

UNIVERSIDADE DO VALE DO PARAÍBA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO E ARTES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Educação física escolar no desenvolvimento motor do aluno

Cristiano Alberto de Jesus

São José dos Campos/SP

2017

UNIVERSIDADE DO VALE DO PARAÍBA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO E ARTES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO DESENVOLVIMENTO MOTOR DO ALUNO

CRISTIANO ALBERTO DE JESUS

Relatório final apresentado como parte das exigências da disciplina Trabalho de Conclusão de Curso à Coordenação de TCC do Curso de Educação Física da Faculdade de Educação e Artes da Universidade do Vale do Paraíba.

Orientador: Prof. Dr. Fabiano de Barros Souza

São José dos Campos/SP

2017

Agradecimentos

Agradeço primeiramente a Deus por permitir que eu chegasse aqui com muita saúde, força e perseverança. Agradeço à orientação do Prof. Dr. Fabiano de Barros Souza, e ao Alessandro pela ajuda para que eu concluísse esse trabalho.

RESUMO

No ensino fundamental a Educação Física escolar pode ser o primeiro contato do aluno com o esporte e atividades motoras, sendo também, uma fase de aquisição e aperfeiçoamento de suas habilidades e do domínio do corpo. O trabalho teve como objetivo verificar a relevância da educação física no ambiente escolar no desenvolvimento motor do aluno. A pesquisa demonstrou relevância da educação física desenvolvida nas escolas, no desenvolvimento motor, e também apontou benefícios no rendimento escolar do aluno. Conclui-se que um dos primeiros contatos com exercício organizado do aluno é na escola, no ensino fundamental, com um profissional de educação física atuando para desenvolvimento motor infantil, o que pode contribuir também no combate aos males do cotidiano como obesidade infantil, sedentarismo da criança, e a apresentar o aluno as modalidades esportivas, além de estimular a prática de exercícios desde a infância, favorecendo a formação do indivíduo adulto ativo.

Palavras-chaves: Educação Física Escolar. Desenvolvimento motor. Coordenação motora.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	6
2. JUSTIFICATIVA.....	8
3. OBJETIVOS	
3.1 OBJETIVO GERAL.....	9
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	9
4. METODOLOGIA.....	10
5. REVISÃO DE LITERATURA	
5.1 Educação Física Escolar e Desenvolvimento Motor...11	
6. DISCUSSÃO.....	14
7. CONCLUSÃO.....	16
8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	17

1 INTRODUÇÃO

A Educação Física escolar é fundamental para o desenvolvimento da motricidade dos alunos. Caetano *et al.* (2005 *apud* BRUM, 2009) defendem que esta fase escolar é a de aquisição e aperfeiçoamento das habilidades motoras, domínio do corpo, adquirindo coordenação dos movimentos e um maior repertório motor, melhorando assim o nível de aptidão física.

A aptidão física nada mais é que a capacidade de executar níveis diferenciados de atividade física sem fadiga, além de manter essa capacidade por toda a vida, o que segundo Alves *et al.* (2005), contribui para diminuir o risco de doenças cardiovasculares, diabetes, osteoporose e auxilia no controle da obesidade no adulto.

Estudos apontam que alunos de ensino fundamental e médio apresentam seu desenvolvimento motor inferior a sua idade cronológica. Os maiores déficits apresentados foram o de organização temporal, espacial e equilíbrio. A falta da estimulação motora adequada pode ser consequência do estilo de vida das mesmas (PAZIN; FRAINER; MOREIRA; 2007), o que pôde acarretar nos déficits apontados.

Segundo Farinatti (1995, *apud* BORDIGNON; OLIVOTO, 2004) as aulas de Educação Física Escolar devem buscar programas que visam melhorar a aptidão física dos alunos, já que o acesso à prática de atividade física orientada fora da escola atinge pequena parcela desse público.

Já as práticas esportivas devem respeitar a evolução natural dos alunos e suas capacidades, pois elas estão em fase de constante mudança no crescimento e maturação (GALLAHUE; DONNELLY, 2008).

Por meio das atividades escolares que desenvolvem aspectos psicomotores, afetivos e cognitivos, e desenvolvem habilidades físicas específicas, uma aula de Educação Física pode se tornar uma “mola propulsora” para esses alunos, pois sendo bem estruturada, incentiva a prática do esporte também fora do período escolar (KREBS; FERREIRA NETO, 2007).

O incentivo à prática de atividade física na infância deve ser a base para a criação de hábitos saudáveis na vida adulta. A expectativa de vida do ser humano tem aumentado, logo, deve-se dar atenção aos aspectos que uma idade avançada acarreta. Fatores de risco estão relacionados às pessoas quando entram e avançam

na terceira idade, aumentando o risco de doenças, principalmente relacionadas ao sedentarismo.

“Década após década, a expectativa de vida dos seres humanos tem apresentado um aumento constante. De fato, os nascidos em 1900 tinham uma expectativa de vida, em média, de 47 anos, enquanto quem nasce hoje tem uma vida média prevista de 77 anos.”
(GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, 2013)

2 JUSTIFICATIVA

Em função da carência de estudos científicos que avaliam especificamente se as aulas de Educação Física oferecidas nas escolas públicas atualmente são suficientes para uma base no desenvolvimento global do aluno, enfatizando a motricidade, a presente pesquisa traria relevância para a área e áreas afins. Dessa forma possibilitaria a construção de um material teórico que pudesse ser consultado, e que pudesse servir ao profissional dessa área.

3 OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL

Essa pesquisa teve como objetivo verificar a relevância da educação física no ambiente escolar no desenvolvimento motor do aluno.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Verificar a relevância motora do aluno na escola;
- Comparar os efeitos da atividade física escolar oferecida no ensino fundamental e no médio;
- Observar a importância da presença de um profissional de educação física ministrando as aulas de ensino fundamental e médio nas escolas públicas.

4 METODOLOGIA

4.1 Tipo de Estudo

O presente estudo tratou-se de uma revisão bibliográfica com avaliação de dados e informações disponíveis na literatura científica sobre o tema, envolvendo artigos publicados e livros.

5 REVISÃO DE LITERATURA

5.1 Educação Física Escolar e o desenvolvimento motor

A fase do ensino fundamental desenvolve maturidade da infância, onde os alunos aprendem e crescem rapidamente, é caracterizada pelo fazer, produzir e projetar, sendo uma fase de rápidas mudanças físicas e motoras. O monitoramento nessa fase do desenvolvimento pode representar uma base na qualidade de vida do aluno (GUEDES; GUEDES, 1997 *apud* PEREIRA; MANZATTO; MARCO, 2010).

No ensino fundamental, ocorre evolução da coordenação e controle motor, o que facilita o aprendizado e aquisição de habilidades motoras complexas mais tarde (MASSA; RÉ, 2010), e que pode contribuir assim para manutenção de uma vida ativa quando adulto, pois o hábito saudável deve começar a ser estimulado desde a infância.

Para se acumular experiências em diferentes situações e obter um desenvolvimento motor completo, faz-se necessário que o aluno esteja inserido em diferentes meios e na prática de diferentes atividades (ROSA *et al.*, 2005), aspecto que induz o aumento do repertório motor da criança.

Rosa Neto (2002 *apud* FONSECA; BELTRAME; TKAC, 2008), ressalta a importância da atividade motora no desenvolvimento do aluno, nas funções perceptivo motoras, psicomotoras e neuromotoras (MOLINARI; SENS, 2003 *apud* FONSECA; BELTRAME; TKAC, 2008).

O desenvolvimento motor do aluno, levando em consideração se o mesmo pratica alguma atividade física, é previsível. Fatores como restrições impostas no ambiente, idade, e até pelo organismo, podem contribuir para o sedentarismo e atraso no desenvolvimento motor (GALLAHUE; OZMUN, 2005). A idade cronológica não representa por si só consistência no desenvolvimento, mas depende de vários aspectos, principalmente fatores ambientais.

Através de uma atividade física o aluno pode descobrir novos movimentos e trabalhar os diferentes grupos musculares de forma global. A atividade física deve ser estabelecida por características funcionais essenciais, quando executadas, podendo ser estáveis, permanentes e incorporadas em muitas habilidades motoras diferentes (TANI *et al.*, 1988 *apud* MIRANDA; AFONSO, 2006).

Entre o incremento das valências físicas como força, velocidade, resistência, encaixam-se as capacidades motoras que também são componentes do rendimento físico (MARQUES; OLIVEIRA, 2001 *apud* RAIOL; RAIOL; ARAÚJO, 2010).

O aumento da força, velocidade e resistência é constante nesta fase de desenvolvimento no ensino fundamental, melhorando essas capacidades com estímulos ambientais adequados (ARMSTRONG; WELSMAN, 2000).

Malina *et al.* (2009) e Rogol *et al.* (2002 *apud* MASSA; RÉ, 2011), encontraram diferenças significativas no desempenho motor entre meninos e meninas que tenham a oportunidade de prática motora. Contudo, por questões culturais, as meninas acabam por não ter acesso aos mesmos movimentos praticados pelos meninos, prejudicando esta aquisição das habilidades. (AHNERT; SCHNEIDER, 2007; CARVALHAL; VASCONCELLOS RAPOSO, 2007; TUCKER, 2008 *apud* MASSA; RÉ, 2011). O estímulo motor não deve discriminar atividades diferentes para meninos e meninas, devendo ficar a cargo das próprias crianças a escolha das atividades, exercícios, modalidades esportivas que vão praticar, somente no futuro.

Educação física escolar tem grande participação no desenvolvimento do aluno, oportunizando o desenvolvimento da consciência corporal e a vivência de diferentes atividades motoras (RONCHI, 2010).

De acordo com Pelozin *et al.* (2009, *apud* CARMINATO, 2010), quanto mais inativo for o aluno maior pode ser o atraso no seu desenvolvimento motor, implicando diretamente também na prevalência do sobrepeso. Há uma relação direta com o exercício regular e o combate às doenças relacionadas ao sedentarismo, ou seja, quanto mais ativo for a criança, menor o risco de desenvolver tais doenças.

O professor tem como responsabilidade assegurar um crescimento físico saudável, orientando pais e responsáveis no crescimento e desenvolvimento independente, levar o aluno a ter iniciativa, a aprender utilizar todas as suas capacidades, a transformar inteligência prática (sensório-motora) em inteligência reflexiva (gnósica) (LABAN, 1978, *apud* SANTOS, 2007).

Segundo Santos (2007), a Educação Física tem como objetivo fornecer ao aluno desenvolvimento integral e harmônico para garantir seu desenvolvimento total numa sequência idealizada, sendo primeiramente na área motora, seguida das áreas cognitiva, social e emocional.

É evidente a importância de um professor especializado na área da Educação Física para que as técnicas sejam aplicadas de forma eficiente, atendendo corretamente cada aluno conforme suas necessidades e possíveis limitações. É preocupante a adequação de professores que se tornam docentes generalistas. Na maioria das vezes, não possuem formação aprofundada na área de desenvolvimento motor infantil, impossibilitando a utilização de metodologias que suprem as necessidades de movimento dos alunos (REDIVO, 2010). Por outro lado, nem sempre estímulos tecnicistas são efetivos, faz-se necessário que haja variação no repertório aplicado nas aulas, de forma lúdica até aspectos mais técnicos de habilidades motoras mais específicas.

Acompanhando toda essa evolução da Educação Física, vemos que sua importância foi encontrada ao longo dos anos, e que sua responsabilidade só vem aumentando com o passar dos anos.

Segundo Seefeldt e Haubenstricker (1982 *apud* BRAUNER, 2010), afirmam que a prática de atividade física refina habilidades motoras fundamentais e vão além da barreira da proficiência motora, evoluindo as capacidades desses alunos e facilitando também seu bom desempenho nas práticas mais avançadas de variadas modalidades esportivas.

6 DISCUSSÃO

Segundo Guedes (2001), para um adulto ter hábitos de atividade física em sua vida, estes devem ser transferidos da infância. A criança ativa tem maiores chances de se tornar um adulto ativo. Com incentivo à atividade física desde a infância, pode-se estabelecer uma base mais sólida para que o futuro adulto não prevaleça no sedentarismo ou na obesidade. (LAZOLLI *et al.*, 2007 *apud* SOUZA JUNIOR; BIER, 2008).

Hábitos saudáveis como a prática de atividade física, suas escolhas e uma alimentação adequada, são influências dos pais. Sabe-se que o ambiente interfere no peso adequado à criança, e estes hábitos podem persistir até a fase adulta. (OLIVEIRA *et al.*, 2003). Portanto, acredita-se que os principais responsáveis pela introdução da criança à uma vida ativa, fora da escola, são os pais, que devem incentivar o filho a ter uma vida ativa e uma alimentação saudável.

Segundo Cezário (2008), a atividade física dentro da vida do aluno na escola é tão importante, que através do seu desenvolvimento motor, conseguimos afetar até o seu intelecto, melhorando seu rendimento escolar.

O treinamento de força pode reduzir risco de lesão durante a prática de atividades recreativas ou esportivas (FLECK; KRAEMER, 1999 *apud* BORDIGNON; OLIVOTO, 2004). Escolas particulares geralmente tem parcerias com academias que oferecem treinamento resistido, principalmente para alunos do ensino médio, sendo mais uma ferramenta para criação de hábitos saudáveis e para melhor preparar o aluno para atividades esportivas reduzindo os riscos de tal prática.

A escola e os professores de Educação Física devem promover programas de incentivo à atividade física que promovam saúde, bons hábitos alimentares e a iniciação ao esporte, também fora das escolas (ACSM, 2007 *apud* SOUZA JUNIOR; BIER, 2008).

Uma pesquisa realizada por Armstrong e Bray (1991 *apud* MATSUDO *et al.*, 1998) revela que alunos da escola primária raramente experimentam atividades físicas que possam melhorar sua aptidão motora e cardiovascular. Sugere-se que isso possa ser causado pelo tempo insuficiente disponibilizado para as aulas de Educação Física, lembrando que a frequência, volume e intensidade de prática de qualquer exercício devem ser levados em conta para o incremento à saúde. Por

exemplo, uma aula de 50 minutos se não for bem estruturada e repetida com frequência semanal de 2 a 3 vezes pode não induzir a conquista de resultados efetivos relacionados à saúde.

É comum que alunos mais habilidosos estejam mais inseridos na prática de atividade física, e os menos habilidosos acabem se distanciando desta prática, o que contribui para que o segundo grupo se afaste dos estímulos benéficos gerados pela atividade física (DARIDO, 2004).

Segundo Rangel e Betti (1992 *apud* DARIDO, 2004), analisando a expectativa quanto à disciplina de Educação Física, o professor é apontado como o maior responsável pela aceitação da disciplina.

Tendo como base os dados obtidos da literatura, observa-se que grande parte dos alunos que não praticam atividade física fora da escola, podem não ter esse hábito devido à falta de incentivo dentro da escola. Então, o professor de Educação Física tem um papel crucial em tentar inserir todos os alunos nas atividades físicas escolares, e incentivar também às atividades físicas fora da escola. Em uma atividade extraescolar essa criança pode encontrar e se identificar com um esporte ou uma atividade em que seja mais habilidoso, ou pelo menos se inserir em algum outro programa de exercícios.

Não podemos esquecer também que os excessos destas atividades podem acarretar em prejuízos às crianças. Por isso, as atividades devem ser sempre acompanhadas por um adulto e ministradas pelo profissional de Educação Física.

7 CONCLUSÃO

Concluiu-se com esse trabalho que um dos primeiros contatos com exercício organizado da criança é na escola, mais especificamente no ensino fundamental. Observou-se na pesquisa a relevância de atuação de um profissional de educação física para estimular o desenvolvimento motor infantil, auxiliando no combate aos males do cotidiano como obesidade infantil, sedentarismo durante a própria infância, e para apresentar ao aluno as modalidades esportivas.

Além disso, concluiu-se que as atividades estimuladas na infância durante a Educação Física Escolar é uma importante ferramenta para formar o adulto ativo que irá buscar formas de manutenção de saúde através da prática regular de exercícios.

8 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, J.B.G. et al. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta. **Rev. Bras. Med. Esporte – Vol. 11, nº5 – Set/Out, 2005.**

ARMSTRONG, N.; WELSMAN, J. R. Development of aerobic fitness during childhood and adolescence. **Pediatric Exercise Science, Champaign, V. 12, P. 12849, 2000. .**

BORDIGNON, O.; OLIVOTO, R. Diagnóstico do nível de aptidão física em crianças escolares de ambos os sexos, com idade cronológica entre 8 a 10 anos. **Universia, Educación física y deportes, Nº. 77, 2004.**

BRAUNER, L. M. Projeto Social Esportivo: impacto no desempenho motor, na percepção de competência e na rotina de atividades infantis dos participantes.

2010.190f. **Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano)**

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2010.

BRUM, K. O. Aptidão física e motora em escolares obesos. **Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis/ SC, 2009.**

CARMINATO, R. A. Desempenho motor de escolares através da bateria de teste KTK. 2010. 99f. **Dissertação (Mestrado em Educação Física) Universidade Federal do Paraná/Curitiba, 2010.**

CEZÁRIO, A. E. S. Influência da atividade física no desenvolvimento motor e rendimento escolar em crianças do Fundamental. 2008. 28f. **TCC (Graduação em Licenciatura Plena em Educação Física) Universidade Estadual do Vale do Acarajú. Caucaia – CE, 2008.**

DARIDO, S. C. A educação física na escola e o processo de formação dos não praticantes de atividade física. **Rev. Bras. Educ. Fís., São Paulo, Vol. 18, Nº1, P. 61-80**, Março, 2004.

FONSECA; BELTRAME; TKAC. Relação entre o nível de desenvolvimento motor e variáveis do contexto de desenvolvimento de crianças. **Rev. Da Educação Física/UEM, Maringá, vol. 19, n. 2, p. 183-194, 2. Trim.**, 2008.

GALLAHUE, D. L.; DONNELLY, F. C. **Educação Física desenvolvida para todas as crianças**. 4 ed. Tradução Maria Aparecida da Silva Pereira Araújo, Ed. Phorte, São Paulo, 2008.

GALLAHUE, D.L; OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. São Paulo: Ed. Phorte, 2005.

GALLAHUE, D.L; OZMUN, J. C; GOODWAY, J. D. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 7 ed. Porto Alegre – RS, AMGH Editora Ltda, 2013.

GUEDES, D. P., et al. Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes. **Rev. Bras. Med. Esporte, Vol. 7, Nº 6**, Nov/ Dez, 2001.

KREBS, R. J.; FERREIRA NETO, C. A. **Tópicos em desenvolvimento motor da infância e adolescência**. Rio de Janeiro, Lecsua, 2007.

MASSA, M., RÉ, A. H. Características de crescimento e desenvolvimento. **In L. R. Silva (Ed.), Desempenho esportivo: Treinamento com crianças e adolescentes**. (2ª ed., pp. 71-108). São Paulo, Phorte, 2010.

MATSUDO, S. M. M. Nível de atividade física em crianças e adolescentes de diferentes regiões de desenvolvimento. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**, Vol. 3, Nº 4, P. 14-26, Abril, 1998.

MIRANDA, S.; AFONSO, C. A. **A Educação Física na escola e o desenvolvimento motor**. EDUCERE, 15f. , P.920-933, 2006.

OLIVEIRA, A. M. A., et al. Sobrepeso e obesidade infantil: influência de fatores biológicos e ambientais em Feira de Santana, BA. **Arq. Bras. Endocrinol Metab.**, Vol. 47, Nº. 2, Abril, 2003.

PAZIN; FRAINER; MOREIRA. Crianças obesas têm atraso no desenvolvimento motor. **Revista Digital, Buenos Aires, Ano 11, Nº 101**, Outubro, 2006.

PEREIRA; MANZATTO; MARCO. Análise do crescimento e desenvolvimento motor de escolares de 1ª a 4ª série do Município de Holambra – São Paulo.

Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física. HU Revista, Juiz de Fora, Vol. 36, N.º. 4, p.308-314 , Out/ Dez, 2010.

RAIOL, R. A; RAIOL, P. A. F. S; ARAÚJO, M. A. T. As aulas de Educação Física na infância: capacidades motoras, crescimento e princípios do treinamento. **EFDeportes, Revista Digital. Buenos Aires, año 15, n. 149**, Octubre de 2010.

REDIVO, T. B. A evolução motora e somática de crianças de sete a oito anos de idade praticantes de Educação Física na Escola Municipal de Ensino Fundamental Senador Alberto Pasqualini. 2010. 59f. **TCC (Licenciatura Plena em Educação Física) Universidade Federal do Rio Grande do Sul**. Porto Alegre, 2010.

RONCHI, F. M. A influência da educação física escolar para o desenvolvimento motor nas séries iniciais do Ensino Fundamental. 2010. 41f. **Monografia (Pósgraduação**

**especialista em Educação Física Escolar) Universidade do Extremo Sul
Catarinense – UNESC. Criciúma, Março, 2010.**

ROSA et al. Desenvolvimento de habilidades motoras e capacidades físicas em crianças através da natação: dados preliminares. **Revista Fafibe Online. Ano 01, Nº. 01**, Julho, 2005.

SANTOS, J. P. G. A importância da educação física no desenvolvimento da psicomotricidade. 2007,21f. **Monografia (Pós-graduação em Psicomotricidade) Universidade Cândido Mendes**, Rio de Janeiro, 2007.

SOUZA JÚNIOR, S. L. P.; BÍER, A. A importância da atividade física na promoção de saúde da população infanto-juvenil. **EFDeportes, Revista Digital, Buenos Aires, Ano 13**, Abril, 2008.