**O LUGAR DA SAÚDE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA, CONCEPÇÃO DOS ALUNOS DO ENSINO MÉDIO: RELATOS E REFLEXÕES**

Sebastiana Fernanda Marques Bessa

Professora de Educação Física

UERN/CAMEAM

[s.fernandaa@hotmail.com](mailto:s.fernandaa@hotmail.com)

Kátia Monara Martins da Silva

Graduanda do curso de Educação Física

UERN/CAMEAM

[katia.monara@hotmail.com](mailto:katia.monara@hotmail.com)

Ubilina Maria da Conceição Maia

Docente do curso de Educação Física

UERN/CAMEAM

[ubilinamcm@gmail.com](mailto:ubilinamcm@gmail.com)

**RESUMO**

Este trabalho constitui um estudo com a finalidade de refletir e compreender a saúde na dimensão das ações vivenciadas nas aulas de Educação Física no Ensino Médio. Objetivou-se, analisar como se desenvolve a temática saúde e qual a concepção dos alunos do Ensino Médio. O estudo tem como método de investigação uma pesquisa de natureza qualitativa descritiva, utilizando como instrumento um questionário. Participaram quinze alunos do segundo ano do Ensino Médio da Escola Estadual Cristovão Colombo de Queiroz da rede pública da cidade de Doutor Severiano, RN. O entendimento apresentado pelos alunos sobre saúde, a partir da concepção das vivências nas aulas de Educação física foi que a maioria tem ideias limitadas a alguns elementos; a saúde na perspectiva deles está relacionada com o equilíbrio do corpo e na perspectiva biológica de atividade física e saúde. Como se sabe, a saúde está para além disso, pois envolvem fatores sociais, educacionais, lazer, saneamento. Concluiu-se que, levar o tema saúde para as aulas de Educação Física de forma ampla na escola, se torna de suma importância, acreditando, que, a partir de pesquisas como esta, é possível começar uma mudança na concepção dos alunos sobre saúde.

Palavra-chave: Saúde. Educação Física. Ensino Médio.

**1 INTRODUÇÃO**

O conceito de saúde é compreendido por diferentes referências, pois percebe-se que há inúmeros saberes por meio dos conhecimentos, e uma diversidade considerável de concepções de saúde. Sendo assim, saúde pode ser compreendida de várias formas, pois depende da visão e da relação que cada ser humano interpreta sobre saúde, variando de indivíduo para indivíduo.

De acordo com os PCN (BRASIL,1997, p. 249), saúde é “um conjunto de fatores que abrangem desde o meio físico, biológico, social e cultural”. Nesse entendimento, assume diferentes compreensões no seu processo histórico. Vale ressaltar que, os aspectos históricos da Educação Física com relação à saúde eram tidos como protagonistas na produção da referida a fim de capacitar os indivíduos para suportar a nova ordem social.

Na iniciativa de auxiliar e oferecer uma nova concepção sobre esse tema, a educação física escolar tem um importante papel na tentativa de orientar os aspectos que possam relacionar a educação para a saúde, propondo atividades nas aulas de Educação Física que levem os educandos a perceberem a importância de se discutir e a necessidade de trabalhar a temática saúde. A educação física escolar trabalhando conteúdos que objetivem a promoção à saúde prepara o aluno para cuidar de si no que diz respeito às normas de higiene pessoal e ambiental, regras de segurança e lazer (GOMES, 2009).

Nesse sentido, cabe a reflexão de que prepara o aluno também para ser capaz de cuidar da sua própria saúde e da dos seus familiares, adotando um estilo de vida saudável, que engloba fatores tanto físico, mental e social. Portanto, trabalhar esse tema na escola está possibilitando ao aluno garantir uma aprendizagem efetiva e transformadora de atitudes e hábitos de vida. As experiências obtidas na escola contribuem de forma significativa para que o aluno seja capaz de cuidar de sua saúde e vivenciar no dia-a-dia ajudando seus semelhantes. Como diz Silva Junior (2007, p. 62):

O processo de capacitar as pessoas, educando-as para ter escolhas mais saudáveis e assim adquirir um estilo de vida que condiga com suas necessidades é a ideia fundamental deste processo, o indivíduo deve ser protagonista atuando de forma participativa para decidir com autonomia sobre determinadas situações.

Nesse sentido, a escola é um importante espaço para o desenvolvimento de atividades que promovam saúde, colaborando na construção de conhecimento e ensino de competência para a vida em todos os níveis escolares.

Devido às inovações tecnológicas e sua praticidade, os níveis de atividade física vêm caindo. Essas bruscas mudanças na sociedade atual fazem com que a prática de atividade física deixe de ser priorizada. Nas ultimas décadas a inatividade física tem contribuído para o aumento do sedentarismo e seus malefícios associados à saúde e ao bem-estar do individuo. Tudo isso, é consequência de um novo padrão de vida da sociedade moderna (SAMULSKI, 2000).

A escola é uma instituição social que reúne pessoas e interage entre si, a efetivação desses princípios se dá por meio de organização e deve se adequar as condições de cada escola, e os atores que a compõe devem ser conscientes do papel de cada um e de todos, a fim de alcançarem os objetivos desejados. Devem procurar se esforçar por melhoria da saúde na escola em geral, que engloba os alunos, professores, enfim, toda a comunidade escolar. Desta forma, procurar desenvolver projetos com ações que envolvam a saúde, podendo através destes convidar os familiares dos alunos para participarem. Nesse sentido, a escola deve ser mediadora para desenvolver atividades articulando e realizando ações, de forma preventiva.

Para compreender a dimensão das ações e dificuldades vividas neste contexto e aprofundar os conhecimentos em relação a saúde na educação física escolar, objetivou-se, nesse trabalho, analisar a concepção dos alunos do Ensino Médio acerca do tema saúde na escola e o lugar desse debate nas aulas de Educação Física.

A escolha da temática emergiu da percepção e participação de um projeto de pesquisa na Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), onde foi estabelecido o primeiro contato com o tema saúde. Desse modo, considera-se importante buscar compreender como as aulas de Educação Física estão sendo trabalhadas com o tema saúde e qual a compreensão dos alunos sobre essa temática.

Diante disso, esse estudo tem relevância acadêmica e social no intuito de desmistificar que a Educação Física é disciplina que trabalha apenas com a prática esportiva, que impede muitos de acreditarem no potencial que os mesmos têm a desenvolver. Portanto, a educação física escolar tem a possibilidade de proporcionar o entendimento de saúde a todos os alunos, incorporando o conhecimento para que possa adquirir um propósito de estabelecer caminhos por atitudes mais saudáveis, e servir como ponto norteador para a prática da Educação em Saúde, partilhando responsabilidade na esperança do futuro cada vez melhor para a comunidade escolar. Trabalhando a coletividade em sala de aula, exploram-se os limites e a capacidade de mostrar as possibilidades que o sujeito precisa de se adaptar a vários valores e práticas sociais, questões muito importantes para sua vivencia em sociedade.

O presente trabalho trata-se de um estudo descritivo de natureza qualitativa a qual “não procura enumerar e/ou medir os eventos estudados, nem emprega instrumental estatístico na análise dos dados, envolve a obtenção de dados descritivos sobre pessoas, lugares e processos” (GODOY, 1995, p.58). A organização e aplicação da pesquisa aprimorou-se como instrumento para a investigação um questionário.

Através de uma visita feita na Escola Estadual Cristovão Colombo de Queiroz, no município de Doutor Severiano - RN no intuito de desenvolver a pesquisa houve todo um diálogo com a comunidade escolar, para mostrar nossa proposta, onde foi direcionada para a sala de aula.

A amostra foi construída com quinze alunos do segundo ano do Ensino Médio, o qual contém dose meninas e três meninos, da escola supracitada. A escola está situada no centro, na Rua: Cônego Ismar Fernandes, sendo a única escola na cidade que funciona o Ensino Médio.

Foi aplicado um questionário aos alunos da Escola Estadual Cristóvão Colombo de Queiroz, selecionada para esse estudo, contando que todos os alunos residem em Doutor Severiano/RN. A aplicação do questionário foi realizada com a turma do segundo ano ‘B’, sendo que o mesmo foi aplicado uma vez, e os alunos se encontravam em sala. Portanto, a primeira parte do questionário tem caráter informativo, com dados referentes aos participantes da pesquisa. Participaram da pesquisa quinze alunos, cujas respostas foram coletadas individualmente, mas os resultados foram apresentados de um modo geral, diante das respostas encontradas nas perguntas do questionário.

**2 RESULTADOS E DISCUSSÕES.**

Essa pesquisa norteia a reflexão e ação coletiva, desenvolvida na escola, cuja consequência pode ser vivenciada pelos alunos, nas suas relações com o mundo, estudando suas práticas e vivências, nas suas dimensões pessoal, cultural e psicológica. Para isso, é necessário pensar a Educação Física de forma diferente, buscando modificar as práticas utilizadas, visando à formação do sujeito capacitando-o para se tronar um cidadão conhecedor e reflexivo.

No presente estudo os alunos têm faixa etária entre 16 e 18 anos, sendo doze mulheres e três homens. Os questionários foram aplicados e os alunos teriam que responder de acordo com os conhecimentos dos anos anteriores ou pelo saber do senso comum. Os alunos levaram cerca de vinte minutos para responder cinco perguntas do questionário.

Ao serem questionados sobre o que compreendem sobre a saúde, 34% (n=05) dos alunos relacionaram saúde, em suas respostas, com o bom funcionamento do corpo e da mente.

O bom funcionamento do corpo e da mente (...). O bom funcionamento do corpo e da mente (...). É sentir-se bem com o corpo e com a mente, está sempre disposto para exercer os trabalhos do dia a dia, é sentir-se feliz com a vida (...). A saúde é um dos principais bens para nos seres humanos, por isso que devemos cuidar dela com muito vigor (...). A saúde é um dos principais bens para nos seres humanos, por isso que devemos cuidar dela com muito vigor. (A01, A02, A08, A10, A11).

Essa perspectiva deles de corpo e mente nos dá uma ideia de dualidade. Nesse contexto, o corpo pode ser visto como um espaço biológico em que a saúde esteja atrelada a má visão de corpo e mente saudável. Essa perspectiva foi sendo algo preconizado por alguns filósofos como Platão, que diziam que o corpo estava para as coisas físicas e materiais e a mente para as coisas abstratas e sensíveis representativas da mente e do intelecto.

Cerca de 13% (n=02) responderam que saúde é um dos principias bens para nós seres humanos.

Saúde é um dos tipos de principais bens para nós seres humanos (...). Saúde é um dos tipos de principais bens para nós seres humanos. (A03 e A07).

Nesse sentido, os alunos defendem a saúde como um dos principais bens para os seres humanos; no entanto, não direcionam os fatores que possam adquirir esses bens a saúde. Assim, é fundamental conscientizar, de forma positiva, cada indivíduo e a comunidade envolvente, para a interiorização de atitudes e comportamentos de estilos de vida saudáveis, não apenas no aspecto físico da saúde, mas em todas as suas dimensões (OMS, 1986).

Já 54% (n=08) dos alunos entendem saúde a partir de uma aproximação com o bem-estar, alimentação saudável e prática de exercícios.

Saúde é você se alimentar bem, estar bem tanto no seu interior como no seu exterior. (...) Saúde é você se alimentar bem praticar exercícios e assim ter uma vida saudável e de qualidade. (...) Saúde é uma coisa que os seres humanos deve ter e para ter saúde é preciso de ter uma boa alimentação. (...) É ter uma vida saudável é você praticar esportes, é não ser sedentário. (...) É o bem estar e sentir seu corpo saudável, saúde é se alimentar bem praticar exercícios, assim ter uma vida de qualidade. (...) Saúde é você se cuidar ter uma boa alimentação, praticar esportes, ter um tempo de descanso favorável (...). Uma vida melhor, sem dificuldade de fazer qualquer atividade física proporcionada. (...). Uma vida melhor sem doenças, fazendo uma boa alimentação para você ter uma boa saúde. (A04, A05, A06, A09, A12, A13, A14, A15).

Os alunos não veem dentro de uma perspectiva multifatorial, pois as ideias estão limitadas a alguns elementos; a saúde na perspectiva deles está relacionada com o equilíbrio do corpo e mente (visão dual, que não se utiliza mais na atualidade) e a perspectiva biológica de atividade física e saúde. Como se sabe, a saúde está para além disso, pois envolve fatores sociais, educacionais, lazer, saneamento.

E, como nos mostra Devide (2003), saúde é um processo de aprendizagem. Percebemos, com base nessa concepção, que os alunos apresentam uma visão limitada de saúde.

O foco do nosso estudo sobre a saúde torna-se de extrema relevância, pois é um conteúdo importante para ser trabalhado em sala de aula, uma vez que os alunos adquirem conhecimentos riquíssimos sobre a saúde que levam para sua vida; tendo em vista que somente o profissional com tais saberes será capaz de mobilizar os alunos a partir da sua prática pedagógica em sala de aula.

Alguns questionamentos foram direcionados aos alunos buscando entender essa relação da saúde como prioridade na proposta macro da escola, a partir de Projetos ou eventos sobre saúde, para dar um entendimento acerca de como seriam as reflexões sobre a saúde nas escolas. 40% (n=06) dos alunos responderam que sim. Projetos de implantação de hortaliças que incentivam para comer de maneira correta, e combate à dengue.

Sim, o combate contra a dengue, Zica... E o projeto de implantação de hortaliças no cardápio da escola. (...). Sim das hortaliças sustentáveis, aprendemos como produzir e comer de maneira correta e o contra as doenças causadas pelo mosquito da dengue. (...). Sim, um projeto incentivando para nós seres humanos comer verduras. (...) Sim, um projeto incentivando para nós seres humanos comermos verduras plantadas em nossa própria casa. (...). Sim, um projeto incentivando para nós seres humanos comermos verduras plantadas em nossas próprias casas. (...). Sim, um projeto incentivando a nós comer verduras e também para combatermos a dengue. (A01, A02, A03, A07, A10, A11).

Percebemos, diante das falas dos alunos, que o projeto tem foco no processo de prevenção de doenças. Que esse processo pode repercutir na questão da saúde como ausência de doença, uma vez que essas campanhas acontecem mais em surtos epidêmicos, e com isso desenvolvem campanhas dessa natureza.

Já 40% (n=06) responderam que sim, no caso do desenvolvimento de palestras com enfermeiros e agentes de saúde. E 20% (n= 02) responderam que não.

Sim, palestra com enfermeiros e agentes da saúde. (...). Sim, fonodiologo que nós examinou e também alguns agentes de saúde que vinheram nós pesar e medir. (...). Sim sempre vem profissionais da saúde para alertar sobre cuidados eu devemos ter com nós e com outras coisas ao nosso redor. (...) Sim, com fonodiologos e agentes de saúde. (...). Sim, fonodiologos que nós examinou e também alguns agentes de saúde. (...). Sim veio agente de saúde e o fonodiologo. (A04, A05, A08, A09, A12, A13).

Nessas falas notamos que a escola apresenta articulação com o debate sobre a saúde para o que é prioridade ou não para escola. Assim, entende-se que a saúde dentro das propostas da escola é algo que necessita de uma total atenção, tendo em vista a existência de programas do governo como o Programa Saúde na Escola (PSE) que está diretamente ligado à proposta das escolas.

Ao questionar os alunos sobre a importância do debate sobre a saúde nas aulas de educação física, cerca de 93% (n= 14) responderam que sim, pois é um meio de aprofundar os conhecimentos e manter a vida mais saudável. Apenas 7% (n=01) respondeu que não, pois trata muito do assunto nas aulas de Biologia.

Sim, porque podemos aprofundar mais o tema e enriquecer mais o nosso conhecimento sobre o mesmo. (...). Sim, pois nós temos a chance de aprofundar os conhecimentos. (...). Sim, não apena nas aulas de educação física, pois é importante sermos informados sobre nossa saúde. (...). Sim, pois com essas informações nos ajudara a melhorar o nosso conhecimento e mantermos nossa vida mais saudável. (...). Sim, porque se agente não tem uma boa alimentação não tem como ter uma boa saúde e com debate agente pode regular a alimentação. (...). Sim, pois nele temos a chance de aprofundar os conhecimentos sobre o assunto. (...). Claro que sim, a atividade física também contribui para o nosso bem estar físico e mental, além de alertar os jovens que praticam menos hábitos saudáveis. (...). Sim, pois é de extrema importância para todos. (...). Sim, pois nela temos a chance de aprofundar o nosso conhecimento a respeito do tema. (...). Sim, pois nela temos a chance de aprofundar o nosso conhecimento. (...). Sim, pois com informações importantes nos ajuda a melhorar os conhecimentos e ajuda a manter uma saúde adequada. (...). Sim, pois para termos um bom desempenho precisamos saber o que prejudica ou não a nossa saúde. (...). Sim, é de muita importância. (...). Sim, é de muita importância. (A02, A03, A04, A05, A06, A07, A08, A09, A10, A11, A12, A13, A14 e A15).

Pensar a Educação Física no contexto escolar é um espaço privilegiado para se desenvolver temáticas como saúde e outros. É preciso destacar que, dentro do papel da Educação Física na promoção da saúde e prevenção de doenças, diferentes abordagens e propostas têm sido formuladas e apresentadas nas últimas décadas, sendo a “Saúde Renovada”, defendida por Nahas (2006), uma delas; a qual defende que o papel da Educação Física no âmbito escolar é desenvolver conhecimentos relativos à atividade física e a promoção do bem estar e da saúde, proporcionando atividades que provoquem uma percepção positiva em relação ao exercício físico e desencadear uma autonomia nos alunos em relação a princípios fisiológicos e biomecânicos exigidos para a prática e escolhas das atividades físicas, com ênfase nos fatores da aptidão física relacionada à saúde.

Ao indagar aos alunos se o tema saúde é abordado nas aulas de Educação Física e de que forma, todos responderam que sim. 100% (n=15) dos alunos responderam que eram realizadas rodas de conversa e apresentação de slides incentivando a praticar esportes e ter uma boa alimentação.

Ao indagarmos sobre a importância desses conhecimentos por serem trabalhados nas aulas de Educação Física, percebemos que os alunos consideram importante para formar a consciência no que diz respeito aos cuidados com a qualidade de vida. Em meio as respostas, observamos que o professor trabalha com atividades voltadas para a saúde tendo como foco uma ideia limitada, pois não relaciona a multifatoreidade que seria compreender a saúde como um processo multifatorial, isto é, que é influenciado por vários aspectos; apontando uma visão mais abrangente que vai além do simples fato de que não basta estar doente para se ter saúde, ou seja, saúde também é resultante de um equilíbrio físico, psicológico e social.

Alguns questionamentos foram direcionados aos alunos buscando entender se através das aulas de educação física podemos adquirir saúde. Todos os alunos responderam que sim. 100% (n=15) dos alunos disseram que isso acontece nas aulas de Educação Física com a prática de esportes e atividade física podendo melhorar o bom funcionamento do corpo e da mente.

Sim, pois melhora o funcionamento do corpo. (...). Sim, tanto com as aulas praticas como teórica, nas praticas praticamos atividades físicas e na teoria recebemos orientações do professor. (...). Sim, na pratica de esportes e exercícios voltados para a saúde. (...). Sim, com a pratica de esportes, pois para ter saúde precisamos ter uma vida ativa. (...). Sim, praticando esporte pois para termos saúde temos que ter uma vida ativa. (...). Que é importante ter uma boa alimentação para adquirir uma saúde. (...). Sim, na pratica de esportes e exercícios voltado para a saúde. (...). Sim, exercendo atividades físicas, praticando mais esportes, conversando para exercitar a mente enfim. (...). Sim, pois ajuda a manter o corpo saudável. (...). Sim, na pratica de esportes e exercícios voltados para a saúde. (...). Sim, na pratica de esportes e exercícios voltados para a saúde. (...). Sim, pois para termos uma saúde de qualidade temos que praticar exercícios que ajuda a manter o corpo saudável. (...). Sim, pois podemos educar o nosso corpo de maneira que só venha melhorar nosso desempenho. (...). Sim, pois ensina a viver melhor e a educar o corpo. (...). Sim, pois ensina a viver com os esportes e os esportes é saúde. (A01, A02, A03, A04, A05, A06, A07, A08, A09, A10, A11, A12, A13, A14, A15).

De acordo com as respostas, evidenciou-se uma relação que os alunos construíram entre atividade física e saúde, que pode levar ao entendimento de causa e efeito “eu pratico atividade física e tenho saúde”; algo bastante observado na compreensão que as pessoas têm sobre essa possível ideia de que o sujeito que pratica atividade física consequentemente terá saúde. Esse fato desconsidera outros fatores que estão associadas a saúde, centrando a responsabilidade da saúde no sujeito como único responsável por adquiri-la.

Acredita-se ser o Ensino Médio um espaço que pode proporcionar uma reflexão e aprofundamento dos conhecimentos para além do contexto escolar. De acordo com os PCNs, o Ensino Médio enquanto etapa de uma educação de caráter geral, deve esta afinado com a construção de competências que situem o educando “como sujeito produtor de conhecimento e participante do mundo do trabalho” (BRASIL, 1999, p.22).

O professor de Educação Física deve buscar desenvolver um trabalho no Ensino Médio, para que, adotando seu papel de interlocutor de informações e mensagem, possa mostrar aos seus alunos que naquele espaço escolar eles aprendem a aceitar e entender as diferenças de comportamentos, contribuindo na sua formação.

**3 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com relação ao que eles entendiam por saúde, os alunos tinham uma visão limitada, associando apenas a ideia da prática de atividade física regular, apresentada como efeitos benéficos; com isso, os alunos relacionaram a impotência da atividade física regular para que se tenha uma boa qualidade de vida relacionada à saúde.

As relações educativas que ocorrem no cotidiano das aulas de educação física são amplas e complexas e estão em permanente construção/reconstrução. Diante do objetivo proposto nessa pesquisa, foi possível verificar que, a partir das respostas dos alunos que devemos e podemos melhorar o desenvolvimento das aulas, compreender elementos que auxiliem e ofereçam uma nova concepção sobre saúde nas aulas de Educação Física escolar no Ensino Médio. Assim, as aulas de educação física tornaram-se um meio eficaz na aquisição do conhecimento sobre saúde. O foco do nosso estudo sobre a saúde torna-se de extrema relevância, pois é um conteúdo importante para ser trabalhado em sala de aula, pois os alunos adquirem conhecimentos riquíssimos sobre a saúde que levam para sua vida cotidiana.

Acredita-se que mesmo a educação física tendo abordagens pedagógicas voltadas para essa construção de conhecimento na escola, o debate ainda nos parece pouco sistematizado. É preciso buscar novas possibilidades de apresentarem conteúdos de saúde de forma ampla, para construir uma reflexão no diálogo com a realidade desses alunos, trazendo questões que problematizem a vida deles; buscando estabelecer um sentido para essa compreensão da saúde como algo para além da percepção desta como ausência de doenças ou apenas como um fator biológico que só depende da capacidade do sujeito.

Sendo assim, ao desenvolver este trabalho foram adquiridos diversos conhecimentos, que possibilitaram uma aprendizagem significativa na questão de entendimento e compreensão do tema saúde.

**4 REFERÊNCIAS**

BRASIL, Ministério da Educação, Secretaria da Educação Média e Tecnológica. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Ensino Médio** / Ministério da Educação. Secretaria de Educação Média e Tecnológica / Brasília: Ministério da Educação, 1999.

BRASIL. S.E.F. **Parâmetros Curriculares Nacionais:Saúde** / Secretaria de Educação Fundamental. – Brasília: MEC/SEF, 1997.

DEVIDE, F. P. **A Educação Física escolar como via de educação para a saúde** In: BAGRICHEVSKY. M.; PALMA. A.; ESTEVÃO. (org.) **A saúde em debate na Educação Física.** Blumenau, dezembro 2003.p.146

GODOY, A. S. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. In: **Revista de Administração de Empresas.** São Paulo: v.35, n.2, p. 57-63, abril 1995.

GOMES, J. P. As escolas promotoras de saúde: uma via para promover a saúde e a educação para a saúde da comunidade escolar. **Educação.** Porto Alegre, v.32, n.1, jan/abr, 2009, p.84-91.

NAHAS, M. V**. Atividade física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 4 ed. Londrina: Midiograf, 2006.

SILVA JUNIOR, A. P. **Avaliação de idosos de dois Grupos de Convivência de Marechal Cândido Rondon à luz do ideário da Promoção da Saúde**: implicações sobre a elaboração de um programa de educação física. (Dissertação de Mestrado). Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, 2007.