EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: PRÁTICAS PEDAGÓGICAS E SEUS DESAFIOS CONTEMPORÂNEOS

DANIELE DIAS CORREIA

RESUMO
Este artigo busca verificar as Práticas Pedagógicas empregadas por professores de Educação Física no ensino fundamental – anos iniciais. Aborda a evolução histórica da Educação Física no Brasil e as características de uma prática inovadora nessa disciplina. Analisa a percepção dos profissionais sobre a importância da Educação Física e a lacuna entre o discurso teórico e a realidade prática. Discute, ainda, a necessidade de inclusão de temas específicos sobre a inclusão de alunos com deficiência na formação acadêmica e o apoio de profissionais especializados. Os professores que se sentem despreparados para atuar com a inclusão, enfrentando dificuldades em apresentar aulas de forma inclusiva para que todos participem plenamente. Ressalta a relevância da Educação Física como importante prática na qual o aluno é estimulado a ter atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade, aprendendo a valorizar e conhecer a cultura corporal de diferentes grupos.

PALAVRAS-CHAVE: Educação física; Crianças; Inclusão; Práticas pedagógicas.

ABSTRACT
This article aims to verify the Pedagogical Practices employed by Physical Education teachers in elementary school – initial years. It addresses the historical evolution of Physical Education in Brazil and the characteristics of an innovative practice in this discipline. It analyzes the perception of professionals about the importance of Physical Education and the gap between theoretical discourse and practical reality. It also discusses the need to include specific topics on the inclusion of students with disabilities in academic training and the support of specialized professionals. Considering the training of teachers who feel unprepared to work with inclusion as a relevant problem, facing difficulties in presenting classes in an inclusive way so that everyone participates fully. Emphasizing the relevance of Physical Education as an important practice in which the student is encouraged to have attitudes of mutual respect, dignity and solidarity, learning to value and understand the body culture of different groups.
KEYWORDS: Physical education; Children; Inclusion; Pedagogical practices.

INTRODUÇÃO

A Educação Física escolar, como prática pedagógica, é fundamental para o desenvolvimento do aluno e tem passado por transformações significativas, especialmente a partir dos anos 1980, com um movimento renovador das práticas. A divulgação de trabalhos desenvolvidos em escolas públicas é desafiadora, o que muitas vezes torna essa produção de conhecimento inacessível à comunidade acadêmica e a outros professores interessados.

Professores de Educação Física, ao organizarem suas aulas, utilizam perspectivas didático-pedagógicas que buscam alinhar os objetivos com o projeto político-pedagógico da escola, sistematizar conteúdos, ampliar o universo cultural dos estudantes em práticas corporais, empregar diversos instrumentos de avaliação e promover a inclusão de todos os discentes nas atividades propostas.

Atualmente, um problema relevante é a formação de professores que se sentem despreparados para atuar com a inclusão, enfrentando dificuldades em apresentar aulas de forma inclusiva para que todos participem plenamente. Este estudo objetiva apresentar práticas pedagógicas que buscam romper com aulas tradicionais, ampliando os conhecimentos dos alunos sobre a cultura corporal de forma crítica e participativa, demonstrando práticas inovadoras que dialogam com o projeto da escola, os alunos e seus pares.

HISTÓRIA E LEGISLAÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO BRASIL

A necessidade da disciplina de Educação Física no Brasil surgiu nos séculos XVII e XIX, sendo inicialmente praticada em instituições

médicas e militares. Nessas instituições, a Educação Física visava educar a população através da educação corporal, incluindo hábitos, atitudes e valores. A prática pedagógica inicial, com exercícios de ginástica, alongamento e jogos, veio da instituição militar.
A Educação Física escolar no Brasil, inicialmente chamada Ginástica, começou em 1851. Em 1882, Rui Barbosa, em seu parecer sobre a "Reforma do Ensino Primário, Secundário e Superior", destacou a importância da Ginástica para a formação do brasileiro. Ele defendia a Ginástica como elemento indispensável para a formação integral da juventude e desejava que fosse praticada por ambos os gêneros. Nos anos 1930, com o processo de industrialização e urbanização, a Educação Física tinha a função de fortalecer o trabalhador para melhorar a capacidade produtiva, associando corpo eficiente a corpo produtivo. A evolução da Educação Física pode ser classificada em fases:
1930 – Higienista: Caracterizada pela promoção da saúde e higiene, com médicos atuando como professores. Era restrita a filhos de famílias brancas e ricas.
1945 – Militarista: Executada por militares, visava preparar os alunos para o patriotismo, disciplina e aptidão física para o serviço militar. Aulas excluíam alunos mais franzinos, meninas e com sobrepeso.
1970 – Competitivista: Impulsionada pela conquista da Copa do Mundo, focava na preparação esportiva para desenvolver o lado técnico e descobrir talentos. Aulas tinham treinos exaustivos e repetitivos, ministrados por ex-atletas sem formação acadêmica ou preocupação com metodologia e didática.
Décadas de 80 e 90 – Construtivista: Professores passaram a ministrar aulas de Educação Física como recreação, com foco na "construção", formação e educação dos alunos. As aulas tornaram-se inclusivas, visando a participação de todos, independentemente do biótipo ou preparo físico.
Atualmente: As aulas são ministradas por professores com nível superior em Educação Física, obrigatória no Ensino Fundamental e Médio desde a Lei de Diretrizes e Bases (LDB) de 1996. Devem trabalhar diversos conteúdos baseados nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's), utilizando didática e metodologia adequadas à faixa etária e individualidade.
A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Brasileira (LDB, Lei 9394/96) menciona a Educação Física em seu artigo 26, parágrafo 3º. A LDB estabelece que a Educação Física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da educação básica (educação infantil, ensino fundamental e ensino médio). A prática é facultativa para alunos que cumprem jornada de trabalho igual ou superior a seis horas, maiores de trinta anos, prestando serviço militar, amparados por decreto-lei sobre tratamento excepcional ou que tenham prole. Essa legislação valoriza a Educação Física como área do conhecimento e disciplina importante na formação do aluno.

A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E SEUS BENEFÍCIOS

A Educação Física escolar é uma disciplina que promove saúde e bem-estar, sendo de grande importância, embora nem sempre valorizada na grade curricular. Betti (1992) afirma que a Educação Física insere, adapta e incorpora o aluno no saber corporal de movimento, tendo como função primordial a formação do cidadão. Para o autor, a disciplina produz, reproduz e transforma o indivíduo, qualificando-o para desfrutar jogos, esportes, danças, lutas, ginásticas e práticas de aptidão física, visando o exercício crítico dos direitos e deveres do cidadão e a melhoria da qualidade de vida humana.
A Educação Física escolar tem um papel social e transformador, comprometido com a formação de atitudes e valores, permitindo que o educando perceba a importância das relações interpessoais para a transformação de sua condição como sujeito de relações afetivas, cognitivas e morais, aprendendo a viver sem agredir ou prejudicar o outro. Assim, contribui para a formação de um sujeito crítico e emancipado, possibilitando um novo olhar sobre o mundo. A disciplina instrui e instiga o aluno a opinar e se posicionar criticamente em relação às linhas atuais da cultura corporal de movimento.
A importância da aula de Educação Física reside em despertar no aluno o interesse em atividades e exercícios corporais, construin-

do uma convivência harmoniosa e transformando-o em um cidadão capaz de reconhecer e respeitar as características físicas e o desempenho de si e dos outros, sem segregar ou depreciar. Ao praticar, o aluno é estimulado a ter atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade, aprendendo a valorizar e conhecer a cultura corporal de diferentes grupos.

A prática da Educação Física é um instrumento que facilita o processo de aprendizagem em diversas dimensões, como a socialização no meio escolar e social, e a promoção de estímulos intelectuais, combatendo distúrbios de aprendizagem. A aprendizagem de movimentos complexos (dança, artes marciais, esportes) aumenta as conexões neurais, facilitando o processamento de novas informações e auxiliando na aprendizagem.

Os benefícios da Educação Física para o aluno são múltiplos, abrangendo aspectos físicos e cognitivos:

Desenvolvimento motor: Aprimora a coordenação motora e a motricidade.

Integração social: Promove interação e facilita as relações entre os alunos em atividades em grupo.

Autoconfiança e autoestima: Os alunos adquirem autonomia, sentem-se mais confiantes e vencedores ao realizar as atividades.

Expressão corporal: Libera a timidez, permitindo a expressão corporal.

Compreensão do mundo: Facilita a compreensão do que acontece ao redor.

Autoconhecimento corporal: Ajuda o aluno a conhecer e compreender as mudanças e limites do próprio corpo.

Redução do estresse: Extravasa emoções através das atividades físicas e jogos, amenizando problemas do dia a dia.

Estilo de vida saudável: Estimula bons hábitos de exercícios, auxiliando na saúde.

A Educação Física contribui para que a criança ou adolescente desenvolva a autoconfiança e habilidades motoras através da socialização e recreação. É uma disciplina importante para a formação social e de princípios do educando. Nas aulas de Educação Física, muitas vezes se lida com as diferenças e limitações físicas e psíquicas, próprias e dos outros. É essencial que o professor desperte no aluno a percepção para conviver e respeitar a diversidade.

EDUCAÇÃO FÍSICA E A MOTRICIDADE

A motricidade refere-se às sensações conscientes do ser humano em movimento intencional e significativo, envolvendo percepção, memória, projeção, afetividade, emoção e raciocínio. Para estimular a coordenação motora e auxiliar na motricidade, é essencial que a criança pratique algum esporte desde cedo. Isso a prepara para os desafios da vida.

A escola, desde o início, auxilia na parte motora do aluno. O professor deve propiciar atividades que o ajudem a dominar sua própria motricidade, situar seu corpo no espaço-tempo e articular movimentos para atingir objetivos com eficiência. Atividades variadas como andar, correr, jogar bola, queimada e saltar promovem melhoria na força, flexibilidade e coordenação motora.

Os alunos precisam se apropriar de conceitos que permitam uma compreensão abrangente e crítica da motricidade humana, incluindo aspectos biológicos e psicossociais. Também devem entender a interação concreta entre os homens e a natureza, que envolve o corpo e a motricidade, e a relação da motricidade com a construção de valores como respeito mútuo, solidariedade, aceitação e busca de desenvolvimento coletivo.

As aulas de Educação Física devem ser vistas como espaços para a construção da compreensão da motricidade humana, através da produção de abstrações e processos de pensamento. A motricidade não deve ter um sentido repetitivo, compensatório ou preparatório, nem visar apenas marcas atléticas, mas sim ser compreendida como uma manifestação viva e complexa da corporeidade.

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA SAÚDE

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde como um completo estado de bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença. A saúde é uma harmonia funcional, integridade de órgãos e bom desempenho das funções vitais. Atualmente, a saúde está em evidência devido à pandemia, ansiedade, incertezas, pressa e mudanças alimentares, que têm seduzido

crianças e jovens a consumir alimentos nutricionalmente pobres e ricos em gordura.
A falta de locomoção e os avanços tecnológicos contribuem para a inatividade física e o sedentarismo, com consequências desastrosas para a saúde e o aumento da obesidade mundial. A Educação Física escolar é fundamental para abordar o tema saúde. É responsabilidade do professor ensinar o que é correto, auxiliando na formação do aluno para a sociedade e desenvolvendo a consciência para cuidar da saúde e ter hábitos saudáveis. A escola, preventivamente, exerce um papel social e político de transformação da sociedade.
Para o professor, algumas dicas para trabalhar o tema saúde incluem:
palestras, debates, mesas redondas, peças teatrais, jogos sobre atividade física, alimentação saudável, palestras sobre uso de drogas e sexualidade.
A Promoção da Saúde e a Educação Física estão interligadas. Shulman (1986) destaca o papel da saúde para a tarefa pedagógica, ressaltando que o professor deve ter profunda compreensão dos conceitos a serem ensinados e conhecimento das possibilidades representacionais, considerando o contexto e as pessoas na escola.
A Educação Física, ao visar atividades físicas e boa alimentação, está intrinsecamente ligada à figura do professor como exemplo de pessoa saudável e ativa. A promoção da saúde é indispensável à Educação Física; o professor pode, por exemplo, organizar palestras com nutricionistas e verificar a cantina da escola, pois a alimentação é um grande problema.
A obesidade é um grande problema da atualidade, definida como o acúmulo de gordura corporal, sendo uma patologia multifatorial associada a fatores sociais, comportamentais e fisiológicos. A causa primária é o desequilíbrio entre ingestão alimentar e demanda energética, resultando em alto consumo calórico e pouca atividade física. O aumento da obesidade em todas as faixas etárias é uma doença crônica, com adolescentes representando maior risco de desenvolvimento e prejuízos psicossociais.
Estudos indicam que o sedentarismo e a alimentação inadequada são os maiores fatores causadores da obesidade (82,6%), seguidos por fatores genéticos e nível socioeconômico (ambos com 30,6%), fatores psicológicos (21,3%), fatores demográficos (16%), desmame precoce (5%), pais obesos (3%), estresse (2%) e fumo/álcool (1%). O sedentarismo, impulsionado pelos avanços tecnológicos e a pouca necessidade de esforço físico no cotidiano, é uma preocupação.
Alves (2007) afirma que, se a Educação Física for efetivamente utilizada na escola para ampla divulgação das culturas corporais de movimento, poderá contribuir diretamente na diminuição dos índices de sedentarismo. Quanto maior a gama de possibilidades de atividades físicas apresentadas, maior o número de indivíduos que encontrarão prazer e transformarão em hábito, diminuindo o número de sedentários. A Educação Física promove a inserção do aluno em hábitos benéficos à saúde, além de proporcionar prazer, autoconfiança e a compreensão de seus deveres e direitos como cidadão. Essa abordagem busca a conscientização dos alunos sobre os benefícios da atividade física. É relevante que as aulas de Educação Física não promovam apenas a prática esportiva, mas também saúde e bem-estar.

EDUCAÇÃO FÍSICA COMO PRÁTICA PEDAGÓGICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

A Resolução CNE/CES 7/2004 (BRASIL, 2004), que norteia os cursos de licenciatura em Educação Física, define a área como um campo de conhecimento e intervenção acadêmico-profissional com foco no movimento humano. Engloba diversas formas e modalidades de exercício físico, ginástica, jogo, esporte, luta/arte marcial e dança, visando a prevenção, promoção, proteção e reabilitação da saúde, formação cultural, educação e reeducação motora, rendimento físico-esportivo, lazer e gestão de empreendimentos relacionados a atividades físicas, recreativas e esportivas, entre outros campos.
A prática pedagógica do professor de Educação Física é significativa, pois busca verificar a relação com a prática pedagógica, tanto na configuração curricular quanto na formação docente. Gimeno (2000, p. 165) destaca que "Na atividade pedagógica relacionada com o

currículo, o professor é um elemento de primeira ordem na concretização deste processo". O professor tem a importante tarefa de promover o desenvolvimento físico e emocional da criança de forma lúdica, com jogos, brincadeiras, esportes, expressões e música.
Benites, Souza Neto e Hunger (2008), ao analisar as Novas Diretrizes Curriculares para a formação de professores de Educação Física, apontam avanços significativos na profissionalidade docente, valorizando a prática pedagógica vinculada à produção de conhecimento e à formação profissional. A Resolução CNE/CES 7/2004 (BRASIL, 2004) ainda reforça a indissociabilidade teoria-prática, com a prática como componente curricular, estágio profissional supervisionado e atividades complementares. A prática como componente curricular deve ser vivenciada em diferentes contextos de aplicação acadêmico-profissional desde o início do curso.
Na Educação Infantil, a união da prática corporal ao processo de aprendizagem é crucial para o projeto institucional e a comunidade escolar. É necessário que o professor repense comportamentos e atitudes, reavalie o processo ensinoaprendizagem e reexamine a relevância da linguagem corporal para o ato pedagógico, mantendo um diálogo permanente e propondo situações-problema e desafios.
Ayoub (2001, p. 53) afirma que a inserção da Educação Física na Educação Infantil representou um avanço. Contudo, a construção de uma educação pública, democrática e de qualidade, que inclua a Educação Física, não depende apenas de leis, mas fundamentalmente de políticas e ações governamentais que garantam as condições objetivas para sua concretização. A criança se comunica com o corpo, por isso o professor de Educação Física é essencial para auxiliar no seu desenvolvimento. Ele pode trabalhar através de brincadeiras, jogos, esportes, expressão e dança.
O Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil (RCNEI), de 1998, serve como norteador para conteúdos, objetivos e orientações didáticas. A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) para a Educação Infantil é estruturada em cinco campos de experiências, onde são definidos os objetivos de aprendizagem e desenvolvimento. Os campos de conhecimento da BNCC são: O eu, o outro e o nós; Corpo, gestos e movimentos; Traços, sons, cores e formas; Oralidade e escrita; Espaços, tempos, quantidades, relações e transformações.
É essencial que o profissional de educação infantil compreenda o desenvolvimento social, afetivo, psicomotor e cognitivo da criança. O professor de Educação Física, nessa faixa etária, precisa avaliar, ouvir e observar as crianças, visando seu desenvolvimento integral. As aulas devem ser lúdicas, alegres, com brincadeiras e jogos que levem ao desenvolvimento da coordenação motora, orientação espacial, ritmo, equilíbrio, organização temporal e linguagem como forma de comunicação. As atividades devem proporcionar prazer e serem associadas a brincadeiras, como correr, pedalar ou atividades em grupo, sem a preocupação de aprender técnicas específicas.
Algumas atividades comumente utilizadas pelo professor de Educação Física com crianças são:
Amarelinha: Desenha-se sete casas numeradas no chão, terminando com um círculo escrito "céu". O jogador joga uma pedra nas casas em ordem numérica e pula com um pé só, evitando pisar na casa onde a pedra caiu, pegando-a na volta. Ganha quem chegar ao céu primeiro sem pisar nas linhas ou com os dois pés.
Coelhinho sai da toca: Crianças são divididas em grupos de três, onde duas dão as mãos simulando uma toca e a terceira, o "coelho", fica no meio. Algumas crianças ficam sem toca no centro. Ao comando "coelhinho sai da toca!", todos mudam de toca. Quem está no centro tenta ocupar as tocas vazias, e quem fica sem toca vai para o centro.
Dança das cadeiras: Cadeiras são dispostas em roda, com uma a menos que o número de participantes. As crianças andam ao redor das cadeiras enquanto a música toca. Quando a música para, todos devem sentar. Quem não conseguir é eliminado, uma cadeira é retirada, e o jogo recomeça. Ganha quem sentar na última cadeira.
Morto-Vivo (vivo-morto): Uma criança é o "chefe" e comanda "morto" (abaixar) ou "vivo" (ficar de pé). O chefe tenta confundir

os participantes, que são eliminados se errarem. Ganha quem sobrar.
Pular Corda: Existem várias brincadeiras, incluindo aquelas onde duas crianças batem a corda e cantam uma música, e a criança que pula deve seguir o que é descrito.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Educação Física escolar desempenha um papel crucial no desenvolvimento integral dos alunos, indo além do aspecto físico para abranger as dimensões social, cognitiva e emocional. Apesar de sua reconhecida importância, a disciplina ainda enfrenta desafios, como a necessidade de uma maior valorização na grade curricular e o despreparo de alguns professores diante das demandas de inclusão.
A evolução histórica da Educação Física no Brasil demonstra uma transição de abordagens higienistas e militaristas para perspectivas mais inclusivas e pedagógicas. A legislação atual, notadamente a LDB, reforça a obrigatoriedade e a integração da Educação Física à proposta pedagógica das escolas.
Ficou evidente que as práticas pedagógicas inovadoras são essenciais para engajar os alunos, promover a cultura corporal de movimento de forma crítica e consciente, e combater problemas contemporâneos como o sedentarismo e a obesidade. O professor de Educação Física, nesse contexto, assume uma responsabilidade fundamental em ser um agente de transformação, utilizando atividades lúdicas e adaptadas para garantir o desenvolvimento motor, a socialização, a autoconfiança e a promoção da saúde. A contínua valorização da prática pedagógica na formação docente é fundamental para superar a lacuna entre o discurso teórico e a realidade prática, assegurando uma Educação Física escolar que realmente contribua para a formação de cidadãos críticos, saudáveis e participativos.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, V. P. Práticas avaliativas e aprendizagens significativas em diferentes áreas do currículo. Porto Alegre: Mediação, 2000.

ALMEIDA, F. C. Comportamento induzido pelo conforto da vida moderna. Rio de Janeiro: Vozes, 2009.

ALVES, R. Quando a Educação Física for efetivamente utilizada na escola com fins de ampla divulgação das culturas corporais de movimento, poderemos contribuir diretamente na diminuição dos índices de sedentarismo. In: Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte, 15., 2007, Recife. Anais... Recife: CBCE, 2007. p. 468.

ANDRADE, R. Educação Física e a relação entre corpo eficiente e corpo produtivo. São Paulo: Cortez, 1999.

AYOUB, E. Educação Física na Educação Infantil. Campinas: Autores Associados, 2001.
BARBIERI, C.; MELLO, J. F. Fatores que indicam as causas da obesidade. Campinas: Unicamp, 2012.

BENITES, L. C.; SOUZA NETO, S.; HUNGER, D. A. C. Q. Formação de professores de Educação Física: Novas Diretrizes Curriculares. Motriz, Rio Claro, v. 14, n. 2, p. 195-202, 2008.

BETTI, M. Educação Física e sociedade. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Campinas, v. 13, n. 2, p. 274-282, 1992.

BRACHT, V. Educação Física e ciência: cenas de um casamento (in)feliz. Ijuí: Unijuí, 1999.
BRASIL. Resolução CNE/CES nº 7, de 31 de março de 2004. Institui as Diretrizes Curriculares Nacionais para os cursos de graduação em Educação Física. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 31 mar. 2004. Seção 1, p. 11.

BUSS, P. M. Promoção da saúde e qualidade de vida. Revista do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Ribeirão Preto, v. 36, n. 1, p. 33-37, 2003.

CORREIA, A. L. et al. Educação física e organização curricular: educação infantil e ensino fundamental. Londrina, PR: Editora UEL, 2010.

DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. Educação fí-

sica na escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

FENSTERSEIFER, P. E.; SILVA, J. A. Educação Física escolar: perspectivas didáticopedagógicas. In: GOMES, A. D.; SOARES, C. L. (Org.). Educação física escolar: das intenções às práticas. Londrina: EDUEL, 2011. p. 11-28.

GIMENO, J. S. O currículo: uma reflexão sobre a prática. 10. ed. Porto Alegre: Artmed, 2000.

KOLYNIAK FILHO, C. Educação física e motricidade humana. São Paulo: Cortez, 2002.

MONTEIRO, C. A.; NAVARRO, S. P. Inatividade física e sedentarismo na população brasileira. São Paulo: Hucitec, 2011.

PALMA, A.; OLIVEIRA, S. R.; PALMA, L. Educação física escolar: abordagens pedagógicas. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010.

RABINOVICH, E. P. Educação física e os desafios do planejamento. São Paulo:
Cortez, 2007.

RAMOS, J. J. Os exercícios físicos na história e na arte. São Paulo: Ibrasa, 1982.

SANTOS, A. L.; CARVALHO, A. L.; GARCIA JÚNIOR, J. R. Obesidade infantil e uma proposta de educação física preventiva. Motriz, Rio Claro, v. 13, n. 3, p. 203-13, 2007.

SHULMAN, L. S. Those who understand: Knowledge growth in teaching. Educational Researcher, v. 15, n. 2, p. 4-14, 1986.
VELARDI, M. Promoção da saúde: conceitos e práticas. São Paulo: Phorte, 2003.