



DESENVOLVIMENTO DO ESQUEMA CORPORAL. RELATO DO TRABALHO DESENVOLVIDO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR DOS SEGUNDOS ANOS EM ESCOLA MUNICIPAL.

Luciane de Oliveira Marques de Deus¹

Patricia Schmiski Vandam²

Luciano Leal Loureiro³

Resumo

Este trabalho tem por objetivo apresentar um relato da vivência e da prática desenvolvida no primeiro semestre do ano de 2015 com as turmas do segundo ano do Ensino Fundamental da Escola Municipal Arlindo Stringhini, Guaíba, RS, através das aulas de Educação Física Escolar do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência pelas bolsistas Luciane de Oliveira Marques de Deus e Patricia Schmiski Vandam sob a supervisão da professora Cândida Margarete Pereira Nunes. O trabalho foi desenvolvido com três turmas do segundo ano do Ensino Fundamental, com cerca de vinte alunos cada. A faixa etária é de 7 a 8 anos de idade onde estão incluídos dois alunos portadores de necessidades especiais. O trabalho desenvolvido nas turmas é norteado por tema transversal, tema e subtemas mensais através dos quais foram trabalhados neste semestre o tema Saúde; Alimentação Saudável e Esquema Corporal. Foram utilizadas atividades lúdicas, jogos cooperativos, jogos semi cooperativos; grandes jogos motores, atividades rítmicas, coreografias de dança, atividades de relaxamento, trabalhos manuais sobre autoimagem e partes do corpo também a coleta de dados para verificação do IMC dos alunos.

Através da vivência nas aulas de educação física escolar do PIBID podemos verificar que todo o trabalho e planejamento correto do professor geram mudanças positivas no cotidiano do aluno. Os resultados positivos podem ser pequenos frente ao desafio e as necessidades diversas dos alunos, contudo houveram resultados positivos por parte de todos e isto é significativo

Palavras-chave: Séries Iniciais; Saúde; Esquema Corporal.

Introdução

¹ Aluna Bolsista PIBID Universidade Luterana do Brasil, luciane.dedeus@gmail.com

² Aluna Bolsista PIBID Universidade Luterana do Brasil, patricia.unicg@gmail.com

³ Professor orientador e Coordenador do PIBID Educação Física Guaíba, Universidade Luterana do Brasil.

Através do exercício da docência vivenciado no Programa de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) podemos verificar a realidade atual nas séries iniciais do ensino fundamental que é de aumento do sedentarismo dos alunos, maus hábitos alimentares e, diversas vezes, casos de sobrepeso e obesidade. É sabido que a influência das aulas de Educação Física escolar no cotidiano do aluno, quando planejadas e bem ministradas, pode proporcionar a estes um amplo desenvolvimento motor, cognitivo e da autonomia, despertando a curiosidade e a vontade de buscar novas experiências que possam contribuir em todas as fases de sua vida além de possibilitar a aquisição de hábitos saudáveis para a manutenção da saúde e bem-estar.

O trabalho esta sendo desenvolvido na Escola Municipal de Ensino Fundamental Arlindo Stringhini, localizado no município de Guaíba, RS, com três turmas de segundo ano do Ensino Fundamental. As acadêmicas envolvidas são Luciane de Oliveira Marques de Deus e Patricia Schmiski Vandam sob a supervisão da professora Cândida Margarete Pereira Nunes e o objetivo da metodologia das aulas é que ao final do período de trabalho com as turmas, os alunos consigam aprender e desenvolver hábitos saudáveis para a manutenção da saúde, melhorem e aumentem a sua participação nas atividades práticas realizadas; desenvolvam o esquema corporal e melhorem a coordenação motora.

A faixa etária é de 7 a 8 anos de idade onde estão incluídos dois alunos portadores de necessidades especiais. O trabalho desenvolvido nas turmas é norteado por tema transversal, tema e subtemas mensais através dos quais foram trabalhados neste semestre o tema Saúde; Alimentação Saudável e Esquema Corporal. Foram utilizadas atividades lúdicas, jogos cooperativos, jogos semi cooperativos; grandes jogos motores, atividades rítmicas, coreografias de dança, atividades de relaxamento, trabalhos manuais sobre autoimagem e partes do corpo também a coleta de dados para verificação do IMC dos alunos.

Metodologia

As crianças são influenciadas pelo meio em que estão inseridas, seus hábitos de cuidado com a saúde pessoal, conhecimento do seu corpo e seu desenvolvimento podem ser estimulados de maneira correta ou incorreta conforme as orientações que recebe, o que lhes é ensinado pela família, amigos, ambiente cultural e ambiente escolar; BATISTA (2003) afirma que “nessa faixa etária, as crianças estão em fase de assimilação, atentas a tudo o que acontece à sua volta e aceitando todo o que lhes é oferecido. Gallardo e Moraes (2005) mostram que:

Se antes a socialização da criança acontecia em meio da família estendida (avós, tios, sobrinhos e outros parentes), com uma convivência direta com seus familiares, ajudando e sendo ajudada pelos mais velhos, ela aprendia os valores, costumes e habilidades necessárias para o convívio social. A partir do século XVIII esta formação passou a ser, cada vez mais, responsabilidade da Escola. (GALLARDO e MORAES. p. 27. 2005).

BATISTA (2003) afirma que “o objetivo da educação física no ensino fundamental consiste em desenvolver a coordenação de uma forma geral, através de jogos recreativos, estafetas (leva-e-traz), brincadeiras...”

É necessário, então que ao trabalharmos com crianças nas idades iniciais de suas vidas tenhamos o cuidado para escolher atividades de forma a serem elas bem direcionadas, voltadas todas para o lado educacional, respeitando a individualidade dos alunos... Elas estarão sendo desenvolvidas dentro dos jogos e brincadeiras, ou seja, sob a forma lúdica, não havendo excessivas exigências para elas, ou melhor, sem cobrança de resultados, pois essas capacidades também são exercitadas pelas crianças, quando se encontram fora da escola... (BATISTA. p. 11. 2003)

Estes autores nos mostram a grande importância e o poder de influenciar que o ambiente escolar tem sobre a vida do aluno. MENESTRINA (2000) apud Carmo et al (2013) entende que a educação para a saúde não é apenas uma disciplina escolar, mas constitui-se em um princípio de vida que atue na formação de uma consciência corporal saudável, que visa ações comprometidas e autônomas de integração biológica, psicológica e social. “Assim, a Educação Física, a autêntica Educação Física, atende a numerosos objetivos, tanto de curto quanto de longo alcance”.

É notável o aumento do sedentarismo na atualidade, o que tem atingido crianças em tenra idade, alguns alunos das turmas onde o trabalho está sendo desenvolvido, apresentam sobrepeso ou obesidade, além de problemas respiratórios. EPSTEIN (1996) cita que sem diferenciar gênero e/ou faixa etária é cada vez mais frequente o alto índice de sedentarismo em adolescentes e crianças, também diz que “estudos apontam que a inatividade física tem influência direta sobre o desenvolvimento da obesidade na infância e adolescência; sendo assim, uma das alternativas de tratamento é o aumento do nível de atividade física”. Erlichmanet et al (2002) apud Carmo et al (2013) afirmam que:

A prática de atividade física regular diminui o risco de aterosclerose e suas consequências (angina, infarto do miocárdio, doença vascular cerebral), ajuda no controle da obesidade, da hipertensão arterial, do diabetes, da osteoporose, das dislipidemias e diminui o risco de afecções osteomusculares e de alguns tipos de câncer (colo e de mama), além de auxiliar no controle da ansiedade, da depressão, da doença pulmonar obstrutiva crônica, da asma e ajudar na melhora do bem-estar e socialização do cidadão.

NAHAS (2003) afirma que cabe o professor de Educação Física tanto quanto aos demais educadores “construir em harmonia com os alunos uma consciência crítica que vai além das práticas corporais, com a tarefa de contribuir para a transformação da realidade da maior parcela da população que se encontra no status de sedentária”. Nas séries iniciais do ensino fundamental é necessário que o professor compreenda que, como afirma GALLARDO (2005, p.21) “o interesse pedagógico não está centralizado no domínio técnico dos conteúdos, mas sim no domínio conceitual deles”.

Precisamos apresentar aos alunos problematizações onde eles possam aprender a tomar decisões que tragam melhores benefícios para seu corpo e sua saúde, DRESCHER (2013) afirma que é necessário apresentar desafios e problemas, permitindo que a criança raciocine sobre uma decisão para tal situação, afirma que “a personalidade se desenvolve à medida que se tomam decisões. As crianças devem ter muitas oportunidades para escolher, aprendendo a viver com os resultados de suas decisões”. Quanto mais oportunidades a criança tiver para realizar escolhas saudáveis e corretas, maiores as possibilidades de desenvolvimento de sua personalidade e de incorporação de hábitos saudáveis a longo prazo.

O método utilizado para desenvolver as atividades é o método recreativo que para TENROLLER (2014) é o método mais adotado para a iniciação dos esportes, o autor cita que “são muitos os estudiosos, as teorias e os livros que apresentam atividades recreativas para o ensino dos mais variados conteúdos nas aulas de Educação Física. A adoção desse método está presente em todos os níveis e realidade dos esportes”.

A concepção pedagógica que este trabalho tem por base é a Crítico Emancipatória, onde.

Para BUSSO & JÚNIOR (2005)

“A emancipação é entendida como o processo que media o uso da razão crítica e todo o seu agir social, cultural e esportivo, desenvolvidos pela educação”. Ainda citam que esta concepção de ensino utiliza-se da perspectiva de interação e linguagem de “o saber-fazer, o saber-pensar e o saber-sentir” e que “o professor deverá promover o 'agir comunicativo' entre seus alunos, para expressar

entendimentos do mundo social, subjetivo e objetivo; a interação nas tomadas de decisão; formulação de interesses e problematização...”.

Como parte do trabalho de desenvolvimento do esquema corporal foi realizada a coleta de dados de estatura e peso corporal dos alunos para a verificação do Índice de Massa Corporal (IMC), para isso foram utilizadas Balança digital Morfitness modelo MF-2003A, fita métrica de costura de 150 cm e calculadora. Fórmula utilizada para cálculo do IMC segundo FONTOURA apud JÁEQUIER (2013).

$$\text{IMC} = \text{PESO (kg)} \div \text{ESTATURA (m)}^2.$$

Segundo FONTOURA (2013) “para classificar o IMC segundo o PROESP-BR (Programa Esporte Brasil), utilizamos a tabela de valores de IMC e suas respectivas zonas de boa saúde” onde consta que para meninas na faixa etária de 7 a 8 anos de idade o IMC deve estar entre os valores de 14 a 20 e, para meninos de 7 anos de idade de 13 a 20, e de 8 anos de idade de 14 a 20.

Resultados Parciais

Nos trabalhos e atividades desenvolvidos podemos observar que grande parte dos alunos já possuía uma autoimagem correta construída. Apresentaram melhora na coordenação motora, ritmo e lateralidade; melhora na compreensão das combinações e regras das atividades e brincadeiras propostas, diferente do início do ano letivo onde era perdido muito tempo de aula para a retomada das combinações durante a execução das atividades.

Nos trabalhos manuais, vários alunos souberam desenhar características detalhadas de si mesmos; alguns perguntavam para nós como deveriam desenhar alguns detalhes, quais as cores deveriam usar, mas a maioria soube identificar as partes do corpo sendo cabeça, tronco e membros; desenhar e descrever detalhes de sua aparência e características próprias específica que se diferenciavam dos outros colegas.

Os alunos demonstraram consciência de alimentos saudáveis e os não saudáveis, citaram e compararam os lanches trazidos por diferentes alunos, citando “o que faz bem para o corpo” e os alimentos que, como dizem “mesmo que sejam gostosos”, não são bons para a saúde, “não fazem bem ao nosso corpo”. Os alunos seguem a combinação de que o dia da aula de Educação Física é o dia do lanche saudável, onde é conversado e analisado se o lanche trazido é realmente saudável e traz benefícios à saúde.

A coleta dos dados para o cálculo do IMC foi realizada no mês de junho de 2015 no período das aulas de Educação Física. Das três turmas, quarenta e oito alunos participaram. Entre os alunos, três meninas estão com o IMC abaixo da zona de boa saúde com valores entre 12 a 13,6. Dentro da zona de boa saúde estão treze meninas e dezessete meninos apresentando valores entre 14,3 a 19,2. E acima do peso ideal, fora da zona de boa saúde estão oito meninas e oito meninos, com valores entre 20,1 a 28,2. Sendo respectivamente 6,2% dos alunos estão abaixo da zona de boa saúde; 60,4% estão na zona de boa saúde e 33,3% estão acima da zona de boa saúde, com o peso acima do ideal para sua estatura, conforme a tabela do PROESP-BR. (PROJETO ESPORTE BRASIL, p.10, 2015)

Quadro 1 - Valores críticos do IMC para definição do estado nutricional de crianças e adolescentes.

Idade Anos completos	Masculino			Feminino		
	Baixo Peso	Sobrepeso	Obesidade	Baixo Peso	Sobrepeso	Obesidade
6	13,0	17,7	21,1	13,2	17,0	19,3
7	12,9	17,8	21,8	13,1	17,2	19,8
8	12,9	18,1	22,6	13,0	17,4	20,4
9	12,9	18,5	23,6	13,1	17,9	21,2
10	12,9	19,0	24,6	13,4	18,6	22,3
11	13,3	19,6	25,5	13,8	19,5	23,5
12	13,6	20,3	26,3	14,3	20,5	24,8
13	14,0	20,9	26,9	15,0	21,6	26,2
14	14,4	21,6	27,5	15,7	22,7	27,5
15	15,0	22,3	27,9	16,3	23,7	28,5
16	15,5	22,9	28,3	16,8	24,4	29,2
17	16,1	23,5	28,7	17,2	24,8	29,5

Fonte: Adaptado de Conde Monteiro (2006).

Considerações Finais

No desenvolvimento do trabalho de desenvolvimento do esquema corporal com os alunos do segundo ano do ensino fundamental foi possível perceber que, mesmo que a intervenção realizada no decorrer das aulas de Educação Física Escolar seja pequena, com o passar do tempo esta gera alterações nas atitudes cotidianas dos alunos.

Neste curto período de tempo foi demonstrado pelos alunos um maior interesse na alimentação saudável; melhora na coordenação motora, melhora no auto conhecimento da imagem corporal, lateralidade, ritmo e expressão corporal. Apresentaram conhecimentos sobre escolhas de alimentos saudáveis para a manutenção da qualidade de vida e da saúde, a importância da prática de atividades e exercícios físicos.

Através da vivência nas aulas de educação física escolar do PIBID podemos verificar que todo o trabalho e planejamento correto do professor geram mudanças positivas no cotidiano do aluno. Os resultados positivos podem ser pequenos frente ao desafio e as necessidades diversas dos alunos, contudo houveram resultados positivos por parte de todos e isto é significativo.

Alguns apresentaram um desenvolvimento maior e/ou em um período de tempo menor, contudo todos os alunos demonstraram melhoras em seu desenvolvimento pessoal e as turmas como um todo.

Referências Bibliográficas

FONTOURA, A; Formentin, C. & Abech, E. **Guia prático de avaliação física: uma abordagem didática, abrangente e atualizada.** 2 ed. São Paulo: Phorte, 2013.

TENROLLER, Carlos Alberto. **Métodos e planos para o ensino dos esportes** /Carlos Alberto Tenroller e Eduardo Merino. 2 ed. Canoas: ULBRA, 2014.

DRESCHER, John. **Sete necessidades básicas da criança.** 3 ed. São Paulo: Mundo Cristão, 2013.

BATISTA, Luiz Carlos da Cruz. **Educação física no ensino fundamental**. 2 ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2003.

GALLARDO, Jorge Sérgio Pérez (org.). **Educação física escolar: do berçário ao ensino médio**. 2 ed. Rio de Janeiro: Lucerna, 2005.

PROJETO ESPORTE BRASIL, Manual Disponível em:
<https://www.ufrgs.br/proesp/arquivos/manual-proesp-br-2015.pdf>. Acesso em: 08/10/15

BUSSO, Gilberto Leandro; JÚNIOR, Rubens Venditti, **Sistematização epistemológica da Educação Física brasileira: concepções pedagógicas Crítico-Superadora e Crítico-Emancipatória**. Revista Digital – Buenos Aires – Ano 10 – abril de 2005. Disponível em:
<http://www.efdeportes.com/efd83/efb.htm>. Acesso em 13/07/14

ERLICHMAN, *et al*, apud, CARMO *et al*. **A importância da educação física escolar sobre aspectos de saúde: Sedentarismo**. Revista Educare CEUNSP – Volume 1, Número 1-2013. Disponível em:
http://educareceunsp.net/revista/artigos/volinoi/artigo_2_a_importancia_da_educacao_fisica_escolar_sobre_aspectos_de_saude.pdf. Acesso em 20/06/2015