



A Educação Física Escolar como recurso para mudança de hábitos físicos e seus conflitos internos de atuação

Gustavo Varela Santos¹

RESUMO

Atualmente com o aumento dos estímulos de meios eletrônicos e virtuais nota-se um fenômeno de inatividade física em todas as faixas etárias. É notório que as tecnologias facilitam as complexidades do dia a dia em grandes cidades, porém como efeitos negativos deste pressuposto, dados demonstram que as crianças e os adolescentes são os maiores prejudicados por esta diminuição de atividades físicas, pois índices de obesidade e doenças crônicas não param de subir ao passo que o tempo de uso de celulares, notebooks e TV sobem igualmente. Este efeito em longo prazo encaminha-se para um grande número de adultos e idosos com problemas crônicos de saúde adquiridos na infância por este estilo de vida sedentário. Os governos observando que os gastos com saúde tendem a aumentar neste cenário têm desenvolvido ferramentas como programas de incentivo à prática de esporte e atividades físicas para estimular hábitos de vida saudáveis, porém esses países são uma minoria e infelizmente o Brasil se move a passos lentos e curtos diminuindo cada vez mais as verbas para o incentivo de uma vida ativa. Neste sentido os professores de Educação Física Escolar, (EFE), tem papel importante para estimular e motivarem as crianças e adolescentes a compreenderem a importância de uma vida equilibrada entre os meios tecnológicos e prática de atividades físicas, porém a própria EFE dentro do seu contexto histórico demonstra problemas de identidade no seu papel dentro do ambiente escolar, muito talvez por uma possível dicotomia entre seu campo teórico e o trabalho pedagógico na escola, informalmente chamado de “chão da escola”, e isto pode ser um agravante a mais no processo de estímulo à aderência em atividades físicas. Este artigo visa apresentar dados que denotam certa dicotomia entre a teoria e prática da EFE para delinear seu espectro interno de reflexão ação para propor um processo de ensino aprendizagem condizente como área de conhecimento e suas demandas sociais.

PALAVRAS CHAVE: Educação Física Escolar, Atividade Física, Teoria, Prática.

ABSTRACT

Currently, with the increase in electronic and virtual media stimuli, there is a phenomenon of physical inactivity in all age groups. It is well known that technologies facilitate the complexities of everyday life in large cities, but as a negative effect of this assumption, data demonstrate that children and adolescents are the most affected by this decrease in physical activities, since obesity rates and chronic diseases do not stop rising while the time of using cell phones, notebooks and TV also rises. This long-term effect leads to a large number of adults and the elderly with chronic health problems

¹ Licenciado em Educação Física e Pedagogia, Bacharel em Educação Física, Especialista em Educação Física Escolar. Professor de Educação Física da Rede Pública Municipal de Ensino de São Paulo. E-mail: gustavo.varela.santos@outlook.com

acquired in childhood by this sedentary lifestyle. Governments noting that health spending tends to increase in this scenario have developed tools such as programs to encourage the practice of sports and physical activities to encourage healthy lifestyle habits, however these countries are a minority and unfortunately Brazil is moving slowly and short, decreasing more and more funds to encourage an active life. In this sense, teachers of School Physical Education (EFE) have an important role in stimulating and motivating children and adolescents to understand the importance of a balanced life between technological means and physical activity, but EFE itself within its context history demonstrates identity problems in its role within the school environment, very perhaps due to a possible dichotomy between its theoretical field and the pedagogical work at school, informally called “school floor”, and this can be an aggravating factor in the process of I encourage adherence to physical activities. This article aims to present data that denote a certain dichotomy between the theory and practice of EFE to outline its internal spectrum of reflection action to propose a teaching- learning process consistent with the area of knowledge and its social demands.

KEYWORDS: School Physical Education, Physical Activity, Theory, Practice.

1 UMA VISÃO AMPLA SOBRE ATIVIDADE FÍSICA E O PAPEL DA SOCIAL DA ESCOLA E DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Hoje as recomendações de níveis de atividade física para uma vida ativa e com menos suscetibilidade de doenças crônicas tem encontrado no desenvolvimento e uso exagerado de tecnologias, na vida das grandes cidades e sua falta de políticas públicas para criação de espaços de lazer e prática de exercícios físicos uma barreira preocupante para serem atingidas (BLAIR, LAMONTE, NICHAMAN, 2004). Para crianças e adolescentes a organização mundial de saúde recomenda o acúmulo de pelo menos 60 minutos de atividades físicas moderadas e vigorosas por dia priorizando práticas de capacidade cardiorrespiratória e por pelo menos três vezes na semana de atividades de capacidade muscular, como jogos de força, playgrounds e saltos (WHO, 2009).

Buscando demonstrar de forma quantitativa a queda dos níveis de atividade física nos EUA, China, Índia e Brasil pelo aumento do uso de tecnologias, NG e Popkin, 2012, usou uma extensa lista de dados de a partir de 1960 para averiguar como indivíduos gastavam seu tempo durante o dia e baseado nas respostas calcular o uso de MET, (taxa do equivalente metabólico), e comparar com dados atuais. Nos dados mais relevantes de seu estudo fica claro sua teoria onde ele chegou a 190 METS horas por semana gastos de um adulto americano atual ao mesmo que um americano na década de 60 gastava por volta de 265 METS horas por semana, sendo que o

processo é de declínio, e esta cenário se repetiu em todos os países do estudo.

Quando olhamos para os mais jovens o cenário é ainda pior, em estudo de da Organização Mundial de Saúde, (WHO, 2020), contou com uma revisão de análise transversal de 298 artigos, de 146 países de origem, totalizando 1,6 milhões participantes adolescentes de 11 a 17 anos de idade resultou em alarmantes números de 77,6 % de meninos e 84,7 % de meninas que não atingem a meta da quantidade de minutos diários e semanais de atividade física, deixando claro em suas conclusões a urgência de políticas públicas para a mudança deste panorama para se evitar um problema de grandes proporções de saúde pública num futuro próximo.

Para ter uma ideia clara do custo da inatividade física doenças vinculares a hábitos sedentários mataram 5,3 milhões de pessoas dentre as 57 milhões que morreram em todo mundo e custaram ao setor de saúde 53,8 bilhões de dólares no ano de 2013, em calculo de estimativa conservadora usando dados dos sistemas de saúde de 142 países (MIN-LEE et all 2012, DING et al 2016).

Embora seja elucidado que fatores como localidade de moradia, gênero, renda familiar, nível de instrução escolar dos responsáveis e fatores psicológicos demonstrem ter forte influencia no nível de atividade física, outros dados sugerem estratégias de políticas públicas que tiveram êxito em promover um estilo de vida ativo a parto do trabalho escolar (MATSUDO et al 2002; VAN SLUIJS, MCMINN, GRIFFIN, 2007; SBP, 2008).

A escola é um local que exerce uma importante função social e seus atores devem buscar auxiliar na elaboração e execução de estratégias que confrontem aspectos que demandam atenção na sociedade. Dentro de uma problemática de baixo interesse por atividades físicas e o crescente numero de problemas de saúde e gastos públicos em faixas etárias cada vez mais baixas traz uma urgência em buscar oferecer experiências e desenvolver conhecimentos específicos como uma possibilidade para incentivar uma mudança deste contexto (HOEHNER et al, 2003; PATE et al 2006). O olhar sobre a importância da valorização da educação física como proposta de saúde pública tem conseguido bons resultados quando aliado a uma estratégia de políticas públicas de médio e longo prazo (SALLIS et al 2012;).

Para que se tenha sucesso em uma mudança de hábitos de jovens no decorrer de sua vida adulta é importante que a atividade seja motivante e de seu interesse, para este propósito o esporte surge como estratégia interessante como ferramenta desta mudança de hábitos tendo em vista o observado por Marzinek e Neto, 2005 que em pesquisa

usando questionário com alunos do ensino fundamental II, confirmou que modalidades esportivas coletivas são as praticas físicas preferidas dos alunos e esta preferência se estimulada como habito de vida tem grande potencial de mudança no comportamento social, como demonstrado por Bayley, 2006, que ao acompanhar alunos que participaram ativamente das aulas de educação física escolar e programas esportivos em idade escolar, se mostraram ser mais ativos fisicamente e com melhores aspectos de saúde física e mental durante a vida adulta.

As praticas físicas também demonstram relação positiva com a melhora do rendimento escolar, embora os mecanismos de funcionamento e relações entre inteligência, capacidade cognitiva e pratica esportiva ainda não esteja totalmente elucidada no campo da neurociência, existe um robusto corpo de evidencias que conferem efeitos positivos da pratica esportiva. Em estudo prospectivo longitudinal o qual acompanhou o nível de atividades físicas de 2837 alunos dos 6 até os 12 anos, Gonzalez-Sicilia, et al , 2019, usaram o questionário QUEBEC e método retrospectivo para analise da evolução das notas de alunos chegando a conclusão que os que participaram de esportes e eram mais ativos fisicamente mantiveram melhores notas no decorrer dos anos, eram mais participativos em sala de aula e tinham melhores relações familiares (VIANNA et al, 2013). Os esportes alem de seus benefícios de caráter biológico e de saúde publica, também tem se mostrado um aliado interessante no processo de ensino aprendizagem dentro da sala de aula e alem da educação física.

Pensando na importância da educação física se observa que recomendações de atividades físicas e exercícios para crianças e adolescentes ocasionalmente não são cumpridas, gerando em longo prazo prejuízos funcionais e de saúde, neste sentido, Kwon, Welch e Mason, 2020, investigaram o tempo e a intensidade das atividades físicas orientadas de 2106 aulas de 40 escolas diferentes utilizando o Sistema de Observação do tempo de Intrução de Fitness (SOFIT), onde se verificou que 90% das aulas com atividades motoras atingiram a quantidade de minutos mínima de recomendações de atividade física para faixa etária, confirmando a importância da educação física como área de conhecimento da cultura corporal e seu contexto de movimento. O olhar sobre a importância da valorização da educação física como proposta de saúde publica tem conseguido bons resultados quando aliado a uma estratégia de políticas publicas de médio e longo prazo (SALLIS et al 2012;).

2 EDUCAÇÃO FÍSICA, UMA HISTÓRIA DE ENCONTROS E DESENCONTROS

Para o professor de educação física o estímulo a uma vida ativa fisicamente faz parte de sua essência de ensino aprendizagem tendo em vista que o objeto de estudo da educação física é o movimento e suas manifestações como cultura. O movimento faz parte inerente do comportamento do ser humano. Isto é parte importante da evolução do homem dentro do tempo e do espaço social. Com o progresso do homem em uma vida em sociedade e a variabilidade de modo e uso do corpo como signo e juntamente a curiosidade do homem o levando a incessante busca pelo conhecimento o corpo e o movimento se tornaram objetos de observação e estudos. O movimento é estudado como forma de expressão humana a partir de diversas manifestações sociais, que entre elas podemos citar danças, esportes, lutas, ginásticas e brincadeiras. Também é observado a influencia do movimento como um fator potencial de capacidade de aprendizagem e interação (SOARES, 2012).

Sabendo da importância desde aspecto do ser humano o movimento adentrou no ambiente escolar através do componente curricular de Educação Física, o qual inicialmente objetivava com uma visão estritamente biológica da pratica do movimento a prioridade de técnicas e desenvolvimento de um corpo forte. Em decorrência de autorreflexões dentro da educação esta visão foi revista de forma ampla, abrindo o potencial do campo de estudos a investigar o movimento como cultura e desenvolvimento da saúde e desempenho humano. Esta disciplina traz consigo a imagem de praticas corporais variadas dentro do ambiente escolar, porém muitas vezes é negligenciada apenas como uma atividade recreativa e passatempo. (CAMPÃO, CECCONELLO, 2016).

A educação física tem inicio para os historiadores na época do homem primitivo o qual de forma inconsciente preparava seu corpo para conseguir sobreviver aos desafios impostos pela natureza, como a caça e proteção. Podemos afirmar que o corpo humano atual é resultado de adaptações causadas por eventos que faziam que nossos antepassados corressem, pulassem, subissem, descessem, nadassem e lutassem para se manterem vivos, essas adaptações os mantiveram vivos. O evoluir da vida em sociedade do homem trouxe consigo outras representações do uso do corpo. Na região da China e da Grécia homens eram treinados fisicamente para combates em guerras territoriais, na Índia e África o corpo e o movimento eram usados como forma de ensino de religiões e

tradições locais em danças e cerimônias. Ainda na Grécia o corpo forte e ágil era um aspecto ligado a beleza e intelectualidade sendo apreciado e cultuado, e logo eventos de competição foram organizadas com os participantes competindo mostrando seus atributos físicos, criando posteriormente os jogos olímpicos e disseminando os esportes e a preparação física ao mundo (SOARES, 2012; CAMPÃO, CECCONELLO, 2016).

A disseminação da prática de exercícios foi rápida e países como Alemanha, França, Inglaterra e alguns do bloco nórdico tiveram grande participação ao incluir programas de exercícios baseadas nas ginásticas e promoção de um corpo forte e saudável aos seus praticantes. Tão logo, pensadores do campo da educação da época introduziram a educação física no campo escolar, principalmente as crianças menores como forma de desenvolvimento físico e cognitivo. O desenvolvimento da ciência fez que pesquisas no campo do movimento e atividade física viessem a corroborar com a importância destas práticas ao homem contemporâneo e conseqüentemente vemos uma constante evolução de atividades físicas nas quais os profissionais de educação física vêm promovendo e disseminando (SOARES, 2012; CAMPÃO, CECCONELLO, 2016).

No Brasil, um país miscigenado e multicultural a Educação Física também se mostrou sempre em mudanças. Os colonizadores portugueses relatavam em cartas às práticas físicas cheias de energia de caça, danças e brincadeiras de índios, posteriormente no período obscuro da escravidão, os escravos de origem africana desenvolveram a capoeira como uma forma de autoproteção baseada na cultura de seus países de origem. Por volta de 1823, Joaquim Antonio Serpa elaborou o Tratado de Educação Física em que postulava que a educação tratava de educar o corpo e espírito e que a mesma deveria abranger dois tipos de exercícios, os para o de corpo e para a memória. Porém, apenas em 1882 que a prática da educação física na escola foi iniciada de fato. Pois até então algumas escolas não incluíam a Educação Física em seus quadros, as meninas não eram obrigadas a fazer e os professores eram desvalorizados perante os demais (SOARES, 2012; CAMPÃO, CECCONELLO, 2016).

Podemos dizer que a educação física no Brasil teve dois períodos, o primeiro até o ano de 1980 e o período posterior e atual. No primeiro a prática da educação física teve base na ginástica, nos esportes e no desenvolvimento de um cidadão forte e pronto para ir ao combate pelo seu país. Já no segundo, houve uma enorme onda de estudos e pesquisadores nacionais que questionaram esta abordagem, trazendo uma reflexão de movimento humano como aspecto cultural do ser humano transformador da realidade

social, ampliando sua abordagem (UGRINOWITSCH, BRENDA, 2011; SOARES, 2012).

No Brasil, a prática da educação física é respaldada por lei, lembrando que o Estatuto da Criança e do Adolescente, ECA, diz que a criança é um sujeito, e como todo ser humano que esta inserida em sociedade, deve ter assegurado uma infância enriquecedora no sentido de seu desenvolvimento, seja psicomotor, afetivo e cognitivo, (BRASIL, 1990), e além disto a educação física deve ser considerada e integrada à proposta pedagógica da escola, sendo sua prática obrigatória, assegurando desta forma que para a criança seja ofertada a possibilidade de se desenvolver de forma integral tendo a educação física como uma das ferramentas (BRASIL, 1996). O movimento como ferramenta educacional tem sido centro de observações e pesquisas e considera que atividades físicas sistematizadas e organizadas dentro de um projeto pedagógico possibilita o desenvolvimento das esferas cognitiva, motora e afetiva, sendo de extrema importância para crianças de até seis anos de idade, fase a qual ocorre o maior desenvolvimento destas competências (RODRIGUEZ, 2008).

Um dos grandes desafios atuais da educação física é interagir ou até mesmo competir com o avanço e uso da tecnologia pelas crianças, pois a mesma tem mudado a forma de interação do aluno com a escola como um todo, e tem diminuído o interesse dos alunos a praticarem atividades físicas durante as aulas de educação física, muitas vezes preferindo usar celulares, tablets ou simplesmente a ficarem atônitos durante a aula. A tecnologia não é vista neste estudo como um vilão, pois é algo que aproxima as pessoas do conhecimento e da autonomia no mundo atual, mas é necessário um maior aprofundamento de pesquisas das suas consequências, pois além dos indícios que conforme o aumento do uso de tecnologia se tem aumentado o número de problemas de saúde relacionado metabólicos, também ocorrem problemas emocionais e socioafetivos como ansiedade, baixa interação social e baixo rendimento escolar (BONA, 2010; PAIVA, COSTA, 2015; HOGE, BICKHAM,

CANTOR, 2017). O estímulo a práticas físicas deve vir desde cedo, em revisão de Biddle e Asare, 2011, demonstraram que a atividade física pode ser uma forte e efetiva opção contra o uso excessivo de tecnologia e caso de ansiedade e outros problemas socioafetivos de crianças e adolescentes e SINGH et al 2012, observou estudantes com maiores índices de atividade física tinham melhores rendimento acadêmicos e comportamentos sociais e afetivos. Estes estudos fundamentam a importância da

atuação dos professores em desenvolver fundamentos práticos que contemplem o desenvolvimento motor para que a criança tenha a possibilidade de se tornar um cidadão ativo e saudável tanto no corpo quanto mente.

Para tanto o trabalho pedagógico do professor deve sempre se basear tendo como referencias documentos norteadores para elaboração de planejamentos e planos de aula e partir deste usar abordagens de autores que atinjam determinados objetivos de aprendizagens e competências (DARIDO, 2003). Porém o trabalho pedagógico não ocorre de forma simples e linear entre teoria e pratica muito pelo contrario, as principais obras do campo da educação física não são atuais e não levam em conta a realidade e dificuldades encontradas pelo professor dentro das escolas. A falta de materiais e de espaços apropriados, o baixo interesse dos alunos, a falta de apoio e até mesmo respeito dos colegas professores de outras disciplinas e consequentemente a desmotivação do próprio professor são fatores que são negligenciados nas obras, que muitas vezes sugerem mudanças profundas na sociedade, porém, acabam esquecendo o objeto de estudo da EFE, o movimento, se encontra em autoquestionamento na sociedade atual, e não raro são encontradas em obras e estudos que mesmo delineando metodologias com baixo nível de evidencia, criticam a conduta dos professores de EFE em suas abordagens de praticas pedagógicas tornando eminente a rispidez e distanciamento entre teóricos e professores (DARIDO, RANGEL 2005; ANDRADE, DEVIDE, 2006, PRANDINA, SANTOS, 2016).

O tema é polemico e alvo de diversos debates e muitas vezes mal entendidos, pois a teoria, que são conjuntos de conhecimentos, não pode ser vista com antagônico a pratica, que são experiências vivenciadas em atividades, ambos se complementam como uma espiral. Talvez o ponto central desse debate dentro da EFE é que diferentemente de outras disciplinas que de certa forma remetem sua teoria e pratica ao ambiente da sala de aula, e a EFE lida com o movimento, em vários ambientes e toda a liberdade de emoções e sentimentos que as descobertas de sua execução causa levantando questões e reflexões a partir das experiências individuais de cada aluno. De certo, se deve elucidar com clareza que os momentos de pratica de atividades físicas das aulas de EFE têm base teórica e sua teoria conceitual demanda de uma pratica ativa para contextualização, essa dinâmica pedagógica é inerente a EFE, pensar, praticar e repensar o movimento em suas manifestações. Sua inter-relação teoria e pratica provem de um objeto de problemática alçado que deve ser vivenciado e experimentado trazendo a toma diversas situações

ricas em aprendizados e desta forma gerando outras perspectivas e questionamentos sobre a problemática inicial nos levando a outras, desenvolvendo o dialogo entre teoria e pratica dentro da EFE (SAVIANI, 1980, MARCELLINO, 1995, DARIDO, RANGEL, 2005).

A área da EFE é um campo de conhecimento em constantes mudanças de desenvolvimento de praticas pedagógicas, situando-se que sempre teve uma estreita relação com o contexto social e político da época e consequentemente se influenciou pelas correntes de pensamentos destas épocas. Embora estas constantes mudanças e debates tragam desenvolvimento a partir de sua própria reflexão como área de atuação, é comum que muitas vezes o excesso de termos, objetivos e circunstancias a serem aplicadas geram uma complexidade no contexto pratico do desenvolvimento de planejamentos e atuação do professor de EFE, que o leva autoquestionamentos de sua própria pratica pedagógica de como interagir com os objetivos de conhecimento com os alunos (MARCELLINO, 1995; DARIDO, RANGEL, 2005).

O objetivo da EFE é apresentar e desenvolver um processo pedagógico de reflexões e praticas das manifestações do movimento humano como forma de produção de cultura de acordo com as demandas da sociedade e como consequência criar a possibilidade de apropriação destes conhecimentos como base para autonomia da compreensão e interação de seus aspectos físicos, motores, cognitivos e sócio afetivos se tornando sujeitos ativos em sua escolha de atividades físicas durante sua vida (BRASIL. 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A EFE não deve negar ter como um dos seus objetivos a melhora dos níveis de atividade física por crianças e adolescentes a partir de suas interações, que comprovadamente agem além da pratica escolar, atuando como fator de mudança de estigmas de toda a comunidade escolar. Isto de nenhuma forma visa limitar a EFE como local de prescrição de exercícios físicos e recomendações de saúde que devem ser seguidos dentro e fora da escola, mas sim, compreender claramente a importância de buscar metodologias e abordagens para motivar a participação nas atividades o que implicitamente traz o interesse pela participação constante nas aulas interagindo com diversas manifestações da cultura do movimento, tornando a aula agradável e estimulando o aluno ao comportamento de vida saudável. Para tanto a EFE tem que ser

ouvida tanto pelos os gestores de sistemas de ensino quanto pelos teóricos. A falta de estrutura física, matérias e respeito pela atuação profissional de um lado e estudos baseados em opiniões pessoais, críticos a atuação profissional e com estudos de baixo padrão de evidências não tem auxiliado ao desenvolvimento da EFE.

A área de estudo da EFE é ampla e frutífera a discussões e aprofundamentos de reflexão sobre o movimento e suas manifestações. Não há disputa entre linhas de pensamento teórico e atuação, o que há são necessidades pulsantes e importantes num mesmo momento que deve sim ser compreendidas e atendidas de forma coerente e justa não só pela EFE, mas como todo o sistema de ensino. O mundo continua a mudar de forma cada vez mais rápida e olhares devem ser atualizados constantemente, devemos olhar pra frente. Desta forma o professor deve contemplar da melhor forma possível estas necessidades não excluindo outras entre si, mas complementando através das ricas experiências e vivências que acontecem de forma única durante a aula de EFE, que vão muito além do que pode ser escrito em documentos e planejamentos, mas que fazem a EFE uma área de tantos conhecimentos e aprendizagens significativas para os alunos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, E. B; DEVIDE, F. Auto exclusão nas aulas de educação física escolar: representações de alunas do Ensino Médio sob enfoque de gênero. FIEP Bulletin, Foz do Iguaçu, v. 76, 2006.

BAILEY, R. Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes. J Sch Health. 2006.

BRASIL. ECA _ Estatuto da Criança e do Adolescente. Lei Federal n. 8069/ 1990, de 13 de julho de 1990.

BRASIL. LDB_ Lei de Diretrizes e Bases Curriculares Nacionais. Lei Federal n. 9.394/1996 de 20 de dezembro de 1996.

BIDDLE, S.J.H. ASARE, M. Physical activity and mental health in children and adolescents: a review of reviews. BJSM, Vol 45, ed 11, 2011.

BONA, V. Tecnologia e infância: ser criança na contemporaneidade. Dissertação de Mestrado. Universidade de Pernambuco 2010.

BLAIR, S. N. LAMONTE, I. NICHAMAN, M. Z. The evolution of physical activity recommendations: how much is enough?, The American Journal of Clinical Nutrition, Volume 79, Issue 5, May 2004.

CAMPÃO, D.S. CECCONELLO, A. P. A contribuição da Educação Física no

desenvolvimento psicomotor na Educação infantil. Buenos Aires: Revista Digital, ano 13, n 123, agosto de 2008.

DARIDO, S. C. Educação Física na escola: questões e reflexões. São Paulo: Guanabara Koogan, 2003.

DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

DING, D. LAWSON, K. KOLBE, T. FINLELSTEIN, E. KATZMARZYK, P. VAN

MECHELEN, W. The economic burden of physical inactivity: a global analysis of major non-communicable diseases. LANCET. Set. de 2016.

GONZALEZ, S. FREDERIC, N. BRIERE, L. Prospective associations between participation in leisure-time physical activity at age 6 and academic performance at age 12. Preventive Medicine, Volume 118, 2019.

HOEHNER, C. RIBEIRO, I. PARRA, D. HALLAL, P. SIMÕES, E. BROWNSON, R. Physical Activity Interventions in Latin America. Expanding and classifying the evidence. American Journal preventive medicine. Mar. de 2003.

KWON, S. WELCH, S. MASON, M. Physical education environment and student physical activity levels in low-income communities. BMC Public health. Jan. de 2020.

MARCELLINO, N. C. A DICOTOMIA TEORIA/PRATICA NA EDUCACAO FISICA. III Semana de estudos da Universidade São Judas Tadeu. Dez. de 1995.

MARZINEK, A. NETO, A. F. A motivação de adolescentes nas aulas de Educação Física. In: II Congresso Internacional de Pedagogia do Esporte, 2005.

MATSUDO, S. M. MATSUDO, V. R. ANDRADE, T. A. OLIVEIRA, E. A. BRAGGION, G. Nível de atividade física da população do Estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento. Rev. Bras. Ciên. e Mov. Brasília v. 10 n. 4 p. 41-50 outubro. 2002

MIN-LEE, I. SHIROMA, E. LOBELO, F. PUSKA, P. BLAIR, S. KATZMARZYK, T.

Impact of Physical Inactivity on the World's Major Non-Communicable Diseases. LANCET. Jul. de 2012.

NG, S. W. POPKIN, B. M. Time use and physical activity: a shift away from movement across the globe. Obesity Reviews. Volume 13, issue 8. Ago. de 2012.

PAIVA, N. M. N. COSTA, J. S. Influências da tecnologia na Infância: desenvolvimento ou ameaça? Psicologia. net. 2015.

PATE, R. DAVIS, M. ROBINSON, T. STONE, E. MCKENZIE, T. YOUNG, J.

Promotion of physical activity in children and youth. Circulation AHA. Set. De 2006.

PRANDINA, M. Z. SANTOS, M. L. A Educação Física escolar e as principais dificuldades apontadas por professores da área. Horizontes- Revista de Educação, 2016.

RODRÍGUEZ, C. G. Educação física infantil: motricidade de 1 a 6 anos. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2008.

SALLIS, J. F. MCKENZIE, T. L. BEETS, M. W. BEIGHLE, A. ERWIN, H. LEE,

S. Physical education's role in public health: steps forward and backward over 20 years and HOPE for the future. Res. Q. Exerc. Sports. Jun. de 2012.

SAVIANI, D. Educação senso comum à consciência filosófica.

São Paulo. Cortez/A. A, 1980.

SINGH, A. UIJTDEWILLIGEN, L. TWISK, J. W. R. MECHELEN, W. V. Physical Activity and Performance at School A Systematic Review of the Literature Including a Methodological Quality Assessment. Jama Pediatrics. 166 (1): 49 – 55. Janeiro de 2012. SOARES, R. S. 2012. A educação física no Brasil: da origem aos dias atuais. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Ano 17 - Nº 169 - 2012.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Atividade física na infância e na adolescência: Guia pratico para o pediatra. Documento científico, nutrologia. Mar. DE 2008.

UGRINOWITSCH, H.; BENDA, R. N. Contribuições da Aprendizagem Motora: a prática na intervenção em Educação Física. Revista brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo, v.25, p.25-35, dez. 2011.

VAN SLUIJS, E. M. MCMINN, A. M. GRIFFIN, S. J. Effectiveness of

interventions to promote physical activity in children and adolescents: Systematic review of controlled trials. Brithish Medical Journal. Out. De 2007.

VIANNA, A. J. COSTA, F. R. PIERANGELI, A. OLIVEIRA, R. B. SIGNIFICADOS DA PRÁTICA ESPORTIVA EXTRACURRICULAR PARA OS PAIS. ARQUIVOS em MOVIMENTO, v.13, n.1, p.21-31, Jan/jun 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global recommendations on physical activity for health. WHO Library Cataloguing in Publication Data. 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1·6 million participants. TheLancet. Jan. de 2020