

Organizadores

Renan Souza, Marcio Luiz Werlang, Elisabeth Baretta

PESQUISA, PRÁTICAS PEDAGÓGICAS E O PROCESSO FORMATIVO EM EDUCAÇÃO FÍSICA.

O PROCESSO INVESTIGATIVO
E A FORMAÇÃO PROFISSIONAL
EM EDUCAÇÃO FÍSICA

editora
unoesc



© 2023 Editora Unoesc

Direitos desta edição reservados à Editora Unoesc

É proibida a reprodução desta obra, de toda ou em parte, sob quaisquer formas ou por quaisquer meios, sem a permissão expressa da editora.
Fone: (49) 3551-2000 - Fax: (49) 3551-2004 - www.unoesc.edu.br - editora@unoesc.edu.br

Editora Unoesc

Coordenação
Tiago de Matia

Agente administrativa: Simone Dal Moro
Revisão metodológica: Ana Maria de Azevedo
Projeto gráfico e capa: Saimon Vasconcellos Guedes
Diagramação: Saimon Vasconcellos Guedes

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)

P474 Pesquisa, práticas pedagógicas e o processo formativo em educação física: o processo investigativo e a formação profissional em educação física / organizadores Renan Souza, Marcio Luiz Werlang, Elisabeth Baretta. – Joaçaba: Editora Unoesc, 2023. 142 p. : il. ; 23 cm

ISBN e-book: 978-85-98084-69-5
Inclui bibliografias

1. Educação física – Estudo e ensino. 2. Prática de ensino. 3. Professores. I. Souza, Renan, (org.). II. Werlang, Marcio Luiz, (org.). III. Baretta, Elisabeth, (org.).

CDD 371.3

Ficha Catalográfica elaborada pela Biblioteca da Unoesc de Joaçaba

Universidade do Oeste de Santa Catarina – Unoesc

Reitor
Ricardo Antonio De Marco

Vice-reitores de Campi
Campus de Chapecó
Carlos Eduardo Carvalho
Campus de São Miguel do Oeste
Vitor Carlos D'Agostini
Campus de Videira
Carla Fabiana Cazella
Campus de Xanxerê
Genesio Téó

Pró-reitora de Ensino
Lindamir Secchi Gadler

Pró-reitor de Pesquisa, Pós-Graduação, Extensão e Inovação
Kurt Schneider

Diretor Executivo
Jarlei Sartori

Conselho Editorial

Tiago de Matia	Silvio Santos Junior
Sandra Fachineto	Carlos Luiz Strapazon
Aline Pertile Remor	Wilson Antônio Steinmetz
Lisandra Antunes de Oliveira	César Milton Baratto
Marilda Pasqual Schneider	Marconi Januário
Claudio Luiz Orço	Marceli Maccari
Ieda Margarete Oro	Daniele Cristine Beuron

A revisão linguística é de responsabilidade dos autores.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	7
--------------------	---

RESUMOS

A EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL: VIVÊNCIAS ESPORTIVAS NA ESCOLA	10
--	----

A EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS: VIVÊNCIAS DO ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO	11
--	----

A IMPORTÂNCIA DA TOMADA DE DECISÕES NO BADMINTON.....	12
---	----

A IMPORTÂNCIA DO HANDEBOL NA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS	13
---	----

A INICIAÇÃO ESPORTIVA NA MODALIDADE DE FUTSAL	14
---	----

A INICIAÇÃO ESPORTIVA NO PROCESSO DE FORMAÇÃO NA MODALIDADE DE FUTSAL	15
--	----

A PREPARAÇÃO FÍSICA NA FORMAÇÃO ESPORTIVA DE ATLETAS DE FUTSAL	16
--	----

APRÁTICA ESPORTIVA NO ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS: EXPERIÊNCIA NA DOCÊNCIA EM EDUCAÇÃO FÍSICA	17
---	----

ABORDAGEM DE DESENVOLVIMENTISTA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA COM O ESPORTE HANDEBOL.....	18
---	----

APLICAÇÃO DE BRINCADEIRAS NA EDUCAÇÃO INFANTIL.....	19
ATLETISMO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: CIRCUITOS MOTORES MOTIVANDO A PRÁTICA DOS ESPORTES DE MARCA	20
BRINCADEIRAS E JOGOS: UM PROCESSO DE APRENDIZADO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR.....	21
CONTINUAÇÃO AO PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DA MODALIDADE DE HANDEBOL NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL	22
COORDENAÇÃO MOTORA DE ALUNOS DOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL	23
EDUCAÇÃO FÍSICA: DOCÊNCIA NO ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS	24
EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL: DESAFIOS E EXPERIÊNCIAS NO ENSINO DO CONTEÚDO DO ESPORTE	25
ESPORTE DE REDE E ESPORTE DE INVASÃO: EXPERIÊNCIA DE DOCÊNCIA NO ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO DE EDUCAÇÃO FÍSICA	26
ESTÁGIO CURRICULAR PROFISSIONAL NA INICIAÇÃO ESPORTIVA NO VOLEIBOL DA AJOV	27
INICIAÇÃO AO TÊNIS DE MESA NA INSTITUIÇÃO PRÓ-TÊNIS DE MESA JOAÇABA.....	28
INICIAÇÃO ESPORTIVA EM ESCOLINHA DE FUTSAL NO MUNICÍPIO DE CAMPOS NOVOS-SC	29
JOGOS E BRINCADEIRAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA	30

MÉTODOS UTILIZADOS PARA O ENSINO DO FUTSAL NA BASE EM JOAÇABA ..	31
O ESPORTE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO MÉDIO	32
O MOVIMENTO E O CONHECIMENTO DO CORPO NA EDUCAÇÃO INFANTIL.....	33
TÊNIS DE MESA: DA INICIAÇÃO ESPORTIVA AO RENDIMENTO	34
VIVÊNCIAS ACADÊMICAS NA MODALIDADE DE VOLEIBOL FEMININO.....	35
VIVÊNCIAS E PRÁTICAS NA MODALIDADE DE BADMINTON	36

ARTIGOS

AVALIAÇÃO DO VO ₂ MÁXIMO EM ATLETAS DA MODALIDADE DE BASQUETEBOL POR MEIO DO TESTE TCAR	39
COORDENAÇÃO MOTORA DE ESCOLARES PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE ATIVIDADES FÍSICAS EXTRAESCOLARES SISTEMATIZADAS	51
EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA INDIVÍDUOS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO DO AUTISMO: UMA REVISÃO DE LITERATURA.....	67
MOTIVAÇÃO DE ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA E A INFLUÊNCIA DO APOIO DOCENTE À AUTONOMIA.....	87
PREVALÊNCIA DE LESÕES EM MESATENISTAS BRASILEIROS	111
UNIDADES TEMÁTICAS NA BNCC: SUA APLICAÇÃO DE ACORDO COM OS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR	127

APRESENTAÇÃO

O profissional de Educação Física tem uma missão muito forte e importante junto à sociedade: promover a saúde, tendo como foco a atividade física. A profissão exige a atuação no mercado de trabalho de forma dinâmica, proativa, inovadora, com trabalho em equipe, conhecimento de métodos e técnicas com base na ciência e com alta capacidade de adaptabilidade.

A Educação Física vive momentos de fortalecimento e novas perspectivas. Recentemente, a Lei 14.386/2022 foi aprovada, alterando a Lei nº 9.696, de 1º de setembro de 1998, abordando a regulamentação da profissão de Educação Física e criando o Conselho Federal de Educação Física e os Conselhos Regionais de Educação Física. Um marco importante para a profissão, com vistas a regulamentar aspectos de legitimidade.

Nos cursos de formação inicial, dentre os componentes curriculares elencados nas matrizes dos cursos, os estudantes aperfeiçoam suas habilidades e competências, no sentido de se apropriar de saberes para atuarem com domínio no mercado de trabalho.

Este e-book: Pesquisa, práticas pedagógicas e o processo formativo em Educação Física, oitava edição, traz 27 produções dos estudantes no formato de resumos, em relatos de atividades de ensino e em 06 trabalhos de conclusão de curso (TCCs) da Licenciatura e Bacharelado.

Desejamos uma excelente leitura.

Elisabeth Baretta

CREF 000330-G/SC

Coordenadora do Curso de Educação Física



RESUMOS

A EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL: VIVÊNCIAS ESPORTIVAS NA ESCOLA

Amanda Dalmolin Zortéa¹

Gracielle Fin²

O estágio curricular supervisionado foi realizado na escola Centro Educacional Roberto Trompowsky, no município de Joaçaba, SC, com observações, monitorias e regências em turmas do 6º, 8º e 9º ano, dos anos finais do ensino fundamental, no período matutino, totalizando 127 alunos. Trabalhou-se o conteúdo esportes, que é essencial para a vida dos alunos por ensinar de forma cooperativa, com interação com o adversário, buscando desenvolver aspectos cognitivos e motores, bem como auxiliar nas relações afetivas entre os alunos. Percebe-se a contribuição dessa temática nas aulas de Educação Física, em especial na exploração e ampliação das capacidades motoras, promovendo e ampliando o mundo de movimento dos alunos, além de propiciar a utilização de diversos materiais que proporcionam variações de movimentos. A escolha do tema partiu da ideia de iniciação à modalidade, com intuito do aluno aprender jogando. Por se constituir de esportes pré-desportivos, as aulas foram realizadas com a participação ativa de todos, sendo que a execução das atividades deu-se com êxito e animação, de forma afetiva e prazerosa, observando, também, uma melhora considerável nas habilidades propostas para o jogo. Por se tratar de faixas etárias com características semelhantes, não foi possível perceber dificuldade. Destaca-se, ainda, o handebol e o voleibol como esportes preferidos entre os alunos. Os componentes curriculares realizados durante a formação acadêmica ajudaram a estruturar o planejamento, principalmente em relação aos objetivos propostos no plano de aula, e a experiência da docência contribuiu para preparar o acadêmico para a realidade escolar com seus desafios.

Palavras-chave: Escola; Esportes; Educação Física.

¹ E-mail: amanda.dalmolinzortea@gmail.com.

² E-mail: gracielle.fin@unoesc.edu.br.

A EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS: VIVÊNCIAS DO ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO

Samuel Roberto Dalmagro¹

Gracielle Fin²

O estágio curricular supervisionado é um dos requisitos básicos para a formação docente e, por meio dele, os discentes têm seu primeiro contato com a escola e todo seu contexto. O estágio foi realizado em uma escola do município de Joaçaba, SC, com alunos de 6º, 7º e 9º anos do Ensino Fundamental, anos finais. A prática de Educação Física nos anos finais contribui para o desenvolvimento motor, como estímulo a uma vida saudável e para a aquisição de comportamentos sociais, como respeito às diferenças e a solidariedade. A experiência do estágio possibilita conhecer e vivenciar a Educação Física no contexto escolar, bem como aprender com os obstáculos encontrados, de modo a refletir sobre o caminho que se quer seguir. O estágio foi dividido em dois momentos: Primeiro, a observação, que correspondeu ao reconhecimento do espaço e da realidade escolar, o que implicou entender a estrutura física e organizacional, assim como identificar a rotina das aulas de Educação Física. O segundo momento se deu com a participação do acadêmico como monitor do processo de ensino e aprendizagem, acompanhando o professor no desenvolvimento das aulas. Tanto o primeiro momento como o segundo prepararam o discente para a experiência docente. O estágio supervisionado é o momento inicial de aproximação com o ambiente escolar e com o fazer pedagógico da Educação Física. O discente futuro professor vivencia na prática a realidade da escola em todos seus aspectos, como também tem a oportunidade de avaliar as teorias aprendidas ao longo do curso, buscando sempre relacionar a teoria com a prática, além de promover o contato com a comunidade escolar para que ele possa desenvolver competências e habilidades, de acordo com o objetivo proposto no curso.

Palavras-chave: Estágio; Educação Física; Ensino fundamental anos finais.

¹ E-mail: samueldalmagro@outlook.com.

² E-mail: gracielle.fin@unoesc.edu.br.

A IMPORTÂNCIA DA TOMADA DE DECISÕES NO BADMINTON

Luís Eduardo Camarço Rodrigues¹

Renan Souza²

O badminton é um esporte de rede, caracterizado como uma modalidade esportiva onde há interação com o oponente. A escolha da modalidade partiu da ideia de auxiliar sempre que necessário as atividades propostas pelo professor supervisor e observar a importância da tomada de decisões durante partidas de badminton. Dessa forma, o estágio profissional curricular I foi realizado na associação Meio Oeste de Badminton, (AMOB), localizada em Joaçaba- Santa Catarina, no ginásio Professor Edinho, com faixas etárias de 08 a 22 anos. Trabalhou-se, como tema, as tomadas de decisões no badminton, sendo um fator determinante nos jogos, pois exige movimento correto, tempo de reação, concentração, agilidade e percepção de jogo. Nota-se que os atletas de pré-rendimento e rendimento evoluem em cada aula, cada um dentro de seus limites e tempo de aprendizado, pois cada aluno tem suas facilidades e dificuldades. Os alunos do rendimento possuem maior facilidade de desenvolver as técnicas básicas da modalidade. Participam com animação das atividades desenvolvidas, são esforçados, sempre buscando por melhores resultados durante os treinamentos e nas futuras competições. Com isso, conclui-se que a vivência prática do estágio é essencial, pois, contribui para a vida acadêmica e futuramente profissional pelo fato de estar inserido no cotidiano de uma associação de badminton, podendo observar a rotina dos professores e alunos. Os componentes curriculares realizados durante a formação acadêmica ajudaram a ter uma base sobre esportes de raquete no geral. E a experiência de estar inserido na AMOB, com diversos profissionais de educação física e alunos, contribuiu para a formação e aprendizagem, por meio da troca de conhecimento durante este processo.

Palavras-chave: Alunos; Badminton; Modalidade.

¹ E-mail: luis.eduardo.anjos@gmail.com.

² E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

A IMPORTÂNCIA DO HANDEBOL NA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS

Eduarda Zambiazzi Marmentini¹

Gracielle Fin²

O Estágio Curricular Supervisionado II, por meio de observações, monitorias e regências de aulas no ensino fundamental anos finais, foi realizado com o tema handebol. É de suma importância o desenvolvimento do esporte “handebol” com as crianças e adolescentes para aprendizagem referente ao aspecto sensório-motor, movimento corporal e o pensamento, incentivando o desenvolvimento de suas habilidades. O handebol, quando praticado nas aulas de educação física, é considerado como um recurso propício à construção do conhecimento do aluno e auxilia no desenvolvimento de sua autonomia. O objetivo do estágio foi ampliar a experiência como docente nas aulas de Educação Física, conhecendo a realidade escolar, observando e ministrando aulas no ensino fundamental anos finais, planejando-as conforme o contexto escolar e estimulando a resolução dos problemas no enredo dos planos de aula. O Estágio Curricular Supervisionado II foi realizado na Escola Básica Municipal Educação Luzerna, localizada no município de Herval d’Oeste, SC, com as turmas de 6º, 7º e 9º ano no período matutino. Durante as atividades de handebol, os alunos demonstraram grande interesse e desempenho, o que resultou em pontos positivos para a formação do acadêmico, favorecendo a experiência prática e demonstrando a importância do estágio na preparação para a vida profissional. O estágio é de fundamental importância para que se perceba a realidade das escolas, para que haja a troca de experiências entre os conhecimentos passados pelos professores da universidade e pelos professores da escola. Como aprendizado, ficam os planejamentos e a realização das atividades propostas, tanto pelo professor regente quanto pelo acadêmico, pois, por meio deles, é possível perceber o que pode ser trabalhado com cada faixa etária.

Palavras-chave: Educação Física; Handebol; Esportes.

¹ E-mail: eduardamarmentini4@gmail.com.

² E-mail: gracielle.fin@unoesc.edu.br.

A INICIAÇÃO ESPORTIVA NA MODALIDADE DE FUTSAL

Mayara Fantin Neves¹

Renan Souza²

O processo de desenvolvimento humano ocorre durante as diversas fases da vida, e esse deve ser contínuo e sequencial de acordo com a idade, iniciando com movimentos simples sem habilidades, e progredem até alcançarem capacidades motoras complexas. O futsal possibilita o desenvolvimento de habilidades motoras, tais como: andar, correr, saltar; e ampliam suas habilidades manipulativas, condução da bola e do drible e, também, fortalecem as habilidades sociais e de convivência. O presente estudo teve como objetivo proporcionar à acadêmica vivências e desenvolvimento das competências e habilidades para o ensino e aprendizagem na modalidade de futsal. Foram realizadas aulas iniciais, em que se definiu a entidade-campo, foi solicitado o contrato de estágio e explicado o andamento do mesmo. Em seguida, a acadêmica seguiu para a entidade-campo, onde foi possível realizar e vivenciar as atividades propostas, que foram realizadas cinco dias por semana nos períodos matutino, vespertino e noturno, com crianças dos 4 a 15 anos, num total de 65 horas. Na experiência prática do estágio foi possível desfrutar das práticas profissionais dentro da modalidade esportiva, nas quais foram de muito proveito, e que permitiram contato com a gestão de tempo, de carreira e de grupo de alunos e até de jogadores em competição. Como pontos positivos destaca-se poder mostrar para os jogadores mais novos a capacidade de desenvolver-se em meio a jogadores mais velhos e a inclusão da estagiária na elaboração das atividades físicas, que tornou possível a associação da teoria com a prática acadêmica. Um ponto a melhorar seria a inclusão de diferentes atividades, sem relação com a modalidade, mas que fossem complementares, como trabalhos que tenham ludicidade e competitividade em meio aos trabalhos de treinamento físico específico. A experiência trouxe para a estagiária importantes afirmações da profissão, mostrando várias possibilidades dentro da modalidade e, também, dentro da profissão de Educação Física.

Palavras-chave: Esporte; Estágio acadêmico; Formação esportiva.

¹ E-mail: mayara.mariananeves@hotmail.com.

² E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

A INICIAÇÃO ESPORTIVA NO PROCESSO DE FORMAÇÃO NA MODALIDADE DE FUTSAL

Jenifer Hofmann de Almeida¹

Renan Souza²

O futsal é uma modalidade que desenvolve e forma cidadãos dentro de uma sociedade, proporcionando além do aprendizado coletivo, o desenvolvimento da socialização. Assim, os métodos e as abordagens para a inicialização do futsal são de extrema relevância para os praticantes da modalidade. O futsal apresenta características como a aleatoriedade, a variabilidade e a imprevisibilidade, visto o fato da decorrência de diversas ações durante o jogo e da interação entre as equipes, sobressaindo-se a autonomia dos atletas e o sucesso tático do treinador. O objetivo do estágio foi proporcionar ao acadêmico a afirmação da aprendizagem como processo pedagógico de construção de conhecimentos, desenvolvimento de competências e habilidades, mediante a relação teórico e prático na área de atuação profissional. O estágio Profissional Curricular I foi realizado de 08 de março a 10 de junho de 2023, de forma prática, totalizando 65 horas de atuação na entidade campo, de forma a auxiliar o professor supervisor durante os treinos. Estagiar permitiu vivências e experiências na modalidade, além de agregar conhecimento sobre trabalho em equipe, fundamentos técnicos e táticos, e a organização do jogo propriamente dito. Destaca-se as atividades didáticas que incluíram abordagens dos fundamentos técnicos. A realização do estágio foi de suma importância para a formação acadêmica e profissional, futura, ao possibilitar ao acadêmico compreender os processos pedagógicos de ensino e aprendizagem esportiva na modalidade de futsal, observar a organização e estrutura dos treinos e estímulos diversificados, como em relação ao ambiente e as práticas desenvolvidas.

Palavras-chave: Estágio profissional; Futsal; Métodos de ensino.

¹ E-mail: jenifer.hofmann@outlook.com.

² E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

A PREPARAÇÃO FÍSICA NA FORMAÇÃO ESPORTIVA DE ATLETAS DE FUTSAL

Gabriel Buratto¹

Renan Souza²

O futsal é um jogo dinâmico, de alta intensidade e trocas constantes de posição em quadra. Com o passar do tempo as equipes investiram nas categorias de bases e o processo de formação do atleta foi se tornando cada vez mais importante. O planejamento do treinamento deve se pautar em conhecimentos científicos, como a fisiologia do exercício, medicina desportiva, biomecânica e treinamento desportivo. O Estágio teve como objetivo desenvolver competências e habilidades, mediante ambiente de aprendizagem adequado e processo de supervisão no treinamento na modalidade de futsal. De 17 de abril a 20 de junho de 2023, foi possível observar e auxiliar no treinamento esportivo das equipes sub-15 e sub-18, do Joaçaba Futsal. Durante os treinamentos, foram realizados exercícios de força, potência e velocidade, jogos táticos para simular situações de jogo e tomada de decisão, específicas para cada categoria. O Joaçaba Futsal é uma equipe que busca destaque no cenário nacional, investindo no crescimento e consolidação como potência do futsal brasileiro. Por meio de investimentos na formação de jovens talentos e parcerias estratégicas, o clube visa garantir um futuro promissor. Essa vivência permitiu acompanhar o dia a dia dos atletas, observar o planejamento de treinos, jogos e viagens e entender a importância da preparação física para o crescimento e a performance esportiva. O Estágio Profissional Curricular I foi essencial para o processo de formação acadêmica, estabelecendo conexão entre a teoria e a prática, tornando a atividade relevante no que diz respeito ao desenvolvimento do profissional.

Palavras-chave: Preparador Físico; Treinamento; Categoria de Base; Futsal.

¹ E-mail: buratto.rock@gmail.com.

² E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

A PRÁTICA ESPORTIVA NO ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS: EXPERIÊNCIA NA DOCÊNCIA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Antonio Eduardo Levkovicz Silva¹

Gracielle Fin²

No Ensino Fundamental Anos Finais, a Educação Física está inserida na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) na área das Linguagens e suas Tecnologias e tem como principal objetivo proporcionar aos jovens e adolescentes uma série de possibilidades e manifestações corporais a fim de enriquecer suas experiências por meio do movimento. É nesse processo que os alunos têm contato com diversos docentes, tendo diferentes relações e interações cada vez mais complexas, obtendo maior capacidade para abstração de informação por diferentes fontes de conhecimento. O esporte na Educação Física não é restrito à competição e ao rendimento dentro do ambiente escolar. Além do lazer, o esporte promove a saúde, cooperação, interação social e expressão corporal, além de outras diversas manifestações culturais. O Estágio Curricular Supervisionado nos Anos Finais do Ensino Fundamental foi realizado na Escola Básica Municipal Estação Luzerna, município de Herval d'Oeste, localizado em Santa Catarina, e teve como objetivo articular o desenvolvimento da prática profissional por meio do aprendizado teórico e do desenvolvimento científico, pedagógico e criativo, além da experiência prática na escola, podendo, dessa forma, desenvolver habilidades e adquirir experiências por meio do contato com a área de atuação. No estágio, foram realizadas observações, monitorias e regências de educação física nas turmas de 6º a 9º Ano do Ensino Fundamental dentro do ambiente escolar. Todas as etapas do estágio trouxeram experiências significativas, agregando conhecimento ao processo de formação acadêmica. A busca pelo conhecimento é contínua e indispensável para ingressar no mercado de trabalho.

Palavras-chave: Educação Física; adolescentes; anos finais.

¹ E-mail: antonio.faculdade2@gmail.com.

² E-mail: gracielle.fin@unoesc.edu.br.

ABORDAGEM DESENVOLVIMENTISTA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA COM O ESPORTE HANDEBOL

Cheila Carla Spironelo¹

Marly Baretta²

O handebol é uma modalidade coletiva que proporciona desenvolvimento físico, cognitivo e afetivo do seu praticante, o qual envolve passes e deslocamentos com a bola nas mãos. Esse esporte é disputado entre duas equipes, o nome dessa modalidade esportiva é proveniente da língua inglesa, visto que *hand* significa mão e *ball*, bola. Essa modalidade é praticada nas escolas nas aulas de Educação Física aproveitando-se das quadras de futebol de salão. O objetivo do estágio foi vivenciar o contexto da prática do ensino da Educação Física com alunos do ensino fundamental. O estágio foi realizado em Capinzal, SC, nas turmas de 6º e 9º ano. Foram aplicadas nove aulas práticas no ginásio da escola, que trataram da temática handebol predeterminada pelo professor e definida no planejamento anual da escola. A abordagem pedagógica da Educação Física escolar aplicada nas aulas foi a desenvolvimentista que pretende adequar as insuficiências motoras do indivíduo, bem como ordenar movimentos inconsistentes e desordenados e corrigir desvios na progressão de aquisição de habilidades motoras. Todas as atividades planejadas foram aplicadas, mas em uma das aulas a experiência da acadêmica foi desafiadora, pois os alunos não demonstraram interesse em realizar as atividades, assim, entende-se que a aplicação de outras atividades poderia ter sido realizada naquele momento. Nas outras aulas ministradas as atividades foram realizadas com a participação efetiva dos alunos, às quais alcançaram os objetivos propostos nos planos de aula específicos. Foi fundamental para a acadêmica a realização do estágio para a superação dos desafios, bem como a busca de vivência de experiências reais no campo de atuação em diversas situações que ocorrem no ambiente escolar, permitindo o aperfeiçoamento e enriquecimento profissional.

Palavras-chave: Educação Física; Ensino Fundamental; Esporte; Formação Profissional.

¹ E-mail: cheila22spironelo@gmail.com.

² E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

APLICAÇÃO DE BRINCADEIRAS NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Simara Machado da Luz¹

Marly Baretta²

É por meio de brincadeiras, questionamentos, aprendizagens e experiências que as crianças desenvolvem sua própria cultura. A Educação Infantil é um dos períodos mais importantes na vida da criança, por ser repleto de experiências e descobertas, além de representar, muitas vezes, a primeira separação do ambiente familiar. Quando o professor de educação física emprega a psicomotricidade para desenvolver as atividades propostas para as aulas, a criança utiliza o corpo para conhecer o mundo, vivenciando e experimentando diversos tipos de movimentos. Com isso, o objetivo do estágio foi explorar as capacidades motoras das crianças, promovendo controle do seu corpo por meio do brincar. As aulas do componente curricular principiaram de maneira presencial com a organização dos acadêmicos para iniciar as observações e monitorias nas escolas. Posteriormente, a acadêmica iniciou a construção do projeto de estágio e dos planos de aulas, com orientações desenvolvidas por meio de encontros remotos e presenciais. Após a aprovação do projeto e planos de aulas, as regências iniciaram-se nas escolas, com a aplicação de conhecimentos adquiridos durante a elaboração do projeto, bem como os conhecimentos aprendidos durante todo o curso de graduação. Considerando este estágio como o mais desafiador, foi uma experiência única aplicar atividades para crianças dessa faixa etária e com tanta autonomia. Muitos foram os aprendizados alcançados, que não seriam adquiridos apenas com a teoria da universidade ou com as experiências em outros estágios, mas que, somados, terão grande valor na vida profissional dos acadêmicos.

Palavras-chave: Educação Infantil; Desempenho Psicomotor; Crianças.

¹ simaraluz6@gmail.com.

² marly.baretta@unoesc.edu.br.

ATLETISMO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: CIRCUITOS MOTORES MOTIVANDO A PRÁTICA DOS ESPORTES DE MARCA

Simara Machado da Luz¹

Marly Baretta²

Os movimentos de arremessar, correr e saltar são característicos do atletismo e realizados de forma natural desde os primeiros anos da vida dos seres humanos. A Educação Física escolar tem como papel principal aprimorar esses movimentos sem caráter competitivo, especialmente nos anos iniciais do ensino fundamental, por se tratar das habilidades motoras básicas e do primeiro contato das crianças com os esportes. Visando isso, uma maneira de aperfeiçoar esses movimentos é praticando os esportes de marca de forma lúdica e recreativa, com a utilização de circuitos motores com diferentes atividades durante as aulas, contemplando os movimentos básicos do atletismo. O objetivo do estágio foi explorar as capacidades motoras dos alunos promovendo a percepção corporal e ampliando suas habilidades de movimento. As aulas do estágio supervisionado iniciaram de forma remota com orientações da professora orientadora e, posteriormente, foram realizados alguns encontros presenciais na universidade para a elaboração do projeto e a construção dos planos de aula. Foram realizadas observações de algumas aulas da professora supervisora que estava trabalhando com os esportes de marca com os alunos da escola e aprofundados os conhecimentos sobre esses esportes e circuitos motores por meio de leituras e pesquisas. Com o projeto e os planos de aula aprovados, ocorreu a regência na escola, na qual a acadêmica aplicou os conhecimentos aprendidos na universidade com as atividades planejadas, que se baseavam em brincadeiras como o passeio na selva e circuitos motores contendo estações montadas com cordas, cones, bancos e bambolês, para aprimorar os movimentos básicos do atletismo: correr, saltar e arremessar. O estágio tem grande importância para a vida profissional dos acadêmicos por proporcionar o contato com a sala de aula e com profissionais atuantes na área, oportunizando a experiência de vivenciar a teoria aprendida nos diversos componentes curriculares, na prática. Apesar das dificuldades enfrentadas durante a elaboração do projeto, essa oportunidade trouxe aprendizados que serão levados para toda a vida profissional.

Palavras-chave: Atletismo; Escola; Formação profissional.

¹ simaraluz6@gmail.com.

² marly.baretta@unoesc.edu.br.

BRINCADEIRAS E JOGOS: UM PROCESSO DE APRENDIZADO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Luziani de Freitas¹

Marly Baretta²

O projeto de docência referente ao componente de Estágio Curricular Supervisionado I contemplou a importância dos jogos e brincadeiras para os anos iniciais do ensino fundamental, pois é a partir dessa fase que a criança adquire noções de cooperação e regras, aperfeiçoa seu desenvolvimento motor, cognitivo e social, bem como aprende a valorizar a cultura em que está inserida. Quando uma criança brinca e joga, ela está criando outro mundo, mais rico, belo e repleto de possibilidades e invenções. O objetivo do estágio foi favorecer a participação dos alunos nas brincadeiras e jogos, com o intuito de trabalhar o espírito de socialização e cooperação. As aulas desse componente curricular iniciaram com estudos teóricos, planejamentos e orientações sobre o desenvolvimento e a organização do estágio. Uma escola municipal de Capinzal (SC), foi o local da realização do estágio, na qual foram observadas as aulas de turmas do 2º ao 5º ano do ensino fundamental e, posteriormente, elaborados os planos de aula. Em decorrência da pandemia da Covid-19, foi necessário realizar o estágio respeitando todas as normas de segurança, com base no plano de contingência estabelecido pela secretaria do Município. O estágio foi concluído conforme o esperado, e a experiência no âmbito escolar foi importante, pois possibilitou ao acadêmico vivenciar a realidade da profissão e colocar em prática a proposta de trabalho planejada ao longo do projeto. Esse momento oportuniza ao acadêmico conhecer, experimentar e vivenciar a realidade da educação física escolar, bem como analisar e refletir se esse é o caminho que pretende seguir profissionalmente. Assim, fica evidente a importância desse componente curricular, pois permite que o acadêmico tenha maior contato com a realidade da profissão.

Palavras-chave: Formação Profissional; Jogos; Brincadeiras; Ensino Fundamental.

¹ E-mail: luzianifreitas22@gmail.com.

² E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

CONTINUAÇÃO AO PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DA MODALIDADE DE HANDEBOL NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Guilherme Bissani¹

Marly Baretta²

A prática de esportes colabora com a formação dos alunos, pois desenvolve valores éticos e morais, além da prática social e de capacidades físicas. Para a Base Nacional Comum Curricular, o esporte é uma das seis unidades temáticas que devem ser contempladas nas aulas de Educação Física escolar, pois proporciona cooperação, interação com adversários e desempenho motor. O tema abordado no estágio foi o handebol, visando desenvolver e oportunizar experiências em âmbito escolar, sendo que sua execução potencializa movimentos básicos, mais ágeis e precisos, como arremessar, correr e saltar. O objetivo do estágio curricular supervisionado foi continuar o desenvolvimento da modalidade esportiva handebol, com atividades pré-desportivas, também ampliar a experiência de docente nas aulas de Educação Física nos anos finais do ensino fundamental. O estágio foi realizado em uma escola pública municipal de Joaçaba, e as atividades contemplaram práticas relacionadas ao handebol. Durante a regência foi aplicada a abordagem construtivista, sendo o jogo sua principal ferramenta de ensino, pois quando os alunos jogam, conseguem assimilar e compreender os princípios propostos. A maioria das atividades desenvolvidas foram jogos pré-desportivos, em que os alunos aprenderam e executaram os fundamentos básicos do handebol. No decorrer das aulas ministradas o planejamento não foi alterado, porém algumas atividades não foram aplicadas, em função do mau tempo, mas todas as aulas atingiram o objetivo definido. Com esses aspectos, percebeu-se a importância do estágio curricular supervisionado, pois contribuiu para a formação e o aprimoramento profissional, e proporcionou experiências, como aprofundamento teórico para a elaboração do projeto, planos de aula, relatório de experiência e regência de aulas, que são fundamentais na preparação para a futura profissão escolhida.

Palavras-chave: Educação Física; Formação Profissional; Esportes. Handebol.

¹ E-mail: bissaniguilherme@gmail.com.

² E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

COORDENAÇÃO MOTORA DE ALUNOS DOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Rafael Felipe Martins dos Santos¹

Marly Baretta²

A escola é um espaço para construção de conhecimento, e a participação efetiva nas aulas de educação física promove um melhor desenvolvimento cognitivo, afetivo e motor dos alunos. Nesse sentido, o professor tem a grande responsabilidade de oferecer atividades diversificadas, que estimulem e envolvam as habilidades motoras e as experiências corporais. A coordenação motora representa uma importância inquestionável no processo de desenvolvimento e aprendizagem das habilidades motoras de crianças e jovens. Ela é importante tanto nas atividades recreativas e esportivas, assim como nas atividades do dia a dia, e tem importância para o domínio dos movimentos, bem como para o processo de aprendizagem da fala e da escrita. O objetivo deste estágio foi contribuir com o desenvolvimento da coordenação motora e com o conhecimento sobre o corpo, e por meio das atividades fazer com que os alunos trabalhassem de forma conjunta, procurando não julgar ou recriminar os colegas pela forma de realizar as atividades. Para que o estágio se efetivasse, foram realizados encontros de orientação e planejamento, além de estudos com base na literatura, e por meio das observações participativas e da aplicação de regências foram vivenciadas situações reais de trabalho pelo acadêmico, que auxiliarão nas práticas futuras, agregando saberes e valores à sua futura atuação docente. O estágio foi desenvolvido em uma escola municipal de Herval d'Oeste, em turmas dos anos iniciais do ensino fundamental, e o conteúdo das aulas foi a coordenação motora e o esquema corporal. As expectativas quanto ao estágio e à relação com os alunos foram superadas, pois eles se envolveram e participaram efetivamente das aulas, demonstrando interesse nas atividades aplicadas pelo acadêmico. O estágio proporciona algumas situações ou dificuldades para as quais muitas vezes não estão preparados, essas experiências são essenciais para o processo de formação do acadêmico, pois é nesse momento que se tem contato com a escola e os alunos, aprende-se a planejar, desenvolver e aplicar os planos de aula e vivenciam-se situações do dia a dia da escola.

Palavras-chave: Formação Profissional; Alunos; Educação Física; Coordenação Motora.

¹ E-mail: rafa.fms17@gmail.com.

² E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

EDUCAÇÃO FÍSICA: DOCÊNCIA NO ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS

Jarlan Tiepo¹

Marly Baretta²

O Handebol está inserido nas aulas de Educação Física escolar como uma possibilidade de conteúdo que pode ser adotado pelos professores durante suas intervenções em razão do amplo e diversificado repertório de habilidades e movimentos que utiliza, assim, o praticante consegue se movimentar com controle, eficiência e coordenação em tarefas com movimentos fundamentais ou especializados. O objetivo do estágio em Educação Física foi planejar e desenvolver atividades de acordo com o tema proposto para essas aulas nos anos finais do ensino fundamental, aprofundando os conhecimentos na área, além de aprimorar a capacidade de se portar como professor e de ministrar aulas, buscando os melhores meios para alcançar os objetivos propostos. O estágio teve sua intervenção em Capinzal (SC), em uma escola municipal. Foram organizados planos de aula específicos para cada turma, com os objetivos de acordo com as unidades de aprendizagem e o planejamento do professor regente, organizados com as etapas de aquecimento, parte principal e volta à calma. A abordagem pedagógica da Educação Física escolar aplicada nas aulas ministradas foi a construtivista, que se fundamenta na relação do aluno com a construção de conhecimentos diante das atividades praticadas e dos conhecimentos já adquiridos. Observou-se que todos os alunos participaram das atividades propostas com empenho e engajamento na realização, bem como respeitando seus colegas. O estágio curricular supervisionado na escola é essencial para o acadêmico conhecer e vivenciar na prática a experiência de ser professor e de desenvolver atividades diretamente no âmbito escolar. Dessa forma, contribuiu na preparação com relação à vivência com alunos e profissionais da escola, futuros colegas de trabalho, levando o acadêmico a conhecer a estrutura e o funcionamento da escola e das aulas de Educação Física.

Palavras-chave: Formação Profissional; Educação Física; Handebol.

¹ E-mail: jarlantiepo@hotmail.com.

² E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL: DESAFIOS E EXPERIÊNCIAS NO ENSINO DO CONTEÚDO DO ESPORTE

Tais Levinski¹
Marly Baretta²

A prática de atividades esportivas promove inúmeros benefícios na adolescência, podendo prevenir doenças como hipertensão, diabetes e obesidade, colaborar no controle da ansiedade e da depressão e melhorar a autoestima. Contribui, também, para obtenção de força, agilidade, flexibilidade, velocidade, entre outras capacidades físicas, e os alunos se tornam mais participativos nas aulas e aprendem a trabalhar em grupo. O objetivo do estágio em Educação Física foi proporcionar atividades relacionadas ao esporte de invasão Handebol aos alunos da escola, por meio da abordagem desenvolvimentista, que tem como finalidade ensinar e aperfeiçoar as habilidades motoras de acordo com a faixa etária de cada indivíduo. Foram desenvolvidas atividades para os alunos praticarem os movimentos técnicos do jogo com domínio e consciência do seu corpo, conhecendo e executando as técnicas de forma correta. O estágio foi realizado em uma escola municipal de Joaçaba com turmas dos anos finais do ensino fundamental. Foram elaborados planos de aula, os quais compreendiam atividades que contemplaram aquecimento, desenvolvimento e volta à calma. Observou-se que em alguns momentos os alunos não demonstraram engajamento na realização das atividades, contudo, apesar de alguns deles não realizarem as atividades propostas, em nenhum momento houve desrespeito ou insultos durante as aulas. As disciplinas do curso foram fundamentais para a realização do estágio, pois se percebe a importância do planejamento das aulas para que os alunos se sintam motivados para realizar todas as atividades propostas até o fim. O estágio curricular supervisionado é importante em todos os aspectos, pois possibilita vivenciar as dificuldades e a realidade da profissão, porque é nesse momento que surgem os desafios de ser professor e se aprende a trabalhar com variadas situações no âmbito escolar.

Palavras-chave: Estágio Supervisionado; Educação Física; Esportes.

¹ E-mail: taislevinski@gmail.com.

² E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

ESPORTE DE REDE E ESPORTE DE INVASÃO: EXPERIÊNCIA DE DOCÊNCIA NO ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Laressa Kessin Da Silva¹

Gracielle Fin²

O estágio curricular supervisionado é um período em que podemos mostrar as vivências e experiências que adquirimos ao longo do curso de Educação Física, ou seja, é um momento em que podemos aplicar o nosso aprendizado na prática das aulas de Educação Física na escola. O estágio foi realizado no Centro Educacional Roberto Trompowsky, localizado na cidade de Joaçaba, SC, e teve como objetivo explorar o cotidiano da escola e desenvolver a prática docente nas turmas observadas. No estágio foram realizadas as observações e, posteriormente, as aulas de monitoria com as turmas do ensino fundamental, anos finais. As unidades temáticas utilizadas para as regências foram relacionadas aos esportes de invasão (handebol) e de rede (voleibol). O estágio foi desenvolvido sem dificuldades e, durante as aulas ministradas, os alunos foram participativos, realizando as atividades propostas. Ocorreram algumas situações em que as atividades foram adaptadas, já que os alunos não estavam colaborando totalmente com a execução da atividade, e casos em que alguns não queriam participar, pois não sabiam executar a atividade proposta. Com isso foi possível levar como aprendizado o cotidiano das escolas e vivenciar como estavam sendo as aulas pós-pandemia. O estágio curricular supervisionado é importante, visto que permite a formação de professores qualificados, além de possibilitar a atuação em uma atividade acadêmica no ambiente escolar e conhecer o cotidiano das escolas e dos alunos. Tratou-se, assim, de um primeiro momento com a docência no ensino fundamental, anos finais, com aprendizados que serão repassados e transmitidos aos alunos no ambiente das aulas de Educação Física.

Palavras-chave: Educação Física; Esporte; Estágio supervisionado.

¹ E-mail: larehsilva123@gmail.com.

² E-mail: gracielle.fin@unoesc.edu.br.

ESTÁGIO CURRICULAR PROFISSIONAL NA INICIAÇÃO ESPORTIVA NO VOLEIBOL DA AJOV

Bruno David Alves¹

Renan Souza²

O voleibol exige uma capacidade motora bem desenvolvida e diante disso, durante o processo de ensino e aprendizagem podem ser aplicados jogos adaptados a cada fundamento, de modo que, a repetição dos fundamentos de forma lúdica, possibilita o processo de aprendizagem motora conforme as propostas de treinamentos fornecidos pelos professores. Durante esse processo de ensino-aprendizagem é preciso evitar-se a especialização precoce, definida como as atividades que as crianças realizam antes do tempo adequado e sugerido dentro de cada esporte, podendo gerar muitos prejuízos físicos, psíquicos e sociais para a saúde da criança. O objetivo desse trabalho, foi relatar as experiências práticas vivenciadas no estágio com as atletas de voleibol da AJOV. Por meio da observação e auxílio nas atividades propostas, o estágio foi desenvolvido de abril a junho de 2023, perfazendo 65 de atividades na entidade campo. Durante esse período foi possível auxiliar os professores e as atletas em todas as atividades, desde o treinamento físico, onde foram realizados trabalhos de pliometria de curta duração, passando pelos treinamentos técnicos e táticos, contribuindo para a melhora no desempenho esportivo das praticantes. A proposta de estágio trouxe a oportunidade de novas experiências em quadra, concebendo uma nova visão no desenvolvimento de atletas em processo de iniciação esportiva. A AJOV é considerada uma das melhores equipes de Santa Catarina na formação de atletas. Diante disso, percebeu-se que não são os melhores materiais que desenvolvem as melhores atletas, mas sim a dedicação e o conhecimento dos profissionais que compõem a equipe técnica.

Palavras-chave: Voleibol; Atletas; Treinamento.

¹ E-mail: bruno.david.alves@hotmail.com.

² E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

INICIAÇÃO AO TÊNIS DE MESA NA INSTITUIÇÃO PRÓ-TÊNIS DE MESA JOAÇABA

Paulo Felipe Cervelin¹

Renan Souza²

O tênis de mesa é um esporte que desenvolve várias habilidades cognitivas ao seu praticante e o processo de iniciação é uma etapa muito importante no processo de aprendizagem do esporte, porque nessa etapa é que são desenvolvidos todos os aspectos fundamentais que são percepção, equilíbrio, imagem do corpo e lateralidade, posição e aspectos fundamentais para o desenvolvimento técnico. O objetivo do estágio curricular supervisionado foi proporcionar, ao acadêmico, uma aprendizagem como processo pedagógico, desenvolvendo habilidades e aprendizagem no campo de atuação profissional. O Estágio Profissional I foi realizado do dia 5 de abril ao dia 31 de maio, totalizando 65 horas de observação e aplicação prática sob a supervisão do profissional de Educação Física. Durante o estágio foram desenvolvidos alguns dos métodos de inicialização ao esporte, como o método japonês, alemão e o sueco. O método japonês, quando se tem um grande número de alunos, é o mais fácil de se aplicar. Os outros dois métodos, alemão e o sueco, requerem um treinamento individualizado, porque necessita de um programa preestabelecido, conforme as individualidades de cada aluno. Ao finalizar o estágio pôde-se conhecer e aplicar os métodos de inicialização de tênis de mesa, permitindo um maior conhecimento sobre a modalidade. O convívio no campo de atuação torna-se de grande importância para o desenvolvimento do acadêmico, pois permite prepará-lo para os desafios da profissão. O estágio acadêmico proporcionou realizar a associação entre a teoria, daquilo que se aprende em sala de aula, com a prática em campo de atuação profissional. Ao concluir o estágio, o acadêmico adquiriu um grande conhecimento teórico e prático sobre a modalidade tênis de mesa e seus métodos de inicialização e treinamento.

Palavras-chaves: Tênis de mesa; Iniciação; Estágio acadêmico.

¹ E-mail: p.felipe@hotmail.com.

² E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

INICIAÇÃO ESPORTIVA EM ESCOLINHA DE FUTSAL NO MUNICÍPIO DE CAMPOS NOVOS-SC

Natalia de Souza Graeff¹

Renan Souza²

O conceito de esporte foi atualizado com a evolução, ao aceitá-lo como direito de todas as pessoas. Nesse contexto, como todo e qualquer esporte, o Futsal possui a etapa de iniciação, na qual abrange, nos jogos desportivos coletivos, desde o momento em que as crianças se iniciam nos esportes até a decisão por praticarem uma modalidade específica. Sendo assim, o estágio realizado com a modalidade de futsal teve como objetivo conhecer a realidade do local da prática; observar o conhecimento dos praticantes sobre a modalidade de futsal e as principais dificuldades dos praticantes e do profissional de Educação Física. Foi realizado no Ginásio Humberto Calgaro, situado na cidade de Campos Novos, SC, no período de 19 de abril a 7 de junho de 2023, três vezes por semana, no período noturno, com alunos das categorias sub 16 e sub 18, totalizando 30 atletas, variando cidades onde residem, como Celso Ramos, Monte Carlo, Campos Novos e Ibiã. A partir da vivência prática do estágio, foi possível observar a importância do treinamento esportivo do futsal nas categorias de base. Durante a participação nas atividades, destaca-se o modo como o treinador conduziu as atividades e como os praticantes estavam atentos a cada detalhe. O respeito e o carinho entre ambos são de fundamental importância para um resultado positivo, tanto dentro da quadra quanto fora dela. As dificuldades encontradas pelos atletas transformavam-se em contentamento com os treinos, juntamente quando o treinador, que ouvia tudo com atenção, solucionava da melhor forma a situação, fazendo com que os atletas se sentissem acolhidos e importantes. Esse período de estágio foi muito produtivo e proveitoso, tendo seu objetivo cumprido, superando as expectativas e instigando o acadêmico a buscar mais sobre a modalidade, fazendo com que seu conhecimento e experiência aumentassem, contribuindo, assim, para sua formação acadêmica e desenvolvimento pessoal.

Palavras-chave: Futsal; Iniciação esportiva; Esporte; Estágio.

¹ E-mail: nati_graeff@hotmail.com.

² E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

JOGOS E BRINCADEIRAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA

Cristhian Nessello¹

Marly Baretta²

A realização do estágio curricular supervisionado proporcionou a reflexão da teoria em articulação com a prática docente, abordando o tema jogos e brincadeiras nas aulas de Educação Física, no ensino fundamental, como uma ferramenta no processo de aprendizagem e no desenvolvimento dos alunos, por acreditar que eles precisam ter conhecimento corporal, compreender seus limites e tentar superá-los, ampliando seu repertório de movimentos de forma criativa e significativa para a formação de um sujeito integral. O objetivo deste estágio foi estimular a participação dos alunos em jogos e brincadeiras, no cotidiano escolar. O estágio foi realizado em uma escola municipal de Capinzal (SC), em turmas correspondentes ao ensino fundamental - anos iniciais, nos turnos matutino e vespertino, com atividades práticas e lúdicas que envolveram o uso de balões, bolas, cordas e cones. Foram aplicadas nove aulas, no ginásio da escola, tratando da temática jogos e brincadeiras. As aulas foram realizadas iniciando com aquecimento, desenvolvimento e volta à calma. Todas as atividades foram realizadas de forma prática e lúdica, com êxito e efetiva participação dos alunos. Os objetivos propostos nos planos de aula foram alcançados com eficácia. A realização do estágio foi uma etapa de fundamental importância para o acadêmico estagiário, superando desafios, buscando estratégias e alternativas para a aplicação das atividades, uma vez que possibilitou a reflexão e a vivência de experiências reais de atuação, em diversas situações que ocorrem no ambiente da escola e, principalmente, nas aulas de Educação Física, permitindo o aperfeiçoamento e enriquecimento profissional.

Palavras-chave: Educação Física; Ensino Fundamental; Jogos; Brincadeiras; Formação Profissional.

¹ E-mail: cristhiannessello8@gmail.com.

² E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

MÉTODOS UTILIZADOS PARA O ENSINO DO FUTSAL

NA BASE EM JOAÇABA

Didani Caron¹

Renan Souza²

O envolvimento de crianças no esporte, proporcionada pela prática esportiva, abrange todas as proporções do desenvolvimento. O processo de formação esportiva deve visar um processo de ensino e aprendizagem. A iniciação esportiva é o período em que a criança começa a aprender de forma específica e planejada. As tarefas de treinamento e as ações técnico-táticas do jogo devem ser reproduzidas de forma metódica e sistemática. O presente estudo teve por objetivo proporcionar a vivência de experiências práticas e a interação com profissionais experientes na área do esporte, capacitando a estudante para o mercado de trabalho. Houve aulas iniciais em que foi realizada a definição da entidade, o contrato de estágio e a explicação de como iria ocorrer o andamento do estágio. Nas entidades foi possível realizar a intervenção e auxiliar no desenvolvimento das atividades propostas. A intervenção foi realizada duas vezes na semana, sendo elas no período noturno com as categorias de base masculina do Joaçaba, com atletas de 15 a 18 anos. O período de observação e intervenção totalizou 65 horas. A partir da vivência prática de estágio foi possível adquirir experiências e o contato com profissionais, dos quais contribuíram com informações do dia a dia e, também, transmitiram conhecimento. Um ponto positivo é que há inúmeras atividades que podem ser aplicadas para um mesmo objetivo, isso faz com que sempre haja algo novo no treino, e um ponto negativo é o comprometimento dos atletas, deixando a desejar em muitas atividades, não tendo o mesmo resultado. O estágio proporcionou à acadêmica a vivência de experiências práticas e a interação com profissionais atuantes na iniciação esportiva, de forma a capacitar e desenvolver habilidades para atuação no mercado de trabalho.

Palavras-chave: Iniciação esportiva; Experiência; Desenvolvimento Profissional.

¹ E-mail: didacaron@gmail.com.

² E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

O ESPORTE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO MÉDIO

Antonio Eduardo Levkovicz Silva¹

Marly Baretta²

O esporte na escola tem um papel essencial para o desenvolvimento dos alunos de modo geral. Atividades cooperativas, competitivas e desafiadoras devem integrar o cotidiano dos alunos, pois, além de estabelecer diferentes relações sociais, desenvolvem o acervo motor e cognitivo importante nessa faixa etária. O objetivo deste estágio foi proporcionar aos alunos diferentes fundamentos e regras básicas dos esportes futsal, voleibol e basquetebol. Realizado em uma escola estadual no município de Herval d'Oeste, as observações, monitorias e regências atenderam quatro turmas do ensino médio. A metodologia das aulas seguiu um padrão esportivo focada nos fundamentos. As atividades desenvolvidas visaram movimentos básicos para a realização de um jogo. Diante de turmas de ensino médio, os resultados obtidos foram abaixo das expectativas, sendo notória a falta de coordenação motora e de conhecimento sobre os esportes e a baixa motivação para a realização das atividades. Dificuldades como vestimenta adequada, uso de celular e a efetiva participação nas atividades surgiram, porém foram contornadas e readequadas conforme a necessidade. O estágio traz uma importante experiência para a formação acadêmica, visto que, antes da formação, é um dos únicos contatos reais que o acadêmico tem na sua futura área de trabalho. Lidar com adolescentes no ensino médio tem suas vertentes. Foi perceptível a falta de maturidade e de desenvolvimento cognitivo de alguns alunos em turmas que estão em seus últimos anos na escola. Durante todo o decorrer do componente de estágio, verificou-se a importância de componentes curriculares anteriores e o quanto eles agregam no desenvolvimento das atividades do estágio supervisionado.

Palavras-chave: Educação Física; Esportes; Ensino Médio.

¹ E-mail: antonio.faculdade2@gmail.com.

² E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

O MOVIMENTO E O CONHECIMENTO DO CORPO NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Samuel Carlos Meisterlin¹

Marly Baretta²

O estágio curricular supervisionado, realizado na educação infantil, foi aplicado considerando que nessa fase o aluno começa a conhecer o corpo e tende a desenvolver-se com a descoberta de novos movimentos. Nesse sentido, o estágio teve como objetivo ampliar as experiências do acadêmico enquanto graduando, na regência de aulas de educação física na educação infantil, articulando, assim, o desenvolvimento da prática profissional com experiências do aprendizado teórico, para elaborar aulas por meio das quais os alunos pudessem obter maior conhecimento do seu corpo e seus movimentos. A organização didática teve como referência a Base Nacional Comum Curricular e a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional e como matriz teórica a abordagem pedagógica desenvolvimentista da educação física escolar, que propõe um ajuste entre a fase de desenvolvimento e as atividades que são propostas aos alunos pelo professor. O componente curricular iniciou com o reconhecimento teórico, seguindo para o desenvolvimento das aulas, que foram organizadas, com momentos específicos, as quais foram aplicadas em uma escola municipal de Herval d' Oeste, SC, com supervisão da professora regente de educação física da escola. Os alunos realizaram atividades variadas e, portanto, tiveram contato com alguns movimentos desconhecidos e puderam ampliar o conhecimento sobre seu corpo. O estágio contribui na formação acadêmica, tornando os acadêmicos mais qualificados para o mercado de trabalho, visto que por meio dele se vivencia a prática na elaboração e na aplicação de aulas, bem como do cotidiano da escola. Para os alunos, as atividades de conhecimento do seu corpo e execução adequada dos movimentos novos e dos já conhecidos são muito importantes, pois eles podem ser utilizados como forma de evolução sobre o conhecimento dos movimentos corporais, como melhorar a capacidade motora, desenvolvendo habilidades corporais variadas.

Palavras-chave: Movimento; Estágio Supervisionado; Escola; Crianças.

¹ E-mail: samuelmeisterlin@gmail.com.

² E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

TÊNIS DE MESA: DA INICIAÇÃO ESPORTIVA AO RENDIMENTO

Leonardo Lisot¹

Renan Souza²

O tênis de mesa, é um esporte que promove o desenvolvimento de habilidades cognitivas em seus praticantes, exige o uso do cérebro, como raciocínio lógico, intuitivo e criativo, além de rapidez e coordenação dos movimentos. Na alta performance, o tênis de mesa necessita de treinamento para aperfeiçoamento de técnicas e táticas para serem usadas em situações variadas, estratégias de jogos e também o treinamento físico do atleta. O presente estágio teve como objetivo proporcionar ao acadêmico a afirmação da aprendizagem como processo pedagógico de construção de conhecimentos, desenvolvimento de competências e habilidades, mediante ambiente de aprendizagem adequado e processo de supervisão na modalidade de tênis de mesa. Por meio da observação e intervenção, o Estágio Profissional Curricular I, foi realizado de abril a junho de 2023, totalizando 65 horas de prática acadêmica na entidade campo. O estágio possibilitou acompanhar os atletas de alta performance e os alunos da iniciação esportiva, que representa um momento crucial no processo de aprendizagem, pois é nessa fase que são desenvolvidos os aspectos fundamentais, tais como percepção, equilíbrio, lateralidade, consciência corporal, empatia, e outros elementos essenciais para o progresso técnico. Foi possível adentrar em uma modalidade que exige velocidade, habilidades e estratégias dos praticantes, sendo possível observar diferentes aspectos do tênis de mesa, desde técnicas básicas até táticas avançadas. Sob a orientação do treinador, ele teve a chance de aprimorar suas habilidades, desenvolvendo a precisão dos golpes, a agilidade nos deslocamentos e a leitura do jogo. Além disso o estágio também ofereceu a oportunidade de interagir com outros atletas e estabelecer conexões no mundo do tênis de mesa, compartilhando experiências, troca de conhecimentos e cultivar amizades. Foi possível concluir que o estágio proporcionou compreender o processo de ensino-aprendizagem da modalidade na iniciação esportiva e os processos que envolvem o treinamento para o alto rendimento esportivo.

Palavras-chave: Tênis de Mesa; Iniciação esportiva; Rendimento.

¹ E-mail: leonardolisot@hotmail.com.

² E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

VIVÊNCIAS ACADÊMICAS NA MODALIDADE DE VOLEIBOL FEMININO

Eduane Alison Ribeiro Cidade¹

Renan Souza²

O voleibol busca auxiliar o indivíduo na possibilidade de conquistas motoras, proporciona a melhora do convívio social e permite a formação de cidadania e construção de conhecimentos. Trata-se de uma das modalidades que mais se popularizaram nas últimas décadas. Na iniciação esportiva é preciso respeitar o desenvolvimento motor da criança, proporcionar experimentações dos mais variados tipos de movimentos de esportes, evitando-se a especialização precoce nos esportes. O estágio teve como objetivo a introdução do acadêmico na vivência prática do esporte, proporcionando-lhe o convívio direto no mercado de trabalho. O Estágio Profissional Curricular I, desenvolveu-se por meio da observação e intervenção na Associação Joaçabense de Voleibol (Ajoy) e foi realizado de março a junho de 2023, totalizando 65 horas. As atividades foram desenvolvidas com as equipes sub-14 e sub-17, que representam a entidade em diversas competições femininas da modalidade. Durante esse período, foi possível auxiliar nos treinamentos técnicos e táticos, bem como auxiliar nos treinamentos de academia, visando o fortalecimento e a potência muscular. Após o término do acompanhamento pôde-se ter a visão dos métodos de treinamento das atletas e as periodizações de treino visando as competições, além de poder observar o comportamento dos treinadores na gestão da equipe. E, essa sim, foi uma experiência inovadora para a construção do conhecimento, pois acredita-se que o maior desafio é conseguir realizar a gestão de equipes, tendo em vista que cada ser é único e responde de forma diferente a cobranças, erros e acertos que acontecem nos treinos e nas competições. O aprendizado adquirido durante o estágio foi muito enriquecedor, pois proporcionou uma visão do campo de atuação profissional com seus desafios, e permitiu identificar que certas situações não são contempladas pela teoria, é só a prática profissional que permite lidar com elas.

Palavras-chave: Voleibol; Estágio Profissional; Comportamento.

¹ E-mail: alison86.ribeiro@gmail.com.

² E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

VIVÊNCIAS E PRÁTICAS NA MODALIDADE DE BADMINTON

Jeferson Rank¹

Renan Souza²

O ensino do badminton favorece o desenvolvimento do caráter e da sociabilidade, o que faz da modalidade um jogo rico em atitudes éticas e companheirismo, sendo uma prática estimulante, de fácil aprendizagem e com regras simplificadas. Este estágio teve como objetivo proporcionar ao acadêmico a afirmação da aprendizagem como processo pedagógico de construção de conhecimentos, de forma a desenvolver competências e habilidades por meio da observação e intervenção em modalidades esportivas. As atividades desenvolvidas no Estágio Profissional Curricular I compreenderam a modalidade do badminton, que tem seu treinamento realizado na AMOB (Associação Meio Oeste de Badminton), localizada no Ginásio Professor Edinho, na cidade de Joaçaba (SC). Ao todo foram realizadas 65 horas de estágio, em que foram acompanhados os treinos da modalidade do badminton com crianças, adolescentes e adultos, que ocorriam simultaneamente. Nas aulas, foi observado como funciona o treinamento, e, posteriormente, foi feito o auxílio da execução de atividades propostas pelo professor supervisor. As práticas foram muito produtivas e bem aproveitadas, e os alunos se mostraram sempre respeitosos com o treinador e também animados para participar dos treinos. Com aulas lúdicas e inovadoras, foi possível notar como o treinamento se torna interessante aos praticantes. De maneira geral, este estágio agregou muita experiência para o currículo. Conclui-se que o contato com um esporte novo e com a metodologia de um treinador experiente evidencia quais caminhos podem ser seguidos. A prática dos estágios ajuda o futuro docente a estar capacitado para atuar, vivenciando a realidade dos projetos esportivos, as dificuldades e os desafios do dia a dia.

Palavras-chave: Esporte; Estágio profissional; Badminton.

¹ E-mail: jefersonrank45@gmail.com.

² E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

ARTIGOS



AVALIAÇÃO DO VO² MÁXIMO EM ATLETAS DA MODALIDADE DE BASQUETEBOL POR MEIO DO TESTE TCar

Jonata Lima¹

Renan Souza²

RESUMO

O basquetebol vem se tornando, cada vez mais, um esporte popular no Brasil, mesmo sendo um esporte de origem norte-americana. A modalidade tem como principais capacidades condicionantes, a resistência aeróbia e anaeróbia, a velocidade e a força, principalmente força de explosão. A resistência aeróbica é uma das principais capacidades condicionantes do basquete e priorizada na periodização dos treinos. Sendo assim, o presente estudo tem como objetivo analisar o desempenho da capacidade de VO² max de atletas das categorias de base, da modalidade de basquetebol masculino. A amostra foi constituída por 11 atletas, com idade entre 15 e 18 anos, do sexo masculino, das categorias sub 15 e sub 18, da modalidade de basquetebol. Para avaliar o nível de condicionamento físico dos atletas de base foi utilizado o Teste Carminatti (T-Car), realizado nos períodos pré e pós-competição. Os dados foram coletados em planilha própria do teste TCar e, posteriormente, tabulados em planilha do pacote *Office Excel*, e tratados estatisticamente em programa SPSS versão 20.0. Foi utilizada a análise de variância de Anova e adotado o nível de significância de $p \leq 0,05$. Ambos os testes foram realizados em quadra e conduzidos até a exaustão voluntária ou desistência do atleta. Após o término, os dados foram coletados e foi utilizada a fórmula proposta por Carminatti (SILVA, 2013): $VO^2 \text{ max} = 16,6 + 2,59 * PV$, para calcular o VO² max, a partir do Pico de Velocidade (PV) no T-Car. Com isso as médias de valores encontrados entre os participantes do estudo foi de 53,49 ml.kg-1.min-1 no teste de período pré-competição, sendo que a média obtida no período de pós-competição foi de 55,36 ml.kg-1.min-1, obtendo uma diferença significativa de 0,06 ml.kg-1.min-1. Dessa forma, concluiu-se que o desempenho da capacidade de VO² max de atletas das categorias de base, da modalidade de basquetebol masculino, melhorou no período pós-competição. No entanto, não há relação com a posição em quadra.

Palavras-chave: Avaliação Física; Resistência Aeróbica; Desempenho Esportivo.

¹ Graduando do Curso de Educação Física, Bacharel, pela Universidade do Oeste de Santa Catarina. E-mail: jolove.sam@hotmail.com.

² Mestre em Biociências e Saúde; Professor da Universidade do Oeste de Santa Catarina. E-mail: E-mail: renan-souza@unoesc.edu.br.

1 INTRODUÇÃO

A modalidade do basquetebol tem como principais capacidades condicionantes, a resistência aeróbia e anaeróbia, a velocidade e a força, principalmente, a força explosiva. O basquetebol se caracteriza por rápidas transições entre ataque e defesa, fluência de movimentos e múltiplas responsabilidades (arremessos, rebotes, ataque, defesa e contra-ataque) acarretando movimentos e atitudes semelhantes dos jogadores dentro de quadra (GENTIL *et al.*, 2001). Dentre as capacidades condicionantes, “a capacidade de sprints repetidos (CSR) é considerada um importante atributo para o basquetebol, sendo a aptidão aeróbica apontada como fator limitante para a repetição dos sprints” (GANTOIS *et al.*, 2018).

Dessa forma, é necessária uma preparação física específica, visando executar todos os fundamentos que o esporte exige, de forma eficaz e segura. A preparação física de uma equipe se desenvolve em diversos pilares, no decorrer da temporada, de acordo com a periodização da equipe, tendo como primeiro pilar, o período conhecido como Pré-Temporada. Nesse pilar, são realizados testes e avaliações físicos e funcionais, a fim de se obterem dados individuais dos atletas e dados referentes ao condicionamento físico da equipe, dando suporte ao processo de treinamento durante toda a temporada. Para analisar a condição física dos atletas, são aplicados testes de capacidade aeróbica e anaeróbica, agilidade, impulsão, aceleração e desaceleração, e os mesmos servem para mensurar a qualidade de cada atleta em aplicar os fundamentos básicos do basquete (GENTIL *et al.*, 2001).

Um dos testes que pode ser utilizado para a avaliação do condicionamento físico de atletas para esportes populares de quadra é o Teste de Carminatti (T-Car), que foi desenvolvido para avaliar, em conjunto, a potência aeróbia, por meio do pico de velocidade e a capacidade aeróbica

pelo ponto de reflexão da frequência cardíaca em esporte de natureza intermitente (CARMINATTI; LIMA-SILVA; DE-OLIVEIRA, 2004).

Observa-se a importância fundamental em obter dados antes de prescrever um ciclo periódico de treino para melhorar o condicionamento físico de uma equipe, sendo necessário testar e analisar todos os atletas individualmente, para se obterem os parâmetros para a prescrição correta do treinamento. Nesse sentido, o presente estudo teve como objetivo analisar o desempenho da capacidade de VO^2 max de atletas das categorias de base, da modalidade de basquetebol masculino.

2 MATERIAL E MÉTODO

2.1 ABORDAGEM E TIPO DE PESQUISA

Trata-se de uma pesquisa aplicada, com abordagem quantitativa. Esse modelo de pesquisa remete a problemas imediatos, oferecendo resultados rápidos de valor, e utiliza-se de ambientes do mundo real, ou seja, os sujeitos e o controle limitado sobre o ambiente da pesquisa. O desenho do estudo foi do tipo correlacional, em que o delineamento se caracteriza em coletar dados a respeito das variáveis dos sujeitos e determinar as relações que ocorrem naturalmente entre elas (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2009).

2.2 AMOSTRA

A amostra foi constituída por 11 atletas, com idade de 15 e 18 anos, do sexo masculino, das categorias de base, da modalidade de basquetebol. A seleção da amostra ocorreu por conveniência, uma vez que o objetivo do estudo não é generalizar conclusões, mas descrever as características do grupo investigado (TORRES; MAGNANINI; ROMANO, 2009).

2.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Foram incluídos na pesquisa, os participantes que realizaram o teste pré e pós-competição, totalizando oito atletas. Foram excluídos da pesquisa, os participantes que informaram qualquer lesão que os impossibilitassem de realizar o teste, totalizando quatro atletas.

2.4 INSTRUMENTO PARA A COLETA DE DADOS

Para coletar os dados antropométricos, peso e estatura, foi utilizada uma balança de bioimpedância da marca Omron HBF-514C e um estadiômetro da marca FitMetria com 201 centímetros e resolução em milímetros. Já para avaliar o nível de condicionamento físico dos atletas da base foi utilizado o Teste Carminatti (T-Car), que possui uma metodologia simples, porém, detalhista. Dessa forma, para executar o teste de maneira eficiente, foram utilizados quatro voluntários, sendo que dois dos deles ficaram responsáveis para o controle do tempo de execução e descanso do teste, e os outros dois voluntários ficaram responsáveis pelo controle dos estágios, bem como do controle das chegadas, partidas e desistências dos atletas. Para calcular o VO^2 max, a partir do Pico de Velocidade (PV) no T-Car foi utilizada a fórmula proposta por Carminatti (SILVA, 2013): $VO^2 \text{ max} = 16,6 + 2,59 * PV$.

2.5 PROCEDIMENTOS PARA A COLETA DE DADOS

Inicialmente foi realizado a pesagem e coleta da altura de todos os atletas após isso foi aplicado o Teste Carminatti que se caracteriza em corrida intermitente em sistema de ida e volta. Como procedimentos iniciais do teste são necessárias as demarcações dos pontos na quadra. Utilizou-se a área

da quadra de basquete como demarcação, utilizando a parte do fundo como área de início e saída. A partir dessa linha do fundo, usou-se a fita métrica para medir a distância de 15 metros para fazer a primeira demarcação, após mediu-se seis vezes a distância de apenas um metro, fazendo demarcações em todos os seis pontos.

Dessa forma, a quadra ficou sinalizada da seguinte forma: fundo da quadra como início; 1ª marcação a 15 metros; 2ª a 16 metros; 3ª a 17 metros; 4ª a 18 metros; 5ª a 19 metros; 6ª a 20 metros; e, por fim, a 7ª marcação a 21 metros.

A execução ocorreu da seguinte forma: em cada estágio, o atleta teria de percorrer a distância equivalente ao estágio cinco vezes, obtendo 6 segundos para a ida, mais 6 segundos para a volta e, em seguida, 6 segundos de recuperação. Por exemplo, no primeiro estágio, a distância equivalente foi de 15 metros, sendo assim, após o atleta efetuar as cinco idas e as cinco voltas, o mesmo passou para o próximo estágio, que era de 16 metros, após percorrer novamente as cinco idas e cinco voltas, passaria para o estágio seguinte de 17 metros e, assim, sucessivamente.

A finalização do teste ocorreu com a desistência do atleta ou com a chegada após o tempo determinado de uma ida e uma volta em sequência. Todos os atletas receberam uma ficha individual em que foram anotados seus dados e, também, indicou até qual estágio o mesmo conseguiu concluir.

Em relação a sinalização de saída e de término de tempo, foi organizado da seguinte maneira: sempre na saída foi efetuado um apito; o apito seguinte sinalizou o término do tempo de ida e, também, a sinalização para o início do tempo de volta; o último apito sinalizou o término do tempo e o início do tempo de recuperação.

Dessa forma, os comandos foram organizados da seguinte forma: 1º apito saída; 2º apito no término do tempo de ida e início do tempo de volta; 3º apito ao término do tempo de volta e início do tempo de descanso e assim, sucessivamente, e o próximo foi para a saída seguinte.

Referente aos comandos de largada, retorno e descanso, foi utilizada a trilha sonora do próprio teste. A trilha continha os comandos, seguida do tempo correto para largada, retorno, descanso e avanço de estágio. Dessa forma, promoveu a devida eficácia ao teste, reduzindo a margem de erro da aplicação. Os testes foram realizados nos períodos pré e pós-competição com um intervalo dentre os períodos de um mês entre cada período.

2.6 ANÁLISE DOS DADOS

Os dados foram coletados em planilha própria do teste TCar, contendo as seguintes informações: equipe; modalidade; categoria; nome; local; data; temperatura; estágios; pausas; e observações. Posteriormente, os dados foram tabulados em planilha do pacote *Office Excel*, e tratados estatisticamente no programa *Statistical Package for the Social Science* (SPSS), versão 20.0. Para comparar os valores dos testes de VO² max pré e pós-competição foi utilizada a análise de variância de Anova e adotado o nível de significância de $p \leq 0,05$.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para coletar os dados antropométricos dos participantes foi necessário a utilização de uma balança de bioimpedância e de um estadiômetro. Com os resultados obtidos com a coleta observou-se uma estatura média de 1,81m (0,06) e de peso corporal de 79,68kg (13,17). A média de idade foi de 17,25 anos. Em relação à posição, em quadra, dos atletas avaliados, 50% eram laterais/alas e 25% dos participantes ocupavam as posições de armador e pivô (Tabela 1).

Tabela 1 – Frequência da posição em quadra de atletas de basquetebol

Posição em quadra	Frequência Relativa	Frequência absoluta
Armador	2	25,00%
Lateral	4	50,00%
Pivô	2	25,00%
Total Geral	8	100,00%

Fonte: o autor (2022).

A Tabela 2 apresenta os dados realizados com o Teste Anova para comparar os valores dos testes de VO² max pré e pós-competição de acordo com a posição em quadra. Nessa comparação, o valor de *p* foi maior que 0,05 (*p* = 0,167 e 0,930), ou seja, não houve diferença significativa.

Tabela 2 – Comparação entre os testes pré e pós-competição e a posição em quadra

VO ² por posição em quadra	n	Média	Desvio padrão	Valor de p
VO ² max Predito pré	Armador	2	53,8	0,167
	Lateral	4	53,8	
	Pivô	2	52,6	
	Total	8	53,5	
VO ² max Predito pós	Armador	2	55,1	0,930
	Lateral	4	55,5	
	Pivô	2	55,4	
	Total	8	55,4	

Fonte: o autor (2022).

Contudo, quando comparados os testes de VO² sem distinção de posição foi possível observar que o VO² max pós é superior ao pré, conforme pode ser observado na Tabela 3.

Tabela 3 – Comparação entre os testes pré e pós-competição em atletas de basquetebol

Comparação VO2 pré e pós	Média	Desvio Padrão	Valor de p
VO2 max Predito pré	53,49	0,77	
VO2 max Predito pós	55,36	1,22	0,06

Fonte: o autor (2022).

O objetivo da presente pesquisa foi avaliar o desempenho da capacidade de VO^2 max de atletas das categorias de base, da modalidade de basquetebol masculino, por meio do T-Car, teste proposto por Carminatti (SILVA, 2013), que está em consonância com o estudo de Lucas *et al.* (2016). Esses autores estimaram o consumo máximo de oxigênio, a partir do teste de Carminatti (T-Car) em atletas de futebol e futsal, e observaram que um valor médio de VO^2 max de $58,6 \pm 5,5$ ml.kg-1.min-1, ligeiramente superior aos valores encontrados na presente pesquisa. As diferenças observadas entre os estudos podem estar relacionadas ao tamanho amostral e a idade dos participantes, bem como ao nível de condicionamento físico dos atletas de futebol e futsal em comparação aos de basquetebol, por se tratar de atletas de categorias de base.

Ao se comparar os resultados do presente estudo com a tabela de referência para classificação aeróbia proposta por Carminatti (SILVA, 2013), os atletas de basquetebol classificam-se com aptidão aeróbia regular. No entanto, ao se observar os resultados pré e pós-competição, identificou-se uma melhora na aptidão aeróbia dos atletas. Quando analisados os resultados deste estudo, aos achados de Leal Junior *et al.* (2006) que, ao pesquisarem atletas de uma equipe de futsal de nível regional, encontraram uma média de 55,7 ml.kg-1.min-1, obtendo uma diferença de 2,21 ml.kg-1.min-1 no período pré e apenas 0,34 ml.kg-1.min-1 no período pós-competição, observou-se valores similares, corroborando com os achados da presente pesquisa.

No período pré-competição, o nível de intensidade do treino diminuiu, enfatizando-se aspectos táticos e técnicos do jogo, para que os atletas chegassem no período de competição em estágio de supercompensação e não de fadiga. No entanto, no período de competição, por conta da intensidade de cada jogo e da sequência de confrontos, a demanda da capacidade aeróbia aumentou. Salienta-se que os jogos ocorrem em dias seguidos, mas

não se realizam dois jogos no mesmo dia, desse modo, é possível dizer que o estímulo no período de competição pode apresentar devida relevância no resultado do VO^2 max no período de pós-competição.

Ainda corroborando com os resultados encontrados neste estudo, Lima *et al.* (2005) analisaram o VO^2 max de 13 atletas de futsal, do sexo masculino, com idade média de $18,6 \pm 1,9$. As análises foram realizadas de maneira direta, utilizando o sistema ergoespirométrico, e de maneira indireta, utilizando o teste de campo de 3.200 metros de Cooper. Os valores encontrados foram $62,8 \pm 10,1$ e $58,5 \pm 8,5$ ml.kg⁻¹.min⁻¹, respectivamente, mostrando grande similaridade com os achados supracitados, principalmente, no teste indireto. A mensuração direta do VO^2 max, considerada padrão ouro, foi obtida durante o teste ergométrico com a análise dos gases expirados durante o exercício, proporcionando um resultado mais eficaz, fator relevante para as diferenças médias entre os estudos.

Outro estudo que apresentou resultado semelhante e que analisou o VO^2 Max por meio do teste TCar, foi o de Dittrich *et al.* (2011), que ao avaliar 11 atletas de futsal do sexo masculino, de uma equipe profissional da categoria adulta, de nível competitivo nacional, obteve resultados de VO^2 max médio de $55,5$ ml.kg⁻¹.min⁻¹, assim como os resultados observados na presente pesquisa.

Mesmo o basquete sendo um esporte semelhante ao futsal em questões de valências físicas e capacidades condicionantes, Gentil *et al.* (2001) citam que o basquete tem como principais capacidades condicionantes, a resistência aeróbia e anaeróbia, a velocidade e a força, principalmente, a força explosiva, conciliando com estudo realizado por Ré e Barbanti (2006) que mencionam que jogadores de futsal necessitam uma elevada capacidade de velocidade e agilidade de movimentos, além de excelente domínio espaço-temporal, permitindo assim, uma rápida aceleração e mudança de direção, em espaços reduzidos e compartilhados por adversários e companheiros de equipe.

Destaca-se ainda, que o TCAR, proposto por Carminatti, foi desenvolvido para avaliar atletas da modalidade de futebol. No entanto, os resultados encontrados quando comparados aos observados na literatura, demonstram que o teste pode ser replicado a atletas de basquetebol.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluiu-se que o desempenho da capacidade de VO^2 max de atletas das categorias de base, da modalidade de basquetebol masculino, melhorou no período pós-competição. Em relação à posição em quadra, todos os atletas obtiveram melhores desempenhos no período pós-competição. No entanto, não há relação com a posição em quadra. O T-Car apresentou-se como um teste de fácil aplicabilidade, de baixo custo, e que possibilita avaliar vários atletas de forma simultânea, podendo ser replicado à modalidade de basquetebol.

REFERÊNCIAS

- CARMINATTI, L. J.; LIMA-SILVA, A. E.; DE-OLIVEIRA, F. R. Aptidão aeróbia em esportes intermitentes – evidências de validade de construto e resultados em teste progressivo com pausas. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 1, p. 120, 2004.
- DITTRICH, N.; SILVA, J. F.; CASTAGNA, C.; LUCAS, R. D.; GUGLIELMO, L. G. A. Validity of Carminatti's Test to determinate physiological indices of aerobic power and capacity in soccer and futsal players. **Journal of Strength and Conditioning Research**, Philadelphia, v. 25, n. 11, p. 3099-106, 2011.
- GANTOIS, P. *et al.* Aptidão aeróbica é associada com a melhora da capacidade de sprints repetidos de atletas de basquetebol após seis semanas de treinamento durante o período preparatório. **Rev Bras Cineantropom Hum.**, v. 20. n. 1, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/view/1980-0037.2018v20n1.p114>. Acesso em: 25 abr. 2022.

GENTIL, D. A. S. *et al.* Avaliação da seleção brasileira feminina de basquete. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 7, n. 2, mar./abr. 2001.

LEAL JÚNIOR, E. C. P.; SOUZA, F. B.; MAGINI, M.; MARTINS, R. A. B. L. Estudo comparativo do Consumo de oxigênio e limiar anaeróbio em um teste de esforço progressivo entre atletas profissionais de futebol e futsal. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 12, n. 6, p. 323-6, 2006.

LIMA, A. M. J.; SILVA, D. V. G.; SOUZA, A. O. S. Correlação entre as medidas direta e indireta do VO² Max em atletas de futsal. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 11, n. 3, p. 164-6, 2005.

LUCAS, R. D. *et al.* Estimativa do consumo máximo de oxigênio a partir do teste de Carminatti (T-Car) em atletas de futebol e futsal. **Caderno de Educação Física e Esporte**, Marechal Cândido Rondon, v. 14, n. 1, p. 11-18, jan./jun. 2016. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/314175584_Estimativa_do_consumo_maximo_de_oxigenio_a_partir_do_teste_de_Carminatti_T-CAR_em_atletas_de_futebol_e_futsal. Acesso em: 25 mar. 2022.

RÉ, A. H. N.; BARBANTI, V. J. Uma visão macroscópica da influência das capacidades motoras no desempenho esportivo. *In*: SILVA, L. R. R. **Desempenho esportivo: treinamento com crianças e adolescentes**. São Paulo: Phorte, 2006. Disponível em: https://issuu.com/phorteeditora/docs/treinamento_crianças_adolescentes_2edi. Acesso em: 12 mar. 2022.

SILVA, J. F. **Validade do teste de Carminatti (T-Car) para predição da performance e determinação dos efeitos do treinamento em jogadores de futebol**. Tese (Doutorado em Educação Física_ – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013).

THOMAS, J.; NELSON, J.; SILVERMAN, S. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed Editora, 2009. Disponível em: <https://statics-submarino.b2w.io/sherlock/books/firstChapter/111164833.pdf>. Acesso em: 5 maio 2022.

TORRES, T. Z. G.; MAGNANINI, M. M. F.; ROMANO, L. R. Amostragem. *In*: MEDRONHO, R. A. *et al.* **Epidemiologia**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2009. Disponível em: https://br.librosintinta.in/biblioteca/pdf/FcRJDsAgCADAH0G99jNGI6QkLkSwfLpHOZx1xsxluDMYsf8ChQN5o4IUsnwy7vXpbF6sS_TCqNhqwrGtb-AA,,.htx. Acesso em: 11 maio 2022.

COORDENAÇÃO MOTORA DE ESCOLARES PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE ATIVIDADES FÍSICAS EXTRAESCOLARES SISTEMATIZADAS

Rafael Felipe Martins dos Santos¹

Marly Baretta²

RESUMO

A coordenação motora é entendida como um sistema temporal e espacial do movimento, que se liga ao organismo, ao intelecto e ao ambiente em que o movimento é realizado. Também permite realizar os mais diversos movimentos coordenados e em diferentes condições ambientais, cuja execução seja de forma rápida e exata. O objetivo deste estudo foi avaliar a coordenação motora de escolares dos anos iniciais do ensino fundamental, praticantes e não praticantes de atividades físicas extraescolares sistematizadas. Trata-se de um estudo descritivo e quantitativo. A amostra foi constituída por escolares de ambos os sexos dos anos iniciais do ensino fundamental e a coleta de dados realizada nas escolas pelo pesquisador. O instrumento utilizado no estudo foi o Teste KTK, que é composto por quatro provas. Foi mantido contato com a secretaria de educação do município, diretores e professores das escolas, solicitando autorização para a realização do estudo. Os dados foram tratados utilizando-se a estatística descritiva de média, desvio padrão e frequência. Em relação à realização de atividades físicas extraescolares, 59,3% dos escolares praticam alguma dessas atividades. Observou-se, que os escolares que alcançaram a classificação bom (13%) praticavam alguma atividade extraescolar. Em relação às comparações entre os sexos, não ocorreu diferença significativa. Espera-se que os resultados deste estudo possam ratificar que as aulas de educação física e as atividades físicas extraescolares sistematizadas são fundamentais para que os níveis de desenvolvimento motor sejam aprimorados.

Palavras-chave: Coordenação motora; Teste KTK. Escolares.

¹ Pesquisador; Graduando em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina, Campus de Joaçaba. E-mail: rafa.fms17@gmail.com.

² Professora Orientadora; Mestre em Saúde Coletiva; Docente do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina, Campus de Joaçaba. E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

1 INTRODUÇÃO

A coordenação corporal é uma interação harmoniosa e econômica do sistema músculo esquelético, do sistema nervoso e do sistema sensorial, com o fim de produzir ações motoras precisas e equilibradas e reações rápidas adaptadas à situação (GORLA; ARAÚJO, 2007). Presume-se que as atividades motoras das crianças representem um dos pilares da proficiência motora, concretizando, dessa forma, um componente fundamental da criança como organismo biológico e constitui-se como um fator importante de seu cotidiano em diferentes ambientes ou envolvimento: casa, escola, amigos e grupos organizados (LOPES *et al.*, 2003).

Desse modo, estudos sobre coordenação motora tratam de dados decisivos, não somente porque é fundamental como suporte para a aprendizagem de um vasto leque de habilidades, como pode indicar insuficiência senso-neuromuscular na resposta a situações que o envolvimento impõe (LOPES *et al.*, 2003; COLLET *et al.*, 2008) Se a competência, entendida do ponto de vista da coordenação motora, é expressão de certo número de capacidades, estas dependem do estado de desenvolvimento da criança e que o sistema de desenvolvimento comporta aspectos genéticos e do envolvimento, sendo esses últimos substantivos: que cada indivíduo se insere em determinado envolvimento ao qual se adapta, com o qual interage e, ainda, sempre que possível, adapta-o às suas necessidades (GORLA; ARAÚJO, 2007).

Existe uma forte relação entre a capacidade de uma criança aprender e o que ela pode realizar. Cada processo do desenvolvimento motor faz parte de uma sequência que está relacionada à idade cronológica, processo que se expande com a escolarização, mas também muda com o ambiente físico, social, intelectual, emocional e cultural de cada pessoa e, portanto, segue estabelecido no trabalho motor. Além disso, as habilidades motoras estão

relacionadas ao desenvolvimento da percepção corporal que surge durante as atividades, que exigem habilidades, como correr, pular, chutar, arremessar, equilibrar-se, engatinhar (ROSA NETO *et al.*, 2010).

Dessa forma, o professor de educação física pode aplicar testes de avaliação motora visando ao desenvolvimento motor das crianças nas escolas, sendo uma fase com processo lento de habilidades motoras referentes à proporcionalidade da sua estatura corporal. Um teste usado para essas avaliações é a bateria de Testes KTK (*Körperkoordinationstest Für Kinder*), que é composta por quatro provas diferentes (KIPHARD; SCHILLING, 1974 apud GORLA; ARAÚJO, 2007), que, além de permitir mensurar o desempenho motor coordenado de uma forma global, possibilita identificar em que aspecto o déficit de coordenação motora é maior. Salienta-se que o teste é de fácil aplicação e manipulação e as crianças ficam motivadas e curiosas em fazer exercícios diferentes.

Assim, quando a criança adquire um bom desenvolvimento motor, constrói também os conceitos básicos de seu desenvolvimento cognitivo, demonstrando maior interesse pelas atividades educativas e melhorando seu nível intelectual (SANTOS; DANTAS; OLIVEIRA, 2004).

É necessário que durante a infância se trabalhe o desenvolvimento da motricidade, pois esta é a fase em que a criança está adquirindo o controle de suas habilidades, antes de alcançar o conceito de fator de força. Para isso, é indispensável que a criança tenha o controle dos movimentos fundamentais, os quais precisam ser flexíveis a mudanças, conforme o ambiente e suas necessidades, sem que isso o prejudique, atingindo sua etapa de maturação. Os fatores de controle motor do equilíbrio e da coordenação em conjunto com fatores de força, agilidade, velocidade e energia, são considerados determinantes do desempenho motor. A coordenação e o equilíbrio são relevantes no início da infância, quando a criança está obtendo controle de suas habilidades motoras fundamentais. Os fatores de produção de

força tornam-se mais importantes depois que a criança obtém controle de seus movimentos fundamentais e passa para a fase motora especializada posterior à infância (GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, 2013).

Os estudos relacionados ao desenvolvimento infantil podem ser considerados uma das maiores contribuições da pesquisa científica para o campo da educação, no qual podem ser verificadas as habilidades e desempenhos de uma criança, uma vez que é nesta área que se procura aprender sobre questões relacionadas ao desenvolvimento humano por meio de pesquisas de cognição, movimento, aspectos socioemocionais, emocionais e culturais diretamente relacionados ao aprendizado, sendo ainda possível que as barreiras à absorção do conteúdo escolar possam ser observadas, às vezes, conforme o desempenho da criança na realização da tarefa (AMARAL, 2021; MARTINS; MARTINEZ; GUERINE, 2021; PACHECO; SANTOS, 2013).

Ademais, o processo de desenvolvimento e aprendizado pessoal e mudanças sucessivas e constantes ao longo dos anos no comportamento motor têm sido descritos como algo que possui finalidade diversa, uma vez que o desenvolvimento humano ocorre de maneira dinâmica (MARTINS; MARTINEZ; GUERINE, 2021).

Assim, Ferreira (2007) destacou o exercício físico como ferramenta de promoção do aprendizado, já que é projetado para oferecer oportunidades para as crianças desenvolverem e melhorarem suas qualidades naturais, contribuindo, dessa forma, para sua formação geral, proporcionando momentos de desafios e lições importantes e, ainda, a possibilidade de adquirir habilidades, desenvolver atitudes e hábitos indispensáveis.

Além disso, o papel da educação física escolar nos anos iniciais é relevante porque proporciona às crianças a capacidade de desenvolvimento físico e envolvimento em atividades culturais, como jogos, esportes, lutas, ginástica e dança, expressão de sentimentos, e emoções, para fins de

lazer (BRASIL, 1997). Segundo a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (BRASIL, 2018), as aulas de educação física devem ser organizadas e desenvolvidas de forma progressiva à luz dos objetos de conhecimentos e habilidades propostos pela BNCC, desenvolvendo competências específicas para o ensino fundamental (BRASIL, 2018).

Todavia, Amaral (2021) esclarece a existência de deficiência no uso do potencial atlético, especialmente das habilidades motoras básicas, apresentadas em conjuntos de habilidades motoras gerais das crianças, evidenciando a falta de possibilidade de prática sistemática e organizada para proporcionar uma experiência atlética diversificada a partir de diretrizes relevantes que demonstraram ser razões para as crianças alcançar níveis mais altos de desempenho atlético em habilidades básicas.

Acreditando que a coordenação motora se consolide por meio de constantes movimentos corporais, este estudo tem o objetivo de avaliar a coordenação motora de escolares dos anos iniciais do ensino fundamental, praticantes e não praticantes de atividades físicas extraescolares.

2 MÉTODO

Este estudo se caracteriza como descritivo quanto aos objetivos e quantitativo quanto à sua abordagem.

Foram investigados 54 escolares dos anos iniciais do ensino fundamental, de duas escolas de Herval d'Oeste, SC constituindo uma amostra de conveniência. Uma das escolas possui apenas uma turma de cada ano, assim todos os escolares foram investigados e, na outra escola, foram sorteadas as turmas que foram investigadas, pois havia pelo menos duas turmas de cada ano do ensino fundamental.

A coleta de dados foi realizada pelo pesquisador, por meio da aplicação de um teste motor aos escolares nas próprias escolas. Também foram coletadas informações sobre os escolares, como o nome, idade, turma, se pratica atividade física sistematizada fora da escola, quais e quantas vezes na semana.

Depois de ser autorizado, o acadêmico orientou os escolares das turmas selecionadas, explicando como e por que seriam avaliados; posteriormente foi agendada com as escolas a data para iniciar a aplicação do teste, que foi de forma individual. O aluno que faltou por algum motivo, no dia que o teste foi aplicado na turma dele, pôde realizar em outro dia, desde que a coleta de dados não tivesse finalizada com todas as turmas.

Para esta pesquisa, foi utilizado como instrumento o Teste de Coordenação Corporal para Crianças (KTK), que foi desenvolvido pelos pesquisadores alemães Kiphard e Schilling (1974 apud GORLA; ARAÚJO, 2007), com o propósito de investigar e diagnosticar crianças com dificuldade de movimento, abrangendo componentes da coordenação motora, como equilíbrio, ritmo, força, lateralidade e agilidade. O teste pode ser utilizado com crianças dos cinco aos 14 anos de idade.

O Teste KTK é composto por quatro provas diferentes, sendo elas: Trave de Equilíbrio: caminhar a retaguarda sobre três traves de madeira com espessuras diferentes, objetivo: estabilidade do equilíbrio; Salto Monopedal: consiste em saltar com uma das pernas, um ou mais blocos de espuma colocados uns sobre os outros, objetivo: energia dinâmica e força; Salto Lateral: saltitar de um lado a outro, com os dois pés ao mesmo tempo sobre uma plataforma, objetivo: velocidade em saltos alternados; Transferência sobre Plataformas: que consiste em deslocar-se sobre as plataformas que estão colocadas no solo, em paralelo, uma ao lado da outra, objetivo: lateralidade.

Após ser aplicado o teste, o somatório dos resultados de cada uma das tarefas foi transformado por meio de tabelas normativas, considerando idade e sexo, para obter o quociente motor (QM) da tarefa e a classificação de acordo com a pontuação apontada no Quadro 1.

Quadro 1 – Classificação do teste de coordenação corporal – KTK

Quociente motor (pontos)	56 - 70	71 - 85	86 - 115	116 - 130	131 - 145
Classificação	Baixo	Regular	Normal	Bom	Alto

Fonte: Gorla e Araújo (2007).

Para a realização desta pesquisa, foi mantido contato com a secretaria de educação do município, diretores e professores das escolas para a apresentação do estudo e solicitada a autorização para a sua realização. Ressalta-se que somente participaram do estudo as crianças autorizadas pelos pais e que concordaram em participar do teste.

Os dados foram tabulados no programa *Microsoft Office Excel* e analisados no *IBM SPSS Statistics* versão 28.0. Foi utilizada a estatística descritiva de média, desvio padrão e frequências. Na comparação dos grupos foi utilizado o teste qui-quadrado. Quando encontrado diferença significativa, considerando nível de significância menor que 0,05, aplicou-se a recomendação feita por Pereira (2001), em realizar a Análise dos Resíduos Ajustados (Raj). Nesse caso, os dados foram comparados entre si observando o valor padrão de 1,96, ou seja, todos os resultados encontrados superiores ao padrão demonstram a presença de diferença significativa entre os grupos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram deste estudo 54 escolares dos anos iniciais do ensino fundamental, de duas escolas de Herval d'Oeste, sendo 11 (20,4%) de uma

escola pública e 43 (79,6%) de escola privada, destes 24 (44,4%) são do sexo masculino e 30 (55,6%) do feminino. Os escolares possuem idades de seis a 12 anos, sendo a média de idade do sexo masculino 8,7 ($\pm 1,4$) anos e do feminino 7,8 ($\pm 1,3$) anos.

Em relação à realização de atividades físicas extraescolares, 32 (59,3%) dos escolares participam delas, sendo: dança (13%), futebol (11,1%), judô (9,3), caminhada (9,3%), natação (7,4%), capoeira (5,6%), vôlei (1,9%) e tênis de mesa (1,9%).

Tabela 1 – Resultados das provas e quociente motor do Teste KTK, de acordo com a realização de atividades físicas extraescolares (Herval d’ Oeste, 2022)

Variável	Realização de atividade física extraescolar sistematizada						p valor*
	Sim (32)		Não (22)		Total (54)		
	Média	DP	Média	DP	Média	DP	
Trave equilíbrio	57,1	12,3	52,2	11,8	55,1	12,3	0,9
Salto monopedal	37,8	10,2	33,4	10,3	36,0	10,3	0,6
Salto lateral	40,7	16,9	36,8	14,0	39,1	15,2	0,2
Transferência de plataforma	25,4	17,4	22,3	3,7	24,1	13,6	0,3
Quociente motor	102,1	18,8	102	9,5	102,1	15,5	0,2

Fonte: os autores.

Verifica-se, na Tabela 1, que as médias em todas as provas do Teste KTK, bem como do quociente motor, são maiores no grupo que realiza atividade física extracurricular, contudo, essa diferença não é significativa. A média de quociente motor alcançada pelos escolares, considerando a amostra total, foi normal 102,1 ($\pm 15,5$) pontos.

Um estudo que buscou investigar a competência motora de dois grupos de 40 escolares, de ambos os sexos, com idade média de dez anos, dos colégios municipais de Santana de Parnaíba, SP, apontou diferença significativa entre os grupos para a média geral e para o salto lateral, salto monopedal e transposição lateral. Os resultados indicaram que o grupo que

durante o tempo disponível brinca ao ar livre apresentou maiores escores (NAKAI *et al.*, 2021).

O estudo que avaliou o desempenho motor de 55 escolares de ambos os sexos com idades de seis a dez anos, dos anos iniciais do ensino fundamental, de um colégio de Patos, PB, indicou que existe uma deficiência na coordenação motora dos escolares, a maior parte da amostra apresentou insuficiência na coordenação motora. O estudo chama a atenção para a necessidade da realização de práticas de atividades físicas e esportivas, para que possibilitem a melhora do desenvolvimento da coordenação motora (SOUTO *et al.*, 2020).

A fim de analisar o nível de coordenação motora de escolares, considerando sexo, faixa etária, prática esportiva extraclasse e IMC, foram investigados 243 escolares de oito a 14 anos, de ambos os sexos, das escolas públicas de Florianópolis, SC. Os dados encontrados no estudo apontam que os escolares que praticavam atividade extraescolar apresentaram alta coordenação motora e aqueles que não praticavam apresentaram índices de normal e baixa coordenação motora (COLLET *et al.*, 2008).

Este estudo, apesar de não apresentar resultados significativos assim como outros estudos (LOPES, 2006; SÁ *et al.*, 2014) sugere que escolares que praticam atividades físicas extraescolares apresentam melhores desempenhos em termos de coordenação e habilidades motoras.

Tabela 2 – Tabulação cruzada: classificação no teste KTK e realização de atividade extraescolar (Herval d' Oeste, 2022)

Classificação	Atividade extraescolar sistematizada				Total	Valor de p
	Sim		Não			
	n (%)	Resíduos ajustados	n (%)	Resíduos ajustados		
Bom	7 (13)	2,4	0 (0)	-2,4	7 (13)	
Normal	24 (44,4)	-1,5	20 (37,7)	1,5	44 (81,5)	
Regular	1 (1,9)	-0,9	2 (3,7)	0,9	3 (5,6)	0,04
Total	32 (59,3)		22 (40,7)		54 (100)	

Fonte: os autores.

Foram encontradas diferenças significativas na classificação bom ($p = 0,04$) entre quem pratica e não pratica atividade física extraescolar sistematizada. Essa diferença está expressa por meio da análise de resíduo ajustado, sendo possível observar que os escolares que praticam atividade extraescolar são mais frequentes na classificação bom do Teste KTK (7 (13%) Raj 2,4), enquanto nenhum aluno que não pratica atividade extraescolar foi classificado como bom (0 (0%) Raj - 2,4). Em relação à classificação no Teste KTK, todos os escolares (13%) classificados como bom realizam atividades físicas extraescolares sistematizadas. No grupo investigado nenhum escolar foi classificado nas extremidades superior (alto) ou inferior (baixo) na tabela de classificação do teste (Tabela 2).

No estudo que buscou investigar a relação entre o estilo de vida e o desempenho motor de 37 escolares de ambos os sexos, com idades de oito a 11 anos, de uma escola pública da periferia de um município ao norte do Brasil, os dados apontam que 32,4% dos escolares não praticam nenhum tipo de atividade extraescolar, com alguma intensidade. Sobre o desempenho motor, verificaram que nenhum dos escolares foi classificado nos níveis bom e alto e 62,2% encontram-se abaixo do nível de normalidade (CASTRO; LIMA, 2016).

O desempenho motor de 20 escolares com idades de seis a 11 anos, matriculados em uma escola da cidade de Viçosa, MG, praticantes de atividades físicas extraescolares, com e sem Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), foi avaliado por meio do Teste KTK. Os resultados apontam que no grupo controle (sem transtorno), todos os escolares foram classificados com coordenação normal ou boa. No grupo TDAH foram classificados com coordenação normal e boa 60% deles (FIGUEIREDO *et al.*, 2021).

Com os resultados encontrados neste e nos estudos apresentados entende-se que a prática de atividade física extraescolar sistematizada é

fundamental para o desenvolvimento motor, sendo assim, escolares que praticam atividades extraescolares podem apresentar melhores níveis de desenvolvimento motor.

Tabela 3 – Tabulação cruzada: classificação no teste KTK de acordo com o sexo (Herval d’Oeste, 2022)

Classificação	Sexo				Total	Valor de p
	Masculino		Feminino			
	n (%)	Resíduos ajustados	n (%)	Resíduos ajustados		
Bom	4 (7,4)	0,7	3 (5,6)	-0,7	7 (13)	
Normal	18 (33,3)	-1,1	26 (48,1)	1,1	44 (81,5)	
Regular	2 (3,7)	0,8	1 (1,9)	-0,8	3 (5,6)	0,052
Total	24 (44,4)		30 (55,6)		54 (100)	

Fonte: os autores.

Os resultados da avaliação pelo Teste KTK, de acordo com o sexo, não indicaram diferença significativa ($p = 0,52$), uma vez que tanto as meninas quanto os meninos se apresentaram distribuídos de forma muito semelhante (Tabela 3).

Por meio da bateria de Teste KTK, foram avaliados 931 escolares de ambos os sexos, com idade média de dez anos, da rede municipal de Cianorte, PR. Analisando as diferenças entre os sexos, os meninos apresentaram níveis de desempenho maior do que as meninas, em razão, possivelmente do estilo de vida mais ativo dos meninos. Em relação ao teste, as meninas demonstraram mais dificuldades nos Salto Lateral e Salto Monopedal, talvez pelo fato de estas habilidades exigirem mais força, já que os meninos revelaram mais dificuldades na Trave de Equilíbrio, o que pode estar relacionado à concentração no ato do teste (CARMINATO, 2010).

Na amostra de um estudo composta por 69 escolares de ambos os sexos, de oito a 11 anos de idade, de uma escola pública de Ubá, MG, as diferenças no desempenho motor entre os sexos foram observadas

nas tarefas de equilíbrio, salto monopedal e lateral, juntamente com a coordenação motora geral, que apresentou diferenças estatísticas significantes. Os meninos apresentaram valores superiores em relação às meninas, indicando que houve efeito do fator gênero em relação à média e ao desvio padrão (BELUZZO *et al.*, 2016).

No estudo que analisou a coordenação motora, utilizando a bateria de Testes KTK, em 283 escolares, de seis a oito anos, de ambos os sexos, de Umuarama, PR, os resultados indicaram que não existem diferenças significativas em relação aos testes quando comparadas às médias entre os sexos/idade (GORLA; DUARTE; MONTAGNER, 2008).

Quando comparados os testes entre os sexos, os resultados encontrados nos estudos apresentados sugerem que os meninos levam vantagens em algumas tarefas, o que pode ser explicado em razão de que exige mais força.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em todas as provas do Teste KTK, os escolares que praticam atividades físicas extraescolares apresentaram resultados melhores, bem como a maior classificação alcançada no teste foi bom, exatamente por aqueles que praticam atividade extraescolar (13%). Em relação ao sexo, o estudo não encontrou diferença significativa na avaliação, pois tanto as meninas quanto os meninos se apresentaram distribuídos de forma semelhante. Observou-se que existe diferença significativa ($p = 0,04$) entre os escolares que praticam e não praticam atividade física extraescolar sistematizada na classificação bom.

Os resultados obtidos com este estudo reforçam a importância da prática de atividades físicas extraescolares sistematizadas para o desenvolvimento

físico dos escolares. Entende-se que a prática de atividades físicas traz para os escolares uma melhora nos níveis de desenvolvimento motor.

REFERÊNCIAS

AMARAL, José Márcio Vilela. **A Importância do trabalho do professor de educação física escolar para o desenvolvimento da coordenação motora fina e para o aprendizado da escrita de crianças da educação básica.**

2021. 77 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Básica) – Universidade de Uberaba, Uberlândia, 2021. Disponível em: <https://repositorio.uniube.br/handle/123456789/1713>. Acesso em: 7 maio 2022.

BELUZZO, Priscila Ribeiro *et al.* Desempenho motor de escolares matriculados nos anos iniciais do ensino fundamental. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 10, n. 62, p. 773-781, nov./dez. 2016. Disponível em: <http://www.rbpfex.com.br/index.php/rbpfex/article/view/1032>. Acesso em: 16 out. 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular.** Brasília, DF: MEC/SEB, 2018. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br>. Acesso em: 15 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física.** (Ensino de primeira à quarta série). Brasília, DF: MEC, 1997.

CARMINATO, Ricardo Alexandre. **Desempenho motor de escolares através da bateria de teste KTK.** 2010. 74 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2010. Disponível em: <https://hdl.handle.net/1884/25006>. Acesso em: 10 out. 2022.

CASTRO, Marco Antonio; LIMA, Nair Rost. Associação entre estilo de vida e o desempenho motor de escolares do ensino fundamental na faixa etária entre 08 e 10 anos. **Revista Acta Brasileira do Movimento Humano**, v. 6, n. 1, p. 27-40, maio/ago. 2016. Disponível em: <http://www.periodicos.ulbra.br/index.php/actabrasileira/issue/view/201>. Acesso em: 10 out. 2022.

COLLET, Carine *et al.* Nível de coordenação motora de escolares da rede estadual da cidade de Florianópolis. **Motriz**, v. 14, n. 4, p. 373-380, out./dez. 2008. Disponível em: <https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br>. Acesso em: 21 jun. 2022.

FERREIRA, Vanja. **Educação física: interdisciplinaridade, aprendizagem e inclusão**. 11. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2007.

FIGUEIREDO, Fernanda Balthazar *et al.* Desempenho motor e intelectual de crianças e adolescentes com e sem diagnóstico do transtorno de déficit de atenção/hiperatividade. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 15, n. 98, p. 474-483, jul./ago. 2021. Disponível em: <http://www.rbpfex.com.br/index.php/rbpfex>. Acesso em: 16 out. 2022.

GALLAHUE, David Lee; OZMUN, John C.; GOODWAY, Jacqueline D. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 7. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

GORLA, José Irineu; ARAÚJO, Paulo Ferreira de. **Avaliação motora em educação física adaptada: teste KTK**. São Paulo: Phorte, 2007.

GORLA, José Irineu; DUARTE, Edilson; MONTAGNER, Paulo Cesar. Avaliação da coordenação motora de escolares da área urbana do município de Umuarama - PR, Brasil. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 16, n. 2, p. 57-65, 2008. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/1128>. Acesso em: 22 out. 2022.

LOPES, Luís. **Atividade física, recreio escolar e desenvolvimento motor: estudos exploratórios em crianças do 1º ciclo do ensino básico**. 2006. 94 f. Dissertação (Mestrado em Estudos da Criança) – Universidade do Minho, Braga, 2006. Disponível em: <http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/6206>. Acesso em: 22 out. 2022.

LOPES, Vitor *et al.* Estudo do nível de desenvolvimento da coordenação motora da população escolar (6 a 10 anos de idade) da Região Autónoma dos Açores. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, [s.l.], v. 3, n. 1, p. 47-60, 2003. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/237611153_Estudo_do_nivel_de_desenvolvimento_da_coordenacao_motora_da_populacao_escolar_6_a_10_anos_de_idade_da_Regiao_Autonoma_dos_Acores. Acesso em: 7 maio 2022.

MARTINS, Maiara da Silva; MARTINEZ, Victor Matheus Lopes; GUERINE, Renan Propodoski. A importância da educação física escolar no desenvolvimento motor e na lateralidade em crianças. **Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física**, Vitória, v. 10, n. 1, p. 33-40, jul. 2021. Disponível em: <https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/rbraf/article/view/696>. Acesso em: 10 maio 2022.

NAKAI, Emiko *et al.* Competência motora em crianças: uma discussão sobre a participação da família e das políticas públicas. **Educación Física y Ciencia**, v. 23, n. 3, p 23-189, 2021. Disponível em: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.13031/pr.13031.pdf. Acesso em: 10 out. 2022.

PACHECO, Edneia Alves; SANTOS, Juliano Ciebre dos. Importância do desenvolvimento da coordenação motora na aprendizagem na educação infantil. **(N)Ativa**, v. 1, n. 2, 2013. Disponível em: <https://www.revistanativa.com.br>. Acesso em: 21 jun. 2022.

PEREIRA, Júlio Cesar Rodrigues. **Análise de dados qualitativos**: estratégias metodológicas para as ciências da saúde, humanas e sociais. São Paulo: Edusp, 2001.

ROSA NETO, Francisco *et al.* A Importância da avaliação motora em escolares: análise da confiabilidade da Escala de Desenvolvimento Motor. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 12, n. 6 p. 422-427, dez. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbcdh/v12n6/v12n6a05>. Acesso em: 2 maio 2022.

SÁ, Cristina *et al.* Equilíbrio e coordenação motora em escolares praticantes e não praticantes de atividade física extraescolar. **Revista Neurociência**, Santos, v. 22, n. 1, p. 29-36 mar. 2014. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/neurociencias/article/view/8116?articlesBySameAuthorPage=2>. Acesso em: 12 out. 2022.

SANTOS, Suely; DANTAS, Luiz; OLIVEIRA, Jorge Alberto de. Desenvolvimento motor de crianças, de idosos e de pessoas com transtornos da coordenação. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 18, p. 33-44, ago. 2004. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/255621524_Desenvolvimento_motor_de_crianAas_de_idosos_e_de_pessoas_com_transtornos_da_coordenaAo. Acesso em: 15 maio 2022.

SOUTO, Gabriel Moura *et al.* Desempenho motor em alunos do ensino fundamental de uma escola particular. **Revista Multidisciplinar do Sertão**, Serra Talhada, v. 2, n. 3, p. 460-468, jul./set. 2020. Disponível em: <https://revistamultisert1.websiteseuro.com/index.php/revista/article/view/291>. Acesso em: 10 out. 2022.

EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA INDIVÍDUOS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO DO AUTISMO: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Hericlis Tisatto Rodrigues¹

Marly Baretta²

RESUMO

O Transtorno do Espectro do Autismo é uma condição de saúde caracterizada pela soma de déficit na comunicação social e comportamental que se manifesta desde os primeiros anos da infância. A prática regular de exercício físico para os autistas pode proporcionar grandes benefícios no progresso de vários aspectos relacionados às suas deficiências, como diminuição do comportamento agressivo e melhora da aptidão física, do desenvolvimento motor e da força muscular, além de proporcionar mais interação social e melhorar a concentração, a memória e a qualidade de vida. Assim, este estudo teve por objetivo investigar os benefícios que o exercício físico traz para as pessoas autistas. Trata-se de um estudo de revisão de literatura, que foi realizado nas bases de dados do Scielo, Bireme, Periódico Capes e Google Acadêmico, com publicações dos anos de 2012 a agosto de 2021. A estratégia de seleção dos artigos científicos contemplou a leitura e análise dos títulos, resumos e o texto na íntegra que se relacionassem com exercício físico e autismo. Após a aplicação dos filtros de busca e critérios de seleção definidos para a inclusão dos estudos, somente oito artigos atenderam aos critérios de elegibilidade. Cada um dos estudos retratou abordagens distintas de exercícios físicos, sendo ginásticas, lutas e aquáticos. A quantidade e a duração das sessões de treinamento variaram entre os estudos. Conclui-se que os exercícios físicos podem proporcionar benefícios motores, cognitivos, comportamentais e sociais em indivíduos com TEA, embora cada indivíduo possa apresentar diferentes níveis de evolução.

Palavras-chave: Autismo; Exercício Físico; Educação Física.

¹ Pesquisador; Graduando em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina, Campus de Joaçaba. E-mail: 991551070h@hotmail.com.br.

² Professora Orientadora; Docente do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina, Campus de Joaçaba; Mestre em Saúde Coletiva. E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

1 INTRODUÇÃO

O termo autismo foi criado em 1911 pelo psiquiatra Eugen Bleuer, que tinha por objetivo destacar uma síndrome nosológica na qual o indivíduo apresenta dificuldade em manter o contato com a realidade e, conseqüentemente, a ausência de habilidades comunicativas, descrevendo o autismo como uma síndrome de neurodesenvolvimento tanto social quanto comportamental (SILVA *et al.*, 2019).

Em 1943, o autismo foi discutido pelo austríaco Leo Kanner, que publicou um artigo sobre os distúrbios autistas do contato afetivo, com o intuito de induzir as pessoas a acreditarem que o autismo se desenvolvia por meio da frieza e do distanciamento da mãe após o nascimento do filho. Kanner expôs o estudo com 11 crianças que apresentavam diferenças no comportamento e no relacionamento com outras pessoas, concluindo que o autismo se origina de uma incapacidade de estabelecer a relação afetiva com pessoas, sem excluir a relevância dos aspectos ambientais no desenvolvimento (CORREA, 2017).

Mesmo com muitos estudos, o autismo ainda é considerado uma incógnita quanto às causas, diagnósticos e tratamentos adequados pelos profissionais e cientistas que trabalham e estudam esse grupo de indivíduos. Sua etiologia ainda é desconhecida, no entanto a orientação é de considerá-lo como uma síndrome multicausal que envolve fatores genéticos, neurológicos e sociais (SANTOS *et al.*, 2020).

Há alguns fatores de risco que podem aumentar as chances de desenvolver o autismo: o fator genético pode ocorrer por mutação espontânea e aleatória dos genes ou por herança genética. Nas causas ambientais/sociais, os riscos podem vir de doenças infecciosas, consumo de produtos químicos, exposição ao ar poluído da atmosfera e de causas relacionadas

a morbidades gestacionais, como eventos pré-natais associados com indicadores de hipóxia (KRÜGER, 2019).

O Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) pode ser identificado nos primeiros anos de vida de uma criança. Segundo Silva *et al.* (2019), o termo autismo tem como significado “voltado para si mesmo”. É uma síndrome comportamental na qual o processo do desenvolvimento humano é afetado.

O TEA é classificado em três níveis de gravidade sintomatológica, sendo o primeiro nível de interferência leve, no qual, na carência de apoio, o indivíduo expressa déficits na comunicação social que ocasionam perdas importantes, além de apresentar dificuldades em iniciar diálogos e na interação social. No segundo nível, a gravidade é moderada e o autista apresenta déficits graves nas habilidades de comunicação social verbal e não verbal, além de problemas e limitação em iniciar interações sociais mesmo com a presença e o apoio de outros. O terceiro nível é considerado o mais grave de todos, no qual o indivíduo sofre prejuízo grave de funcionamento motor e cognitivo em decorrência dos déficits nas habilidades de comunicação verbal e social, tem resistência à resposta mínima a aberturas sociais que partem dos outros e, ainda, sofre inflexibilidade de mudança em comportamentos restritos e repetitivos, de troca de foco e de ações que interferem acentuadamente no funcionamento (CARDOSO *et al.*, 2020).

Os níveis de gravidade baseiam-se em especificadores sintomatológicos na comunicação social e em padrões restritos e repetitivos de comportamento, e precisam ser classificados em separado de forma individual, e com o reconhecimento de que a gravidade dos sintomas pode variar de acordo com o contexto ou até mesmo oscilar com o tempo (ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA, 2014).

Esses sintomas estão presentes desde o início da infância e limitam ou prejudicam o desenvolvimento diário da pessoa. De acordo com as características do indivíduo e o seu ambiente, o estágio de prejuízo funcional

pode variar. As manifestações variam também de acordo com a gravidade da condição do autista e dependem muito da idade cronológica e do nível da idade biológica em que ele se encontra. Dessa forma, a caracterização da pessoa com TEA deve ser feita com muita cautela (PINTO, 2016).

As crianças com TEA podem ter dificuldade na interação social, atraso na pronúncia de palavras e problemas em conviver em equipe. Conseqüentemente, preferem ficar sozinhas, possuem hábitos repetitivos e não se alimentam adequadamente. Algumas são independentes e conseguem comer e se vestir sozinhas, mas há aquelas que são totalmente dependentes (CORRÊA *et al.*, 2020).

Segundo Ricco (2017), crianças com TEA podem ser um pouco resistentes e seletivas com suas atividades do dia a dia. Podem apresentar dificuldade em aceitar novos alimentos, e até mesmo criam barreiras na prática regular de atividade física. Isso ocorre pela fraca habilidade motora, problemas de aprendizagem e dificuldade de interação social. Outros comportamentos provenientes do autismo são comportamentos sem emoções, dificuldade em iniciar ou manter um diálogo, pouca imaginação para brincadeiras de faz de conta, além de dificuldade para diferenciar o real do imaginário.

Crianças com autismo podem apresentar movimentos estereotipados, balançam as mãos, correm de um lado para o outro, insistem em manter determinados objetos consigo e, ainda, podem apresentar comportamentos agressivos com as pessoas ao seu redor e até ferir a si mesmas. As especificidades e as exigências de crianças, jovens e adultos autistas implicam adaptações e reorganização de suas famílias, visto que cuidar de pessoas com autismo é uma experiência desgastante, pelo alto nível de estresse em decorrência das dificuldades enfrentadas para educá-las no dia a dia. Porém, sabe-se que a família desempenha um papel muito importante

no processo de tratamento e ensino-aprendizagem, juntamente com os profissionais (GONÇALVES, 2020).

As pessoas com esse transtorno estão sujeitas a ter déficit em seu desenvolvimento motor, cognitivo e intelectual, e nas fases da adolescência e adulta, são propensas à ansiedade e à depressão. O tratamento para esse distúrbio é indicado por um neurologista que, quando necessário, usa medicamentos que ajudam a controlar crises e movimentos estereotipados. Outros profissionais também podem ser úteis no processo de melhora do TEA, como psicólogo, fonoaudiólogo, psiquiatra, fisioterapeuta e o profissional de Educação Física (GOLFETTO, 2020).

As estratégias utilizadas no tratamento do autismo concentram-se, sobretudo, na estimulação cognitiva, bem como no desenvolvimento social e verbal e de movimentos estereotipados. Podem ser realizadas sessões de fonoaudiologia para melhorar a expressão verbal, por meio do trabalho fonético das palavras, além do acompanhamento psicológico, que ajuda a controlar as crises, melhorar a interação social e prevenir os sintomas de ansiedade e depressão. Deve-se considerar intervenções focadas em melhorar os déficits motores e o nível de coordenação motora, como marcha, equilíbrio e planejamento dos movimentos, aplicadas pelo profissional de Educação Física (LOURENÇO; ESTEVES; CORREDEIRA, 2016).

É de discernimento geral que o exercício físico, desde que praticado de forma adequada, influi positivamente na saúde e no bem-estar, tem papel importante na prevenção de várias doenças crônicas, como doenças cardiovasculares, hipertensão arterial, diabetes, osteoporose e obesidade, e melhora o desenvolvimento musculoesquelético. Igualmente, o exercício físico proporciona grandes benefícios para os autistas, pois promove a diminuição do comportamento agressivo, proporciona mais interação social e melhora a aptidão física, o desenvolvimento motor, a concentração, a memória e a percepção de si mesmo (FARIAS; MUNOZ; PAULA, 2020).

Os indivíduos com TEA devem ter estímulos para realizar exercícios que permitam estabelecer o seu desenvolvimento funcional, o que contribuirá na aquisição da sua autonomia e bem-estar. Dessa forma, é possível compreender que para a pessoa autista conseguir melhora em seu desenvolvimento motor, é necessário que ela vivencie diversas atividades motoras que estimulem as capacidades físicas (SAMPAIO *et al.*, 2020).

Conforme David *et al.* (2016), a prática de exercícios físicos por todos, inclusive para indivíduos autistas, pode influenciar na liberação de neurotransmissores que diminuem a ansiedade e melhoram o desempenho acadêmico e comportamental. Atividades cíclicas, como natação, corridas, ginásticas, circuitos e musculação, são as práticas mais coerentes para a realidade dos autistas. E, ainda, atividades que englobam mudanças de direção, obstáculos, saltos e lançamentos, e que promovam o equilíbrio estático e dinâmico, como jogos com bola, auxiliam na aquisição de habilidades motoras.

O conhecimento do profissional de Educação Física sobre as áreas de desenvolvimento humano e motor pode ser de grande valia no processo de melhoria no acervo motor. Prescrever treinamentos que instiguem melhorar habilidades motoras, impondo novos desafios como superação, vai condicionar e melhorar a percepção da pessoa com autismo e, talvez, até contribuir na inclusão social (LOURENÇO *et al.*, 2015).

Dessa forma, este estudo de revisão tem por finalidade investigar os benefícios do exercício físico para indivíduos com TEA.

2 MÉTODO

Este é um estudo de revisão de literatura. Foram selecionados artigos científicos com os descritores: “Autismo”, “Exercício Físico”, “Educação

Física” e “Benefícios”. Em cada estudo foram identificados o autor e ano da publicação, o tipo de intervenção realizada, o número de intervenientes e suas características, os objetivos do estudo, os resultados obtidos e a conclusão.

As buscas pelos estudos foram realizadas nos bancos de dados da Scielo, Periódicos Capes, Bireme e Google Acadêmico com os seguintes critérios de inclusão: artigos científicos livres para *download* e publicados em português a partir do ano de 2012 até o mês de agosto de 2021. A estratégia utilizada para a seleção contemplou a leitura e análise dos títulos, resumos e texto na íntegra de estudos que relacionam indivíduos com autismo e exercício físico.

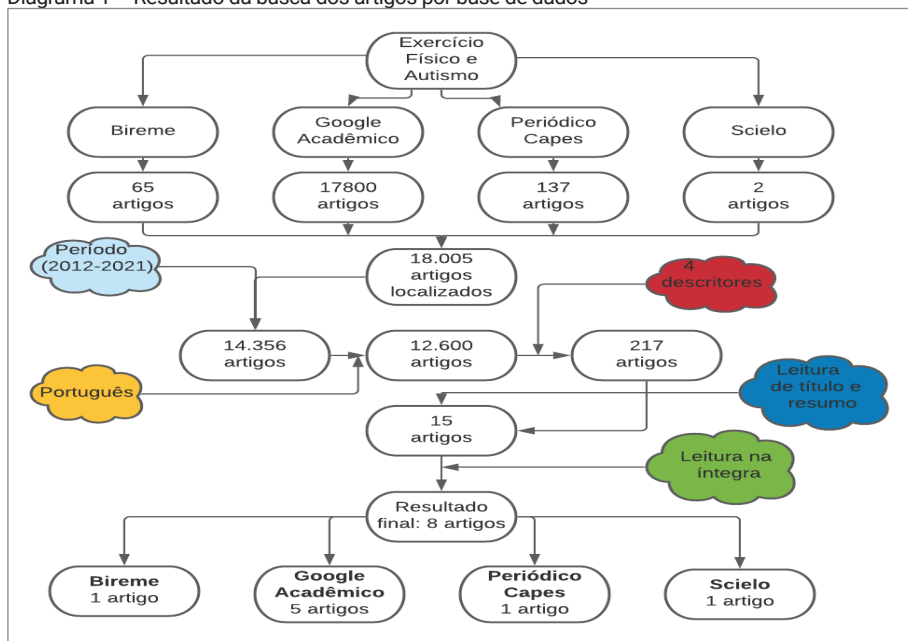
A análise de dados foi apresentada por meio de um quadro com a indicação dos autores, ano de publicação, título do artigo, objetivos e amostra. Em seguida, foram apresentados de forma sintetizada os principais resultados e a conclusão dos artigos selecionados, juntamente com a discussão.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram utilizadas as seguintes bases de dados para realizar as buscas dos estudos: Scielo, Periódico Capes, Bireme e Google Acadêmico. Inicialmente, foi realizada a busca com os descritores: “exercício físico e autismo”, obtendo-se o total de 18.005 estudos, a definição do período de 2012 a 2021 resultou em 14.356 estudos, e após o filtro do idioma, resultaram 12.600 artigos. Para refinar o filtro da busca foram inseridos mais dois descritores: “educação física e benefícios”, além de utilizar como critérios de exclusão trabalhos de conclusão de curso, teses, dissertações e monografias, e então restaram somente 217 artigos. Após a leitura dos resumos foram excluídos artigos de revisão, estudos não clínicos e estudos

que não apresentavam o roteiro ou plano de exercícios que seriam aplicados, sendo selecionados 15 artigos para a leitura na íntegra; após a leitura deles, somente oito artigos eram condizentes com o objetivo deste estudo, que tem como objetivo de estudo o exercício físico e o autismo, como está apontado no Diagrama 1.

Diagrama 1 – Resultado da busca dos artigos por base de dados



Fonte: os autores.

A identificação dos artigos selecionados com a indicação dos autores, ano de publicação, título do artigo, objetivos e amostra está apontada no Quadro 1. O conjunto dos estudos encontrados é composto por artigos focados nos benefícios que os exercícios físicos proporcionam para pessoas com TEA. Após a leitura desses artigos, foram analisados todos os conteúdos especificamente de acordo com o tipo de exercício físico realizado, intervenções (duração e frequência semanal) e percepções dos autores diante dos resultados encontrados.

Dos oito artigos selecionados, o mais antigo foi do ano de 2014 e o mais recente, de 2021. A busca resultou em estudos que contemplaram diversas modalidades, sendo dois artigos relacionados com a dança, três voltados à ginástica, um artigo de lutas, um sobre natação e outro que envolvia praticantes de três esportes diferentes. A análise dos resultados ofereceu informações sobre os benefícios da atividade física para indivíduos com TEA, conforme apresentado a seguir.

Quadro 1 – Artigos selecionados: título; autor e ano de publicação; objetivo; população e amostra

Autor (es) Ano de publicação	Título do artigo	Objetivo	População e amostra
Krüger et al. (2018)	O efeito de um programa de atividades rítmicas na interação social na coordenação motora em crianças com transtorno do espectro autista	Verificar o efeito de um programa de atividades rítmicas na interação social e coordenação motora de crianças com TEA.	Estudo com delineamento experimental com nove crianças com TEA, com idades de cinco a 10 anos (cinco no grupo de intervenção e quatro no grupo controle).
Teixeira (2015)	Dança terapia no autismo: um estudo de caso	Observar os efeitos da dança terapia no desempenho motor e gestual, no equilíbrio corporal e na marcha, bem como na qualidade de vida de um adolescente com autismo.	Estudo de caso de um indivíduo do sexo masculino com 15 anos de idade, com transtorno invasivo de desenvolvimento no espectro autista.
Lourenço et al. (2016)	A eficácia de um programa de treino de trampolins na proficiência motora de crianças com transtorno do espectro do autismo	Avaliar o efeito de um programa de treinos de trampolins na proficiência motora e no índice de massa corporal de crianças com TEA.	Fizeram parte da amostra 17 crianças de ambos os sexos com TEA (12 do sexo masculino e cinco do sexo feminino), com idades de quatro a 11 anos que frequentavam o ensino pré-escolar. A amostra foi organizada em dois grupos: um experimental (GE) constituído por seis crianças, e um de controle (GC) constituído por 11 crianças.

Autor (es) Ano de publicação	Título do artigo	Objetivo	População e amostra
Toscano, Mendonça e Ferreira (2018)	Efeitos de um programa de exercício físico enquanto antecedente das atividades acadêmicas: estudo de caso	Identificar efeitos de um programa de exercício no número de episódio e tipo de comportamento estereotipado, assim como no tempo de engajamento em atividades acadêmicas de uma criança com TEA.	Estudo de caso com sujeito do sexo masculino, com idade de cinco anos e diagnóstico de TEA, nível moderado, atendimento especializado e educacional.
Sampaio et al. (2020)	Treinamento concorrente como método de desenvolvimento de força e motricidade global em um paciente autista	Analisar, por meio do treinamento, os níveis de força e motricidade global de um paciente autista clássico no espaço terapêutico Amira Figueiras (ARIMA).	Paciente do sexo masculino, com 18 anos de idade, diagnosticado com TEA com grau moderado aos dois anos e meio de idade. O estudo foi desenvolvido por meio de uma análise documental dos prontuários e relatórios semestrais disponibilizados pelo espaço terapêutico.
Torquato e Couto (2021)	Efeitos da prática do judô na coordenação motora de crianças e adolescentes autistas	Investigar os efeitos da prática do judô na coordenação motora de crianças e adolescentes autistas.	A amostra foi composta por 10 crianças e adolescentes de seis a 14 anos de idade, autistas, do sexo masculino, sendo: cinco praticantes de judô e de aulas de educação física escolar (GJ) e cinco praticantes de aulas de educação física escolar somente (GC).
Menezes et al. (2020)	Estudo comparativo do desempenho motor entre crianças autistas praticantes e não praticantes de exercícios físicos	Comparar o desempenho motor entre crianças com TEA que praticam e que não praticam exercícios físicos.	Participaram da pesquisa 55 indivíduos com TEA que praticam e não praticam exercícios físicos de quatro instituições localizadas em Fortaleza, CE.
Vidal, Pereira e Pereira (2014)	Avaliação dos efeitos de um plano de intervenção em meio aquático num aluno com perturbação do espectro do autismo	Analisar o impacto de um plano de intervenção, em meio aquático, no desenvolvimento de competências aquáticas e na diminuição de comportamentos de autoagressão, num aluno com perturbações do espectro do autismo (PEA)	A intervenção foi realizada com um aluno do sexo masculino com oito anos de idade com PEA.

Fonte: os autores.

Após um programa de intervenção de 14 semanas com duas sessões semanais de atividades rítmicas envolvendo a coordenação motora ampla, ritmo e equilíbrio, as crianças com TEA apresentaram melhora nas habilidades motoras. Com relação à interação social, não foram observadas melhoras significativas (KRÜGER *et al.*, 2018).

Em um estudo de caso desenvolvido em uma academia de balé, em Aracaju, SE, que contou com 120 sessões de dança terapia, com duração de 30 minutos, duas vezes por semana, as sessões foram compostas por tarefas de lateralidade e percepção musical e rítmica, com atividades características à dança e sequências coreografadas. Os resultados demonstraram evolução nas habilidades motoras e na socialização do autista (TEIXEIRA, 2015).

Foi proposto a um grupo de crianças com TEA uma intervenção de treinamento de trampolins de 20 semanas, sendo uma sessão semanal com duração de 45 minutos. O treinamento era composto por diferentes exercícios de corrida, mobilização articular e jogos variados, exercícios específicos da modalidade para que as crianças passassem o maior tempo pulando em diferentes trampolins. Após as 20 semanas de treinamento, foi possível concluir que o programa de treinamento em trampolins, desde que seja planejado, pode potencializar melhorias na proficiência motora de autistas (LOURENÇO *et al.*, 2016).

O estudo de caso realizado na cidade de Maceió, AL, teve 10 sessões de observação para registrar o número de episódios de comportamento estereotipado, posteriormente foram aplicadas 10 sessões de treinamento, com frequência semanal de duas vezes, por 30 minutos cada sessão, sendo o programa composto por exercícios de coordenação e força de intensidade moderada. Os resultados demonstraram que o programa de treinamento aplicado teve efeito positivo no comportamento estereotipado da criança com TEA (TOSCANO; MENDONÇA; FERREIRA, 2018).

O treinamento concorrente foi investigado como método de desenvolvimento de força, por meio de análise de prontuários de um autista, em que estavam descritas todas as 42 sessões de treinamento com duração de 60 minutos cada. Foram observadas evoluções, com resultados positivos nos níveis de força e na motricidade global (SAMPAIO *et al.*, 2020).

Para avaliar a evolução de autistas, foi aplicado o teste KTK em um grupo de praticantes de judô que treinavam duas vezes na semana por uma hora e no grupo controle, que participava de duas aulas semanais de 50 minutos de educação física na escola, assim como os praticantes de judô. Foram verificados resultados positivos na coordenação motora dos autistas, apesar de nenhum grupo apresentar níveis satisfatórios de coordenação, o que indica que as artes marciais são atividades que propiciam o equilíbrio mental por suas filosofias de treinamento, proporcionando benefícios à coordenação de seus praticantes (TORQUATO; COUTO, 2021).

A intervenção realizada em Fortaleza, CE, utilizou um grupo de 29 autistas praticantes de exercício por três vezes na semana, com duração mínima de 30 minutos, tendo praticantes de judô, natação e futsal, e outro grupo de 26 autistas não praticantes de exercício. No estudo foi aplicado o teste do Proesp-BR para avaliar o desempenho motor e foi possível verificar resultados positivos na força de membros superiores dos autistas praticantes de exercício físico; além disso, foi apontado que o exercício físico pode beneficiar os autistas no desempenho motor geral (MENEZES *et al.*, 2020).

No estudo em que foi realizada uma intervenção de 11 semanas, com duas sessões semanais de 40 minutos com autistas de oito anos no meio aquático, foram observados resultados positivos no comportamento de autoagressão e evolução nas habilidades aquáticas (VIDAL; PEREIRA; PEREIRA, 2014).

4 DISCUSSÃO

Em seis dos artigos, embora sejam de modalidades esportivas diferentes, foram observados objetivos semelhantes, todos buscaram verificar, avaliar e observar se por meio do plano de exercícios físicos propostos os autistas apresentariam melhoras quanto as habilidades motoras. Apenas dois artigos tiveram por objetivo identificar se por meio do exercício físico os autistas teriam melhoras no comportamento.

Os oito artigos selecionados tiveram suas amostras compostas por indivíduos diagnosticados com TEA, com idades de quatro a dezoito anos, e apenas um estudo teve uma amostra maior (55 indivíduos) em função de ter sido realizada a intervenção em quatro instituições esportivas, os outros sete artigos utilizaram amostras menores (9, 10 e 17 indivíduos e quatro estudos de caso). As amostras foram compostas na maioria pelo sexo masculino, uma vez que o autismo é mais frequente neste sexo.

Foi realizada por Farias, Munoz e Paula (2020) uma revisão sistemática com cinco artigos publicados nos anos de 2010 a 2020, com o objetivo de investigar os efeitos do exercício físico para crianças com TEA. Os artigos envolviam patinação, tênis de mesa e artes marciais, que se mostraram positivos no âmbito cognitivo e motor, concluindo que o exercício físico pode beneficiar indivíduos com TEA. Corroborando esse estudo, verificou-se que nesta revisão as atividades rítmicas (KRÜGER *et al.*, 2018), a dança terapia (TEIXEIRA, 2015) e um programa de trampolins (LOURENÇO *et al.*, 2016) também apresentaram resultados positivos nas habilidades motoras dos autistas.

O estudo de revisão de Correa *et al.* (2020), com dados até o ano de 2019, resultou em sete artigos que abordaram exercícios aeróbicos, de força e aquáticos. O objetivo foi verificar o impacto do exercício físico para pessoas com TEA, além de coordenação motora e desenvolvimento

cognitivo. Os resultados apresentados foram promissores tanto para a coordenação motora quanto para o desenvolvimento cognitivo, embora os autores pensem que há necessidade de mais estudos na área.

Estudos que apresentam sessão de treino planejada relacionada ao tempo e aos exercícios que serão aplicados trazem benefícios para os autistas, embora, aparentemente, os exercícios do meio aquático mostrem-se mais eficazes (CORREA *et al.*, 2020; FARIAS; MUNOZ; PAULA, 2020).

Pereira *et al.* (2020), que investigaram os efeitos da natação em crianças autistas, verificaram resultados benéficos nas habilidades aquáticas e nas habilidades sociais, além da diminuição dos problemas de comportamentos antissociais dos investigados, o que também foi verificado no estudo de Vidal, Pereira e Pereira (2014).

Os benefícios do ensino do *tae-kwon-do* para autistas no equilíbrio mental, nas habilidades motoras e na interação social são confirmados no estudo de Tusset e Antunes (2021). Da mesma forma, o estudo realizado com a prática de judô apresentou resultados positivos e semelhantes a esse estudo, visto que os praticantes tiveram melhoras em sua coordenação motora, além de um bom equilíbrio mental (TORQUATO; COUTO, 2021).

Com o objetivo de analisar se um conjunto de capacidades físicas, como força, coordenação, destreza e equilíbrio, poderia ser melhorado com a aplicação de um programa de condicionamento físico e o nível de destreza, foram aplicados no estudo de caso de Lopes (2011) exercícios que desenvolvessem essas capacidades. Os resultados foram positivos no aumento de todas as capacidades investigadas. Nesta revisão, o estudo que contemplou o treinamento concorrente (SAMPAIO *et al.*, 2020) e o estudo comparativo de desempenho motor (MENEZES *et al.*, 2020) também verificaram resultados positivos no aumento de nível de força, além de desempenho motor.

A intervenção realizada em um estudo de caso em Maceió, AL, propôs um programa de exercício físico para autistas baseado em exercícios de coordenação e equilíbrio, a fim de analisar a influência do programa para os comportamentos estereotipados. O resultado foi promissor na redução desses comportamentos e na melhora na interação social dos participantes (CARDOSO, 2020). O efeito de um programa de exercício físico aplicado ao estudo de caso de Toscano, Mendonça e Ferreira (2018) também foi promissor para os praticantes dos exercícios na redução do comportamento estereotipado.

As informações adquiridas com os estudos apresentados na revisão mostram que, independentemente da modalidade, a utilização do exercício físico como instrumento de desenvolvimento de indivíduos com TEA parece ser bastante pertinente, pois pode proporcionar benefícios em diferentes domínios, como melhorias nas capacidades motoras e cognitivas, além de propiciar a interação social dos praticantes (LOURENÇO; ESTEVES; CORREDEIRA, 2016).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É evidente que o exercício físico, quando planejado e prescrito por um profissional de Educação Física, promove muitos benefícios para todos que o praticam, pois proporciona melhora da saúde física e mental e propicia uma melhor qualidade de vida.

Os oito artigos compilados neste estudo de revisão retrataram efeitos positivos dos exercícios físicos no desenvolvimento motor, na coordenação motora, no equilíbrio, na força, além de benefícios na interação social e melhora no comportamento estereotipado e na autoagressão, independentemente da modalidade e da atividade física, desde que planejados e sistematizados para os indivíduos com TEA.

Dessa forma, foi possível concluir que o exercício físico desempenha um papel vital na vida das pessoas com TEA sob muitos aspectos, pois pode auxiliá-las a melhorar não apenas sua condição física e combater os efeitos do sedentarismo, mas também a melhorar vários dos muitos déficits e desafios que elas enfrentam nas habilidades motoras, sociais e comportamentais, e estabelecer, assim, um estilo de vida positivo e de qualidade.

Embora este estudo tenha verificado resultados positivos acerca dos benefícios do exercício físico para os autistas, não se pode afirmar quão melhor será o desempenho nos aspectos motores, cognitivos e sociais, visto que o TEA não tem cura e que cada autista pode apresentar resultados diferentes, em razão das suas individualidades biológicas.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. Tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. Título original: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition. Disponível em: <http://www.niip.com.br/wp-content/uploads/2018/06/Manual-Diagnostico-e-Estatistico-de-Transtornos-Mentais-DSM-5-1-pdf.pdf>. Acesso em: 13 jun. 2021.

CARDOSO, Felipe de Gois *et al.* **Influência do exercício físico na redução dos comportamentos estereotipados de criança com transtorno do espectro do autismo**: estudo de caso. 2020. 67 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal de Alagoas, Maceió, 2020. Disponível em: <http://www.repositorio.ufal.br/bitstream/riufal/7752/1/Influ%c3%aancia%20do%20exerc%c3%adicio%20f%c3%adsico%20na%20redu%c3%a7%c3%a3o%20dos%20comportamentos%20estereotipados%20de%20crian%c3%a7a%20com%20transtorno%20do%20espectro%20do%20autismo%20-%20estudo%20de%20caso.pdf>. Acesso em: 21 abr. 2021.

CORREA, Pedro Henrique. O autismo visto como complexa e heterogênea condição. **Physis**, v. 27, n. 2, p. 375-380, jun. 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312017000200375&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 1 maio 2021.

CORRÊA, Vanessa P. et al. Impacto do exercício físico no transtorno do espectro autista: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 28, n. 2, p. 89-99, 2020. Disponível em: <http://fi-admin.bvsalud.org/document/view/ckxfu>. Acesso em: 28 mar. 2021.

DAVID, Ana Paula Borelli et al. A prática regular de ginástica artística na minimização dos sintomas recorrentes do autismo em crianças: a perspectiva dos professores. **Revista CPAQV**, v. 8, n. 3, p. 1-8, 2016. Disponível em: <http://www.cpaqv.org/revista/CPAQV/ojs-2.3.7/index.php?journal=CPAQV&page=article&op=view&path%5B%5D=118>. Acesso em: 21 abr. 2021.

FARIAS, Tatiane Nunes Ferreira Santos; MUNOZ, Thais Batista; PAULA, Carolina Cavalcante. **Efeitos de exercícios físicos em crianças autistas**. 2020. 12 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) – Faculdade Unida de Campinas, Campinas, 2020. Disponível em: https://facunicamps.edu.br/repositorio/173_EFEITOS%20DE%20EXERC%3%8DCIOS%20F%3%8DSICOS%20EM%20CRIAN%3%87AS%20AUTISTAS.pdf. Acesso em: 28 mar. 2021.

GOLFETTO, Vando. A inclusão de pessoas com transtorno de espectro autista (tea) no desenvolvimento das habilidades sociais. In: CONGRESO VIRTUAL INTERNACIONAL DESARROLLO ECONÓMICO, SOCIAL Y EMPRESARIAL EN IBEROAMÉRICA, 5., 2020. **Anais eletrônicos** [...] jun. 2020. Disponível em: <https://www.eumed.net/actas./20/desarrollo-empresarial/16-a-incluso-de-pessoas-com-transtorno-de-espectro-autista.pdf>. Acesso em: 18 abr. 2021.

GONÇALVES, Gleicilaine. **Benefícios da atividade física e do esporte em jovens autistas**: uma revisão. 2020. 32 f. Monografia (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2020. Disponível em: https://www.monografias.ufop.br/bitstream/35400000/2748/6/MONOGRAFIA_Benef%3%adci0sAtividadeF%3%adsica.pdf. Acesso em: 18 abr. 2021.

KRÜGER, Gabriele Radünz. **O efeito de um programa de exercício físico nos comportamentos de autoagressão, estereotípias e agressão, habilidades motoras e qualidade do sono de crianças com transtorno do espectro autista (TEA) Pelotas-RS**. 2019. 120 f. Tese (Doutorado em Educação Física) – Programa de Pós-graduação em Educação Física, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2019. Disponível em: http://repositorio.ufpel.edu.br:8080/bitstream/prefix/7270/1/Tese_GABRIELE_RADUNZ_KRUGER.pdf. Acesso em: 18 abr. 2021.

KRÜGER, Gabriele Radünz *et al.* O efeito de um programa de atividades rítmicas na interação social e na coordenação motora em crianças com transtorno do espectro autista. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 23, p. 1-5, 2018. Disponível em: <https://www.rbafs.org.br/RBAFS/article/view/12414/10925>. Acesso em: 12 set 2021.

LOPES, Ivone Isilda da Silva. **Autismo e exercício físico**: estudo de caso. 2011. 32 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Desporto) – Universidade da Beira Interior, Covilhã, 2011. Disponível em: <https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/3205/1/Disserta%c3%a7%c3%a3o%20de%20Mestrado%20Ivone%20Lopes.pdf>. Acesso em: 14 out. 2021.

LOURENÇO, Carla Cristina Vieira *et al.* A eficácia de um programa de treino de trampolins na proficiência motora de crianças com Transtorno do Espectro do Autismo. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 22, p. 39-48, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbee/a/Hx9Dq8np93gVRDXB976SFCm/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 14 set. 2021.

LOURENÇO, Carla Cristina Vieira; ESTEVES, Dulce; CORREDEIRA, Rui. Potencialidades da atividade física em indivíduos com Perturbação do Espectro do Autismo. **Revista Científica da FPDD**, v. 2, n. 2, p. 31-38, 2016. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Carla-Lourenco/publication/321168724_Potential_Physical_Activity_in_Individuals_with_Autism_Spectrum_Disorder_Potencialidades_da_atividade_fisica_em_individuos_com_Perturbacao_do_Espectro_do_Autismo/links/5a12f5c84585158aa3e1c935/Potential-Physical-Activity-in-Individuals-with-Autism-Spectrum-Disorder-Potencialidades-da-atividade-fisica-em-individuos-com-Perturbacao-do-Espectro-do-Autismo.pdf. Acesso em: 11 abr. 2021.

LOURENÇO, Carla Cristina Vieira *et al.* Avaliação dos efeitos de programas de intervenção de atividade física em indivíduos com transtorno do espectro do autismo. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 21, n. 2, p. 319-328, 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-65382015000200319&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 11 abr. 2021.

MENEZES, Aécio Diego Martins *et al.* Estudo comparativo do desempenho motor entre crianças autistas praticantes e não praticantes de exercícios físicos. **Atualidades na educação física**: da saúde ao esporte, p. 143, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Eduardo-Jorge-Lima/publication/333015435_Injuries_in_recreational_recreational_runners_incidence_types_of_major_occurrence_and_associated_factors/links/5fa45153a6fdcc06241654ed/Injuries-in-recreational-recreational-runners-incidence-types-of-major-occurrence-and-associated-factors.pdf#page=144. Acesso em: 29 ago. 2021.

PEREIRA, Thaiany Luna Pires. *et al.* Avaliação das variáveis comportamentais e habilidades aquáticas de autistas participantes de um programa de natação. *Conexões*, Campinas, SP, v. 17, p. e019037, 2020. DOI: <https://doi.org/10.20396/conex.v17i0.8652396>. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8652396>. Acesso em: 14 out. 2021.

PINTO, Joana Ricardo. **Influência de um programa de treino funcional no perfil de funcionalidade de indivíduos com perturbação do espectro do autismo**. 2016. 127 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Desporto) – Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Porto, 2016. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/87303/2/164825.pdf>. Acesso em: 21 abr. 2021.

RICCO, Ana Claudia. **Efeitos da atividade física no autismo**. 2017. 37 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Rio Claro, 2017. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/156379>. Acesso em: 9 maio 2021.

SAMPAIO, Andrew Matheus Lameira *et al.* Treinamento concorrente como método de desenvolvimento de força e motricidade global em um paciente autista. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 2, p. 3006-3020, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Rodolfo-Raiol/publication/340845164_Treinamento_concorrente_como_metodo_de_desenvolvimento_de_forca_e_motricidade_global_em_um_paciente_autista/links/5ea05cc092851c01057837f0/Treinamento-concorrente-como-metodo-de-desenvolvimento-de-forca-e-motricidade-global-em-um-paciente-autista.pdf. Acesso em: 11 abr. 2021.

SANTOS, Reginaldo de Lima *et al.* **Influência do exercício físico no tempo de engajamento em tarefas acadêmicas de criança com transtorno no espectro do autismo: um estudo de caso**. 2020. 67 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Universidade Federal de Alagoas, Maceió, 2020. Disponível em: <http://www.repositorio.ufal.br/bitstream/riufal/7419/1/Influ%C3%Aancia%20do%20exerc%C3%ADcio%20f%C3%ADsico%20no%20tempo%20de%20engajamento%20em%20tarefas%20acad%C3%Aamicas%20de%20crian%C3%A7a%20co%20transtorno%20do%20espectro%20do%20autismo%20-%20um%20estudo%20de%20caso.pdf>. Acesso em: 24 abr. 2021.

SILVA, Simone Gama da *et al.* Os benefícios da atividade física para pessoas com autismo. **Diálogos em Saúde**, v. 1, n. 1, p. 127-145, 2019. Disponível em: <https://periodicos.iesp.edu.br/index.php/dialogosemsaude/article/view/204/181>. Acesso em: 28 mar. 2021.

TEIXEIRA, Lavínia Machado. Dançaterapia no autismo: um estudo de caso. **Fisioterapia e pesquisa**, v. 22, p. 205211, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fp/a/z6FKLkpb36hRq3mnzcMwHHj/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 set. 21.

TOSCANO, Chrystiane Vasconcelos Andrade; MENDONÇA, Gerfeson; FERREIRA, José Pedro. Efeitos de um programa de exercício físico enquanto antecedentes das atividades acadêmicas: estudo de caso. *In*: CONGRESSO BRASILEIRO DE ATIVIDADE MOTORA ADAPTADA, 11., 2018, Maceió. **Anais [...]** Maceió, 2018. Disponível em: https://doity.com.br/media/doity/submissoes/artigo-27145045d27fa78feca7db35497d4928feec8f75-arquivo_revisado.pdf. Acesso em: 29 set. 2021.

TORQUATO, Eliane; COUTO, Crislaine Rangel. Efeitos da prática do judô na coordenação motora de crianças e adolescentes autistas. **Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**, v. 22, n. 1, p. 3-14, 2021.

TUSSET, Grasiane Aparecida Schweig; ANTUNES, Fabiana Ritter. O ensino do *taekwondo* para crianças com transtorno do espectro autista (TEA). **Revista Saúde Viva Multidisciplinar da AJES**, v. 4, n. 5, p. 23-26, 2021. Disponível em: <https://revista.ajes.edu.br/revistas-noroeste/index.php/revisajes/article/view/39/46>. Acesso em: 29 set. 2021.

VIDAL, Diogo; PEREIRA, Ana Paula da Silva; PEREIRA, Beatriz Oliveira. **Avaliação dos efeitos de um plano de intervenção em meio aquático num aluno com perturbação do espectro do autismo**. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana, 2014. Disponível em: https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/33795/3/vidal%2cdiogo_artigo_sdmc2014lisboaREPOSITORIO.pdf. Acesso em: 24 ago. 2021.

MOTIVAÇÃO DE ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA E A INFLUÊNCIA DO APOIO DOCENTE À AUTONOMIA

Simara Machado da Luz¹

Gracielle Fin²

RESUMO

A Educação Física é muito importante no processo educativo, por sua abrangência de saberes corporais e por promover estilos de vida ativos, porém, na adolescência, a participação nas atividades práticas vem diminuindo muito. Esse fator pode estar relacionado a fatores motivacionais dos estudantes. Desta forma, este estudo teve como objetivo investigar os fatores motivacionais para a prática da Educação Física em adolescentes. Participaram desta pesquisa 80 estudantes do ensino fundamental, anos finais, com idades de 11 a 16 anos. A coleta dos dados foi realizada por meio de questionário nas aulas disponibilizadas pelos professores da escola. Foram avaliados o perfil motivacional dos estudantes, as necessidades psicológicas básicas (autonomia, competência e relacionamento), a satisfação para a prática da Educação Física, a percepção do estudante sobre o apoio à autonomia e estilo controlador do professor e o nível de atividade física dos estudantes. Os resultados demonstram que os estudantes investigados estão satisfeitos com a prática nas aulas de Educação Física, possuindo correlação positiva com o apoio à autonomia, satisfação das necessidades psicológicas básicas, motivação intrínseca e motivação extrínseca por regulação identificada. Apoiar o comportamento autodeterminado dos adolescentes pode fazer com que eles participem de maneira mais efetiva das aulas de Educação Física. Conhecer as necessidades dos estudantes, escutar suas considerações sobre as aulas e envolvê-los nas ações podem tornar as aulas prazerosas tanto para os estudantes quanto para o próprio professor. Para isso, faz-se necessária a adoção de estratégias e metodologias ativas para que os adolescentes se tornem autônomos e, futuramente, adultos ativos.

Palavras-chave: Educação Física; Motivação; Adolescentes.

¹ Acadêmica do curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina, *Campus* de Joaçaba. E-mail:simaraluz6@gmail.com.

² Professora Orientadora. Docente do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina, *Campus* de Joaçaba. E-mail:gracielle.fin@unoesc.edu.br.

1 INTRODUÇÃO

A Educação Física auxilia as crianças, jovens e adultos na promoção de experiências culturais, que compreendem uma dimensão de saberes corporais, emocionais, lúdicos e estéticos, proporcionando autonomia para práticas de lazer e saúde (BRASIL, 2018). O Manifesto Mundial da Educação Física (FIEP, 2000), salienta sua importância no processo educativo, por ser abrangente, constituir experiências corporais valiosas e contribuir na inclusão de estilos de vida ativos.

A adolescência é um período importante relacionado às necessidades comportamentais e motoras. Nesta etapa de desenvolvimento fisiológico atrelado ao amadurecimento biológico, o monitoramento do desempenho motor pode contribuir de forma crucial para a promoção de práticas de atividades físicas durante toda a vida das crianças e adolescentes (GUEDES, 2011).

Nesta fase se espera maior participação nas aulas de Educação Física, porém a inatividade física vem crescendo durante a adolescência junto ao avanço tecnológico (FIDENCIO *et al.*, 2018). O processo de mudança tem que iniciar com o professor motivando os estudantes para a prática, mas antes deve-se reconhecer os fatores que desmotivaram os estudantes e elaborar estratégias para incentivá-los a participar das atividades nas aulas de Educação Física (CORRÊA, 2017).

A palavra motivação é originada do latim “mobil”, que significa mover/ação, ou seja, as causas que determinam as ações humanas. É uma força interna que move o comportamento das pessoas, incentivando na busca de alguma razão (SOARES, 2015). Motivar denota a predisposição a um comportamento cobiçado para obter determinado fim (ROCHA, 2009).

A motivação do aluno é essencial para o andamento eficaz das aulas, principalmente em Educação Física. Maior será o interesse dos estudantes para a aprendizagem se as aulas forem motivadoras, caso contrário os escolares se afastarão dos colegas durante as atividades práticas (MARZINEK; FERES NETO, 2007).

Guimarães e Boruchovitch, pontuam que:

A motivação no contexto escolar tem sido avaliada como um determinante crítico do nível e da qualidade da aprendizagem e do desempenho. Um estudante motivado mostra-se ativamente envolvido no processo de aprendizagem, engajando-se e persistindo em tarefas desafiadoras, despendendo esforços, usando estratégias adequadas, buscando desenvolver novas habilidades de compreensão e de domínio. Apresenta entusiasmo na execução das tarefas e orgulho acerca dos resultados de seus desempenhos, podendo superar previsões baseadas em suas habilidades ou conhecimentos prévios (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004, p. 143).

A motivação intrínseca é definida como o sentimento de satisfação, dedicação, prazer, empenho na realização de certa tarefa, origina-se internamente. A motivação extrínseca é proveniente da influência do ambiente em que o indivíduo está inserido (TESSELE NETO, 2012; FIN, 2015).

Segundo Marzinek e Feres Neto (2007), a motivação intrínseca surge quando o adolescente executa uma atividade voluntariamente no ambiente escolar, efeito de sua aprendizagem. Desempenham uma tarefa por ser agradável. Tem em vista “a competência, domínio da tarefa, competição, ação, diversão e aquisição de habilidades, e o seu nível de expectativa costuma elevar-se regularmente” (CORREIA, 2014, p. 32-33). Ao contrário da motivação extrínseca, que acontece a partir de estímulos externos vindos de colegas, do professor ou da família, para a participação nas atividades propostas nas aulas de Educação Física (MARZINEK; FERES NETO, 2007).

Uma das teorias motivacionais que ganhou destaque nas pesquisas relacionadas à Educação Física é a Teoria da Autodeterminação (TAD), que

é uma macro teoria baseada em questões principais sobre a individualidade, autocontrole, necessidades psicológicas gerais, pretensões da vida, energia e vigor, relacionando a cultura, o ambiente social, bem-estar e comportamento com a motivação (DECI; RYAN, 2000), ou seja, é a compreensão do ser humano no seu processo de crescimento e desenvolvimento (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004).

São sugeridas na TAD a satisfação de três necessidades psicológicas básicas para o excelente desenvolvimento e bem-estar psicológico, sendo elas: autonomia, competência e relacionamento (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004). A primeira está ligada ao empenho do indivíduo de ter liberdade para tomar suas próprias decisões, decidir seu comportamento. A necessidade de competência condiz com o sentimento de capacidade para conquistar seus objetivos, alcançar resultados. A última necessidade se refere ao sentimento de capacidade para manter relações no contexto social (GUEDES; BERNARDES; YAMAJI, 2020).

Em situações de aprendizagem escolar, as interações em sala de aula e na escola como um todo precisam ser fonte de satisfação dessas três necessidades psicológicas básicas para que a motivação intrínseca e as formas autodeterminadas de motivação extrínseca possam ocorrer. Nesse sentido, a figura do professor tem um papel essencial na promoção de um clima de sala de aula favorável ou não ao desenvolvimento dessas orientações motivacionais (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004, p. 145).

A TAD, quando aplicada no âmbito escolar, prioriza a elevação do interesse dos estudantes para a aprendizagem, aumento da confiança em suas habilidades e qualidades e a valorização do ensino (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004).

Além de considerar a motivação intrínseca e extrínseca, a TAD também considera um contínuo de regulações motivacionais, com uma subteoria chamada de Teoria da Integração Organísmica (Quadro 1), uma

vez que a pessoa pode estar mais autodeterminada (motivação intrínseca ou regulação extrínseca) ou menos autodeterminada (desmotivação), para determinada ação.

Quadro 1 – Contínuo da Autodeterminação

Comportamento	Menos Autodeterminado		↔			Mais Autodeterminado	
Tipos de Motivação	Desmotivação	Motivação extrínseca				Motivação Intrínseca	
Tipos de Regulação	Sem Regulação	Regulação Externa	Regulação Introjetada	Regulação Identificada	Regulação Integrada	Regulação Intrínseca	
Processos Reguladores	Não intencional, não valorizado, Incompetência	Obediência, Recompensas, castigos externos	Autocontrole, Recompensa, Punições internas	Importância pessoal, valorização consciente	Consciência	Interesse, Prazer, satisfação.	

Fonte: adaptado de Deci e Ryan (2000).

A TAD categoriza então a motivação extrínseca em quatro tipos de regulações que variam conforme o nível de interiorização das finalidades e valores:

- Regulação externa representa comportamentos motivados de maneira externa, visando uma recompensa ou com intuito de evitar punições. Tendo como exemplo as aulas de Educação Física, o aluno realiza as atividades buscando o elogio do professor ou por pressão dos familiares (DECI; VALLERAND; PELLETIER; RYAN, 1991);
- Regulação introjetada se diferencia da regulação externa. Nessa regulação a recompensa acontece de maneira interna. A pessoa se sente pressionada a agir de certa maneira temendo a culpa, vergonha, ou visando o auto agradecimento. Basicamente aceitam uma regra, mas cumprem apenas para não se sentirem pressionados

por si mesmo. Como exemplo, um aluno que está sempre pontual na chegada das aulas para não se sentir uma má pessoa. Neste caso a pontualidade não foi uma escolha realmente própria (DECI; RYAN, 2000; DECI; VALLERAND; PELLETIER; RYAN, 1991). “Em suma, embora a regulação introjetada seja interna à pessoa, tem mais semelhança com o controle externo do que com formas autodeterminadas de regulação porque envolve coerção ou sedução e não implica uma escolha verdadeira.” (DECI; VALLERAND; PELLETIER; RYAN, 1991, p.329);

- Regulação identificada refere-se à identificação e aceitação de um comportamento, as pessoas aceitam uma regulamentação inteiramente como parte sua. Realizam atividades com mais vontade, trazendo a sensação de escolha pelo desempenho. Um exemplo seria um aluno fazendo atividades práticas extras visando o aperfeiçoamento de movimentos, por acreditar que é importante ter maior êxito em Educação Física. O resultado deste comportamento seria autônomo, mas a motivação é extrínseca pelo fato de o principal objetivo ser a melhora no desempenho em Educação Física visando o sucesso posterior e não a satisfação espontânea (DECI; VALLERAND; PELLETIER; RYAN; 1991);
- A regulação integrada é considerada o desenvolvimento mais completo da motivação extrínseca. O indivíduo identifica a regulamentação e mutualmente assimila com seus valores, necessidades e com o próprio eu; esses processos são autodeterminados. Embora a regulação integrada tenha semelhança com a motivação intrínseca pelo fato de se autorregular independentes, ambas são diferentes. Quando a motivação é intrínseca tem-se o prazer pela prática, já a regulação integrada visa os resultados (DECI; VALLERAND; PELLETIER; RYAN, 1991).

Tem-se também, em um comportamento autodeterminado, a motivação intrínseca como reguladora. Nesse caso a pessoa realiza a tarefa por satisfação, prazer em alcançar suas metas e na superação de desafios. Um exemplo seria o aluno, por vontade própria, participar das aulas de Educação Física para explorar e aprender algo novo (GUEDES; BERNARDES; YAMAJI, 2020). E a desmotivação representa a completa falta de motivação, sendo ela extrínseca ou intrínseca. A pessoa não apresenta autodeterminação para realizar qualquer atividade. Tem o sentimento de ineficiência para exercer um comportamento ou que não fará diferença para a sala de aula (DECI; RYAN, 2000).

Para colaborar com o entendimento dos fatores motivacionais na TAD, Vallerand (2007), desenvolveu o Modelo Hierárquico de Motivação, que abrange um conjunto de categorias motivacionais e as consequências presentes em seus níveis gerais, além das conexões entre os três níveis de generalidade ponderando as complicações da motivação humana, que são os níveis globais, níveis contextuais e os níveis situacionais.

O nível global diz respeito à motivação geral, interagindo no contexto social de três maneiras: intrinsecamente, extrinsecamente ou com a desmotivação. Possui similaridade coma personalidade da pessoa, principalmente quando motivada intrinsecamente ou extrinsecamente, ou mesmo não motivada. O nível contextual de comportamento se refere à motivação em determinados momentos habituais do indivíduo, podendo ser no trabalho, praticando algum esporte ou na aprendizagem. Já o nível situacional faz referência ao estado motivacional, é a motivação que as pessoas sentem ao se envolverem em determinada atividade em um momento específico (VALLERAND, 2007; GILLET; VALLERAND; AMOURA; BALDES, 2010).

Um dos fatores que pode influenciar os contextos sociais é o estilo interpessoal do docente. Por isso, conhecer o estilo interpessoal

do professor é importante para avaliar a motivação dos estudantes a participar das aulas de Educação Física. Segundo Moreno-Murcia, Conde e Sáenz-López (2012), os professores possuem dois estilos motivadores, que variam, um sendo estilo controlador e outro estilo de apoio à autonomia dos escolares.

Em estudo publicado em 2009, Reeve aponta três condições que tornam o docente com estilo controlador: a primeira, quando é considerado apenas o ponto de vista do professor. Segundo, quando faz intromissões nas ideias, emoções e no modo de agir dos estudantes. Por fim, tem-se a tentativa de controle por meio de pressão, tendo como intuito fazer os estudantes agirem, pensarem e se comportarem da maneira específica.

O professor com estilo controlador impede que os estudantes participem ativamente das tomadas de decisões, suas aulas são regidas com alta disciplina, formalidades e ensino direto. Visa o resultado, dando suma importância para o conteúdo, a programação e avaliação. Os estudantes não se motivam internamente, seus comportamentos são decididos baseados nas necessidades do professor (FIN, 2019; MORENO-MURCIA; CONDE; SÁENZ-LÓPEZ, 2012).

Para apoiar a autonomia do aluno, o professor pode, como apresentado por Reeve (2009), ouvir as instruções dos estudantes, acolher suas ideias, emoções e condutas, e dar apoio durante o processo motivacional de autorregulação para a autonomia. Ao adotar os pontos de vistas dos estudantes, o professor cria um alinhamento das aulas com a motivação autônoma, assim a relação entre professor e aluno expande além das atividades habituais para o apoio à autodeterminação.

No ambiente escolar, a forma que o professor e o estudantes se relacionam tem muita influência nos níveis de satisfação ou insatisfação exigidos psicologicamente pelos estudantes. O método usado pelo professor e o jeito de se comunicar durante as aulas de Educação Física

são essenciais para conseguir uma melhora significativa na motivação para a prática esportiva dos estudantes (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004; MORENO-MURCIA; CONDE; SÁENZ-LÓPEZ, 2012).

Para que o aluno se sinta incluído, capaz de experimentar e livre para agir nas aulas de Educação Física, o professor precisa apoiá-lo, criando um ambiente favorável para a autonomia. Como resultado, terá estudantes autodeterminados e satisfeitos com as aulas (GALLEGOS *et al.*, 2014). Reeve (2009, p. 163), salienta que um professor apoiador da autonomia de seus estudantes tem muita importância para o ensino e aprendizagem, “porque alunos funcionam mais positivamente quando os professores apoiam sua autonomia em vez de controlá-los e pressioná-los para uma maneira específica de pensar, sentir ou se comportar”.

A motivação é um fator fundamental no processo de aprendizagem dos adolescentes, principalmente para a participação efetiva nas aulas de Educação Física, mas a vontade pela prática precisa partir do aluno. O ambiente escolar pode ser o mais agradável possível, com materiais novos, espaço apropriado, mas se o aluno estiver desmotivado pouco valerá (ROCHA, 2009). É essencial entender os aspectos a serem melhorados no apoio da autonomia, motivação, satisfação e o valor na utilização da Educação Física para os estudantes, tendo como objetivo aumentar a participação nas aulas práticas (GALLEGOS *et al.*, 2014). “A atenção para as necessidades sócio emocionais dos estudantes é essencial para a construção de um ambiente educacional potencialmente motivador, principalmente por parte de professores e administradores escolares” (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004, p. 145).

Durante o período de estágio observou-se a desmotivação pelas aulas de Educação Física no período da adolescência, junto a inúmeras desculpas para permanecer sentados, comuns na maioria das escolas. Visto isso, levantam-se os seguintes questionamentos: qual a causa da

desmotivação das aulas de Educação Física? As aulas são pensadas nas necessidades dos estudantes? As aulas de Educação Física vêm sendo motivantes? Considerando a teoria da autodeterminação, este estudo tem como objetivo investigar os fatores motivacionais para a prática da Educação Física em adolescentes.

2 MÉTODO

O estudo foi realizado em uma escola pública no município de Capinzal, Santa Catarina. A amostra foi composta por 80 estudantes do ensino fundamental anos finais, com faixa etária de 11 a 16 anos.

O questionário foi elaborado especificamente para este estudo. Além dos dados sociodemográficos (sexo, idade, escolaridade), foram coletadas informações referentes à atividade física, motivação para as aulas de Educação Física e estilo interpessoal do professor.

Para determinar o perfil motivacional e suas regulações, foi utilizado o questionário *Perceived Locus of Causality Questionnaire* (PLOC) (GOUDAS; BIDDLE, 1994), validado para a população brasileira (GUEDES; BERNARDES; YAMAJI, 2020). Esse questionário é composto por vinte itens, sendo subdividido em cinco dimensões: motivação intrínseca (e.g. “Porque a Educação Física é divertida”); regulação identificada (e.g. “Porque quero aprender habilidades esportivas”); regulação introjetada (e.g. “Porque quero que o professor pense que sou um bom aluno”); regulação externa (e.g. “Porque é obrigatório”); desmotivação (e.g. “Faço, mas acho que estou perdendo meu tempo”). Os itens são precedidos da frase inicial “Eu realizo as aulas de Educação Física...”, que se pontuam de acordo com uma escala tipo Likert de 7 pontos classificados de 1 (Discordo plenamente) até 7 (Concordo plenamente).

Para avaliar o apoio à autonomia do docente, foi utilizada a Escala de Apoio à Autonomia (EAA) criada por Moreno-Murcia, Huéscar, Fabra e Sánchez-Latorre (MORENO-MURCIA *et al.*, 2020), validada para o contexto sul brasileiro por Fin, Moreno-Murcia, Baretta e Nodari Júnior (FIN *et al.*, 2019). É composta por 11 itens, que por meio de um único fator, medem a percepção dos estudantes quanto ao apoio à autonomia oferecido pelos docentes nas aulas de Educação Física. Os itens (e.g. “Com suas explicações, nos ajuda a compreender para que servem as atividades que realizamos”) estão precedidos da frase “Nas minhas aulas de Educação Física, meu professor/a...”. Todas as repostas correspondem a uma escala de tipo Likert que varia de 1 (Discordo totalmente) a 5 (Concordo totalmente). Neste estudo foi obtido um coeficiente alfa de Cronbach para a coleta pré-teste de .91 e de .94 para a coleta pós-teste.

Para avaliar o Estilo Controlador do docente, foi utilizada a Escala de Estilo Controlador (EEC) criada por Moreno-Murcia *et al.* (2020), validada para o contexto sul brasileiro por Fin *et al.* (2019), sendo a versão brasileira composta por 7 itens, que medem a percepção dos estudantes quanto ao estilo controlador oferecido pelos docentes nas aulas de Educação Física. Os itens (e.g. “Fala continuamente e não permite que realizemos contribuições na aula”) estão precedidos da frase “Nas minhas aulas de Educação Física, meu professor/a...”. Todas as repostas correspondem a uma escala de tipo Likert que varia de 1 (Discordo totalmente) a 5 (Concordo totalmente). Neste estudo foi obtido um coeficiente alfa de Cronbach para a coleta pré-teste de .76 e de .89 para a coleta pós-teste.

As Necessidades Psicológicas Básicas foram avaliadas com a utilização do questionário de avaliação das necessidades psicológicas básicas em Educação Física (NPBEF), adaptado à língua portuguesa por Pires e outros (PIRES *et al.*, 2010) da *Basic Psychological Needs in Exercise Scale* (BPNESp) (VLACHOPOULOS; MICHAILIDOU, 2006) sendo validado à

população brasileira por Lettnin (2013). Este questionário é constituído por 12 itens que compreendem três dimensões: autonomia (e.g. “sinto que faço as atividades da forma que eu quero”), competência (e.g. “sinto que realizo com sucesso as atividades da aula”) e relação com os demais (e.g. “sinto-me bem com os colegas da minha turma”). Os itens são precedidos da frase inicial “Na disciplina de Educação Física, geralmente...”, que se pontuam de acordo com uma escala tipo Likert de 5 pontos classificados de 1 (Discordo totalmente) até 5 (Concordo totalmente).

Para determinar satisfação para a prática da Educação Física, foi utilizada a Escala de Satisfação na Atividade Física (*Physical Activity Enjoyment Scale*– PACES) (MOTL *et al.*, 2001), traduzido por Montanha (2013). Esta escala é composta por 16 itens, precedidos da frase “Quando estou praticando atividade física...”, que avaliam a satisfação de forma direta (e.g. “Aprecio”, “Acho agradável”, “Me dá energia”) e inversa (e.g. “Sinto-me aborrecido”, “Não gosto”, “Não é nada divertido”). As respostas foram pontuadas em uma escala tipo Likert, cuja pontuação varia de 1 (Discordo totalmente) até 5 (Concordo totalmente).

O Nível de Atividade Física foi avaliado de acordo com o *Physical Activity Questionnaire for Children* (PAQ-C), validado por Kowalski, Crocker e Faulkner (1997), traduzido e modificado por Silva e Malina (2000), que excluíram apenas as atividades físicas e esportivas não praticadas no Brasil. O questionário é composto por nove questões sobre a prática de esportes e jogos; as atividades físicas na escola e no tempo de lazer, incluindo o final de semana. Cada questão tem valor de 1 a 5 e o escore final é obtido pela média das questões, representando o intervalo de *muito sedentário* (1) a *muito ativo* (5). Os escores 2, 3 e 4 indicam as categorias *sedentário*, *moderadamente ativo* e *ativo*, respectivamente. Sendo assim, a partir do escore pode-se classificar as pessoas como

ativas ou sedentárias. Ativas são aquelas que têm escore ≥ 3 enquanto sedentárias são as pessoas com escores < 3 .

A coleta dos dados foi feita por meio de questionário, o qual foi aplicado aos estudantes presencialmente nas aulas disponibilizadas pelos professores da escola. O questionário foi respondido junto à leitura das questões, feita pela pesquisadora. Utilizou-se o tempo aproximado de trinta minutos para responder o questionário.

Para a realização da coleta de dados, primeiramente foi solicitado a autorização da secretaria da educação do município, em seguida, a comunicação da direção escolar para a aplicação dos questionários.

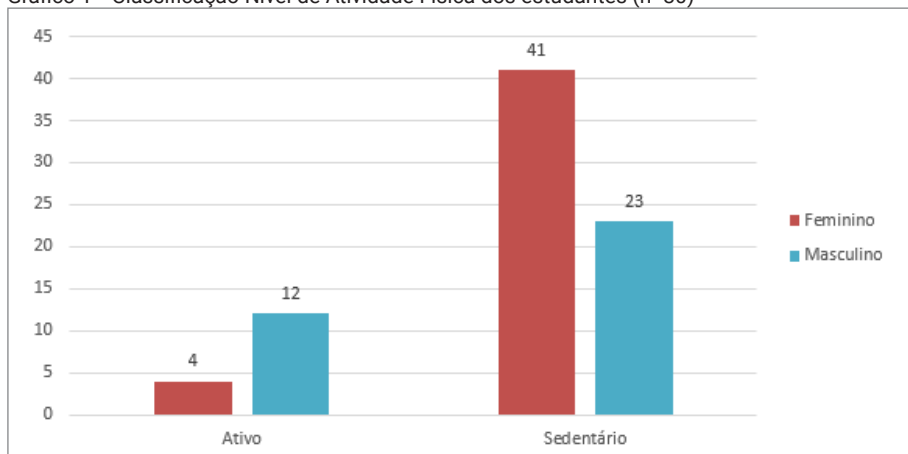
Considerando as questões éticas que envolvem a pesquisa, este projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas em Seres Humanos da Unoesc/HUST, sob número 1.977.830, e foi solicitado o assentimento dos participantes para a utilização dos dados. A análise dos dados foi realizada de maneira descritiva (média, desvio de padrão e distribuição de frequência), com a utilização do *software* SPSS 20.0.

3 RESULTADOS

Participaram deste estudo 80 estudantes, 45 do sexo feminino (56,3%) e 35 do sexo masculino (43,8%), com média de idade de 13 anos, sendo a mínima 11 anos e a máxima 16 anos. Foram coletados os resultados em turmas do 6º ano (22 estudantes), 7ºano (19 estudantes), 8ºano (19 estudantes) e 9ºano (20 estudantes).

O Gráfico 1 apresenta o nível de atividade física dos escolares, sendo observado que a maioria dos estudantes se encontram classificados como sedentários (41 meninas e 23 meninos).

Gráfico 1 – Classificação Nível de Atividade Física dos estudantes (n=80)



Fonte: elaborado pelos autores (2022).

Na Tabela 2 apresentam-se as correlações das variáveis do estudo. Observa-se que as pontuações das necessidades psicológicas básicas (autonomia, competência e relacionamento), são superiores a 3 pontos (em uma escala likert de 0 a 5 pontos), da mesma forma, os estudantes apresentam altos valores para motivação intrínseca e motivação extrínseca por regulação identificada (4,9 e 5,3 pontos respectivamente). Os estudantes apresentam maior percepção de apoio à autonomia por parte do professor (3,4 pontos). Destaca-se a correlação positiva entre o estilo de apoio docente à autonomia e a satisfação para a prática das aulas ($r=0,428$), as necessidades psicológicas básicas (autonomia, competência e relacionamento) e as motivação intrínseca ($r=0,417$) e motivação extrínseca por regulação identificada ($r=0,440$).

Observa-se também a correlação positiva entre o estilo controlador do professor e as motivações extrínsecas, que são realizadas de acordo com pressões externas e sentimento de culpa, assim como a desmotivação.

Considerando que grande parte dos estudantes deste estudo foram classificados como sedentários quanto ao nível de atividade física, observou-se correlação negativa entre o nível de atividade física e a motivação intrínseca ($r=-0,255$) e a motivação identificada ($r=-0,273$).

Tabela 1 – Correlação das variáveis do estudo

	Média	DP	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Autonomia	3,1	0,77	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2. Competência	3,7	0,69	,520**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3. Relacionamento	3,7	0,84	,348**	,334**	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4. Motivação Intrínseca	4,9	1,25	,382**	,484**	,225*	-	-	-	-	-	-	-	-
5. Regulação Identificada	5,3	1,14	,351**	,393**	,117	,797**	-	-	-	-	-	-	-
6. Regulação Introjetada	3,9	1,13	,227*	,178	-,093	,328**	,301**	-	-	-	-	-	-
7. Regulação Externa	3,5	1,28	-,147	-,224*	-,140	-,073	-,060	,462**	-	-	-	-	-
8. Desmotivação	3,0	1,31	-,059	-,153	-,072	-,083	-,258*	,375**	,722**	-	-	-	-
9. Satisfação para a prática	3,7	0,64	,323**	,466**	,249*	,592**	,661**	,024	-,408**	-,562**	-	-	-
10. Estilo de Apoio à Autonomia	3,4	0,64	,282*	,397**	,115	,417**	,440**	,140	-,208	-,270*	,428**	-	-
11. Estilo Controlador	2,7	0,70	,151	,032	-,065	,042	-,018	,434**	,463**	,576**	-,261*	-,323**	-
12. Nível de atividade Física	2,4	0,67	-,255*	-,273*	-,133	-,214	-,155	-,141	,002	-,020	-,203	-,210	-,116

Fonte: elaborada pelos autores (2022). Nota: Correlação de Pearson. A correlação é significativa no nível 0,01**. A correlação é significativa no nível 0,05*.

4 DISCUSSÃO

Observando os resultados da pesquisa, nota-se que os adolescentes investigados apresentam altos valores de motivação intrínseca e motivação extrínseca por regulação identificada. A motivação intrínseca é o nível mais elevado de motivação; nesse caso a escolha é pessoal, caracterizando autonomia total em termos de atividade, o que gera interesse, prazer e satisfação inerentes à atividade. Uma pessoa intrinsecamente motivada exibe sentimentos de competência e autorrealização, sustentando o interesse pela atividade mesmo após a consecução do objetivo (DECI; RYAN, 2000). Já a regulação identificada apresenta-se como um comportamento mais internamente regulado, nesse caso a pessoa já considera importante a sua participação na atividade e aprecia os resultados e benefícios que envolvem o processo, mesmo que a sua prática ainda não seja tão agradável (WILSON *et al.*, 2003).

Observa-se também a relação positiva entre o apoio da autonomia pelo professor, com a satisfação das necessidades psicológicas básicas (autonomia, competência e relacionamento), a motivação intrínseca e a motivação extrínseca por regulação identificada e a satisfação para as práticas das aulas.

Estes resultados corroboram com outros estudos que identificaram a relação do apoio da motivação autodeterminada dos estudantes com o aumento do prazer em realizar as atividades práticas nas aulas de Educação Física (FIN, 2020), também apresentando relação autodeterminada nas atividades físicas praticadas fora da escola (COX *et al.*, 2008).

Cheon e outros (2014), averiguaram que quando o professor apoia a autodeterminação dos estudantes são gerados benefícios para si próprio, como motivação para ensinar, o ensino se torna mais eficaz, diminui o desgaste e estresse no trabalho, além da satisfação das necessidades

psicológicas básicas. Ou seja, apoiar a autonomia dos estudantes beneficia tanto o professor como os estudantes.

O professor tem papel fundamental na promoção de uma sala de aula que satisfaça as necessidades psicológicas básicas dos estudantes, para que eles adotem comportamentos autodeterminados, participando ativamente das aulas, sentindo prazer durante as práticas, para que assim adotem hábitos ativos fora da escola (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004).

Os resultados deste estudo indicaram que o estilo controlador do professor apresentou relação com a desmotivação e as regulações externa e introjetada. Significando que alguns estudantes estão se sentindo ineficientes (desmotivação), pressionados para realizar as atividades propostas, temendo punições internas ou visando o auto agradecimento (regulação introjetada) ou com intuito de evitar punições externas (regulação externa).

É importante também destacar que, mesmo apresentando satisfação com a prática da Educação Física na escola, a maioria dos adolescentes encontram-se em níveis abaixo do recomendado para as atividades físicas, sendo considerados sedentários. Para a adoção da atividade física como hábito, os adolescentes precisam reconhecer a importância desta prática na sua vida e sentir satisfação em realizá-la, sem ter obrigação ou ser pressionado a adquirir hábitos ativos (FIN, 2015).

Aniszewski e outros (2019), investigaram as causas motivacionais do afastamento de escolares das práticas da Educação Física, apresentando que muitos não participavam das aulas por insatisfação dos conteúdos desenvolvidos, não participavam das tomadas de decisões, além de se sentirem inseguros de realizar as atividades por medo de piadas e críticas dos colegas.

Em pesquisa feita por Nascimento e outros (2007), apontou-se que os principais motivos da não participação dos estudantes nas aulas de Educação Física seriam movidos pela falta de afinidade com a disciplina e conteúdos aplicados, também por falta de roupas adequadas para a prática, falta de planejamento do professor, desmotivação ou por não ser habilidoso como os colegas.

A adoção de um planejamento coletivo em que os interesses dos estudantes sejam considerados e incluídos, aulas dialogadas, além de proporcionar um ambiente seguro para que possam resolver diferentes situações que ocorrem nas aulas, seriam alternativas que aumentariam a autodeterminação dos estudantes (ANISZEWSKI *et al.*, 2019; NASCIMENTO *et al.*, 2007).

O professor com estilo controlador não aceita que as tarefas sejam executadas de maneira diferente a que ele ensinou, utilizando pressão verbal e incentivo extrínseco para controlar os estudantes. Um professor controlador impede que os estudantes participem das decisões tomadas em aula, não considera os interesses e necessidades dos estudantes, prioriza sempre os resultados ao invés do processo. Os estudantes deixam de lado suas motivações para seguir o comportamento exigido pelo professor, sendo que, muitas vezes, a desmotivação dos estudantes nas aulas de Educação Física é resultante da falta de um ambiente que apoie e incentive sua autonomia, se importe com suas ideias, ouça suas necessidades e interesses (MORENO-MURCIA; CONDE; SÁENZ-LÓPEZ, 2012).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve como objetivo investigar os fatores motivacionais para a prática da Educação Física em adolescentes. Os resultados demonstram que os adolescentes investigados estão satisfeitos com a

prática da Educação Física na escola, o que está relacionado com o apoio da autonomia pelo professor, com a satisfação das necessidades psicológicas básicas (autonomia, competência e relacionamento), a motivação intrínseca e a motivação extrínseca por regulação identificada.

Para que os adolescentes participem das atividades propostas nas aulas de Educação Física, o professor precisa motivar e apoiar em seus estudantes um comportamento autodeterminado. Para isso, a satisfação das necessidades psicológicas básicas (autonomia, competência e relacionamento) é necessária.

Apoiar o comportamento autodeterminado dos adolescentes pode fazer com que eles participem de maneira mais efetiva das aulas de Educação Física. Conhecer e perceber as necessidades dos estudantes, escutar suas considerações sobre as aulas e envolvê-los nas ações podem tornar as aulas prazerosas para os estudantes e para o próprio professor. Faz-se necessária, no entanto, a adoção de estratégias e metodologias ativas para que os adolescentes se tornem autônomos e futuramente se tornem adultos ativos.

Sugere-se que outros estudos sejam realizados, com desenho longitudinal, com o intuito de investigar os efeitos que o apoio à autonomia possa ter no desenvolvimento das crianças e adolescentes, não apenas nas aulas de Educação Física, como também em outras disciplinas.

REFERÊNCIAS

ANISZEWSKI, E. *et al.* A (des)motivação nas aulas de Educação Física e a satisfação das necessidades de competência, autonomia e vínculos sociais. **Journal of Physical Education**, Maringá, v. 30, n. 1, p. 1-11, 2019. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/44939/751375139954>. Acesso em: 16 out. 2022.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/>. Acesso em: 28 mar. 2022.

CORREIA, T. M. A. **Motivação para a prática e não prática desportiva extraescolar em alunos do 3º ciclo do ensino básico**. 2014. 94 f. Dissertação (Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário) – Universidade da Maia, ISMAI, Portugal, 2014. Disponível em: <https://repositorio.ismai.pt/bitstream/10400.24/302/1/Relat%C3%B3rio%20de%20Est%C3%A1gio%20-%20Tiago%20Correia.pdf>. Acesso em: 12 abr. 2022.

CORRÊA, F. B. **Fatores associados à desmotivação em adolescentes nas aulas de Educação Física da Escola Ricardo Cantanhede de Ariquemes/RO**. 2017. 53 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Faculdade de Educação e Meio Ambiente, FAEMA, Ariquemes, 2017. Disponível em: <https://repositorio.faema.edu.br/handle/123456789/1283>. Acesso em: 23 abr. 2022.

COX, A. E.; SMITH, A. L.; WILLIAMS, L. Change in Physical Education Motivation and Physical Activity Behavior during Middle School. **Journal of Adolescent Health**, [s. l.], v. 43, p. 506-513, 2008. Disponível em: <https://labs.wsu.edu/psychpa/documents/2015/03/change-in-physical-education-motivation-and-physical-activity-behavior-during-middle-school.pdf/>. Acesso em: 12 out. 2022.

CHEON, S. H. *et al.* The Teacher Benefits From Giving Autonomy Support During Physical Education Instruction. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, [s. l.], v. 36, p. 331-346, 2014. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/265734420_The_Teacher_Benefits_From_Giving_Autonomy_Support_During_Physical_Education_Instruction. Acesso em: 12 out. 2022.

DECI, E. L.; RYAN, R. M. The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. **Psychological inquiry**, [s. l.], v. 11, n. 4, p. 227-268, 2000. Disponível em: https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_DeciRyan_PiWhatWhy.pdf. Acesso em: 21 set. 2022.

DECI, E. L.; VALLERAND, R. J.; PELLETIER, L. G.; RYAN, R. M. Motivation and education: the self-determination perspective. **Educational psychologist**, [s. l.], v. 26, n. 3-4, p. 325-346, 1991. Disponível em: http://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/1991_DeciVallerandPelletierRyan_EP.pdf. Acesso em: 30 abr. 2022.

FIDENCIO, J. *et al.* Associação entre estado nutricional, horas de consumo de tela e de atividade física em adolescentes. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 12, n. 72, p. 535-541, 2018. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/744/564>. Acesso em: 08 nov. 2022.

FIEP. **Manifesto Mundial da Educação Física**, 2000. Federação Internacional de Educação Física (FIEP), 2000. [25] p. Disponível em: http://www.seduc.ro.gov.br/educacaofisica/images/pdf/legislacao/manifesto_mundial_educacao_fisica.pdf. Acesso em: 28 mar. 2022.

FIN, G. *et al.* Estilo interpessoal docente e desmotivação na educação física: validação das escalas no contexto brasileiro. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Brasília, v. 41, n. 4, p. 427-436, out./dez. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/rS46VrQ7w5yGkmMbb5LZfTy/?lang=pt>. Acesso em: 19 abr. 2022.

FIN, G. **Estilos interpessoais, motivação, satisfação e exercício físico em adolescentes, na aula de educação física**. 2015. 91 f. Dissertação (Mestrado em Biociências e Saúde) – Universidade do Oeste de Santa Catarina, Joaçaba, 2015. Disponível em: <https://pergamum.unoesc.edu.br/pergamumweb/vinculos/000028/000028b9.pdf>. Acesso em: 07 out. 2022.

FIN, G. **Estilo interpersonal de apoyo a la autonomía y sus consecuencias en clases de educación física**. 2019. 178 f. Tese (Doutorado em Esporte e Saúde) – Universidad Miguel Hernández de Elche, Espanha, 2019. Disponível em: <https://doctoradodeporteysalud.umh.es/files/2019/09/TESES-Gracielle-Fin.pdf>. Acesso em: 05jun. 2022.

FIN, G. *et al.* Estilo controlador docente e a motivação autodeterminada dos estudantes na educação física escolar. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, Brasília, v.10, n. 2, p. 184-199, set. 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/348611164_Estilo_controlador_docente_e_a_motivacao_autodeterminada_dos_estudantes_na_educacao_fisica_escolar. Acesso em: 12 out. 2022.

GALLEGOS, A. G. *et al.* Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción, importancia de la educación física e intención de práctica física en tiempo libre. **Cuadernos de Psicología del Deporte**, Málaga, Espanha, v. 14, n. 2, p. 59-70, 2014. Disponível em: <https://revistas.um.es/cpd/article/view/199501>. Acesso em: 30 abr. 2022.

GILLET, N.; VALLERAND, R. J.; AMOURA, S.; BALDES, B. Influence of coaches' autonomy support on athletes' motivation and sport performance: A test of the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. **Psychology of sport and exercise**, [s.l.], v. 11, n. 2, p. 155-161, mar. 2010. Disponível em: <https://lrcs.uqam.ca/wp-content/uploads/2017/04/Influence-of-coaches-autonomy-support-on-athletes.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2022.

GOUDAS, M.; BIDDLE, S. Perceived motivational climate and intrinsic motivation in school physical education classes. **European journal of Psychology of Education**, [s.l.], v. 9, n. 3, p. 241-250, set. 1994. Disponível em: <http://www.mifras.org/know/wp-content/uploads/2014/06/Perceived-Motivational-Climata-and-Intrinsic-Motivation-in-School-Physical-Education-Classes.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2022.

GUEDES, D. P. Crescimento e desenvolvimento aplicado à Educação Física e ao Esporte. **Revista brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.25, p.127-140, dez. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbefe/a/6Z8tVthS7tRKsYFWwGrctjQ/?lang=pt>. Acesso em: 29 mar. 2022.

GUEDES, D. P.; BERNARDES, A. G.; YAMAJI, B. H. S. PLOC – Regulações motivacionais para aulas de Educação Física: validação psicométrica para uso em escolares brasileiros. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 34, n. 1, p. 19-31, jan./mar. 2020. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/170694/161141>. Acesso em: 26 abr. 2022.

GUIMARÃES, S. É. R.; BORUCHOVITCH, E. O estilo motivacional do professor e a motivação intrínseca dos estudantes: uma perspectiva da teoria da autodeterminação. **Psicologia: reflexão e crítica**, Porto Alegre, v. 17, n. 2, p. 143-150, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/DwSBb6xK4RknMz kf5qqpZ6Q/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 12 set. 2022.

LETTNIN, C. C. **(Des)seriação da educação física no ensino médio como proposta de contribuições à saúde**: visão de alunos e professores. 2013. 233 f. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2013. Disponível em: <https://tede2.pucrs.br/tede2/bitstream/tede/3805/1/457921.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2022.

KOWALSKI, K. C.; CROCKER, P. R. E; FAULKNER, R. A. Validation of the physical activity questionnaire for older children. **Pediatric exercise science**, [s.l.], v. 9, n. 2, p. 174-186, 1997. Disponível em: <https://www.researchgate.net/file.PostFileLoader.html?id=565c12c664e9b253ce8b4567&assetKey=AS%3A301416469024768%401448874694466>. Acesso em: 19 abr. 2022.

MARZINEK, A.; FERES NETO, A. A motivação de adolescentes nas aulas de Educação Física. **Efdeportes.com**, Buenos Aires, ano 11, n. 105, fev. 2007. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd105/motivacao-de-adolescentes-nas-aulas-de-educacao-fisica.htm>. Acesso em: 26 abr. 2022.

MONTANHA, T. L. **Intensidade, dispêndio energético e prazer num exergame realizado em bicicleta estacionária**. 2013. 139 f. Dissertação (Mestrado em Atividade Física e Saúde) – Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Porto, 2013. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/70233/2/23302.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2022.

MORENO-MURCIA, J. A., CONDE, C; SÁENZ-LÓPEZ, P. Importancia del apoyo de autonomía en la figura del docente en educación física. **Tándem: Didáctica de la educación física**, Barcelona, n. 40, p. 18-27, jul. 2012. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/259197132_Importancia_del_apoyo_de_autonomia_en_la_figura_del_docente_en_educacion_fisica. Acesso em: 19 out. 2022.

MORENO-MURCIA, J. A. *et al.* Adaptación y validación de los cuestionarios de apoyo a la autonomía y estilo controlador a la educación física: relación con el *feedback*. **Revista Ciencias de la Actividad Física**, Chile, v. 21, n. 1, jan./jun. 2020. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/5256/525661706009/525661706009.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2022.

MOTL, R. W. *et al.* Measuring enjoyment of physical activity in adolescent girls. **American journal of preventive medicine**, [s.l.], v. 21, n. 2, p. 110-117, 2001. Disponível em: https://www.academia.edu/download/48801697/Measuring_enjoyment_of_physical_activity20160913-28986-n6nm6e.pdf. Acesso em: 19 abr. 2022.

NASCIMENTO J. V. *et al.* Fatores que geram a não participação dos alunos nas aulas de educação física. **Coleção Pesquisa em Educação Física**; São Paulo, v. 5, n. 1, p. 329-336, 2007. Disponível em: https://sigpibid.ufpr.br/site/uploads/institution_name/arquivo/Educacao%20fisica%200/2048/Vol5n1-2007-pag-329a336_Maurem.pdf. Acesso em: 16 out. 2022.

PIRES, A. *et al.* Validação preliminar de um questionário para avaliar as necessidades psicológicas básicas em Educação Física. **Motricidade**, [s.l.], v. 6, n. 1, p. 33-51, 2010. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/motricidade/article/view/157/144>. Acesso em: 19 abr. 2022.

REEVE, J. Why teachers adopt a controlling motivating style toward students and how they can become more autonomy supportive. **Educational psychologist**, [s.l.], v. 44, n. 3, p. 159-175, 2009. Disponível em: <https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.670.1587&rep=rep1&type=pdf>. Acesso em: 01 maio 2022.

ROCHA, C. C. M. **A motivação de adolescentes do ensino fundamental para a prática da educação física escolar**. 2009. 105 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desporto) – Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa, 2009. Disponível em: <https://www.repository.utl.pt/handle/10400.5/2141>. Acesso em: 19 abr. 2022.

SILVA, R. C. R.; MALINA, R. M. Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 1091-1097, out./dez. 2000. Disponível em: https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csp/v16n4/3612.pdf. Acesso em: 19 abr. 2022.

SOARES, B. C. M. **Motivação nas organizações**. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Administração) – Instituto Municipal de Ensino Superior de Assis e Fundação Educacional do Município de Assis, FEMA/IMESA, Assis, 2015. 37 f. Disponível em: <https://cepein.femanet.com.br/BDigital/arqTccs/1211390795.pdf>. Acesso em: 26 mar. 2022.

TESSELE NETO, L. J. **A participação nas aulas de educação física no ensino médio: motivações intrínsecas e extrínsecas**. 2012. 38 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física). Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS. 2012. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/70318/000875713.pdf?sequence=1>. Acesso em: 05 jun. 2022.

VALLERAND, R. J. Intrinsic and extrinsic motivation in sport and physical activity: a review and a look at the future. *In*: TENENBAUM, G.; EKLUND, R. C. (ed.). **Handbook of sport psychology**. Nova Jersey: John Wiley & Sons, Inc., 2007. p. 59-83. Disponível em: <https://millieparkinsonmymarathonjourney.files.wordpress.com/2018/03/motivation.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2022.

VLACHOPOULOS, S. P.; MICHAILIDOU, S. Development and initial validation of a measure of autonomy, competence, and relatedness in exercise: The Basic Psychological Needs in Exercise Scale. **Measurement in physical education and exercise science**, [s.l.], v. 10, n. 3, p. 179-201, 2006. Disponível em: https://selfdeterminationtheory.org/wp-content/uploads/2014/04/2006_Vlachopoulosetal_MPEES.pdf. Acesso em: 19 abr. 2022.

WILSON, P. M. *et al.* The Relationship Between Psychological Needs, Self-Determined Motivation, Exercise Attitudes, and Physical Fitness. **Journal of applied social psychology**, [s. l.], v. 33, n. 11, p. 2373-2392, 2003. Disponível em: https://selfdeterminationtheory.org/wp-content/uploads/2014/04/2003_WilsonRodgersEtAl_Relationship.pdf. Acesso em: 21 set. 2022.

PREVALÊNCIA DE LESÕES EM MESATENISTAS BRASILEIROS

Luís Eduardo Camarço Rodrigues¹

Marly Baretta²

RESUMO

A prática de tênis de mesa tornou-se popular com o passar dos anos e ganhou visibilidade mundial, inclusive, em campeonatos de grande porte. Com o aumento da prática dessa modalidade esportiva, a ocorrência de lesões também aumentou, podendo prejudicar o desempenho do mesatenista, desde os treinamentos até a sua participação em competições. A pesquisa tem por objetivo investigar as lesões mais frequentes em atletas de tênis de mesa, de acordo com o sexo. Trata-se de um estudo de abordagem quantitativa, realizado com 49 atletas dos sexos masculino e feminino. A coleta de dados foi realizada pelo pesquisador utilizando-se de um questionário com quinze perguntas, que foi aplicado durante duas competições estaduais e nacionais desse esporte. A identificação dos participantes na pesquisa foi mantida em sigilo. Após aplicados os questionários, os dados foram organizados e tabulados no Programa *Microsoft Excel*. A maioria dos mesatenistas (98%) realizam aquecimento antes do jogo. Dentre as lesões citadas há uma diferença significativa entre as frequências de lesões, sendo que para o sexo feminino há maior frequência da lesão muscular (70,6%) e, para o sexo masculino, a tendinite (40,6%). Como método mais frequente para o tratamento das lesões, foram utilizados a fisioterapia (83,7%) e repouso (55,1%). Pelo fato de o tênis de mesa exigir elevada repetição de movimentos, os atletas estão sujeitos a lesões e acredita-se que se eles não realizassem aquecimento para os treinos e competições como também algum tipo de atividade para prevenir lesões e se não houvesse um técnico com formação acadêmica, responsável pelo treinamento, o número de lesões poderia ser maior.

Palavras-chaves: Trauma; Esporte; Tênis de Mesa; Atleta.

¹ Pesquisador; Graduando em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina, *Campus* de Joaçaba. E-mail: luis.eduardo.anjos@gmail.com.

² Professora Orientadora; Docente do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina, *Campus* de Joaçaba; Mestre em Saúde Coletiva. E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

1 INTRODUÇÃO

O tênis de mesa é jogado/disputado de forma individual ou por duplas que usam uma raquete, com o intuito de passar uma bolinha de um lado a outro da mesa, sobrepondo uma rede. Existem cerca de 150 associações filiadas à Federação Internacional de Tênis de Mesa. Por meio da Confederação Brasileira de Tênis de Mesa, este esporte está organizado em todos os Estados do país, que congregam mais de 20.000 atletas (HISTÓRIA DO..., 2020; LEÃO, 2018).

É possível observar o aumento na procura pela prática do tênis de mesa, em diferentes faixas etárias, e isso é resultado da visibilidade do esporte pela mídia. Há quem o pratique como lazer e/ou competição. Em ambos os casos, é possível ocorrerem lesões, contudo, no âmbito competitivo, em que os treinos são intensos, com carga horária extensa, força e resistência física, a ocorrência delas aumenta. Mesmo o esporte não tendo maiores riscos de contato físico, o principal causador de lesões é a rotina de treinamentos intensos que gira em torno de seis a oito horas diárias em épocas de competições (SHIMAZAKI *et al.*, 2012).

Os atletas profissionais de tênis de mesa necessitam desenvolver suas capacidades técnicas, táticas e físicas. As capacidades físicas necessárias ao atleta que são contempladas nos treinamentos e exigidas durante as competições são a velocidade de reação e de movimento, potência e resistência de força. A capacidade de orientação espacial também é fundamental e está relacionada às capacidades motoras (GOULART, 2012).

Com a prática do tênis de mesa é possível desenvolver velocidade de raciocínio que compreende a efetivação de ações e decisões que precisam ser

realizadas em pequenos espaços de tempo bem como algumas habilidades motoras, destacando-se a de bater na bolinha (SILVA; VOLTAN, 2018).

A lesão pode ser caracterizada desde uma torção ou fratura até a ação de um agente patológico, resultando em problemas metabólicos, fisiológicos que interferem diretamente na rotina pessoal e profissional de um indivíduo. E com relação às lesões, cada uma deve ser avaliada levando em consideração os grupos de praticantes, sejam eles os atletas recreativos, os amadores ou os profissionais. Analisando atletas de alto rendimento em relação às lesões, o que se subentende é que os mais jovens sofrem mais lesões do que os atletas mais experientes, devido à pouca experiência (PETSCHNIG; ROSEN; BARON, 1997 apud PETRI *et al.*, 2002).

As lesões ocorrem, na sua maioria, nos membros inferiores, sendo depois nos membros superiores e, em menor proporção, no tronco. Nos membros inferiores são mais atingidos o tornozelo e a coxa, tendo como principal queixa a entorse de tornozelo. Nos membros superiores, ombro e cotovelo são as articulações mais acometidas, prevalecendo a epicondilite lateral. Alguns fatores predis põem o atleta a lesões, e estes devem ser levados em consideração ao analisar a lesão de acordo com o perfil, como idade, gênero, intensidade de treino e do jogo propriamente dito, nível do praticante, a empunhadura e a transmissão de vibração em função da batida da bola na raquete (PIRES; OLIVEIRA, 2010 apud LEITE FILHO *et al.*, 2016).

Nos esportes que utilizam a raquete, a necessidade de repetição de movimentos para aperfeiçoar o desempenho dos atletas, aumenta o potencial de lesões (KONDRIC, 2011 apud ROCHA, 2015). Mesatenistas experimentam a sobrecarga em diferentes formas anatômicas em treinos de alta intensidade, e nos jogos competitivos com maior regularidade. Lesões esportivas acarretam a queda do desempenho do atleta, causando uma interrupção temporária ou permanente do esporte, diminuindo a possibilidade de participar de competições. Os impactos das lesões

esportivas podem ser observados no âmbito social e econômico, pois o afastamento de atividades laborais, resulta, muitas vezes, na interrupção de pagamentos por parte dos patrocinadores, o aumento de gastos com tratamento das lesões e, nos casos mais graves, fim da carreira do atleta (NASCIMENTO; NEUMANN, 2021).

O mapeamento de benefícios e malefícios relacionados às modalidades esportivas, como um todo, pode facilitar a prevenção de lesões nos atletas, sejam elas causadas em treinos, ou até mesmo, em competições. Em uma partida de tênis de mesa, a bola é lançada em diferentes direções com velocidades variadas, fazendo com que os atletas realizem movimentos muito complexos em questão de segundos, com deslocamentos laterais e pequenos saltos, mudando a direção em um curto espaço de tempo, o que pode causar lesões nos atletas (MARINOVIC; LIZUKA; NAGAOKA, 2006 apud SHIMAZAKI *et al.*, 2012).

É necessário aperfeiçoar movimentos para que o atleta possa utilizar sua habilidade nas mais diversas situações do jogo, sem acarretar lesões durante a partida, abrangendo diferentes níveis técnicos, bem como os estilos dos adversários. Atletas de alto nível, que competem em níveis estaduais e nacionais, possuem uma rotina intensa de treinamentos e competições exaustivas, que necessitam de um acompanhamento diário na realização dos movimentos de modo a prevenir e tratar as lesões, evitando o temido afastamento (SHIMAZAKI *et al.*, 2012).

Como é mais difícil estabelecer uma linha dividindo as causas e os efeitos das diferentes situações que ocorrem no corpo do atleta, é importante levar em consideração o tipo de esporte que participa, seu nível competitivo, os equipamentos utilizados, a experiência, as técnicas orientadas pelo treinador e as condições do jogo. Tais variáveis interagem com características físicas de cada atleta, determinando o desempenho do

indivíduo e as possíveis lesões que ele apresenta (JACKSON *et al.*, 1978 apud MORAES; BASSEDONE, 2007).

Atletas de alto nível, que disputam competições estaduais e nacionais, possuem uma rotina intensa de treinamentos e jogos exaustiva, que necessita de um acompanhamento diário na realização dos movimentos, de modo a prevenir e tratar as lesões evitando o temido afastamento. Algumas características físicas devem ser observadas em atletas dessa modalidade, pois podem interferir positiva ou negativamente nos resultados (LEITE FILHO *et al.*, 2016).

A prática desse esporte evidencia o biotipo dos atletas adultos que, em sua maioria, são ectomorfos, com idade de 18 a 40 anos, e é importante salientar que no *ranking* de mesatenistas, os cinco melhores colocados possuem idade média de 26,4 anos para o masculino, e 23,4 para o feminino (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA TÊNIS DE MESA, 2022). De acordo com Roschel, Tricoli e Ugrinowitsch (2011) alguns aspectos como a frequência cardíaca e o tempo de tensão muscular são necessários para organizar o treino e sua intensidade, prevenindo a ocorrência de lesões no atleta e aperfeiçoando os movimentos para que ele possa utilizar sua habilidade nas mais diversas situações do jogo, sem acarretar lesões durante a partida, abrangendo diferentes níveis técnicos, bem como os estilos dos adversários.

Um atleta de tênis de mesa, independentemente do número de competições que participa, está exposto a lesões, por conta da rotina de treinamentos e das próprias competições. Contudo, nesse processo, algumas lesões podem ocorrer e prejudicar a rotina de treinos e os resultados do mesatenista. Acredita-se que é importante conhecer o que causa a ocorrência de determinadas lesões em mesatenistas que participam de campeonatos estaduais e nacionais, e por esse motivo tendem a seguir uma rotina de treinos mais intensa, principalmente, em época de competição, o

objetivo deste estudo é investigar as lesões mais frequentes em atletas de tênis de mesa, de acordo com o sexo.

2 MÉTODO

Esta pesquisa se caracteriza como quantitativa quanto à abordagem, e descritiva quanto aos seus objetivos. Foram investigados 49 mesatenistas brasileiros, dos sexos masculino e feminino que participam de competições em nível estadual e nacional, com faixa etária de 18 a 40 anos, e possuem uma rotina estabelecida de treinamentos e participação em competições.

A coleta de dados foi realizada pelo pesquisador, por meio de um questionário, durante uma competição estadual, realizada no município de Chapecó, SC, no mês de agosto e uma competição nacional, realizada no município de Maringá, PR, no mês de junho, ambas as competições no ano de 2022. Foi solicitada à organização dos eventos e equipe técnica a autorização para que o atleta participasse desta pesquisa. Para a coleta de dados foi utilizado um questionário elaborado pelo pesquisador, com base nos estudos de Pinto *et al.* (2020) e Sousa (2014) com 15 questões, que buscaram caracterizar o perfil do mesatenista, bem como investigar situações relacionadas a lesões e à frequência em que ocorreram. Como critério de inclusão, os atletas deveriam ter sofrido algum tipo de lesão relacionada ao tênis de mesa nos anos de 2021 ou 2022. Sobre a ocorrência das lesões, os atletas foram orientados a apontar a lesão mais significativa desses mesmos anos.

A identificação dos participantes na pesquisa foi mantida em sigilo. Após aplicados os questionários, os dados foram tabulados no programa *Microsoft Excel* e analisados no *IBM SPSS Statistics* versão 28.0.

Utilizou-se a estatística descritiva de média, desvio padrão e frequências. Na comparação dos grupos foi utilizado o teste qui-quadrado. Quando encontrada diferença significativa, considerando nível de significância menor que 0,05, aplicou-se a recomendação feita por Pereira (2001), em realizar a Análise dos Resíduos Ajustados (Raj). Neste caso, os dados foram comparados entre si observando o valor padrão de 1,96, ou seja, todos os resultados encontrados superiores ao padrão demonstram a presença de diferença significativa entre os sexos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram deste estudo 49 atletas, sendo 32 (65,3%) do sexo masculino e 17 (34,7%) do feminino. O número de atletas afiliados à Confederação Brasileira de Tênis de Mesa, de acordo com o relatório anual da entidade, em 2018, mostra uma desigualdade na quantidade de atletas entre os sexos, masculino (80,7%) e feminino (19,3%) (YOKOTA *et al.*, 2011). A média de idade do sexo masculino é de 24,2 ($\pm 6,3$) e do feminino, 23 ($\pm 4,6$) anos.

Dentre os atletas investigados, 25 (51%) representam o estado de Santa Catarina, 20 (40,8%), São Paulo e, quatro (8,2%), o Paraná. A maioria dos atletas (87,8%) são destros e utilizam essa mão para jogar. Com relação às empunhaduras utilizadas pelos atletas, a clássica é utilizada pela maioria (83,7%) deles, seguida pela caneta (12,2%) e classineta (4,1%).

A maioria dos atletas são de Santa Catarina e São Paulo pelo fato desses estados possuírem maior número de atletas de alto nível técnico, além de ser coletados dados do *Rating A*, que é a melhor categoria do Brasil. Outro fator se deve pela coleta ter sido realizada em um campeonato estadual e um nacional. A empunhadura clássica é mais utilizada por facilitar os recursos como os golpes utilizados na partida de tênis de mesa.

Tabela 1 – Variáveis da caracterização dos mesatenistas

Variáveis	n	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
Idade (anos)	49	18	40	23,8	5,8
Tempo que participa de competições (anos)	49	4	30	12,6	5,6
Tempo de treino semanal (horas)	49	8	36	20,3	7,0
Número anual de competições (frequência)	49	2	23	9,6	5,4
Tempo de afastamento lesão (dias)	49	3	200	42,7	40,7

Fonte: os autores (2022).

Na Tabela 1 é possível verificar que a idade máxima dos atletas que participaram do estudo é de 40 anos e que o maior tempo de participação em competições é de 30 anos. Acredita-se, assim, que os mesatenistas iniciam sua vida competitiva muito jovens, em torno dos dez anos de idade. O tempo médio dos treinos semanais dos atletas é de 20,3 horas e o período médio em que ficaram afastados dos treinos e competições foi de 42,7 dias. Entende-se que a incidência das lesões se deva por conta da rotina regrada de treinamentos.

São responsáveis pelos treinos dos atletas, técnicos com formação acadêmica (65,3%), sem formação (10,2%), atletas profissionais (8,2%) e o próprio atleta (16,3%). A maioria dos atletas (98%) realizam aquecimento antes do jogo e fazem algum tipo de atividade para prevenir lesões (85,7). Dentre essas atividades realizadas, foram apontados o treinamento em academias (musculação) (53,1%), treinamento funcional (14,3%), liberação miofascial (2%), alongamento (12,2%), *crossfit* (2%) e fisioterapia (2%).

Foi realizado um estudo com 45 atletas de tênis de mesa, de 15 a 70 anos, verificando-se que a maioria (51,1%) dos atletas treina diariamente por três horas, e que o maior tempo de participação em competições é de 30 anos. As maiores frequências de treinos semanais dos atletas são duas (40%), e três vezes (42,2%) (LEITE FILHO *et al.*, 2016).

Tabela 2 – Momento da ocorrência da lesão nos mesatenistas

Variáveis	Aquecimento		Treinamento		Competição	
	n	%	n	%	n	%
Não	47	95,9	3	6,1	23	46,9
Sim	2	4,1	46	93,9	26	53,1
Total	49	100	49	100	49	100

Fonte: os autores (2022).

Observa-se na Tabela 2 que o momento em que os atletas mais se lesionaram foi no treinamento (93,9%).

Em uma pesquisa com 62 padelistas que treinam no mínimo a oito meses, sendo 40 homens e 22 mulheres, com idades de 18 a 42 anos de Porto Alegre, RS, investigou-se o momento da ocorrência das lesões desses atletas. Foi possível identificar que houve prevalência do número de lesões durante os treinamentos (47,5%), e durante as competições (44,3%) (VALÉRIO *et al.*, 2022).

Devido às repetições de movimentos no tênis de mesa durante os treinos para o aperfeiçoamento da execução com técnica correta, os atletas acabam se lesionando com mais frequência nesse momento em relação ao aquecimento ou competição, pelo fato do treinamento possuir uma maior duração e número de repetições.

Os segmentos anatômicos em que os atletas mais se lesionaram foram: ombro (55,1%), joelho (16,3%), coluna (10,2%), quadril (8,2%), tornozelo (6,1%), cotovelo (2%) e punho (2%). Tiveram alteração da performance (93%) dos mesatenistas em função do tempo de afastamento para recuperação da lesão.

Foram investigados os locais anatômicos mais sujeitos a lesões de 31 mesatenistas, 26 do sexo masculino e cinco do feminino, com média de idade de 22,3 ($\pm 6,6$) anos, que praticam essa modalidade há pelo menos um ano, em Marília, SP. Os locais anatômicos mais afetados foram: ombro (43,5%), joelho (17,9%), quadril (10,2%), torácica (10,2%), lombar (5,1%), tornozelo (5,1%), panturrilha (2,5%), cervical (2,5%) e punho (2,5%) (SILVA *et al.*, 2010).

Realizou-se uma pesquisa com 111 atletas de tênis de mesa, classificados em dois níveis competitivos: regional/estadual e nacional/internacional, com média de idade de 22,3 ±8,8 anos, em um campeonato Paulista, em Presidente Prudente, sendo 73 do sexo masculino e 38 do feminino. Os resultados apontam para uma frequência de lesão maior entre os atletas de nível nacional/internacional (52,9%) se comparado aos de nível estadual/regional (48,8%) (SHIMAZAKI *et al.*, 2012). Apesar da pequena diferença, acredita-se que os atletas de nível nacional/internacional possuem um treinamento mais intenso, realizando movimentos repetitivos, com maiores chances de se lesionar (MARINOVIC; IIZUKA; NAGAOKA, 2006 apud SHIMAZAKI *et al.*, 2012).

Por motivos de os treinos possuírem movimentos repetitivos, trata-se do momento em que os atletas mais se lesionam, destacando-se, como local anatômico, o ombro e joelho.

Tabela 3 – Método utilizado para o tratamento da lesão dos mesatenistas

Variáveis	Repouso		Medicação		Cirurgia		Imobilização		Fisioterapia	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Não	22	44,9	35	71,4	48	98	48	98	8	16,3
Sim	27	55,1	14	28,6	1	2	1	2	41	83,7
Total	49	100	49	100	49	100	49	100	49	

Fonte: os autores (2022).

Na Tabela 3 verificam-se que os tratamentos utilizados pelos mesatenistas para a recuperação das lesões foram a fisioterapia, utilizada por 41 (83,7%) atletas, seguidos de repouso e medicação, sendo utilizados, respectivamente, por 27 (55,1%) e 14 (28,6) mesatenistas.

No estudo com 36 atletas de ambos os sexos, de Londrina, PR, na faixa etária de 12 a 17 anos, das modalidades de atletismo, futsal, natação e voleibol, verificou-se que esses atletas adolescentes realizaram fisioterapia (22,2%) e utilizaram medicação (13,9%) como forma mais frequente de tratamento da lesão (SANTOS; GREGUOL, 2016).

Dentre as diversas formas de tratamento para recuperar lesões, como método foram utilizados, fisioterapia e repouso.

Tabela 4 – Distribuição da frequência absoluta e relativa da lesão dos mesatenistas

Diagnóstico lesão	Frequências	Sexo		Total	Valor de p
		Masculino	Feminino		
Contusão	Frequência absoluta	1	2	3	0,05*
	% em diagnóstico lesão	33,3	66,7	100	
	% em sexo	3,1	11,8	6,1	
	% do Total	2	4,1	6,1	
	Resíduos ajustados	-1,2	1,2		
Lesão muscular	Frequência absoluta	13	12	25	
	% em diagnóstico lesão	52	48	100	
	% em sexo	40,6	70,6	51	
	% do Total	26,5	24,5	51	
	Resíduos ajustados	-2	2		
Tendinite	Frequência absoluta	13	2	15	
	% em diagnóstico lesão	86,7	13,3	100	
	% em sexo	40,6	11,8	30,6	
	% do Total	26,5	4,1	30,6	
	Resíduos ajustados	2,1	-2,1		
Entorse	Frequência absoluta	0	1	1	
	% diagnóstico lesão	0	100	100	
	% em sexo	0	5,9	2	
	% do Total	0	2	2	
	Resíduos ajustados	-1,4	1,4		
Dor lombar	Frequência absoluta	4	0	4	
	% em diagnóstico lesão	100	0	100	
	% em sexo	12,5	0	8,2	
	% do Total	8,2	0	8,2	
	Resíduos ajustados	1,5	-1,5		
Ruptura ligamentar	Frequência absoluta	1	0	1	
	% em diagnóstico lesão	100	0	100	
	% em sexo	3,1	0	2	
	% do Total	2	0	2	
	Resíduos ajustados	0,7	-0,7		
Total	Frequência absoluta	32	17	49	
	% diagnóstico lesão	65,3	34,7	100	
	% em sexo	100	100,0	100	
	% do Total	65,3	34,7	100	

Fonte: os autores (2022).

Observa-se na Tabela 4 que há diferença significativa entre as frequências de lesões, sendo que, para o sexo feminino, há maior frequência da lesão muscular (70,6%) e, para o sexo masculino, da tendinite (40,6%).

Foram investigados 39 mesatenistas com média de idade de 18 anos, com no mínimo um ano de prática esportiva em clubes do estado de São Paulo. O tipo de lesão mais frequente relatada foi a tendinite (41,5%), seguida das entorses (30,2%) e lesões musculares (16,9%) (PETRI *et al.*, 2002).

No estudo realizado com 31 atletas de tênis de mesa, a maioria do sexo masculino, as lesões que apresentaram maiores percentuais foram a lesão muscular (74,3%) e tendinite (20,0%) (SILVA *et al.*, 2010).

As lesões que ocorrem em esportes com raquetes apresentam três patologias com maior frequência (entorses, lesões musculares e tendinites) (KRONER; SCHMIDT; NIELSEN, 1990 apud PETRI *et al.*, 2002). Nos demais esportes de raquete, assim como no tênis de mesa, são comuns as entorses nos membros inferiores devido aos deslocamentos, principalmente laterais, nessa prática esportiva (PETRI *et al.*, 2002).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Acredita-se que a sobrecarga de treinamento semanal e o tempo médio de participação em competições dos atletas provoquem a ocorrência de lesões, bem como o fato de os mesatenistas iniciarem muito jovens no esporte.

Com relação ao tempo de afastamento dos mesatenistas, o tempo dedicado à recuperação das lesões prejudica os treinamentos e possíveis participações em competições. As formas de tratamento mais utilizadas foram a fisioterapia e o repouso.

Devido ao grande número de repetições de movimento, atletas de tênis de mesa podem vir a sofrer lesões. Neste estudo foram encontradas,

como principais lesões ocasionadas pela prática dessa modalidade, a lesão muscular e a tendinite, sendo significantes respectivamente para o sexo feminino e masculino.

REFERÊNCIAS

- CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TÊNIS DE MESA. **Ranking, 2022**. Disponível em: <https://app.cbtm.org.br/UI/Site/RankingResultado?Tipo=0>. Acesso em: 21 jun. 2022.
- GOULART, N. C. Características da aptidão física de atletas de tênis de mesa da Fundação Municipal de Esportes de Criciúma/SC. 2012. 64 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) - Universidade do Extremo Sul Catarinense, Criciúma, 2012. Disponível em: <http://repositorio.unesc.net/handle/1/1490>. Acesso em: 17 nov. 2022.
- HISTÓRIA DO tênis de mesa. **CBTM** - Confederação Brasileira de Tênis de Mesa, Rio de Janeiro, 18 fev. 2020. Disponível em: <https://www.cbtm.org.br/conteudo/detalhe/5>. Acesso em: 5 maio 2022.
- LEÃO, M. A história do tênis de mesa. **Mário Leão**, Belo Horizonte, 4 jul. 2018. Disponível em: <http://marioleao.com/a-historia-do-tenis-de-mesa/>. Acesso em: 21 jun. 2022.
- LEITE FILHO, D. F. *et al.* Efeito da bandagem elástica na preensão palmar em jogadores de tênis de mesa. **ConScientiae Saúde**, São Paulo, v. 15, n. 1, p. 96-106, 2016. Disponível em: <https://search.bvsalud.org/gim/resource/en/biblio-2231>. Acesso em: 17 maio 2022.
- MORAES, J. C.; BASSEDONE, D. R. Estudo das lesões em atletas de voleibol participantes da Superliga Nacional. **EFDeportes: Revista Digital**, Buenos Aires, a. 12, n. 111, [7] p., ago. 2007. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd111/estudo-das-lesoes-em-atletas-de-voleibol.htm>. Acesso em: 19 maio 2022.
- NASCIMENTO, A. H.; NEUMANN, F. **A incidência de lesões em atletas praticantes de beach tennis**. 2021. 57 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Fisioterapia) – Sociedade Educacional Santa Catarina, Centro universitário SOCIESC– UNISOCIESC, Joinville, 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/14652/1/A%20incid%3%aancia%20de%20les%3%b5es%20em%20atletas%20praticantes%20de%20Beach%20Tennis.pdf>. Acesso em: 17 maio 2022.

PEREIRA, J. C. R. **Análise de dados qualitativos**: estratégias metodológicas para as Ciências da Saúde, Humanas e Sociais. São Paulo: Edusp, 2001.

PETRI, F. C. *et al.* Lesões músculo-esqueléticas relacionadas com a prática do tênis de mesa. **Revista Brasileira de Ortopedia**, São Paulo, v. 37, n. 8, p. 358-362, ago. 2002. Disponível em: <https://rbo.org.br/detalhes/414/pt-BR/lesoes-musculo-esqueleticas-relacionadas-com-a-pratica-do-tenis-de-mesa>. Acesso em: 22 maio 2022.

PINTO, M. O. *et al.* Principais lesões em atletas praticantes de futevôlei dos municípios de Itajaí e Balneário Camboriú/SC. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Várzea Paulista, v. 19, n. 3, p. 137-146, 2020. Disponível em: <https://fontouraeditora.com.br/periodico/article/1486>. Acesso em: 23 jun. 2022.

ROCHA, G. O. **Perfil das lesões músculo esqueléticas em atletas de tênis**: uma revisão narrativa. 2015. 30 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Esportes) – Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2015. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/handle/1843/BUBD-A8RFN4>. Acesso em: 30 abr. 2022.

ROSCHER, H.; TRICOLI, V.; UGRINOWITSCH, C. Treinamento físico: considerações práticas e científicas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 25, n. spe., p. 53-65, dez. 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1807-55092011000500007>. Acesso em: 14 maio 2022.

SANTOS, A. M.; GREGUOL, M. Prevalência de lesões em atletas jovens. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, Londrina, v. 37, n. 2, p. 115-124, jul./dez. 2016. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/313260832_Prevalencia_de_lesoes_em_atletas_jovens. Acesso em: 22 out 2022.

SHIMAZAKI, T. *et al.* Exploração de fatores de risco para lesões desportivas em atletas de tênis de mesa. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 158-164, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fp/a/mLxBWmbMTyGJnfnL88fsfKG/?lang=pt#ModalArticles>. Acesso em: 5 maio 2022.

SILVA, J. A. M. G. *et al.* Caracterização das lesões desportivas em atletas de tênis de mesa. **Terapia Manual**, [s. l.], v. 8, n. 40, p. 543-547, 2010. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/115041/ISSN16775937-2010-08-40-543-547.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 15 out. 2022.

SILVA, R. R.; VOLTAN, D. Z. Tênis de mesa e pingue-pongue: caracterização e prática. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, a. 22, n. 237, 2018. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7272763>. Acesso em: 17 nov. 2022.

SOUSA, D. P. **Caracterização das lesões musculoesqueléticas em praticantes de futevôlei em Brasília-DF**. 2014. 36 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Fisioterapia Traumatológica e Ortopédica Funcional e Esportiva) – Centro Universitário de Brasília, UniCEUB/ICPD, Brasília, 2014. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/7865/1/51100981.pdf>. Acesso em: 25 maio 2022.

VALÉRIO, M. M. *et al.* Lesões no esporte de rendimento: uma análise em atletas brasileiros de pádel. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 74-80, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fp/a/LjMBHxLnWVRXwgvSv5XFxNd/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 out. 2022.

YOKOTA, G. K. *et al.* Desigualdade de gênero no tênis de mesa brasileiro de alto rendimento: primeiras aproximações. **Revista da ALESDE**, Curitiba, v. 13, n. 12, p. 16-31, dez. 2021. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/alesde/article/view/81114/45702>. Acesso em: 20 out. 2022.

UNIDADES TEMÁTICAS NA BNCC: SUA APLICAÇÃO DE ACORDO COM OS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Luziani de Freitas¹

Marly Baretta²

RESUMO

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) é um documento que determina as competências, habilidades e as aprendizagens essenciais que os alunos devem desenvolver ao longo da educação básica. O grande bloco de conhecimentos estabelecidos são as unidades temáticas, e os objetos do conhecimento, os conteúdos, conceitos e processos que devem ser aprendidos para que habilidades sejam alcançadas pelos alunos. A Educação Física é um componente curricular que oferece possibilidades para enriquecer a experiência dos alunos, permitindo o acesso a um vasto universo cultural. O objetivo deste estudo foi investigar as unidades temáticas e os objetos do conhecimento de acordo com a BNCC, contemplados nas aulas de Educação Física dos anos iniciais do ensino fundamental. Trata-se de um estudo descritivo e quantitativo. O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário elaborado pelos pesquisadores. As Secretarias de Educação dos municípios de Capinzal e Ouro (SC), foram contatadas para solicitar autorização à realização da pesquisa. Para a análise dos dados foi utilizada a estatística descritiva. O estudo contou com a participação de 13 professores, com idades de 23 a 45 anos, a maioria (69,2%) é mulher, possui especialização (69,2%), sendo registrada no CREF (92,3%). Todos os professores utilizam a BNCC e aplicam as unidades temáticas e objetos do conhecimento apontados pelo documento em suas aulas; 69,2% relataram ter na escola materiais suficientes e diversificados para as suas aulas. Foi possível concluir que os professores investigados aplicam de forma mais efetiva em suas aulas os conteúdos do contexto cultural ao qual estão inseridos. A formação inicial tem se limitado a determinados conteúdos, dessa maneira, ocorre um desequilíbrio das manifestações da cultura corporal no currículo.

Palavras-chave: Base nacional comum curricular; Planejamento; Conhecimento; Professor; Educação Física.

¹ Pesquisadora; Graduada em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina, *Campus* de Joaçaba. E-mail: luzianifreitas22@gmail.com.

² Professora Orientadora; Docente do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina, *Campus* de Joaçaba; Mestre em Saúde Coletiva. E-mail: marly.baretta@unoesc.edu.br.

1 INTRODUÇÃO

A Constituição da República Federativa do Brasil assegura que a educação é direito de todos, dever do estado e da família. Dos quatro aos dezessete anos de idade, a educação básica é obrigatória e gratuita (BRASIL, 1988).

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) reitera o direito à educação, garantido pela Constituição Federal, e é por meio da articulação entre políticas educacionais que são elaborados documentos para subsidiar o trabalho docente, visando ao desenvolvimento e à melhoria da educação. A Educação Física é um componente curricular obrigatório da educação básica e está dividida em três grandes etapas: educação infantil, que compreende creche e pré-escola, ensino fundamental (anos iniciais e anos finais) e o ensino médio. O principal objetivo da Educação Física escolar é aprender a cultura corporal por meio dos conhecimentos historicamente construídos (BRASIL, 1996).

A Educação Física escolar tem um papel fundamental na formação do aluno, pois possibilita o desenvolvimento de aspectos físicos, cognitivos e afetivos. As aulas possibilitam, ao aluno, vivenciar as diferentes práticas corporais e desenvolver suas competências e habilidades.

De acordo com Rezende (2021), a Educação Física escolar passou por transformações ao longo de décadas, sendo compreendida por várias concepções, porém, ao longo dos anos, tem evoluído em seu contexto cultural, passando a ser vista como um instrumento de formação integral. Com as novas concepções da Educação Física, nascem novas ideias em relação aos modelos tradicionais de ensino, bem como novos documentos que orientam o currículo escolar. Entre os principais documentos, encontram-se o Referencial Curricular Nacional para Educação Infantil (RCNEI), os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), a Proposta Curricular de Santa Catarina (PCSC) e a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que propõem

uma reorganização para a Educação Física no que diz respeito ao currículo, trazendo o movimento como aspecto central.

A construção dos PCNs marcou, de forma significativa, a seleção de conteúdos pertinentes ao currículo e aprovados nacionalmente, porém, esse documento recebeu muitas críticas em razão da falta de participação e atuação das instituições de ensino na escolha dos conteúdos e das metodologias pedagógicas. Sendo assim, o Plano Nacional de Educação percebeu a necessidade da construção de uma BNCC, que, por sua vez, começou a ser elaborada no ano de 2015, a partir de uma profunda análise dos documentos curriculares, realizada por especialistas indicados por secretarias municipais, estaduais e universidades, e teve sua última versão, incluindo o novo ensino médio, em dezembro de 2018 (CÂNDIDO; GENTILINI, 2017).

A BNCC é um documento de segmento normativo que regulamenta quais são as aprendizagens essenciais a serem trabalhadas na educação básica nas escolas brasileiras, públicas e privadas, com o objetivo de garantir o direito à aprendizagem e ao desenvolvimento integral de todos os alunos. Nela, a Educação Física é um componente curricular que tem como objetivo abordar as diversas práticas corporais e suas formas de codificação e significação social. Assim, o movimento humano está inserido no âmbito da cultura, saúde, lazer e esporte, e não se limita apenas a um mero movimento de um segmento do corpo ou do corpo todo. O movimento está presente na vida das pessoas e caminha com elas desde o nascimento até o fim da vida (BRASIL, 2018).

Para Rodrigues, Gimenez e Dyonisi (2021), a Educação Física baseia-se no pressuposto da cultura corporal, que compreende as brincadeiras e jogos, esportes, ginásticas, danças, lutas e práticas corporais de aventura, entre outras manifestações corporais. A partir desse entendimento, a visão sobre a Educação Física instrumental passa a ser argumentada, reestruturada e a ter um novo sentido no contexto cultural, político e social a qual está

introduzida, oportunizando reflexões acerca dos objetivos de ensino, sobre o que ensinar, como ensinar, para que ensinar e para quem ensinar.

No documento da BNCC, o ensino fundamental está organizado em áreas do conhecimento e a Educação Física está inserida na área das linguagens. Os conteúdos da Educação Física para os anos iniciais do ensino fundamental são divididos em cinco unidades temáticas e é por meio delas que o aluno constrói seu conhecimento. As unidades temáticas, por sua vez, organizam os objetos de conhecimento, os quais devem ser contemplados conforme pode ser observado no Quadro 1 (BRASIL, 2018).

Quadro 1 – Unidades temáticas e objetos do conhecimento

Unidades Temáticas	Objetos de Conhecimento	
	1º e 2º anos	3º ao 5º ano
Brincadeiras e Jogos	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana
Esportes	Esportes de marca Esportes de precisão	Esportes de campo e taco Esportes de rede/parede Esportes de invasão
Ginásticas	Ginástica Geral	Ginástica geral
Danças	Danças do contexto comunitário e regional	Danças do Brasil e do mundo, Danças de matriz indígena e africana
Lutas		Lutas do contexto comunitário e regional Lutas de matriz indígena e africana

Fonte: adaptado da Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2018).

Ressalta-se, além disso, que a BNCC estabelece os objetivos de aprendizagem que se pretende alcançar por meio da definição de **competências e habilidades** essenciais. Sendo assim, o currículo determinará como esses objetivos serão alcançados, traçando as estratégias pedagógicas mais adequadas. Dessa forma, compete às instituições de ensino construir seus próprios currículos, que contemplem aprendizagens essenciais, assegurando, também, o respeito às características regionais e nacionais (BRASIL, 2018).

Para Zabala (1998), existe um critério de classificação dos saberes, que se constrói a partir da ampliação do entendimento tradicional sobre conteúdo. Há uma forma de classificar a diversidade de conteúdos, agrupando-os em conceituais, procedimentais e atitudinais. Os conteúdos de aprendizagem são todos aqueles que possibilitam o desenvolvimento das capacidades motoras, afetivas, de relação interpessoal e de inserção social. Dessa maneira, para ter um aprendizado significativo, é necessário apontar conteúdos de natureza variada, como habilidades, técnicas, atitudes, conceitos, entre outros.

A Educação Física, segundo Góes e Mendes (2009), deveria ter mais notoriedade no currículo escolar, pois é uma disciplina que tem muitas possibilidades de ser trabalhada fora e dentro de sala, com temas que estimulam o pensar, o refletir e o questionar sobre os problemas no âmbito escolar, social e cultural enfrentados pela sociedade, bem como a intervir com ideias inovadoras para a resolução de tais problemas.

De acordo com Oliveira (2013), no contexto escolar, o professor de Educação Física precisa ter uma formação inicial e continuada, sendo insuficiente possuir somente a formação acadêmica. É preciso repensar suas práticas pedagógicas, buscando melhorias e incluindo novas metodologias que contribuirão efetivamente no seu trabalho e na qualidade do processo de ensino-aprendizagem. Assim, o professor que persistir na continuidade de seus estudos alcançará com mais facilidade os seus objetivos e, conseqüentemente, estará mais bem preparado para o mercado de trabalho, oferecendo aos alunos um ensino de qualidade e se tornando um profissional renomado, uma vez que a busca pelo crescimento profissional deve ser constante.

Além da formação acadêmica, outro fator fundamental para o desenvolvimento de uma aula de qualidade na Educação Física é a disponibilidade do espaço físico e materiais pedagógicos. Para Almeida

(2011), nas aulas de Educação Física, alguns itens, como estrutura física e materiais, fazem diferença, pois a falta deles pode influenciar na qualidade e na dinâmica das aulas. Deve-se, contudo, considerar a falta de recursos um grande problema enfrentado pelos professores de Educação Física da rede pública de ensino. Nessa perspectiva, é necessário que os professores usem sua criatividade, planejando atividades e fazendo as adaptações necessárias com os materiais disponíveis na instituição em que atuam, para que as aulas não se tornem desmotivadoras.

Diante do exposto, o objetivo deste estudo é investigar quais são as unidades temáticas e os objetos do conhecimento da BNCC contemplados nas aulas de Educação Física dos anos iniciais do ensino fundamental, pelos professores das escolas dos municípios de Capinzal e Ouro (SC).

2 MÉTODO

Diante do objetivo, este estudo se caracteriza como uma pesquisa de cunho descritivo, e a respeito de sua abordagem, como quantiqualitativo.

O estudo contou com a participação voluntária dos professores de Educação Física dos anos iniciais, da rede municipal de ensino dos municípios de Capinzal e Ouro (SC). Os dois municípios contabilizam dez escolas e um total de 20 professores atuando na área. Como critério de inclusão, foram considerados os profissionais graduados e licenciados em Educação Física.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário disponibilizado de forma impressa e *on-line*. A pesquisadora forneceu orientações para o seu preenchimento, que ocorreu em um curso de capacitação oferecido aos professores da rede municipal, acordando a data de 15 dias para a sua devolução. Àqueles que optaram pela forma *on-line*, puderam acessar, por intermédio de um *link*, o formulário, criado na

plataforma *Google Forms*, que foi enviado para o endereço eletrônico ou *WhatsApp* dos professores. Sobre o preenchimento do questionário de forma *on-line*, a pesquisadora orientou os professores sobre o seu preenchimento e acordou o prazo de 15 dias para sua devolução.

Como instrumento de coleta de dados, foi elaborado, pelos pesquisadores, um questionário com questões referentes ao perfil do participante (nome, sexo, idade), formação, tempo de docência, etapa do ensino fundamental que atua, quais as unidades temáticas que já foram contempladas nas suas aulas e os objetos do conhecimento correspondentes, bem como as dificuldades para desenvolver os objetos de conhecimento de cada unidade.

Para efetuar a pesquisa, foi solicitada a permissão junto às secretarias de educação dos respectivos municípios. Ressalta-se, ainda, que a participação neste estudo foi de forma voluntária, sendo esclarecidos os objetivos aos participantes.

Para a análise dos dados, foi utilizada a estatística descritiva, por meio do Programa *Microsoft Office Excel* 2016.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa contou com a participação de 13 professores de Educação Física, da rede municipal de ensino do município de Capinzal e Ouro (SC), sendo nove (69,2%) mulheres e quatro (30,7%) homens, com idades de 23 a 45 anos, tendo idade média de 33,4 ($\pm 7,0$) anos. Dos professores investigados todos são graduados em Educação Física, nove (69,2%) deles possuem especialização e 12 (92,3%) são registrados no Conselho Regional de Educação Física (CREF).

Em relação ao tempo de atuação na Educação Física escolar, três (23%) professores possuem menos de um ano; dois (15,3%) mais de um até cinco

anos; dois (15,3%) mais de cinco até dez anos; e seis (46,1%) deles mais de dez anos de atuação na área. Os professores atuam no ensino fundamental anos iniciais, e um (7,6%) atua nos dois níveis do ensino fundamental.

Todos os professores utilizam a BNCC para planejamento de suas aulas e a instituição de ensino onde atuam exige sua utilização. Participaram de formação relacionada à BNCC 84,6% dos professores. Apenas um (7,6%) professor relatou ter dificuldade em trabalhar com as unidades temáticas da BNCC, mais especificamente, com o conteúdo de lutas. Em relação ao espaço físico, os professores utilizam o ginásio (92,3%), a sala (46,2%) e o pátio (38,4%) para a realização das aulas. No que diz respeito aos materiais, 69,2% relataram ter materiais suficientes e diversificados para o desenvolvimento das aulas.

Tabela 1 – Aplicação da Unidade Temática: Brincadeiras e Jogos (Capinzal e Ouro, 2022)

	Objetos do Conhecimento					
	Comunitário e regional		Brasil e mundo		Indígena e africana	
	n	%	n	%	n	%
Sim	10	76,9	11	84,6	8	61,5
Não	3	23	2	15,3	5	38,4
Total	13	100	13	100	13	100

Fonte: os autores.

Verifica-se, na Tabela 1, que o objeto do conhecimento do contexto indígena e africano é aquele menos aplicado pelos professores (61,5%). Acredita-se que, apesar da cultura brasileira ter sido fundamentada na miscigenação de asiáticos, europeus, povos indígenas e africanos, os jogos e brincadeiras desse contexto são desconhecidos por grande parte dos professores, sendo menos trabalhados nas aulas de Educação Física. Sendo assim, é fundamental evidenciar a importância dos jogos e brincadeiras dessa matriz, pois elas são capazes de auxiliar na valorização das crianças de outras etnias inseridas no ambiente escolar, oportunizando, de maneira lúdica, conhecer melhor as raízes e identidade cultural de diferentes povos.

No estudo em que participaram 24 professores de Educação Física do ensino fundamental, da rede municipal de ensino, do município de São José, SC, foi evidenciado que a maioria deles utiliza jogos e brincadeiras em suas aulas; os jogos tradicionais, jogos populares e brincadeiras, são os mais trabalhados ao longo do ensino fundamental, sendo mais evidente nos anos iniciais. Todavia, no que diz respeito à implementação desses jogos e brincadeiras, principalmente da cultura popular e tradicional, o estudo aponta que, na maioria das vezes, os alunos desconhecem tais conteúdos, por terem suas experiências limitadas ao ambiente onde vivem e ao uso demasiado da tecnologia (SILVA, 2021).

O estudo que investigou quatro professores de uma escola estadual de Lages, SC, sobre a utilização de jogos e brincadeiras nas aulas de Educação Física dos anos iniciais do ensino fundamental, apontou que todos eles consideram muito importante esses conteúdos, pois acreditam que eles promovem a imaginação e a criatividade dos alunos. As atividades citadas pelos professores foram realizadas com sucesso e a BNCC foi o documento norteador de ensino, porém a falta de materiais é a principal dificuldade citada pelos professores em relação à aplicação desse conteúdo (HEIDERSCHIEDT, 2018).

A partir dos resultados evidenciados nos estudos, nota-se que os jogos e brincadeiras de matriz indígena e africana são aplicados com menos frequência pelos professores, sendo assim, entende-se a necessidade de planejar aulas com conteúdos que contemplem outras manifestações culturais. Nessa perspectiva, acredita-se na importância da formação continuada, que seja ofertada pelas redes de ensino e que forneça subsídios aos professores para a implementação de uma Educação Física que contemple os diversos conteúdos, a fim de que possam propiciar aos alunos a oportunidade de experienciá-los.

Tabela 2 – Aplicação da Unidade Temática: Esportes (Capinzal e Ouro, 2022)

	Objetos do Conhecimento									
	Marca		Precisão		Campo e taco		Rede e parede		Invasão	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Sim	11	84,6	11	84,6	9	69,2	10	76,9	10	76,9
Não	2	15,3	2	15,3	4	30,7	3	23	3	23
Total	13	100	13	100	13	100	13	100	13	100

Fonte: os autores.

Na Tabela 2 é possível verificar que na unidade temática de esportes o objeto do conhecimento menos trabalhado pelos professores (69,2%) é o de campo e taco, entende-se que apesar de adaptações que são geralmente realizadas nas aulas, esses esportes demandam espaço físico maior para serem desenvolvidos. Tendo em vista que no esporte a cultura brasileira é conhecida mundialmente pelo país do futebol, nas escolas ainda é predominante um modelo tradicional, em que se aplicam quatro modalidades básicas (futsal, handebol, basquetebol e voleibol). Conseqüentemente, alguns conteúdos não são aplicados e conhecidos pelos professores e alunos, porém vale destacar que os esportes de outras culturas contribuem significativamente na formação e desenvolvimento motor do aluno e na valorização e legitimação da Educação Física enquanto componente curricular.

Um estudo de revisão analisou 24 artigos publicados em periódicos nacionais, buscando investigar quais os conteúdos trabalhados nas aulas de Educação Física do ensino fundamental. Verificou-se que nos anos iniciais são trabalhados os jogos, danças e ginástica, porém os esportes aparecem como conteúdo principal nessa etapa de ensino, sendo que este conteúdo também é aplicado com mais frequência nos anos finais, o que, por vezes, limita o acesso e conhecimento de outras manifestações corporais e culturais (SILVA JUNIOR; SAMPAIO, 2012).

Uma pesquisa realizada com 37 pais de filhos matriculados em oficinas esportivas da Universidade de Brasília, buscou compreender a motivação deles para matricularem e manterem seus filhos dentro e fora do âmbito escolar em atividades esportivas. O estudo envolveu o ambiente escolar, a percepção dos pais em relação à Educação Física e o esporte e o motivo pelo qual optaram pela modalidade. Foi possível verificar que os pais consideram o esporte importante e entendem os benefícios físicos, mentais e sociais que ele pode possibilitar, porém buscam o esporte fora da escola, pois não consideram suficiente a oferta da Educação Física enquanto currículo escolar, pois acreditam que a quantidade de tempo e de aulas são menores se comparado ao ganho que o esporte fora da escola traz (OLIVEIRA, 2018).

Para investigar a importância da prática de esportes por crianças de oito a dez anos de idade do ensino fundamental, de uma escola pública de São Joaquim, SC, em que participaram quatro professores, todos eles acreditam que o esporte traz muitos benefícios para a infância, contribuindo diretamente com a coordenação motora, e que o esporte está intimamente ligado à Educação Física, promovendo alegria, envolvendo e aproximando as pessoas. Na percepção dos professores, as práticas esportivas são relevantes e devem ser acompanhadas por um professor de Educação Física na escola, pois, se orientadas corretamente, beneficiarão todas as dimensões de desenvolvimento do indivíduo, respeitando os estágios do desenvolvimento humano (ANDRADE; SOUSA, 2016).

Por meio dos estudos é possível identificar que o conteúdo de esportes é aplicado de forma efetiva nas aulas, destacando-se como conteúdo principal, nos anos iniciais e finais do ensino fundamental. Logo, entende-se a necessidade de diversificar os conteúdos, para além dos tradicionais, conhecendo e valorizando diferentes culturas.

Tabela 3 – Aplicação da Unidade Temática: Ginásticas (Capinzal e Ouro, 2022)

	Objetos do Conhecimento	
	Ginástica geral	
	n	%
Sim	11	84,6
Não	2	15,3
Total	13	100

Fonte: os autores.

A Tabela 3 aponta que 84,6% dos professores utilizam a unidade temática ginástica em suas aulas. A BNCC orienta para os anos iniciais do ensino fundamental a ginástica geral, que compreende todas as possibilidades de manifestação da área.

No estudo de Ramos (2008), em que participaram 20 professores de Educação Física, da rede estadual, municipal e particular de ensino, somente dois professores trabalham com o conteúdo de ginástica geral em suas aulas. Foi possível identificar que a maioria dos professores trabalha com alguns elementos da ginástica somente no aquecimento, ou nos alongamentos, na parte final da aula. Os professores citam como limitação para a prática do conteúdo a falta de materiais, de espaço e a falta de interesse por parte dos alunos. Uma professora justifica que não trabalha com ginástica, pois tem alunos obesos que sentem dificuldade em realizar os movimentos.

Ao investigar dez professores de Educação Física, de Lages, SC, sobre a importância que o conteúdo da ginástica geral pode trazer para as aulas de educação física escolar, verificou-se que todos os professores acreditam na importância de abordar e trabalhar com esse conteúdo, em contrapartida, os professores relatam que a maioria dos alunos não demonstra interesse pelo conteúdo, sendo mais evidente no ensino fundamental, e a falta de materiais e espaços adequados é outro fator que implica a realização das atividades em alguns níveis de ensino (PRACHTHAUSER, 2019).

Os estudos de Ramos (2008) e Prachthausen (2019) apontam uma diferença referente à aplicação do conteúdo de ginástica. Foi possível verificar que apesar dos professores entenderem a importância de abordar em suas aulas esse conteúdo, precisam ter mais autonomia quanto à resistência dos alunos, que, por vezes, demonstram falta de interesse em realizar as atividades propostas.

Tabela 4 – Aplicação da Unidade Temática: Danças (Capinzal e Ouro, 2022)

	Objetos do Conhecimento					
	Comunitário e regional		Brasil e mundo		Indígena e africana	
	n	%	n	%	n	%
Sim	10	76,9	5	38,4	5	38,4
Não	3	23	8	61,5	8	61,5
Total	13	100	13	100	13	100

Fonte: os autores.

Observa-se, na Tabela 4, que na unidade temática de danças o objeto do conhecimento aplicado com mais frequência pelos professores é o do contexto comunitário e regional, sendo utilizado por 76,9% deles. Acredita-se que os professores introduzem mais as danças regionais e da cultura local pela ausência e superficialidade com que alguns conteúdos são repassados na formação inicial, principalmente aqueles que perpassam os conteúdos tradicionais da Educação Física, sendo assim, as outras manifestações culturais acabam sendo menos trabalhadas no âmbito escolar.

O estudo que investigou 11 professores de Educação Física do ensino fundamental, do município de Barueri, SP, analisou a inclusão da dança na escola. Foi possível verificar que a dança é trabalhada somente em datas comemorativas e em alguns eventos durante o ano letivo. Outro fator que implica a inclusão da dança no contexto escolar é a formação dos professores que é baseada apenas em atividades esportivas, dessa maneira, a falta de afinidade com o conteúdo colabora para a ausência da dança no currículo escolar (ROCHA; RODRIGUES, 2007).

Na pesquisa realizada com 24 professores de Educação Física do ensino fundamental, da rede municipal, de São José, SC, a maioria (91,7%) dos professores investigados implementam o conteúdo de dança em suas aulas. Verificou-se que, ao longo dos nove anos do ensino fundamental, as danças mais trabalhadas pelos professores são do contexto regional e indígena, ambas com maior ênfase nos anos iniciais. Nos anos finais, as danças que aparecem mais evidentes são as danças urbanas. Destaca-se, ainda, que os professores procuram incluir danças de culturas diferentes para ampliar o conhecimento dos alunos (SILVA, 2021).

Verifica-se, no estudo de Rocha e Rodrigues (2007), que as danças são trabalhadas somente em datas comemorativas, o que mostra uma diferença relevante quando comparada a outros estudos, em que os professores aplicam o conteúdo com maior frequência.

Tabela 5 – Aplicação da Unidade Temática: Lutas (Capinzal e Ouro, 2022)

	Objetos do Conhecimento			
	Comunitário e regional		Indígena e africana	
	n	%	n	%
Sim	9	69,2	1	7,6
Não	4	30,7	12	92,3
Total	13	100	13	100

Fonte: os autores.

Na unidade temática de lutas (Tabela 5), o objeto do conhecimento menos trabalhado pelos professores é o de matriz indígena e africana (7,6%). Acredita-se que a falta de conhecimento e familiaridade com o conteúdo contribui diretamente para que estas manifestações culturais sejam menos trabalhadas nas aulas. Contudo, as escolas poderiam propor, como forma de contemplar esse conteúdo, que grupos de capoeira realizassem apresentações e atividades de socialização nas escolas, dessa maneira, professores e alunos teriam a oportunidade de vivenciar e conhecer de forma mais efetiva as lutas de outras manifestações culturais.

Na pesquisa em que participaram oito professores de Educação Física, de escolas públicas do Oeste do Paraná, o ensino das lutas não é aplicado de forma suficiente. De modo geral, os professores ministram aulas teóricas, realizam visitas com seus alunos nas academias ou trazem professores convidados para apresentarem atividades relacionadas ao tema nas escolas; a falta de materiais também influencia de forma negativa na implementação desse conteúdo. Outro fator relevante é a formação inicial insuficiente, ou seja, os professores não estão preparados para trabalhar com essas atividades na escola, bem como necessitam de uma formação continuada para aplicar de forma efetiva o conteúdo (BECKER; HARNISCH; BORGES, 2021).

O estudo realizado no município de São Miguel do Guamá, PA, teve como objetivo identificar se as lutas fazem parte dos conteúdos abordados nas aulas de Educação Física nas escolas do ensino fundamental. Foram investigados 100 alunos e cinco professores de Educação Física de cinco escolas. Constatou-se que apenas em uma escola o conteúdo é abordado e 63% dos alunos gostariam de ter esse conteúdo em suas aulas. Os professores justificam que as escolas não possuem os materiais e estrutura pedagógica, sendo necessário reformulações nos formatos das disciplinas que abordam esse conteúdo e a oferta de formações continuadas (REIS; MIRANDA, 2020).

É possível constatar que nos estudos dos estados do Paraná e do Pará, os professores trabalham de forma superficial com o conteúdo de lutas, já o estudo realizado no estado de Santa Catarina aponta que as lutas do contexto comunitário e regional são aplicadas de forma efetiva. Sendo assim, acredita-se que existe uma defasagem na formação inicial de alguns professores e, por vezes, a falta de interesse de aprender e aceitar desafios propostos faz com que a ausência desses conteúdos menos tradicionais se torne evidente.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com este estudo observou-se que os professores utilizam de forma mais efetiva em seu planejamento, conteúdos da cultura à qual estão inseridos. Entretanto, há professores que buscam superar este contexto, diversificando os conteúdos no decorrer dos anos iniciais do ensino fundamental, possibilitando a ampliação de experiências dos alunos e uma maior riqueza de conteúdos abordados.

Sugere-se que os professores de Educação Física Escolar, especialmente os futuros professores, tenham ousadia para construir uma Educação Física sólida, trabalhando de forma efetiva para que os conteúdos sejam diversificados ao longo do ensino fundamental, que permita ao aluno experienciar e se identificar com outros conteúdos para além daqueles tradicionais. Ressalta-se a importância e a necessidade de os professores participarem de cursos e formações continuadas, a fim de aplicarem com segurança os saberes contemporâneos da Educação Física e conteúdos de outras manifestações culturais.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Anely Carneiro de. O ensino da educação física e o espaço físico em questão. Web artigos, 2011. Disponível em: <https://www.webartigos.com/artigos/o-ensino-da-educacao-fisica-e-o-espaco-fisico-em-questao/68292/>. **Acesso em: 8 maio 2022.**

ANDRADE, Leonardo Borges; SOUSA, Francisco José Fornari. A importância da prática de esportes no ensino fundamental I. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Centro Universitário Unifacvest, São Joaquim, 2016. Disponível em: <https://www.unifacvest.edu.br/assets/uploads/files/arquivos/17cd6-andrade-leonardo-borges.-a-importancia-da-pratica-de-esportes-no-ensino-fundamental-i.-lages-unifacvest.-tcc-2020-2.pdf>. Acesso em: 25 set. 2022.

BECKER, Andreia Cristine; HARNISCH, Gabriela Simone; BORGES, Gustavo André. O conteúdo “lutas” nas aulas de educação física em escolas do Oeste do Paraná. **Revista Pensar a Prática**, Goiânia, v. 24, 2021. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/68245>. Acesso em: 3 out. 2022.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 5 abr. 2022.

BRASIL. [Constituição (1988)]. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, n. 191-A, p. 1, 5 out. 1988. Legislação Informatizada – Constituição de 1988 – Publicação Original. Disponível em: <w2.camara.leg.br/legin/fed/consti/1988/constituicao-1988-5-outubro-1988-322142-publicacaooriginal-1-pl.html>.

BRASIL. Lei das Diretrizes e Bases da Educação Nacional n. 9.394, de 20 de dezembro de 1996. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 1996. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm. Acesso em: 5 abr. 2022.

CÂNDIDO, Rita de Kássia; GENTILINI, João Augusto. Base Curricular Nacional: reflexões sobre autonomia escolar e o projeto político-pedagógico. **Revista Brasileira de Política e Administração da Educação**, [s.l.], v. 33, n. 2, p. 323-336, maio/ago. 2017. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/rbpae/article/view/70269>. Acesso em: 5 maio 2022.

GÓES, Flávia Temponi; MENDES, Cláudio Lúcio. Currículo e hierarquia dos saberes escolares: onde está a educação física? *In*: REUNIÃO ANUAL DA ANPED, 32., 2009, Caxambu. **Anais eletrônicos** [...]. Caxambu, 2009. p. 1-17. Disponível em: <http://32reuniao.anped.org.br/arquivos/trabalhos/GT12-5571-Int.pdf>. Acesso em: 5 abr. 2022.

HEIDERSCHIEDT, Luana Rosa. **Jogos e brincadeiras nas aulas de educação física dos anos iniciais do ensino fundamental**. 2018. 14 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Educação Física) – Centro Universitário Unifacvest, Lages, 2018. Disponível em: <https://www.unifacvest.edu.br/assets/uploads/files/arquivos/15081-heider~1.pdf>. Acesso em: 18 set. 2022.

OLIVEIRA, Emerson José de. **Sentido e significado de um processo de formação continuada em educação física**: professores da rede pública municipal de ensino de Ibiporã - PR. 2013. 217 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2013. Disponível em: <https://1library.org/document/lq55r37q-significado-processo-formacao-continuada-educacao-professores-municipal-ibipora.html>. Acesso em: 5 abr. 2022.

OLIVEIRA, Raissa Batista Luaemar de. **Esportes dentro e fora da escola:** um estudo sobre a motivação dos pais. 2018. 73 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Educação Física) – Universidade de Brasília, Brasília, 2018. Disponível em: https://bdm.unb.br/bitstream/10483/21432/1/2018_RaissaBatistaLuaemarDeOliveira_tcc.pdf. Acesso em: 25 set. 2022.

PRACHTHAUSER, Bárbara. **Ginástica geral na educação física escolar.** 2019. 18 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Educação Física) – Centro Universitário Unifacvest, Lages, 2019. Disponível em: <https://www.unifacvest.edu.br/assets/uploads/files/arquivos/97667-prachthausen-barbara-ginastica-geral-na-educacao-fisica-escolar-lages-unifacvest-tcc-curso-de-licenciatura-em-educacao-fisica-defesa-em-17-de-dezem.pdf>. Acesso em: 25 set. 2022.

RAMOS, Eloíza da Silva Honório. A importância da ginástica geral na escola e seus benefícios para crianças e adolescentes. **Movimento e Percepção**, v. 9, n. 13. p. 190-199 jul./dez. 2008. Disponível em: https://www.academia.edu/20857900/A_import%C3%A2ncia_da_gin%C3%A1stica_geral_na_escola_e_seus_benef%C3%ADcios_para_crian%C3%A7as_e_adolescentes. Acesso em: 25 set. 2022.

REIS, Lion Matheus Cardoso dos; MIRANDA, André Luis Ferreira. O conteúdo lutas nas aulas de educação física nas escolas de ensino fundamental do município de São Miguel do Guamá - PA. **Revista de Estudo e Pesquisa em Educação**, Juiz de Fora, v. 22, n. 1, p. 120-136, jan./abr. 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/revistainstrumento/article/view/27888>. Acesso em: 3 out. 2022.

REZENDE, Leonardo Mateus Teixeira de. Educação física no ensino fundamental. In: SILVEIRA, Erik Menger *et al.* **Educação física no ensino fundamental: prática docente.** Porto Alegre: SAGAH, 2021. cap. 1, p. 11-27. Biblioteca *on-line* da Unoesc. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786556901589/>. Acesso em: 25 abr. 2022.

ROCHA, Daniela; RODRIGUES, Graciele Massoli. A dança na escola. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 6, n. 3, p. 15-21, 2007. Disponível em: https://www.mackenzie.br/fileadmin/OLD/47/Editora/REMEF/Remef_6.3/Artigo_01.pdf. Acesso em: 3 out. 2022.

RODRIGUES, Simone Silva; GIMENEZ, Roberto; DYONISI, Cristiane Makyda. As competências gerais da BNCC de educação física e as possibilidades de conhecimento. **Revista @ambienteeducação**, São Paulo, v. 14, n. 3, p. 687-699, set./dez. 2021. Disponível em: <https://publicacoes.unicid.edu.br/index.php/ambienteeducacao/article/view/1117>. Acesso em: 5 maio 2022.

SILVA, Jaqueline da. **Planejamento e implementação de conteúdos na educação física escolar**: percepção de professores do ensino fundamental. 2021. 317 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/226901>. Acesso em: 18 set. 2022.

SILVA JUNIOR, Vagner Pereira da; SAMPAIO, Tânia Mara Vieira. Os conteúdos das aulas de educação física do ensino fundamental: o que mostram os estudos? **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Santa Cruz, v. 20, n. 2, p. 106-118, 2012. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/3007>. Acesso em: 25 set. 2022.

ZABALA, Antoni. **A prática educativa**. Porto Alegre: Penso, 1998. Biblioteca *on-line* da Unoesc. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788584290185/>. Acesso em: 2 maio 2022.

