

GABRIEL FERREIRA NUNES

EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE: UMA ABORDAGEM ESCOLAR

**Monografia apresentada como
requisito parcial para a
conclusão do curso de
Licenciatura em Educação
Física, Setor de Ciências
Biológicas, Universidade
Federal do Paraná**

CURITIBA

1996

GABRIEL FERREIRA NUNES

EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE: UMA ABORDAGEM ESCOLAR

**Monografia apresentada como
requisito parcial para a
conclusão do curso de
Licenciatura em Educação
Física, Setor de Ciências
Biológicas, Universidade
Federal do Paraná**

ORIENTADOR

PROF. WAGNER DE CAMPOS, PhD

Um louco não é menos músico do que tu ou eu, apenas o instrumento que ele toca está um pouco desafinado.

GIBRAN

Dedico este trabalho monográfico a meus pais, que enfrentaram e enfrentam inumeras dificuldades para que seus filhos pudessem estudar .

Um homem não faz nada sozinho.
Agradeço ao meu professor orientador Wagner de Campos não somente pela
atenção mas principalmente por ter me introduzido no meio da pesquisa e
conseguido fazer com que esta acabasse sendo parte de minha vida daqui para
frente.

SUMÁRIO

RESUMO	VI
1.0 INTRODUÇÃO	1
1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA	2
1.2 JUSTIFICATIVA	4
1.3 OBJETIVOS	4
2.0 REVISÃO DE LITERATURA	6
2.1 O CONCEITO DE SAÚDE E EDUCAÇÃO FÍSICA	6
2.2 O ESTADO ATUAL DA SAÚDE E DA EDUCAÇÃO FÍSICA	8
2.3 EDUCAÇÃO FÍSICA ENQUANTO SAÚDE NAS ESCOLAS E SEUS BENEFÍCIOS	16
2.4 O QUE DEVE FAZER PARTE DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR EM UMA PROPOSTA DE POTENCIALIZAÇÃO DA SAÚDE	20
2.5 EDUCAÇÃO FÍSICA FORA DA ESCOLA	24
3.0 CONCLUSÕES	28
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	31

RESUMO

O trabalho tratou sobre as questões da importância da educação física escolar sobre o prisma da saúde, verificando se o direcionamento da saúde é suficiente para justificá-la no meio escolar e dar-lhe um valor distinto do que é hoje, tendo em mente que este é apenas um dos direcionamentos que deve a educação física apresentar nas suas aulas.

Fazendo um resgate dos conceitos de saúde e de educação física para que se possa ter um melhor entendimento dos aspectos referentes a estes conceitos que serão abordados neste trabalho. Fazendo também uma reflexão sobre o atual estado da saúde e da disciplina educação física e também de algumas variáveis que interferem diretamente neste processo, tais como o compromisso profissional do professor de educação física que está atuando, suas condições de trabalho e as condições de vida de seus alunos, assim como o comprometimento do governo com a questão da educação para a saúde de sua população.

Analisamos os possíveis benefícios que a atividade física bem orientada poderá trazer a seu praticante e também a questão de o porquê nas aulas de educação física escolar os alunos não estão conseguindo atingir tais benefícios, revendo a importância de se ter atividades físicas no período escolar e o que sua negligência poderá ocasionar no futuro. Fazendo uma proposição de que conteúdos deveria a disciplina enquanto meio escolar transmitir a seus alunos para garantir-lhes alcançar melhoras em suas condições físicas, analisando neste ponto uma questão polêmica que é o fato do esporte no meio escolar.

Após termos pensado a questão da saúde nas escolas terminamos revisando a questão da educação física enquanto saúde fora da escola procurando apontar as conseqüências que direcionamento de saúde nas escolas poderá ocasionar na sociedade como um todo, e que setores da sociedade já fizeram mudanças em suas estruturas para engajar seus membros em programas de atividade física direcionados a melhora da saúde.

1.0 INTRODUÇÃO

O período escolar não é apenas um espaço de tempo de no mínimo de 11 anos, aonde todos nós passamos e recebemos informações. É mais do que isto, na medida que pode-se modificar para sempre os hábitos de vida de uma pessoa neste período, e podemos ir além e dizer que estas modificações podem ocasionar um desenvolvimento harmônico deste indivíduo como também fazer com que ocorra o inverso, neste sentido que podemos estar possibilitando que este estudante adquira hábitos de vida saudáveis ou não. Imagine então o que ocorreria se uma disciplina fosse deixada de lado neste processo de 11 anos mínimos de ensino, não é necessário forçar muito a imaginação, pois é crescente atualmente os comentários, rumores e até votações à respeito da permanência ou não da educação física na escola. Estamos, nós, profissionais da educação física atravessando por um momento crítico de nossas carreiras, pois, está sendo votada a lei de Diretrizes e Bases da Educação, que poderá tornar não obrigatório o ensino da educação física nas escolas.

Neste momento surge uma pergunta: E o que existe de errado com a retirada da obrigatoriedade do ensino da educação física nas escolas? Bem existe várias coisas que estão de certa forma erradas nisto tudo, mas a que queremos levar em consideração é a questão da educação física estar sendo colocada como uma disciplina não obrigatória por não ter conseguido demonstrar a sua real importância no meio escolar.

Aí recairemos em outra indagação, porque, sabemos dos benefícios que uma atividade física regular pode trazer a seu praticante, porque existe um número grande de pesquisadores, BARBANTI (1991), GUEDES & GUEDES (1993), ACHOUR JUNIOR (1993), que comprovaram os benefícios da atividade física para a pressão arterial, para a manutenção dos níveis do bom colesterol HDL-C e para diminuição do mau colesterol LDL-C, a manutenção da baixa adiposidade corporal, além de outros benefícios de cunho mais especulativo como, a melhora das concentrações de cálcio amenizando ou até mesmo prevenindo problemas relacionados com a osteoporose, os componentes força e flexibilidade quando

desenvolvidos precocemente de maneira adequada podem prevenir lombalgias na idade adulta, e acredita-se que a redução dos fatores de risco em idades menores poderá minimizar risco de doenças em idades mais avançadas.

Então todos os sensatos conservariam mesmo que não mais obrigatoriamente a educação física em seus currículos, pois, sabendo dos benefícios que poderá esta promover seria possivelmente uma incoerência ausentá-la dos currículos. O que acontece é que a educação física escolar não vem já há algum tempo conseguindo desempenhar o seu papel. E qual seria o papel da educação física no meio escolar? Com certeza não responderemos por completo a esta indagação neste trabalho, mas, vamos procurar mostrar que um dos seus papéis sem dúvida seria o da promoção da saúde de seus alunos, e que se desenvolvesse o seu programa de atividades relacionado-o com a educação para a saúde dos indivíduo, enquanto escolar e para quando também deixasse a escola, isto já seria mais do que suficiente para justificá-la como disciplina obrigatória no meio escolar e com um status bem distinto do que é o seu hoje.

1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA

Neste sentido questionamos a atual abordagem que a educação física escolar vem tendo pelos professores que a estão ministrando nas escolas. Recebem durante estes 11 anos uma criança em suas aulas e permitem que ao terminar seu período como escolar este saia sem ter noções esportivas mínimas, que é o que mais vem sendo explorado nas aulas e sem ter outro domínio qualquer. Com isto contribuí-se para que mais uma criança torne-se um adulto sedentário, adquirindo vários fatores de risco que possibilitá-lo-a ter alguma das inúmeras doenças degenerativas ligadas a inatividade.

Entende-se também porque existe uma crescente movimentação no sentido de diminuir a carga horária da educação física escolar e, alguns extremistas falando em acabar com a mesma, por não estar conseguindo justificar-se neste ambiente. Tem-se os dois lados da moeda. De um deles, existe um profissional com vontade de trabalhar que continua esforçando-se na transmissão dos conhecimentos

sistematizados aos alunos, e do outro, professores que não estão comprometidos com a transmissão dos conteúdos. Poderíamos dizer então que o problema está nos professores descomprometidos, se fizermos esta afirmação erraríamos, pois também estes não estão conseguindo garantir que seus alunos saiam da escola com hábitos de atividade física permanentes.

Deveríamos então mudar o atual enfoque que é dado na educação física escolar, para que esta transmita de uma maneira eficiente instrumentos capazes de fazer os alunos estarem engajados em atividades promotoras da saúde, não somente nas aulas, mas também ao sair da escola terem a consciência e o conhecimento de que necessitam de uma atividade física regular como questão de saúde.

Ficamos até então com algumas questões que serão as norteadoras de toda a nossa discussão:

Que conhecimentos deve ter este profissional que vai trabalhar para promover a atividade física relacionada à saúde na escola?

O que está se fazendo de incorreto para não estarmos conseguindo justificar a disciplina educação física?

O direcionamento da saúde é realmente suficiente para justificar a disciplina no meio escolar?

Pode-se aí também questionar a formação deste profissional que está nas escolas, seus reais conhecimentos da atividade física na promoção da saúde, questiona-se então se a formação do profissional de educação física de hoje está adequada as necessidades da sociedade?

A atual situação de saúde da população é somente responsabilidade da educação física?

Torna-se necessário perguntar-nos que tipo de conhecimentos do movimento humano deve ser abordado em termos educacionais no primeiro e segundo graus para a promoção da saúde? A resposta a estas perguntas torna-se essencial para o início de uma organização dos conteúdos da educação física.

1.2 JUSTIFICATIVA

O que nos motivou a realizarmos esta pesquisa foi a questão de que no decorrer de nossa vida acadêmica temos tido a possibilidade de acumular algumas experiências práticas no meio escolar, que somado com os referenciais teóricos, foi possível adquirirmos uma visão de como anda a educação física escolar. E especialmente agora estamos vivenciando uma crescente movimentação que vem desenvolvendo-se com o objetivo de tornar a educação física escolar uma disciplina não obrigatória nos currículos, por não ter conseguido demonstrar sua real importância neste meio. Acontece que durante toda nossa formação acadêmica recebemos informações à respeito dos benefícios que uma atividade física regular pode trazer à saúde de seu praticante se bem orientada.

Este trabalho torna-se importante então, na medida em que vai abordar a problemática da educação física escolar, em questões como o por que nas escolas brasileiras a maioria dos alunos não tem conseguido alcançar os bens que a educação física teria que lhes proporcionar, que conhecimentos deveria transmitir a educação física para assegurar estes benefícios da atividade física a seus alunos, e mesmo a questão de se este enfoque voltado à saúde já seria o suficiente para afirmar a educação física como disciplina escolar.

Procuraremos com este estudo colocar mais um referencial teórico a disposição da comunidade para que fique mais claras estas questões relacionadas a educação física e a saúde de seus alunos e da população como um todo.

1.3 OBJETIVOS

Verificar se a educação física com um direcionamento de saúde conseguiria justificar sua presença na escola;

Verificar que tipo de conhecimento do movimento humano deveria ser abordado em uma visão de saúde nas escolas;

Verificar se os profissionais de hoje estão atendendo as necessidades da sociedade;

Verificar que falhas pode estar apresentando a educação física para não estar conseguindo confirmar-se em disciplina escolar.

2.0 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 O CONCEITO DE SAÚDE E EDUCAÇÃO FÍSICA

A relação entre saúde e atividade física não é uma coisa nova, MONTEIRO & FERMINO NETO & PADOVANI (1995), já na antiguidade muitos povos descobriram que se seus integrantes realizassem determinadas práticas físicas estariam menos propensos a tornarem-se enfermos, claro que a idéia de enfermidade era outra e por consequência o conceito de saúde também era outro, restringindo-se simplesmente ao relato de um estado de ausência de doenças, no período medieval continuou-se a dar um valor curativo a atividade física, e na era moderna mesmo com as transformações ocasionadas pela Revolução Industrial continuou-se a ressaltar o efeito benéfico dos exercícios, mas sem dúvidas foi no período contemporâneo que registrou-se o maior número de interesse pela relação da atividade física e a saúde.

Este conceito de saúde veio evoluindo com o passar dos anos e teve com esta evolução também várias adaptações em sua versão original, como no período do militarismo-higienismo, no qual ficava evidente que o indivíduo considerado saudável deveria ter além da ausência de doenças um corpo forte preparado para a defesa da pátria.

Atualmente entende-se que não se pode falar em saúde sem pensar em uma totalidade, pois, o indivíduo é uma totalidade e se for entendido por parte pode ser difícil de se compreender as inter-relações existentes e que podem interferir nesta análise, então se analisarmos a saúde somente sob a ótica da ausência de doenças vamos estar esquecendo-nos de outras variáveis que também serão indicadores de saúde.

Desenvolveram-se novos conceitos de saúde que são mais amplos e abrangem a questão do ser humano como um todo de uma forma melhor, e já a partir da década de 70 começou-se a mudar a visão que até então tinha-se de saúde, pesquisadores como WHO (1978) ao ser citado por BARBANTI (1991), desenvolveram um novo conceito de saúde agora já identificando o ser humano

como um totalidade que deveria estar apresentando um completo estado de bem estar físico, mental e social. Com o passar dos anos outros pesquisadores continuaram preocupando-se com a questão da saúde e BOUCHARD (1990) também sendo citado por BARBANTI (1991) nos relata um novo conceito relacionando também o indivíduo com uma totalidade formada por fatores físicos, sociais e psicológicos, sendo que cada um é caracterizado por um "continuum" com pólos positivos e negativos. O lado positivo da saúde estaria na capacidade de vencer as barreiras do cotidiano e conseguir apreciar a vida, já o lado negativo da saúde estaria relacionado com as doenças e ao extremo com a morte. GUEDES & GUEDES nos diz que "saúde deverá ser entendida não apenas como ausência de doenças ou enfermidades, como tradicionalmente se definia, mas, sobretudo, como um estado de completo bem estar físico, mental e social". (GUEDES & GUEDES, 1993, p.19). Nota-se então uma profunda preocupação dos pesquisadores em entender o homem em sua totalidade para compreender melhor a sua saúde.

E qual seria o conceito de educação física com uma visão de saúde? Acontece que temos muito mal definido ainda o que seria o melhor conceito de educação física, vamos adotar o conceito proposto pelo professor MENESTRINA, por acreditarmos que é o que melhor adequa-se a este trabalho que estamos realizando, e por ser um conceito moderno, que faz as relações necessárias entre a educação física e as outras áreas do conhecimento, neste sentido a disciplina educação física "é uma prática sócio-pedagógica de caráter cultural que se configura de todas as formas possíveis de expressão corporal, para promover o desenvolvimento humano em sua totalidade" (MENESTRINA, 1993, p.25). Sendo possível já ver a relação existente entre os conceitos de saúde e de educação física, pois, ambos estabelecem como objetivos o desenvolvimento do ser humano em sua totalidade.

Em 1980 nos Estados Unidos foi criado pela AAHPERD (Aliança Americana para à Saúde, Educação Física e Dança) um protocolo de testes chamado de Aptidão Física Relacionado à Saúde, ficando modificado daí em diante o conceito de aptidão física que a partir de então é uma capacidade de realizar as tarefas do cotidiano sem cansaço excessivo, e também apresentar aspectos e qualidades que

se relacionam com um baixo fator de risco de desenvolvimento de doenças hipocinéticas (BARBANTI, 1991).

Alguns autores BARBANTI (1991), GUEDES & GUEDES (1995) apresentam uma divisão da aptidão física em dois campos que seriam: A aptidão física relacionada as habilidades atléticas e a aptidão física relacionada à saúde, sendo esta o nosso principal norteador neste estudo. Os componentes que fazem parte deste campo da aptidão física relacionado à saúde e que são influenciados pela atividade física são a composição corporal, flexibilidade, resistência muscular, resistência cardiorrespiratória, a força muscular e a coordenação.

É nesta perspectiva de educação para um estado permanente de bem estar que vamos procurar desenvolver este trabalho, procurando também compreender as possíveis variáveis da questão atividade física e saúde. Não esquecendo agora que vamos analisar o estado atual da educação física, de que já na metade da década de 80 segundo MONTEIRO & FERMINO NETO & PADOVANI (1995), a educação física em países como Inglaterra, Canadá, Austrália e Estados Unidos já estava voltando-se para questões da relação entre atividade física e a saúde, enquanto que a educação física brasileira efetivamente irá começar a produzir ciência neste assunto após a segunda metade dos anos 80 e início dos anos 90.

2.2 O ESTADO ATUAL DA SAÚDE E DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Com o grande desenvolvimento tecnológico ocorrido após a revolução industrial ocorreram várias transformações na vida em sociedade, dentre elas as que são mais importante para a compreensão do estado atual da saúde e da educação física segundo alguns autores, MORITZ (1990), ROSSA et alii (1992), GUEDES & GUEDES (1995), MATSUDO et alii (1996), são o grande êxodo rural, fazendo com que a maioria das pessoas migrassem para as cidades, mantendo contato com atmosferas e hábitos menos salutaras do que as do campo; a industrialização e operacionalização dos serviços que substitui a mão de obra humana por máquinas; o crescente conforto gerado pela tecnologia que faz com que o ser humano movimente-se menos.

Todos estes fatores citados acima foram decisivos para a diminuição dos índices de saúde das sociedades modernas, fazendo com que ocorresse um novo panorama no que refere-se a doenças. No passado tinha-se um número elevado de doenças epidemiológicas e no presente ocorre o inverso, pois, devido os avanços da medicina em conjunto com a tecnologia diminuiu-se consideravelmente o número de casos epidemiológicos e em contra partida aumentaram em proporções assustadoras os casos de doenças degenerativas (ALMEIDA, 1995).

Nos países em desenvolvimento como é o caso do Brasil o número de doenças crônico-degenerativas vêm aumentando de forma assustadora nessas últimas décadas, caracterizando-se como um grande problema de saúde pública, (BANKOFF, 1996).

Começou-se então principalmente a partir da década de 70, a preocupar-se mais com a saúde dos indivíduos referentes a doenças degenerativas. Descobriu-se que a falta de atividade física é um dos fatores de risco mais importante para o desenvolvimento de doenças degenerativas, como distúrbios cardiovasculares, obesidade, hipertensão diabete, etc, por sua vez, diminuindo o nível de qualidade de vida e, fundamentalmente, aumentando os números de mortes prematuras em pessoa adultas, GUEDES & GUEDES (1993), e o mesmo pesquisador nos relata que "a incidência de mortes em adultos inativos era duas vezes maior do que em adultos ativos fisicamente" (GUEDES & GUEDES, 1993, p.19), sendo necessário ficar claro que as doenças não afetam somente o organismo do ser humano, atinge também segundo MEDEIROS (1996) sua auto-estima, seu prazer de viver, sua harmonia no meio familiar e social, ficando claro que indivíduos mais saudáveis tem maior auto-estima e melhor facilidade em situações de convívio social e familiar.

Um estudo que se propõem a estudar a questão da educação física e sua relação com a saúde requer além de uma revisão nos conceitos de educação física e de saúde um entendimento das relações sociais, políticas e econômicas existentes neste binômio que é a educação física e a saúde (CARVALHO, Y.M., 1996).

Uma questão que ao ver de alguns pesquisadores, SANTO (1992), ADREW (1993), FREITAS JÚNIOR & BARBANTI (1993), MENESTRINA (1993), TRICOLI

(1993), BARBOSA (1995) , é uma das causas principais do estado atual da educação física é sem dúvidas o compromisso profissional que deve ter o professor que está atuando, porque uma das grandes funções do professor é a de influenciar o meio no qual está inserido. E esta influência pode ser dar de várias maneiras, no seu modo de vestir-se, na sua maneira de andar, no seu modo de falar, etc. E podemos dizer que esta influência pode vir a ser boa ou ruim. Se pensarmos o lugar aonde esta influência adquire proporções maiores a resposta vai ser em suas aulas. São nelas que ele, professor, poderá alterar os hábitos de seus alunos para a melhor ou para a pior. Então o papel de professor na escola visto por esta pequena janela que abrimos já é de infinita importância.

Vamos relacionar as questões acima referindo-as a um professor de educação física, este, segundo FREITAS JÚNIOR & BARBANTI deveria vir a ter uma "participação singular neste período, tendo em vista que através das aulas de educação física, são oferecidas oportunidades para as crianças e os adolescentes desenvolverem as mais diversas atividades motoras, as quais poderão contribuir para que elas tenham um crescimento e desenvolvimento harmonioso" (FREITAS JÚNIOR & BARBANTI, 1993, p.43).

A primeira influência que nos vem em mente é que, este professor deveria influenciar os seus alunos de forma a que estes compreendam os benefícios que a atividade física traz. A questão de como este professor vai exercer esta influência é o ponto principal da questão, pois observamos acima na introdução deste trabalho os inumeros benefícios que a atividade física poderá proporcionar, e vemos que as crianças, os escolares, na sua maioria não estão tendo acesso a todos estes benefícios, a educação física teria como objetivo essencial em um programa de moderno para ANDREW (1993), a transmissão de um conhecimento não-verbal, que deverá possibilitar ao aluno um melhor domínio de seus movimentos corporais. Ora, se isto não vem sendo feito há algo de errado, se está sendo feito e continuamos a ter adultos inativos também há algo de errado.

Não estamos transmitindo conhecimentos a respeito da relação entre atividade física e saúde, ou outros conhecimentos necessários para os indivíduos

praticarem atividade física, então torna-se difícil defender a profissão quando 67% da população brasileira não faz nenhum exercício regular (BARBANTI, 1991).

Vamos inicialmente abordar a questão do compromisso profissional do professor de educação física que está nas escolas deve ter. Entendemos que é de fundamental importância para que se possa compreender depois a relação existente entre o compromisso profissional, o estado atual da educação física e a valorização da disciplina.

A primeira coisa que devemos pensar é que estávamos nos referindo ao professor de educação física como o "profissional" mas cabe-nos analisar se realmente ele está exercendo esta função. Para que esteja caracterizada a atuação de um profissional é necessário que este possua um domínio sobre um determinado rol de conhecimentos e um conjunto de habilidades diferentes do que apresentam outros não profissionais, estes desenvolvem apenas uma atividade no campo da ocupação (SANTO, 1992).

Se pensarmos então desta forma podemos dizer que se nas aulas de educação física o professor que não lançar mão deste conjunto de conhecimentos que o distinguirá dos demais vai estar exercendo um papel na área da ocupação e não da profissão, SANTO (1992), GUEDES & GUEDES (1993). Então fica mais fácil compreendermos porque a maioria dos escolares não está alcançando os benefícios da atividade física, pois seus professores, que seriam os responsáveis por este processo estão negligenciando todos os seus conhecimentos e caracterizando-se como mero ocupadores, e como tais não são capazes de proporcionar-lhes usufruir dos benefícios que a atividade física pode trazer, fazendo com que o número de dispensas na disciplina educação física aumente devido à aulas desestimulantes e mal elaboradas, LORENZETTO (1988). O domínio da teoria de uma respectiva área de conhecimentos torna-se indispensável para a valorização, a afirmação profissional de qualquer atividade, e neste aspecto mostra-se a necessidade de termos um campo teórico próprio da educação física, (TRICOLI, 1993).

Ainda hoje, para TRICOLI (1993), LORENZETTO (1988), tem-se mal definido qual seria o corpo teórico da disciplina educação física, e quais seriam os

componentes que estruturariam este corpo, isto também acaba gerando maiores dificuldades porque a falta desta definição do corpo da educação física faz com que muitas pessoas, os considerados leigos, atuem em nossos lugares, o que acaba cada vez mais diminuindo o prestígio da educação física perante as outras profissões, mas deve-se compreender que esta fundamentação do corpo teórico não se faz necessária por uma questão de pretígio, mas sim porque existe uma necessidade de se prestar melhor um serviço, o que conseqüentemente fará aumentar o prestígio da profissão. É o que comumente vemos hoje em dia, cada vez mais pessoas leigas infiltrando-se porque os professores não estão conseguindo demonstrar que é preciso o domínio de um rol de conhecimentos específicos para desempenhar tal tarefa, afirmando-se cada vez mais como ocupadores e não como profissionais. SANTO fazendo uma análise da atual posição dos professores nos relata que estes em sua maioria "são pobres de teoria em suas áreas, não praticam as habilidades adquiridas ou apenas estudadas e não demonstram possuir adequadamente os seis atributos que distiguem profissional e non-profissional" (SANTO, 1993, p.06). Os seis atributos a que SANTO se refere são a especialização, a ética, o colegiado, a autonomia, a vocação e a identificação. Já MENESTRINA (1993), nos relata que os professores devem manifestarem em seu cotidiano uma comunicação adequada, tendo um nível de desenvolvimento cognitivo afetivo e social satisfatório, disposição para a realização das tarefas do dia-a-dia, conseguindo estabelecer metas e utilizar meios adequados para alcançar suas metas, sendo basicamente estas as qualidades essenciais de um bom educador.

Com relação ainda a esta questão GUEDES & GUEDES nos adverte que, "qualquer organização profissional que não fosse capaz de desenvolver seus próprios conhecimentos, controlando e avaliando efetivamente as mudanças sociais frente a estrutura de seus conhecimentos, estaria fatalmente condenada ao fracasso, uma vez que poderia apresentar dificuldades em atender as exigência da sociedade" (GUEDES & GUEDES, 1993, p.17). O problema é que os professores em sua formação não são orientados para atender as exigências da sociedade, a universidade não sabe qual é o perfil de profissional que ela deve formar porque

não sabe quais são as necessidades da sociedade, e não tem consultado a comunidade para saber quais são suas carências (LORENZETTO, 1988).

Verificamos através dos estudos de CARVALHO, Y.M. (1996) e de MATSUDO et alii (1996) que os programas de incentivos a pesquisas no campo da saúde no Brasil são escassos, tornando-se assim muito difícil a atuação dos profissionais das áreas relacionadas com a saúde.

Com relação a todos estes problemas ANDREW (1993) ao fazer um relato sobre o que SPARKES (1991) pensa à respeito da disciplina educação física na escola nos diz este autor constatou que existe várias dificuldades para a educação física justificar-se no currículo escolar e conclui que sua contribuição no meio escolar é insuficiente para ter o mesmo prestígio quando comparada com outras disciplinas. MENESTRINA (1993), entende que enquanto a disciplina educação física não conseguir ter uma maior visão de seu compromisso educacional, vai ser difícil de conseguir sua afirmação nos currículos, é necessário que faça a relação entre utilidade dos conteúdos ensinados e as reais necessidades dos alunos.

Para BARBOSA (1995), a educação física deve cumprir seu papel no campo educacional, pois faz parte dele, então se o professor é um educador, deve desenvolver sua missão educadora para que seu trabalho tenha um significado, então, cada vez que o professor deixa de planejar a suas aulas e utiliza a sua capacidade de improvisação, que nem sempre resulta em atitudes criativas, deixando de lado todos seus anos de estudo e tornando cada vez mais possível que a sua atividade improvisada não se diferencie em nada da elaborada por qualquer pessoa sem afinidade nenhuma com a atividade física. E podemos ir além, faz com que as possibilidades desta atividade ter resultados benéficos sejam menores ainda, fica evidente que falta a este professor o ato que é denominado de ação pedagógica que seria de “o conjunto de decisões ou estratégias adotadas pelo professor que reflete as intenções educativas e seu estilo peculiar com a finalidade de promover a aprendizagem dos alunos” (MENESTRINA, 1993, p.26).

MENESTRINA (1993), nos relata que são os professores que assumem com certeza um papel muito importante na formação da sociedade, o que deve obrigá-los a um constante aprimoramento tanto a nível pessoal como profissional, nesta

visão o autêntico professor educador é aquele que busca sem medir esforços o conhecimento, fazendo com que seu modo de ser acabe influenciando positivamente seus alunos ajudando-os a trilhar seus próprios caminhos. Para BARBANTI (1991) o professor precisa de novos materiais, novas funções, novos instrumentos de ensino, ou seja, necessita de uma nova educação física para servir um novo tipo de sociedade.

Não podemos, ao analisarmos o estado atual da educação física e da saúde no Brasil, esquecer de pensar como está estruturada a questão social neste mesmo país. Na verdade se formos analisar a educação física isoladamente neste momento vamos ter uma visão incompleta da atual situação do país, pois, segundo CORTELLA (1995), o Brasil é um dos países que mais investe em educação, atualmente 3,5 do PIB é destinado a educação, um valor igual aos dos países considerados desenvolvidos, acontece que existe uma diferença entre o que está escrito nos papéis e o que acontece realmente, pois de cada 100 dólares destinados a educação apenas 20 dólares atingem seu destino, ficando 80 dólares perdidos entre corrupção, burocracia e desperdícios.

A proposta de potencialização da saúde deveria ser vista pelos governantes como uma solução para vários problemas, pois segundo as pesquisas de MATSUDO et alii (1996), indivíduos que possuem um estilo de vida mais saudável são também pessoas que preocupam-se com outras normas de segurança como por exemplo o uso do cinto de segurança, visitas periódicas ao dentista, menores índices de ingestão de álcool e outros hábitos.

A falta de investimentos, efetivos, na educação ocasiona algumas das dificuldades que enfrentamos hoje na educação física, pois, é pouco provável que um país que tenha um baixo nível de educação venha a ter um alto nível de educação física. Estamos vivendo em um país que desperdiça muito e investe muito pouco quando refere-se a questão da saúde em particular, estamos investindo menos que a Somália, e apenas 1,2% de tudo que investe o Canadá na saúde de sua população, CARVALHO, T. de (1996b). É preciso que tenhamos em mente que existe também uma carência de boas publicações a respeito da atividade física, na Bienal de livros de São Paulo de 1992, apenas 0,1% do total de livros era sobre o

assunto, e quando entramos na questão da atividade física com um enfoque para à saúde a questão torna-se mais delicada ainda (CATELLANI FILHO, 1995).

Esta situação nos deixa diante de certos fatos que são engraçados, pois, “somos a oitava maior estrutura de geração de bens de serviços para a sustentação da vida humana; no entanto, de acordo com algumas classificações, somos a 56^a em Educação (penúltimos da América Latina!)” (CORTELLA, p.04, 1995). CARVALHO, T. de (1996b) afirma que pelo relatório da ONU o Brasil é o país que tem a pior educação básica e em consequência o maior número de analfabetos do mundo, ficando atrás da Somália, da Etiópia e do Haiti, que são os três países conhecidos como a Trindade da Miséria.

Existe uma questão muito delicada que deve ser analisada ao se propor a educação física como fator de saúde nas escolas, esta questão é a evasão escolar, porque para CORTELLA (1995), existe um grau de mortalidade escolar muito grande dentro do sistema de ensino, a porcentagem dos cursam além da educação fundamental é de apenas 10% de todos os matriculados, e no ano de 1993 tínhamos cinco milhões de crianças em idade escolar entre 07 e 14 anos que estavam fora da escola, aumentando ainda mais o número já grande de 40 milhões de analfabetos no país.

Ultimamente tem sido transmitido o pensamento que segundo KREBS (1996), é o senso comum, que é preciso o indivíduo exercitar-se para estar com uma boa saúde. Só que a saúde pública para CARVALHO, Y.M. (1996) reforça a idéia de que o indivíduo é o principal responsável pela sua saúde, quando na verdade seria ela enquanto instituição pública que deveria possibilitar aos cidadãos atingirem os caminhos da saúde. Pesquisadores como BARBANTI (1991), GUEDES & GUEDES (1995), CARVALHO, Y.M. (1996), KREBS (1996) concordam com o princípio da atividade física regular enquanto fator de saúde, mas relata que somente este princípio pode não ser suficiente porque podem existir inumeras relações como por exemplo, habitação, alimentação, dentre outras que podem interferir neste processo. É necessário segundo o mesmo autor dar condições dignas básicas de vidas as pessoas para que se possa realizar exercícios como meio de saúde. ...

2.3 EDUCAÇÃO FÍSICA ENQUANTO SAÚDE NAS ESCOLAS E SEUS BENEFÍCIOS.

Não queremos em nenhum momento deste trabalho afirmar que a educação física é a única disciplina escolar que deveria primar pela saúde, mas devido as suas características próprias a disciplina educação física teria para MENESTRINA (1993), uma melhor possibilidade de fazer a relação necessária entre as ciências educativas e sanitárias.

É necessário que reflitamos se realmente o ambiente escolar é adequado para se trabalhar com o tema saúde. A escola tem um papel fundamental na formação das crianças e dos jovens, podendo ser a causadora de muitos dos hábitos que estes seus alunos venham a adquirir, por este motivo fica muito fácil entender o motivo pelo qual a escola não deve se omitir de questões como a da saúde de seus escolares e da sociedade como um todo, pois ela é a formadora da sociedade em grande parte (MENESTRINA, 1993).

E existe também um razão fisiológica para que a escola aborde o tema saúde, é que certos problemas na saúde dos adultos são originados em idades mais novas, a idade escolar, mesmo não tendo-se certeza se a redução desses problemas na idade escolar vai assegurar que os mesmo não apareçam em idades mais avançadas, porém, parece mais sensato tratar dos problemas em sua origem, no caso nas idades mais novas, podendo então os hábitos da infância serem preservados na idade adulta, ACHOUR JUNIOR (1993). Mesmo porque BANKOFF (1996) nos diz ao fazer uma citação de POLLOCK et alli (1991), que as atividades físicas devem fazer parte do cotidiano de ser humano sendo vista como prevenção primária de doenças, ou seja, como prevenção e não como método secundário ou terceário como é feito hoje após a pessoa já estar doente, sendo utilizada para sua reabilitação. E MATSUDO et alii (1996), nos relata que os exercícios físicos representam um fator positivo à saúde sendo interessante que fosse incorporado ao hábitos das pessoas em idades o mais precoces possíveis.

Podemos, ao começar a analisar a questão da importância da atividade física para as crianças, cairmos no erro de pensar que estas crianças devido a sua idade já são naturalmente ativos, GUEDES & GUEDES (1993), nos mostra que, as

crianças de 11 e 12 anos apenas desenvolvem atividades físicas que venham a ocasionar transformações no metabolismo por 46 minutos durante todo o dia, e ao analisar jovens de 13 e 14 anos descobriu que estes ficam ativos por apenas 28 minutos durante o dia, mas considerando atividades físicas que poderiam ocasionar mudanças benéficas à saúde, diríamos que estes jovens permanecem entre 10 e 35 minutos, o que representa respectivamente somente 1,4 e 4,9 de todo o dia. E ao compararmos os níveis de prática física cotidiano das crianças brasileiras com as crianças americanas veremos que as brasileiras são mais inativas e gastam mais tempo em frente a televisão (MATSUDO et alii, 1996).

Foi-se o tempo de subir em árvores, de pular amarelinha, de brincar de pega-pega, hoje existe um grande número de crianças que devido a seu cotidiano inativo estão com dificuldade de realizar movimentos básicos, esta inatividade faz com que estas crianças além de terem prejuízos em seu desenvolvimento motor, tenham uma maior pré-disposição a obesidade, o que tem aumentado enormemente o número de crianças obesas, devido grande parte terem em seu cotidiano inúmeras formas de diversões que são sedentárias e não necessitam em sua maioria de esforços físicos, ACHOUR JUNIOR (1993) procura nos alertar para a questão que referente as crianças obesas terem maiores níveis de infiltrações em suas artérias, tendo maiores chances de manterem-se obesas quando mais velhos, deixando estes indivíduos em um grupo de risco ligado a doenças como diabetes, hipertensão e colesterol, sendo que por outro lado as atividades aeróbicas tem colaborado em grande parte para a redução de concentrações indesejáveis de gordura corporal, mantendo o livre fluxo de sangue nos vasos íntegros.

Temos então através das pesquisas de GUEDES & GUEDES (1993) e ACHOUR JUNIOR (1993) a comprovação de que as crianças hoje não são naturalmente ativas, então é uma visão equivocada pensar que estes já mantêm atividades físicas espontaneamente, principalmente se estivermos falando de atividades físicas relacionadas à saúde. Existe hoje uma maior variedade de divertimentos que são inativos porém mais atrativos, e estamos perdendo a batalha com os divertimentos eletrônicos deixando que as crianças permaneçam grande parte de seu dia inativos, e quando estão ativos, o que ocorre quase sempre nas

aulas de educação física, deixamos que estes estejam envolvidos com atividades que não trarão benefícios para a sua saúde. Temos a constatação de que tanto uma criança pode ser obesa por ser sedentária como pode acontecer o inverso e ser sedentária por ser obesa, (MICHELS , 1996).

Então nas aulas de educação física não estamos conseguindo garantir que os alunos atinjam o conceito de saúde, isto por vários fatores, o que consideramos mais grave de todos seria a má utilização do tempo destinado a prática da educação física, porque se temos em média nas escolas brasileiras as aulas sendo ministradas 3 vezes por semana, deveríamos analisar se estes tempo que é designado, que já é pouco se comparado com outros países, está sendo bem utilizado, ou se continuamos a ter uma educação física que tanto faz estar ou não estar presente na escola, GUEDES & GUEDES (1993). Os professores de educação física precisam fazer segundo estes autores uma reflexão e ver realmente como estão utilizando o tempo de suas aulas, pois não adianta aumentar a carga horária semanal da disciplina e não rever seus propósitos e sua utilização no meio escolar.

O que acontece claramente hoje em dia e que GUEDES & GUEDES (1993) nos deixa bem claro é que os programas de educação física que estão sendo desenvolvidos hoje nas escolas, não estão conseguindo envolver os alunos em atividades promotoras da saúde, não conseguindo preparar estes alunos para que levem uma vida ativa fisicamente por compreenderem os benefícios da atividade física para a saúde, e este fato deve-se, talvez, a questão de que estão trabalhando nas escolas professores com poucas informações da relação existente entre atividade física e melhora da saúde. Um campo da educação física que sem dúvidas vem apresentando um crescimento para KREBS (1996), é o da avaliação prescrição e orientação de atividades físicas, vários autores como FERRAREZE et alii. (1996), GUEDES & GUEDES (1996), KREBS et alii. (1996), VITURE et alii. (1996) tem realizados estudos com o objetivo de identificar melhor as necessidades da população para então realizar uma melhor prescrição e orientação das atividades de acordo com as carências deste grupo.

Sabemos que são sem dúvida infinitos os benefícios que a atividade física regular e bem orientada por trazer ao seu executante, inumeros pesquisadores GUEDES & GUEDES (1995), BANKOFF (1996), MATSUDO et alii (1996), tem dedicado-se quase que exclusivamente a descobrir o que pode trazer de benefícios uma frequente prática de atividade física, e muitas tem sido as descobertas a este respeito, e algumas benefícios podem ser intepretadas como a possível solução para muitos males até então frequentes em humanos, como é o caso das descobertas de SHEPHARD que relata que os "exercícios moderados aparentemente aumentam a resistência de algumas doenças em humanos" (SHEPHARD, 1993, p.33) como a prevenção de doenças coronariana, hipertensão, obesidade, estresse emocional, auxílio no controle do tabagismo, e o mesmo autor conta-nos que recentes pesquisas com humanos provaram que os exercícios físicos fazem aumentar a resistência a tumores e que protejem contra alguns tipos de câncêr. E recentemente a comunidade científica reconheceu que exercícios moderados podem aumentar a expectativa de vida, KREBS (1996). Conclui-se então dos estudos de SHEPHARD (1993) e de KREBS (1996) que doses moderadas de atividades físicas tem efeito benéfico sobre o sistema de defesa do corpo humano e atividades mais estressantes tem um efeito contrário, sabe-se também que segundo a mais recente recomendação do American Coliiege of Sport Medicine o ideal é "atingir de 50 a 85% do consumo máximo de oxigênio de 3 a 5 dias por semana" (SHEPHARD, 1993, p.33), tem-se então várias informações de o que deve-se fazer para a melhor direcionamento das atividades físicas voltadas uma proposta de potencialização da saúde.

Tem-se hoje, que componentes da aptidão física devem receber especial atenção nas aulas de educação física, seriam estes a composição corporal, a resistência cardiorespiratória, a força, a flexibilidade, FREITAS JÚNIOR & BARBANTI (1993), GUEDES & GUEDES (1995).

Também estabeleceu-se em que proporsões devem estar a relação dos compenente da aptidão física relacionados a saúde para uma pessoa ser considerada saudavel, sabemos pelos estudos de ACHOUR JUNIOR (1993), que indivíduos que apresentam uma porcentagem de gordura acima de 20% e que a

mantem na idade adulta estão mais propensos a terem problemas ligados a hipertensão e diabetes tendo por consequência um maior risco de doenças cardíacas. O mesmo pesquisador relata que indivíduos que apresentam um grau de obesidade considerada moderada tem 40% mais de fatores de risco, e os indivíduos que apresentam obesidade severa tem 70% a mais de risco (ACHOUR JUNIOR, 1993).

Existe uma outra questão que relaciona-se a citada acima, que é a qual ANDREW (1993), nos coloca que as transformações fisiológicas dos exercícios ou sua negligência são bem difundidos, e por este fato os programas modernos de educação física são orientados para o desenvolvimento de hábitos de vida saudáveis, através de uma vida ativa fisicamente, seria isto que os governos deveriam incentivar, ao invés de gastar com a custosa cura médica. Também faz-se necessário resaltar que “nos países desenvolvidos o movimento das entidades governamentais e associações desportivas, para promover efeitos higiênicos e desencadear processos de educação sanitária permanente, ganha cada vez mais iniciativa e popularidade” (MENESTRINA, 1993, p.17-18). É o que ocorre em países como a Inglaterra aonde a luta para confirmar a educação física como parte do currículo central de todas as escolas parece ter sido vencida (ANDREW, 1993).

E o que deve fazer parte de um programa de educação física voltado à desenvolver um trabalho de saúde. Para ANDREW (1993), nos programas modernos de educação física deve estar incluído a preparação de uma sociedade mais ativa fisicamente, trazendo benefícios importantes para integração social, passando-lhes o domínio de mais uma forma de comunicação, a linguagem corporal, e conseqüentemente melhorando seus níveis de saúde através da atividade física.

2.4 O QUE DEVE FAZER PARTE DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR EM UMA PROPOSTA POTENCIALIZAÇÃO DA SAÚDE

Não queremos dizer que os outros direcionamentos que os programas de educação física possam apresentar estejam ultrapassados ou errados, mas que a proposta de educação física promotora da saúde já seria suficiente para a

justificação da disciplina na escola isto é inegável. O que temos a intenção de problematizar é a respeito dos vários objetivos da disciplina que deveriam ser repensados, pois, para FREITAS JÚNIOR & BARBANTI, “ela teria que proporcionar aos jovens o interesse e a vontade de melhorar a sua aptidão física e o seu bem estar orgânico, e também, neste sentido, desenvolver o aspecto cognitivo do aluno, a fim de que ele tenha conhecimento da importância da atividade física na sua vida” (FREITAS JÚNIOR & BARBANTI, 1993, p.45).

Não podemos esquecer que em um período da história a educação física já teve um papel de promoção da saúde através dos exercícios, mas era uma promoção errônea pois não dava a conscientização necessária através de subsídios para a manutenção de um estado de atividade física permanente. Era uma tentativa de se trabalhar à saúde, só que um pouco deturpada, pois, pregava a realização de exercícios sem dar a conscientização e instrução à respeito dos mesmos para que quando seus alunos deixassem a escola levassem consigo o hábito da prática de exercícios, GUEDES & GUEDES (1993). Acontece que nos atuais programas da disciplina educação física, também encontra-se ausente a conscientização dos benefícios que a atividade física regular pode trazer ao seu praticante bem como sua importância na vida das sociedades modernas. E quais seriam as necessidades da sociedade moderna? Esta com certeza não é uma pergunta muito fácil de ser respondida em sua totalidade pois estamos vivendo em um mundo aonde cada vez mais aumentam as diferenças e as injustiças, então vamos responder parcialmente esta questão e pensar nas exigências da sociedade segundo a citação de MENESTRINA que nos relata que “a sociedade moderna exige indivíduos cada vez mais saudáveis e sempre mais conscientes, suscitando que educação e saúde se entrelacem, como necessidades decisivas e imprescindíveis para a auto-realização humana” (MENESTRINA, 1993, p.18).

O que deve fazer parte dos atuais programas da disciplina para que ela não recaia em erros do passado, e atenda as exigências das sociedades modernas, GUEDES & GUEDES (1993) respondendo a esta questão complementa que na sociedade aonde vivemos, que tem uma população adulta que contribui para o aumento dos números de doenças cardiovasculares e outras doenças

degenerativas devido a falta de atividade física, fica mais do que evidente que enfoque deve ter os programas de educação física atuais. Fica notório que exigências tem a sociedade no período atual, e que direcionamento deve ter os programas modernos de educação física.

Uma concepção eficiente de educação física e saúde deve elaborar suas atividades sempre analisando as mudanças constantes que ocorrem na sociedade, procurando ter como consequência deste processo uma consciência corporal saudável, garantindo ao indivíduo ter as performances exigidas pela sociedade moderna, (MENESTRINA, 1993).

E em uma sociedade aonde aumenta consideravelmente o número de doenças ligadas a hipocinesia fica claro que necessidades tem esta população. Não podemos esquecer que os benefícios da atividade enquanto potencializadora da saúde são facilmente reversíveis e então as pessoas estariam somente usufruindo desses benefícios enquanto permanecessem ativas, pois, ao cessarem as suas atividades físicas, estes benefícios seriam perdidos gradativamente até alcançarem níveis semelhantes ao de pessoas sedentárias. Enfoca-se aqui a questão da educação física escolar conseguir uma qualidade na transmissão de seus conteúdos a ponto de garantir que estes jovens permaneçam ativos não somente no período escolar, mas ao atingirem idades maiores também continuem beneficiando-se das vantagens da atividade física. Por esta razão um papéis da educação física escolar também seria o de possibilitar que os jovens tornem-se adultos ativos podendo ter o direcionamento de que prática física é melhor para ele, para tanto a educação física escolar não poderá ofertá-lo somente conhecimentos relacionados com práticas esportivas, pois serão muito pouco os adultos que vão escolher como a alternativa este tipo de atividade, e se irão escolher e desenvolver atividades físicas de competições, nesta idade seus benefícios enquanto saúde seriam questionáveis (GUEDES & GUEDES, 1993b; BARBANTI, 1988).

Então não poderemos possibilitar sempre as mesmas atividades, necessitaremos fazer os alunos manter contato com outras possíveis alternativas de atividades, devido a isto GUEDES & GUEDES (1993b), nos diz que os programas de educação física atuais relacionados à saúde devem influenciar seus

participantes de maneira que estes recebam uma variedade de rotinas motoras, recebendo uma variedade de opções em termos de atividade, conseguindo portanto diminuir a monotonia das aulas, e apresentar atividades que agradaram um número maior de alunos devido as constantes variações.

A importância da educação física vem sendo dada pelo esporte com a afirmação de que quem pratica esporte é uma pessoa mais saudável. Porém esta cada vez mais sendo questionada a utilização deste esporte em programas escolares. Numa sociedade onde é crescente o número de problemas de saúde ligados a doença degenerativas é questionado por um número cada vez mais crescente de profissionais se ao invés de potencializar qualidades atléticas a educação física escolar não deveria ter um papel de promotora da saúde no sentido de educar e por conseguinte conscientizar os indivíduos da necessidade de uma atividade física regular como meio de manutenção da saúde. Com isto não colocamos que devemos esquecer as práticas esportivas na escola, pelo contrário, estas devem ser utilizadas porque são um importante fator de motivação dos jovens, mas não devem ser utilizadas como um fim e sim como um meio de transmissão dos conhecimentos, MENESTRINA também nos deixa evidente em sua citação que “o esporte não deveria se restringir somente à preparação de atletas de alto rendimento, mas também, a sua prática ao homem comum, na expectativa da sua utilização como fator de melhoria da qualidade de vida” (MENESTRINA, 1993, p.12), para CASTELLANI FILHO (1995) temos que ter claro que a crítica que é feita ao esporte são para sua versão que prima pelo rendimento e não ao esporte enquanto prática social dotado de toda uma importância na histórica e no período contemporâneo, sendo um relevante fator sócio-cultural, as atividades desportivas na escola para BARBANTI (1988) não podem serem encaradas como uma coisa má na educação física escolar, o desporto não é mal em si, e sim o mau uso do desporto acarreta em malefícios. O desporto em si é benéfico, pois, consegue fazer com que exista a situação de comparação com outros o que é necessário no desenvolvimento, “condenar o desporto é o mesmo que abolir a medicina porque há médicos corruptos” (BARBANTI, p.13, 1988), e GUEDES & GUEDES (1993b), nos mostra que se houvesse um empenho no campo curricular da educação física

fazendo com que não somente atividades esportivas ou recreativas fossem desenvolvidas, mas passar a importância das atividades físicas relacionadas à saúde, e que estes conhecimentos sendo transmitidos e assimilados pelas crianças poderiam ser levados até a idade adulta, diminuindo o número de adultos inativos.

2.5 A EDUCAÇÃO FÍSICA FORA DA ESCOLA

Como é que o profissional da educação física escolar poderia contribuir visto que ele tem o controle somente das atividades enquanto aulas, e constatamos que mesmo com todos os problemas que apresenta a educação física escolar permanece ainda sendo como problema principal aumentar o nível de atividade física após a idade escolar, e principalmente na idade adulta, aonde o professor de educação física não tem mais acesso.

Então se mudarmos a forma com a qual está sendo enfocada a educação física para que comece conscientizar as próximas gerações da importância de se manterem ativos fisicamente, dando-lhes conhecimentos a respeito da atividade física como meio promotor da saúde, não somente para que estes encherquem a importância e compreendam o que realizam nas escolas mas para que possam ao saírem do meio escolar terem a consciência da importância da atividade física regular, o que acontece para FREITAS JÚNIOR & BARBANTI (1993), é que em nosso país devido a questão da aptidão física relacionada à saúde ter sido muito pouco explorada até o presente, pelo menos de forma correta, devido a este fator existe ainda uma diferença muito grande se compararmos os níveis de aptidão física relacionada à saúde de nossa população e a de outro país que já vem primando por esta prática a mais tempo, como os Estados Unidos que colocou como objetivo para os anos 90 que 60% de sua população esteja realizando atividades físicas relacionadas a potencialização da aptidão física ligada à saúde, afastando-os de doenças degenerativas. Claro que sabemos que existe uma diferença entre as metas é o que acontece de fato, mas é estabelecendo metas que com certeza consegue-se atingir alguns objetivos.

Em países como os estados Unidos e a Inglaterra a população já demonstra níveis de prática física habitual que já atingiram valores de 76 e 85% respectivamente, enquanto que no Brasil não se tem informações tão precisas a este respeito temos uma estimativa de que somente 10% da população está inserida na parcela que pratica atividades físicas regulares (MATSUDO et alii, 1996).

A educação física acabou compartimentalizando-se cada vez mais talvez até buscando sua afirmação, mas o fato é que não poderemos atender um ser humano que é um todo entendendo-o somente analiticamente, MENESTRINA nos alerta que “o homem não é uma entidade estática, mecânica ou fragmentada, mas um processo em dinâmica permanente. Nessa dinâmica se integram todos os seus componentes concretos e abstratos, fazendo com que o ser humano se torne uma totalidade indivisível, em expressão constante e em aperfeiçoamento contínuo” (MENESTRINA, 1993, p.14). Necessitamos de uma maior intergração e cooperação entre as áreas que estão formando a educação física hoje, e necessitamos que os profissionais dominem melhor todas estas areas, para que possamos pensar em levantar a disciplina educação física e dá-la um real papel forte e atuante na sociedade. O mesmo autor complementa dizendo que quando a disciplina educação física voltar suas atenções para a saúde do aluno como um todo, poderá contribuir para que a interdisciplinareidade do binômio educação-saúde aconteça de fato, e com este acontecimento a educação física passa a ter não somente um norteador curricular mais também uma função socio-cultural (MENESTRINA, 1993).

Para atender a esta visão global de homem e trabalhar em um sistema educacional voltado a potencializar a saúde de seus frequentadores é necessário que ocorra uma integração no trabalho de vários profissionais, sendo que tem sido estudado por alguns pesquisadores, MORITZ (1990), ROSSA et alii (1992), ACHOUR JUNIOR (1993), BANKOFF (1996), CORTEZ (1996) e sugerido que somente a atuação em conjunto de profissionais da área da educação física, da medicina e da fisioterapia poderá atender à visão de ser humano enquanto totalidade. Para MATSUDO et alii (1996), ocorreram transformações nas áreas das ciências do esporte e da medicina desportiva que tornaram possível através de

pesquisas recentes entender melhor o ser humano e sua vida nas sociedades modernas.

Agora ao realizarmos um pensamento da educação física para fora da escola podemos obter segundo MONTEIRO & FERMINO NETO & PADOVANI (1995), que elementos que ela enquanto meio educacional deverá garantir: Um desenvolvimento de estudos para uma melhor compreensão do movimento humano e suas dimensões; possibilitar a todos a vivência de várias formas de exercícios para que estes possam escolher aquele que se adeque melhor a sua constituição física e gosto; estudar em conjunto com os alunos os tipos de exercícios compensatórios para as atividades do dia-a-dia, principalmente as atividades profissionais; e a criação de exercícios corretivos ou especiais para pessoas portadoras de deficiências para que estas não fiquem privadas das atividades físicas e de seus possíveis benefícios.

Outros setores da sociedade já atentaram para a importância da atividade física regular, como é o caso segundo MATSUDO et alii (1996) das empresas e indústrias que observaram que se manterem programas de atividades físicas regulares com seus funcionários estes tornam-se mais produtivos, apresentando um menor índice de faltas, um menor gasto com medicamentos, dentre outros benefícios.

Infelizmente ao pensarmos sobre a relação existente entre a saúde e a atividade física em nossa sociedade atual, vamos verificar que ela cumpri muito mais um papel de obtenção da estética que é pregada pelos meios de comunicação, MONTEIRO & FERMINO NETO & PADOVANI (1995). Temos uma crescente movimentação de pessoas aderindo a programas de atividade física, indivíduos que estão comprando aparelhos de ginástica para em suas casas realizarem exercícios e tudo isto influenciado pela mídia que lhes garante que exercícios físicos trazem saúde que é transmitida como um sinônimo de beleza física, BERGAMO (1996). Tem-se então na sociedade moderna a transmissão de um modo de pensar que diz que o indivíduo deve aproveitar todo e qualquer tempo livre para realizar exercícios potencializadores da pseudo-saúde (CARVALHO, Y.M., 1996).

Devemos ter em mente segundo CHAMLIAN (1995) que o critério para avaliarmos a eficiência da disciplina educação física não pode ser o comportamento do aluno no momento que estiver perto de seu professor, e sim quando este não estiver por perto, é neste momento que veremos o quanto foi eficiente o processo de conscientização.

3.0 CONCLUSÕES

A proposta de promoção da saúde nas escolas não é uma coisa nova, vários autores BARBANTI (1991), GUEDES & GUEDES (1993), FREITAS JÚNIOR & BARBANTI (1993), KREBS et alii (1996), dentre outros tem se dedicado a estudar sobre o tema. Muitas tem sido as conclusões a que eles tem chegado, e também muitas tem sido as críticas que tem surgido à eles e a suas propostas por parecer aos olhos dos outros professores uma proposta elitizada que somente funcionaria com alunos de classes sociais bem financeiramente. Podemos dizer que realmente é um pouco utópico pensarmos em realizar um programa de promoção saúde através da atividade física em nossos alunos quando em sua maioria estes não tem o que comer em casa e outros problemas, mas não devemos negligenciar a possibilidade de aos poucos ir passando conhecimentos para estes mesmos alunos carentes à respeito da atividade física e sua relação com a saúde.

Continua-se ainda hoje pensando que devido a realidade da maioria dos alunos brasileiros ser muito sofrida e difícil estes não necessitem da atividade física como uma questão de saúde, e sim de outras atividades que a educação física possa lhes oferecer. Bem a educação física vem ofertando-lhes estas outras atividades e continuamos tendo até agora os baixos níveis de interesse dos alunos pelas aulas e a falta de prestígio da disciplina quando comparada com as demais. Talvez este fato seja fruto em sua maioria por não termos ainda bem claro um corpo teórico da disciplina educação física, mas devemos ter em mente que a formação e estruturação deste corpo é necessária para podermos melhor atender as necessidades dos alunos e não para aumentarmos o prestígio da disciplina, este é uma consequência da boa prestação de serviços.

Ficamos então até este momento com algumas conclusões à respeito da educação física e saúde nas escolas:

A educação física precisa responder quanto tempo de suas aulas está sendo gasto com atividades de promoção da saúde, e verificar se está utilizando de maneira adequada este tempo que é destinado às suas aulas, ou se não está

conseguindo justificar a permanência da educação física nas escolas devido a má utilização deste tempo.

É necessário conscientizar os alunos para a necessidade de permanecerem ativos após deixarem o meio escolar, pois é aí que o aluno terá que ter realmente a consciência de que necessita manter-se ativo fisicamente para um estilo de vida mais saudável, e é justamente neste momento que não vai ter o professor ao seu lado para lhe orientar e por isto deve já estar instruído da importância da atividade física regular no nosso mundo moderno, para isto é necessário desempenhar uma ação educativa, ou seja, selecionar conteúdos e estruturá-los de acordo com a realidade de nossos alunos facilitando então sua assimilação pelos mesmos e suprimindo suas carências.

O direcionamento de saúde seria suficiente para justificar a educação física como disciplina das mais importantes, isto devido aos inúmeros benefícios que verificamos que a atividade física pode trazer ao seu praticante se bem orientada e executada, mas não deve ser o único direcionamento presente em um programa moderno de educação física, pois não estaríamos desenvolvendo o ser humano em todas as suas potencialidades e sim somente por um prisma.

É preciso sensibilizar os governantes para a atual situação da população que se possa conseguir maiores investimentos e melhores condições para desenvolver a proposta de promoção da saúde. Sem maiores investimentos nas áreas da educação e da saúde tornasse muito difícil revertermos este quadro atual, necessitamos de novas pesquisas nestas áreas para trazerem novas idéias e possíveis soluções.

O professor não necessita trabalhar atividades com o objetivo específico da promoção da saúde, podendo então trabalhar a recreação, a corporeidade, o esporte, tudo, em conjunto com a saúde. O que se faz necessário é que o professor planeje suas atividades de maneira tal que em determinado período da atividade os alunos atinjam níveis de solicitação orgânica que venham a promover transformações no seu organismo, e que estas sejam benéficas, então é necessário apenas fazer uma graduação das atividades e verificar a que níveis de solicitação orgânica estamos levando nossos alunos.

O professor necessita desempenhar seu papel de profissional durante sua ação pedagógica para poder diferenciar-se de outros não-profissionais. Enquanto não estivermos desempenhando um papel que justifique termos estudado para desempenhá-lo vamos continuar a ter muitos leigos trabalhando ao nosso lado e ocupando cada vez mais nosso espaço, mas isto por culpa quase que exclusivamente nossa, por não estarmos no momento de nossas aulas utilizando de meios, de conhecimentos, que nos diferencie dos não-profissionais

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALMEIDA, Márcio Antonio de. Atividade Física na Prevenção das Doenças Degenerativas: Sua Importância na Situação Demográfica Brasileira. **Sinopsis Revista do Departamento de Educação Física-UFPR**, Curitiba, v.06, ano 06, p.38-49, 1995.
- ANDREW, John C. Progresso em Direção ao Programa Permanente de Educação Física e Esporte. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v.07, n.14, p.09-15, jan., 1993.
- ACHOUR JUNIOR, Abdallah. Fatores Preventivos de Riscos Cardíacos: Um Foco na Infância. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v.08, n.15, p.36-44, 1993.
- BANKOFF, Antônia Dalla Pria. **Atividade Física como Fator de Saúde**. Coletânea 3º Congresso Latino-Americano: Esporte, Educação e Saúde no Movimento Humano, Foz do Iguaçu, p.12-14, 1996.
- BARBANTI, Valdir. Aptidão Física e Saúde. **Revista da Fundação de Esporte e Turismo**, Curitiba, v.03, n.01, p.05-08, 1991.
- _____. Desporto Escolar. **Revista da Fundação de Esporte Esporte do Paraná**, Curitiba, n.01, ano 03, p.12- 13, 1991.
- BARBOSA, Claudio Luiz de Alvarenga. Educação Física Escolar: Ética e Compromisso do Professor. **Sprint Magazine**, Rio de Janeiro, n.78 ano 16, p.41-43, mai-jun, 1995.
- BERGAMO, Vagner Roberto. **SOS - Saúde Pública**. Coletânea 3º Congresso Latino-Americano: Esporte, Educação e Saúde no Movimento Humano, Foz do Iguaçu, p.659, 1996.
- CARVALHO, Tales de. **Atividade Física e Qualidade de Vida**. Experiências em Programas de Prevenção e Reabilitação na Comunidade e em Empresas. Anais do 1º Congresso Sul Brasileiro de Medicina Desportiva e 1ª Jornada Popular de Medicina Desportiva-UDESC, Florianópolis, p.18-19, jun., 1996.
- _____. Qualidade de Vida: **O Enfoque Atual da Medicina Desportiva**. Anais do 1º Congresso Sul Brasileiro de Medicina Desportiva e 1ª Jornada Popular de Medicina Desportiva-UDESC, Florianópolis, p.36-37, jun., 1996b.
- CARVALHO, Yara Maria de. **Atividade Física por Saúde: O Resultado Condiz com a Promessa?** Coletânea 3º Congresso Latino-Americano: Esporte, Educação e Saúde no Movimento Humano, Foz do Iguaçu, p.555-564, 1996.

CASTELLANI FILHO, Considerações Acerca do Conhecimento (Re)Conhecido pela Educação Física Escolar. **Revista Paulista de Educação Física-EEF-USP**, n.01, p.10-17, 1995.

CHAMLIAN, Helena. C. Displina e Liberdade na Escola. **Revista Paulista de Educação Física-EEF-USP**, n.01, p.07- 09, 1995.

CORTELLA, Mario Sergio.Educação e Cidadania: Algumas Heresias. **Revista Paulista de Educação Física-EEF-USP**, n.01, p.04-06, 1995.

CORTEZ, J.A. **Programas de Reabilitação Cardiovascular**. Anais do 1º Congresso Sul Brasileiro de Medicina Desportiva e 1ª Jornada Popula de Medicina Desportiva-UDESC, Florianópolis, p.20-21, jun., 1996.

FERRAREZE, Miriam Pereira de Sá; BANKOFF, Antônia DallaP.;SALVE,Mariângela C. **Influência da Atividade Física na Melhora da Qualidade de Vida do Homem**. Coletânea 3º Congresso Latino-Americano: Esporte, Educação e Saúde no Movimento Humano, Foz do Iguaçu, p.698, 1996.

FREITAS JÚNIOR, Ismael Fortes; BARBANTI, Valdir José. Comparação de Índices de Aptidão Física Relacionada à Saúde em Adolescentes. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v.07, n.14, p.42-46, jan., 1993.

GUEDES, Dartagnan Pinto & GUEDES, Joana Elisabete Pinto. Educação Física Escolar: Uma Proposta de Promoção da Saúde. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v.07, n.14, p.16-23, jan., 1993.

_____.Subsídios para Implantação de Programas Direcionados à Promoção da Saúde Através da Educação Física Escolar. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v.08, n.15, p.03-11, 199b.

_____. **Exercício na Promoção da Saúde**. Londrina: Editora Midiograf, 1995.

_____. **Indicadores Morfológicos, Fisiológicos e Nutricionais Relacinados à Saúde de Indivíduos Adultos**. Coletânea 3º Congresso Latino-Americano: Esporte, Educação e Saúde no Movimento Humano, Foz do Iguaçu, p.604, 1996.

KREBS, Ruy Jornada. **Saúde e Movimento Humano**. Coletânea 3º Congresso Latino-Americano: Esporte, Educação e Saúde no Movimento Humano, Foz do Iguaçu, p.56-61, 1996.

- KREBS, Ruy Jornada; BELTRAME, T.S.; MONGE, J.C.B.; et alii. **Avaliação do Nível de Aptidão Física de Crianças e Adolescentes do Estado do Rio Grande do Sul**. Coletânea 3º Congresso Latino-Americano: Esporte, Educação e Saúde no Movimento Humano, Foz do Iguaçu, p.710, 1996.
- LORENZETTO, Luiz Alberto. O Papel e o Perfil do Professor de Educação Física: Uma Visão de Comunidade. **Revista da Fundação de Esportes do Paraná**. n. 01, ano 03, 1991.
- MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues; ANDRADE, Douglas Roque; MATSUDO, Sandra Marcela Mahecha; et alii. **Exercício e Qualidade de Vida**. Coletânea 3º Congresso Latino-Americano: Esporte, Educação e Saúde no Movimento Humano, Foz do Iguaçu, p.85-89, 1996.
- MEDEIROS, Carlos Alberto. **Atividade Física e Qualidade de Vida**. Anais do 1º Congresso Sul Brasileiro de Medicina Esportiva e 1ª Jornada Popular de Medicina Desportiva-UDESC, Florianópolis, p.30, jun., 1996.
- MENESTRINA, Eloi. **Educação física e saúde**. Ijuí: Editora Unijuí, 1993.
- MICHALS, Glaycon. **Cineantropometria em Crianças**. Anais do 1º Congresso Sul Brasileiro de Medicina Desportiva e 1ª Jornada Popular de Medicina Desportiva-UDESC, Florianópolis, p.34-35, jun., 1996.
- MONTEIRO, Henrique Luiz; FERMINO NETO, José Luiz; PADOVANI, Carlos Roberto, et alii. **Aptidão Física Relacionada à Saúde de Indivíduos Ativos, Intermediários e Sedentários de Mesma Atividade Ocupacional**. Revista de Educação Física-UEM, Maringá, v.01, n.06, p.12-17, 1995.
- MORITZ, Marilena Ribas. Atitudes de Universitários da Universidade Federal do Paraná em Relação à Prática de Atividades Físicas e Desporto. **Synopsis Revista do Departamento de Educação Física-UFPR**, Curitiba, v. 01, ano 01, 1990.
- ROSSA, Clodoaldo José; PERSICOTTI, Lourdes T.G.; OSIEKI, Raul. **Aptidão Física**. **Synopsis Revista do Departamento de Educação Física-UFPR**, Curitiba, v. 03, ano 03, 1992.
- SANTO, Alexandre do Espírito. Atitudes Científicas do Pesquisador. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v.07, n.14, p.03-08, jan., 1993.
- SHEPHARD, Roy J. Prevenção Terceária de Doenças Coronarianas: Uma Perspectiva Norteamericana. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v.07, n.14, p. 30-36, jan., 1993.

TRICOLI, Valmor Alberto Augusto. Caracterização Acadêmico-Profissional da Educação Física. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v.08, n.15, p.16-19, 1993.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ. **Normas para apresentação de trabalhos**. 2. ed. Curitiba: UFPR, 1992.

VITURE, W.T.; PERIN, O.; ROJAS, P.N.C.; et alii. **Diagnóstico da Aptidão Física do Paranaense** - Análise da Gordura Corporal. Coletânea 3º Congresso Latino-Americano: Esporte, Educação e Saúde no Movimento Humano, Foz do Iguaçu, p.662, 1996.