

## **HÁBITOS DE LAZER ENTRE ESCOLARES DO ENSINO MÉDIO DA REDE PÚBLICA DE JUAZEIRO DO NORTE**

**Emanuelle Lima RODRIGUES (1); João Barbosa da Cruz JUNIOR (2); Amanda Alves da SILVA (3); Genaina Alves de OLIVEIRA (4); Ialuska GUERRA (5)**

(1) Centro Federal de Educação Tecnológica – Uned Juazeiro do Norte, Belo Dourado 167, Pio XII, 3512-2613, e-mail: [manu130282@hotmail.com](mailto:manu130282@hotmail.com)

(2) Centro Federal de Educação Tecnológica – Uned Juazeiro do Norte, e-mail: [jbcruzjunior@bol.com.br](mailto:jbcruzjunior@bol.com.br)

(3) Centro Federal de Educação Tecnológica do Ceará – Unidade de Ensino Descentralizada de Juazeiro do Norte, e-mail: [mandynha\\_as@hotmail.com](mailto:mandynha_as@hotmail.com)

(4) Centro Federal de Educação Tecnológica do Ceará – Unidade de Ensino Descentralizada de Juazeiro do Norte, e-mail: [genainaalvesdeoliveira@yahoo.com.br](mailto:genainaalvesdeoliveira@yahoo.com.br)

(5) Centro Federal de Educação Tecnológica do Ceará – Unidade de Ensino Descentralizada de Juazeiro do Norte (CEFET/CE); Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção (PPGEP/UFPB) Grupo de Estudo em Performance Humana Atividade Física, Exercício e Saúde (GPHAFES/ Cnpq); Laboratório de Medidas e Avaliação do CEFET CE(Labomed/CEFET/CE)  
e-mail: [ialuska@cefetce.br](mailto:ialuska@cefetce.br)

### **RESUMO**

A globalização e a tecnologia concorrem para alterações no estilo de vida e hábitos do ser humano, evidenciando mais doenças crônico-degenerativas e estresse. Objetivou-se identificar os hábitos de lazer dos adolescentes no tempo livre. Trata-se de pesquisa descritiva, transversal e de campo numa população de adolescentes em Juazeiro do Norte. A amostra foi de 223 escolares do ensino médio da rede pública, 48,4% masculino e 51,6% feminino, idade entre 16 e 20 anos. O instrumento foi um questionário adaptado do Inventário dos Hábitos de Lazer (CLOES et. al.,1997) e da Escala de Hábitos de Lazer (FORMIGA, AYROZA e DIAS, 2005). Os principais hábitos de lazer praticados pela amostra (visitar familiares/pessoas conhecidas, namorar ou conversar com amigos, ouvir músicas, assistir TV, ir a igreja) vão ao encontro de Nobre (2006). Entre os que mencionaram praticar e não praticar atividades físicas nos momentos de lazer constatou-se que 46% indicaram participar de atividade física no tempo livre com ou sem orientação profissional. 54% afirmaram não praticar. Neste sentido, é providencial no planejamento e elaboração do plano de trabalho, a priorização de atividades que satisfaçam as necessidades atribuídas a auto-estima do estudante, não considerando volume e intensidade, e sim a realização da atividade física.

**Palavras-chave:** adolescentes, hábitos de lazer, atividade física.

## 1. INTRODUÇÃO

Com o avanço tecnológico, a globalização e as potencialidades científicas, que especificam a nossa sociedade urbano-industrial, o estilo de vida e os hábitos do ser humano estão se alterando continuamente. As doenças crônico-degenerativas e o estresse estão cada vez mais evidentes na vida do homem moderno.

É importante então conhecermos a importância das atividades de lazer no nosso cotidiano, uma vez que tais práticas podem atender algumas necessidades do homem atual.

Porém o significado da palavra lazer vem sofrendo constantes modificações com o passar dos anos. O lazer acontece no tempo livre, o tempo depois do trabalho, ou seja, a sensação oposta do trabalho. Também alguns estudiosos como Pimentel (2003), Alves Junior; Melo (2003) dizem que tempo livre é aquele tempo fora das nossas obrigações cotidianas e de nossas necessidades, e que usamos esse tempo para o que bem queremos.

De fato, ocupar-se com alguma coisa pressupõe que o indivíduo venha a ter satisfação com o que está a fazer. Cada ser tem a sua forma de aproveitar o tempo livre e muitas vezes compartilhando certas características com um grupo de pessoas em comum, como no caso os adolescentes.

Atualmente os adolescentes têm adotado novas formas de ocupar o tempo livre, pois fogem de vivências que há alguns anos atrás era comum, como a prática de esportes em geral, leitura de livros, entre outros (MUNNÉ; CODINA; ESPINOSA, apud FORMIGA et. al., 2005).

Com o avanço da informática, jogos eletro-eletrônicos vêm atraindo muitos adolescentes; a facilidade de aquisição de bebidas e outros tipos de produtos tóxicos e prejudiciais à saúde vêm também movendo grandes parcelas de jovens para seu consumo, não satisfazendo pais, professores, contrariando a institucionalização do limite e formação de normas sociais.

E o que se observa na cidade de Juazeiro do Norte não difere muito dessa realidade, devido à falta de acesso e de políticas públicas destinada ao lazer, porque na realidade o espaço existe, o que não existe é programação, e/ou profissionais que ministrem nesses macro-equipamentos destinados à prática de lazer distribuídos em várias localidades de nossa cidade, entre esses espaços temos clubes, parque, campos, shopping e outros, e estes estão sendo muito pouco aproveitados, principalmente pelos adolescentes que estão imigrando para outras formas de lazer.

Sendo assim, o presente trabalho pretende demonstrar em que ponto alguns hábitos que os adolescentes vêm praticando em seu tempo livre têm favorecido a diminuição de uma rotina ativa fisicamente que, conseqüentemente gera o agravamento de algumas doenças tais como a obesidade, estresse prematuro, sedentarismo entre outros.

Essas considerações sugerem uma necessidade de identificar os hábitos de lazer de adolescentes juazeirenses bem como suas possíveis repercussões sobre os hábitos de atividade física e a influência destes sobre a aptidão física.

O estudo também pretende mostrar que a prática do lazer poderá orientar o indivíduo a atividades diferenciadas de lazer, as quais podem ir da leitura, cinema, finais de semana com familiares, ao abuso de bebidas e drogas, etc. Para que isto se torne eficiente em relação à socialização e extinção de conflitos tanto com seus grupos de identificação (pais, familiares, professores e amigos, etc.) quanto consigo mesmo, é necessário que estas atividades promovam o reconhecimento no que diz respeito à aceitação e prática social na escolha para diversão ideal (ARGYLE, apud FORMIGA et. al., 2005).

Surge então diante do que foi exposto o seguinte questionamento: Quais os hábitos de lazer os adolescentes na cidade de Juazeiro do Norte vêm adotando?

O presente trabalho é uma fonte de pesquisa e orientação para todos os alunos e profissionais que buscam esta ampla área de pesquisa que é o lazer, com o objetivo de investigar quais as principais atividades e hábitos de lazer, o tempo gasto com tais atividades e a diferença entre os gêneros dos adolescentes de Juazeiro do Norte em seu tempo livre.

## **2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

### **2.1. Lazer, uma palavra e vários significados**

A palavra lazer sofreu muitas mudanças no seu significado dos gregos até aqui, principalmente após a Revolução Industrial com suas conquistas sociais frente ao trabalho e avanços sociais. Sendo assim, o lazer fica definido de várias formas como se segue. Para Alves Junior; Melo (2003; 29); “o mesmo é definido como fenômeno moderno surgido com a artificialização do tempo de trabalho, típica do modelo de produção fabril desenvolvido a partir da Revolução Industrial”.

Segundo Dumazedier (2000; 34), seria um equívoco definir o lazer, como o fazem os sociólogos do trabalho, como as atividades que se opõem ao trabalho. O chamado “três oito” (oito horas de trabalho, oito horas de repouso, oito horas de lazer).

Por esse motivo o autor define lazer como “Um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se, ou ainda, para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais.”

Ainda segundo o mesmo autor, lazer também é um fenômeno que exerce conseqüências sobre o trabalho, à família e a cultura. Já o sociólogo Requixa, apud Camargo (2006) define como uma ocupação não obrigatória, onde o indivíduo tem livre escolha para vivenciar e cujos valores favorecem condições de recuperação e desenvolvimento pessoal e social.

Para os intelectuais do século XIX, Marx, Proudhon, Augusto Comte e Engels, citado por Dumazedier (2000), o lazer é constituído pelo espaço que possibilita o desenvolvimento humano. Ou seja, é o tempo que permite composições livres com a possibilidade de desenvolver a autonomia popular e a necessidade de diminuir o tempo de trabalho, a fim de que todos tivessem tempo suficiente para participar dos negócios gerais da sociedade.

Costa (2003) uniu cinco elementos para a formulação do possível e necessário conceito de lazer:

- a) Atividade realizada no tempo disponível longe das demais obrigações da vida;
- b) Atividade geradora de satisfação e prazer;
- c) Livre iniciativa por parte dos indivíduos;
- d) Atividade com caráter ativo, ou seja, o indivíduo possui uma reflexão sobre as atividades que realiza, as tornando ativas e com qualidades;
- e) Atividade proporcionadora de desenvolvimento pessoal, seja intelectual, mental ou físico.

Conforme Marcellino (2002) em seus estudos o mesmo é definido como atividades acrescentadas no tempo livre e que não envolve o trabalho diário. Este tempo livre não é referente só às obrigações de ordem profissional, porém, também familiares, sociais e religiosas. O autor aborda o lazer como atividade sem interesses e sem lucros, oferecendo o relaxamento, a socialização e a libertação e destaca o lazer como direito constitucional, sendo que em seus discursos utiliza-se da reflexão sobre o problema público de lazer no Brasil, pois, mesmo sendo direito legalmente garantido, sua consecução encontra-se distante da realidade, principalmente por fatores determinantes como à falta de acesso da maior parte da população ao lazer; à pequena oferta de ações de educação para e pelo lazer e à escassez de profissionais capacitados para o gerenciamento e a execução das atividades.

#### **2.1.1. Funções do lazer**

Conforme Marcellino (2002), Dumazedier (2000) e Requixa apud Formiga (2005) a relação entre lazer e seus valores se define em três funções, conhecidas como três D's e que são empregadas até hoje nos estudos de lazer. Quais sejam:

- a. Função de descanso (recuperar as energias): compensa e renova os desgastes provocados pelas obrigações, principalmente pelo trabalho;
- b. Função de divertimento (também é uma resposta à fadiga): recreação e entretenimento;

- c. Função de desenvolvimento (novas formas de aprendizagem): tem importância fundamental para o acréscimo da cultura popular e a relação do indivíduo com o meio social em que está incluído, permitindo sua maior participação social, adotando atitudes mais autônomas.

De acordo com o questionamento enfocado no presente estudo é de suma importância questionar se as funções do lazer encontram-se presentes nas atividades desenvolvidas pelos adolescentes, concordando assim com o questionamento feito por Maia (2006) sobre o que adiantaria a existência do lazer se o mesmo não proporcionasse momentos de descanso, divertimento e desenvolvimento?

### **2.1.2. Atividades de lazer**

Quando se pensa em atividades de lazer é impossível não associá-las a conteúdos de recreação e Educação Física. Porém, sendo o lazer uma produção cultural no tempo livre, mostras de arte, ida ao cinema, passeios, ver televisão, assistir um show podem ser também consideradas atividades de lazer. Basta serem executadas como opção cultural da pessoa no tempo livre (PIMENTEL, 2003).

Ainda segundo este autor, também se caracteriza como atividades de lazer: estafeta e circuito; dinâmica de grupo; matroginástica; recreação aquática; gincana; rua de lazer; acampamento, acantonamento e colônia de férias.

Para Camargo (2006; 16) a classificação das atividades de lazer... “é muito controvertida tal o número de soluções propostas”. Porém, para ele a classificação mais satisfatória é a do sociólogo francês Dumazedier, criador do que habitualmente se designa a sociologia do lazer. Baseando-se no princípio do interesse cultural central de cada atividade de lazer, Dumazedier (2000) as classifica em física, manual, intelectual, artística e social. Porém, Camargo (2006) acha conveniente acrescentar mais uma área de interesse cultural no lazer, o turístico.

Segundo Dumazedier (2000), as seguintes atividades se opõem ao que se é considerado como atividades de lazer: Trabalho profissional; Trabalho suplementar (bico); Trabalho doméstico; Atividades de manutenção (refeições, higiene pessoal); Atividades rituais ou ligadas ao cerimonial (visitas, aniversários, reuniões políticas e religiosas); e Atividades ligadas aos estudos.

Alves Junior; Melo (2003; 32) definem atividades de lazer pela união de dois parâmetros. Sendo um mais objetivo, de caráter social (o tempo), e o outro mais subjetivo, de caráter individual (o prazer). Sendo assim, os autores as caracterizam da seguinte forma:

- a. As atividades de lazer sendo atividades culturais, em seu sentido mais amplo, englobando os diversos interesses humanos, suas diversas linguagens e manifestações;
- b. As atividades de lazer podem ser efetuadas no tempo livre das obrigações, profissionais, domésticas, religiosas, e das necessidades físicas;
- c. As atividades de lazer são buscadas tendo em vista o prazer que possibilitam embora nem sempre isso ocorra e embora o prazer não deva ser compreendido como exclusividade de tais atividades.

Segundo Dumazedier, Andrade apud Formiga et. al., (2005) independente da idade, essas atividades, bem como a utilização do tempo livre, têm preocupado de um modo geral, fazendo com que se procure uma forma de descanso capaz de promover condições saudáveis na entrega ao seu próprio lazer.

A partir dos conteúdos culturais de lazer abordados, poderemos planejar um lazer bastante variado e que possa atender aos diversos públicos, como também prolongar possibilidades de novas atividades de lazer ainda desconhecidas e/ou não experimentadas pela população.

### **2.1.3. Hábitos de lazer**

O dia a dia das pessoas pode oferecer atividades com capacidade de construir hábitos para o indivíduo sozinho ou em grupo, em que se formam costumes de prazer e contrariedade de informação e envolvimento social (PAIS, citado por FORMIGA et. al., 2005). Os meios de comunicação alternativos têm destacado tipos de lazer que influenciam a violência ou comportamentos orientados a forma de romper as normas sociais, sendo que grande parte dos adolescentes passam o dia frente à televisão, games, computadores, etc. e quase nenhum tempo com livros ou em encontros constantes e consistentes com a família (MUNNÉ; CODINA; ESPINOSA, apud FORMIGA et. al., 2005).

Para Espinosa citado por Formiga et. al. (2005), o hábito de lazer do tipo vídeo game e programas de televisão, têm levado os jovens a se privar de situações reais em sua própria vida, pois não os coloca em conflito com seus valores. O mesmo afirma que tais jogos apresentam apenas o objetivo de eliminar o inimigo, fazendo com que as desavenças comuns da idade pré-adolescente ou adolescente não venham mostrar-se, diante disso, tal fato se faz necessário para efeito de confrontação entre suas escolhas, como o que estas podem trazer para o indivíduo (FORMIGA et. al., 2005). Sendo assim, sem que os jovens percebam a necessidade de mudança no desenvolvimento individual e na sua habilidade social, os tornam incapazes de vivenciar novas fases em sua vida.

A solução para tais comportamentos está na formação sócio-educacional desenrolada na prática entre os jovens, o que os levam tanto a satisfação no lazer quanto na vida diária (BLAUWKAMP; SHINEW, apud FORMIGA et. al., 2005). Os mesmos ainda destacam a diferença entre o grau de importância que os jovens dão à família e aos amigos e sua participação na diversão em cada grupo com eles, podendo haver mudança significativa no estilo de vida do tipo e do modo de lazer que ambos venham a assumir.

### 3. MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo trata de uma pesquisa descritiva, transversal e de campo por envolver a utilização de questionários (THOMAS; NELSON, 2002) e por não haver interferência do investigador e ainda por tratar-se do estudo de um fenômeno atual, ainda pouco examinado entre as comunidades e que visa descobrir as afinidades entre fenômenos (RICHARDSON, 1999).

A pesquisa foi realizada com adolescentes que segundo Ferreira (2004) é o período da vida humana que sucede à infância, começa com a puberdade, e se caracteriza por uma série de mudanças corporais e psicológicas (estendendo-se aproximadamente dos 12 aos 20 anos).

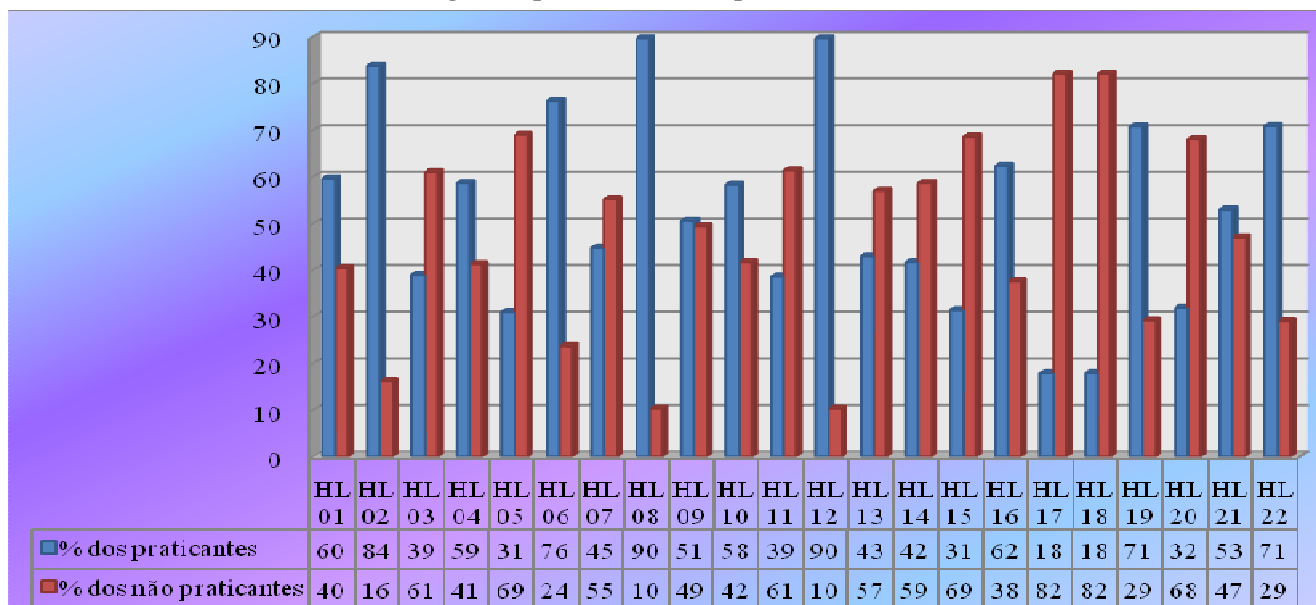
A amostra é composta por 223 adolescentes do nível médio de escolas da rede públicas sendo 108 do sexo masculino (48,4%) e 115 do sexo feminino (51,6%), com idade entre 16 e 20 anos regularmente matriculados na cidade de Juazeiro do Norte.

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi o questionário composto por 22 itens adaptado por Nobre (2006) a partir do Inventário dos Hábitos de Lazer (CLOES et. al., 1997) e da Escala de Hábitos de Lazer (FORMIGA, AYROZA; DIAS, 2005). O mesmo é respondido em escala de cinco pontos, tipo Likert, onde o quesito 1 diz respeito às atividades que não fazem parte da rotina diária de lazer do adolescente; 2 raramente; 3 às vezes; 4 quase sempre e 5 sempre.

### 4. ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS DADOS

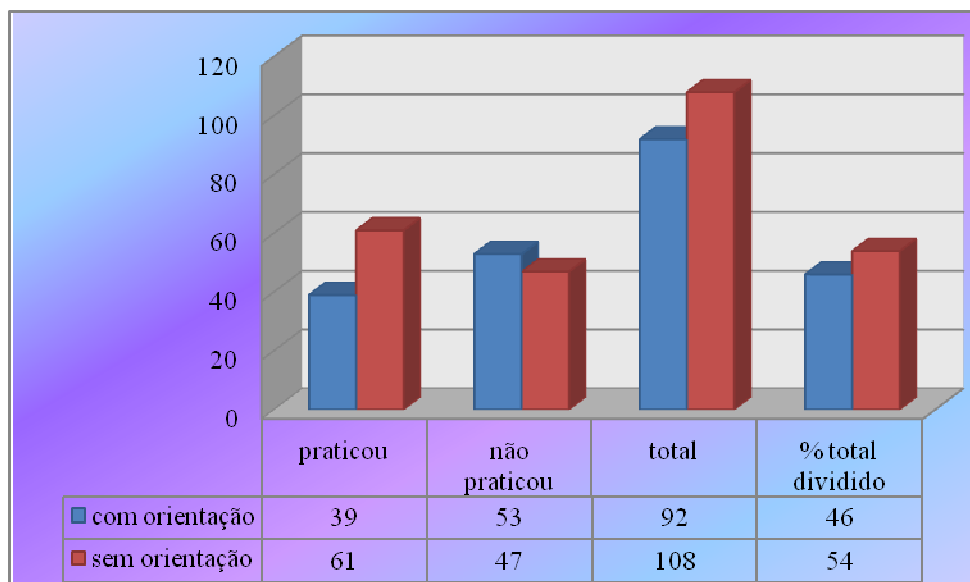
A partir dos resultados obtidos verificou-se que entre os cinco principais hábitos de lazer praticados por adolescentes desse estudo (HL6 visitar familiares/pessoas conhecidas, HL8 namorar ou conversar com amigos, HL12 ouvir músicas, HL2 assistir TV, HL22 ir a igreja) vão ao encontro do que fora relatado pelos adolescentes no estudo de Nobre (2006), especialmente no que diz respeito a ouvir músicas, assistir TV e estar com amigos (gráfico 1).

Gráfico 1 – Porcentagem de praticantes e não praticantes das atividades de lazer



Ao dividir a amostra entre aqueles que mencionaram praticar e não praticar atividades físicas nos momentos de lazer, a partir das questões 3 e 21, constatou-se que 46% afirmaram participar de alguma atividade física no tempo livre por média de 96 minutos com ou sem orientação profissional, contra 54% que afirmaram não praticar.

**Gráfico 2 –Porcentagem de praticantes e não praticantes das atividades de lazer**



Considerando-se como ativos ou praticantes os indivíduos que responderam afirmativamente (às vezes, quase sempre e sempre) e como inativos, sedentários ou não praticantes os que responderam de forma negativa (nunca e raramente), vê-se um resultado bastante preocupante, pois os adolescentes embora encontrem-se classificados como ativos estão realizando práticas corporais sem orientação em sua maioria (61%). Esses resultados não condizem com os valores encontrados por Esculcas e Mota (2005) que indicaram na prática com orientação 41% e sem orientação 42,2%.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A conduta dos adolescentes ainda que um pouco divergentes frente a resultados de trabalhos anteriores, mostra que os hábitos de lazer dos mesmos independem da cultura ou da idade e se mostra bastante parecida com jovens de outras regiões.

Concluindo então, faz-se necessário dá maior importância a prática das atividades físicas esportivas que não estão sendo acompanhadas, fazendo com que essa prática não deixe de ser existente na vida dos mesmos, porém tem de mantê-la de forma segura, incluindo-as não só nos planos de aulas dos profissionais da área, mas também no projeto pedagógico das escolas. Sendo assim, sugere-se que os trabalhos posteriores a este venham a dar maior importância a prática segura dessas atividades, tentando comparar os hábitos e níveis de acordo com os bairros, já que neste estudo só foi possível uma análise geral do grupo.

Neste sentido, parece ser providencial que no planejamento e elaboração do plano de trabalho, o docente priorize atividades que satisfaçam antes de tudo as necessidades atribuídas a auto-estima do estudante, não considerando importância no volume e/ou na intensidade, e sim na realização da atividade física.

## REFERÊNCIAS

ALVES JUNIOR, Edmundo Drummond; MELO, Victor Andrade de. **Introdução ao lazer**. Barueri. – SP: Manole, 2003.

CAMARGO, Luiz Otávio de Lima. **O que é lazer**. São Paulo – SP: Brasiliense, 2006.

COSTA, Jean Henrique. **Procurando um significado para o lazer?** Revista Turismo – Junho, 2003.

DUMAZEDIER, Joffre. **Planejamento de lazer no Brasil: a teoria sociológica da Decisão.** São Paulo – SP: SESC, 1980.

\_\_\_\_\_, Joffre. **Lazer e cultura popular.** 3ª ed. São Paulo: Perspectiva, 2000.

ESCULCAS, Carlos; MOTA, Jorge. **Atividade Física e práticas de lazer em adolescentes.** Revista portuguesa de ciências do desporto, nº. 1, v. 5, p. 69-76, 2005.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Mini Aurélio Século XXI: O minidicionário da língua portuguesa. Coordenação e edição Margarida dos Anjos, Marina Baird Ferreira.** 5ª edição. Rio de Janeiro – RJ: Nova Fronteira, 2004. ISBN 85-209-1213-3

FORMIGA, Nilton S.; AYROZA, Igor; DIAS, Lunna. **Escala das atividades de hábitos de lazer: construção e validação em jovens.** Revista de Psicologia da Vetor Editora, nº. 2, v. 6, p. 71-79, 2005.

\_\_\_\_\_, Nilton S. et. al. **A orientação valorativa como explicação das atividades dos hábitos de lazer em jovens brasileiros: um estudo em termos das bases normativas de diversão.** Revista de Psicologia da Vetor Editora, nº. 2, v. 6, 2006.

MAIA, David Amorim. **A identificação dos macroequipamentos de lazer disponíveis à população da cidade de Juazeiro do Norte.** Monografia apresentada ao Curso Superior de Tecnologia em Desporto e Lazer do Centro Federal de Educação Tecnológica de Ceará – CEFET. Juazeiro do Norte, 2006.

MARCELINO, Nelson Carvalho. **Lazer e educação,** 3ª ed. Campinas. – SP: Papirus, 1995.

\_\_\_\_\_, Nelson Carvalho. **Estudos do lazer: uma introdução.** 3ª ed. Campinas. – SP: Autores Associados, 2002.

\_\_\_\_\_, Nélson Carvalho. **Lazer e Humanização.** Campinas - SP, Papirus, 1983.

NOBRE, Francisco Salviano Sales. **Hábitos de Lazer, Nível de Atividade Física e Características Somatomotoras de adolescentes.** Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-graduação *Stricto-Sensu* em Ciências do Movimento Humano da Universidade do Estado de Santa Catarina. Florianópolis – SC, 2006.

PIMENTEL, Giuliano Gomes de Assis. **Lazer: fundamentos, estratégias e atuação profissional.** Jundiaí – S.P: Fontoura, 2003.

RICHARDSON, Roberto. J. **Pesquisa social: métodos e técnicas.** 3. ed. São Paulo – S.P: Atlas, 1999.

THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K. **Métodos de pesquisa em atividade física.** 3ª ed. São Paulo – SP: Artmed, 2002.