± 1,32	3,11 ± 1,34	0,080
7. As minhas falhas fazem com que eu não pareça bom para o professor.	3,20 ± 1,31	3,07 ± 1,23	0,410

*vs. masculino.

Fonte: pesquisa de campo 2019.

Os resultados mostrados na tabela 3 – fatores motivacionais extrínsecos para a prática de educação física por sexo, na questão B1- Participo das aulas de educação física porque: os motivos que mostram maior relevância são os tópicos: 1, faz parte das disciplinas da escola, prevalecendo no sexo feminino, mas sem diferença significativa; e 3, o meu rendimento é melhor que o de meus colegas, com diferença significativa e prevalência no sexo masculino. Frequentar as aulas de EF apenas por ser inevitável, por ser obrigatório, denota uma falta de prazer e motivação em realizar as atividades previstas, o que provavelmente limita a participação feminina, por escolha própria delas. Quanto à comparação de rendimento entre colegas, principalmente no sexo masculino, é natural acontecer por se tratar de alunos que estão na fase de transformação e de autoafirmação dos adolescentes.

Na questão B2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando; os motivos de maior relevância são: 1. Esqueço-me das outras aulas, 2. O professor e/ou meus colegas reconhecem o meu desempenho, ambos com diferença significativa e prevalência no sexo masculino e 5. Sou melhor que meus colegas; apresenta diferença muito significativa em relação à prevalência que acontece no sexo masculino. Gostar de Educação Física a ponto de esquecer as outras disciplinas pode, a priori, chamar a atenção, principalmente por ser mais prevalente no sexo masculino, que nossos achados mostram gostar mais de EF do que as meninas, mas o ideal é que exista um equilíbrio, pois o aluno depende de aprovação em todas. Quanto à busca de reconhecimento pelos colegas e professores, pode provocar estímulos para o mesmo continuar praticando; no entanto, esse reconhecimento deve ser

estendido a todos os alunos e não apenas aos que são melhores em performance de alguma atividade, para não provocar motivação negativa e alguns deixarem de frequentar as aulas.

Na questão B3 – Não gosto das aulas de Educação Física quando: o motivo que apresentam maior relevância são os tópicos 2; não simpatizo com o professor, prevalecendo entre o sexo masculino e 6. Tiro notas ou conceitos baixos, com prevalência no sexo feminino, mas ambos sem apresentar diferença significativa. Mesmo sem apresentar diferenças significativas, o não simpatizar com o professor pode criar uma relação conflituosa, afetando a participação nas aulas tanto de meninos quanto de meninas. Em relação a não gostar de EF, quando tira notas baixa, todo aluno que participa de aulas de qualquer disciplina tem em mente alcançar conceitos que sejam capazes de lhe aprovar, no entanto, deve haver um esforço de sua parte em frequentar e participar o máximo possível das atividades visando conseguir o sucesso.

Os fatores motivacionais intrínsecos para a prática de educação física categorizados por sexo estão apresentados na Tabela 4 a seguir.

Tabela 4 - Fatores motivacionais intrínsecos para a prática da educação física por sexo.

Variáveis	Masculino (n=127)	Feminino (n=132)	p
A1 - Participo das aulas de educação física por que:			
1. Gosto de atividades físicas.	1,50 ± 0,83	1,96 ± 1,05*	0,001
2. As aulas me dão prazer.	2,07 ± 1,04	2,42 ± 1,09*	0,008
3. Gosto de aprender novas habilidades.	1,63 ± 0,75	1,94 ± 0,95*	0,004
4. Acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos.	1,79 ± 0,81	2,10 ± 1,00*	0,006
5. Sinto-me saudável com as aulas.	1,87 ± 0,94	2,01 ± 1,04	0,257
A2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Aprendo uma nova habilidade.	1,81 ± 0,85	1,88 ± 0,98	0,540
2. Dedico-me ao máximo à atividade.	1,88 ± 1,05	2,38 ± 1,21*	0,001
3. Compreendo os benefícios das atividades propostas nas aulas.	1,79 ± 0,84	1,92 ± 1,03	0,267
4. As atividades me dão prazer.	1,97 ± 1,00	2,23 ± 1,14	0,052
5. O que eu aprendo faz-me querer praticar mais.	1,94 ± 1,02	2,21 ± 1,13*	0,044

Variáveis	Masculino (n=127)	Feminino (n=132)	p
6. Movimento meu corpo.	1,76 ± 0,82	1,86 ± 0,91	0,354
A3 - Não gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Não consigo realizar bem as atividades.	3,03 ± 1,31*	2,49 ± 1,28	0,001
2. Não sinto prazer na atividade proposta.	3,02 ± 1,29*	2,67 ± 1,26	0,028
3. Quase não tenho oportunidade de jogar.	3,17 ± 1,35	3,22 ± 1,34	0,765
4. Exercito pouco meu corpo.	3,16 ± 1,40	2,90 ± 1,34	0,128
5. Não há tempo de praticar tudo o que gostaria	2,69 ± 1,46	2,73 ± 1,35	0,819

*vs. masculino.

Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

Os resultados mostrados na tabela 4 – fatores motivacionais intrínsecos para a prática de educação física por sexo, na questão A1- Participo das aulas de educação física por que; os motivos que mostram maior relevância são os tópicos:

1. Gosto de atividades físicas, 2. As aulas me dão prazer, 3. Gosto de aprender novas habilidades e 4. Acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos, ambos com diferenças significativas e prevalências no sexo masculino. Participar das aulas de EF por gostar de atividades físicas, sentir prazer em estar se movimentando, aprender novas habilidades e achar importante aumentar conhecimentos faz parte do processo de ensino-aprendizagem e mostra a vontade e a motivação interior dos adolescentes, principalmente do sexo masculino, que, de acordo com nossos achados, gostam e aproveitam mais as aulas do que o sexo feminino.

Na questão A2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando; os motivos de maior relevância são: 2. Dedico-me ao máximo à atividade, apresenta diferença significativa, prevalecendo no sexo masculino e 5. O que eu aprendo faz-me querer praticar mais, ambos apresentam diferença significativa e a prevalência acontece no sexo masculino. Isso significa que os meninos, por gostarem mais de Educação Física do que as meninas, participam mais e sentem vontade de dedicar mais tempo à prática das aulas, achando, em muitos casos, que as sessões da EFE são insuficientes para suprir suas necessidades de atividades físicas.

Na questão A3 – Não gosto das aulas de Educação Física quando: os motivos que apresentam maior relevância são os tópicos 1. Não consigo realizar bem as atividades e 2. Não sinto prazer na atividade proposta, ambos apresentam diferença significativa, com prevalência no sexo feminino. Adolescentes não gostarem de Educação Física é preocupante, mas é uma realidade que encontramos nas escolas e com tendência a aumentar, pois vivemos numa época de concorrência acirrada com os jogos eletrônicos que ocupam de forma silenciosa também o espaço escolar. Quanto ao fato de os alunos não realizarem bem atividades, é mais comum entre as meninas e isso pode acontecer por não gostarem da atividade desenvolvida ou de como é aplicada, em ambos os casos, causa um desprazer no praticante, podendo afastá-lo das aulas.

Ao comparar por estilo de vida, os alunos classificados como SA (n=87) apresentaram escore médio do nível de atividade física de $3,05 \pm 0,42$, enquanto os IA (n=172) apresentaram escore médio de $1,89 \pm 0,39$ ($p < 0,001$). Esse resultado apresenta uma relevância negativa, pois mostra uma realidade de adolescentes insuficientemente ativos, que, mesmo ainda jovens, já abandonaram a atividade física e muito provavelmente encaminham suas vidas adultas no mesmo viés da inatividade física.

Os fatores motivacionais extrínsecos para a prática de educação física categorizados por estilo de vida estão apresentados na Tabela 5 a seguir.

Tabela 5 - Fatores motivacionais extrínsecos para a prática da educação física por estilo de vida.

Variáveis	IA (n=172)	SA (n=87)	p
B1- Participo das aulas de educação física por que:			
1. Faz parte das disciplinas da escola.	$2,02 \pm 1,12$	$2,11 \pm 1,17$	0,547
2. Estou com meus amigos.	$2,29 \pm 1,16^*$	$1,95 \pm 1,06$	0,022
3. O meu rendimento é melhor que o de meus colegas.	$3,76 \pm 0,95^*$	$2,97 \pm 1,21$	0,001
4. Preciso tirar boas notas.	$1,92 \pm 1,13$	$1,69 \pm 0,98$	0,107
B2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Esqueço-me das outras aulas.	$3,02 \pm 1,28$	$2,78 \pm 1,42$	0,170
2. O Professor e/ou meus colegas reconhecem o meu desempenho.	$2,78 \pm 1,10^*$	$2,36 \pm 1,12$	0,004
3. Sinto-me integrado(a) na turma.	$2,38 \pm 1,19^*$	$1,95 \pm 0,98$	0,004
4. As minhas opiniões são aceitas.	$2,65 \pm 1,10^*$	$2,25 \pm 1,10$	0,006

Variáveis	IA (n=172)	SA (n=87)	p
5. Sou melhor que meus colegas.	3,95 ± 1,05*	3,49 ± 1,30	0,002
B3 - Não gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Não me sinto integrado(a) na turma.	2,88 ± 1,32	3,01 ± 1,45	0,469
2. Não simpatizo com o professor.	3,40 ± 1,25	3,61 ± 1,38	0,218
3. O professor compara meu rendimento com o de outro colega.	3,27 ± 1,28	3,46 ± 1,28	0,260
4. Os meus colegas riem-se de minhas falhas.	2,92 ± 1,34	3,20 ± 1,41	0,119
5. Alguns colegas melhores querem demonstrar que são melhores que os outros.	2,12 ± 1,17	2,08 ± 1,25	0,799
6. Tiro notas ou conceitos baixos.	3,19 ± 1,29	3,39 ± 1,42	0,255
7. As minhas falhas fazem com que eu não pareça bom para o professor.	3,13 ± 1,29	3,15 ± 1,23	0,904

* vs. SA; IA: insuficientemente ativo; SA: suficientemente ativo.

Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

Os resultados mostrados na tabela 5 – fatores motivacionais para a prática de educação física por estilo de vida, na questão B1- Participo das aulas de educação física por que; os motivos que mostram maior relevância são os tópicos: 2. Estou com meus amigos, com diferença significativa e prevalência entre os SA e 3, o meu rendimento é melhor que o de meus colegas com diferença muito significativa, prevalecendo entre os SA. Os alunos suficientemente ativos são adeptos de movimentos e encontram na EFE a oportunidade para fazer amizades com quem gosta de praticar; são proativos para realizar as atividades e muitas vezes comparam seus resultados com os colegas, provocando um ambiente competitivo, que, se não for mediado com cuidado pelo professor, pode causar problemas nas aulas, principalmente para garantir a participação dos que são insuficientemente ativos.

Na questão B2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando; os motivos de maior relevância são: 2. O professor e/ou meus colegas reconhecem o meu desempenho, 3. Sinto-me integrado(a) na turma, 4. As minhas opiniões são aceitas, e 5. Sou melhor que meus colegas, todos apresentam diferença significativa e a prevalência acontece entre os SA. Para os alunos suficientemente ativos, ter o reconhecimento de habilidade e performances é uma forma de se sentir integrado nos grupos sociais que frequentam, tendo

suas ideias aceitas, no caso dos adolescentes procurar se melhor que os outros a princípio parece ser uma inspiração para a pratica de atividades física , de alto rendimento, mas dentro da escola é uma situação que deve ser tratada com olhar diferenciado pelo professor, uma vez que todos os alunos precisam participar das aulas e esse tipo de comparação não deve ser aceito.

Na questão B3 – Não gosto das aulas de Educação Física quando: o motivo que apresentam maior relevância são os tópicos 4. Os meus colegas riem-se de minhas falhas e 6. Tiro notas ou conceitos baixos, ambos sem apresentar diferença significativa e prevalecendo entre os Insuficientemente Ativos. A aula de educação física é um espaço onde os alunos têm o direito de falhar, pois o processo de ensino-aprendizagem aproveita o erro para chegar ao acerto. Mesmo sendo normal a zoação entre adolescentes, se o professor deixar ganhar níveis incontroláveis, pode afastar definitivamente os que não se identificam com a EF. Quanto a tirar notas baixas, os alunos, suficientemente ativos pelo fato de participarem de forma constante das atividades, se acham no direito de estar sempre com conceitos elevados; já os insuficientemente ativos, mesmo sem participarem ativamente das aulas, apresentam reclamações.

Os fatores motivacionais intrínsecos para a prática de educação física categorizados por estilo de vida estão apresentados na Tabela 6 a seguir.

Tabela 6 - Fatores motivacionais intrínsecos para a prática da educação física por estilo de vida.

Variáveis	IA (n=172)	SA (n=87)	p
A1 - Participo das aulas de educação física por que:			
1. Gosto de atividades físicas.	1,94 ± 1,06*	1,34 ± 0,62	<0,001
2. As aulas me dão prazer.	2,45 ± 1,10*	1,84 ± 0,90	<0,001
3. Gosto de aprender novas habilidades.	1,96 ± 0,95*	1,45 ± 0,56	<0,001
4. Acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos.	2,12 ± 0,99*	1,61 ± 0,67	<0,001
5. Sinto-me saudável com as aulas.	2,17 ± 1,07*	1,49 ± 0,62	<0,001
A2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Aprendo uma nova habilidade.	1,96 ± 0,99*	1,62 ± 0,70	0,004
2. Dedico-me ao máximo à atividade.	2,39 ± 1,21*	1,63 ± 0,86	<0,001

Variáveis	IA (n=172)	SA (n=87)	p
3. Compreendo os benefícios das atividades propostas nas aulas.	2,01 ± 0,98*	1,55 ± 0,77	0,001
4. As atividades me dão prazer.	2,34 ± 1,14*	1,64 ± 0,77	<0,001
5. O que eu aprendo querer faz-me querer praticar mais.	2,24 ± 1,15*	1,75 ± 0,87	0,001
6. Movimento meu corpo.	1,97 ± 0,94*	1,49 ± 0,60	<0,001
A3 - Não gosto das aulas de Educação Física quando:			
1. Não consigo realizar bem as atividades.	2,58 ± 1,24	3,11 ± 1,40*	0,002
2. Não sinto prazer na atividade proposta.	2,70 ± 1,25	3,11 ± 1,33*	0,015
3. Quase não tenho oportunidade de jogar.	3,09 ± 1,30	3,41 ± 1,41	0,070
4. Exercito pouco meu corpo.	2,91 ± 1,29	3,26 ± 1,49	0,051
5. Não há tempo de praticar tudo o que gostaria	2,67 ± 1,38	2,78 ± 1,46	0,552

* vs. SA; IA: *insuficientemente ativo*; SA: *suficientemente ativo*.

Fonte: pesquisa de campo 2019.

Os resultados mostrados na tabela 6 – fatores motivacionais intrínsecos para a prática de educação física por estilo de vida, na questão A1- Participo das aulas de educação física por que; os motivos que mostram maior relevância são os tópicos: 1. Gosto de atividades físicas, 2. As aulas me dão prazer, 3. Gosto de aprender novas habilidades, 4. Acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos e 5. Sinto-me saudável com as aulas. Em nossos achados, todos os motivos apresentam diferença muito significativa e prevalência nos classificados como SA. Isso corrobora que os adolescentes que gostam de atividade física encontram na educação física escolar o pretexto para participar e praticar o que é proposto nas aulas, são predispostos a aprender novas habilidades, conhecer novos esportes, sentem-se saudáveis e realizam as atividades com prazer e satisfação. Essa predisposição e proatividade não encontradas na mesma dimensão nos alunos IA, que fazem de tudo para não participar das atividades que exigem maior esforço físico.

Na questão A2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando; os motivos de maior relevância são: 1. Aprendo uma nova habilidade, 2. Dedico-me ao máximo à atividade, 3. Compreendo os benefícios das atividades

propostas nas aulas, 4. As atividades me dão prazer, 5. O que eu aprendo faz-me querer praticar mais e 6. No movimento do meu corpo, é possível observar que os tópicos 1, 3 e 5 apresentam diferença significativa, enquanto que nos tópicos 2, 4 e 6 encontramos diferenças muito significativas, e a prevalência acontece entre os classificados como SA. Gostar das aulas de educação física deve ser um dos motivos para os alunos frequentarem a escola, mas, na realidade, não é o que acontece. Muitos adolescentes, principalmente os Insuficientemente Ativos, não encontram na EF inspiração e motivação para praticar as atividades físicas; preferem se ocupar com tarefas em que o movimento não esteja em tanta evidência. Já com os alunos Suficientemente Ativos, ocorre o contrário, pois querem e desejam: estar com o corpo em movimento, aprender novas modalidades, dedicar ao máximo ao que fazem, compreender que praticar lhes faz bem à saúde e sentir prazer em realizar as tarefas.

Na questão A3 – Não gosto das aulas de Educação Física quando: os motivos que apresentam maior relevância são os tópicos 1. Não consigo realizar bem as atividades, e 2. Não sinto prazer na atividade proposta, ambos apresentam diferença significativa, com prevalência nos adolescentes IA. O aluno pode deixar de gostar de EF por vários motivos, dentre eles, não conseguir realizar o que está sendo cobrado. Isso pode ocorrer por serem atividades com alto grau de dificuldade, em que os desafios superam a vontade e a motivação do aluno em querer suplantar os obstáculos que lhe são impostos. De acordo com a dificuldade encontrada, caminha com o prazer de realizar ou não determinada tarefa. Na EFE, deve haver o pensamento que os alunos devem ser incluídos, sem depender de nenhuma condição ou diferença, então as atividades devem partir do simples para o complexo, facilitando o caminho da aprendizagem de todos que frequentam as aulas.

Após as comparações anteriores, por: tipo de escola, sexo e estilo de vida, com o intuito de ter um panorama global da realidade dos alunos de ensino médio em relação à Educação física, realizamos também a análise de forma geral, onde os resultados apresentaram escore médio do nível de atividade física de $2,28 \pm 0,68$, consequência que classifica a maioria dos adolescentes em insuficientemente ativos, em relação aos fatores motivacionais extrínsecos geral dos escolares para a prática de educação física estão apresentados na Tabela 7 a seguir.

Tabela 7 - Fatores motivacionais extrínsecos para a prática da educação física, análise geral.

Variáveis	Média (n=259)
B1- Participo das aulas de educação física por que:	
1. Faz parte das disciplinas da escola.	2,05 ± 1,14
2. Estou com meus amigos.	2,18 ± 1,14
3. O meu rendimento é melhor que o de meus colegas.	3,49 ± 1,11
4. Preciso tirar boas notas.	1,84 ± 1,09
B2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando:	
1. Esqueço-me das outras aulas.	2,94 ± 1,33
2. O Professor e/ou meus colegas reconhecem o meu desempenho.	2,64 ± 1,12
3. Sinto-me integrado(a) na turma.	2,24 ± 1,14
4. As minhas opiniões são aceitas.	2,52 ± 1,11
5. Sou melhor que meus colegas.	3,80 ± 1,16
B3 - Não gosto das aulas de Educação Física quando:	
1. Não me sinto integrado(a) na turma.	2,92 ± 1,37
2. Não simpatizo com o professor.	3,47 ± 1,29
3. O professor compara meu rendimento com o de outro colega.	3,34 ± 1,28
4. Os meus colegas riem-se de minhas falhas.	3,01 ± 1,37
5. Alguns colegas melhores querem demonstrar que são melhores que os outros.	2,11 ± 1,19
6. Tiro notas ou conceitos baixos.	3,25 ± 1,34
7. As minhas falhas fazem com que eu não pareça bom para o professor.	3,14 ± 1,27

Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

Os resultados mostrados na Tabela 7 – fatores motivacionais extrínsecos para a prática de educação física, análise geral, na questão B1- Participo das aulas de educação física porque; o motivo que mostra maior relevância é o tópico 4. Preciso tirar boas notas, mostrando que a maioria dos alunos frequenta a Educação Física por precisar de notas na disciplina, e não pelo prazer em praticar as atividades previstas e desenvolvidas nas aulas, tendo apenas o caráter da obrigação e não a satisfação total dos alunos.

Na questão B2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando; o motivo de maior relevância é o tópico 3, sinto-me integrado(a) na turma. Esse

resultado demonstra que os adolescentes do Ensino Médio, quando integrados com os colegas, desenvolvem com mais facilidade as atividades das aulas de EF. Isso pode ocorrer por se sentirem confiantes e seguros, pois a turma vai aceitar sua atuação sem cobranças ou piadas.

Na questão B3 – Não gosto das aulas de Educação Física quando: o motivo que apresenta maior relevância é o tópico 5. Alguns colegas querem demonstrar que são melhores que os outros. Isso denota que os adolescentes do EM não gostam de comparações para serem melhores ou piores que os outros. Nas aulas de educação física, as atividades devem ser pensadas para que os alunos as realizem de forma satisfatória e todos consigam desenvolvê-las, respeitando a individualidade de cada um, sem deixar que os resultados sejam comparados, uma vez que a escola precisa do resultado de todos.

Os fatores motivacionais intrínsecos para a prática de educação física categorizados por escore geral estão apresentados na Tabela 8 a seguir.

Tabela 8 - Fatores motivacionais intrínsecos para a prática da educação física, análise geral.

Variáveis	Média (n=259)
A1 - Participo das aulas de educação física por que:	
1. Gosto de atividades físicas.	1,74 ± 0,97
2. As aulas me dão prazer.	2,25 ± 1,07
3. Gosto de aprender novas habilidades.	1,79 ± 0,87
4. Acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos.	1,95 ± 0,92
5. Sinto-me saudável com as aulas.	1,94 ± 0,99
A2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando:	
1. Aprendo uma nova habilidade.	1,85 ± 0,92
2. Dedico-me ao máximo à atividade.	2,14 ± 1,16
3. Compreendo os benefícios das atividades propostas nas aulas.	1,85 ± 0,94
4. As atividades me dão prazer.	2,10 ± 1,08
5. O que eu aprendo querer faz-me querer praticar mais.	2,08 ± 1,09
6. Movimento do meu corpo.	1,81 ± 0,87
A3 - Não gosto das aulas de Educação Física quando:	
1. Não consigo realizar bem as atividades.	2,76 ± 1,32
2. Não sinto prazer na atividade proposta.	2,84 ± 1,29

Variáveis	Média (n=259)
3. Quase não tenho oportunidade de jogar.	3,20 ± 1,34
4. Exercito pouco meu corpo.	3,03 ± 1,37
5. Não há tempo de praticar tudo o que gostaria	2,71 ± 1,40

Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

Os resultados mostrados na Tabela 8 – fatores motivacionais intrínsecos para a prática de educação física, análise geral, na questão A1- Participo das aulas de educação física porque; o motivo que mostra maior relevância é o tópico 1. Gosto de atividades físicas, com média de (1,74 ± 0,97), mostrando que os adolescentes que são adeptos do movimento e da prática de atividades físicas têm mais proatividade em realizar variadas prestações e gostam de participar das aulas de EF.

Na questão A2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando; o motivo de maior relevância é o tópico 6. Movimento do meu corpo: esse resultado demonstra que os adolescentes que gostam das aulas de Educação Física têm o movimento como base em suas vidas e buscam atividades que proponham este elemento para se manterem o mais ativos possível.

Na questão A3 – Não gosto das aulas de Educação Física quando: o motivo que apresenta maior relevância é o tópico 5. Não há tempo de praticar tudo o que gostaria, isso significa que os adolescentes, acham o número de aulas semanais insuficientes para cobrir seus anseios e práticas de atividades físicas, esse componente motivacional intrínseco deveria fazer parte da motivação de todos os alunos; assim, teríamos turmas sempre lotadas por quem gosta de fato da educação física.

Buscando identificar o andamento, a realidade e a contribuição dos professores de EF do município de Altamira, para os alunos do Ensino Médio em relação à atividade física dentro da escola, realizou-se uma entrevista denominada: Educação Física Escolar no Ensino Médio do ponto de vista do professor, estruturada com 15 perguntas, sendo 4 abertas, 7 semiabertas e 4 fechadas.

Apresentou, como enunciado para os professores voluntários que participariam do estudo, o seguinte: você está sendo convidado (a) a participar da pesquisa de mestrado: Atividade física no Ensino Médio: das expectativas dos alunos ao atendimento do professor, que tem como objetivo: investigar a

contribuição das aulas de Educação Física para o aumento ou diminuição da atividade física no Ensino Médio.

Participaram do estudo 10 professores, sendo 30% de escolas privadas e 70% de escolas públicas, com idade entre 30 e 50 anos e uma média de 39,9 anos. Em relação ao gênero, 20% são femininos e 80% masculinos. Apresentaram uma formação acadêmica: 30% licenciados e 70% com título de especialização.

As perguntas usadas na entrevista foram as seguintes:

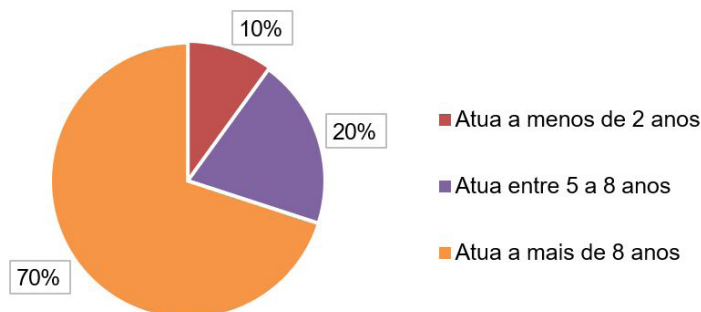
1 – A quanto tempo fez a graduação?

O resultado mostrou que 100% dos pesquisados tem mais de cinco anos de graduados.

2 – A quanto tempo atua na Educação Física Escolar?

O resultado demonstrou um quadro de profissionais experientes, em que a atuação na EFE varia, como ilustra o gráfico 1.

Gráfico 1 - Tempo de atuação na EF dos professores das escolas de Ensino Médio.



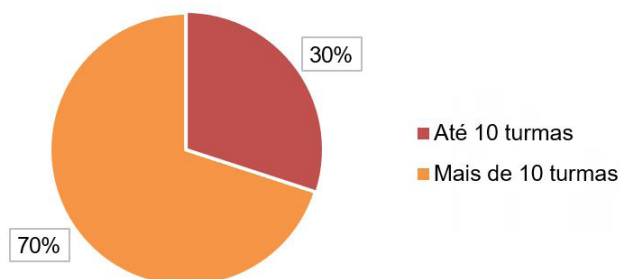
Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

3 - Trabalha em quantas escolas?

Em relação à lotação funcional e à carga horária nas escolas, foi observado que, 60% trabalham em apenas uma e 40% em duas escolas.

4 - Quantas turmas o(a) senhor(a) atende para completar sua carga horária? O resultado se encontra ilustrado no gráfico 2.

Gráfico 2 - Mostra o número de turmas que os professores atendem nas escolas de Ensino Médio.

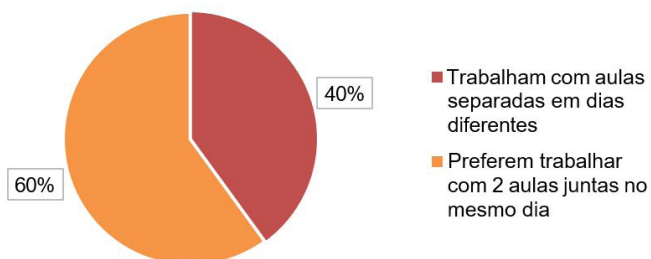


Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

3 – Quantas aulas são ministradas para cada turma por semana?

Sobre a quantidade de aulas ministradas por turma pelos professores nas escolas, foi encontrado o seguinte resultado, todos empregam uma carga horária (CH) de duas sessões semanais, com um tempo que gira entre 45 e 50 minutos, atendendo ao que garante o Projeto de Lei (PL) 249/2012 (Brasil, 2012), sendo distribuídas de forma diferente nas instituições de ensino, como destaca o gráfico 3.

Gráfico 3 - Mostra como são ministradas as aulas nas escolas de Ensino Médio, se juntas ou separadas.



Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

Justificando por que optam por esse formato de atendimento, aulas juntas como se observa nas falas dos professores:

P1 - acredito ser mais seguro”;

P2 – “nível de aprendizado diferente”;

P8 – “considero a individualidade”, já os que preferem separadas, apresentam como motivos o que se descrevem nas palavras dos professores:

P2 – “A escola não tem espaço (quadra), portanto temos um local emprestado”;

P3 – “devido à distância até as residências dos alunos”;

P4 – “para facilitar a participação dos alunos nas aulas, muitos justificam a falta pela distância da escola”;

P6 – “minimizar o tempo”;

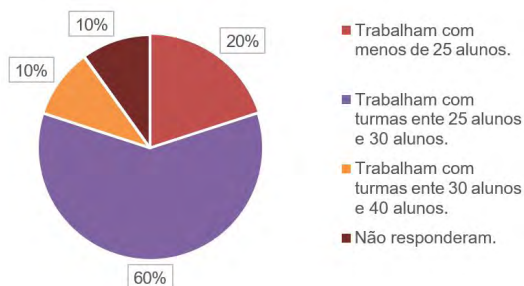
P7 – “pois nem todos os alunos podem vir duas vezes”;

P10 – “devido ao pouco tempo disponível para a utilização da quadra, que é descoberto”.

6 - Qual a média de alunos em cada turma?

Os resultados encontrados aparecem na ilustração do gráfico 4.

Gráfico 4 - Média de alunos atendidos por turma nas escolas.



Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

6. 1 São todos(as) da mesma turma?

Se não são, por quê?

Para formar os horários de atendimento, a maioria 70% precisam juntar alunos de turmas diferentes para ter um número suficiente e acontecer as aulas, apresentando vários motivos para não serem da mesma turma como apontam as respostas dos professores:

P1 – “Como divido por sexo, preciso mais turmas para ter uma média de 30 alunos”;

P2 – “porque são poucos os alunos que vão a aula (por turma);

P3 – Dividimos por gênero”;

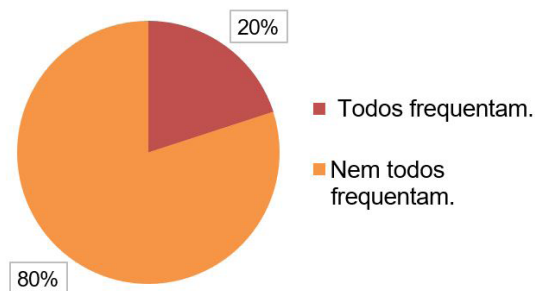
P5 – “tem os dispensados (prole, saúde e morar longe)”;

P9 – “atendo na mesma aula alunos do 1º ao 3º ano”;

P10 – “por causa dos poucos horários disponíveis da quadra que não é coberta. Os 30% que responderam ter alunos da mesma turma em suas aulas, não fizeram nenhuma consideração.

7 - Todos frequentam as aulas de Educação Física normalmente? Encontramos como resultado os dados que mostram o gráfico 5.

Gráfico 5 - Alunos que frequentam as aulas.

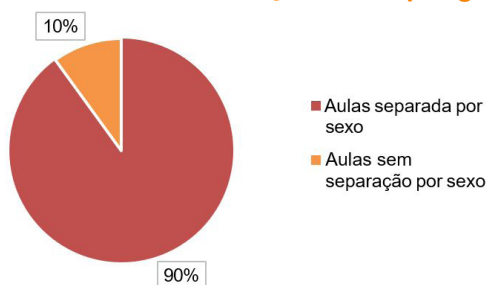


Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

8 – Na sua escola o(a) senhor(a) ministra aulas juntas ou separadas por sexo?

Sobre a questão de gênero, os resultados encontrados estão apresentados no gráfico 6.

Gráfico 6 - Aulas de Educação Física por gênero.



Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

A maioria dos entrevistados afirma que as aulas são separadas por sexo e justifica com motivos diferentes como se observa nos colóquios dos professores:

P1 – “por sexo, a fim de garantir, seguindo meus preceitos, a segurança das alunas, frente ao que busco em minhas aulas”;

P2 – “separadas, algumas meninas não se sentem à vontade e os pais também reclamam”;

P3 – “separada, falta maturidade nos alunos e devido à cobrança dos pais”;

P4 – “separadas por sexo, para evitar conflitos possíveis devido ao sistema implantado há bastante tempo na escola”;

P5 – “separado porque acho o nível de aprendizado diferente, tipo meninos aprendem e têm mais interesse nas aulas e meninas não gostam muito (apenas a minoria gosta)”;

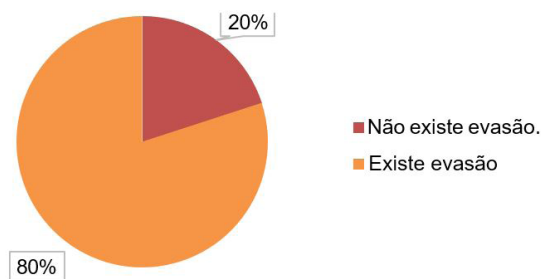
P6 – “por motivo de tempo”;

P10 – “a separação por gênero ocorre levando em consideração as capacidades físicas”, e para os que dizem atender as turmas juntas, justificada pela fala do professor P8 – “em algumas aulas: motiva e desafia”.

9 - Na escola em que o(a) senhor(a) trabalha há evasão dos alunos nas aulas de Educação Física? Sim, qual o percentual de alunos que não participam?

A pesquisa apresentou como resultados a ilustração do gráfico 7.

Gráfico 7 - Evasão nas aulas de Educação Física.



Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

Dos que dizem haver evasão, cabe informar que apenas 5 professores estimaram algum percentual como se observa nas respostas:

P1 – “não existem estatísticas da quantidade que não faz, mas é alto o número de ausentes”;

P2 – “50%, não fazem”;

P3 – “15 a 20%”;

P4 e P6 “10%”.

Quanto aos motivos que levam à evasão apontados, foi apresentada na entrevista uma lista de possíveis circunstâncias que podem tirar os alunos da aula; os mais citados aparecem em ordem decrescente de acordo com a frequência de respostas dos professores: trabalho 6, prole 5, problemas de saúde 5, desinteresse 4, outros 3, maior de 18 anos 0 e serviço militar 0. Vale observar os motivos que os professores que marcaram outros apontam além dos relacionados:

P2 e P3 – “dependem do transporte escolar pois moram muito longe da escola”;

P4 – “muitos fazem curso no horário de educação física ou moram longe” e

P5 – “Alunos não gostam de esportes”.

Para os que responderam não haver evasão, destacamos as respostas dos professores:

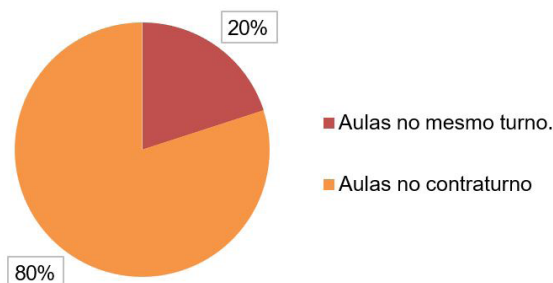
P8 – “aulas são no mesmo horário das outras disciplinas”;

P10 – “É uma disciplina bem aceita pelos alunos”. Vale ressaltar ainda que estas falas foram feitas por um professor do ensino privado e um do ensino público.

10 – Na escola em que o(a) senhor(a) trabalha, as aulas de Educação Física são ministradas no mesmo turno das outras disciplinas ou no contraturno? Quais as vantagens e desvantagens?

O resultado encontrado é a exposição do gráfico 8.

Gráfico 8 - Turno das aulas de Educação Física.



Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

Nossos achados não diferem da realidade de outros municípios, pelo fato de as outras disciplinas ocuparem toda a carga horária de um turno.

Para os que trabalham no mesmo turno, as vantagens são segundo os professores:

P8 – “todos já estão na escola”;

P9 – “pouca evasão, e como desvantagens o professor destacou o que respondeu o professor”;

P9 – “pouca disponibilidade de horário devido às outras disciplinas”. Apontamos que os professores que aplicam aulas no mesmo turno são do sistema de ensino privado, e esse formato de atendimento acontece apenas em duas instituições das 8 que participaram do estudo.

Já os que trabalham no contraturno, prevalecem nas escolas do ensino público e assinalam o seguinte: vantagens de acordo com os professores:

P1 – “não há vantagens”;

P2 – “exclusividade (atenção somente para aulas de EF)”;

P3 – “não retornar suados para a aula das outras disciplinas”;

P4 – “horário exclusivo para os alunos”;

P5 – “não atrapalha as aulas dos outros professores”;

P6 – “o tempo de aula (1h 30 min)”;

P7 – “aproveitamento das aulas e melhor”;

P10 – “Nenhuma, os alunos que vêm, viriam também se fosse no mesmo turno”.

Já como desvantagens, encontraram-se os relatos dos professores:

P1 – “horário, transtorno aos pais, deslocamento”;

P2 – “evasão, nem todos gostam de educação física, por isso não voltam”;

P3 – “não atendemos todos os alunos da turma”;

P4 – “não tem como encaixar a educação física no turno das outras disciplinas, pois o horário não é suficiente para todas as disciplinas”;

P6 – “tem um grande número de faltas”;

P7 – “os alunos moram longe, possuem dificuldades em vir pra aula”;

P10 – “nenhuma”.

11 – Quais os conteúdos que o(a) Senhor(a) desenvolve nas aulas de Educação Física do EM?

Como resultado para os conteúdos aplicados durante o ano letivo, apresentamos as respostas de todos os participantes do estudo:

P1 – “todos os prescritos pelos PCNS e que a BNCC tem buscado nortear (ainda me adaptando)”;

P2 – “fundamentos dos esportes (vôlei, futsal e handebol)”;

P3 – “cultura corporal (jogo esporte, ginástica, xadrez e questões de saúde)”;

P4 – “Educação física e saúde, ginástica, lutas, atividades rítmicas e expressivas(danças), jogos, brincadeiras, esportes e PCNS temas transversais”;

P5 – “futsal, basquete, handebol, vôlei, ginástica, danças, jogos e lutas”;

P6 – “esportes, dança e ginástica”;

P7 – “modalidades esportivas além de saúde;

P8 – “seguimos o cronograma feito bimestralmente”;

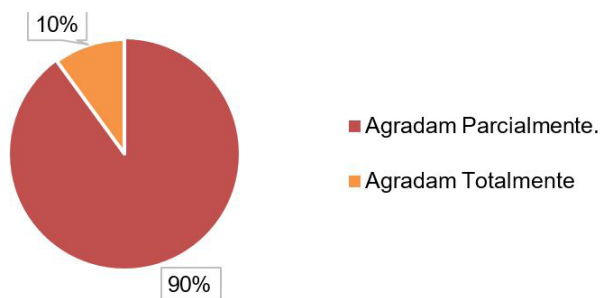
P10 – “todos os conteúdos previstos no PCN de EF, para o ensino médio, bem como alguns relacionados as necessidades dos alunos.

Observamos que apenas o professor P9, não respondeu.

12 – O(a) Senhor(a) acredita que os conteúdos desenvolvidos nas aulas de educação física agradam aos alunos, totalmente, parcialmente ou não agradam?

O resultado encontrado foi o que o gráfico 9 exhibe.

Gráfico 9 - As aulas de EF Agradam os alunos, parcialmente, totalmente ou não agradam?



Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

Observamos nos resultados que, apenas 10% dos entrevistados acreditam agradecer totalmente, destacamos o que diz o professor P4 – “Pela participação dos alunos nas aulas, vale ressaltar que essa resposta vem do ensino público. Mas a maioria absoluta, ou seja, 90%, entende que atende parcialmente às expectativas dos alunos e justifica por que isso acontece, como podemos notar no que diz cada professor:

P1 – “vir a escola no contraturno junto ao fato de que por eles seria futebol o ano todo”;

P2 – “muitos alunos comparecem as aulas pela obrigatoriedade da disciplina”;

P3 – “porque preferem só a prática esportiva”;

P5 – “porque muitos só querem futsal e rejeitam as outras modalidades”;

P6 – “pelo fato de já ter um costume popular do futebol”;

P7 – “dependendo do assunto trabalhado, exemplo: IMC, vôlei”;

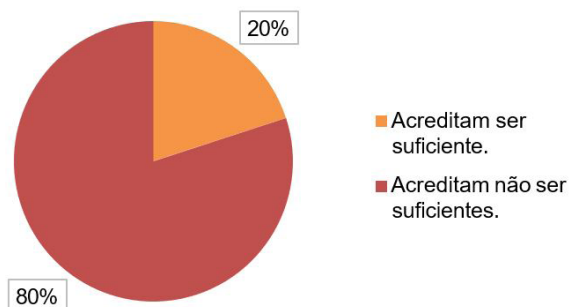
P8 – “Se deixarmos, eles só querem saber de bola; EF não é só isso.

P10 – “tendo em vista o percentual de frequência das aulas de EF”.

13 – O(a) Senhor(a) acredita que as aulas de educação física escolar, são suficientes para os adolescentes se tornarem fisicamente ativos dentro e fora da escola? Justifique.

Encontramos o seguinte resultado, como mostrado no gráfico 10, acompanhado das respectivas justificativas dos professores.

Gráfico 10 - As aulas de EF são suficientes para tornar os adolescentes fisicamente ativos?



Fonte: Pesquisa de Campo (2019).

Motivos expostos pelos professores:

P1 – “Não, a aula é de apenas 90 minutos, tempo pequeno para gerar mudanças reais. Porém alguns hábitos têm ajudado a mudar, a despertar interesse por hábitos saudáveis de alguns”;

P2 – “Não são suficientes, pois não atendem à maioria das vivências corporais”;

P3 – “Não porque precisam sentir a necessidade de continuar praticando atividades físicas além do espaço escolar”;

P5 – “Não, com certeza precisa de pelo menos 4 aulas por semana”;

P7 – “Não, pois são apenas 2 aulas por semana, talvez hoje haja o estímulo apenas, mas para de fato se tornarem fisicamente ativos a frequência deveria ser maior”;

P8 – “Suficiente não, mas já dá sua contribuição”;

P9 – “Não, o tempo e muitas vezes o tipo de aula não são suficientes”;

P10 – “A escolha de tornar-se fisicamente ativo é algo muito pessoal de cada aluno, muitos fatores ambientais, econômicos, sociais e emocionais estão envolvidos. A parte que me compete é a de fomentar, orientar e embasar cientificamente, está sendo feita”.

O que responderam que sim, correspondem a 20% e justificam assim:
Professor:

P4 – “Sim, pois a mesma educa nossos alunos, há formação humana para que sejam conduzidos à prática de atividades físicas visando a prevenção de doenças”;

P6 – “Sim, porque com o hábito de praticar atividade física, o indivíduo consegue ter mais vontade de se exercitar e acaba ganhando esse costume”.

14 – Quais são os maiores problemas encontrados nas escolas de Ensino Médio em relação a aula de Educação Física?

Nossos investigados apresentaram os problemas listados nas falas e opiniões de cada um dos 10 participantes como segue:

P1 – “Falta de recursos didáticos e capacitação continuada para o professor”;

P2 – “As escolas não investem em recursos materiais para as aulas”;

P3 – “Os vícios que trazem do Ensino Fundamental, acham que EF é só bola”;

P4 – “Falta de material para cumprimento do currículo escolar, dificultando o aprendizado e o desenvolvimento das atividades”;

“Os alunos ainda persistem que as aulas sejam mais voltadas ao esporte, porém o currículo é executado durante o ano letivo”.

“A falta de senso crítico dos alunos mostra um comportamento de satisfação com o que ocorre à sua volta, ou seja, são acomodados”.

“Como a EF é uma disciplina que visa à prática evidente nas aulas, os alunos não têm muito interesse nas aulas teóricas”;

P5 – “Falta de material, alunos desinteressados, desvalorização da disciplina por parte dos alunos e pais”;

P6 – “Os jogos eletrônicos que existem hoje”;

P7 – “Estrutura e materiais”;

P8 – “Motivação, dependendo das vivências motoras anteriores ter ou não motivação para fazer as aulas”;

P9 – “Interesse dos alunos”;

P10 – “Problemas estruturais, quadra sem cobertura”.

15 – No seu ponto de vista, o que pode ser feito para superar ou amenizar os problemas encontrados em relação à EF escolar? Neste tópico todos os professores envolvidos na pesquisa também responderam e apresentaram suas opiniões:

P1 – “Capacitação continuada do professor e maior quantidade de recursos didáticos”;

P2 – “Mais investimentos para as aulas serem mais atrativas aos alunos”;

P3 – “Que cada professor valorize sua área e cumpra com suas responsabilidades”;

P4 – “O profissional de EF deve tornar suas aulas atrativas com abordagem participativa dos alunos”;

“O currículo escolar deve ser abordado com os alunos devido a carência de material didático nas aulas”;

“Deve-se trabalhar a importância da disciplina na formação humana do cidadão”;

“O ideal é trabalhar com turmas heterogêneas para uma aprendizagem diversificada e metodologias diferentes. Embora o sistema educacional per-

mita turmas homogêneas nas aulas de educação física”;

P5 – “A escola como um todo tem que apoiar e incentivar a prática das atividades físicas e a família tem que estar inclusa nesse processo”;

P6 – “Um melhor planejamento escolar, quando todos os componentes da escola estão juntos, a equipe sempre terá um ótimo resultado”;

P7 – “Maiores investimentos por parte do governo”;

P8 – “Conscientização da importância da atividade física e trabalhar os conteúdos que os ajudem a desenvolver o gosto pela aula”;

P9 – “Deve ser feito um trabalho de conscientização com os alunos e pais sobre a importância da aula de Educação Física, trabalho esse realizado não somente pelo professor, mas pela equipe técnica e pedagógica da escola”;

P10 – “Os investimentos na infraestrutura dos espaços utilizados pelos professores de Educação Física”.

Acerca do nível de atividade física dos adolescentes do EM, nossos achados apontam que dos 259 escolares investigados nesse estudo, com média de idade de $(16,47 \pm 1,33)$ anos, encontramos que 66,4% foram classificados como insuficientemente ativos (IA) e 33,6%, como suficientemente ativos (SA), esse resultado preocupante encontra semelhança muito próxima com a pesquisa de (Vieira, *et al.*, 2019), realizado em Santa Catarina, Sul do Brasil, com 104 participantes com média de idade de $(16,43 \pm 0,98)$ anos, utilizando como base o questionário Comportamentos dos Adolescentes Catarinenses (COMPAC). Além da aproximação na média de idade, os valores percentuais se equivalem, quase se igualando, como pode ser observado, no apontamento seguinte: 68,3% eram IA e 31,7% eram AS.

Infelizmente essa é a realidade encontrada nas escolas brasileiras, os adolescentes em vez de aprender e adotar um estilo onde o movimento seja a base de suas vidas, fazem exatamente o contrário, a eles é apresentado logo cedo, no meio familiar e se estende à realidade da escola de acordo Gomes (2015), o comportamento sedentário, recheado de jogos eletrônicos e com o mínimo de esforço, criando e levando para a adolescência esse hábito tão prejudicial a sua saúde, contrariando o que discorre Virgílio (2015), ao dizer que deve aproveitar a fase mais ativa da criança, a infância para ensiná-las hábitos ativos, para a mesma aproveitar na adolescência e até mesmo quando adulto. Esse cenário de conforto, e inatividade física, porém inquietante tem se ampliado muito nas escolas e pode chegar a níveis altíssimos

de adolescentes insuficientemente ativos, tornando-se um grande problema para os professores de educação física, pois podem passar a ter em suas aulas o mínimo de alunos.

Para realizarmos qualquer coisa, precisamos ter um motivo, vontade de fazer e as condições propícias para acontecer, a isso chamamos motivação. Cada pessoa tem mais ou menos motivos para fazer algo, e pode ser afetada por elementos internos e pessoais ou externos que lhe dão ou não a condição de realizar de acordo com os diferentes interesses pessoais.

Os elementos internos ou pessoais são também conhecidos como intrínsecos ou motivação intrínseca; o indivíduo procura fazer algo que promova a satisfação pessoal. Já os externos se apresentam como extrínsecos ou motivação extrínseca, em que o indivíduo se envolve pelas recompensas externas que o mesmo pode ganhar, como premiações, reconhecimentos de feitos e status sociais (Alves, Escóssio, Amâncio & Teixeira, 2016).

Na educação física escolar, os alunos também precisam ter motivação para participar das aulas. Muitos são os motivos que os levam a frequentar ou não. Assim, aplicamos o questionário de Motivação dos alunos face à disciplina Educação Física de Kobal (1996), que buscou compreender os motivos intrínsecos e extrínsecos que fazem os adolescentes do Ensino Médio de Altamira gostar ou não desta disciplina curricular.

De acordo com os resultados encontrados neste estudo, que foram apresentados nessa ordem: por tipo de escola (pública ou particular), sexo (masculino ou feminino), estilo de vida (Insuficientemente Ativo - IA e Suficientemente Ativo – SA) e no panorama geral, começando pela Motivação Extrínseca, representada pelas Tabelas 1, 3, 5 e 7, seguida pela Motivação Intrínseca, exibida nas tabelas 2, 4, 6 e 8. Foi possível perceber o que segue:

Em relação às questões de: Motivação Extrínseca:

B1- Participo das aulas de educação física por que, e seus tópicos: 1. Faz parte das disciplinas da escola, 2. Estou com meus amigos, 3. O meu rendimento é melhor que o de meus colegas e 4. Preciso tirar boas notas.

Por tipo de escola, o resultado com maior relevância foi: o tópico 3, com média de $(3,42 \pm 1,06)$ na escola pública e $(3,60 \pm 1,17)$ na escola particular, com $p (0,199)$, prevalecendo na escola pública, mas sem apresentar diferença significativa.

Em relação ao B1, pode-se observar que o tipo de ensino, privado ou público, não faz diferença; as condições não parecem interferir no aluno participar ou não das aulas.

Quanto ao tópico destacado, é possível perceber que os alunos da escola pública estão mais preocupados em querer um rendimento melhor do que o dos colegas do ensino privado, ou seja, a competição é maior entre os adolescentes da escola pública.

Nossos resultados mesmo sem apresentar diferença significativa, concordam com os achados de Lisboa *et al.* (2016) e Silva A. L. (2018), que realizaram trabalhos em escolas públicas e no tópico 3, o meu rendimento é melhor que o de meus colegas e mostram diferença significativa, talvez provocados pela predominância esportiva nas aulas de educação física como diz Schwaab (2014), que realizou estudo semelhante em escola pública e encontrou relevância neste tópico das questões B1.

Por gênero, os resultados com maior relevância foram: 1, com média de $(2,17 \pm 1,22)$ para o sexo masculino e $(1,94 \pm 1,05)$ para o sexo feminino, com $p (0,104)$, prevalecendo no sexo feminino, mas sem apresentar diferença significativa; e 3, com média de $(3,28 \pm 1,18^*)$ para o sexo masculino e $(3,70 \pm 0,99)$ para o sexo feminino, com $p (0,002)$, com diferença significativa e prevalência no sexo masculino.

Esse resultado comparado à pesquisa de Alves, Escóssio, Amâncio e Teixeira (2016), que encontrou relevância nos tópicos 1. Faz parte das disciplinas da escola e 4. Preciso tirar boas notas. Começa apresentando valores semelhantes referentes ao tópico 1, mas difere em relação ao segundo tópico, que, no nosso estudo, apresenta o tópico 3. O meu rendimento é melhor que o de meus colegas, com diferença significativa.

Participar das aulas de Educação Física apenas por ser uma disciplina curricular obrigatória, mesmo sem diferença significativa em nossos achados, prevalece entre o sexo masculino. Isso mostra que os alunos fazem por não poderem optar por cursar disciplinas de sua preferência e que os meninos são mais competitivos que as meninas ao comparar rendimento com os colegas, coincidindo com uma investigação de Rosa (2012). Esse cenário aponta que o professor deve procurar estratégias que sejam capazes de chamar a atenção de meninos e meninas, estimular a participação de todos e ainda tentar diminuir ao máximo o espírito competitivo tão normal entre os adolescentes (Alves, *et al.*, 2016).

Por estilo de vida, os resultados com maior relevância foram os tópicos: 2, com média de $(2,29 \pm 1,16)$ para os IA e $(1,95 \pm 1,06^*)$ para os SA, com $p = 0,022$, com diferença significativa; e 3, com média de $(3,76 \pm 0,95)$

para os IA e $(2,97 \pm 1,21^*)$ para os SA, com $p < 0,001$, com diferenças muito significativas, ambos prevalecendo entre os Suficientemente Ativos.

Nossos achados apontam que os adolescentes Suficientemente Ativos gostam de estar com amigos, conforme o tópico 2, podendo este ciclo de amizades ser a motivação para praticar atividades físicas com maior frequência, reforçando a satisfação de se sentir querido (Alves *et al.*, 2016). Foi possível observar também que os que se classificam neste estilo de vida SA são competitivos e querem apresentar rendimento melhor que os colegas, de acordo com o tópico 3.

Pelo escore geral, o resultado com maior relevância foi: o tópico 4, com média de $(1,84 \pm 1,09)$, mostrando que a maioria dos alunos frequenta a Educação Física por precisar de notas na disciplina.

Esse resultado também encontrado nas investigações de Alves et al (2016), realizada na região nordeste brasileira no município de Caucaia – Ceará e de Silva

A. L. (2018), realizada na região Norte do Brasil, na cidade de Humaitá – Amazonas, identifica uma contradição, pois o aluno deve participar da EFE, não por necessidade de tirar notas boas, e sim pelo prazer de praticar as atividades propostas pela disciplina.

B2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando, e seus tópicos: 1. Esqueço-me das outras aulas, 2. O professor e/ou meus colegas reconhecem o meu desempenho, 3. Sinto-me integrado(a) na turma, 4. As minhas opiniões são aceitas e 5. Sou melhor que meus colegas.

Por tipo de escola, o motivo com maior relevância foi 3, com média $(2,30 \pm 1,13)$ na escola pública e $(2,14 \pm 1,16)$ na escola particular, com $p = 0,268$, prevalecendo no ensino privado, mas sem apresentar diferença significativa.

Esse resultado aponta que muitos adolescentes do EM, concordam com o tópico 3, não me sinto integrado na turma. Nessa fase da vida os alunos estão em constante mudanças e convivem com conflitos diversos, que podem interferir em suas relações sociais, (Arraz, 2018).

Por gênero os motivos com maior relevância foram: 1, com média $(2,70 \pm 1,35^*)$ para os meninos e $(3,17 \pm 1,27)$ para as meninas com $p (0,004)$, apresenta diferença significativa, prevalecendo no sexo masculino; 2, com média $(2,47 \pm 1,08^*)$ para os meninos e $(2,80 \pm 1,15)$ para a meninas com $p (0,018)$, com diferença significativa, prevalecendo no sexo masculino e 5,

com média ($3,51 \pm 1,25^*$) para os meninos e ($4,08 \pm 0,98$) para as meninas com $p (<0,001)$, apresenta diferença muito significativa e a prevalência acontece entre o sexo masculino, (Rosa, 2012).

A relevância de nossos achados está em concordância com o trabalho de Lisboa, Werneck, Coelho e Ferreira (2016), numa pesquisa realizada com adolescentes do EM no sudeste do Brasil na cidade de Mariana – Minas Gerais, nos seguintes tópicos: 2, o professor e/ou meus colegas reconhecem o meu desempenho e no tópico 5, sou melhor que meus colegas e com Silva A. L. (2018), no tópico 1, esqueço-me das outras aulas e 2, descrito anteriormente.

Sobre o que encontramos em relação ao tópico 1, esqueço-me das outras aulas, isso pode refletir o prazer que o adolescente sente em está realizando a aula de Educação Física, não se preocupando com tempo e sim com o efeito de satisfação que ela provoca; no tópico 2, o professor e/ou meus colegas reconhecem o meu desempenho, observa-se que o reconhecimento de realizar bem ou não determinadas atividades gera nos adolescentes uma espécie de dever cumprido que provavelmente vai lhe garantir fazer novamente em outras ocasiões com apoio e participação dos colegas e também do docente; já no tópico 5 sou melhor que meus colegas, características de quem precisa provar algo para alguém, pode ser entendido como normal uma vez que na adolescência vive-se concorrendo com algo. Vale observar que a prevalência foi no sexo masculino, que normalmente é mais competitivo que as meninas e sempre quer alcançar melhores resultados, pois está em processo de autoafirmação no meio social e suas conquistas são troféus para serem exibidos a todo momento, Alves *et al.* (2016). Além disso, de acordo com os mesmos autores, todos os tópicos da questão B2 podem ser fatores externos relevantes e, dependendo do contexto social, familiar, religioso e escolar em que o adolescente se encontra, podem ser fundamentais na formação da sua motivação para fazer algo de que goste ou na sua vida.

Por estilo de vida os motivos com maior relevância foram: 2, com média ($2,78 \pm 1,10$) para os IA e ($2,36 \pm 1,12^*$) para os SA com $p (0,004)$, 3, com média ($2,38 \pm 1,19$) para os IA e ($1,95 \pm 0,98^*$) para os SA com $p (0,004)$, 4, com média ($2,65 \pm 1,10$) para os IA e ($2,25 \pm 1,10^*$) para SA com $p (0,006)$ e 5, com média ($3,95 \pm 1,05^*$) para os IA e ($3,49 \pm 1,30^*$) para os SA com $p (0,002)$, ambos apresentam diferença significativa e a prevalência acontece entre os Suficientemente Ativos.

Em relação ao estilo de vida dos adolescentes, nossos achados se assemelham aos encontrados por Lisboa *et al.* (2016), apresentando semelhança nos tópicos 2, o professor e/ou meus colegas reconhecem o meu desempenho, 3, sinto-me integrado na turma e 5, sou melhor que meus colegas. Os adolescentes AS encontram motivação nas aulas de Educação Física porque gostam de atividades de movimento constante, de desafios e de competição; buscam reconhecimento por seus feitos e tentam superar seus limites constantemente, mostrando que são capazes para si mesmos e para os outros (Schwaab, 2014; Alves *et al.*, 2016). Ganham reforço positivo ao entender, de acordo com o tópico 4, que suas opiniões são aceitas.

O professor de EF deve saber trabalhar com esses adolescentes capazes de oferecer rendimento dentro de suas aulas, pois o mesmo não terá todos os alunos de suas turmas salientemente ativos, e os que não se encaixam neste estilo de vida também precisam participar, sendo respeitados seus limites.

Pelo escore geral, o motivo com maior relevância foi 3, com média ($2,24 \pm 1,14$). Esse resultado demonstra que os adolescentes do ensino médio não conseguem se integrar com facilidade nas aulas de EF.

Esse resultado também é encontrado na investigação de Schwaab (2014), Alves *et al.* (2016) e Silva A. L. (2018). Isso denota que o fato de se sentir integrado na turma, conforme o tópico 3, é uma motivação social que estimula o adolescente a frequentar a Educação Física escolar, podendo atrair outros colegas.

B3 - Não gosto das aulas de Educação Física quando, e seus tópicos: 1. Não me sinto integrado(a) na turma, 2. Não simpatizo com o professor, 3. O professor compara meu rendimento com o de outro colega, 4. Os meus colegas riem-se de minhas falhas, 5. Alguns colegas melhores querem demonstrar que são melhores que os outros, 6. Tiro notas ou conceitos baixos, 7. As minhas falhas fazem com que eu não pareça bom para o professor.

Por tipo de escola, o motivo com maior relevância foi o tópico 2, com média de ($3,64 \pm 1,13$) na escola pública e ($3,22 \pm 1,46^*$) na escola particular, com $p = 0,009$, apresentando diferença significativa, com prevalência na escola particular.

Para Alves *et al.* (2016), a relação professor-aluno é algo muito importante no processo de ensino-aprendizagem. Dentro da escola, essa afinidade deve ser a mais próxima possível, pois o professor é mediador do que o aluno

precisa aprender, além de ser modificador de comportamentos dos adolescentes. Muitos alunos fazem determinadas atividades porque o professor ensinou de uma forma agradável, conhecendo e respeitando a individualidade de cada um. Quanto mais próxima for a relação entre professor e aluno, melhor será o nível de confiança para se realizar atividades da Educação Física Escolar.

Quanto ao resultado de nossos achados que aponta o tópico 2, não simpatizo com o professor, e apresenta diferença significativa, prevalecendo na escola pública, deve ser visto com preocupação, pois devido à desvalorização da EFE, onde os professores de acordo com Canto e Proença (2017), perderam a admiração pelo excesso de democracia, promovendo um relacionamento conflituoso com alunos que desafiam os docentes e ainda influenciam os demais alunos a fazer o mesmo.

Por gênero, os motivos com maior relevância foram os tópicos: 2, com média de $(3,34 \pm 1,34)$ para os meninos e $(3,59 \pm 1,24)$ para as meninas, com $p = 0,120$, com prevalência no sexo masculino, e 6, com média de $(3,40 \pm 1,32)$ para os meninos e $(3,11 \pm 1,34)$ para as meninas, com $p = 0,080$, com prevalência no sexo feminino, mas ambos sem apresentar diferença significativa.

Nossos achados, comparados a outros estudos, como (Alves *et al.*, 2016) e (Lisboa *et al.*, 2016), apresentam resultados semelhantes em todos os tópicos da Questão B3 e diferem da pesquisa de Silva A. L. (2018), que apontou maior relevância no tópico 1 – não me sinto integrado na turma.

Sobre o resultado do nosso estudo, apontamos os tópicos 2, não simpatizo com o professor, chama atenção, pois o docente é um elemento fundamental para no processo ensino aprendizagem, os alunos esperam sempre ter uma relação interpessoal com a empatia positiva (Alves *et al.*, 2016). Isso pode tornar as aulas mais interessantes, participativas e evitar que os alunos tirem notas baixas, como prevê o tópico 6 na questão B3.

Por estilo de vida, os motivos com maior relevância foram os tópicos: 4, com média de $(2,92 \pm 1,34)$ para os IA e $(3,20 \pm 1,41)$ para os SA, com $p = 0,119$, e 6, com média de $(3,19 \pm 1,29)$ para os IA e $(3,39 \pm 1,42)$ para os SA, com $p = 0,255$, ambos com prevalência entre os Insuficientemente Ativos, mas sem apresentar diferença significativa.

O resultado apresentado por estilo de vida mesmo sem diferença significativa, chama atenção e aponta os tópicos 4 – os meus colegas riem das

minhas falhas, na escola, espaço que o aluno vive as mais ricas experiências de sua fase de desenvolvimento, os adolescentes estão em constante aprendizado de vivências motoras, oferecidas principalmente pela educação física, e os alunos suficientemente ativos gostam de mostrar seu bom desempenho, e a oportunidade do erro não é tão aceita, quando os mesmos devem ter a consciência que falhar é um direito de todos e é através do erro se aprende cada vez mais, e o professor de acordo Rosa (2012), tem que atender todos com a mesma atenção sem diferenças, quer o aluno faça as atividades com perfeição ou com falhas na execução. Quanto ao tópico 6, tirar boas notas também é característica dos alunos que gostam de Educação Física, mas não deve ser a preocupação principal dos alunos, e sim o prazer que estas aulas promovem para cada um. Ambas as situações são motivações extrínsecas que podem afastar os alunos das aulas de Educação Física (Alves *et al.*, 2016).

Por escore geral o motivo com maior relevância foi: 5, alguns colegas querem demonstrar que são melhores que os outros, com média de $(2,11 \pm 1,19)$, esse resultado se equivale aos estudos de (Schwaab, 2014), (Alves *et al.*, 2016) e (Silva A. L., 2018), e significa que os adolescentes do EM, não gostam de comparações para ser melhor ou pior que os outros, pois conforme escreve Silva (2018), gera entre os alunos individualismo e egoísmo, oriundos da prática esportiva que predomina nas aulas de EF, brasileiras.

Para Alves *et al.* (2016), o fato de alguns querer ser melhores que os outros, pode ser um fator extrínseco que contribui significativa na motivação do aluno, tornando-o desmotivado a ponto de não gostar das aulas. Pode-se observar que a maioria dos adolescentes tem vontade de participar das aulas por simples prazer, independentemente do resultado e do desempenho de outros colegas, e não se sente à vontade para participar das aulas e das atividades quando começam as comparações.

Por isso, de acordo com Santana e Bernardes (2016), o professor que conhece seus alunos deve planejar atividades que respeitem o crescimento, a composição corporal, o desenvolvimento motor e a individualidade de cada um, de modo que, ao ministrar essas aulas, o professor tenha a intenção de que todos participem da mesma forma.

Motivação Intrínseca:

A1 - Participo das aulas de educação física porque, e seus tópicos: 1. Gosto de atividades físicas, 2. As aulas me dão prazer, 3. Gosto de apren-

der novas habilidades, 4. Acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos e 5. Sinto-me saudável com as aulas

Por tipo de escola, os motivos com maior relevância foram os tópicos: 3, com média de $(1,71 \pm 0,77)$ na escola pública e $(1,90 \pm 0,99)$ na escola particular, com $p = 0,084$, com prevalência na escola pública, mas sem apresentar diferença significativa; e 4, com média de $(1,80 \pm 0,75)$ na escola pública e $(2,16 \pm 1,09)$ na escola particular, com $p = 0,001$, apresentando diferença significativa, com prevalência na escola pública.

Os resultados de nosso estudo no tópico 3, gosto de aprender novas habilidades, estão de acordo com Silva A. L. (2018); apresentam relevância, mas sem diferença significativa. Com Lisboa *et al.* (2016), este já apresenta diferença significativa. Em relação ao tópico 4, acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos; é semelhante aos trabalhos de Rosa (2012), pesquisa realizada em Portugal, Alves *et al.* (2016) e Lisboa *et al.* (2016); ambos apresentam relevância, mas sem diferença significativa, e no caso dos nossos achados, com diferença significativa.

Gostar de aprender novas habilidades deve ser a vontade de todos os alunos, na Educação Física não é diferente, ao chegar na aula o adolescente deve sentir que o clima é favorável à sua participação integral, isso facilita a aprendizagem e favorece a ampliação de conhecimentos sobre tudo o que está sendo ensinado (Alves *et al.*, 2016).

Por gênero os motivos com maior relevância foram os tópicos: 1, com média de $(1,50 \pm 0,83^*)$ para o sexo masculino e $(1,96 \pm 1,05)$ para o sexo feminino, com $p (0,001)$, 2, com média de $(2,07 \pm 1,04^*)$ para o sexo masculino e $(2,42 \pm 1,09)$ para o sexo feminino com $p (0,008)$, 3, com média de $(1,63 \pm 0,75^*)$ para o sexo masculino e $(1,94 \pm 0,95)$ para o sexo feminino com $p (0,004)$ e 4, com média de $(1,79 \pm 0,81^*)$ para o sexo masculino e $(2,10 \pm 1,00)$ para o sexo feminino com $p (0,006)$, ambos com diferença significativa e prevalências no sexo masculino.

Ao comparar com outros estudos, encontramos semelhança com Alves *et al.* (2016) e Silva A. L. (2018), nos tópicos 1, gosto de atividade física; 2, as aulas dão-me prazer; e 3, gosto de aprender novas habilidades.

No caso de nossos achados, os adolescentes que gostam de educação física participam das aulas por interesse próprio, pelo prazer em realizar as atividades. Gostar de atividade física é o ponto fundamental para o ado-

lescente participar das aulas de EF, perceber cada novidade apresentada e que o algo novo que está sendo ensinado vai ampliar suas habilidades e provavelmente lhe tornar saudável.

Quanto à predominância masculina, é normal encontrar esses resultados em trabalhos semelhantes, mas isso deve ser observado pelo professor e levado em consideração para tentar amenizar as diferenças entre gêneros nas atividades que serão previstas para as aulas, pois, de acordo com Silva J. C. (2018), as meninas se comportam de forma diferente dos meninos em relação à atividade e às aulas de educação física.

Por estilo de vida os motivos com maior relevância foram os tópicos: 1, com média de $(1,94 \pm 1,06)$ para os IA e $(1,34 \pm 0,62^*)$ para os SA com $p (<0,001)$, 2, com média de $(2,45 \pm 1,10)$ para os IA e $(1,84 \pm 0,90^*)$ para os SA com $p (<0,001)$, 3, com média de $(1,96 \pm 0,95)$ para os IA e $(1,45 \pm 0,56^*)$ para os SA com $p (<0,001)$, 4, com média de $(2,12 \pm 0,99)$ para os IA e $(1,61 \pm 0,67^*)$ para os SA com $p (<0,001)$, e 5, com média de $(2,17 \pm 1,07)$ para os IA e $(1,49 \pm 0,62^*)$ para os SA com $p (<0,001)$, ambos com diferença muito significativa e prevalências nos adolescentes Suficientemente Ativos.

Ao analisar por estilo de vida todos os tópicos da questão A1, apresentam relevância com diferenças muito significativa e prevalecendo entre os SA, esses resultados são semelhantes nos tópicos 1, 2 e 3 ao encontrados por Lisboa et al (2016), diferindo apenas em ser significativa e não muito significativa como em nossos achados, e com Silva A. L. (2018), com valores semelhantes inclusive no caso de ser muito significativo no tópico 1, vale lembrar que o estudos citados não foram feitos por classificação de estilo de vida, e sim de forma geral.

Os resultados de nossos achados apontam que os adolescentes SA se encontram favoráveis a: gostar de atividade física, aprender novas habilidades e outros conteúdos, se sentir saudáveis e, principalmente, sentir prazer em participar das aulas de EFE. Já com os IA, esse cenário de aceitação e predisposição sofre efeito contrário, em que a participação é a mínima possível, causando grandes confusões para o professor atender de forma igual a todos os alunos. Os SA sempre estão querendo mais e mais atividades, enquanto, para os IA, quanto menos atividade, melhor.

Para Alves et al. (2016), corroborado por Barroso e Júnior (2017), os alunos que gostam de educação física buscam aprender novas habilidades, procurando melhorar suas potencialidades, realizando com satisfação tudo o

que é proposto, e os que não gostam nem sempre encontram esses valores nas atividades físicas e muitos deixam até de ir às aulas. Por isso, o professor, de acordo com o mesmo autor, deve proporcionar ambientes agradáveis com atividades prazerosas que consigam descontraír a todos, aumentando o nível de motivação entre os adolescentes.

Por escore geral o motivo com maior relevância foi: 1, gosto de atividade física com média de $(1,74 \pm 0,97)$, nossos achados estão de acordo com o encontrado por Schwaab (2014), apresentado por media e esse tópico alcança 24 pontos, sendo a maior entre os tópicos e Silva A. L. (2018), onde 84,6% dos alunos responderam afirmando que participam das aulas por gostar de atividade física, esse resultado mostra que os adolescentes que gostam de frequentar as aulas de EF, mesmo com as dificuldades encontradas nas escolas conseguem gostar das atividades físicas propostas e desenvolvidas pelos professores nas aulas. Se estas aulas oferecem atividades físicas variadas, de acordo com Nista-Piccolo e Moreira (2012a), vai propagar e estender essa prática a mais alunos, conquistando mais adeptos para frequentar.

A2 - Eu gosto das aulas de Educação Física quando, seus tópicos: 1. Aprendo uma nova habilidade, 2. Dedico-me ao máximo à atividade, 3. Compreendo os benefícios das atividades propostas nas aulas, 4. As atividades me dão prazer, 5. O que eu aprendo querer faz-me querer praticar mais e 6. Movimento meu corpo.

Por tipo de escola, os motivos com maior relevância foram os tópicos: 3, com média $(1,71 \pm 0,84^*)$ na escola pública e $(2,06 \pm 1,05)$ na escola particular, com $p = 0,003$, apresentam diferença significativa; e 6, com média $(1,67 \pm 0,69^*)$ na escola pública e $(2,01 \pm 1,04)$ na escola particular, com $p = 0,001$, apresentam diferença significativa, ambos com prevalência na escola pública.

Ao comparar por tipo de escola, nosso resultado encontra semelhança no tópico 3, compreendendo os benefícios das atividades propostas nas aulas, com os achados de Schwaab (2014) e Alves *et al.* (2016). Vale lembrar que esses autores realizaram seus trabalhos em escolas públicas e, no tópico 6, movimento meu corpo com Júnior A. C. (2017), pesquisa realizada em uma escola privada. Assim, podemos observar que, independentemente da educação física ser ministrada na escola pública ou privada, os alunos adeptos da atividade física, de acordo com Nardon e Darido (2017), têm consciência, compreendem seus benefícios e gostam de movimentar o corpo.

Por gênero, os motivos com maior relevância foram os tópicos: 2, com média ($1,88 \pm 1,05^*$) para os meninos e ($2,38 \pm 1,21$) para as meninas, com p (0,001), e 5, com média ($1,94 \pm 1,02^*$) para os meninos e ($2,21 \pm 1,13$) para as meninas, com p (0,044); ambos apresentam diferença significativa, e a prevalência acontece no sexo masculino.

Comparando por gênero, nossos achados se assemelham no tópico 2, dedico-me ao máximo à atividade, com as investigações de Alves *et al.* (2016) e com Lisboa *et al.* (2016), ambos prevalecendo entre os meninos, diferindo do trabalho de Silva A. L. (2018), onde a diferença significativa prevalece entre as meninas. Já o tópico 5, o que eu aprendo faz-me querer praticar mais, encontrou relação com a pesquisa de (Schwaab, 2014).

Esse resultado mostra que os adolescentes do sexo masculino gostam mais da educação física, mas como mostram os achados de Silva A. L. (2018), dependendo de como o professor ministra suas aulas, pode alcançar resultados positivos também entre o sexo feminino. Quando o aluno gostar de educação física, não importa se é menino ou menina, vai participar de forma intensa, de toda atividade proposta com dedicação significativa e a rotina vai fazer querer sempre praticar mais. Para Alves *et al.* (2016), quando o aluno percebe sua competência em fazer algo, realiza com prazer e satisfação e busca exercitar para aumentar sua própria capacidade. Na escola, onde os alunos encontram e convivem com comparações, ampliam-se a importância e a motivação para se dedicar ao máximo nas atividades.

Por estilo de vida os motivos com maior relevância foram os tópicos: 1, com média ($1,96 \pm 0,99$) para os IA e ($1,62 \pm 0,70^*$) para os SA com p (0,004), 2, com média ($2,39 \pm 1,21$) para os IA e ($1,63 \pm 0,86^*$) para os SA com p ($<0,001$), 3, com média ($2,01 \pm 0,98$) para os IA e ($1,55 \pm 0,77^*$) para os SA com p (0,001), 4, com média ($2,34 \pm 1,14$) para o IA e ($1,64 \pm 0,77^*$) para os SA com p ($<0,001$), 5, com média ($2,24 \pm 1,15$) para os IA e ($1,75 \pm 0,87^*$) para os SA com p (0,001) e 6, com média ($1,97 \pm 0,94$) para os IA e ($1,49 \pm 0,60^*$) para os SA com p ($<0,001$). É possível observar que os tópicos 1, 3 e 5 apresentam diferença significativa, enquanto que nos tópicos 2, 4 e 6 encontramos diferenças muito significativas, e a prevalência acontece entre os classificados como Suficientemente Ativos.

Ao comparar nossos achados com outros estudos, apontamos que encontramos semelhanças com Júnior A. C. (2017), em que todos os tópicos se destacam em nível de significância; ressaltamos que essa investigação não

pesquisou por estilo de vida, e sim realizou uma comparação entre alunos do ensino fundamental e médio de uma escola privada. Nossa comparação compreende apenas os alunos do EM.

Nossos resultados indicam que os adolescentes que são suficientemente ativos têm maiores possibilidades de gostar de EF quando aprendem novas habilidades, compreendem os benefícios da atividade física, querem se exercitar muito e sempre, sentem prazer no que fazem, acham que têm poucas oportunidades e que o tempo é insuficiente para realizar o que gostam (Kobal, 1996).

Para Alves *et al.* (2016), cada pessoa tem impulsos diferentes de motivação e quanto mais altos forem estes impulsos, maior será o tempo que esta pessoa ocupará fazendo a atividade para a qual se encontra motivada, transformando isso em autodeterminação. Ainda segundo os mesmos, o professor deve ser capaz de tornar suas aulas mais atraentes sem exagerar nas cobranças para atender às necessidades de cada aluno, seja ele SA ou IA.

Pelo escore geral, o motivo com maior relevância foi o tópico 6, movimento do meu corpo, com média ($1,81 \pm 0,87$). Esse resultado encontra semelhança com os valores de Alves *et al.* (2016) e demonstra que os adolescentes do Ensino Médio, de forma geral, os que gostam de EF, aproveitam as atividades propostas nas escolas para movimentar o corpo.

A educação física escolar é a disciplina responsável por promover o movimento para crianças e adolescentes, cabendo ao professor, de acordo com Alves U. S. (2014), a missão de oferecer aos alunos atividades em que haja o predomínio do movimento e que sejam capazes de ampliar as ações motoras dos praticantes.

A3 - Não gosto das aulas de Educação Física quando, 1. Não consigo realizar bem as atividades, 2. Não sinto prazer na atividade proposta, 3. Quase não tenho oportunidade de jogar, 3. Quase não tenho oportunidade de jogar, 4. Exercito pouco meu corpo e 5. Não há tempo de praticar tudo o que gostaria.

Por tipo de escola, o motivo com maior relevância foi o tópico 3, com média de ($3,29 \pm 1,30$) na escola pública e ($3,07 \pm 1,39$) na escola particular, com $p = 0,194$, mas sem apresentar diferença significativa, com prevalência na escola particular. Comparando nossos resultados com outras investigações, encontramos semelhanças nos estudos de Lisboa *et al.* (2016), realizados na escola pública, também sem apresentar diferença significativa, e de

Júnior A. C. (2017), realizado no ensino privado, que, nesse caso, apresenta diferença significativa.

Quanto ao tópico 3, quase não tenho oportunidade de jogar, é uma reclamação que procede dentro das escolas, uma vez que em muitos casos os professores de educação física precisam juntar muitas turmas, até mesmo de séries diferentes extrapolando o número de alunos, como foi encontrado nas respostas dos professores participantes deste mesmo estudo, onde apontou que 70% dos entrevistados precisam juntar turma por vários motivos; aqui destacamos as respostas de alguns docentes que atuam no ensino médio: P1 – “Como divido por sexo, preciso mais turmas para ter uma média de 30 alunos”; P2 – “Porque são poucos os alunos que vão à aula (por turma)”; P9 – “Atendo na mesma aula alunos do 1º ao 3º ano”. Vale ressaltar que as aulas são ministradas no EM com duas sessões semanais, com tempo de 90 minutos em algumas escolas e separadas em outras, com tempo de 45 minutos. O tempo que é utilizado torna-se insuficiente para todos participarem, principalmente se a turma for muito grande. Isso obriga o professor a montar estratégias para garantir a participação de todos, evitando que os alunos deixem de ir às aulas (Canto & Proença, 2017).

Por gênero, os motivos com maior relevância foram os tópicos: 1, com média ($3,03 \pm 1,31$) para os meninos e ($2,49 \pm 1,28^*$) para as meninas, com $p = 0,001$, apresenta diferença significativa; e 2, com média ($3,02 \pm 1,29$) para os meninos e ($2,67 \pm 1,26^*$) para as meninas, com $p = 0,028$, não apresenta diferença significativa, ambos com prevalência no sexo feminino.

Comparando nossos achados a outros estudos, encontramos semelhanças com Alves *et al.* (2016) e Silva A. L. (2018): no tópico 1, não consigo realizar bem as atividades, com diferença significativa; e no tópico 2, não sinto prazer na atividade proposta, sem diferença significativa, e ambos com prevalência no sexo masculino. Esse resultado mostra que os meninos estão mais propensos a deixar de gostar de EF quando, por algum motivo, não conseguem realizar direito o que está sendo feito, passando a não ter prazer na atividade e provavelmente participando ou deixando de ir à aula.

Analisando os nossos achados, em relação aos alunos que não conseguem realizar bem as atividades e não sentem prazer nas atividades, isso pode ocorrer devido, de acordo com Alves *et al.* (2016), aos profissionais priorizarem alguns conteúdos, repetindo durante todo o ano. Fazer sempre a mesma coisa não desperta interesse nos alunos, principalmente aqueles

que não têm habilidades no conteúdo priorizado. Isso vai deixá-lo de fora. Quando falamos do sexo feminino que como escreve Silva J. C. (2018), tem comportamento diferente dos meninos nas aulas de EF, e o professor deve ter essa consciência ao selecionar os conteúdos, em escolher aqueles que mais se aproximem da realidade de seus alunos, pois independentemente do sexo todos devem ter variedade de atividades que possam chamar a atenção e despertar o interesse em querer aprender algo novo sempre.

Por estilo de vida, os motivos com maior relevância foram os tópicos: 1, com média de $(2,58 \pm 1,24^*)$ para os IA e $(3,11 \pm 1,40)$ para os SA, com $p = 0,002$; e 2, com média de $(2,70 \pm 1,25^*)$ para os IA e $(3,11 \pm 1,33)$ para os SA, com $p = 0,015$, ambos com diferença significativa e prevalência nos adolescentes Insuficientemente Ativos.

Nossos resultados, comparados com outras investigações, encontram semelhança com os valores achados por Alves *et al.* (2016), com relevância e sem diferença significativa, e com Silva A. L. (2018), neste caso, apresenta a mesma relevância de nossos achados, inclusive com diferença significativa.

Trata-se de alunos suficientemente ativos, que gostam de estar em movimento constante, estão sempre motivados a participar das aulas de educação física e, quando encontram dificuldade, procuram superar para continuar. Em relação aos alunos suficientemente ativos, de acordo com o tópico 1, não conseguem realizar bem as atividades. Pode ser que eles não compreendam a necessidade do erro e se deem por incompetentes para tal atividade, acarretando, como enuncia o tópico 2, o não sentir prazer no que estão fazendo. Observando isso, o professor tem o papel, de acordo com Alves *et al.* (2016), de motivar e mostrar ao aluno que os obstáculos fazem parte do processo de aprendizagem de qualquer atividade; é que superar cada barreira que aparece é a recompensa intrínseca para a solução de seu próprio desafio.

Por escore geral o motivo com maior relevância foi o tópico: 5, não há tempo para praticar tudo o que gostaria, com média de $(2,71 \pm 1,40)$, esse resultado é semelhante aos achados de (Schwaab, 2014; Alves *et al.*, 2016), e significa que os adolescentes do EM que gostam de participar da Educação Física, acham o número de aulas semanais insuficientes para cobrir seus anseios e práticas de atividades físicas. Esses achados são corroborados também na entrevista dos professores de Educação Física que atuam no EM e foram investigados neste mesmo estudo. Foi feita aos docentes, na questão 13, a seguinte pergunta: O(a) Senhor(a) acredita que as aulas de educação

física escolar são suficientes para os adolescentes se tornarem fisicamente ativos dentro e fora da escola? Justifique.

Como resposta, destacamos que 80% dos professores consideram que as aulas de EF não são suficientes para alcançar tal objetivo. Destacamos aqui as respostas de 2 professores:

P5 – “Não, com certeza precisa de pelo menos 4 aulas por semana”;

P7 – “Não, pois são apenas 2 aulas por semana, talvez hoje haja o estímulo apenas, mas para de fato se tornarem fisicamente ativos a frequência deveria ser maior”.

Ressaltamos que no escore geral não tratamos do aluno ser ou não fisicamente ativo, mas utilizamos esta informação para mostrar que os docentes têm consciência de que as aulas não oferecem tempo suficiente para alunos praticarem tudo o que gostariam.

Muitos são os motivos para um aluno gostar ou não de atividades físicas e esportivas, principalmente nas que ele encontra na educação física escolar. O aluno pode estar intrinsecamente preparado para praticar atividades físicas, mas pode encontrar dentro da escola, motivos extrínsecos que ajudam ou atrapalha a aumentar a manter a mesma motivação intrínseca, por essa razão de acordo com Alves, *et al.* (2016), o professor tem que fazer uma intervenção pedagógica junto a seus alunos para criar através de suas aulas um ambiente capaz de estimular um comportamento que relacione a escolha de atividades com motivação dos discentes, tendo como base o prazer e executar o que está sendo proposto.

Ao serem perguntados há quanto tempo fizeram a graduação e atuam na educação física escolar, 100% têm mais de cinco anos de formados e a maioria trabalha há mais de 8 anos.

O resultado encontrado mostra que os professores que atuam com Educação Física no Ensino Médio da cidade de Altamira, são experientes, capazes de acordo com Nista-Piccolo & Moreira (2012b), de criar seu próprio estilo e metodologia de ensino, apontar os objetivos que pretendem alcançar e assumir uma postura qualitativa para percorrer caminhos que possam melhorar sua rotina e diminuir ou sanar os conflitos que ora possam surgir no convívio com os alunos que se encontra neste nível de ensino dentro da escola. Já para Júnior, Teixeira e Guimarães (2017), o professor de Educação Física experiente é capaz de levantar as necessidades que precisam ser ampliadas no ensino, conhecer os interesses pessoais dos alunos no que

eles gostam ou não e as possibilidades e limites de cada um, facilitando as decisões do que precisa ser feito nas aulas.

A experiência docente faz com que o profissional conheça a realidade escolar dos alunos e seus interesses, identifique logo cedo o que os discentes gostam ou não, os problemas estruturais e de matérias e como superar as dificuldades encontradas, sendo capaz de conquistar ou afastar os adolescentes de suas aulas. Isso depende da prática e do estilo de cada professor. Os que têm o carisma desta profissão têm a facilidade de conquistar a presença e o respeito dos alunos através de suas atitudes e ações.

Ao serem indagados na pergunta 3, em quantas escolas trabalham? e na 4 quantas turmas atende? Encontramos que a maioria, 60%, trabalha em apenas uma escola e 70% atende mais de 10 turmas para completar a carga horária semanal.

Como base no resultado encontrado, pode-se afirmar que a carga horária dos professores que atuam nas escolas se encaixa dentro dos padrões trabalhistas, mas em alguns casos extrapolam, sobrecarregando o profissional, devido, como discorre (Braghin & Fernandes, 2017), a desvalorização desta profissão que resulta em má remuneração financeira, obrigando aos profissionais da carreira do magistério a ter que buscar e conviver com duras e longas jornadas de trabalho, como pode ser destacado nas respostas dos professores P1 e P5, que atendem 21 turmas diferentes, ambos atuando no ensino público, e também em mais de uma escola.

A profissão do magistério é aquela que o trabalho não fica na escola, continua em casa fora do expediente, o professor sempre tem algo a fazer para levar pronto no dia seguinte. É normal o profissional de Educação Física, devido à pequena carga horária de 2 aulas por semana, ter que assumir muitas turmas, geralmente entre 8 e 10 por turno de trabalho, somando uma média de 16 a 20 para quem atende os dois períodos. Trabalho que leva para casa deve ser multiplicado justamente pelo número de turmas que o professor atende e pela quantidade de alunos que cada uma tem. Pela desvalorização e má remuneração salarial dessa categoria, são muitos os que precisam assumir rotinas pesadas para garantir suas necessidades básicas, vivendo com níveis de estresse altíssimos, podendo afetar diretamente o rendimento de sua atuação.

Indagados sobre quantas aulas são ministradas por semana para cada turma e ainda se são juntas ou separada, o resultado encontrado foi que to-

dos os professores trabalham duas aulas semanais, onde 60% atendem os alunos em duas seções no mesmo dia e 40% em duas seções separadas, em dias diferentes, chamando atenção a justificativa do professor, P10 – “devido ao pouco tempo disponível para a utilização da quadra, que é descoberto”.

Para Braghin e Fernandes, (2017), corroborado pôr Nardon e Darido (2017), a educação física necessita de um ambiente adequado e diferente, que ofereça condições para o profissional da área atender com qualidade seus alunos, no entanto, em pleno avançar do século XXI, ainda encontramos escolas que se quer possuem quadras e as que dispõem, desse espaço, não tem cobertura e outras que mesmo cobertas, estão em péssimo estado de conservação, expondo professores e alunos ao sol, a temperaturas altas e perigos estruturais como buracos e outros que podem prejudicar a saúde dos mesmos, além de interferir diretamente na propriedade das aulas.

O número de aulas da educação físicas (2 semanais), regulamentada e ministradas nas escolas é insuficiente para provocar efeitos positivos duradouros em relação a prática de AF, como foi observado nas escolas de EM, as aulas são oferecidas em 60% delas com as duas seções juntas no mesmo dia, com um total de 90 minutos distribuídos para a quantidade de alunos presentes, em alguns momentos, dependendo da atividade proposta, vão esta ativos e outros ociosos sem movimentar-se, acabando a aula, só voltará 7 dias depois, e o que o aluno aprendeu na aula anterior, provavelmente já terá ficado no caminho, pois houve quebra de sequência e praticamente irá começar do zero. Os outros 40% dos professores trabalham as aulas em dias separados, esse formato sugere uma continuidade dos objetivos a serem alcançados, ou seja, o que foi ensinado em uma aula vai ser retomado com mais brevidade, podendo aumentar e tornar mais complexa a atividade desenvolvida, mas também há um corte no que está sendo feito, pois a próxima seção só voltará a acontecer alguns dias depois. Para ter um efeito positivo, seriam necessárias pelo menos 3 vezes por semana em dias intercalados, além de levar em consideração as condições de espaço, horário e as condições de cada aluno.

Perguntados sobre quantos alunos atendem em suas aulas e se são todos da mesma turma, nossos achados mostram que a maioria 70% precisam juntar turmas diferentes e quantidade de alunos atendidos variam; professores com menos de 25 alunos e outros entre 30 e 40.

Ao analisar as falas dos professores, P2 e P5 ao exporem que são poucos alunos que frequentam as aulas por vários motivos de dispensa. É

possível perceber a desvalorização que a Educação Física escolar enfrenta no Brasil, como escrevem Rufino, Impolcetto, Diniz e Darido (2017), tratando as aulas de EF como atividade extracurricular, pois acontecem em horários diferentes das demais disciplinas, obrigando o aluno a voltar à escola em outro período, quando poderia vir apenas uma vez. Esse formato de atendimento abre brechas para os alunos não virem às aulas, provocando evasão e diminuindo a quantidade de participantes e forçando o professor a juntar turmas com níveis de aprendizado diferentes, como aponta o professor P9, ao atender alunos do 1º ao 3º ano na mesma turma.

Para uma aula de EF ter o efeito que o professor deseja, depende de quantos alunos estão presentes, independentemente da aula ser no turno normal ou no contraturno. Se o número de participantes for muito pequeno, pode ser insuficiente para realizar determinadas atividades; se for muito grande, vai reduzir ao mínimo a participação no que está sendo feito. O ideal seria que todos fossem da mesma idade, do mesmo ano de curso e do mesmo nível de aprendizagem, assim, diminuem-se as diferenças e o interesse em participar aumenta, pois o aluno se sente valorizado e respeitado dentro de seus limites.

O professor de EF, para montar suas turmas, deve conhecer muito bem os alunos e suas características para atendê-los levando em consideração a condição dos mesmos, assim, poderá extrair o máximo de cada um.

Ao serem perguntados se todos os alunos frequentam as aulas de educação física, a maioria, 80%, afirma que nem todos frequentam.

O resultado encontrado nos nossos achados mostra que em poucas escolas todos frequentam as aulas, vale relatar que essa realidade é encontrada de acordo com os docentes no sistema de ensino privado, onde as aulas acontecem no mesmo turno que as outras disciplinas, a grande maioria, apontam que os alunos não frequentam normalmente e apresentam diversos motivos como elencam as respostas dos professores:

P1 – “uns moram muito longe, outros fazem cursos profissionalizantes no Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial - SENAI, outros são estagiários, uns estão nas exceções que a lei garante”;

P2 – “não, muitos alunos trabalham ou dependem de transporte escolar”;

P3 – “motivos diversos; alguns fazem cursos no contraturno e outros são dispensados conforme a lei”;

P5 – “tem os dispensados (prole, saúde e morar longe)”;

P6 – “alguns fazem outros cursos”;

P7 – “alunos dispensados”;

P10 – “alguns são amparados pela Lei”.

Esse quadro de justificativas para os alunos deixarem de participar nas aulas de EFE, mostra a desvalorização que esta disciplina sofre nas escolas, como encontramos nos escritos de Rufino et al (2017), é preciso superar a visão de atividade extracurricular, e fazer com a EF, ganhe status e a mesma importância que as outras disciplinas possuem, sendo aplicadas no mesmo período que as outras, assim os alunos não terão tantos motivos para ser dispensados das aulas, concordando com os autores citados nesta discussão, Canto e Proença (2017), apontam que o professor deve encontrar meios de incluir todos alunos e não de afastá-los das aulas.

Além dos motivos que geralmente são apresentados para os alunos deixarem de ir as aulas de EF, os previstos em leis e os associados ao desinteresse do aluno, a falta de apoio das famílias e das coordenações pedagógicas das escolas, a falta de material e infraestrutura adequada e a desvalorização da disciplina, soma-se a tudo isso a atuação do professor, que em muitos casos se encontra numa zona muito confortável, em atender poucos discentes, pois são menos problemas para resolver; mas existem também os que se incomodam em ter a frequência reduzida e buscam através de suas práticas diferenciadas e compromissadas ampliar ao máximo os participantes em suas aulas, superando as dificuldades encontradas nas escolas com metodologias diferenciadas, capazes de chamar a atenção e prender o aluno constantemente na educação física.

A serem indagados se as aulas são separadas por gênero, nossos achados indicam que 90% dos entrevistados trabalham com separação entre meninos e meninas.

A educação física deve ser ministrada na escola sem nenhum tipo de discriminação ou preconceito, pois deve-se partir da premissa de que todos são iguais e têm os mesmos direitos, independentemente da idade, sexo, raça, cor, religião, nível de ensino ou condição social. Em relação ao gênero nas aulas de educação é comum encontrar nas escolas brasileiras, como também aconteceu neste estudo, aulas para meninas separadas dos meninos, por motivos diversos, apontados pelos professores, como segurança, reclamações e cobranças dos pais, falta de maturidade dos adolescentes,

diferenças de aprendizagem, interesses diferentes de meninos e meninas e também as capacidades físicas.

De acordo com Silva J. C. (2018), o professor, ao preparar suas aulas, deve levar em consideração elementos que tornem os alunos o mais iguais possível, para respeitar as diferenças e ajustar as particularidades, devendo ter em suas intenções, como afirmam Matos, Brasileiro, Rocha e Neto (2016), a consciência de que precisa estimular a participação das meninas nas aulas, motivando-as com atividades prazerosas.

As moças e os rapazes, ambos têm direito à aula de EF, e devem ser tratados com respeito e consideração, primeiro porque são alunos, segundo por serem cidadãos e terceiro por serem adolescentes em processo de formação motora e educacional, que estão sob a tutela da escola e sob a responsabilidade dos professores. Assim, independentemente de ser o aluno de um gênero ou de outro, das aulas serem juntas ou separadas por essa condição, o que realmente importa é o valor que o professor dá a esse indivíduo enquanto pessoa, o respeito que tem em atender cada um e a vontade de querer ensinar sempre algo novo, para o rapaz ou a moça, menino ou menina, ele ou ela.

Indagados se há evasão na Educação Física Escolar, quais os motivos que levam os alunos a não frequentarem as aulas e ainda o percentual observado nas escolas, os achados mostraram que a maioria afirma a existência.

A disciplina Educação Física escolar, apesar de ser obrigatória como as outras, é um componente curricular garantido pela Lei 10.328/2001 (Brasil, 2001), que alterou o texto da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Brasileira – LDB, 9394/96. A garantia de obrigatoriedade, no entanto, entra em contradição com a própria Lei, uma vez que faculta a prática para alunos de cursos noturnos, maiores de 30 anos, que trabalham mais de 6 horas por dia, prestam Serviço Militar, têm prole e problemas de saúde. Fora estes casos amparados, que já denotam a desvalorização da disciplina EF, e a exclusão de grande parte dos alunos matriculados. Inúmeros são os motivos para os alunos deixarem de participar das aulas, como podemos notar nas palavras dos professores envolvidos neste estudo.

Trabalhar com EF no EM, não é tarefa fácil como exaltam Nardon e Darido (2017), além dos problemas estruturais, materiais e didáticos, convive com turmas numerosas, alunos desinteressados, longas jornadas de trabalho e nos dias atuais e modernos com a indisciplina dos alunos que em alguns

casos geram violência dentro e fora da escola, envolvendo nos eventos mais graves até a morte do docente, essa realidade repleta de conflitos, interesse diferentes e a desvalorização que os alunos tem em relação educação física escolar, provoca evasão de uma grande quantidade de discentes, quando na verdade, conforme escrevem Oliveira e Costa (2016), os alunos deveriam aproveitar o espaço escolar, para usufruir de todos os benefícios que a educação física pode oferecer, pois os anos de curso do ensino médio para a grande maioria, são os últimos momentos que esses adolescentes terão para ser acompanhados por profissionais da área.

O aluno do EM deve participar mais das aulas de EF, não pela obrigatoriedade curricular prevista em lei, mas sim por reconhecer e valorizar a importância que esse componente traz para sua vida dentro da escola, o quanto irá interferir no estilo e na qualidade de vida adquiridos por essa prática e que adotará quando não mais frequentar as seções formais promovidas e acompanhadas pelo professor.

Perguntados se as aulas são ministradas no mesmo turno das outras disciplinas ou no contraturno, nossos achados apontam como resultado que a maioria, 80% dos professores, trabalha no contraturno, valendo ressaltar que aplicam as aulas no mesmo turno e fazem parte do sistema de ensino privado.

Percebe-se com os argumentos dos professores que as aulas acontecem no contraturno, mas os mesmos tem consciência dos problemas que esse atendimento provoca na realidade escolar, o fato de ter que voltar para a escola para aulas de EF, passa ser uma tarefa difícil, os adolescentes tem uma vida extracurricular repleta de atividades, geralmente acompanhadas de comportamento sedentário, com jogos eletrônicos, e realidade virtual das redes sociais como aponta Nista- Piccolo e Moreira (2012b), fica complicado estimular adolescentes desse tipo vida em ir à escola somente para participar da aula de EF, para muitos uma disciplina que nem gosta. Além disso, voltar para escola gera despesa para os pais, nos deslocamentos principalmente para os que residem nos bairros distantes da escola, temos que considerar que os alunos utilizam o horário contrário na busca de formação complementar que pode leva a universidade, gerando de acordo Nardon e Darido (2017), uma competição onde o prêmio é o aluno que vai optar por fazer educação física ou realizar outras atividades de seu interesse.

Trabalhar no turno normal ou no contraturno é apenas um detalhe; o que realmente interessa é a aceitação e a participação dos alunos nas aulas.

Todo professor que realmente gosta do seu labor se sente bem com suas turmas lotadas. Se ele conseguiu conquistar os discentes com sua prática e exemplo, sempre vai tê-los por perto, querendo participar de tudo o que acontece na educação física escolar e, em alguns casos, fora da escola também.

Ao serem investigados sobre quais conteúdos desenvolvem nas aulas de EF, nota-se, de acordo com o encontrado, que há prevalência esportiva na prática dos professores, tanto no ensino público quanto no privado. Para Alves U. S. (2014), o esporte é mola mestra da educação física; a maioria dos professores é adepta desse estilo e oferece desde muito cedo as modalidades que dominam, para que os alunos aprendam a gostar, pratiquem com prazer e se envolvam cada vez mais com esse tipo de atividade. Dos esportes citados pelos professores, a ampla maioria é praticada na quadra, com modalidades coletivas, com esportes de rede, invasão e, em alguns casos, os de luta, predominância esta que se encaixa na classificação de (Barroso & Júnior, 2017). Sabe-se que a prática esportiva é, para muitos alunos, o motivo de ir à aula de EF. Então, segundo os mesmos autores, o professor tem que ter a consciência de que não deve ensinar apenas um esporte, e sim apresentar uma variedade de atividades que atinjam o maior número possível de participantes, gerando para o aluno a possibilidade de escolher a escola com a qual ele mais se identifica. Para Braghin e Fernandes (2017), as atividades que são desenvolvidas no EM, são as mesmas aplicadas no Ensino Fundamental, e acontecem na escola de acordo com a vontade e o conhecimento do professor em querer ampliar o aprendizado do aluno e dependem ainda das condições que a escola oferece para desenvolver uma ou outra modalidade.

A prática desportiva, de acordo com o pensamento de Barroso e Júnior (2017), desperta encantos positivos na grande massa dos alunos que resolve conhecer e atuar nesta ou naquela modalidade.

Os profissionais da área de educação física, devem compreender a necessidade de um processo de ensino-aprendizagem que seja capaz de envolver tanto os alunos interessados e que possuem qualidade para se cobrar rendimento quanto àqueles que estarão praticando por obrigação, diversão ou por simples falta de opção, assumindo a consciência de profissional ético, compromissado que pretende ser a diferença.

Perguntados se acreditam que os conteúdos desenvolvidos nas aulas de EF agradam parcialmente ou totalmente aos alunos, o resultado encontra-

do em nossos achados mostra que a maioria dos professores, 90%, respondeu que agrada parcialmente.

A educação física é uma disciplina que pode ser trabalhada de várias maneiras para atender às expectativas dos alunos, mas o professor tem que apresentar uma variedade de atividades logo no início da vida escolar. Quanto mais cedo a criança começa a conviver com atividades físicas diferenciadas, mais cedo passa a ganhar o gosto e a vontade de fazer e realizar com prazer o que lhe é proposto. De acordo com Arraz (2018), é na infância que a criança constrói o alicerce de sua existência, é nesta fase que ela desenvolve o psicológico, as habilidades motoras, descobre e vive suas maiores paixões, realiza com maior aceitação tudo o que lhe é sugerido, querendo sempre mais. O professor deve aproveitar a predisposição desses meninos e meninas para ampliar o acervo motor, nas séries iniciais e no ensino fundamental, para minimizar a rejeição por algo diferente no EM.

Para Nardon e Darido (2017), o professor de EF não pode simplesmente se apegar a repetir o que o aluno já conhece, pois os adolescentes que se encontram no ensino médio conseguem discernir o que querem fazer, diferentes dos outros níveis de ensino, onde os alunos só precisavam dizer “vamos fazer algo”; a resposta de todos sempre era positiva. De acordo com a mesma autora, a pura repetição de atividades de anos anteriores, provoca o afastamento dos alunos nas aulas.

De acordo com Barroso e Júnior (2017), se a EF foi ministrada de forma agradável, rica em variedade de atividades físicas, certamente gerou conhecimento para praticar de forma consciente e segura as atividades e modalidades vivenciadas ao longo da vida escolar, gerando uma expectativa de poder fazer melhor, o que antes desenvolvia com certa técnica, agora terá a oportunidade de aprimorar detalhes executando com mais qualidade.

Se o aluno conviveu com uma boa educação física, rica em atividades que despertaram a vontade e o prazer em está se movimentando no Ensino Infantil e Fundamental, certamente vai chegar no EM ainda com boa aceitação, e esperança de continuar e ampliar seus conhecimentos naquilo que gosta de fazer, e o professor tem que sempre levar algo novo para suas aulas, mas deve ter a consciência de que não deve fazer só o que os alunos querem.

Perguntados se acreditam que as de EF são suficientes para os alunos se tornarem fisicamente ativos dentro e fora da escola, o resultado mostra que a maioria, 80%, afirma que não é suficiente.

Como aponta o resultado, percebe-se que a maioria dos professores tem consciência de que o número de aulas semanais não é satisfatório para tornar os adolescentes suficientemente ativos. São apenas duas seções, aplicadas no mesmo dia ou em dois dias distintos, no mesmo turno ou no contraturno, separadas por gênero em algumas escolas e em outras não. Essa realidade, de acordo com Nista-Piccolo e Moreira² (2012b), dificulta ao professor estimular os alunos a participarem das aulas, uma vez que nem sempre há vontade do discente de querer fazer o que está sendo proposto.

A OMS (2014) recomenda pelo menos 60 minutos de AF diárias para adolescentes. Nas escolas de Altamira, de acordo com os professores, são aplicadas aulas com duração entre 45 e 50 minutos, sendo ministradas juntas no mesmo dia ou separadas em dias distintos; tem-se apenas entre 90 e 100 minutos semanais, numa média diária de 14,2 a 18,8 minutos por dia, bem longe da média recomendada pela OMS, que prevê 420 minutos por semana. Assim, pode-se dizer que aulas de educação física realmente não são capazes de tornar os alunos do EM suficientemente ativos.

A aula de EF deve gerar uma continuidade e, no formato em que as aulas acontecem nas escolas, isso não é possível, principalmente para quem tem apenas uma sessão por semana, pois o que é ensinado em um dia só vai voltar a ser ensinado novamente 7 dias depois, ou seja, é praticamente começar do zero o que está sendo aplicado.

Ao serem perguntados sobre quais são os maiores problemas encontrados nas aulas de EF nas escolas de Ensino Médio, nossos achados não diferem da realidade da EF brasileira. Os professores que atuam no EM convivem com os mesmos problemas que a maioria dos profissionais da área encaram nas suas rotinas diárias. As queixas relatadas pelos professores de Altamira, são repetições uníssonas nacionais, todos sofrem com: a falta de estrutura e material adequado, o desinteresse dos alunos em participar da aula, a ausência frequente dos alunos, a falta de apoio dos pais, os motivos banais que tiram os alunos da aula, a falta de apoio e consideração das coordenações administrativas e pedagógicas das escolas, a facilidade com que se cancela aula para realização de outros eventos e a grande desvalorização do profissional.

Para Nista-Piccolo e Moreira (2012b), o contexto educacional deve compreender que o processo de ensino-aprendizagem não depende exclusivamente do trabalho docente, e sim de todo o corpo profissional pedagógico

que existe na escola, dos incentivos da família, da vontade dos alunos em aprender e das condições de trabalho que são oferecidas.

O ambiente escolar deve oferecer condições mínimas para que o processo de ensino-aprendizagem aconteça sem sofrer restrições, oferecendo aos alunos oportunidades de vivências variadas e ao professor o suporte adequado para criar as situações que precisam ser trabalhadas nas aulas. Em relação à EFE, o trabalho docente, de acordo com as afirmações de Braghin e Fernandes (2017), pode ser afetado diretamente pelas condições de trabalho que são ou não oferecidas ao professor dentro das escolas, elencando os fatores que podem interferir diretamente na qualidade do ensino, como espaço físico, materiais, jornada de trabalho, segurança e violência.

O professor de educação física, mesmo diante de todos os obstáculos, se tiver compromisso e gostar do que faz, sempre vai achar uma forma de superar as dificuldades estruturais e materiais, mostrando que é possível promover qualidade no trabalho a ser desenvolvido com os alunos e até conseguir que os adolescentes sejam adeptos do que essa disciplina propõe.

Ao perguntar o que pode ser feito para superar ou amenizar os problemas encontrados em relação à EF escolar no EM do ponto de vista dos professores, todos apresentaram respostas individuais, destacando as falas dos docentes:

P1 – “Capacitação continuada do professor e maior quantidade de recursos didáticos”;

P3 – “Que cada professor valorize sua área e cumpra com suas responsabilidades”;

P9 – “Deve ser feito um trabalho de conscientização com os alunos e pais sobre a importância da aula de Educação Física, trabalho esse realizado não somente pelo professor, mas pela equipe técnica e pedagógica da escola”.

Todo professor almeja encontrar na escola condições adequadas para desenvolver bem sua disciplina, com a educação física não é diferente. É sabido que a EF escolar sofre inúmeros problemas e carece de atenção especial. O relato dos professores de Altamira endossa o clamor da categoria em todo o Brasil, e as perspectivas docentes não diferem, pois de norte a sul, de acordo com Nardon e Darido (2017), se repetem os problemas dentro da realidade de cada escola.

Do professor que se encontra no início de carreira ao que possui grande experiência, como apontam Braghin e Fernandes (2017), todos necessitam de melhores condições de trabalho e anseiam por: investimentos na infraestrutura e nos materiais didáticos, apoio das direções e coordenações pedagógicas, incentivos dos pais para os alunos participarem das aulas com frequência contínua, interesse dos discentes pela disciplina, capacitação continuada do docente e valorização profissional.

Muitos professores, mesmo diante de uma realidade sofrida sem as condições ideais, conseguem levar para as aulas assuntos interessantes que despertam a vontade dos discentes de querer saber mais, aumentando sua frequência e também ajudando a convencer novos colegas a fazer o mesmo, vir a cada. As condições para se ministrar uma aula podem ser as mesmas para todos, mas a vontade do professor em querer fazer bem faz diferença, minimizando tudo o que for obstáculo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados de nosso estudo mostram a realidade dos alunos e professores envolvidos nas aulas de Educação Física do Ensino Médio da cidade de Altamira-PA. O estudo buscou entender a contribuição das aulas de Educação Física para o aumento ou diminuição da prática de atividades físicas por alunos do Ensino Médio.

Foram investigadas as seguintes questões: nível de atividade física, fatores motivacionais para a prática de Educação Física Escolar (ambos analisados por: tipo de escola pública ou privada, gênero masculino ou feminino, estilo de vida que classificou os alunos em SA e IA e escore geral) e a realidade da Educação Física no Ensino Médio do ponto de vista dos professores.

Nossos achados nos levaram a concluir que:

Em relação ao nível de atividade física, no geral, 66,4% dos adolescentes do EM foram classificados como Insuficientemente Ativos e somente 33,6% foram classificados como Suficientemente Ativos. Quando comparados e analisados por tipo de escola, os adolescentes do ensino público exibiram resultados um pouco melhores que os do privado, mas sem apresentar diferenças significativas. Ao realizar a avaliação comparando por gênero, os alunos do sexo masculino alcançaram escore médio do nível de atividade física bem maior que o das alunas do sexo feminino, mostrando diferença significativa e demonstrando que os meninos possuem maior nível de atividade física do que as meninas. Essa realidade transcorre de comportamentos sedentários tão normais nos tempos modernos, que também chegaram ao ambiente escolar e causam imensa preocupação para os professores de Educação Física, pois o hábito da inatividade física afeta diretamente a participação desses alunos nas aulas e diminui de forma significativa a frequência.

Sobre os aspectos motivacionais dos adolescentes para a prática da Educação Física escolar foi investigado a motivação extrínseca e intrínseca, analisados por:

No tipo de escola, existem problemas na relação professor/aluno, prevalecendo na escola pública, mas nesse mesmo tipo de ensino os adolescentes se mostraram mais proativos em participar das aulas de Educação Física.

Gênero: os adolescentes do sexo masculino são mais competitivos que os femininos e demonstram interesse no reconhecimento de seu desempenho; no entanto, também são eles que demonstram gostar e sentir prazer

em aprender novas habilidades e querem sempre praticar mais do que lhes propõem nas aulas de Educação Física.

Estilo de Vida: existe prevalência nos Suficientemente Ativos na competitividade, na comparação de rendimento, em ter suas opiniões aceitas e sentir-se integrado aos colegas. Mas em contrapartida a isso, os adolescentes classificados como SA apresentam predisposição para gostar de: atividades físicas, aprender coisas novas, aumentar conhecimentos, movimentar o corpo, dedicar-se ao máximo no que fazem e ainda se sentem saudáveis. Já os classificados como Insuficientemente Ativos destacaram na motivação negativa por não gostarem, não conseguirem realizar bem as atividades e não sentirem prazer nas atividades propostas nas aulas de Educação Física Escolar.

Escore Geral: os adolescentes que participam das aulas por precisam tirar boas notas na disciplina não conseguem se integrar com facilidade em suas turmas, não gostam de comparações entre colegas; porém, os que são adeptos da atividade física afirmam que participam das aulas para movimentar o corpo e reclamam por não haver tempo suficiente para fazer tudo o que gostariam.

Os professores do Ensino Médio são profissionais experientes, com média de idade de 39,9 anos. A maioria atua na Educação Física há mais de 8 anos. 60% trabalham em apenas uma escola e 40% em mais de um estabelecimento de ensino, com mais de 10 turmas, e atendem entre 30 e 40 alunos, em duas aulas semanais juntas em algumas escolas e separadas em dias alternados, e ainda por gênero. Existe a prevalência de aulas aplicadas no contraturno das outras disciplinas, sendo o atendimento no mesmo turno apenas no ensino privado, onde os docentes apontam ser menor a evasão, tão comum nas instituições educacionais públicas.

Os docentes têm consciência que as aulas de Educação Física não atendem totalmente às expectativas dos alunos e não são suficientes para tornar os adolescentes suficientemente ativos, principalmente por causa do comportamento sedentário apresentado nas escolas e o grande uso de jogos eletrônicos.

Quanto aos conteúdos desenvolvidos nas aulas de EF das escolas do EM, há uma predominância esportiva, prevalecendo o que se conhece por “quarteto fantástico”, ou seja, a prática de (futsal, handebol, basquetebol e voleibol), sendo o futsal o preferido na maioria das escolas. A prática espor-

tiva desses quatro esportes aponta uma realidade de variedade limitada de atividades, que favorece a participação mais frequente e intensa dos alunos mais habilidosos nas modalidades e afasta ou exclui os adolescentes que não são adeptos da prática desportiva.

Concluimos ainda que os professores de Educação Física do EM, da cidade de Altamira, convivem e enfrentam dificuldades estruturais como a falta de: quadra e cobertura em algumas, manutenção dos espaços existentes, falta de material adequado e suficientes para atender todos os alunos, desinteresse em participar das aulas, vícios adquiridos no Ensino Fundamental em querer apenas jogar bola e a desvalorização que a EF encontra enquanto disciplina dentro da escola, onde a dispensa acontece por qualquer motivo banal e sem fundamentos.

Contudo, mesmo diante de uma realidade tão sofrida pelos professores, todos sonham em oferecer boas aulas a seus discentes e esperam que sejam oferecidas condições para isso acontecer com capacitação continuada, mais e melhores investimentos em infraestrutura, materiais e principalmente o apoio da família e das coordenações escolares.

Recomendações

O estudo não tem caráter e objetivo de ser conclusivo, e sim de ser o ponto de partida para novas e mais pesquisas que possam contribuir para o desenvolvimento e aprofundamento de métodos diferenciados capazes de incentivar a adoção de um estilo de vida suficientemente ativo na adolescência.

REFERÊNCIAS

Alves, F. R., Escóssio, A. P., Amâncio, V. d., & Teixeira, F. A. (abril/junho de 2016). Fatores Motivacionais para a prática das aulas de Educação Física no Ensino Médio. *Conexões*, 14. n. 2, 53 - 62. doi:<http://dx.doi.org/10.20396/conex.v14i2.8646056>.

Alves, U. S. (2014). *Educação Física Escolar: uma abordagem ampliada do esporte*. São Paulo: Avercamp.

Arraz, F. M. (2018). A importância da atividade física na infância. (08, Ed.) *Revista Científica Multidisciplinar*, 01, 92-103. Acesso em 01 de junho de 2019, disponível em www.nucleodoconhecimento.com.br

Autores, C. d. (2009). *Metodologia do Ensino de Educação Física* (2. ed.). São Paulo, SP, Brasil: Cortez.

Barroso, A. L., & Júnior, O. M. (2017). Esporte. Em S. C. Darido, *Educação Física no Ensino Médio: diagnóstico, princípios e práticas* (pp. 253-275). Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil: Unijuí.

Beck, C. (2018). *As 8 idades do homem: os estágios do desenvolvimento psicosocial de Erik Erikson*. Acesso em 25 de maio de 2019, disponível em Andragogia Brasil, Especialista em Educação de Adultos: <https://andragogia-brasil.com.br/as-8-idades-do-homem/>

Boas, Â. B. (19 de novembro de 2016). Faculdade Sant'Ana Curso de Licenciatura em Educação Física. *Como a Educação Física e o Exercício Físico podem auxiliar no combate contra a obesidade em crianças e jovens?* Ponta Grossa, Paraná, Brasil. Acesso em 25 de maio de 2019, disponível em <https://www.iessa.edu.br/revista/index.php/tcc/article/download/54/3>

Braghin, R. S., & Fernandes, A. (2017). *Educação Física no Ensino Médio: Algumas considerações a partir da formação e das condições de trabalho docente*. Em S. C. Darido, *Educação Física no Ensino Médio: diagnóstico, princípios e práticas* (pp. 25-40). Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil: Unijuí.

Brasil. (12 de dezembro de 2001). Casa Civil, Subchefia para Assuntos Jurídicos. *LEI No 10.328*. Brasília.

Brasil. (12 de julho de 2012). Senado Federal. *Projeto de Lei 249/2012*. Brasília, Distrito Federal, Brasil. Acesso em 20 de outubro de 2019, disponível em <https://www25.senado.leg.br/web/atividade/materias/-/materia/106498>

Brasil. (2015). Ministério da Saúde. *Pesquisa Nacional de Saúde*.

Brasil. (15 de dezembro de 2017). Ministério da Educação, Secretaria de Educação Básica. *Base Nacional Comum Curricular - BNCC*. Brasília, Distrito Federal, Brasil. Acesso em 02 de junho de 2019, disponível em <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/a-base>

Canto, R. F., & Proença, F. d. (2017). Trabalho de Conclusão de Curso - TCC do Curso de Graduação em Licenciatura em Educação Física da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA. *Desvalorização da Educação Física Escolar*. Ariquemes, RO, Brasil. Acesso em 19 de 10 de 2019, disponível em <http://repositorio.faema.edu.br>

Carvalho, A. O., & Ditomasi, A. (2017). Ginástica no Ensino Médio. Em S. C. Darido, *Educação Física no Ensino Médio: Diagnóstico, princípios e práticas* (pp. 408-423). Ijuí, RS, Brasil: Unijuí.

Correia, W. R. (2011). *Educação Física no Ensino Médio: questões impertinentes*. Várzea Paulista, São Paulo: Fontoura.

Dias, D. F., Loch, M. R., & Ronque, E. R. (2015). Barreiras percebidas à prática de atividades físicas no lazer e fatores associados em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20, 3339-3350. doi:<http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320152011.00592014>

Diniz, I. K., Lucke, A. F., Germano, V. A., & Darido, S. C. (2017). Dança no Ensino Médio: da contextualização à prática. Em S. C. Darido, *Educação Física no Ensino Médio: diagnóstico, princípios e práticas* (pp. 384-423). Ijuí, RS, Brasil: Unijuí.

Ferreira, R. W., Robaldi, A. J., Ricardo, L. I., Hallal, P. C., & Azevedo, M. R. (2015). Prevalência de comportamento sedentário. *Revista Paulista De Pediatria*, 56 - 63.

Filho, V. C., Brito, D. T., Sá, S. A., & Lima, A. B. (2016). *Atividade Física e Ambiente Escolar: discutindo Práticas e Percepções na Adolescência*. Curitiba, Paraná, Brasil: Appris.

Franco, L. C. (2017). *Práticas Corporais de Aventura*. Em S. C. Darido, *Educação Física no Ensino Médio: diagnóstico, princípios e práticas* (pp. 295-321). Ijuí, RS, Brasil: Unijuí.

Freitas, A. E., et al. (dezembro de 2016). Atividade física e pressão arterial em crianças obesas. *Educación Física y Ciencia*, 18, n.º 2. Acesso em 10 de outubro de 2019, disponível em <https://www.efyc.fahce.unlp.edu.ar/article/view/EFyCe010/7894>

Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2013). *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos* (7. ed.). Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil: AMGH.

Gil, A. C. (2018). *Como Elaborar Projetos de Pesquisa* (6ª ed.). São Paulo, São Paulo, Brasil: Atlas.

Gil, A. C. (2019). *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social* (7ª ed.). São Paulo, São Paulo, Brasil: Atlas.

Gomes, T. S. (2015). Dissertação (Mestrado em atividade física no contexto escolar) - Universidade de Coimbra. *Caracterização da atividade física e da qualidade de vida em crianças e jovens com deficiência visual*. Coimbra.

Guedes, D. P., & Guedes, J. E. (2015). Medida da Atividade Física em Jovens Brasileiros: Reprodutibilidade e Validade do PAQ-C e do PAQ-A. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 21, 425-432.

Guimarães, A. B., & Lagoeiro, J. B. (2017). *O jogo no Ensino Médio*. Em S. C. Darido, Educação Física no Ensino Médio: diagnóstico, princípios e práticas (pp. 230 - 252). Ijuí, RS, Brasil: Unijuí.

Júnior, A. C. (14 de novembro de 2017). Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física), Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília – UniCEUB. *Comparação do nível de motivação de alunos do ensino fundamental e médio para a prática de educação física*.

Brasília, Distrito Federal, Brasil. Acesso em 30 de outubro de 2019, disponível em <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/13136>.

Júnior, L. S., Teixeira, A., & Guimarães, A. B. (2017). Inclusão educacional, necessidades educacionais e o Ensino Médio. Em S. C. Darido, *Educação Física no Ensino Médio: diagnóstico, princípios e práticas* (pp. 137-169). Ijuí, RS, Brasil: Unijuí.

Kobal, M. C. (1996). Dissertação (Mestrado em Educação Física). *Motivação intrínseca e extrínseca nas aulas de Educação Física*. Campinas, São Paulo, Brasil: Universidade de Campinas.

Lisboa, A. L., Werneck, F. Z., Coelho, E. F., & Ferreira, R. M. (20 de outubro de 2016). Motivação dos Alunos do Ensino Médio nas Aulas de Educação Física. *Coleção Pesquisa em Educação Física*, 15, n. 4, 113-120. Acesso em 26 de outubro de 2019, disponível em https://www.fontouraeditora.com.br/periodico/upload/artigo/1286_1505735688.pdf

Martins, M. d., Júnior, M. F., & Lemes, C. (2010). *Saúde, a hora é agora: orientações de grandes especialistas brasileiros*. Baureri: Manole.

Matos, N. d., Brasileiro, G. S., Rocha, R. T., & Neto, J. L. (maio de 2016). Discussão de Gênero nas Aulas de Educação Física. *Motrivivência*, 28, n. 47, 261- 277. Acesso em 19 de 10 de 2019, disponível em <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/2175-8042.2016v28n47p261>

Milani, A. G., & Darido, S. C. (2017). Princípio da interdisciplinaridade e contextualização no Ensino Médio. Em S. C. Darido, *Educação Física no Ensino Médio: diagnóstico, princípios e práticas* (pp. 171-182). Ijuí, RS, Brasil: Unijuí.

Nardon, T. A., & Darido, S. C. (2017). Ensino Médio: o afastamento das aulas de Educação Física. Em S. C. Darido, *Educação Física no Ensino Médio: diagnóstico, princípios e práticas* (pp. 57-69). Ijuí, Brasil: Unijuí.

Neto, J. Q. (12 de outubro de 2015). *A Diversidade da Geografia Brasileira: Escalas e Dimensões da Análise e da Ação*. Acesso em 13 de 10 de 2019, disponível em <http://www.enanpege.ggf.br/2015/anais/arquivos/8/242.pdf>

Nista-Piccolo, V. L., & Moreira, W. W. (2012a). *Esporte como Conhecimento e Prática nos anos iniciais do Ensino Fundamental*. São Paulo, São Paulo, Brasil: Cortez.

Nista-Piccolo, V. L., & Moreira, W. W. (2012b). *Esporte Para a Vida no Ensino Médio*. São Paulo, Brasil: Cortez.

Oliveira, C., & Bordignon, J. (agosto de 2018). Trabalho de curso. *Educação Física Escolar na Infância e Adolescência e sua Influência na adoção da atividade física na vida adulta*. Abelardo Luz, Santa Catarina, Brasil. Acesso em 10 de 10 de 2019, disponível em <http://abelardoluz.ifc.edu.br/wp-content/uploads/2018/12/TC-Caroline-Oliveira.pdf>

Oliveira, L. F., & Costa, C. R. (novembro de 2016). Educação física escolar e a obesidade infantil. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, v. 10, n. 1, 87 – 101. Acesso em 11 de outubro de 2019, disponível em <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/obesidade-infantil>

OMS. (fevereiro de 2014). Organização Mundial da Saúde. *Atividade Física - Folha Informativa Nº 385*. Acesso em 05 de junho de 2019, disponível em <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en/>

OMS. (05 de junho de 2018). Organização Mundial da Saúde. *OMS: 80% dos adolescentes no mundo não praticam atividades físicas suficientes*. Acesso em 06 de junho de 2019, disponível em <https://nacoesunidas.org/oms-80-dos-adolescentes-no-mundo-nao-praticam-atividades-fisicas-suficientes/>

Pinheiro, L. E., Trindade, R. F., Silva, M. A., Machado, D. R., & Santos, C. B. (2017). Prática de Atividade Física de Escolares. *Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte*, 308 - 312. Acesso em 26 de maio de 2019, disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-86922017000400308&script=sci_abstract&tlng=pt

Rangel, S. R., Freitas, M. P., & Rombaldi, A. J. (2015). Atividade Física e Comportamento Sedentário: Prevalência e Fatores Associados em Adolescentes de Três Escolas Públicas de Pelotas/RS. *Biomotriz*, 9, N.º 01, 186 - 202. Acesso em 11 de 10 de 2019, disponível em <http://revistaelectronica.unicruz.edu.br/index.php/BIOMOTRIZ/article/view/186%20-%2020202>.

Romero, A., Ribeiro, E. H., & Guerra, P. H. (2018). Promoção da Atividade Física para Crianças e Adolescentes. Em A. J. Coordenador, *Prescrição de Exercícios e Atividade Física para Crianças e Adolescentes* (pp. 16-27). São Paulo, Brasil.

Rosa, A. J. (junho de 2012). Relatório de Estágio para obtenção do Grau de Mestre. *A Motivação Intrínseca e Extrínseca na disciplina de Educação Física: As Diferenças de Gênero em alunos do Ensino Básico*. Covilhã. Acesso em 25 de outubro de 2019, disponível em <https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/3274/1/Relat%C3%B3rio%20de%20Est%C3%A1gio%20de%20Ant%C3%B3nio%20Rosa.pdf>

Rudio, F. V. (2015). *Introdução ao Projeto de Pesquisa Científica* (43.^a ed.). Petrópolis, Rio de Janeiro, Brasil: Vozes.

Rufino, L. G. (2017). As lutas nas aulas de Educação Física no Ensino Médio: possibilidades para a prática pedagógica. Em S. C. Darido, *Educação Física no Ensino Médio: diagnóstico, princípios e práticas*. (pp. 324 - 382). Ijuí, RS, Brasil: Unijuí.

Rufino, L. G., Impolcetto, F. M., Diniz, I. K., & Darido, S. C. (2017). Educação Física no Ensino Médio diante de algumas perspectivas legais: desafios em busca da legitimidade. Em S. C. Darido, *Educação Física no Ensino Médio: diagnóstico, princípios e práticas* (pp. 91-109). Ijuí, RS, Brasil: Unijuí.

Santana, D. P., & Bernardes, C. R. (novembro de 2016). Educação Física escolar na promoção da saúde. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, Ano 01, 10, 171 - 185. Acesso em 28 de maio de 2019, disponível em <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/>

Schwaab, D. R. (2014). Trabalho de Conclusão de Curso - TCC. Licenciatura em Educação Física, Universidade de Brasília - UAB. *Motivação Intrínseca e Extrínseca nas aulas de Educação Física*. Primavera do Leste, Mato Grosso, Brasil. Acesso em 27 de outubro de 2019, disponível em http://bdm.unb.br/bitstream/10483/9532/1/2014_DeboraReginaSchwaab.pdf

Seabra, A. (2017). A atividade física em crianças e adolescentes. *Fatores de Risco*, 9 - 20. Acesso em 02 de junho de 2019, disponível em <https://www.researchgate.net/publication/318394127>

Setúbal, J. L. (2018). *Falando sobre crianças e adolescentes: textos do blog Saúde Infantil*. Barueri: Manole.

Silva, A. L. (25 de outubro de 2018). Dissertação (Mestrado em Ensino de Ciências e Humanidades) - Universidade Federal do Amazonas. *Fatores motivacionais à prática das aulas de Educação Física dos estudantes do Ensino Médio das escolas públicas estaduais da cidade de Humaitá/AM*. Humaitá, Amazonas, Brasil. Fonte: <https://tede.ufam.edu.br/handle/tede/6867>

Silva, E. G. (2018). Visão Geral da Atividade Física, obesidade, envelhecimento e qualidade de vida. *Revista Científica INTELLETO*, 90 - 99. Acesso em 01 de junho de 2019, disponível em [//faveni.edu.br/wp-content/uploads/2018/12/10-atividade-fisica-e-obesidade-v3-n2-2018.pdf](http://faveni.edu.br/wp-content/uploads/2018/12/10-atividade-fisica-e-obesidade-v3-n2-2018.pdf)

Silva, F. d., & Bezerra, J. A. (2017). Benefícios da atividade física no controle da obesidade infantil. *Campo do Saber*, 3, n1, 201 - 218. Acesso em 11 de

outubro de 2019, disponível em <http://periodicos.iesp.edu.br/index.php/campodosaber/article/view/69/57>.

Silva, J. C. (dezembro de 2018). Meninas na educação física escolar: para elas não ficarem de fora. *Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, 03(1), 87- 96. Acesso em 24 de 06 de 2019, disponível em <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/meninas-na-educacao-fisica>

Silva, L. A. (2015). *Conceitos de Atividade Física e Saúde*. Curitiba, Paraná, Brasil: Unicentro. Acesso em 10 de maio de 2019, disponível em <https://www.researchgate.net/publication/325506948>.

Tabachnik, B. G., & Fidel, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics*. Boston: Pearson Education.

Teixeira, E. (2014). *As Três Metodologias: Acadêmica da Ciência e da Pesquisa* (11ª ed.). Petrópolis, Rio de Janeiro, Brasil: Vozes.

Vieira, V. d., Aguiar, S. d., Campos, M. C., Scheider, I. J., Cáceres, V. d., & Vieira, D. S. (jan/mar de 2019). *Comportamento sedentário e fatores associados em adolescentes escolares do município de Sombrio - SC*. *Adolescência & Saúde*, v. 16, n. 1, 77-87. Acesso em 02 de novembro de 2019, disponível em http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=773

Virgilio, S. J. (2015). *Educando Crianças para a aptidão Física: uma abordagem multidisciplinar* (2ª ed.). Barueri, SP, Brasil: Manole.

SOBRE O AUTOR

Jorge Farias de Oliveira

Licenciado Pleno em Educação Física pela Universidade do Estado do Pará (UEPA). Especialista em Pedagogia do Movimento Humano pela Universidade do Estado do Pará (UEPA). Mestre em Atividade Física e Saúde pela Universidade Europeia do Atlântico e Mestre em Ciências da Educação pela Faculdade Interamericana de Ciências Sociais. Atua como Professor Assistente no curso de Educação Física da Universidade do Estado do Pará (UEPA) e como Professor Classe II da Secretaria de Estado de Educação do Pará (SEDUC/PA), na Diretoria Regional de Ensino de Altamira.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Acervo motor 25, 26, 27, 28, 43, 111
Adolescência 16, 25, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 49, 53, 57, 64, 88, 92, 118
Adolescentes 12, 13, 14, 15, 20, 21, 22, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 43, 44, 45, 47, 48, 49, 50, 53, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 66, 68, 69, 71, 72, 73, 75, 76, 85, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 102, 103, 104, 108, 109, 111, 112, 113, 115, 116, 117
AF 16, 25, 27, 29, 30, 32, 33, 35, 36, 41, 105, 112
Altamira 12, 31, 57, 58, 59, 60, 76, 89, 103, 112, 113, 115, 117
Alto rendimento 13, 23, 54, 71
Aptidão física 12, 14, 16, 17, 34, 56
Atividade física 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 47, 48, 49, 50, 51, 54, 55, 56, 57, 58, 60, 62, 64, 65, 69, 72, 73, 76, 77, 86, 88, 96, 97, 98, 100, 115, 116
Atletismo 20, 23, 34, 37, 46

B

Basquetebol 20, 23, 46, 117
Bem-estar 23, 28
BNCC 26, 84
Brincadeiras 18, 22, 25, 26, 27, 30, 32, 41, 43, 84

C

Capacitação 12, 86, 87, 113, 114, 117
Carga horária 35, 36, 52, 77, 78, 83, 104
CEP 57

Ciclismo 20

Comportamento sedentário 16, 24, 33, 56, 88, 109, 116

CONEP 57

Contraturno 36, 82, 83, 85, 106, 109, 112, 116

Controle do peso 28, 49

Coordenação motora 28, 30

D

Dança 18, 22, 23, 28, 29, 31, 32, 34, 37, 42, 47, 50, 51, 53, 84, 86, 91

Desenvolvimento motor 95

Desvalorização 42, 52, 87, 94, 104, 106, 107, 108, 109, 112, 117

Diabetes 28, 33, 49

E

Educação Física 12, 14, 15, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 45, 47, 48, 50, 51, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 115, 116, 117

Educação Física Escolar 12, 14, 15, 19, 20, 21, 34, 35, 37, 39, 42, 48, 58, 60, 72, 76, 77, 85, 89, 93, 94, 100, 103, 106, 108, 109, 110, 115, 116

EF 25, 26, 27, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 45, 46, 47, 48, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 57, 58, 66, 67, 68, 71, 73, 75, 76, 77, 83, 84, 85, 87, 93, 95, 97, 98, 100, 101, 102, 103, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 116, 117

EFE 26, 34, 38, 43, 51, 52, 58, 64, 68, 70, 73, 77, 91, 94, 97, 107, 113

Ensino-aprendizagem 46, 51, 53, 68, 71, 94, 110, 113

Ensino Fundamental 19, 20, 34, 35, 37, 38, 41, 42, 44, 46, 50, 59, 87, 100, 110, 111, 117

Ensino Médio 12, 13, 14, 15, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 47, 56, 57, 58, 59, 60, 73, 75, 76, 77, 78, 84, 86, 89, 93, 100, 101, 103, 109, 111, 112, 115, 116

Escola particular 61, 62, 63, 64, 89, 91, 93, 96, 98, 100

Escola pública 61, 62, 63, 64, 65, 89, 90, 91, 93, 94, 96, 98, 100, 115
Esporte 17, 18, 19, 22, 23, 25, 26, 29, 38, 41, 46, 47, 64, 72, 82, 84, 87,
110, 117
Exercício físico 16, 17, 19, 24

F

Fatores motivacionais 56, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71,
72, 73, 74, 75, 76, 115
Futebol 20, 23, 30, 52, 85
Futsal 20, 23, 46, 84, 85, 117

G

Gasto de energia 16, 25, 30, 34, 49
Ginástica 34, 47, 84

H

Habilidades motoras 30, 111
Hábitos saudáveis 86
Handebol 20, 23, 46, 84, 117

I

Inatividade física 25, 34, 69, 89, 115
Infância 13, 16, 22, 25, 27, 28, 29, 30, 33, 38, 48, 49, 88, 111
Infraestrutura 12, 39, 88, 107, 114, 117
Insuficientemente ativo 12, 14, 33, 56, 58, 60, 69, 70, 71, 72, 73, 88, 89,
94, 102, 115, 116
Intervenção pedagógica 103

J

Jogos eletrônicos 21, 22, 25, 32, 35, 49, 64, 69, 87, 88, 109, 116

K

Kobal 12, 14, 56, 58, 59, 89, 100

L

Lei 10.328 27, 108

Lúdico 19, 27, 30, 46

Lutas 22, 23, 29, 34, 37, 47, 84

M

Motivação extrínseca 12, 58, 89, 115

Motivação intrínseca 58, 89, 95, 103

N

Natação 20, 46

O

Obesidade 33, 49, 50

OMS 16, 30, 33, 35, 112

P

PAQ-A 12, 56, 57

Prazer 13, 18, 23, 26, 27, 29, 30, 32, 38, 41, 42, 43, 45, 47, 48, 53, 54, 55, 63, 66, 67, 68, 69, 71, 72, 73, 74, 75, 91, 92, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 108, 110, 111, 116

Pressão arterial 28, 50

Professor de Educação Física 21, 22, 23, 50, 56, 103, 113

Q

Quadra 17, 18, 26, 30, 39, 41, 52, 79, 80, 87, 105, 110, 117

Qualidade de vida 16, 18, 19, 25, 28, 48, 109

S

Saúde 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 29, 30, 31, 33, 34, 49, 52, 64, 73, 80, 82, 84, 88, 105, 107, 108

Sedentarismo 20, 22, 24, 31, 33

Suficientemente ativo 12, 14, 15, 33, 56, 58, 60, 69, 70, 71, 72, 73, 88, 89, 91, 93, 94, 95, 97, 99, 100, 102, 112, 115, 116, 118

T

TALE 57, 59

TCLE 57, 59

U

URE 59



Voleibol 20, 46, 117

