

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NAS ESCOLAS.

MARIA FERNANDA VIEIRA DOS SANTOS ¹

RESUMO

A metodologia de ensino para cada grau de ensino, começando com o ensino fundamental até o ensino médio. Sabemos que a educação física é fundamental para todos os tipos de idade pode começar sendo apenas uma brincadeira de pega-pega no fundamental I quanto no ensino fundamental e médio a onde temos que ensinar as modalidades esportivas. Ela trabalha também a questão motora e cognitiva de cada um, tanto nas atividades individuais quanta na coletiva, ajuda as crianças a saírem do mundo virtual a onde vai ser expressado tudo na prática, ajuda também a diminuir o sedentarismo na infância e na adolescência. Diante desse contexto surgiu o seguinte problema de pesquisa: Qual a importância das aulas de educação física na área escolar para o ensino fundamental e médio? Qual a importância das aulas teóricas e práticas ? e quais foram os os métodos de ensino tanto na teoria quanto na prática para alunos de ensino fundamental e médio? tendo como objetivo buscar informações sobre os métodos existentes na literatura para o ensino de educação física, para alunos de ensino fundamental e médio, apontar os benefícios da educação física na rede escolar destacar os métodos de ensino para os alunos do ensino fundamental e médio e discutir sobre o ensinamento nas aulas teóricas e práticas de ensino. A princípio esse estudo tem como foco apontar os benefício da educação física na escola para os alunos de várias idade.

PALAVRA CHAVE: Educação Física e o seu desempenho escolar. Importância da educação física na escola. Papel da Educação Física escola.

ABSTRACT

Given this context, the following research problem emerged: What is the importance of physical education classes in the school area for elementary and secondary education? What is the importance of theoretical and practical classes? and what were the teaching methods both in theory and in practice for elementary and high school students? Given this context, the following research problem emerged: What is the importance of physical education classes in the school area for elementary and secondary education? What is the importance of theoretical and practical classes? and what were the teaching methods both in theory and in practice for elementary and high school students? with the objective of seeking information on existing methods in the literature for teaching physical education for elementary and high school students, pointing out the benefits of physical education in the school network, highlighting the teaching methods for elementary and high school students and discussing about teaching in theoretical and practical teaching classes. At first, this study is focused on pointing out the benefits of physical education at school for students of various ages.

KEYWORD: Physical Education and its academic performance. Importance of physical education at school. Role of Physical Education in School.

INTRODUÇÃO

Visa abordar a história da educação física, e a metodologia de ensino para cada grau de ensino, começando com o ensino fundamental até o ensino médio.

Sabemos que a educação física é fundamental para todos os tipos de idade pode começar sendo apenas uma brincadeira de pega-pega no fundamental I quanto no ensino fundamental e médio a onde temos que ensinar as modalidades esportivas.

Ela trabalha também a questão motora e cognitiva de cada um, tanto nas atividades individuais quanta na coletiva, também ajuda as crianças a saírem do mundo virtual a onde vai ser expressado tudo na prática, ajuda também a diminuir o sedentarismo na infância e na adolescência.

Diante desse contexto surgiu o seguinte problema de pesquisa: qual a importância das aulas de educação física na área escolar para o ensino fundamental e médio? Qual a importância das aulas teóricas e práticas ? e quais foram os os métodos de ensino tanto na teoria quanto na prática para alunos de ensino fundamental e médio? tendo como objetivo buscar informações sobre os métodos existentes na literatura para o ensino de educação física, para alunos de ensino fundamental e médio, apontar os benefícios da educação física na rede escolar destacar os métodos de ensino para os alunos do ensino fundamental e médio e discutir sobre o ensinamento nas aulas teóricas e práticas de ensino.

A princípio esse estudo tem como foco apontar os benefício da educação física na escola para os alunos de várias idade, lembrando também que temos que ter muito cuidado para se expressar e passar as atividades para nossos alunos tanto para as crianças quanto para os jovens.

Esse estudo pode ser útil também para os futuros professores, iniciantes como eu, que tera contato diretamente com os alunos após conquistar o diploma, pois fazer estagio não é a mesma coisa que ministrar uma aula completa.

Visa compreender que cada faixa etária muda o método de ensino, cada ensino muda as matérias abordadas e nesse trabalho mostraremos todas

essas mudanças.

Enfim, podemos concluir que essa pesquisa contribuirá com o acervo teórico para consulta de novos professores da área, porém sendo necessário outros estudos para complementar essa pesquisa.

A revisão bibliográfica será utilizada como pesquisa para o presente estudo. De acordo com Marconi e Lakatos (2002), a pesquisa bibliográfica tem como objetivo de reunir e juntar todas as informações que, no futuro, servirá como base para a elaboração do tema ou proposta escolhida, e também com o objetivo de conhecer vários assuntos com o mesmo tema de autores diferentes.

Na elaboração dessa pesquisa serão utilizados como fonte. Livros como, HILDEBRANT, R & LAGING, R. (1986) e GUEDES, D (1999), (artigos) OLIVEIRA, L. F. L.; COSTA, C. R. B (2016), site como GRUPO VOLL (2017) e trabalhos acadêmicos NIEMAN, David C. (1999) e MATSUDO, S., MATSUDO, V. (2003), entre outros.

Os descritores/palavra-chave utilizados foram: Educação Física e o seu desempenho escolar. Importância da educação física na escola. Papel da Educação Física escola.

As pesquisas foram realizadas conforme citado a cima, para chegar nesse ponto da pesquisa, utilizei o método de pesquisa, procurei em artigos e livros que teria de haver com o meu tema escolhido, ou seja, cada etapa há um longo caminho para chegar nessas conclusões, muita leitura com os livros e sites citados, conversas com professores da área a onde me indicaram a onde poderia encontrar o que precisava, entre outras coisas que tive que fazer para chegar nessa elaboração.

OS BENEFÍCIOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA REDE ESCOLAR

A educação física promove vários benefícios tais como desenvolvimento humano, integração social entre professores e alunos, autoconfiança, melhora a auto estima, reduz o estresse do dia a dia, além disso ajuda a diminuir os riscos de doenças como a obesidade, hipertensão arterial e colesterol alto, e doenças respiratórias, iremos explicar cada um desses benefícios.

- **DESENVOLVIMENTO HUMANO:**

De acordo com Branco e Valsiner(1997) e Van Geert(2003) o desenvolvimento humano pode ser compreendido analogicamente com as atividades dinâmicas, ou seja, o individuo apresenta esses comportamentos no decorrer dos anos.

Valsiner (1994), destaca que desde que a criança nasce ela começa a ter a praticar o desenvolvimento, ou seja, ao começar a mexer os membros superiores e inferiores, e ao passar dos meses quando começa a se arrastar e logo começa a engatinhar, e por fim quando começa a dar seus primeiros passos.

É muito importante as crianças passem por todas as fases do desenvolvimento e crescimento humano para que no futuro não haja atraso. Sendo assim começa a ter um domínio nas atividades realizadas, sendo que também as atividades devem ser estimulados destaca (Valsiner 1994).

- **OBESIDADE**

De acordo com OLIVEIRA; COSTA, (2016) A obesidade infantil no Brasil aumenta cada dia mais e acaba se tornando um problema de saúde pública, ou seja, ela coloca em foco as principais causas sendo uma delas como foco principal as doenças crônicas-degenerativas, que antigamente essa doença não era destacada em crianças, que com essa descoberta inclui a ansiedade e

a depressão.

Afeta também primeiramente visualmente com a estética porém afeta também o psicológico da criança é a onde ela começa a ter os sintomas citados acima, e com todos esse problema na estética o bullying começa aparecer (OLIVEIRA; COSTA, 2016).

- HIPERTENSÃO

Segundo a sociedade de pediatria (2021) no Brasil estima-se 23 á 25% da população que tem hipertensão arterial (HA) em crianças e adolescentes a prevalência é de 3 á 15%, ou seja a importância de estar conversando com os nossos alunos tanto nas escolas quanto em casa é essencial, mostrando para eles e para a sociedade o quão importante é a prática de exercício físico para o corpo humano.

Matsudo (2003) situa que se todas as crianças e jovens comessem a fazer exercício físico, nós não teríamos várias crianças acima do peso, pois sabemos que o exercício é de extrema importância para todas as pessoas não somente os alunos e sim para todos.

MÉTODOS DE ENSINO QUE PODEM SER USADO PARA DESENVOLVIMENTO E SAUDE DOS ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO.

Segundo HILDEBRANDT, LANGING, (1986), as aulas de educação física ajuda os alunos no processo de ensino / aprendizagem, ou seja, na elaboração e planejamento das aulas o aluno e o professor estão interligados, pois o professor sabe qual será o objetivo, conteúdo e o tipo de avaliação que possa ser passado para os seus alunos, com isso forma uma união entre professor e alunos.

A educação física ela é uma matéria ampla a onde desde o fundamental I até o ensino médio sendo aplicada e ensinada a matéria completa. Iremos destacar algumas matérias que além de ajudar no desenvolvimento ajuda a combater vários problema de saúde, a onde é tomado desde o ensino fundamental I até o ensino médio, porem com mais especificação (Matsudo,2003)

- **ENSINO FUNDAMENTAL I.**

No ensino fundamental, é a onde vamos trabalhar com crianças que estão na maior fase que é o crescimento, para isso devemos aplicar as atividades lúdicas para que elas possam entender que além de ser importante é essencial para a saúde, as atividades executadas podem ser tais como amarelinha, coelho sai da toca, dança da cadeira e pular corda entre outros, (Nicoletti e Filho, 2004)

- **ENSINO FUNDAMENTAL II.**

Podemos trabalhar mais o raciocínio logico dos nossos alunos, ou seja, é a fase que além de ajudar fisicamente devemos orientar e acompanhar as atividades que usam a mente, tais como, stop, xadrez, dama, ping pong e entre outros. (Freire 2003, p.28)

Além dessas atividades a grade curricular abrange os esportes de forma mais simples tais como, vôlei, futebol / futsal, basquete, atletismo e handebol, nessa fase que vemos o quão importante é a nossa matéria, pois os alunos interagem bem entre professor e aluno, e também além disso é importante os alunos saberem sobre os esportes mais utilizados (Freire 2003, p.28)

- ENSINO MÉDIO.

ANDERSEN et al.,(2006) situa que essa fase é a mais complicada, ou seja, os alunos estão entrando na adolescência, a ondes o querem fazer o que querem, é raro os jovens quererem brincar de pega, esconde-esconde, porem a grade curricular nos permite a interagir de uma maneira diferente porem sem sair das regras.

Ou seja, as aulas obrigatórias podem sair do comum e ser interessante como, por exemplo os meninos adoram jogar futsal já as meninas gostam de um vôlei porque não ser criativo e usar os dois no mesmo tempo? Ou saber dividir para que todos possam fazer o que realmente se interessa! (ANDERSEN et al.,2006).

Além disso deve-se ensinar ter continuidade das matérias do vôlei, basquete, futsal e handebol e até mesmo do atletismo, nunca esquecendo que independente do ano temos uma carga horária a ser cumprida. (ANDERSEN et al.,2006).

CONCLUSÃO

Após revisar a literatura existente sobre a importância da educação física na escola chegamos nas seguintes conclusões.

Quando nos referimos a crianças e adolescentes na educação escolar estamos dizendo em desenvolvimento motor e prevenção de doenças no futuro, como foi citado a cima como a diabetes, hipertensão e outros, porem sabemos que não é fácil tentar ensinar e educar os alunos conforme tem que ser devido a nossa sociedade em que vivemos, porem nada é impossível apenas é demorado e repetitivo

Então olhando para essa revisão ensinamos a como lidar com crianças de 7 até os adolescentes de 16 anos mais ou menos, entretanto existe várias pedras no caminho que impossibilita que aplicamos tudo em ordem e com eficácia, porem como já tinha dito nada é impossível quando a planejamento.

No que diz respeito a essa pesquisa, ela poderá ser usada para acervo de estudo para os futuros profissionais, seria apenas uma base com ajuda de outros autores conseguiria entender o que realmente está sendo sugerido e citado a cima, mas é claro não precisa ser feito conforme esta aqui, podemos reajustar conforme a disponibilidade de cada professor com os alunos, principalmente agora com a nova lei que nós tivemos um reajuste em nossas aulas a onde usávamos 4 aulas agora iremos ter que aplicar tudo o que precisa em apenas 2 aulas semanais.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, M. M. **Introdução à metodologia do trabalho científico: elaboração de trabalhos na graduação**. São Paulo, SP: Atlas, 2010.

ANDERSEN, L. et al. **Physical activity and clustered cardiovascular risk in children: a cross-sectional study (The European Youth Heart Study)**. The Lancet, v. 368, n. 9532, p. 299-304, July. 2006.

ANGELICA, G.L **A pesquisa bibliografica: Principios e Fundamentos**. Disponível em <https://www.fucamp.edu.br/editora/index.php/cadernos/article/view/2336>. Acesso em 07 de dezembro de 2021.

GUEDES, D. **Educação Para a saúde mediante programas de educação física escolar**. Motriz, volume 5, numero 1, junho. 1999.

GRUPO VOLL, **A importancia da Educação física escolar na formação do Indivíduo** <https://blogeducacaofisica.com.br/educacao-fisica-escolar/>. Acesso em: 24 de setembro de 2021

FREIRE, João Batista; SCAGLIA, Alcides José. **Educação como prática corporal**. São Paulo: Scipione, 2003.

HILDEBRANT, R & LAGING, R. (1986) **Concepções Abertas no Ensino da Educação Física**. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de **A. Técnicas de pesquisa: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisas, elaboração análise e interpretação de dados**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 1999.

MATSUDO, S., MATSUDO, V. Estrutura do artigo científico. **Efeitos de um programa de orientação de atividade física e nutricional sobre a ingestão alimentar e composição corporal de mulheres fisicamente ativas de 50 a 72 anos de idade**.v. 11;nº1,p. 35-40, 2003

NICOLETTI, Angelita A. M e FILHO, Raulito R. G. Aprender brincando: a utilização de jogos, brinquedos e brincadeiras como recurso pedagógico. **Revista de divulgação técnicocientífica do ICPG**, v.2, n.5. p.91-94, 2004

NIEMAN, David C. Exercício e Saúde, **Como prevenir de doenças usando o exercício como seu medicamento**; trad. Marcos Ikeda, revisão científica Valdir Barbanti - São Paulo: ed. Manole, 1999.

OLIVEIRA, L. F. L.; COSTA, C. R. B. **Educação Física escolar e a Obesidade Infantil**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo Do Conhecimento, Ano 1. Vol. 10, 2016. Disponível em <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/obesidade-infantil?pdf=5189> acesso em 23 de outubro de 2021

PARANÁ, Secretaria da Educação. **Jogos e brincadeiras**. Disponível em: <<http://www.educacaofisica.seed.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteuco>

=173>. Acesso em: 24 de setembro de 2021

SOCIEDADE DA PEDIATRIA (2021) **Hipertensão Arterial na Infância e Adolescência**. Disponível em: <http://soperj.com.br/hipertensao-arterial-na-infancia-e-adolescencia/> acesso em 07 de novembro de 2021