



**Conselho Regional de
Educação Física da 7ª Região**

1º ConCREF 7

TEMA:

**“EDUCAÇÃO FÍSICA E SUAS
DIMENSÕES PROFISSIONAIS”**

Realização



Apoio



Universidade de Brasília – UnB
Faculdade de Educação Física – FEF

Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região - CREF-7

Anais do
1º Congresso do Conselho Regional
de Educação Física da 7ª Região
1º ConCREF-7

Tema

“Educação Física
e suas dimensões profissionais”

Auditório da Confederação Nacional da Indústria

Brasília, 26 e 27 de maio de 2011.

Sumário

Expediente.....	3
Comissão Organizadora	4
Parceiros.....	5
Palestrantes.....	6
Apresentação.....	7
Nota do Presidente do Conselho Regional de Educação Física – 7ª Região.....	8
Programação do Evento.....	10
Pôsteres.....	11
Corpo, Mulher e Mídia: suas relações com a atividade física.....	12
Efeito crônico do treinamento resistido na pressão arterial em idosas hipertensas: um estudo piloto.....	13
Estudo da Evolução da Aptidão Física de Praticantes de Corrida do Programa Piloto Segundo Tempo Universitário na UnB.....	14
Preensão manual isométrica e seu efeito hipotensor em idosas hipertensas: um estudo piloto.....	15
Estudo da correlação entre força de membros inferiores, equilíbrio, quedas e fraturas em idosos praticantes de exercícios resistidos.....	16
Efeitos do Programa Ginástica nas Quadras na força, flexibilidade, massa corporal e gordura abdominal em mulheres do Recanto das Emas em Brasília.....	17
A Prática do professor de Educação Física e sua atuação em ações afirmativas.....	18
Glicemia e Duplo Produto em diabéticos praticantes de exercícios	19
Comunicações Orais.....	20
Mulheres, história e profissão na Educação Física: Múltiplas facetas da discriminação sexual nas décadas de 30 a 50.....	21
Letramento Corporal: O Futebol como conteúdo de intervenção e identificação cultural nas séries finais do ensino fundamental.....	27
Efeito de uma sessão aguda do treinamento de força na pressão arterial durante 24h em mulheres sedentárias e possíveis associações entre o gene da enzima conversora de angiotensina.....	33
A gestão de pessoas e o ensino superior de Educação Física no Distrito Federal: Questão curricular e o mercado de trabalho.....	38
Atividades recreativas em um Hotel do interior de São Paulo e seus benefícios para crianças de sete a doze anos baseado na Educação Física Escolar.....	43
Educação e Sociabilização: Uma Análise das Preferências nos Relacionamentos – Intra-grupo – de Estudantes, a partir de uma Viagem de Lazer.....	49
“Adaptação Esportiva” ou re-significação das práticas esportivas na escola: como superar os obstáculos culturais e incluir os(as) menos habilidosos(as)?.....	56
Relação entre a percepção dos docentes e dos alunos formandos em Educação Física acerca de sua qualificação para a entrada no mercado de trabalho.....	61

ISSN (International Standard Serial Number)

O ISSN – Número Internacional Normalizado para Publicações Seriadas é o identificador aceito internacionalmente para individualizar o título de uma publicação seriada, tornando-o único e definitivo. Seu uso é definido pela norma técnica internacional da International Standards Organization ISO 3297.

O ISSN é operacionalizado por uma rede internacional, e no Brasil o Instituto Brasileiro de Informação em Ciência e Tecnologia – IBICT atua como Centro Nacional dessa rede.

O ISSN identifica o título de uma publicação seriada (jornais, revistas, anuários, relatórios, monografias seriadas, etc) em circulação futura (pré-publicação) e encerradas em qualquer idioma ou suporte física utilizado (impresso, online, CD-ROM etc).

O ISSN é composto por oito dígitos, incluindo o dígito verificador, e é representado em dois grupos de quatro dígitos cada um, ligados por hífen, precedido sempre por um espaço e sigla ISSN. Exemplo: ISSN – 0256-5523.

Ficha Catalográfica

Congresso do Conselho Regional de Educação Física (1. : 2011: Brasília, DF).
Educação física e suas dimensões profissionais: Anais do I Congresso do Conselho Regional de Educação Física, 26 e 27 de maio de 2011. – Brasília: CREF7, 2011.

1 CD ROM

ISSN 2236-5052

1. Educação Física - Congressos. 2. Congressos. I. Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região - CREF-7. II. Laboratório de Pesquisa sobre Gestão do Esporte - Universidade de Brasília – UnB.

CDU 796

Ficha catalográfica elaborada pela Bibliotecária Sonale Paiva – CRB /1810

Expediente

Produção Editorial
Editora CREF/DF

Anais

I Congresso do Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região

CONFEF

Presidente: Jorge Steinhilber - CREF 000002 - G/RJ

CREF7

Presidente: José Ricardo Carneiro Dias Gabriel - CREF 000375 – G/DF

1º Vice-Presidente: Cristina Queiroz Mazzini Calegari – CREF 000375-G/DF

2º Vice-Presidente: Marcellus Rodrigues N. Fernandes Peixoto – CREF 004809-G/DF

1º Tesoureiro: Ricardo Camargo Cordeiro – CREF 000455-G/DF

2º Tesoureiro: Márcia Ferreira Cardoso Carneiro – CREF 000211-G/DF

1º Secretário: Alex Charles Rocha – CREF 000013-G/DF

2º Secretário: Nilza Maria do Valle Pires Martinovic – CREF 000003-G/DF

Conselheiro: Alexander Martinovic – CREF 000002-G/DF

Conselheiro: Alexandre Fachetti Vaillant Moulin – CREF 000008-G/DF

Conselheiro: Alexandre Ferreira Baiense – CREF 000406-G/DF

Conselheiro: Carlos Ney Menezes Cavalcante – CREF 001840-G/DF

Conselheiro: Eduardo da Silva Sena – CREF 001234-G/DF

Conselheiro: João Alves do Nascimento Filho – CREF 001496-G/DF

Conselheiro: José Paulo Santos – CREF 000047-G/DF

Conselheiro: Luiz Guilherme Grossi Porto – CREF 001534-G/DF

Conselheiro: Marcelo Boarato Meneguim – CREF 000006-G/DF

Conselheiro: Paulo Roberto da Silveira Lima – CREF 000019-G/DF

Conselheiro: Sueli Rodrigues Paes – CREF 000380-G/DF

Conselheiro: Waldir Delgado Assad – CREF 000457-G/DF

Conselheiro: Ramón Fabián Alonso López – CREF 001389-G/DF

Comissão Organizadora

Presidente

Prof. Dr. Paulo Henrique Azevêdo - CREF 0000280-G/DF

Coordenador de Administração

Prof. Guilherme Nunes Pereira - CREF 007096-G/DF

Comitê Científico

Prof. Dr. Aldo Antonio de Azevedo – CREF 006070-G/DF

Profª. Drª. Rossana Travassos Benck – CREF 000278-G/DF

Setor de Cerimonial

Prof. Alex Schlottfeldt Santos

Setor de Equipamentos e Apoio

Prof. Zenildo Caetano - CREF 006051-G/DF

Setor de Marketing

Prof. Arlindo Luiz Pimentel Celso - CREF 001714-G/DF

Membros

Prof. Vitor Ferreira Neves

Prof. Alexander Gomes de Azevedo - CREF 004542-G/DF

Graduando João Vitor Faria Domingues

Graduanda Olga Luísa Parente Correia

Graduanda Raquel Rodrigues de Amorim

Parceiros

Conselho Federal de Educação Física – ConFEF

Laboratório de Pesquisa sobre Gestão do Esporte – GESPORTE (UnB-FEF)

<http://gesporte.blogspot.com/>

Confederação Nacional da Indústria – CNI

Governo do Distrito Federal – GDF

Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal

Secretaria de Esporte do Distrito Federal

Palestrantes

Prof^a. Dr^a. Marisete Peralta Safons – CREF 004265-G/DF

Tema: *Atividade Física para terceira idade em academias*

Presidentes das empresas juniores de Educação Física - Olé Junior (UnB) e Ethos Qualidade de Vida (UCB). Presidente da empresa júnior de Administração AD&M (UnB)

Tema: *Empresa Junior e qualificação do graduando em Educação Física*

Prof^a. Ms. Alessandra Dias Mendes CREF 005512-G/DF

Tema: *Políticas públicas de esporte e lazer no contexto escolar*

Prof. Ms. Roberto Peres Patú – CREF 006861-G/DF

Tema: *Bases científicas do treinamento em esportes coletivos*

Prof^a. Ms. Michele do Coito Ruzicki – CREF 006401-G/DF

Tema: *Formação Acadêmica e Qualificação Profissional em Educação Física*

Prof. Esp. Rogério Bertoldo Guerreiro – CREF 002924-G/DF

Tema: *Princípios pedagógicos da Educação Física na escola*

Prof. Esp. Fabio Kalil Fares Saba – CREF 000007-G/SP

Tema: *Gestão de carreira do Personal Trainer: planejando o futuro profissional*

Prof. Esp. Roberto Correia – CREF 002891-G/DF

Tema: *O profissional de Educação Física como gestor de empresas e eventos esportivos*

Apresentação

A atuação de um conselho profissional deve levar em consideração as necessidades sociais e propor intervenções que atendam os anseios dos cidadãos. Assim, o Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região – CREF-7 – realizou – de maneira inédita – o 1º Congresso Científico do Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região – 1º ConCREF 7, que teve como tema: “Educação Física e suas dimensões profissionais”. O evento ocorreu em Brasília -DF, nos dias 26 e 27 de maio de 2011.

Esta é a primeira vez que o Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região planeja e realiza um congresso técnico-científico e inicia uma atividade que deverá se perpetuar ao longo dos tempos.

Nesse evento iniciou-se o debate acerca da atuação do Profissional de Educação Física no ambiente de trabalho e o impacto do trabalho qualificado em benefício da comunidade.

O congresso teve uma etapa de palestras e uma etapa científica.

As **palestras** abordaram a atuação profissional em escolas, academias, clubes esportivos, trabalho liberal, empresas de organização de eventos, dentre outras.

Na **etapa científica** do evento foram apresentados comunicações orais e pôsteres resultantes de pesquisas sobre o tema do evento.

Nota do Presidente do Conselho Regional de Educação Física – 7ª Região



Palavras do Presidente.

Ao completar dez anos de sua instalação no Distrito Federal, o Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região – CREF7/DF, entendendo como um aspecto relevante de suas diretrizes institucionais a promoção do aperfeiçoamento técnico e científico da categoria profissional, abraçou o desafio de lançar a primeira edição do ConCREF7, um Congresso Científico voltado especialmente para os profissionais e estudantes de Educação Física de sua área de abrangência, com a proposta de ser um evento de referência em termos de divulgação da produção científica sobre temas pertinentes para a profissão, além de promover um ciclo de palestras técnicas proferidas por nomes de expressão nos cenários regional e nacional.

Com o tema “*Educação Física e suas dimensões profissionais*”, o 1º ConCREF7 contou com uma coordenação primorosa, presidida pelo Prof. Dr. Paulo Henrique Azevêdo, Coordenador do Laboratório de Pesquisa sobre Gestão do Esporte – GESPORTE –, da Faculdade de Educação Física – FEF –, da Universidade de Brasília – UnB –, que, acompanhado de sua equipe, conferiu ao evento toda a qualidade pretendida, com o padrão de excelência e a cientificidade que ali se viram, especialmente no tocante à aprovação dos trabalhos científicos inscritos, que seguiu um rigoroso critério de atendimento às normas técnicas e à fidelidade temática.

Contando ainda com a parceria da Confederação Nacional da Indústria - CNI, por

meio do Senhor Eloir Simm, conselheiro do CREF/SC e gerente executivo em promoção da saúde/lazer do SESI, o qual nos abriu as portas do espaço e da infraestrutura do edifício sede do CNI, para a realização do evento no seu auditório, o 1º ConCREF7 teve um sucesso muito superior às nossas expectativas.

O presente trabalho é apenas o registro de parte de tal êxito, levando ainda mais adiante a contribuição de nosso Conselho de Educação Física em seu mister de promover o engrandecimento da Profissão.

Nossa recomendação a todos que tenham acesso a este material é de que levem a cabo sua leitura completa, pois trarão contato com um material de altíssima qualidade na área da Pesquisa Científica em Educação Física, com indicativos de grande relevância, além de todos os aspectos de interesse para a sociedade em geral.

Não poderíamos encerrar sem alguns agradecimentos a algumas pessoas especiais, além daquelas já citadas acima, que, com seu trabalho e seu apoio, contribuíram de modo decisivo para o sucesso do 1º ConCREF7. São elas: a nossa querida Andrea Ferreira Leite, Analista de Negócios Sociais do SESI/DN - Cultura, Esporte e Lazer, que também é Profissional de Educação Física e foi nosso “anjo da guarda” na operacionalização do Congresso; a Sra. Gilmara Teixeira, da Gerência Executiva de Relações Públicas, da Diretoria de Comunicação Social do CNI, por seu apoio na preparação do local do evento; aos estudantes da Empresa Junior Ethos e Qualidade de Vida, do curso de Educação Física da Universidade Católica de Brasília - UCB e aos estudantes da Empresa Junior OLÉ Jr., da Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília – UnB, os quais foram nossa verdadeira “Infantaria” na divulgação e na realização efetiva do Congresso; e por último, mas não menos importante, os funcionários e Conselheiros do CREF7/DF, que mais uma vez contribuíram com nossa já sistematizada experiência em secretariar e documentar inscrições e atendimento aos inscritos nos cursos e eventos em geral da entidade.

Que Deus nos ilumine a todos, permitindo que este seja apenas o lançamento da semente de uma frondosa árvore, que crescerá e frutificará em muitas futuras edições do ConCREF7.

José Ricardo Carneiro Dias Gabriel
CREF 000375 – G/DF
Presidente do CREF-7

Programação do Evento

26 de maio de 2011

08h00 – Sessão de vídeo técnico

08h45 – **Solenidade de abertura** – Prof. Dr. Lamartine Pereira da Costa - CREF 000118-G/RJ

09h30 – 1ª Sessão técnica – Palestra – **Atividade Física para terceira idade em academias** – Profª. Drª. Marisete Peralta Safons – CREF 004265-G/DF - Coordenadora do Grupo de Estudos e Pesquisa da Atividade Física para Idosos – GEPAFI

10h50 – Intervalo

11h00 – 2ª Sessão técnica – Palestra – **Empresa Junior e qualificação do graduando em Educação Física** – Presidentes das empresas juniores de Educação Física – UnB e UCB – e de Administração – AD&M - UnB

12h00 – Intervalo para almoço

14h00 – 3ª Sessão técnica – Palestra – **Políticas públicas de esporte e lazer no contexto escolar** - Profª. Ms. Alessandra Dias Mendes – CREF 005512-G/DF - Profissional de Educação Física

15h20 – Intervalo e apresentação de pôsteres

16h00 – 4ª Sessão técnica – Palestra – **Bases científicas do treinamento em esportes coletivos** - Prof. Ms. Roberto Patú – CREF 006861G/DF - Profissional de Educação Física

17h20 – Apresentação de Comunicações Orais

19h00 – Encerramento

27 de maio de 2011

08h00 – Sessão de vídeo técnico

09h00 – 5ª Sessão técnica – Palestra – **Formação Acadêmica e Qualificação Profissional em Educação Física** – Profª. Ms. Michele do Coito Ruzicki – CREF 006401-G/DF - Mestre em Educação Física na área de Gestão do Esporte

10h20 – Intervalo

10h40 – 6ª Sessão técnica – Palestra – **Princípios pedagógicos da Educação Física na escola** – Prof. Rogério Bertoldo Guerreiro – CREF 002924-G/DF - Professor da Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal

12h00 – Intervalo para almoço

14h00 – 7ª Sessão técnica – Palestra – **Gestão de carreira do Personal Trainer: planejando o futuro profissional** – Prof. Fabio Kalil Fares Saba – CREF 000007-G/SP – Professor de Educação Física

15h20 – Intervalo e apresentação de pôsteres

16h00 – 8ª Sessão técnica – Palestra – **O profissional de Educação Física como gestor de empresas e eventos esportivos** – Prof. Esp. Roberto Lúcio Correia – CREF 002891-G/DF – Profissional de Educação Física

17h20 – Apresentação de Comunicações Orais

19h00 – Encerramento

Pôsteres

Corpo, Mulher e Mídia: suas relações com a atividade física.

Temática: Corpo e Cultura

Camila Rosa Antunes
Profª Dra. Paula Viviane Chiés
Centro Universitário UNIEURO, Brasília, DF – Brasil.
e-mail:camila__rosa@hotmail.com

Resumo

O corpo humano passou por inúmeras transformações com o decorrer da história. De acordo com SILVA e ROMERO (1995), as mulheres foram reprimidas desde a infância pela Igreja, pela escola e pela família, não sendo permitido a elas jamais viver as mesmas experiências corporais que os meninos. A arquitetura do corpo feminino não esgota da possibilidade de ser (re)fabricado e (re)significado ao longo da história, portanto é por si só, um processo contínuo, que resulta das tendências da sociedade e dos elementos a ela relacionados. Através dos meios de comunicação, a indústria cultural modela, cria personagens, ações, ideais e obtém controle no desejo do indivíduo, fazendo-o submisso às vontades daqueles que detêm maior capital financeiro, tornando o corpo um artigo consumível (SIEBERT, 1995). O modelo de beleza, já em 1987, para as brasileiras são morenas com cabelos longos e crespos, bunda grande que contrastava com o clima tropical. O presente estudo buscou avaliar o conceito de corpo feminino na atualidade, analisando as relações entre definições estéticas (beleza) e saúde e a influência dos meios de comunicação de massa no conceito de corpo feminino. A amostra foi composta por 22 mulheres (entre 18 e 24 anos), que foram divididas em dois grupos (G1: inativas e G2: praticantes de musculação) sujeitos à realização de entrevistas semi estruturadas. Suas respostas puderam ser analisadas e interpretadas, buscando compreender o que foi exposto. A finalidade do estudo é recolher e analisar indícios das relações de proximidade e afastamento dos conceitos de “corpo belo” e “corpo saudável”, partindo da hipótese que quando esses conceitos se aproximam o indivíduo, no caso em específico a mulher, apresenta uma reflexão crítica a respeito da construção de padrões de beleza, portanto possui o belo como parte integrada a uma vida saudável. Como resultados parciais pode-se inferir que houve uma predominância entre as entrevistadas do G1 de uma relação do corpo belo com a importância da atividade física, no mesmo grupo também foi citada a necessidade de uma boa alimentação. Para G1 o conceito de corpo saudável praticamente foi salientado da mesma forma com relações a uma boa alimentação e a prática de atividade física. No G1 todas mostraram uma relação direta do corpo belo com a mídia. Para cinco há relação entre o corpo saudável com a mídia, quatro afirmaram não existir qualquer relação, apenas uma respondeu que a mídia contribui e uma disse não saber. De maneira geral a análise dos dados tem mostrado a influência da mídia na construção de modelos de corpo que são compreendidos pelas mulheres como referência e foco de desejos. No caso do corpo saudável a interferência dos meios de comunicação parece mais diluída, ressaltando-se relações da prática de atividade física e boa alimentação como aspectos proeminentes, ou seja, base para a construção de estilos de vida saudáveis.

Palavra-chave: Educação Física, Atividade Física, Corpo, Mulher.

Efeito crônico do treinamento resistido na pressão arterial em idosas hipertensas: um estudo piloto

Dahan Nascimento; Pedro Lucas; Patrícia Manso; Leonardo Carneiro
Ivanildo França; Frederico Santana; Ramires Tibana; Otavio Martins
Lídia Bezerra; Sandor Balsamo

Departamento de Educação Física do Centro Universitário
NEPESE (núcleo de estudos e pesquisa em exercício, saúde e envelhecimento)
GEPEEFS (grupo de estudos e pesquisa em exercício de força e saúde)
e-mail: dahanc@hotmail.com

Cristina Calegari
Clínica Vital Recor – Saúde e Reabilitação
Brasília/DF/Brasil

Resumo

Introdução: a hipertensão definida como pressão arterial sistólica e/ou diastólica 140/90 é um problema público que afeta milhões de pessoas mundialmente. A mudança no estilo de vida como alimentação saudável e a prática do exercício físico são fatores importantes para prevenção e declínio nos riscos para problemas cardiovasculares. Tem sido sugerido que o treinamento resistido pode diminuir a pressão arterial sistólica e diastólica, possivelmente por redução da resistência vascular periférica e que em longo prazo demonstre efeitos significativos. **Objetivo:** avaliar o efeito hipotensor crônico do treinamento resistido em idosas hipertensas. **Metodologia:** participaram do estudo piloto 12 idosas com hipertensão arterial previamente diagnosticada e controlada sem experiência prévia ao treinamento resistido (idade 68 ± 6 anos; I.M.C 28 ± 5 kg/m²; estatura $153 \pm 0,1$). A coleta consistiu de nove encontros, sendo que no 1º dia foi realizada a familiarização aos exercícios resistidos (8 exercícios) e medida da pressão arterial e saturação de oxigênio pré-treinamento e pós-treinamento. Os exercícios consistiram de 2 séries de 10 a 12 repetições com intervalo de 60". Nas sessões seguintes (8 sessões) as mesmas medidas de segurança adotadas no 1º dia foram seguidas. A normalidade dos dados foi confirmada pelo teste de Shapiro Wilk. A comparação entre PAS e PAD pré (1º sessão) e pós (última sessão) foi realizada pelo teste t dependente de *student* adotando-se um nível de significância $p \leq 0,05$, além disso foi calculado o tamanho do efeito baseado na escala de Rhea (2004) para indivíduos destreinados ($< 0,50$ = insignificante, $0,50-1,25$ = pequeno, $1,25-1,9$ = moderado, $>2,0$ = grande). **Resultados:** vide tabela abaixo.

Tabela. Dados apresentados em média \pm desvio padrão

PAS Basal	PAD Basal	PAS Final	PAD Final
131 \pm 9	83 \pm 8	123 \pm 15* (p=0,03)	72 \pm 10* (p=0,001)
TE		0,2	0,7

TE = tamanho do efeito.

Conclusão: embora o nosso *t* estatístico seja estatisticamente significativo, isso não quer dizer que nosso efeito seja importante em termos práticos. Uma limitação do estudo foi o número de participantes (piloto), o que pode ter influenciado em grande parte o TE. Na prática clínica o estudo demonstrou indícios na melhoria e efeito hipotensor crônico da prática ao treinamento resistido. Mais estudos analisando o efeito hipotensor crônico em uma população com maior quantidade de participantes ao treinamento resistido devem ser levados em consideração.

Palavras-chave: Educação Física, Treinamento Resistido, Hipertensão, Idosas.

Estudo da Evolução da Aptidão Física de Praticantes de Corrida do Programa Piloto Segundo Tempo Universitário na UnB

Temática: Atividade Física e Saúde

Livia Lemes de Oliveira
Raquel Rodrigues de Amorim
André Luiz Teixeira Reis
Universidade de Brasília – UnB, Brasília, DF, Brasil
livia_lemes@hotmail.com

Resumo

Introdução: O programa Segundo Tempo Universitário do Ministério do Esporte em parceria com a Universidade de Brasília – UnB incentiva a prática esportiva nas Instituições de Ensino Superior, onde é trabalhado o esporte articulado às políticas universitárias de inclusão e permanência do estudante no meio acadêmico (Lei 9.615). Diante destas evidências, durante quatro meses do segundo semestre de 2010, disponibilizou-se turmas da modalidade de corrida para que os acadêmicos ingressassem na prática desportiva dentro da universidade. A prática da atividade física por universitários é algo determinante para a saúde destes indivíduos. Marcondelli et al (2008), encontraram alto nível de sedentarismo nos estudantes da área de saúde. Loch et al (2006) estudaram o perfil da aptidão física de universitários através de bateria de testes, encontrando baixa condição cardiorrespiratória. Fontes (2009) estimou a prevalência de baixo nível de atividade física entre estudantes de graduação, encontrando significativo baixo índice de aptidão física. Segundo McArdle 2003, por meio do exercício aeróbio, no caso a corrida, conquista-se uma significativa aptidão aeróbia possibilitando aos indivíduos benefícios fisiológicos e psicológicos consideráveis como mudanças na composição corporal, redução da frequência cardíaca, diminuição da pressão arterial sistólica e redução dos estados de ansiedade, depressão e estresse. Além disso, o estudante que tem uma boa capacidade aeróbia consegue suportar com disposição as longas horas de estudo (ZAMBERLAN, 1978). **Objetivo:** O objetivo do presente estudo é verificar se durante o período supracitado de aulas os alunos do Programa Segundo Tempo Universitário obtiveram melhoras, mesmo que mínimas, no desempenho da aptidão aeróbia. **Métodos:** Para aferição do desempenho da aptidão aeróbia utilizou-se o teste de 12 minutos, realizado início das aulas e re-teste ao final dos quatro meses de aulas. Estes testes seguiram as recomendações do protocolo de Cooper (1982) adaptado por McArdle, 2008. Inicialmente, foram avaliados 100 estudantes, porém para o presente estudo utilizou-se a amostra de 42 indivíduos sendo descartados os avaliados que possuíam frequência irregular ou menor que 80% e/ou ausência no primeiro teste. **Resultados:** Foi utilizada a tabela do Nível de Capacidade Aeróbia – Teste Andar/Correr 12 minutos de Cooper que relaciona a idade com a distância percorrida em metros. Esta tabela está subdividida em níveis (muito fraca, fraca, média, boa, excelente e superior) por gênero. Houve uma evolução na aptidão física de 52,38% dos homens e 42,85% das mulheres. **Conclusão:** Conclui-se que com a prática regular de atividade física constante, o indivíduo obtém uma melhora no seu nível de aptidão física fazendo também com que obtenha ganhos em suas atividades diárias.

Palavras-chave: Corrida, Aptidão Física, Saúde, Cooper.

Preensão manual isométrica e seu efeito hipotensor em idosas hipertensas: um estudo piloto

Dahan Nascimento; Pedro Lucas; Patrícia Manso; Leonardo Carneiro
Ivanildo França; Frederico Santana
Ramires Tibana; Otavio Martins; Lídia Bezerra; Sandor Balsamo
Departamento de Educação Física do Centro Universitário
NEPESE (núcleo de estudos e pesquisa em exercício, saúde e envelhecimento)
GEPEEFS (grupo de estudos e pesquisa em exercício de força e saúde)
e-mail: dahanc@hotmail.com
Cristina Calegari
Clínica Vital Recor – Saúde e Reabilitação
Brasília/DF/Brasil

Resumo

Introdução: a modificação no estilo de vida tem sido recomendada para o tratamento e prevenção da hipertensão. O treinamento resistido dinâmico pode ser uma das modalidades utilizadas com o objetivo supracitado. Contudo, os efeitos hipotensivos da força aplicada contra uma resistência no qual a contração muscular ocorre, mas sem nenhum movimento articular, ou seja, treinamento isométrico. Precisa de mais estudos. Recentemente a preensão manual isométrica em idosos hipertensos tem sido utilizada com intuito de diminuir a pressão arterial sistólica e diastólica, obtendo efeitos significativos a longo prazo. Os mecanismos envolvidos no efeito hipotensivo incluem, declínio da atividade simpática e melhoria dos marcadores de estresse oxidativo. **Objetivo:** avaliar o efeito hipotensor agudo da preensão manual isométrica em idosos hipertensos. **Metodologia:** participaram do estudo piloto seis idosas com hipertensão arterial previamente diagnosticada e controlada sem experiência no exercício preensão manual isométrica (idade 66 ± 3 anos; I.M.C 27 ± 3 kg/m²; estatura $148 \pm 0,01$). A coleta consistiu de 3 encontros, sendo que no 1º dia foi realizada a familiarização e teste de força máxima isométrica no aparelho dinamômetro de preensão manual. No 2º dia foi realizado o re-teste de força máxima de preensão manual isométrica. No 3º dia se realizou o protocolo com as idosas sentadas durante 10 minutos de repouso para medida da PA basal, seguido da realização das séries e após o término foi utilizado mais 10 minutos de repouso para medida da PA pós-exercício. Foram realizadas três séries em cada membro com preensão manual de 1'30" e intervalo de 2' com carga referente à 70% de força muscular isométrica. A normalidade dos dados foi confirmada pelo teste de Shapiro Wilk. A comparação entre PAS e PAD pré e pós foi realizada pelo teste *t* dependente de *student* adotando-se um nível de significância $p \leq 0,1$, além disso foi calculado o tamanho do efeito baseado na escala de Rhea (2004) para indivíduos destreinados ($< 0,50$ = insignificante, $0,50-1,25$ = pequeno, $1,25-1,9$ = moderado, $>2,0$ = grande). **Resultados:** vide tabela abaixo.

Tabela. Dados apresentados em média \pm desvio padrão

PAS PRÉ	PAD PRÉ	PAS PÓS	PAD PÓS
123 \pm 20	78 \pm 12	121 \pm 15* ($p=0,83$)	76 \pm 8* ($p=0,84$)
TE		0,08	0,03

TE = tamanho do efeito.

Conclusão: embora o nosso *t* estatístico seja estatisticamente significativo, isso não quer dizer que nosso efeito seja importante em termos práticos. Uma limitação do estudo foi o número de participantes (piloto), o que pode ter influenciado em grande parte o TE. Estudos futuros devem analisar com um número maior de participantes.

Palavras-chave: Educação Física, Hipertensão, Treinamento Resistido Dinâmico.

Estudo da correlação entre força de membros inferiores, equilíbrio, quedas e fraturas em idosos praticantes de exercícios resistidos

Temática: Atividade Física e Saúde

Rodrigo A. V. Browne,
Cláudia Beatriz e S. B. Santos,
Márcio de Moura Pereira,
Marisete Peralta Safons.

Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Atividade Física para idosos (GEPAFI) Faculdade
de Educação Física - Universidade de Brasília
Brasília – DF, Brasil
Rodrigo.browne@catolica.edu.br

Resumo

Introdução: já é consenso na literatura que o melhor desempenho em testes de força dos membros inferiores (FMI) está associado a maior equilíbrio (EQUI), menores índices de quedas (QD) e fraturas (FRAT) em indivíduos idosos. Entretanto, ainda permanecem em aberto questões a respeito da validade desta relação em idosos fisicamente ativos. **Objetivo:** verificar correlações entre FMI e EQUI, QD e FRAT em idosos praticantes de exercícios resistidos. **Método:** estudo transversal com uma amostra composta de 29 indivíduos com média de idade de $69,83 \pm 7,0$ anos. O grupo estudado praticava exercícios resistidos na sala de musculação, por uma média de $2,98 \pm 2,22$ anos. Avaliou-se a FMI, por meio do teste de sentar e levantar da cadeira; EQUI, através do teste de apoio unipodal com restrição visual. QD e FRAT foram avaliadas através da frequência de ocorrências ao longo do último ano de prática. Para a análise estatística descritiva utilizou-se média, desvio padrão e frequências. A normalidade foi testada (Kolmogorov-Smirnov de $EQ = 0,02$) e, como as distribuições não se apresentaram normais, utilizou-se a Correlação de Spearman e Teste de Mann-Whitney na comparação entre as variáveis, adotando-se uma significância $p \leq 0,05$. **Resultados:** foi verificada correlação moderada ($r=0,49$) e significativa ($p=0,007$) entre a FMI ($17,83 \pm 4,92$ Kgf) e EQUI ($5,84 \pm 5,39$ seg), indicando que quanto maior a FMI, melhor é o EQUI nos idosos ativos. Na avaliação das quedas, não houve diferença significativa ($p=0,40$) entre as médias da FMI do grupo com QD ($20,10 \pm 7,39$ Kgf) e sem QD ($17,35 \pm 4,31$ Kgf). Já o EQUI foi significativamente menor ($p=0,04$) no grupo com QD ($2,79 \pm 1,41$ seg) em relação ao sem QD ($6,48 \pm 5,71$ seg). Quanto às fraturas, não houve diferença significativa ($p=0,20$) entre as médias da FMI do grupo com FRAT ($13,50 \pm 3,54$ rep) e sem FRAT ($18,15 \pm 4,90$ rep). Já o EQUI foi significativamente menor ($p=0,04$) no grupo com FRAT ($2,13 \pm 0,18$ seg) em relação ao sem FRAT ($6,12 \pm 5,49$ seg). **Conclusão:** neste estudo verificou-se que embora exista entre FMI e EQUI uma correlação significativa e moderada, apenas o EQUI foi significativamente menor, tanto no grupo com mais QD, quanto no que sofreu mais FRAT.

Palavras-chave: idoso, equilíbrio, exercício resistido.

Efeitos do Programa Ginástica nas Quadras na força, flexibilidade, massa corporal e gordura abdominal em mulheres do Recanto das Emas em Brasília

Temática: Atividade Física e Saúde

Tiago Cortez Matos
Secretaria de Educação do Distrito Federal (SEDF)
Márcio de Moura Pereira
Universidade de Brasília/GEPAFI (UnB)
Brasília - DF, Brasil, corteztm@gmail.com

Resumo

Introdução: Pesquisas demonstram que atividade física regular é capaz de prover melhorias no condicionamento físico e saúde em indivíduos de várias populações. O Programa Ginástica nas Quadras (PGQ) é uma atividade governamental desenvolvida em todas as Diretorias Regionais de Ensino do Distrito Federal e tem como objetivo a melhoria da qualidade de vida da comunidade. Entretanto, há carência de informações a respeito dos efeitos do PGQ sobre a capacidade funcional dos praticantes ao longo do tempo. **Objetivo:** O propósito deste estudo foi avaliar o efeito do PGQ sobre a força, flexibilidade, índice de massa corporal e gordura abdominal em mulheres de um bairro de Brasília. **Método:** 45 mulheres adultas ($42,07 \pm 11,95$ anos, $155,93 \pm 0,06$ cm e $63,37 \pm 11,56$ kg), não praticantes de atividade física orientada, completaram este estudo. Elas praticaram Ginástica Localizada durante 12 semanas, 3 vezes por semana. Cada aula constou de 5 min. de aquecimento, 40 min. de treinamento da Ginástica Localizada e 5 min. de relaxamento. A intensidade do exercício foi moderada a intensa (PSE 3-5 na Escala CR10 de Borg). Os alunos foram avaliados através da pré e pós-teste para: Força (F), Flexibilidade (FLEX), Massa Corporal (IMC) e Gordura Abdominal (CA). **Resultados:** Verificou-se um incremento de 11,14% para F ($p=0,001$); 4,3% para FLEX ($p=0,04$) e redução de 1,4% para CA ($p=0,050$). Não foi verificada significância entre as avaliações do IMC ($p=0,95$).

Conclusão: Estes resultados indicam que a Ginástica Localizada do programa Ginástica nas Quadras do DF é eficaz na melhora da Força, Flexibilidade e redução da Gordura Abdominal em adultos da comunidade.

Palavras-chave: saúde do adulto, Ginástica Localizada, capacidade funcional

A Prática do professor de Educação Física e sua atuação em ações afirmativas

Temática: Inclusão e Diferença

Dioleno Tavares da Costa
Paulo Henrique Azevêdo
Universidade de Brasília - UnB
Brasília, DF, Brasil
E-mail: diolenot@gmail.com

Resumo

A Educação Física desde a sua instituição como disciplina do ensino obrigatório, veio carregada com forte componente moral, ela buscava desenvolver mais do que a força corporal, vinha com o objetivo de disciplinar e "ajustar" o indivíduo à sociedade (JÚNIOR, 2008). Com o passar dos anos a Educação Física veio perdendo esse caráter disciplinador e passou a ter um caráter mais recreacional, voltado ao lúdico. Segundo Medina (1992) o professor de Educação Física exerce função fundamental no âmbito da educação, pois ocupa uma posição privilegiada dentro da escola para dar respaldo de cunho educativo e social aos escolares. Além do exposto, a formação integral dos alunos passa pelo desenvolvimento de ações que conduzam todos a assimilarem um comportamento de respeito às pessoas e aos seus posicionamentos. Para Gomes (2002), além do ideal de concretização da igualdade de oportunidades, figuraria entre os objetivos almejados com as políticas afirmativas, induzir transformações de ordem cultural, pedagógica e psicológica, aptas a subtrair do imaginário coletivo a ideia de supremacia e de subordinação de uma raça em relação à outra, do homem em relação à mulher. Assim, essas ações afirmativas visam superar o processo discriminatório que atinge pessoas que são marcadas como inferiores ou incapazes, situações verificadas no machismo, na xenofobia, na homofobia, entre outras ações discriminatórias. Assim, o presente estudo surge da necessidade de responder a seguinte indagação: "o exercício da Educação Física, enquanto disciplina curricular do ensino fundamental está relacionado com ações afirmativas cotidianas?". Neste aspecto o professor de Educação Física pode desempenhar papel fundamental na discussão de temas relacionados com as desigualdades étnico-raciais, de gênero, orientação sexual e diferenças físicas, através de intervenções pedagógicas que visem o favorecimento da igualdade e da desconstrução de preconceitos. Com isso o objetivo deste trabalho é analisar se a prática do professor de Educação Física inclui discussões acerca das ações afirmativas para a formação do aluno do ensino fundamental e, caso essa prática esteja presente, como este processo ocorre. Será uma pesquisa descritiva observacional (THOMAS; NELSON; e SILVERMAN, 2007), que estudará a prática do professor de Educação Física em sala de aula e analisará as observações realizadas quando à sua intervenção acerca de ações afirmativas. A população será composta por professores de Educação Física do ensino fundamental, de escolas públicas do Plano Piloto de Brasília, utilizando-se amostragem aleatória simples para seleção da amostra.

Palavras-chave: Educação Física, Ações Afirmativas, Inclusão, Gestão Pedagógica.

Glicemia e Duplo Produto em diabéticos praticantes de exercícios

Temática: Atividade Física e Saúde

Filipe Luzine Pereira
Jane Dullius
Universidade de Brasília - UnB/Doce Desafio
Brasília – DF – Brasil
filipe.luzine@hotmail.com

Resumo

Introdução: Diabetes mellitus é um distúrbio crônico degenerativo que se manifesta na falta ou ineficiência do hormônio insulina, prejudicando, assim, o metabolismo e funcionamento normal do corpo. A doença se expressa como hiperglicemia, onde a inatividade insulínica na célula faz com que o nível de glicose no sangue aumente. O acompanhamento das variações glicêmicas é totalmente necessário, pois tal atitude orienta os ajustes no tratamento, seja na alimentação, exercícios físicos ou medicamentoso. O Duplo Produto (DP) é definido como o produto entre Frequência Cardíaca e Pressão Arterial Sistólica (FC X PAS). Apresenta-se como o melhor preditor indireto do esforço cardiovascular. A hipertensão arterial e demais cardiovasculopatias são as principais causas de morbimortalidade entre diabéticos, havendo aparentemente relação entre o controle de ambas condições. **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi correlacionar o DP com a glicemia em indivíduos diabéticos antes e depois de uma sessão de exercícios. **Método:** Completaram este estudo 47 indivíduos diabéticos (glicemia capilar = 157 ± 48 mg/dL) praticantes de atividade física orientada, divididos em dois grupos: G1 (n=19; glicemia ≤ 140 mg/dL) e G2 (n=28; glicemia > 140 mg/dL). Eles praticaram exercícios resistidos e aeróbicos durante 50 minutos. Antes e após uma aula foram mensuradas nos praticantes: Glicemia capilar (pós-prandial) (Gli), Pressão arterial sistólica (PAS), Frequência Cardíaca (FC). Na estatística utilizou-se média e desvio padrão na análise descritiva. Já na análise inferencial, como as variáveis dependentes não apresentaram distribuição normal (Kolmogorov-Smirnov $< 0,05$), utilizou-se o teste pareado de Wilcoxon para comparar as medidas pré e pós e a correlação de Spearman para verificar relações entre Gli e DP. Em toda a estatística adotou-se uma significância $p \leq 0,05$. **Resultados:** Conforme dados apresentados na tabela 1, verificou-se que a Gli diminuiu significativamente nos dois grupos após a sessão de exercícios. Já o DP sofreu aumento significativo após o exercício, porém ficou distante do valor crítico para isquemia (30000 bpm x mmHg). Entretanto não houve correlação entre Gli e DP nos grupos nem antes nem depois do exercício.

TABELA 1: Glicemia X Duplo Produto

	GLICEMIA	DUPLO PRODUTO	CORRELAÇÃO
GRUPO 1 PRÉ	116,63 \pm 12,53	9963,32 \pm 1259,35	r=0,25; p=0,29
GRUPO 1 PÓS	101,26 \pm 23,06*	11796,68 \pm 1731,11*	r=0,30; p=0,12
	*p=0,03	*p=0,001	
GRUPO 2 PRÉ	185,07 \pm 42,30	10323,46 \pm 2047,75	r=-0,25; p=0,15
GRUPO 2 PÓS	135,21 \pm 36,42*	11959,64 \pm 1859,29*	r=-0,01; p=0,98
	*p=0,001	*p=0,001	

Conclusão: Nos grupos avaliados o exercício foi eficiente para reduzir a glicemia e não atingiu valores perigosos do ponto de vista cardíaco considerando o DP como referência. A ausência de correlação demonstra que estas variáveis possuem, neste grupo, comportamentos independentes em indivíduos diabéticos praticantes de exercícios.

Palavras-chave: Diabetes, Duplo Produto, Glicemia, Exercícios físicos

Comunicações Orais

Mulheres, história e profissão na Educação Física: Múltiplas facetas da discriminação sexual nas décadas de 30 a 50

Temática: Memórias da Educação Física e Esporte

Paula Viviane Chiés
Centro Universitário Euro-Americano - UNIEURO
Brasília, DF, Brasil
paulachies@hotmail.com

Resumo

Com base em estudos como de Saffioti (1987) e Scott (1990, 1992, 2005) refletimos acerca de a construção social das relações entre os sexos. Com as análises de Bruschini e Lombardi (1999, 2000), Biderman e Guimarães (2004), Bruschini (2007), entre outros, procuramos perceber como essas relações se expressam na discriminação sexual ainda determinante nas relações entre homens e mulheres no mercado de trabalho. Como um recorte dessas perspectivas, o estudo investigou a discriminação sexual em diferentes fases da trajetória profissional de mulheres que cursaram a “Escola Superior de Educação Physica de São Paulo” no período entre as décadas de 30 e 50. Foram realizadas entrevistas, análises documentais e bibliográficas para coletar dados referentes a três categorias principais: “formação acadêmico-profissional”, “expressão e atuação acadêmico-científica” e “inserção e atuação profissional”. Essas profissionais entrevistadas foram estimuladas e direcionadas a abordarem as suas histórias profissionais tendo como enfoque principal as possíveis discriminações sexuais surgidas no decorrer de suas carreiras. Como ponto conclusivo foi constatado que independente de algumas das depoentes terem identificado a discriminação sexual manifesta em suas histórias profissionais na Educação Física, essas não conseguiram criticar tais experiências. No entanto, com suas narrativas infere-se que todas tiveram que realizar ajustes, perceptíveis ou não, em suas vidas para se inserirem e manterem-se no mercado de trabalho, buscando conciliar os papéis de “esposa”, “mãe” e “trabalhadora”. Portanto, foi identificada a discriminação sexual na história profissional dessas mulheres. Em diferentes intensidades e momentos de seus percursos profissionais.

Palavras-chave: Mulher; Profissão; História; Educação Física

Mulheres, história e profissão na Educação Física: Múltiplas facetas da discriminação sexual nas décadas de 30 a 50

Introdução

A “Escola Superior de Educação Physica de São Paulo” (ESEP) e atualmente intitulada “Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo”, foi pioneira em 1934 na abertura para civis, o que permitiu, à primeira vista, um número substancial de mulheres como alunas. Essa instituição formou a primeira turma de “instructores de gymnastica” e de “professores de Educação Physica” civis do Brasil. No entanto, existia uma nítida divisão de currículo para as mulheres, que não eram permitidas a aprenderem ou mesmo treinarem algumas modalidades de artes marciais ministradas aos alunos, enquanto esses não podiam ter aulas de dança, uma atividade restrita às mulheres (MARINHO, 1943).

Essas e outras particularidades na “formação acadêmico-profissional” dessas profissionais determinaram também as suas “possibilidades de atuação”. Nos dois principais cursos que existiam na época: “instrutores de ginástica” e “professores de Educação Física”. O curso de instrutor de ginástica tinha como finalidade preparar técnicos para a orientação geral às atividades físicas como, por exemplo, no caso de treinamento de atletas. Já aos professores de Educação Física, o objetivo era a formação para carreira docente, ressaltando a “habilidade em educar”, o que se supunha, em alguns meios da época, ser algo mais propenso às mulheres do que aos homens.

Um indício dessa diferenciação era o número menor de homens que se formava como professores em relação ao número de mulheres que continuava o curso para se diplomar como professoras. O curso de instrutor era de um ano e logo depois, também com a mesma duração, tínhamos o curso de professor de Educação Física, assim, as mulheres continuavam de um curso para outro para obterem o diploma de professoras, enquanto a maioria dos homens não seguia, não entrando no curso de professores de Educação Física, o que se percebe que na época havia espaço para que homens trabalhassem como instrutores. Um espaço, de certa forma, restrito aos homens, considerando que a atividade como instrutor era algo característico aos militares de então, para as mulheres, a carreira de professora era mais “adequada” às suas habilidades de futuras mães.

Objetivos do estudo

Por intermédio de entrevistas em formato de histórias de vida tópica aplicadas a essas mulheres, buscou-se analisar a presença da discriminação sexual em seus percursos profissionais, desde o processo de formação acadêmico-profissional no curso de graduação até as diferentes fases de inserção e segmentação no mercado de trabalho.

Método: Coleta de dados e registro das fontes

Para a realização do estudo foram analisadas “fontes escritas” (recortes de jornais da época, anais de congressos, atas de reuniões, etc.), “orais” (trechos de entrevistas) e “iconográficas” (fotografias, certificados, etc.). Essas fontes foram identificadas e coletadas nos arquivos do centro de memória visitado (Centro de Documentação Histórica da Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo – CDH/EEFEUSP) e nos arquivos pessoais das entrevistadas.

As “fontes escritas” englobaram documentos identificados, principalmente, no centro de

memória visitado que apresenta um acervo total ou parcialmente delimitado à história da instituição e seus atores (alunos, docentes, etc.), assim como em relação à história geral da Educação Física no Brasil. Nesse acervo foram investigadas as demarcações históricas da participação das mulheres na história da Educação Física brasileira.

Para a obtenção de “fontes orais” o estudo selecionou mulheres que cursaram nas primeiras décadas posteriores a 1934, data de implantação do curso de Educação Física na escola elencada. Essas profissionais foram estimuladas e direcionadas a abordarem as suas histórias profissionais tendo como enfoque principal as possíveis discriminações sexuais surgidas no decorrer de suas carreiras. Trechos das narrativas dessas depoentes aparecem no decorrer do texto, possibilitando uma intercalação das fontes documentais com as experiências delineadas pelas profissionais, acredita-se que o uso desses diferentes dados favoreceu para que tivéssemos uma ideia o mais integral possível do contexto de trabalho dessas mulheres no período analisado.

Discussão dos Resultados e Pontos Conclusivos

Na **formação acadêmico-profissional** na Educação Física foi nítida a discriminação sexual nos currículos mínimos de seus cursos superiores. A primeira página dessa história pode ser contada por uma reconstrução dos currículos das escolas superiores de Educação Física da época e das margens que distanciaram a atuação de mulheres e homens. “Margarida Maria Ferreira Cunha”, aluna da primeira turma da “Escola Nacional de Educação Física e Desportos” em 1939, ao se referir às diferenças encontradas entre as aulas de rapazes e moças na sua época, ressalta que a prática da dança era exclusiva às mulheres, enquanto o *jiu-jitsu*, uma prática que se poderia supor de exclusividade masculina era desenvolvida pelos dois grupos, contudo, pela fala da entrevistada percebe-se que era nítida a distinção dos objetivos de prática feminina e da masculina: “Fazia parte do nosso currículo. Era ensinado ataque e defesa para as mulheres e para os homens, mais ataque. Sempre em turmas separadas” (CUNHA, 2004).

Na “Escola Superior de Educação Physica” havia uma separação de aulas diárias divididas em dois períodos, pela manhã aulas práticas, e no período da tarde, aulas teóricas. As atividades práticas eram ministradas separadamente entre moças e rapazes. Como já fora relatado por Inezil Penna Marinho (1943) em umas das suas principais obras para a história da Educação Física, não somente as aulas entre rapazes e moças eram separadas, mas a estrutura do curso, o seu currículo era diferenciado às práticas femininas e masculinas.

Na esgrima, disciplina que compunha o currículo das escolas superiores de Educação Física, a prática deveria ser comum aos homens e às mulheres, no entanto, sob algumas observações. As mulheres aprendiam a lutar apenas com o florete e os homens além dessa arma aprendiam a lutar com a espada e o sabre, atividade que para o regulamento da “Federação Internacional de Esgrima” era algo que contrariava a fragilidade característica do sexo feminino.

FOTO 01 – AULA DE ESGRIMA DAS ALUNAS DA ESEP EM 1937.



FONTE: Arquivo Particular de Francelina Machado de Oliveira (aluna da ESEP, 1937) depositado no Centro de Documentação Histórica da Escola de Educação Física e Esporte da USP.

Na fotografia acima, mais como forma de exibição de seus corpos saudáveis em poses como modelos, as alunas da ESEP aparecem demonstrando que a prática da esgrima é algo que favorece o corpo da mulher, mas essa prática deve ser desvinculada do vigor físico inerente à competição esportiva. Como ressalta Fabiano Deivid (2004, p.132) esses registros das práticas físicas femininas apareciam “[...] como uma rede de estratégias para manter a graciosidade feminina, ao lado da prática esportiva não competitiva”.

A esgrima independente de suas origens como elemento de preparação militar, aparece no decorrer das décadas como um exemplo do que Saffioti (1987) chama de “naturalização” dos processos ou construções sociais, sobretudo, na crença de que os papéis de gênero são justificados por diferenças biológicas intransponíveis. Limitantes no caso das mulheres e em alguns casos elementos de supremacia masculina, principalmente porque houve a associação da prática esportiva com vigor e resistência física, características historicamente definidas como exclusivas aos homens.

Na **expressão e atuação acadêmico-científica** de mulheres na Educação Física foi marcante o surgimento das primeiras revistas, associações e congressos da área. Em São Paulo no ano de 1932, com tiragem semestral aparece a revista “Educação Física”, sob a direção dos Srs. Paulo Lotufo e Oswaldo M. Rezende. Em maio de 1932 é criada a “Revista de Educação Physica” orientada pelo “Centro Militar de Educação Física do Rio de Janeiro” com caráter exclusivamente técnico. Dentre as publicações encontradas nesse periódico encontramos a formação de campos de atuação estereotipados entre os sexos. *Elas* falam de dança, ginástica rítmica e ensino primário. Por outro lado *eles* falam da prática de lutas e modalidades esportivas. Portanto, existia uma definição entre o que deveria ser de interesse e formação da mulher e o que deveria compor o universo de conhecimento masculino.

Da mesma forma também foi perceptível uma supremacia numérica dos homens em relação às mulheres em termos de publicações, tanto que em alguns exemplares dos periódicos citados acima havia unidades somente com publicações de autores homens.

Associado a isso também foi notória na análise dos periódicos a maior diversidade de possibilidades de publicação ou mesmo atuação acadêmico-científica geral para homens. Eles podiam falar da prática docente em diferentes níveis de ensino, do ensino primário ao ensino universitário, assim como tratavam das particularidades de treinamento às diferentes modalidades esportivas, enquanto as profissionais, principalmente as brasileiras, tinham uma formação limitada ao ensino primário supondo-se que somente elas seriam propensas a cuidar de crianças pequenas.

Eles discutiam o treinamento de modalidades esportivas em caráter masculino ou mesmo feminino, as professoras cuidavam da prática feminina da ginástica e da dança exclusivamente e muitas delas não conheciam as técnicas de uma modalidade mesmo quando essa fosse administrada a alunas, o conhecimento voltado a elas vinha primordialmente de palestras estrangeiras realizadas na antiga Associação dos Professores de Educação Física de São Paulo (APEF): “[...] todos os professores eram sócios da Associação, talvez por ser um número muito pequeno. Porque existia naquela época só a nossa escola e uma em São Carlos, então o número era muito pequeno de pessoas, então tudo o que faziam, tudo que existia, todos participavam [...]” (ZABEU, 2007).

A APEF no contexto da década de 50 teve sua importância ressaltada em uma das entrevistas realizadas (ZABEU, 2007), como um centro de encontro e divulgação entre os professores de Educação Física acerca de novos cursos, intercâmbios internacionais e também como veículo de reciclagem dos professores, pois na associação eram realizados vários cursos de formação aos docentes associados.

Quando indagada a respeito das leituras realizadas durante e após o curso de Educação Física, outra depoente, aluna da ESEP na década de 40, não se recordou da revista “Educação Physica” ou mesmo do periódico especializado da área publicado pela “Escola de Educação Física do Exército” no Rio de Janeiro. Apenas lembrou-se que a APEF também ajudava na formação e atualização dos professores e que isso fizera parte de sua história profissional.

A APEF como foi ressaltada era uma associação que acompanhava o desenvolvimento da carreira dos professores de Educação Física com a preocupação de permitir um contato constante com novos conhecimentos que a área trazia seja no meio nacional ou internacional. A difusão de novos métodos de ginástica no Brasil teve participação efetiva da APEF.

Loyde Del Nero, aluna da ESEP em 1944, recorda que a APEF trazia inovações, e que muitas delas ela aplicou no seu trabalho como professora de Educação Física. “[...] É ensinavam muita coisa para a gente, muita coisa. Veio um professor uma vez, não sei da onde, dar ginástica com corda, nós não conhecíamos, ele deu aula, deu uma demonstração [...] logo eu fiz uma demonstração com cordas [...]”.

Na **inserção e atuação profissional** de mulheres na Educação Física devemos discutir a difusão do estigma de mães a professoras primárias. Alguns homens também seguiam a carreira de professores, no entanto, de classes do chamado ensino secundário de então ou no ensino universitário. Para as mulheres, as normalistas, era estipulado o trabalho junto ao ensino primário, ou seja, a lida com crianças de idades menores. Assim, por mais que homens também se formassem como professores de Educação Física nas décadas citadas, o ensino primário era um campo de atuação profissional inequívoco às mulheres. Não havia uma lei oficial que regulamentasse essa adequação do ensino primário às mulheres, mas isso era aceito como algo “natural” na sociedade, pois elas supostamente seriam propensas, sob o mito do instinto maternal, a cuidarem de crianças.

A Educação Física no ensino primário foi identificada como o meio de inserção de todas as entrevistadas, o que reforça a perspectiva desse campo de trabalho como estereotipado ao mundo feminino: “Não... tinha alguma coisa, porque tinha [...] homens também, não professores direto, mas para dar, por exemplo, alemão, alguma música, alguma coisa assim fora [...] tinham professores... Mas a professora da classe era mulher. Não tinha homem [...]” (DEL NERO, 2007). Portanto, na prática a formação e atuação no ensino primário era algo estereotipado como um campo de trabalho feminino.

Os estereótipos acerca das profissões são gerados por questões básicas como “o que se espera de uma mulher e o que se espera de um homem”. A noção desenvolvida por Joan Tronto (1997) traz uma perspectiva fundamental para analisarmos essas relações na sociedade: “engastadas em nossas noções de cuidados, podemos ver algumas das dimensões mais profundas da diferenciação tradicional dos gêneros em nossa sociedade” (p.186). As noções de cuidados as quais a autora se refere indica uma diferenciação que implica no fato de que as mulheres “cuidam de” e os homens têm “cuidado com”. Os homens se preocupam com o dinheiro, carreira, ideias e progresso, enquanto as mulheres cuidam de suas famílias, vizinhos, amigos, etc. Não somente os homens se preocupam com aspectos mais valorizados na sociedade e as mulheres com coisas de menor importância, mas o “cuidar de” subordina as mulheres à vida privada, aos cuidados das crianças e do idoso adoentado.

Referências

- CUNHA, M. M. F. **Margarida Maria Ferreira Cunha** (depoimento 2002). Porto Alegre, CENTRO DE MEMÓRIA DO ESPORTE – ESEF/UFRGS, 2004.
- DEL NERO, L. **Loyde Del Nero** (Depoimento - aluna da ESEP na década de 40), 2007.
- DEVIDE, F. P. A natação como elemento da cultura física feminina no início do século XX: construindo corpos saudáveis, belos e graciosos. **Movimento**, Porto Alegre, v. 10, n. 02, 2004.
- MARINHO, I. P. **Contribuição para a História da Educação Física no Brasil**. Rio de Janeiro: Imprensa Nacional, 1943.
- SAFFIOTI, H. **O poder do macho**. São Paulo: Moderna, 1987.
- TRONTO, J. C. Mulheres e cuidados: o que as feministas podem aprender sobre a moralidade a partir disso?. In: JAGGAR, A. M.; BORDO, S. (Orgs.). **Gênero, corpo e conhecimento**. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1997. (Coleção Gênero).
- ZABEU, Ida. Ida Zabeu (Depoimento - aluna da ESEP na década de 50), 2007.

Letramento Corporal: O Futebol como conteúdo de intervenção e identificação cultural nas séries finais do ensino fundamental

Temática: Escola

Pollyanna Ferreira da Silva
Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal
Universidade Católica de Brasília
Brasília, Brasil
Pollyannafs@gmail.com

Resumo

Desde a conquista da obrigatoriedade das aulas de educação física nas escolas até as práticas pedagógicas atuais discute-se a atuação cotidiana do professor e o que ensinar na educação física escolar. Realizado em escola pública da SEE-DF com alunos dos últimos anos, no período entre 10/05/2010 a 10/08/2010, afim de identificar se a Copa do mundo de futebol, sendo abordada como um conteúdo da disciplina Educação Física, abrange de forma contextualizada a maioria dos interesses dessa comunidade escolar . A partir da aplicação de um questionário direto antes e depois intervenção pedagógica para a coleta de dados, conclui-se que, de forma ampla e contextualizada a Copa do Mundo torna-se um grande aliado do professor de Educação Física para o trabalho global com o aluno em uma proposta de letramento corporal.

Palavras-chave: Educação Física, Letramento Corporal, Futebol.

Letramento Corporal: O Futebol como conteúdo de intervenção e identificação cultural nas séries finais do ensino fundamental

Da conquista da obrigatoriedade a prática pedagógica

Na Educação Física escolar as discussões sobre a metodologia do ensino tomam corpo com o movimento crítico, a partir de 1980. Neste período o Brasil situava-se historicamente na desvinculação de sua forma de governo autoritária do período da Ditadura Militar. Esta abertura, social e politicamente motivada, trazia em seu bojo a necessidade de novas teorias educacionais caminhando em paralelo como as mudanças educacionais ocorridas em função das discussões políticas, aconteceram as discussões sobre os caminhos da Educação Física e sua contextualização com as questões sociais e educacionais.

Fruto desse contexto, movimentos críticos na área da Educação Física se constituíram. As críticas dirigiam-se principalmente à presença, quase que única, do esporte na escola e as correntes que supervalorizavam a técnica e a aptidão física, descontextualizando sua prática.

Da conquista da obrigatoriedade da Educação Física, garantida em lei, ao trabalho efetivo realizado hoje, passaram-se décadas, e a visão descontextualizada da Educação Física persiste.

Como muito bem descrito por Castellani (2002) “não é a Educação Física que não está contextualizada, mas sim, nós é que não a percebíamos contextualizadamente”.

A educação tem como tarefa formar cidadãos críticos, éticos e com aptidão para a inserção no contexto social do qual fazem parte, de modo que os tornem capazes de exercer seus direitos, promovendo uma ação de forma integrada entre a pessoa e o seu ambiente.

Conhecido, aplicado e disseminado de forma veemente, porém, se considerarmos os conteúdos a serem aplicados muitas vezes desconsideramos o que está claramente a nossa frente como conteúdo a ser trabalhado amplamente na Educação Física.

O discurso pedagógico da Educação Física Escolar encontra seu embasamento legal tanto na Lei 9394/96 – Lei de Diretrizes e Bases da Educação brasileira (LDB), como nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs).

A LDB, em seu Art. 26 – “*caput*” –, trata da base nacional dos currículos e, o parágrafo 3º refere-se à Educação Física em especial. Assim está expresso na Lei:

Art.26 Os currículos do ensino fundamental e médio devem ter uma base nacional comum, a ser complementada, em cada sistema de ensino e estabelecimento escolar, por uma parte diversificada, exigida pelas características regionais e locais da sociedade, da cultura, da economia e da clientela.

O artigo disposto acima, corrobora com a ideia de trazer para a escola as ações cotidianas que envolvem culturalmente a sociedade ou ao menos a comunidade escolar.

A técnica, o erro, o acerto, a vontade coletiva, a habilidade podem ser utilizados como forma de crescimento qualitativo de um grupo, sem se tornar excludente (COLETIVO DE AUTORES, 1992).

Nesta perspectiva, trabalhar os esportes como meio de atingir os objetivos elencados pela Educação Física torna-se mais do que uma prática pedagógica, torna-se uma obrigação.

A possibilidade de tornar vivos os educandos/aprendentes, nada mais é do que nos expõe Verderi (2008) quando afirma:

É chegado o momento de ousarmos em busca de novos métodos e estarmos abertos para as contribuições de outras ciências, ciências estas que acompanhem a evolução do homem como um todo. [...] convém que adotemos uma proposta que considere o educando como um todo que se movimenta, que pensa, age e sente, que explore suas possibilidades naturais na prática das atividades, que possibilite a liberação das emoções, o prazer da participação, que favoreça ao educando condições para o novo, que através de experiências ele possa perceber o que seu corpo é capaz de fazer e desenvolver todas suas potencialidades.

Explorando esses sentimentos, emoções, e preferências talvez consigamos trazer a Educação Física mais próxima da realidade da escola e conseqüentemente dos alunos.

Os educandos/aprendentes precisam de uma educação através do corpo. Porém, essa educação que trata da corporeidade deve ter como foco central comprovar a nossa existência e importância nesse mundo. Uma Educação Física que considere importante que os corpos se movimentem, se transformem, para que possam transformar as coisas do mundo e, ao mesmo tempo, estar organizando e desorganizando sua própria construção e reconstrução, mas também necessitamos de uma Educação Física que perceba o mundo onde nossos alunos estão inseridos e de forma contextualizada trabalhar o que mais os aprouve.

Futebol X Letramento: Intervenção e Identificação Cultural

Na realidade “esportiva” brasileira, respira-se o futebol. Como forma de acessão social, prática desportiva, lazer, e qualquer outra possibilidade, é difícil desvincular o brasileiro do futebol.

Essa realidade independe das ações e reações propostas pela escola, está na televisão, nos jornais, outdoors e outra forma de comunicação que possa existir, mas mesmo sendo uma realidade do país, muitos desconhecem a sua função social e principalmente educacional.

Este estudo tem o intuito de demonstrar ou pelo menos quantificar como essa distorção da realidade, seja ela por falta de conhecimento ou por falta de identificação, pode influenciar a visão que se tem do esporte e quão proveitoso pode ser as aulas de educação Física no que se refere ao auxílio pedagógico dado pela disciplina, na ideia de letramento, entendendo-o como sendo a identificação, interpretação, reflexão e ação de elementos que no nosso caso são responsáveis pela formação global do indivíduo; numa escola na “periferia” do Distrito Federal.

Nesse caso, a proximidade com a Copa do Mundo de Futebol, trouxe a tona velhas discussões quanto a prática pedagógica na escola. Campeonatos são organizados paralelamente, muitas vezes até aproveitando os times e grupos da Copa do Mundo. Mas e os que não jogam futebol? Porque não o fazem? Existe outra coisa para fazer pra não ficar sem nota? E qual a importância desse fazer para os alunos?

Se analisarmos a situação de forma tópica, a escola está trabalhando de forma contextualizada, respeitando a cultura da comunidade, ou seja, respeitando todos os preceitos pregados pela LDB, PCN's e todos os outros instrumentos legais que normatizam ou orientam a prática da Educação Física, porém, com um olhar mais apurado, podemos perceber que um campeonato de futebol, aos moldes da Copa do Mundo, apenas atinge os que já conhecem o Futebol, e pior apenas os que o praticam.

Neste trabalho, são demonstrados, os resultados encontrados em um grupo de alunos do ensino fundamental, quando apresentados de fato a COPA DO MUNDO DE FUTEBOL.

Metodologia

Neste estudo do tipo experimental, fizeram parte da amostra 279 alunos de 6ª. série/7º. ano das séries finais do ensino fundamental, sendo 126 do sexo masculino e 153 do sexo feminino de Centro de Ensino Fundamental em Santa Maria, Distrito Federal.

A coleta de dados foi realizada no período de 10/05/2010 a 10/08/2010, numa frequência de três aulas semanais por turma. Sendo os escolares submetidos a um questionário direto individual, onde foram respondidos em suas respectivas turmas em dois momentos, antes e depois da intervenção.

A intervenção constitui –se de um programa de aulas práticas e teóricas onde foram discutidos a origem do futebol, desde os esportes primitivos que remetem a esportes como o Haspartum, Episkiros, Kemari e Gioco del cálculo, o surgimento do esporte como o conhecemos hoje, sua chegada ao Brasil, surgimento dos primeiros times de futebol no Brasil, história de surgimento de grandes times brasileiros, a história da Copa do Mundo (desde a “escolha” dos times para a participação da competição, até a organização do país sede), suas implicações sociais e legados; e aulas práticas onde os alunos vivenciaram o esporte de forma socializadora e principalmente inclusiva.

Nas aulas teóricas foram utilizados, textos para suporte externo as aulas, filmes e slides; nas aulas práticas, foram utilizados bola, bambolês, cones e cordas.

Resultados e discussão

Na tabela 1 encontram-se os resultados em números absolutos advindos do questionamento referente a prática de futebol, antes e depois da intervenção, separados por turma.

Meninas que praticam Futebol			
Turma	N	Futebol (AI)	Futebol (DI)
A	26	0	6
B	23	1	8
C	25	1	7
D	15	0	4
E	23	2	11
F	22	1	12
G	19	1	8

Tabela 01

Meninos que praticam Futebol			
Turma	N	Futebol (AI)	Futebol (DI)
A	15	15	15
B	17	15	15
C	16	12	12
D	26	26	26
E	16	14	14
F	15	12	12
G	21	20	20

Tabela 02

Ao analisar os dados da tabela 1, podemos perceber que as meninas iniciaram as aulas com uma adesão muito pequena a prática do esporte, muitas respostas ao não interesse pelo futebol, estão ligadas ao desconhecimento completo do esporte ou a não oportunidade de prática. Após a intervenção o número de adeptas ao jogo de futebol, pelo menos em suas respectivas turmas, aumentou consideravelmente.

Na tabela 2, podemos ver o que empiricamente já nos é conhecido: o interesse quase que total dos meninos a prática do futebol, porém no caso dos meninos ocorreu um fenômeno interessante, mesmo após a intervenção o número de adeptos não mudou. Boa parte dos praticantes não sabem responder qual o motivo que os levaram a prática do esporte e em contra partida os que não praticam o futebol não o fazem por achar-se

incapaz de fazê-lo bem, auto denominaram-se “pernas de pau”, ou simplesmente pela identificação com outros esportes.

Na tabela 3, encontra-se os dados em números absolutos referentes ao interesse dos alunos no “Universo do Futebol” após a intervenção:

Meninas	Motivo	Meninos
147	Não jogavam	12
56	Interessaram-se pelo jogo	0
25	Interessaram-se pela História do Futebol	10
36	Interessaram-se pelas regras/arbitragem	01
30	Organização de eventos	01

Tabela 3

Percebe-se claramente que o número de meninas que não jogava futebol era extremamente superior ao número de meninos, porém após a intervenção houve uma diminuição significativa deste número, porém em relação aos meninos nada mudou, os demais alunos (meninos e meninas) demonstraram que após um contato com as origens do futebol e seu significado, entendendo contexto histórico e a Copa do Mundo, interessaram-se por elementos que fazem parte do universo futebolístico, mas não são a prática propriamente dita.

Esses alunos quando inquiridos sobre o impacto de uma copa do mundo no Brasil, não souberam responder questões como por exemplo impacto social e econômico, após a intervenção conseguiram construir argumentos bastante pertinentes sobre o que significa ativamente a realização da Copa do mundo de Futebol para um país.

Questionados sobre as preferências esportivas dos que não praticam futebol dando-lhes 20 opções de atividades e um campo para optarem por qualquer outra atividade que não estivesse na lista fornecida, foram encontrados os seguintes resultados em números absolutos:

Meninas	Preferência	Meninos
0	Basquetebol	1
09	Handebol	0
10	Voleibol	0
112	Queimada	9
0	Skate	1
0	Xadrez	0
0	Não tem	1

Tabela 4

Percebe-se que a atividade “esportiva” preferida dos alunos, não necessariamente precisa ser confinada aos momentos livres das aulas de educação física, podendo ser aproveitada para a introdução de esportes formais como por exemplo o Handebol e o basquetebol.

Conclusão

Apesar de não ser um estudo fechado, pode-se concluir até o presente momento que esse grupo de alunos, percebeu que o Futebol, não é apenas uma prática esportiva para os habilidosos, pode ser também interessante aos que se identificam por história, para os que tem espírito de liderança e organização e para todos os que apesar de não praticarem o Futebol, sentem-se envolvidos de alguma forma com esse esporte tão popular, demonstrando que a Educação Física Escolar vai além do aprendizado dos

esportes “básicos” como já é sabido e notório, ela permeia a formação completa do indivíduo e necessita apossar-se do espaço que lhes é cabido na área de Códigos e Linguagens, trabalhando com as diferentes nuances dessa área e principalmente, mostrando que a Educação Física é de fato uma disciplina capaz de transformar hábitos e atitudes, sendo capaz de cumprir seu papel quando propicia ao aluno identificar, interpretar, refletir e agir ou não após conhecer os fatos e as situações as quais o esporte lhes proporcionou e nesse caso, quando respeitando as peculiaridades da comunidade que se está inserida lhes mostra a importância de um mega- evento como é o caso da Copa do Mundo de Futebol para um país, fazendo-os concluir que além de belos jogos, a importância desse evento ultrapassa as fronteiras do mundo futebolístico, o evento atinge diretamente a eles quando trata-se da infra- estrutura e de outras questões sociais e econômicas

Bibliografia

- BRASIL. Lei 9394 – LDB – **Lei das Diretrizes e Bases da Educação**, de 20 de dezembro de 1996
- BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais**:terceiro e quarto ciclos do ensino fundamental – introdução. Brasília: MEC/SEF, 1998.
- COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.
- CARNEIRO, Moaci Alves. **LDB fácil**: leitura crítico-compreensiva: artigo a artigo. 3.ed. Petrópolis: Vozes, 1998.
- CASTELLANI Filho, Lino. **Política Educacional e Educação Física**. 1ª. ed. Campinas: Autores Associados, 1998.
- VERDERI, Érica. **A educação Física no ensino da dança**. Cooperativa do Fitness – CDOF. Disponível em <http://www.cdof.com.br?danca3.htm>. Acesso em 03 maio 2008.Efeito de uma sessão aguda do treinamento de força na pressão arterial durante 24h em mulheres sedentárias e possíveis associações entre o gene da enzima conversora de angiotensinaEfeito de uma sessão aguda do treinamento de força na pressão arterial durante 24h em mulheres sedentárias e possíveis associações entre o gene da enzima conversora de angiotensina

Efeito de uma sessão aguda do treinamento de força na pressão arterial durante 24h em mulheres sedentárias e possíveis associações entre o gene da enzima conversora de angiotensina

Temática: Atividade Física e Saúde.

Ramires Alsamir Tibana
Gildemar Crispim
Vinícius Carolino de Souza
Bibiano Madrid
Carlos Bainy Franz
Alexandre Vieira
Carmen Silvia Grubert Campbell
Jonato Prestes
Universidade Católica de Brasília – Taguatinga – Distrito Federal – Brasil –
Ramirestibana@gmail.com

Resumo

A hipertensão arterial sistêmica é uma doença que afeta milhões de pessoas em todo o mundo. O exercício físico tem sido proposto como uma das medidas não farmacológica mais eficaz para prevenir e tratar essa patologia. No entanto, pouco se sabe a respeito de uma sessão aguda do treinamento de força (TF) na resposta da pressão arterial durante 24h e possíveis associações entre o gene da enzima conversora de angiotensina (ACE). Portanto, o objetivo do presente estudo foi analisar a resposta da pressão arterial sistólica (PAS), diastólica (PAD) e média (PAM) após uma sessão aguda do TF e após uma sessão controle (CON). Onze mulheres sedentárias ($32,4 \pm 7,9$) realizaram duas sessões experimentais: TF – uma sessão aguda realizada em 3 séries a 60% de 1RM nos exercícios (leg press, cadeira extensora, cadeira flexora, supino vertical, puxada frontal e desenvolvimento) com 1 minuto de intervalo entre os exercícios e séries; A sessão CON consistiu em 30 minutos na posição sentada no laboratório. A PAS, PAD e PAM foram medidas logo após cada sessão com a utilização do aparelho oscilométrico de monitorização da pressão arterial (Dyna-MAPA®, Cardios Sistemas) durante 24h. A avaliação do polimorfismo do gene da ACE foi feita conforme segue: 1) 5 ml de sangue em tubo contendo EDTA, 2) extração do DNA, 3) medida da concentração do DNA por eletroforese, 4) reação em cadeia de polimerase com “primer” do gene da ACE, 5) análise do polimorfismo do gene da ACE através da eletroforese. O teste t de Student foi utilizado para comparação entre as sessão TF e CON nos respectivos grupos: DD-ID-II; DD e II. Os resultados demonstram que apenas as mulheres do genótipo DD apresentaram diminuição significativa da PAS e PAD após a sessão do TF quando comparado a sessão CON ($p < 0,05$).

Palavras-chave: Educação Física, Treinamento de Força, Sedentarismo.

Efeito de uma sessão aguda do treinamento de força na pressão arterial durante 24h em mulheres sedentárias e possíveis associações entre o gene da enzima conversora de angiotensina

Introdução

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença que afeta milhões de pessoas em todo o mundo. No Brasil, 27,4% dos óbitos foram decorrentes de doenças cardiovasculares (Sociedade Brasileira de Hipertensão, 2004). E, o acidente vascular cerebral a principal causa de morte em mulheres. O tratamento não medicamentoso da HAS por meio de modificações no estilo de vida, especialmente no nível de atividade física, perfazem um importante fator para o tratamento e prevenção da hipertensão (Hu et al., 2004). Além desses fatores, a prática regular de exercícios físicos é recomendada como meio de reduzir a pressão arterial (PA) de repouso.

Independentemente da possível redução da PA de repouso em decorrência do exercício regular (efeito crônico), pode existir redução abaixo dos valores de repouso nos momentos após a realização de uma sessão de exercícios, o que se denomina hipotensão pós-exercício (HPE). Diversos estudos relatam, de forma consensual, o efeito hipotensivo através do exercício aeróbio. Contudo, quando se relaciona o efeito hipotensivo e treinamento de força (TF), alguns estudos relatam seu benefício hipotensivo e outros não indicam alterações pressóricas (Cardoso Jr. et al., 2010).

O sistema renina angiotensina aldosterona (SRAA) corresponde a uma complexa cascata hormonal, cujo papel fundamental está relacionado com o controle da pressão arterial e homeostasia hidroeletrólítica do organismo. A maioria dos efeitos do SRAA é mediada pela substância ativa denominada de angiotensina II, a qual é produto da conversão da Angiotensina I, processo que ocorre sob a ação de um importante catalisador, a enzima conversora de angiotensina (ACE). O polimorfismo correspondente a inserção (alelo - I) ou deleção (alelo - D) de 287 pares de base no intron 16 do gene da ACE têm demonstrado uma possível associação com fatores de risco e desordens vasculares. Recente estudo tem sugerido que a variação genética pode afetar a pressão arterial após o exercício aeróbio em indivíduos hipertensos. Blanchard et al., (2006) demonstraram de que indivíduos homocigotos (deleção) para a ACE demonstraram hipotensão ambulatorial após o exercício, enquanto os indivíduos com os outros polimorfismo (ACE II/ID) não tiveram o mesmo resultado.

Para o nosso conhecimento, nenhum estudo analisou a resposta ambulatorial da pressão arterial sistólica (PAS), diastólica (PAD) e média (PAM) após o TF e associou ao polimorfismo da ACE em mulheres normotensas sedentárias. Nesse sentido, o objetivo do presente estudo foi analisar as respostas da pressão arterial sistólica (PAS), diastólica (PAD) e média (PAM) após uma sessão de TF e controle de forma ambulatorial e verificar possíveis associações entre o genótipo da enzima conversora de angiotensina.

Amostra

Após aprovação no Comitê de Ética e Pesquisa em Humanos da Universidade Católica de Brasília (PROJETO Nº 376/2010), e obtenção de termo de consentimento livre e esclarecido das voluntárias, 11 (21-47 anos) mulheres sedentárias que não participavam de nenhum programa de exercício físico sistematizado nos seis meses anteriores ao estudo. De acordo com a Declaração de Helsinki, os critérios de exclusão adotados foram: (a) uso de medicamento que afetasse a resposta cardiovascular da participante e (b) existência de problemas cardiovasculares e osteomioarticulares que pudesse influenciar na *performance* dos exercícios propostos. Todas as voluntárias foram

informadas para não ingerirem café ou álcool durante o período de 24h antes e depois dos protocolos de testes e a não realizarem qualquer atividade física rigorosa 48h antes e 24h depois dos protocolos experimentais.

Protocolo Experimental Efeito de uma sessão aguda do treinamento de força na pressão arterial durante 24h em mulheres sedentárias e possíveis associações entre o gene da enzima conversora de angiotensina

O protocolo experimental consistiu de duas sessões experimentais (controle e exercício) realizados de maneira randomizada com intervalo de 1 semana entre elas. Em cada sessão experimental as voluntárias permaneceram sentadas durante 20 minutos antes de cada intervenção. A sessão controle consistiu de 30 minutos na posição sentada em repouso. Já o protocolo experimental consistiu de 3 séries em que foi pedido para que as participantes realizasse em cada uma das séries 10 repetições nos 7 exercícios (leg press na máquina, cadeira extensora, cadeira flexora, supino vertical na máquina, puxada frontal, desenvolvimento e abdominal no solo) com a intensidade de 60% de 1RM (exceto abdominal no solo) com intervalo de recuperação de 1 minuto entre as séries e exercícios.

Monitorização Ambulatorial da Pressão Arterial

A pressão arterial ambulatorial foi medida no braço não dominante, usando um aparelho oscilométrico de monitorização da pressão arterial (Dyna-MAPA®, Cardios Sistemas), validado pelo protocolo da Associação para o avanço da Instrumentação Médica. O monitor foi programado para realizar medidas a cada 30 minutos durante o período de vigília e a cada 1 hora durante o período do sono. Todas as monitorizações ambulatoriais da pressão arterial foram realizadas em dias da semana (segunda a sexta-feira), e tiveram início entre 21:00 e 22:00. Os sujeitos foram orientados a realizar suas atividades habituais, a não praticar atividades físicas formais, e a parar e relaxar o braço no momento de cada medida. Os dados da monitorização ambulatorial foram analisados em três momentos: durante as 24 horas (média de todas as mensurações realizadas durante as 24 horas); vigília (média de todas as mensurações realizadas antes da voluntária ir dormir) e o período do sono (média de todas as mensurações realizadas durante o sono).

Genótipo da Enzima Conversora de Angiotensina

A avaliação do polimorfismo do gene da *ACE* foi feita conforme segue: 1) 5 ml de sangue em tubo contendo EDTA, 2) extração do DNA (Invitrogen), 3) medida da concentração do DNA por eletroforese, 4) reação em cadeia de polimerase com “primer” do gene da *ACE*, 5) análise do polimorfismo do gene da *ACE* através da eletroforese.

Análise Estatística

A estatística foi realizada aceitando o nível de significância para todas as variáveis estudadas em $p \leq 0,05$. Realizou-se o teste de Shapiro-Wilk para avaliar a normalidade dos dados e, de acordo com o resultado, utilizou-se o teste t de Student pareado.

Resultados

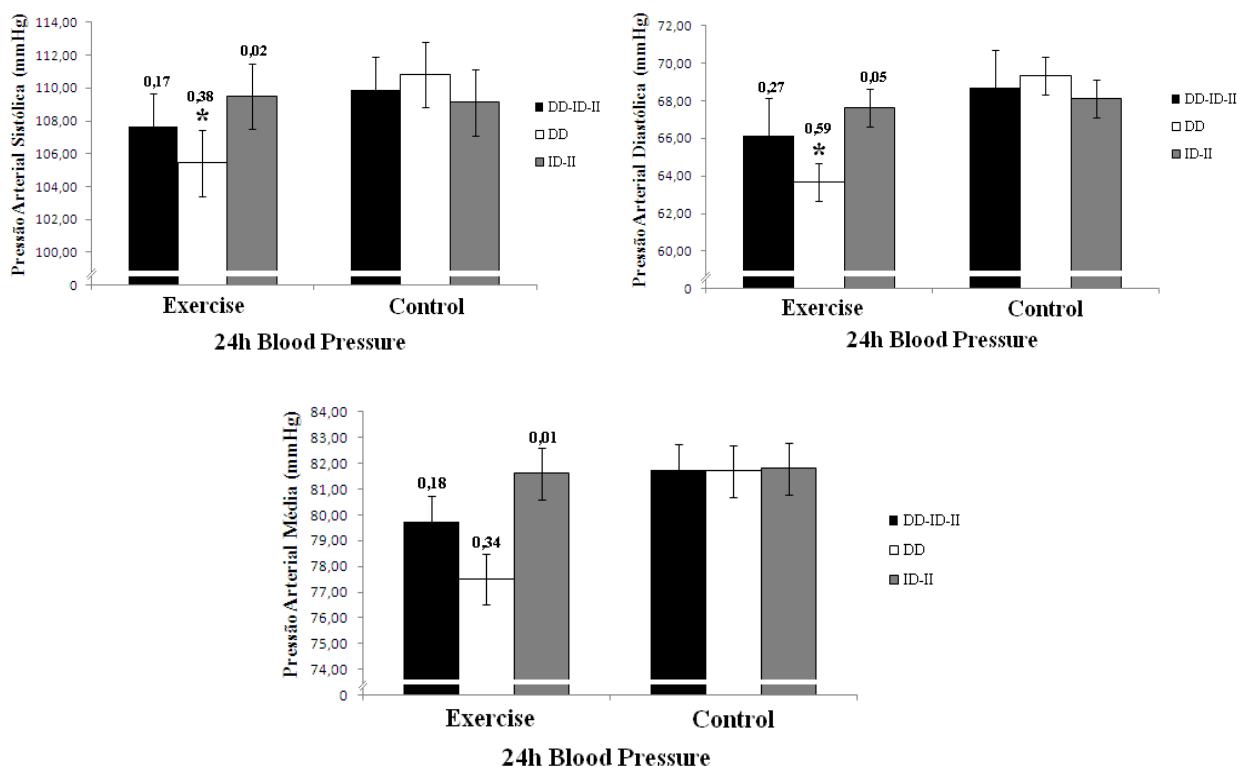


Figura 1. Pressão arterial sistólica, Diastólica e Média durante 24h após as sessões controle e exercício. *Diferença significativa entre a sessão controle e exercício ($p < 0,05$). O tamanho do Efeito estão sobrepostos ao desvio padrão.

A Figura 1 apresenta os resultados do teste *t* Student para a PAS, PAD e PAM, respectivamente para as sessões controle e experimental nos diferentes genótipos. Constata-se que, apenas as mulheres com o genótipo DD apresentaram diminuição significativa na PAS e PAD após a sessão experimental quando comparado a sessão controle ($p < 0,05$).

Discussão

O objetivo do presente estudo foi analisar o efeito de uma sessão aguda do TF na PAS, PAD e PAM em mulheres sedentárias e verificar possível associação entre o genótipo da ACE. Os resultados encontrados demonstraram que as mulheres portadoras do alelo D foram as únicas a apresentarem diminuição significativa da PAS e PAD após a sessão experimental quando comparado a sessão controle.

Diversos estudos têm analisado de forma clínica a PAS, PAD e PAM após uma sessão de exercício de força, no entanto, poucos estudos têm analisado a monitorização ambulatorial durante 24h para verificar se o TF possui validade externa para prevenção e tratamento da hipertensão. Nesse sentido, Queiroz et al., (2009) analisaram de forma clínica e ambulatorial a PAS, PAD e PAM e ao contrario do presente estudo só demonstraram diminuição da PA clinicamente, além disso, associou-se os valores da pressão arterial pré-exercício com a diminuição da pressão arterial demonstrando que o TF é efetivo apenas para as voluntárias com maiores valores pressóricos pré-exercício.

No presente estudo, a diminuição da PA foi significativa apenas nas voluntárias homocigotas para o alelo D, Rigat et al., (1990), descreveram o polimorfismo da ACE, com implicações na concentração sérica da ACE em humanos. A falta ou deleção (alelo D) está associado a um nível mais elevado de ACE circulante e cardíaca quando

comparada com a inserção (alelo I), ou seja, os níveis da ACE são mais elevados em indivíduos homocigotos para DD quando, comparado com os indivíduos heterocigotos ID ou homocigotos II. Nesse sentido, alguns autores (Tanriverdi et al., 2005; Abdollahi et al., 2008) têm demonstrado uma possível associação do polimorfismo do gene da ACE (presença do alelo D) com possíveis fatores de risco e desordens vasculares.

Resultados semelhantes ao do presente estudo foram reportados por Blanchard et al., (2006) ao demonstrarem que indivíduos homocigotos (deleção) para a ACE demonstraram hipotensão ambulatorial após o exercício aeróbio, enquanto os indivíduos com os outros polimorfismo (ACE II/ID) não tiveram o mesmo resultado.

Em relação aos mecanismos fisiológicos envolvidos na queda da PA após o exercício resistido, Moraes et al., identificaram que a HPE está relacionada com a liberação do vasodilatador caliceína. Rezk et al. analisaram a resistência vascular periférica (RVP) e o débito cardíaco (DC) após o exercício resistido com intensidades de 40 a 80% de 1RM. O exercício de menor intensidade ocasionou HPE tanto para PAS e PAD, porém o mecanismo observado foi a redução do DC com manutenção da RVP. Em contrapartida, o exercício de maior intensidade promoveu HPE somente para a PAS, a qual se relacionou principalmente com a redução do DC, já que a RVP aumentou após a realização do exercício.

Conclusão

Em conclusão, o presente estudo demonstrou que mulheres homocigotas para o alelo D tiveram diminuição significativa da pressão arterial sistólica e diastólica quando comparado a sessão controle, no entanto, as mulheres heterocigotas (ID) e homocigotas (II) não tiveram diminuição da pressão arterial sistólica, diastólica e média. Portanto, as mulheres com maiores propensão a problemas cardiovasculares são aquelas que possuem melhores respostas da pressão arterial pós exercício.

Referências

- Sociedade Brasileira de Hipertensão. V Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial [online]. Disponível em: <http://www.sbh.org>.
- Hu G, Barengo NC, Tuomilehto J, Lakka TA, Nissinen A, Jousilahti P. Relationship of physical activity and body mass index to the risk of hypertension: a prospective study in Finland. *Hypertension*. 2004; 43: 25-30.
- Cardoso CG Jr, Gomides RS, Queiroz AC, Pinto LG, da Silveira Lobo F, Tinucci T, Mion D Jr, de Moraes Forjaz CL. Acute and chronic effects of aerobic and resistance exercise on ambulatory blood pressure. *Clinics*. 2010; 65: 317-25.
- Blanchard BE, Tsongalis GJ, Guidry MA, LaBelle LA, Poulin M, Taylor AL, et al. RAAS polymorphisms alter the acute blood pressure response to aerobic exercise among men with hypertension. *Eur J Appl Physiol*. 2006;97:26-33.
- Rigat B, Hubert C, Alhenc-Gelas F, Cambien F, Corvol P, Soubrier F. Insertion/deletion polymorphism in the angiotensin I-converting enzyme gene accounting for the variance of serum enzyme levels. *J Clin Invest*. 1990; 86: 1343-1346.
- Tanriverdi H, Kaftan HA, Evrengul H, Dursunoglu D, Turgut G, Kiliç M. QT dispersion and left ventricular hypertrophy in athletes: relationship with angiotensin-converting enzyme I/D polymorphism. *Acta Cardiol*. 2005; 60: 387-393.
- Abdollahi MR, Huang S, Rodriguez S, Guthrie PA, Smith GD, Ebrahim S, Lawlor DA, Day IN, Gaunt TR. Homogeneous assay of rs4343, an ACE I/D proxy, and an analysis in the British Women's Heart and Health Study (BWHHS). *Dis Markers*. 2008;24:11-7.

A gestão de pessoas e o ensino superior de Educação Física no Distrito Federal: Questão curricular e o mercado de trabalho.

Temática: Formação Acadêmica e Atuação Profissional.

Raul Silveira Junior
Universidade de Brasília - UnB
Brasília, DF, Brasil
tiochambinho@gmail.com

Resumo

Introdução: A Educação Física faz parte da vida de todos os seres humanos. Com o passar dos anos muitas transformações surgiram no mundo e a educação física não poderia ser diferente. Ela passou por momentos difíceis em sua história e hoje e vista com uma ferramenta importante na formação do caráter e cultura de todos. Hoje ela pode ser vista e vivenciada de diversas formas: Nas escolas, nos esportes de alto rendimento, em academias, no turismo, entre outros locais. Na gestão, como o mundo, tudo se transforma o que antes era RH (Recursos Humanos) hoje é GP (Gestão de Pessoas), que vem desde a revolução industrial, mas ganhou força recentemente com abordagens modernas de administração. Esse novo modelo de gestão traz uma nova era nas empresas onde as pessoas deixam de ser algo mecânico e passam a ser parte pensante nas corporações e sua participação na conquista dos objetivos das empresas é cada vez maior. Buscamos colher dados satisfatórios para compreender se as informações transmitidas pelas instituições de ensino superior do Distrito Federal são suficientes para dar o suporte mínimo para os profissionais no mercado de trabalho. Objetivo do estudo: analisar a grade curricular do curso de educação física das faculdades do Distrito Federal, buscando o quanto é vivencia a gestão de pessoas e o impacto que essa abordagem traz no mercado de trabalho dos futuros profissionais. Método: Questionário aberto a profissionais formados nas instituições de ensino do Distrito Federal. Resultados: Dos entrevistados 100% sentem falta de noções gerenciais no período pós formado. Conclusão: A falta de, ou pouco tratamento dado, a gestão de pessoas no currículo dos estudantes de Educação Física faz com que sintam dificuldades ao deparar com mercado, competitivo, de trabalho.

Palavras-chave: Atuação Profissional, Educação Física, Gestão de pessoas.

A Gestão De Pessoas e o Ensino Superior de Educação Física no Distrito Federal: Questão Curricular e o Mercado De Trabalho.

Introdução

A Educação Física faz parte da vida de todos os seres humanos. Em 3000 A.C. já existia uma manifestação que os estudiosos caracterizam com ação física, hoje educação física. Melo (2006) traz um conceito que a Educação Física apresenta histórias distintas do início dos trabalhos em cada país do mundo. Cada país traz em sua história fatos que comprovam a presença da ação física humana seja para higienização e prevenção de doenças, ou para preparar seus guerreiros para um combate, alguns faziam da educação física uma festa, outros uma forma de socializar as pessoas. Em alguns países, encontramos até uma forma de discriminação, onde só os poderosos participavam de tais atividades.

Na gestão, como o mundo, tudo se transforma o que antes era RH (Recursos Humanos) hoje é GP (Gestão de Pessoas), que vem desde a revolução industrial, mas ganhou força recentemente com abordagens modernas de administração, segundo Chiavenato (2010). Para Calixta (1991) o processo de planejamento inicia-se efetivamente a partir da definição do negócio e da missão da organização.

Outros processos da gestão de pessoas como recrutamento, seleção, treinamento, capacitação, orientação e manutenção de pessoas fazem parte das ações esperadas por administrador, gerente ou coordenador que atua na área da Educação Física.

Sabendo de todas essas informações importantes para o profissional de Educação Física saber, buscamos informações nas instituições de ensino particular de Educação Física do Distrito Federal como tais temas são abordados para os estudantes.

Objetivo do Estudo

Buscar dados satisfatórios para compreender se as informações transmitidas pelas instituições de ensino superior do Distrito Federal são suficientes para dar o suporte mínimo para os profissionais no mercado de trabalho.

Revisão de Literatura

Historicamente, a Educação Física sempre esteve presente na vida das pessoas, desde 3000 A.C ela vem se transformando e tomando rumos distintos, se tornando hoje ferramenta primordial na educação da sociedade. A Educação Física no Brasil sofre com mudanças na legislação fazendo com que ela não seja tão respeitada como deveria. Segundo Melo (2006), a Educação Física apresenta histórias distintas do início dos trabalhos em cada país. Castellini (2010), revela que os primeiros habitantes brasileiros, os índios, deram pouca contribuição a não ser movimentos rústicos naturais tais como nadar, correr atrás da caça, lançar, e o arco e flecha.

Podemos notar que por sua história, a Educação Física já se transformou algumas vezes. Sua importância e necessidade se transformam com o passar dos tempos. Uma atividade que antes servia para sobrevivências passou a ser uma ação involuntária, hoje faz parte das atividades obrigatórias no ensino das pessoas. Muito se discute sobre as reais funções e as competências que um profissional de educação física deve ter. Faz necessário por sua área de atuação uma formação profissional, tendo em vista o trabalho de prevenção realizado e na formação da cultura corporal da população. Ter conhecimento técnico e prático, criatividade e vontade fazem parte do cotidiano desse profissional da saúde. Um novo conceito chega para mudar paradigmas, a Gestão de Pessoas ou Gestão com Pessoas.

Para a área de recursos humanos antes centralizadores e responsáveis por processos de pessoal, hoje assume um espaço estratégico, descentralizando, dividindo responsabilidades pelo desenvolvimento das pessoas aos gerentes diretos, partindo para uma nova gestão integrada e focada no negócio, segundo Gramigna (2002).

Fischman (1990) traz o conceito de planejamento estratégico como a técnica administrativa, que, através da análise do ambiente de uma organização, cria a consciências das suas oportunidades e ameaças dos seus pontos fortes e fracos para o cumprimento da sua missão, e, através desta consciência, estabelecer o propósito de direção que a organização deverá seguir para aproveitar as oportunidades e evitar riscos. Segundo Chiavenato (2010), agregando e aplicando pessoas são os dois primeiros grupos de processos da moderna gestão de pessoas e o processo de agregar pessoas consiste as rotas de ingresso das pessoas nas organizações.

É necessário diferenciar recrutamento de seleção de pessoas, que possuem objetivos distintos e sequenciais, segundo Toledo (1989). Toledo (1989), traz como principal função da seleção de pessoas a introdução na empresa de pessoas adequadas em termos de qualificação e potencial.

Já na educação física Carreiro (2007), relata que devido à falta de informação muitas empresas direcionadas a Educação Física e Esportes sofrem com o marketing de suas empresas. Traz alguns motivos para esse fato: gerentes despreparados, falta de conhecimento na graduação de Educação Física e baixa procura de conhecimentos extracurricular.

Segundo Carreiro (2007), devemos destacar os quatro “pés” do marketing – produto, preço, promoção e praça. Cada instituição de ensino superior de Educação Física no Plano Piloto em Brasília, Distrito Federal possui uma grade curricular diferente. Algumas disciplinas que tratam da gestão podem ser encontradas em mais de uma instituição. Mas com sua carga horária de no máximo oitenta horas durante todo o curso e tem media de três anos de duração.

Material e Método

Buscamos informações para saber a opinião dos formados em Educação Física no DF para saber se as instituições de ensino os preparam para o mercado de trabalho no que diz respeito a gestão de pessoas.

Optamos por um questionário aberto em busca de reais respostas sobre tais efeitos e para melhor desenvolver o que buscamos saber quais impactos essa ação causa na vida profissional do professores de educação física. As entrevistas foram realizadas no ambiente de trabalho de cada entrevistado.

Resultados

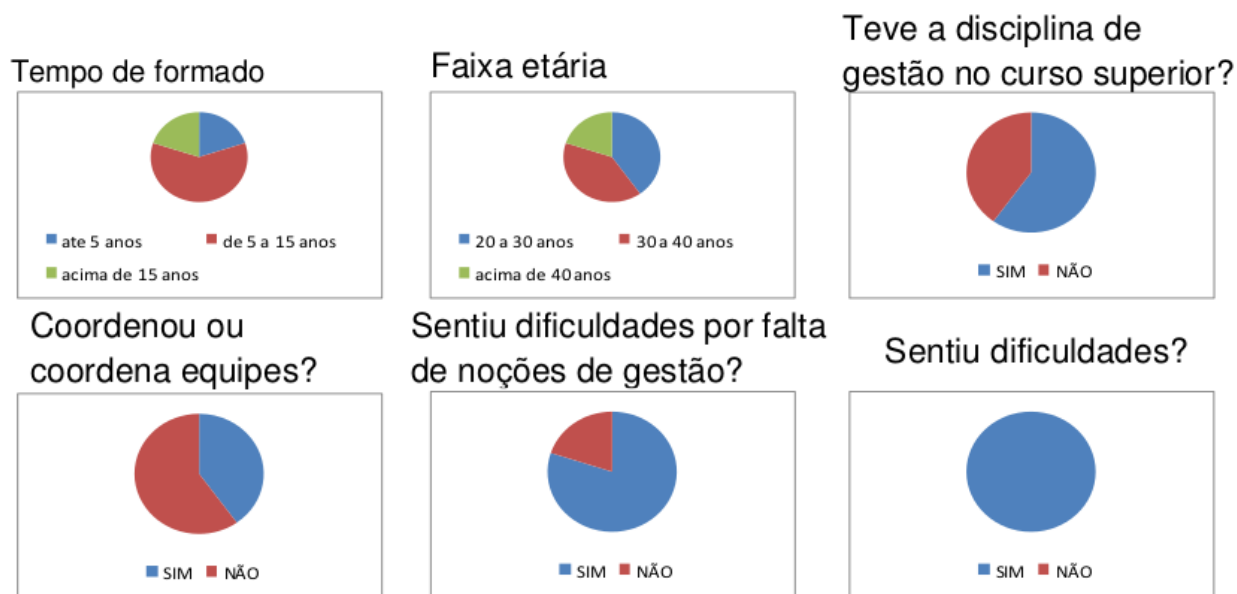
Com esses dados podemos concluir que as dificuldades com gestão de pessoas vêm de muitos anos na Educação Física e que quase todos encontram dificuldades de gerir ou coordenar equipes ao sair da faculdade.

Uma dificuldade no currículo dos estudantes de Educação Física faz com que tenha dificuldades depois de formado e traz também a importância da busca de informações em outros meios, ou cursos de especialização ou palestras e leituras sobre gestão.

Discussão

Tivemos uma totalidade no que diz respeito à falta de preparação para gerenciamento ou coordenação nos cursos de Educação Física no Distrito Federal. Notamos que as instituições de ensino em geral formam pessoas para serem gerenciadas e dificilmente para gerenciar. Talvez esse seja um dos motivos da desvalorização da profissão no

mercado de trabalho.



Conclusão

As pesquisas realizadas mostram uma evolução histórica da importância da Educação Física e sua evolução como instrumento de ensino. Vimos que hoje as pessoas que ingressam em faculdades de educação física podem optar por dois tipos de formação bacharel, quando formado poderá atuar em escolas de ensino básico, fundamental e médio, e licenciatura, com atuação liberada em todos os nichos de mercado como escolas, spas, hotéis, academias, clubes, entre outros.

Percebemos que vivemos na era da informação, segundo Chiavenato, 2010. Isso traz mudanças em todos os segmentos, inclusive, na gestão. O que antes era chamado de RH (recursos humanos) hoje é tratado como GP (gestão de pessoas).

Essa nova era de gestão traz como princípios básicos o conhecimento por inteiro da empresa que as pessoas estão inseridas. Saber da missão e visão da mesma se tornou uma premissa para que o funcionário ou colaborador saiba como contribuir para o bom andamento da empresa. Esse departamento, gestão de pessoas, se torna também muito importante para colocar em prática o objetivo principal dessa na gestão, a gestão compartilhada onde as pessoas são parte fundamental para empresa.

A gestão de pessoas traz questões importantes para quem deseja atuar na área da educação física, como gestor ou proprietário de seu negócio. Saber do planejamento estratégico da empresa, onde desejar chegar? Como? Quando? São questionamentos básicos que pessoas em situações de liderança devem saber.

Vimos questões importantes para os profissionais de Educação Física como recrutar, capacitar, treinar e reter pessoas. Conhecer sobre o marketing de sua empresa também se torna de fundamental importância, sempre atento aos quatro "pés" produto, praça, preço e promoção.

Encontramos algumas instituições de ensino do Distrito Federal que possuem os dois tipos de graduação, onde a graduação de bacharel é extremamente restrita a atividades nas escolas como os desportos, elaboração de planos de ensino, didática, entre outros.

Já na graduação de licenciatura notamos o baixo índice de disciplinas que tratem de gestão, administração de pessoas, coordenação, visando uma formação técnica apurada

do corpo humano.

Essa divisão traz dúvidas sobre a formação dessas pessoas, tendo em vista que o bacharel, mesmo trabalhando como professor, ele poderá coordenar uma equipe de professores de Educação Física, por exemplo, e não possui em sua grade uma disciplina de gestão com sua formação focada em atividades escolares.

Com um questionário realizado abertamente, notamos que formados a cerca de vinte anos possuem as mesmas dificuldades de quem está saindo agora da faculdade. Tudo evoluiu, dentro e fora da Educação Física, menos a gestão desse tipo de negocio por parte de profissionais com conhecimento técnico no assunto.

Uma coisa é certa, não só de estudos na faculdade se faz um bom profissional. A formação continuada é necessária cada vez mais com o mundo competitivo e de tantas mudanças que vivemos. Os gestores da área de Educação Física devem estar atentos com essas mudanças e se preparar para tais. Seja com cursos e pós graduação, curso de extensão, congressos, palestras ou leituras individuais.

Referências

- CALIXTA, Mauro Tavares. Planejamento Estratégico: a opção entre sucesso e fracasso empresarial. São Paulo: HARBRA, 1991.
- CARREIRO, Eduardo Augusto. Gestão da Educação Física e Esporte. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.
- CASTELANI, Lino Filho. Educação física no Brasil. São Paulo: Papyrus, 2010.
- CHIVENATO, Idalberto. Gestão de Pessoas. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.
- FISCHMAN, Adalberto A. / ISNARD, Martinho R. de Almeida. Planejamento Estratégico na prática. São Paulo: Editora Atlas, 1990.
- GRAMIGNA, Maria Rita. Modelo de Competências e Gestão dos Talentos. São Paulo: Makron Books, 2002.
- MARINHO, Inezil Pena. História Geral da Educação Física. São Paulo: Cia Brasil, 1980.
- MELO, Victor Andrade. História da educação física e do esporte no Brasil. São Paulo: Ibrasa, 2006.
- RESENDE, José Ricardo. Organização e administração no esporte. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.
- STEINHILBER, Jorge. Profissional de Educação Física Existe? Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
- TEIXEIRA, Hudson Ventura. Educação física e desportos. São Paulo: Saraiva, 1997.
- TOLEDO, Flavio de. Administração de pessoal: desenvolvimento de recursos humanos. São Paulo: Atlas, 1989.
- XAVIER, Lauro P. F. Educação Física. São Paulo: Âmbito cultural, 2005.
- Portal Confef: <http://www.confef.org.br/> . Acessado em 13/11/2010.
- Portal da Educação Física: <http://www.educacaofisica.com.br>, acessado em 20/09/2010.
- <http://www.efdeportes.com/efd62/brasil.htm>, acessado em 13/11/2010.
- http://www.cref8.org.br/downloads/legis_lei_9696_1998.pdf, acessado em 20/09/2010
- Portal Administradores: <http://www.admisnitadores.com.br>, artigo publicado em 10 de outubro de 2008 e visitado em 09 de Setembro de 2010.
- Portal Unieuro: www.unieuro.edu.br. Acessado em 10/10/2010.
- Portal Uniceub: www.uniceub.br. Acessado em 11/10/2010.
- Portal Faculdade Alvorada: www.alvorada.com.br. Acessado em 12/10/2010.
- Portal UCB: www.ucb.br. Acessado em 13/10/2010.
- Portal UDF: www.udf.edu.br. Acessado em 13/10/2010.

Atividades recreativas em um Hotel do interior de São Paulo e seus benefícios para crianças de sete a doze anos baseado na Educação Física Escolar.

Temática: Recreação e Lazer.

Raul Silveira Junior
UnB – Brasília, Distrito Federal, Brasil tiochambinho@gmail.com

Resumo

Introdução: Após dois anos de convivência próxima com crianças de sete a doze anos em um hotel no interior de São Paulo, em atividades de recreação, esportes e lazer, observei que muitas crianças se apegavam muito aos recreadores e que a grande maioria tinha uma vida sedentária, onde jogos eletrônicos prevalecem em suas atividades diárias. Objetivo do estudo: Pesquisar sobre o crescimento e desenvolvimento físico, motor, afetivo, social, psicológico desta faixa etária e depois disso analisar como poderia auxiliá-las em suas necessidades de acordo com atividades proporcionadas no hotel, sendo essas atividades lúdicas e recreativas específicas para essa idade e quais aspectos poderiam ser mais auxiliados. Método: Revisão de literatura. Resultados: Ao longo do trabalho foi possível compreender que as crianças encontram-se em período de evolução e transformação corporal em suas estruturas física, motora e cognitiva. Conclusão: As crianças possuem certas particularidades que devem ser consideradas, uma delas é que como os adultos elas necessitam de um tempo de descanso ou de entretenimento e a recreação é uma das atividades centrais. Um dos locais onde a recreação ocorre é nos hotéis, quando as pessoas buscam descanso com entretenimento. Encontramos hotéis de diversos tipos e objetivos, mas escolheu-se o Hotel Estância e Resort para a realização do trabalho nas vivências práticas. Baseado na programação elaborada em um final de semana prolongado e executada no hotel de Atibaia, interior de São Paulo, vimos que as atividades propostas estão de acordo com o estágio de desenvolvimento e crescimento que as crianças se encontram.

Palavras-chave: Desenvolvimento Infantil, Crescimento, Lazer, Recreação.

Atividades recreativas em um Hotel do interior de São Paulo e seus benefícios para crianças de sete a doze anos baseado na Educação Física Escolar.

Introdução

Trabalho com recreação de dois anos, em um hotel do interior de São Paulo na cidade de Atibaia, onde realizo atividades esportivas, artísticas, sociais, culturais, entre outras, para crianças dos sete aos doze anos de idade. O hotel é um Resort cinco estrelas, onde agrega um público seletivo, pelo fato da diária ser de custo elevado. O fluxo de crianças de sete a doze anos é grande nos finais de semana e, principalmente nos feriados prolongados, aonde famílias chegam ao hotel em busca de divertimento, descanso e entretenimento.

As crianças que frequentam este hotel fazem suas refeições, brincam e aprendem com os recreadores que têm a função de diverti-las e entretê-las, possibilitando aos pais, durante esses dias em que estão hospedados, não se preocuparem com seus filhos e também aproveitem as atividades de lazer, a estrutura do hotel e, principalmente, descansem com tranquilidade

No hotel onde trabalho, as atividades de lazer são divididas por faixa etária: crianças de 03 a 06 anos chamadas de kids I, crianças de 07 a 12 anos de kids II, jovens de 13 a 20 anos os teens os adolescentes e acima de 20 anos os adultos e melhor idade, desta forma fica mais fácil à execução das atividades específicas pra cada faixa etária. Também dispomos de uma equipe fixa, ou seja, trabalha só para o hotel, composta por nove pessoas, sendo distribuídas nas seguintes funções: um coordenador geral, uma supervisora, quatro coordenadores, sendo um para cada faixa etária e três recreacionistas.

Pretendo descrever atividades realizadas neste hotel, priorizando as aplicadas nos finais de semana e feriados prolongados, onde o fluxo de hóspedes é grande e observar de que forma essas atividades bem direcionadas podem, auxiliar no crescimento e desenvolvimento de crianças, dando um foco nos sete aos doze anos.

Para tanto, haverá a necessidade de descrever sobre o crescimento e desenvolvimento dos sete aos doze anos, destacam os aspectos físicos, cognitivos, psicológicos, motores, para saber qual a maneira mais indicada de trabalhar com elas e como direcionar as atividades realizadas no hotel que trabalho para não ultrapassar seus limites e atingir suas necessidades.

Na realidade no trabalho que vivencio, existe um alto índice de sedentarismo em todas as idades, principalmente das crianças, as quais participam com muita alegria das atividades recreativas realizadas na programação diária da equipe de esportes e lazer do hotel, porém algumas atividades que exigem um pouco mais das crianças, não são bem aceitas, ressaltando assim a importância deste estudo.

Objetivo do Estudo

Expor os possíveis benefícios que as atividades recreativas podem proporcionar as crianças entre sete e doze anos de idade, que frequentam um hotel do interior de São Paulo, a partir das informações obtidas por meio de uma revisão de literatura e vivência prática, organizar o trabalho de forma que auxilie a aprendizagem motora, crescimento e desenvolvimento desta população.

Revisão de Literatura

Para Gallahue (2003, p.145) “as crianças de sete a dez anos são cheias de energia,

porém, cansam muito rápido, atividades de longa duração e alta intensidade não são recomendadas para elas”.

Segundo Papaila e Olds (2000), “podemos encontrar crianças dos sete aos doze anos com tamanhos e pesos diferentes sendo mais flexíveis que nos anos anteriores”.

Bee (1997) descreve que essa idade é pouco comum o índice doença, se compará-los com as idades anteriores, o que mais ocorre são acidentes causando fraturas ou lesões leves como cortes, hematomas, entre outros, que são comuns nessa idade onde as crianças estão descobrindo seus limites.

Gallahue (2003, p. 244) relata que “a maioria das habilidades motoras fundamentais tem potencial bem definida no início desta idade”. A habilidade específica estão em crescimento e devem ser atividades de acordo com os limites de cada criança.

Gallahue (2003, p. 253) relata que é “importante trabalhar alguns fatores com crianças da primeira idade escolar (sete a dez anos) e também no início da puberdade por volta dos dez ou onze anos, como resistência aeróbia, flexibilidade, equilíbrio, velocidade, força e resistência muscular, entre outros”.

Segundo Meinel, (1984) *uma habilidade fundamental consiste na vivacidade e flexibilidade, seguidos de acessibilidade solicitações de rendimento esportivo e o desejo de rendimento.*

É comum em criança da chamada primeira idade escolar, que vai dos 6 aos 8 anos, onde elas entram na escola e ocorrem mudanças em seu cotidiano, se identificarem por atividades desportivas, sendo as modalidades esportivas e os jogos (brincadeiras) um grande atrativo para essas crianças.

Meinel, (1984) relata que o grande aumento nas habilidades motoras, sendo bem trabalhadas no início da idade escolar, por volta dos seis ou sete anos, formam uma articulação espacial e principalmente dinâmica bem formada.

Para Meidel, (1994) “as habilidades motoras alcança, na maioria das crianças de dez a doze anos, um bom nível. Devem ser destacadas especialmente as habilidades de aprendizagem e de direção motora, bem como a destreza e a velocidade”.

Segundo Papaila e Olds, (2000, p. 455) “o mais importante no crescimento das crianças é estimular seus conhecimentos e fazer com que elas conheçam seus limites, suas opções e seus desejos, deixar a criança descobrir o mundo, é claro que sempre dando um auxílio e com limites”.

Essa idade é caracterizada pelo alto crescimento na memória e uma melhora do processamento de informações, esse fato dá-se por que as crianças em sua idade escolar têm maior capacidade de aprendizagem, pois, as atividades da escola fazem com que elas necessitem mais desta capacidade e nota-se uma diferença em relação ao processo aprendizagem, com relação

Segundo Papaila e Olds, (2000, p. 455) “o mais importante no crescimento das crianças é estimular seus conhecimentos e fazer com que elas conheçam seus limites, suas opções e seus desejos, deixar a criança descobrir o mundo, é claro que sempre dando um auxílio e com limites”.

Sobre o histórico da recreação para Guerra (1996) “merecem um grande destaque à Alemanha por implantar a recreação nas escolas e criar parques infantis, os Estados Unidos por revolucionar a recreação pública com a criação dos Palygrounds e no Brasil o Rio Grande do Sul, por implantar o projeto Recom”. O projeto Recom era um projeto que revolucionou a recreação no Brasil, é uma tenda móvel que levava para os bairros do Sul atividades como palhaços, teatro de marionetes, entre outros, que contava em realizar atividades recreativas pelos bairros ao ar livre.

“A palavra recreação vem do verbo latim recreare, que significa recrear, reproduzir, renovar” segundo Guerra (1998, p.17).

Cavallari e Zacharias (2003) citam recreação com fato, momento ou circunstância, espontânea e deliberada, que o individuo escolhe para satisfazer seus anseios de lazer.

Guerra (1998, p.17) traz também a palavra recreação como “atividades espontâneas, prazerosas e criadoras, que o individuo busca para melhor ocupar seu tempo livre”.

Para Cavallari e Zacharias (2003, p.14), “Tomando-se o tempo total de uma pessoa, extraíndo-se o tempo de trabalho e o tempo de necessidades básicas vitais, o que resta é tempo livre”.

Encontramos diversas formas e lugares para se fazer recreação: Recreação em escolas, recreação em acampamentos e acantonamentos, recreação em festas e a recreação em hotéis e o tipo de recreação que se aproxima dela é a recreação em clubes, onde profissionais, quase sempre animadores de formação, realizam atividades recreativas específicas para cada faixa etária e normalmente, em férias ou finais de semana.

Encontramos tipos distintos de hotéis como cita Cavallari e Zacharias (2003) “podemos diferenciar a recreação em hotéis de acordo com o objetivo dos hóspedes e a categoria de cada hotel”. Temos o hotel de Praia, o hotel de Campo, hotéis de Estância, e dentro de hotéis de Estância, existem os hotéis Resort, que “são hotéis voltados para atender famílias, adultos, crianças, melhor idade ou terceira idade, aos pacotes turísticos, convenções nas baixas temporadas, feriados prolongado, todos os dias do ano” segundo Vieira (1996, p.32), tendo como finalidades entreter, renovar energias, diversão e lazer.

Segundo Cavallari e Zacharias (2003), podem diferenciar os tipos de trabalho especializados em recreação utilizados pelos hotéis, quando o hotel contrata uma empresa que presta serviço ao hotel quando é necessário, normalmente nas férias e em feriados prolongados ou finais de semana. Temos também o hotel que contrata uma pessoa, o coordenador, que contratará pessoas para realizar trabalhos de acordo com a ocupação do hotel, essas pessoas são conhecidas como “free-lancers”. E encontramos hotéis, como é o caso de onde trabalho, que mantem uma ocupação elevada durante todo o ano, e necessita de uma equipe contratada pelo próprio hotel, para realizar atividades específicas, uma equipe fixa que estará todos os dias no hotel.

Cavallari e Zacharias (2003, p.59) relatam que “... é notório que as brincadeiras atingem faixas etárias mais baixas, enquanto os pequenos jogos atingem faixas etárias intermediária, e os grandes jogos são mais propicias às faixas etárias mais elevadas”.

Segundo Cavallari e Zacharias (2003, p.62) “podemos dividir atividades para crianças e para adultos, sendo ambas distintas dependendo da faixa etária”.

O hotel estudado é localizado na cidade de Atibaia, no interior do estado de São Paulo, e é um hotel resort cinco estrelas. Uma análise das características das pessoas que frequentam o hotel é importante para a boa realização do trabalho e conhecer a estrutura oferecida pelo hotel é fundamental para a elaboração de uma programação.

O hotel possui uma estrutura de lazer com seis quadras de tênis, duas quadras de vôlei de areia, um campo oficial, que clubes como Santos F.C utilizam para treinar, dois campos de futebol society, uma quadra poliesportiva, cinco piscinas, sendo uma infantil e uma climatizada e coberta, uma parede escalada, um estande de arco e flecha, uma sala de ginástica, uma sala de musculação, sala de jogos de salão, sala de jogos eletrônicos e uma sala direcionada para as crianças pequenas conhecidas como Kids Club, fora uma área de convenção com salas para até dez mil pessoas.

Começando a enfatizar as atividades direcionadas para crianças de sete a doze anos, cito Rodrigues (2003) que diz que a crianças desta idade estão em uma fase de transição,

com a chegada da idade escolar, considerado uma fase de produtividade, onde habilidades como velocidade, força, flexibilidade, resistência, entre outras, encontrasse em desenvolvimento e estimular esses aspectos estão na grade escolar e educacional em geral.

Material e método

Este estudo será baseado em conceitos e caracterizações do tema a partir de referências bibliográficas e experiências adquiridas na prática. Será um estudo de revisão de literatura, tendo em vista que uma pesquisa de campo torna-se difícil, pois, os hóspedes ficam no máximo durante cinco dias no hotel e esse espaço é insuficiente para se obter um resultado concreto.

Conclusão

Ao longo do trabalho foi possível compreender que as crianças de sete a doze anos encontram-se em período de evolução e transformação corporal, sendo essa transformação física, motora e cognitiva. Ela passa por um momento no início desta idade com uma mudança brusca em sua vida que é a entrada na escola, conhecida como idade escolar, onde varias mudanças ocorrem em seu cotidiano que podem ou não atrapalhar seu desenvolvimento ou crescimento, dependendo da forma com as crianças reagirão as mudanças e a forma que elas serão apresentadas a elas mudanças no seu dia a dia e na rotina vivida com a responsabilidade de estudar.

Já no final desta idade deparamos com o início da puberdade, fato que traz grandes mudanças principalmente físicas, mas cada individuo responde de uma maneira a essa fase e suas transformações são distintas de pessoa para pessoa e deve se ter cuidado no tratamento desta idade para não prejudicá-las

A faixa etária dos sete aos doze anos se caracteriza pelo fato das crianças estarem em total descoberta em relação ao seu corpo, aprendendo suas limitações e suas ações. As crianças possuem certas particularidades que deve ser consideradas, uma delas é que como os adultos ela necessitam de um tempo de descanso ou de entretenimento, umas das atividades que mais caracterizam esse tipo de atividade é a recreação.

A recreação surgiu na Pré historia como um modo de sobrevivência para os primitivos, que foi evoluindo de acordo com o tempo e tomando outro rumo em suas características, se tornando nos dias atuais um dos requisitos principais para uma pessoa se divertir ou se entreter com as outras, um dos principais redutos de descanso.

Há diversos lugares e formas de se obter recreação, cada lugar ou forma com suas características, bastando analisar os participantes e o objetivo de cada um para se elaborar um trabalho específico as necessidades de todos. Um dos locais onde encontramos recreação é em hotel, aonde pessoas vão a busca de descanso com entretenimento. Encontramos hotéis de varias formas e objetivos, e demos uma maior atenção a Hotel Estância e Resort, que foi utilizado para a realização do trabalho nas vivencias práticas.

Obter um resultado concreto na evolução de aspectos físicos, motores, afetivos se torna pouco complicado, pois, a permanência das crianças no hotel é por um período muito curto, cerca de quatro ou cinco dias, o que podemos auxiliar e no gosto que elas possam pegar por certas atividades como futebol, jogos de corrida, entre outros e quando saírem do hotel pode procurar fazer essas atividades mais frequentemente

Já no aspecto afetivo o ganho é muito grande, tendo em vista que todas as crianças se apegam aos recreadores com muita facilidade e o retorno para o hotel delas é quase que certo, e como vimos essa idade necessita de muito carinho e principalmente atenção,

esse fator se dá pelo fato delas permanecer muito dentro de suas casas, onde atividades de socialização são quase impossível de ser realizada. Isso ocorre por diversos motivos, insegurança dos pais, uns mundos informatizados, são as principais.

A vida considerada sedentária vivida pelas crianças pode trazer diversos malefícios em seu futuro e até mesmo no presente. Pesquisas realizadas por equipes de saúde apontam que cresce todo ano o número de crianças no Brasil e no mundo.

Referências

- EQUIPE ABC saúde, Obesidade infantil, disponível no site: < www.abcdasaude.com.br/> acesso em 07 de Agosto de 2005.
- BEE, Helen. O ciclo vital. Artmed, 1997.
- GUERRA, Marlene. Recreação e lazer. 5ª edição. Sagra de Luzzatto, 1998.
- PAPAILA, Diane E, Olds, Sally W. Desenvolvimento humano. 7ª edição. Artmed, 2000.
- MAGILL, Richard A. Aprendizagem motora: condições e aplicações, Editora Edgard Blücher Ltda, 2002.
- VALENTIM, M.O.S.V. Brincadeiras infantis: importância para o desenvolvimento neuropsicológico, disponível no site: < www.moderna.com.br/artigos/pedagogia/0019 > acesso em 06 abril 2005.
- MARCELLINO, Nelson Carvalho, Pedagogia da Animação. 6ª edição, Papyrus Editora, 2004.
- BONACHO, Maria Lucília. Psicologia das idades escolares, disponível no site < <http://paginaseducação.no.sapo.pt/breve1012.htm>> acesso 02 de agosto 2005.
- OLIVEIRA, Cecília L. de, Obesidade infantil e adolescência: Uma verdadeira epidemia, disponível no site < www.abeso.org.br> acesso em 04 de Setembro de 2005.
- MEINEL, Kurt. Motricidade II – o desenvolvimento motor do ser humano. 2º ed, Editora Ao Livro Técnico, 1984.
- GUEDES, Dartagnan Pinto, GUEDES, Joana E. R. Pinto, Crescimento e Composição corporal e desempenho motor: crianças e adolescentes. 1º ed, CLR Balieiro editores Ltda, 1997.
- DUARTE, Vladir Vieira. Administração de sistemas hoteleiros. 2º ed, Editora Senac, 1996.

Educação e Sociabilização: Uma Análise das Preferências nos Relacionamentos – Intra-grupo – de Estudantes, a partir de uma Viagem de Lazer

Temática: Escola

Leonardo Peixoto Arêas da Silva
Alexandre Luiz Gonçalves de Rezende
Universidade de Brasília – UnB
Brasília-DF, Brasil
leonardopas@gmail.com

Resumo

A Educação e o Lazer podem propiciar a sociabilização. Porém, a crise em que se encontram a escola e a família é enfatizada pelo caráter isolador das mídias. Contrapondo-se a isto, esta pesquisa analisa uma alternativa que privilegia a formação social, as viagens de formatura. O objetivo consistiu em avaliar em que medida uma viagem de excursão com metodologia própria que conjuga recreação, educação, liderança e segurança, favorece a ocorrência de processos de interação intragrupo, diversificando e modificando as preferências em relação a lazer, aventura, relacionamento e intimidade de um grupo de estudantes da mesma escola. Trata-se de uma pesquisa de campo em que utilizou-se de instrumentos de coletas de dados, quantitativos e qualitativos em uma viagem de formatura com 48 estudantes de 9º ano do Ensino Fundamental de Brasília/DF. A análise dos dados quantitativos obtidos pelos testes sociométricos demonstram mudanças nos *status* sociométricos: inicial e final. A conclusão da pesquisa aponta no sentido de uma confirmação da eficácia da referida viagem de formatura como uma atividade extraclasse que promove o exercício de sociabilização.

Palavras-chave: Educação, Sociabilização, Estudantes, Lazer.

Educação e Sociabilização: uma análise das preferências nos relacionamentos – intra-grupo – de estudantes, a partir de uma viagem de lazer

Introdução

A Educação e o Lazer podem propiciar a sociabilização. Porém, a crise em que se encontram a escola e a família é enfatizada pelo caráter isolador das mídias. Contrapondo-se a isto, esta pesquisa analisa uma alternativa que privilegia a formação social, as viagens de formatura.

Objetivo Do Estudo

Avaliar em que medida uma viagem de formatura com metodologia que conjuga recreação, educação, liderança e segurança, favorece a ocorrência de processos de interação intragrupo, diversificando e modificando as preferências em relação a lazer, aventura, relacionamento e intimidade de estudantes de uma mesma escola.

Revisão De Literatura

A pesquisa partiu do pressuposto de que há uma crise no contexto educacional em especial de duas instituições educacionais: escola e família, como preconizado por Betti (1994). Crise esta acentuada pelo papel central das mídias na formação cultural dos adolescentes enfatizados nos Parâmetros Curriculares Nacionais (1998), sobretudo nas questões da formação social, em especial, nos relacionamentos e no desenvolvimento de habilidades sociais que são fatores fundamentais para a sociabilização, foco deste trabalho.

A sociabilização como sendo a disposição pessoal de se aproximar de outros para conviver e trocar experiências fruto de um processo de desenvolvimento das habilidades necessárias para participar ativamente de um grupo social, foi um conceito cunhado a partir da definição do dicionário Aurélio – a ação ou ato de sociabilizar-se – aliado ao conceito de socialização – o processo pelo qual o indivíduo aprende a participar de uma sociedade e cultura específicas, e então a compor um ser humano genuinamente social e cultural, portanto, há influência do contexto sobre o indivíduo que dita as normas de comportamento e atitudes, aceitáveis e proibidas segundo Edgar e Sedgwick (2003:310) e Jahoda (1996:710).

Outro pressuposto com base em Mascarenhas (2004) trata da relação: Educação e Lazer. Este, compreendido como um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, para repousar, divertir-se, recrear-se, entreter-se, ou desenvolver sua informação/formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora, como um fenômeno gerado historicamente e do qual emergem valores questionadores da sociedade e que sofre influências da estrutura social vigente, segundo uma conjugação dos conceitos de Dumazedier (1976) e Marcellino (1987). A Educação Física pode mediar essa relação se entendida como uma área situada no campo da intervenção social com vistas à formação integral a partir de um perfil de homem ditado pelo pensamento pedagógico vigente.

A pesquisa foi realizada na viagem “Sampa-Sul” cuja programação foi elaborada por dois professores de Educação Física de Brasília/DF e era oferecida aos alunos do 9º ano do Ensino Fundamental em escolas públicas e privadas desde 1996 com média de 500 alunos. A metodologia é denominada ‘RELP’ – sigla composta das iniciais de Recreadores, Educadores, Líderes e Protetores – e consiste no planejamento, organização e execução de atividades de lazer em viagens de turismo como uma

atividade extraclasse que visa dentre outros objetivos, a sociabilização.

Material E Método

Técnicas e instrumentos característicos de pesquisas quantitativas e qualitativas foram utilizados para registrar aspectos do comportamento do grupo.

Para se definir o *status* sociométrico, utilizou-se o **Teste Sociométrico** segundo Alves (1974) e Bastin (1966) foi aplicado em dois momentos da viagem, no início e ao final. Os resultados são apresentados de forma comparativa entre esses dois momentos. Houve duas adaptações em relação ao padrão sugerido pelos autores: (1) não se perguntou acerca das rejeições; (2) na primeira pergunta foi solicitado a indicação de 5 pessoas.

Utilizou-se os **Incidentes Críticos** como complementar, para uma avaliação de relações socioafetivas, atitudes e traços de personalidade a partir das percepções sobre os pontos negativos ou positivos no sentido de aumentar o conhecimento sobre os sujeitos, indicando, assim, o nível de satisfação pessoal.

A **Observação Participante** foi utilizada com o objetivo de coletar dados qualitativos e complementares que serão utilizados em trabalhos posteriores.

A viagem ocorreu entre 7 a 14 de outubro de 2007 e teve como percurso Brasília/DF-Balneário Camboriú/SC, com uma pernoite na ida e duas na volta na cidade de Campinas/SP. O despertar ocorria por volta das 6h e o descanso próximo às 24h. As atividades exigiram esforço físico, mental e emocional do grupo, que participaram brincadeiras, jogos, em terra ou n'água, brinquedos radicais e deslocamentos a pé ou em ônibus o que ensejou considerável consumo calórico. O descanso deu-se, principalmente, nos hotéis quando da chegada das atividades noturnas. E as principais refeições eram realizadas em grupo em torno das 7h, o café da manhã, 13h, o almoço e 19h, o jantar.

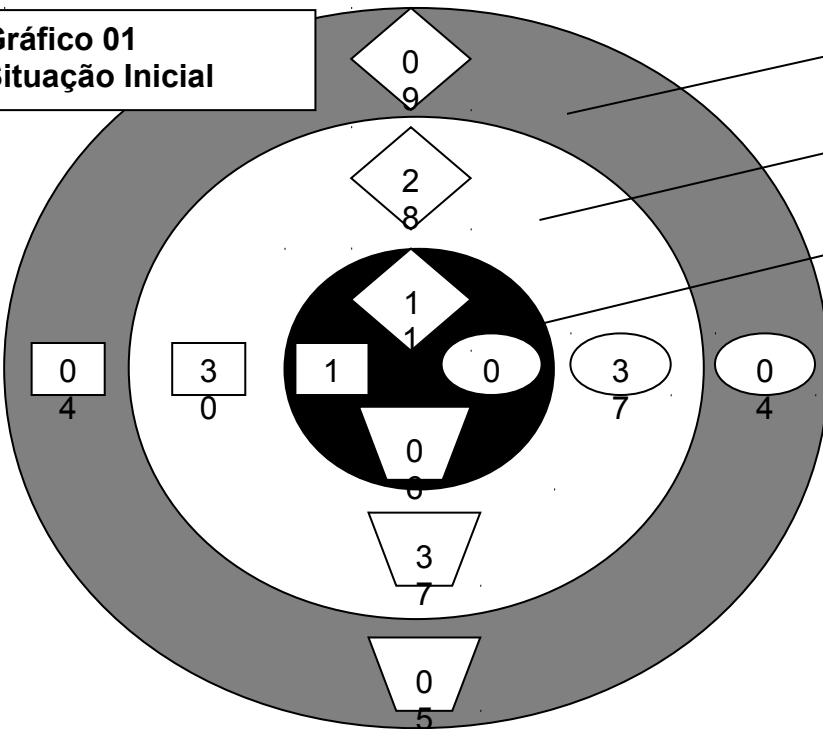
Para a pesquisa, a viagem foi dividida em três etapas: **I** – aplicação do Teste Sociométrico, ao final do 1º dia de viagem, totalizando 27'23"; **II** – aplicação de outro Teste Sociométrico, ao final do 7º dia de viagem, totalizando 9'14"; **III** – aplicação do questionário de Incidentes Críticos no último trecho da viagem, totalizando 12'38".

Em todas as etapas os procedimentos foram rigorosamente os mesmos. O pesquisador explicou a técnica, distribuiu o material – pranchetas, canetas e os formulários. Cada sujeito que finalizava suas respostas depositava-as em um envelope, colocava o restante do material em uma mesa e saía do ambiente do teste. Ao final os envelopes foram lacrados com fita adesiva.

A amostra foi composta de 48 estudantes do 9º ano do Ensino Fundamental de duas turmas (A e B) do turno matutino de uma escola particular de Brasília com idades entre 13 e 15 anos sendo 28 meninas e 20 meninos. O grupo participou unido em todos os momentos da viagem separando-se apenas na hora de dormir em que foram divididos em subgrupos de 2 a 4 pessoas.

Resultados

Gráfico 01
Situação Inicial



Camada composta dos sujeitos em situação de "isolamento"

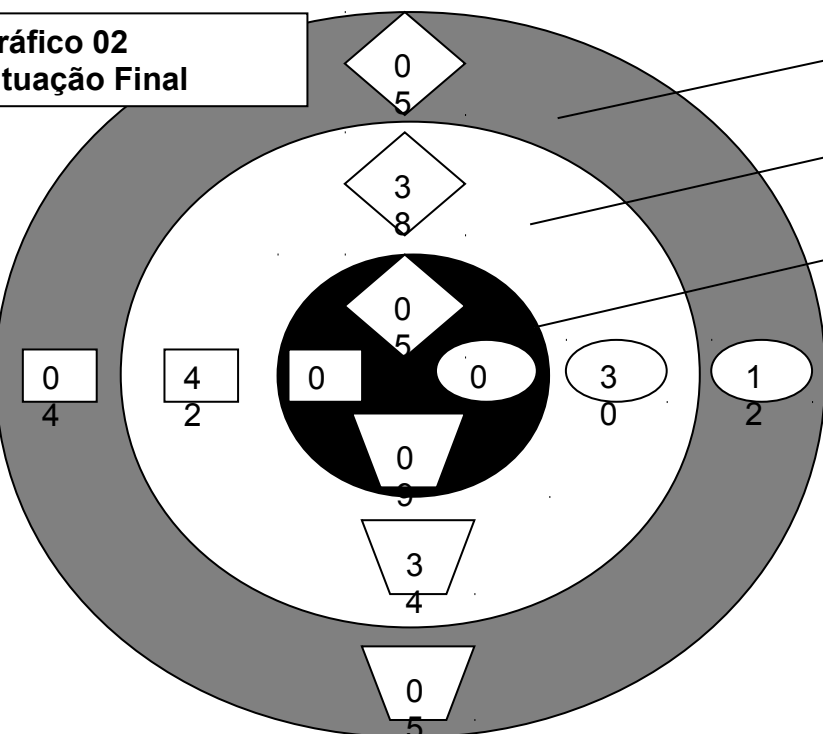
Camada composta dos sujeitos com intermediária entre o "isolamento" e o "estrelismo"

Camada composta dos sujeitos em situação de "estrelismo"

Legenda

- Resultados da 1ª questão acerca das preferências de lazer
- Resultados da 2ª questão acerca das preferências de aventura
- Resultados da 3ª questão acerca das preferências de relacionamento afetivo
- Resultados da 4ª questão acerca das preferências de intimidade

Gráfico 02
Situação Final



Camada composta dos sujeitos em situação de "isolamento"

Camada composta dos sujeitos com intermediária entre o "isolamento" e o "estrelismo"

Camada composta dos sujeitos em situação de "estrelismo"

Legenda

- Resultados da 1ª questão acerca das preferências de lazer
- Resultados da 2ª questão acerca das preferências de aventura
- Resultados da 3ª questão acerca das preferências de relacionamento afetivo
- Resultados da 4ª questão acerca das preferências de intimidade

Discussão

Os sujeitos foram numerados de forma aleatória e as respostas dos questionários foram tabuladas em planilhas eletrônicas (Excel 2007), que permitiram a criação da sociomatriz, dos sociogramas iniciais e finais e de outras tabelas de comparação e de reciprocidade.

Ao restringir o questionário às preferências, os resultados permitem determinar as preferências recíprocas, que indicam relações de afinidade, simpatia e amizade, como também, de forma indireta, as relações de indiferença, expressa por aqueles que foram pouco escolhidos, não significa, porém, rejeição.

Os dados de cada questão foram divididos em três camadas. A camada mais externa do gráfico, ou a borda, indica as pessoas que estão na condição de isolamento, ou seja, sujeitos com poucas escolhas, e não participam ativamente das redes sociais de comunicação criadas dentro do grupo.

A camada intermediária do gráfico reúne as pessoas que estão em diversas situações. Alguns podem atuar como ponte, pois estão inseridos em dois ou mais grupos e podem servir de elo de ligação entre eles. Outras estão em grupos fechados, com escolhas recíprocas, as chamadas “panelinhas”.

A camada mais interna do gráfico, ou núcleo indica as pessoas que são estrelas ou as mais populares do grupo.

As hipóteses de estudo, quando afirmam que a participação na viagem fomenta as interações sociais no grupo, sugerem que as camadas internas e externas diminuam, ao passo que a intermediária aumenta, indicando que foi possível combater o isolamento e o estrelismo.

Outro item a ser comprovado é a diminuição da reciprocidade, pois indica o combate às panelinhas. A diversificação das escolhas iniciais é uma evidência clara de que as pessoas tiveram oportunidade para se conhecerem e construir novos laços sociais.

Em relação à **primeira questão** acerca das escolhas de companhia para realizar a mesma viagem novamente, indicando a preferência em relação a uma atividade de lazer, enquanto na situação inicial, a camada externa tinha 9 pessoas isoladas, na situação final esse número diminuiu para 5, assim como, a camada interna, que na situação inicial era composta por 11 pessoas populares, diminuiu para 5. Esses dados indicam a diminuição do isolamento e do “estrelismo”, por assim dizer.

Deve-se destacar, porém, que não houve uma movimentação das pessoas que estavam na camada intermediária para a borda ou para o núcleo, de forma que, se alguns isolados se integraram e se algumas “estrelas” perderam destaque, não tivemos nenhum caso de alguém que tenha se tornado isolado ou “estrela” no decorrer da viagem.

O indivíduo mais popular no início era o número 28, que perdeu o lugar para os indivíduos 6 e 43. No outro extremo, do isolamento, não foram observadas mudanças significativas.

No caso da **segunda questão** relativa às escolhas de companhia para ir ao brinquedo mais alto do parque de diversões conhecido por “*Big Tower*” - torre com 100 metros de altura que cai em queda livre, indicando uma preferência para atividades de aventura, não se repete a diminuição do isolamento, muito pelo contrário, se no início 4 pessoas estavam isoladas, no final da excursão o número de isolados aumentou para 12.

Em relação ao núcleo do gráfico, não se observa uma alteração entre os mais populares, inclusive mantendo a preferência pelo número 13. Quando se compara com a questão anterior, verifica-se que o número 13 também estava entre os populares, mas que não figurava como o mais popular, nem no início nem ao final, sugerindo que ele

realmente tem alguma característica especial que atrai a atenção dos demais quando se trata de uma situação de risco.

Educação e Sociabilização: Uma Análise das Preferências nos Relacionamentos – Intra-grupo – de Estudantes, a partir de uma Viagem de Lazer. Acredita-se que a explicação para uma aparente controvérsia entre os dados esteja na natureza da atividade. Sendo assim, a partir do momento em que conheço melhor as pessoas tenho mais condições para escolher a pessoa mais adequada para se viver uma aventura, ou seja, aquela que transmite mais segurança e confiabilidade.

Em relação à **terceira questão** que versava acerca das escolhas de companhia para entrar no “banho de espuma” de uma boate, indicando a preferência de um possível relacionamento afetivo, observa-se pela primeira vez, uma movimentação de pessoas inicialmente na camada intermediária que passam a ficar isoladas ou mais populares, como é o caso dos números 17 e 22, que se isolam, e dos números 6, 10, 13, 23 e 46, que aparecem como “estrelas” no final.

Logo, se considerarmos que os critérios para a escolha inicial eram principalmente ligados à aparência física, podemos dizer que a excursão possibilitou uma aproximação entre os adolescentes, despertando o interesse por pessoas que inicialmente não eram tidas como atraentes, como também diminuindo o interesse por outras que apesar de atraentes, não demonstraram outras qualidades.

O aumento de pessoas indicadas como mais populares surpreende, assim como que o mais popular perde um pouco do destaque. O movimento dentro da camada intermediária também é acentuado e se dá no mesmo sentido, de algumas pessoas terem se tornado mais atraentes, pois se observa um maior número de escolhas.

Essa questão, apesar de significativa, analisa um aspecto muito específico, não guardando uma proximidade com nenhuma das outras questões.

Por último, temos a **quarta questão** que solicita a indicação das pessoas do mesmo gênero para ficar dormindo no mesmo quarto indicando a preferência para uma situação de intimidade. Essa questão indica uma manutenção do mesmo quadro de isolamento, que tanto na situação inicial como na final teve 4 pessoas indicadas, mas, por outro lado, uma grande modificação entre os populares, que inicialmente reunia 14 pessoas e passou para apenas 2.

Quando se analisa quem eram os isolados, observa-se também uma grande movimentação, pois apenas um coincide na situação inicial e final. Sendo assim, 3 pessoas deixaram de ser escolhidas e outras 3 que não eram passaram a ser. Como a convivência no quarto pode gerar alguns atritos ou incompatibilidades, é normal que ocorram modificações.

No cruzamento das informações das quatro questões, é possível identificar as pessoas que figuraram como isoladas, independente do tema, que é o caso dos números 22, 35, 40 e 44, como também, das pessoas que foram as mais populares, independente do tema, 43, 13, 28 e 6. Destes três são do sexo feminino. Daqueles dois são de cada sexo havendo um equilíbrio de gênero.

Conclusão

Pelos dados analisados conclui-se que em termos quantitativos houve mudança no *status* sociométrico do grupo, demonstrando que, no caso das preferências relacionadas com o lazer, a excursão contribuiu para diminuir tanto o isolamento como o “estrelismo”.

No caso da preferência relacionada com atividades de aventura, acredita-se que a natureza da atividade influenciou diretamente na resposta, de forma que as pessoas,

após se conhecerem melhor, tornam-se mais restritivas na escolha de quem deve acompanhá-la em uma situação de estresse.

A preferência quando ao relacionamento afetivo destaca como as pessoas se tornaram mais atraentes, passando a chamar a atenção das outras em função da convivência. Se os critérios iniciais estavam mais relacionados com a aparência física, ao final era possível escolher as pessoas que realmente eram consideradas como uma melhor companhia.

A preferência em relação à intimidade mostra que as pessoas ficam mais restritivas e exigentes depois que se conhecem melhor, até mesmo porque a convivência pode gerar alguns desentendimentos.

A despeito dos comentários feitos até então, além da análise do *status* sociométrico, deve-se empreender paralelamente uma análise qualitativa, que será viabilizada mediante a análise dos dados provenientes de outras duas técnicas utilizadas na pesquisa – Incidentes Críticos e Observação Participante. Porém, pelo exposto já se pode observar que houve muita movimentação na e entre as camadas, que sugere que qualitativamente os dados deverão confirmar a eficácia desta viagem em relação ao objetivo de promover a sociabilização de seus componentes.

Portanto, a viagem “Sampa-Sul” se mostrou uma boa oportunidade de sociabilização para o grupo analisado. A ampliação deste estudo para outros grupos em outras viagens pode contribuir para uma afirmação deste tipo extraclasse como opção eficiente para promoção da sociabilização em escolares nesta faixa etária.

Referências Bibliográficas

- ALVES, D. J. *O Teste Sociométrico, sociogramas*. Porto Alegre, RS. Ed. Globo, 1974.
- BASTIN, G. *As técnicas sociométricas*. Lisboa, Portugal Ed. Moraes, 1966.
- BETTI, M. *A janela de vidro: esporte, televisão e educação física*. São Paulo, SP. Ed. Hacker, 2001.
- BRASIL. Ministério da Educação. *Parâmetros Curriculares Nacionais Terceiro e Quarto Ciclos do Ensino Fundamental – Educação Física – Brasília 1998*.
- EDGAR, A. & SEDGWICK, P. (orgs.), *Teoria Cultural de A a Z: conceitos-chave para entender o mundo contemporâneo*. São Paulo, SP. Ed. Contexto, 2003.
- FERREIRA, A.B.H. *Novo Dicionário Aurélio*. Rio de Janeiro, RJ. Ed. Nova Fronteira, 1975.
- GOMES, C. L.(orgs.), *Dicionário Crítico do Lazer*. Belo Horizonte, MG. Ed. Autêntica, 2004.
- JAHODA, M. *Dicionário do pensamento social do Século XX*. Rio de Janeiro, RJ. Ed. Jorge Zahar, 1996.
- MASCARENHAS, F., *Lazer como prática da liberdade*. Goiânia, GO. Ed. UFG, 2004.
- MARCELLINO, N. C. *A sala de aula como espaço para o “jogo do saber” in*
- MORAIS, R. (org.) *Sala de Aula: Que espaço é esse?*. Campinas, SP. Ed. Papirus, 1991, p. 59-60.
- MARCELLINO, N. C. *Estudos do Lazer uma Introdução*. Campinas, SP. Ed. Autores Associados, 1996.
- MARCELLINO, N. C. *Lazer e Educação*. Campinas, SP. Ed. Papirus, 1987.

“Adaptação Esportiva” ou re-significação das práticas esportivas na escola: como superar os obstáculos culturais e incluir os(as) menos habilidosos(as)?

Temática: Escola

Paula Viviane Chiés
Centro Universitário Euro-Americano - UNIEURO
Brasília, DF, Brasil
paulachies@hotmail.com

Resumo

A escola é um universo com uma linguagem e significados próprios, por isso quando discutimos a prática esportiva escolar devemos ressaltar a ideia do "esporte da escola" e não a escola submissa aos interesses da instituição esportiva (BRACHT, 1987; VAGO, 1996). Baseado nessa perspectiva, o estudo visa a conduzir uma discussão acerca da ideia de um método de ensino para a vigência do "esporte da escola", especificamente discutindo propostas de adaptação de modalidades esportivas pouco difundidas no Brasil: o futebol americano, o *badminton*, o beisebol, o atletismo, esportes radicais, etc., como conteúdos a serem trabalhados na Educação Física escolar. As experiências proporcionadas por essas práticas esportivas diferenciadas de nossa cultura são essenciais para pensarmos como as modalidades esportivas comuns em nosso país como o futebol, o basquete, o handebol e o voleibol vêm sendo trabalhadas nas escolas, assim como essas modalidades esportivas culturalmente disseminadas no Brasil encontram-se sob o controle de valores e interesses mercadológicos, e isso impõe a todos nós uma limitação. Desse modo, o Esporte deve ser algo palpável, atingível para todos e não algo sem expressão e significado além do consumismo inerente aos meios de expressão e comunicação de massa. Mas para que o Esporte transcenda a perspectiva do “mais forte e do mais veloz”, ou mesmo, se desvincule da massificação que o caráter de rendimento, de espetáculo esportivo lhe concebe é preciso adequá-lo ao ambiente escolar.

Palavras-chave: Esporte; Escola; Método de Ensino; Inclusão.

“Adaptação Esportiva” ou re-significação das práticas esportivas na escola: como superar os obstáculos culturais e incluir os (as) menos habilidosos (as)?

Introdução

A finalidade da proposta didático-pedagógica chamada “adaptação esportiva” defendida neste texto é superar duplamente o modelo tradicional de prática esportiva escolar. Para isso, embasa-se em perspectivas trazidas pela proposta de Kunz (2003) em transformação didático-pedagógica, assim como no teor das reflexões promovidas na equidade e formação emancipatória dos alunos.

A proposta “Adaptação Esportiva” conjuntamente trabalha com a busca do conhecimento e implantação de modalidades esportivas pouco divulgadas no Brasil como o futebol americano, o *badminton*, o beisebol, etc. Essas práticas são pensadas dentro de uma transformação dos objetivos do Esporte rendimento para o esporte escolar. Assim não se ressalta mais a seleção e a *performance*, mas vários meios de incluir o aluno como construtor de uma nova prática que ele mesmo participa desde a primeira pesquisa e estudo do conteúdo a ser trabalhado até a elaboração conjunta da proposta de desenvolvimento nas aulas de Educação Física.

Essa proposta, em termos metodológicos, trabalha com referenciais teóricos não somente que discutem a ideia da transformação didático-pedagógica do esporte explorada por Kunz (2003), como também a “concepção de aulas abertas” que concebe a história de vida e a participação direta do aluno como norteadores dos objetivos e direcionamento a serem alcançados (CARDOSO, 2003).

A proposta interessa-se especificamente pela identificação, seleção e trabalho com modalidades esportivas pouco difundidas no Brasil por acreditar que a criação de jogos e brincadeiras com características dessas práticas evita a preconceção de atividades definidas por sexismo, ou mesmo, pela discriminação dos melhores e piores jogadores. Esse é o caso de jogos derivados do futebol ou de outra prática comum em nosso país e, no caso, estereotipada como masculina. Por mais que jogos adaptados dessa modalidade promovam a participação dos mais e menos habilidosos (sejam eles definidos ou não por questões de gênero), de maneira conjunta, ainda permanece a dificuldade de inserção dos menos habilidosos. Essa dificuldade está, até mesmo, no que Andrade e Deivide (2006) chamaram de “auto-exclusão” que se remete ao afastamento natural de práticas físicas que trazem experiências anteriores negativas, de exclusão e constrangimento pela falta de habilidade.

Objetivos do estudo:

Nessa perspectiva de explorar novos valores à prática esportiva, o objetivo principal desta proposta é pensar o Esporte como parte da cultura corporal da qual o(a) aluno(a) deve conhecer e usufruir como um fator que lhe conduz à formação como cidadão, ou seja, indivíduo com capacidade de reflexão e emancipação frente a seu contexto social. A partir dessa perspectiva, o estudo buscou trazer uma nova proposta de orientação ao desenvolvimento das práticas esportivas na escola, portanto, a “adaptação esportiva” é um método de ensino que trabalha com a cultura esportiva diversificada do popular no país, ampliando as possibilidades de conteúdos e organizações pedagógicas no contexto escolar.

Método de Estudo: revisão bibliográfica e análise interpretativa

Foi desenvolvida uma revisão bibliográfica das principais obras e linhas de pensamento na área de Educação Física que discutem as práticas esportivas no contexto escolar e não-escolar. Em posse desses dados bibliográficos o estudo desenvolveu análises interpretativas que organizaram um conjunto de argumentos para a criação de um novo método de ensino das práticas esportivas na escola.

Discussão dos Resultados e Pontos Conclusivos

A “Adaptação Esportiva” lida com a ideia de que as experiências com jogos de características das modalidades esportivas pouco difundidas no Brasil aparecem como “limpas” ou isentas de qualquer associação com determinados grupos considerados mais ou menos habilidosos. Esse pode ser um potencial positivo para o trabalho com a orientação metodológica de aula proposta neste texto.

O modelo esquemático exposto a seguir buscou uma representação visual dos elementos que compõem a construção da proposta sugerida como “Adaptação Esportiva”. Nesse caso não devemos deixar de refletir acerca dos meios e objetivos que percorrem a “adequação do ambiente” para as novas práticas, adaptadas às características e interesses dos discentes envolvidos no processo ensino-aprendizagem.

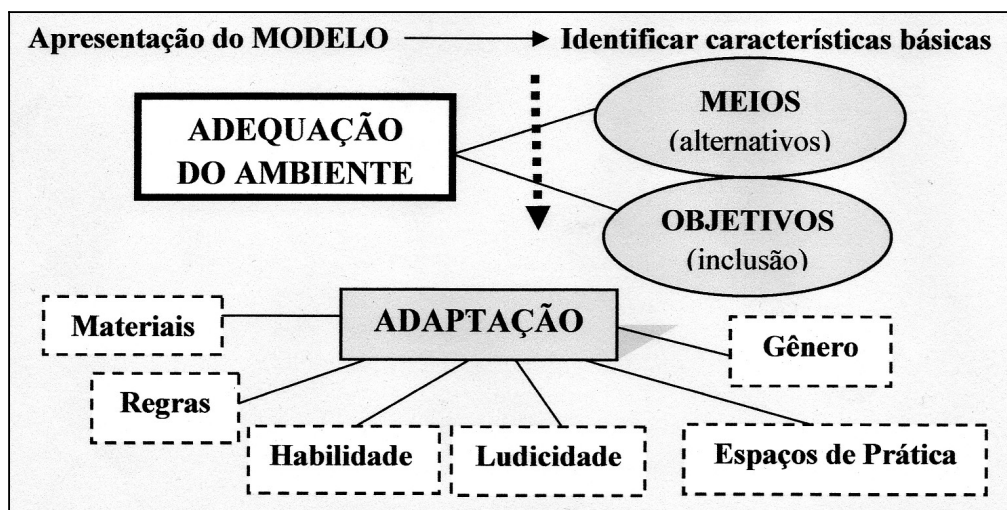


Ilustração 1: Modelo Esquemático do Processo de “Adaptação Esportiva”.

Como a proposta envolve conhecer modalidades esportivas pouco expressivas no contexto de práticas esportivas brasileiro, a apresentação de seu modelo é importante para a visualização completa de possibilidades de trabalho através das adaptações no espaço escolar. A apresentação do modelo indica o estudo da organização geral da prática da modalidade, suas regras principais, as funções dos jogadores, as estratégias de jogadas e assim por diante.

A apresentação do modelo esportivo não necessita de aprofundamento, o objetivo é ter uma base para conseguirmos demarcar as adaptações fundamentais a serem realizadas e identificar as características básicas a serem demonstradas na prática esportiva da escola. Essa fase no método de ensino referente à “adaptação esportiva” deve ser em todos os seus passos discutida com os alunos. Após a apresentação do modelo, os alunos podem se posicionar acerca do que eles reconhecem como familiar, elementos que eles gostariam de manter na nova prática da modalidade e outros que podem ser modificados para atender melhor aos objetivos de experiências lúdicas e

recreativas.

A atividade deve ser organizada a partir da elaboração de um mínimo de regras que permita a realização da atividade e assim como a estruturação de um espaço que não tenha como pressuposto os equipamentos oficiais, mas a construção de materiais e/ou a adoção de materiais alternativos como, por exemplo, raquetes de plástico podem ser utilizadas na adaptação do tênis, bolas de borracha podem ser usadas para a habilidade “rebater” no beisebol adaptado, etc.

O processo de discussão com os alunos em relação aos passos que envolvem a adaptação segue a ideia de que esses devem se perceber como capazes de atuarem na formulação de um jogo. Nessa linha, os discentes tornam-se participantes críticos desse processo e não apenas consumidores de um jogo institucionalizado. Essa prática construída passa a expressar relações diretas e concretas com o seu cotidiano, e com meios de obtenção de uma vida saudável.

Para discutirmos as possibilidades de adaptação dessas “modalidades esportivas alternativas” vamos trabalhar com alguns exemplos que já foram desenvolvidos ou implantados como propostas de aula. No primeiro caso vamos discutir a transposição do futebol americano a um jogo adaptado chamado *Flag* para a Educação Física escolar.

No caso da adaptação do futebol americano ao contexto esportivo da escola, o *Flag* vem sendo utilizado em São Paulo. O futebol americano possui características diferenciadas daquelas encontradas nas modalidades mais comuns da cultura esportiva brasileira. Ele compõe-se de jogadas estratégicas e conquista de território o que lhe confere certa demarcação e tempos estanques ou descontínuos, o que não é comum nas modalidades esportivas do Brasil, a não ser pelo voleibol que também tem as pontuações definidas por pontos e *sets*. No caso do *Flag* a adaptação desenvolvida busca manter essas características inerentes ao futebol americano e amenizar o contato físico que inviabilizaria qualquer tentativa de implantação dessa modalidade nas aulas de Educação Física no ambiente escolar.

Para amenizar o contato físico foram adotadas fitas postas na cintura, assim a retirada da fita pelo adversário corresponde à conquista da bola, não sendo necessário derrubar ou imobilizar o jogador para finalizar a jogada do adversário. Como o *Flag* compõe a “Associação Brasileira de Futebol Americano e *Flag*” foram produzidos diferentes equipamentos oficiais para a prática da nova modalidade, mas nada impede que essa seja desenvolvida na escola com fitas comuns feitas de pano e presas à roupa. A bola não precisa ser a oficial de futebol americano pode ser qualquer bola como a de handebol que pela sua dimensão favorece o arremesso e recepção nas jogadas, inclusive a demarcação de *jardas* pertinente ao futebol americano pode ser substituída pelas demarcações de uma quadra poliesportiva comum ou mesmo em um pátio ou terreno para as aulas. Basta que seja demarcado um espaço na quadra para cada equipe, se o interesse for manter a “conquista de território” característica pertinente ao futebol americano.

Nesse tipo de prática, como em qualquer outra prática esportiva, deve-se ressaltar as diferentes possibilidades de sucesso que os alunos podem alcançar não sendo necessariamente o caso de pontuação, mas de lidar com a superação de obstáculos adequados no decorrer da atividade. Nesse aspecto é primordial a atuação do professor, portanto podemos alterar em cada fase do jogo, alguma forma de pontuar, mudar a função de cada jogador, enfatizar não somente a posição de atacantes, mas a importância de jogadas defensivas, etc., enfim, a adaptação além de mudar os materiais, espaços e objetivos das aulas, deve se pautar pela mudança de postura pedagógica. Por que não

vibrar com os alunos quando esses conseguem aplicar diferentes maneiras de atuarem no jogo, de se relacionarem enquanto mediadores da prática, construtores de as distintas possibilidades que podem expressar?.

Para que o aluno perceba as possibilidades de prática que cada modalidade apresenta é necessário uma flexibilidade na própria intervenção do professor. Dessa forma, o professor deve inicialmente realizar um jogo adaptado e analisar o envolvimento do grupo discente. A intercalação das experiências de prática com momentos de discussão guiados pelo professor, por exemplo, indagando aos discentes o que acharam da atividade?, como podemos mudá-la?, o que essa mudança pode trazer ao nosso jogo?, etc. Essa flexibilidade na intervenção pedagógica é fundamental na proposta da “adaptação esportiva”.

Se os alunos conseguem absorver esse universo de possibilidades de prática que o Esporte oferece, essa expressão torna-se um elemento inerente as suas próprias formas de atuarem no cotidiano. Isso pode ser um indicador que essas experiências devem permanecer e perdurarem como novas possibilidades de prática esportiva. Como experiências positivas e inseridas em seu cotidiano, as práticas esportivas concretizam-se como meios de adesão contínua (da adolescência à fase adulta) à prática de atividades físicas.

Referências

- ANDRADE, E. B. de; DEVIDE, F. P. Auto-exclusão nas aulas mistas de Educação Física escolar: representações de alunas do ensino médio sob enfoque de gênero. FIEP Bulletin, Foz do Iguaçu, v. 76, p. 318-321, 2006.
- BRACHT, V. A criança que pratica esporte respeita as regras do jogo... capitalista. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, São Paulo, v. 7, n. 2, p. 62-68, 1986.
- CARDOSO, C. I. Concepção de aulas abertas. In: KUNZ, E. (Org.) Didática da educação física 1. Ijuí: Unijuí, 2003, cap. 4, p.121-158.
- KUNZ, E. (Org.). Didática da educação física 1. Ijuí: Unijuí, 2003.
- VAGO, T. M. O "esporte na escola" e o "esporte da escola": da negação radical para uma relação de tensão permanente. Movimento, Porto Alegre, ano III, n.5, 1996, p.04-17.

Relação entre a percepção dos docentes e dos alunos formandos em Educação Física acerca de sua qualificação para a entrada no mercado de trabalho

Temática: Formação Acadêmica e Atuação Profissional

André Gomes Pontes
Paulo Henrique Azevêdo
Universidade de Brasília – Faculdade de Educação Física
Brasília, DF, Brasil
agomespontes@gmail.com

Resumo

Na área da educação física, para adquirir experiência fora do espaço acadêmico, os alunos geralmente procuram estágios em instituições privadas. Não se sabe se a qualificação profissional do graduando de Educação Física para entrar no mercado de trabalho é em função da melhora das condições no âmbito acadêmico, e, por isso, faz-se necessário avaliar quão preparados esses indivíduos estão, e quanto dessa preparação deve-se ao currículo da graduação de educação física.

Palavras-chave: Educação Física, Gestão de Ensino Superior, Mercado de trabalho

Relação entre a percepção dos docentes e dos alunos formandos em Educação Física acerca de sua qualificação para a entrada no mercado de trabalho

Introdução

A formação acadêmica em Educação Física, no Brasil, tem se caracterizado por uma evolução acentuada, acompanhada por um significativo incremento na produção científica nesta área que, até alguns anos atrás não apresentava perspectivas de melhora neste quadro. Betti (1991) relata que a partir de 1982 a Educação Física passou a obter resultados significativos no campo científico, com o aumento no número de periódicos da área, realizações de congressos, simpósios e cursos de especialização.

Atualmente observa-se também um alto nível de qualificação do corpo docente nas diversas instituições e motivação na atuação, tanto no ensino, como pode ser verificado pelo aumento do número de doutores entre 1998 e 2004 na Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília, passando de 2 para 16 (AZEVEDO 2004), tanto como na pesquisa e na extensão universitária, o que tem conduzido a resultados de destaque, inclusive quando comparado com os observados em outros cursos. Exemplo disso é o desempenho obtido pelo mesmo curso de Educação Física, da Universidade de Brasília, que foi o único da Região Centro-Oeste (englobando-se aí todas as demais áreas do conhecimento) a alcançar nota cinco no Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes (Enade), em 2008.

A despeito dessa excelente atuação no âmbito acadêmico, o que se questiona é se, de um lado, as condições para a formação na área de atuação estão cada vez mais promissoras, qual a contribuição efetiva que as instituições de ensino superior dão aos seus graduandos – a maioria recentemente saída da adolescência – na qualificação para a entrada e boa atuação no mercado de trabalho, que é para onde irá toda essa massa oriunda do ensino superior.

Assim, esta pesquisa buscará analisar, na percepção de graduando e do corpo docente, qual o nível de preparação oferecido pelo curso de Educação Física da Universidade de Brasília, para o desempenho do profissional no ambiente de trabalho desta área de atuação.

Materiais e Métodos

Foi realizada uma pesquisa descritiva, segundo definição de Gil (1991), já que estabelece uma relação entre variáveis, sem contudo alterá-las, através de um questionário fechado. Participaram da pesquisa 32 alunos, 18 homens e 13 mulheres, com um não respondente, com idade média de 22,55 anos, e 24 professores, 18 homens e 6 mulheres, com média de 49,78 anos.

Resultados e discussão

Na Tabela 1 encontram-se os dados sobre o que os alunos e os docentes consideram mais importante durante a graduação, com relação a quantidade de aulas teóricas e práticas, para a futura atuação profissional dos discentes.

Tabela 1

O que você considerou mais importante para sua futura atuação profissional?	%	
	Professores	% Alunos
Muito mais aulas práticas do que aulas teóricas	0,00	6,25
Mais aulas práticas do que aulas teóricas	4,00	21,87
Muito mais aulas teóricas do que aulas práticas	0,00	0,00
Mais aulas teóricas do que aulas práticas	12,50	15,62
Mesma quantidade de aulas teóricas e aulas práticas	50,00	40,62
Outra resposta. Qual?	33,30	15,62

As opiniões acerca dessa questão equilibram-se na resposta de que deve haver a mesma quantidade de aulas teóricas e aulas práticas, tanto por professores (50,00%) quando por alunos (40,62%). Porém, pode-se observar ainda, mesmo que não tão significativa, que cerca de 28,12% dos alunos consideraram que mais ou muito mais aulas práticas foram o fator mais importante para a futura atuação profissional, enquanto apenas 4% dos professores escolheram esta resposta.

No que se refere a opinião dos respondentes sobre a base teórico-prática do curso de graduação em Educação Física da UnB, as respostas também são equilibradas, como mostrado na Tabela 2, sendo que cerca de 61% dos professores e 67% dos alunos concordam que o curso oferece uma boa ou uma excelente base teórico-prática. Esse resultado possivelmente reflete a avaliação do ENADE 2008, em que o curso de Educação Física foi o único da Universidade de Brasília a receber a nota máxima.

Tabela 2

Você concorda que o curso de Educação Física da UnB oferece:	%	
	Professores	% Alunos
Uma excelente base teórico-prática	16,66	6,45
Uma boa base teórico-prática	45,83	61,29
Uma razoável base teórico-prática	25,00	32,25
Uma ruim base teórico-prática	4,16	0,00
Uma péssima base teórico-prática	0,00	0,00
Outra resposta. Qual?	8,33	0,00

Sobre o que seria mais importante para obter sucesso no mercado de trabalho após a conclusão do curso, os respondentes puderam escolher até três opções, enumerando-as conforme a ordem de importância. Pode-se perceber que nesta questão, houve algumas diferenças significantes nas opiniões de professores e alunos, mostradas nas Tabelas 3 e 4:

Tabela 3 - Alunos

3. O que você entende ser mais importante para obter sucesso na profissão?	% 1º	% 2º	% 3º	% Geral
Ter contatos profissionais (conhecer pessoas influentes da área)	25,00	3,12	21,87	16,66
Ser formado por uma instituição muito reconhecida pela sociedade	3,12	15,62	3,12	7,29
Saber lidar com as pessoas	21,87	12,50	18,75	17,70
Saber liderar as pessoas	6,25	3,12	3,12	4,16
Conhecimentos práticos sobre a profissão	9,37	21,87	9,37	13,54
Ter realizado estágios durante a realização do curso superior	12,50	9,37	12,50	11,45
Participações extracurriculares (congressos, seminário e outros eventos técnicos e científicos)	0,00	12,50	18,75	10,41
Conhecimentos teóricos sobre a profissão (investir em seus estudos durante o curso superior)	18,75	21,87	12,50	17,70
Outra resposta. Qual?	3,12	0,00	0,00	1,04
Não sei	0,00	0,00	0,00	0,00

Tabela 4 - Professores

3. O que você entende ser mais importante para o futuro Profissional de Educação Física obter sucesso na profissão?	% 1º	% 2º	% 3º	% Geral
Ter contatos profissionais (conhecer pessoas influentes da área)	4,34	0,00	4,34	2,89
Ser formado por uma instituição muito reconhecida pela sociedade	4,34	4,34	0,00	2,89
Saber lidar com as pessoas	13,04	13,04	21,73	15,94
Saber liderar as pessoas	4,34	4,34	4,34	4,34
Conhecimentos práticos sobre a profissão	13,04	39,13	17,39	23,18
Ter realizado estágios durante a realização do curso superior	13,04	21,73	17,39	17,39
Participações extracurriculares (congressos, eventos, seminário etc.)	8,69	4,34	21,73	11,59
Conhecimentos teóricos sobre a profissão (investir em seus estudos durante c	34,78	13,04	13,04	20,28
Outra resposta. Qual?	4,34	0,00	0,00	1,44
Não sei	0,00	0,00	0,00	0,00

Nota-se que com relação ao fator julgado como o mais importante, as opiniões divergem, visto que 25% dos formandos consideram ter contatos profissionais, e outros 21% consideram saber lidar com as pessoas como o mais essencial, enquanto que pela opinião dos professores, apenas cerca de 4% e 13%, respectivamente, responderam da mesma forma. Os docentes consideraram como o mais importante (34,78%) o formando possuir conhecimentos teóricos sobre a profissão, enquanto 18% dos discentes escolheram a mesma opção.

Como o segundo fator considerado mais importante, os formandos apontam, com cerca de 21% cada, conhecimentos práticos e conhecimentos teóricos. Os professores, por sua vez, consideram em sua maioria conhecimentos práticos e ter realizado estágio, 39% e 21% respectivamente. Cerca de 21% dos alunos afirmaram ainda que ter contatos profissionais é o terceiro fator mais importante, enquanto 18% consideraram saber lidar com as pessoas e outros 18% ter participações extracurriculares, o que se assemelha ao que os professores consideraram, com aproximadamente 21% cada, saber lidar com as pessoas e ter participações extracurriculares.

No geral, a maior parte das opiniões dos alunos com relação aos três fatores mais importantes ficou dividida entre ter contatos profissionais (16,66%), saber lidar com as pessoas (17,70%) e conhecimentos teóricos (17,70%). Já as respostas dos professores se concentraram entre conhecimentos práticos e conhecimentos teóricos, cerca de 23% e 20%, respectivamente.

A Faculdade de Educação Física oferece aos seus alunos oportunidades em projetos de extensão em diversas áreas, incluindo trabalho com diabéticos ou com idosos. O aluno que se voluntaria a participar de tais projetos, muitas vezes realiza uma carga horária de quatro a seis horas por semana, assemelhando-se a uma matéria ou até aos estágios obrigatórios. Cabe perguntar, portanto, a percepção dos alunos e professores sobre a utilidade de tais projetos para que o aluno adquira experiência para entrar no mercado de trabalho. A tabela 5 mostra a opinião acerca desse tema:

Tabela 5

Você concorda que os projetos de extensão oferecidos pela FEF são suficientes para adquirir experiência sobre atuação no mercado de trabalho?	%	
	Professores	% Alunos
Concordo totalmente	0,00	0,00
Concordo parcialmente	66,66	56,25
Discordo parcialmente	12,50	18,75
Discordo totalmente	16,66	18,75
Outra resposta. Qual?	4,16	3,12
Não sei	0,00	3,12

Percebe-se que cerca de 79% dos professores e 75% dos alunos concordam ou discordam apenas parcialmente, sem haver respondentes que concordem totalmente com a afirmação. Resultado semelhante acontece quando pergunta-se sobre as práticas de ensino oferecidas pela Faculdade de Educação Física, os chamados estágios obrigatórios, em que o aluno realiza por dois semestres, sendo que em um deles deve ser feito em uma escola pública indicada pelo professor orientador, e o outro fica a critério do aluno. Os resultados estão a mostra na tabela 6.

Tabela 6

Você concorda que as Práticas de Ensino oferecidas pela FEF são suficientes para adquirir experiência no mercado de trabalho?	% Professores	% Alunos
Concordo totalmente	0,00	3,22
Concordo parcialmente	58,33	29,03
Discordo parcialmente	20,83	41,93
Discordo totalmente	20,83	25,80
Outra resposta. Qual?	0,00	0,00

Exceto por 3% dos alunos, cerca de 80% dos professores e 70% dos alunos não concordam totalmente com a afirmação de que essas Práticas de Ensino são suficientes para adquirir experiência para entrar no mercado de trabalho, sendo que ainda 25% dos discentes e 20% dos docentes discordam totalmente da afirmação, mostrando uma convergência entre as opiniões. Esse resultado é o contrário ao encontrado por Silva e Krug (2008), em que a maioria dos alunos afirmou satisfação em realizar o estágio supervisionado, sendo que a principal justificativa foi de que serviu como experiência importante para a formação profissional.

Com relação ao papel do curso em si para a qualificação do aluno para entrada no mercado de trabalho, a maioria das respostas foram positivas e equilibradas:

Tabela 7

Você entende que estará preparado para se relacionar bem com as pessoas do local onde estiver trabalhando ?	% Professores	% Alunos
Muito preparado	0,00	9,67
Preparado	62,50	54,83
Pouco preparado	25,00	35,48
Despreparado	0,00	0,00
Outra resposta. Qual?	0,00	0,00
Não sei	12,50	0,00

Tabela 8

Você entende que estará preparado para enfrentar uma seleção e conseguir uma vaga no mercado de trabalho?	% Professores	% Alunos
Muito preparado	16,66	22,58
Preparado	79,16	54,83
Pouco preparado	0,00	22,58
Despreparado	4,16	0,00
Outra resposta. Qual?	0,00	0,00
Não sei	0,00	0,00

Tabela 9

Você entende que estará qualificado para cumprir com competência as tarefas exigidas na empresa em que estiver trabalhando?	% Professores	% Alunos
Muito qualificado	8,33	6,45
Qualificado	83,33	61,29
Pouco qualificado	8,33	25,80
Desqualificado	0,00	0,00
Não sei	0,00	6,45

A maioria dos alunos e professores classificam o curso como suficiente para deixar os graduados preparados ou muito preparados nos diversos aspectos analisados.

A evasão dos alunos das universidades públicas é um tema preocupante, e que já levou o Ministério da Educação a realizar pesquisas específicas sobre este tema na década de 90. Porém, pouco se sabe sobre a situação dos alunos formados no mercado de trabalho, com poucas referências acerca da continuidade dos alunos na área da graduação realizada. Sobre esse tema, a seguinte pergunta foi feita aos respondentes:

Tabela 10

O que poderá fazer com que você não siga na área de Educação Física após a formatura?	% Professores	% Alunos
Baixo salário do mercado de trabalho	50,00	59,45
Falta de interesse na área	33,33	10,81
Falta de preparação profissional	0,00	2,70
Outra resposta. Qual?	16,66	18,91
Não sei	8,33	8,10

Tal questionamento é importante para os fins dessa pesquisa, pois demonstra a real dificuldade e preocupação dos alunos quanto ao seu futuro no mercado de trabalho, podendo-se avaliar se os professores compartilham a mesma percepção. A maioria dos discentes (59,45%) avalia que o baixo salário do mercado de trabalho é o principal elemento para que não se siga na área após formado, e metade dos professores avaliados apontam a mesma razão para que os graduados abandonem a área.

Conclusão

A partir dos resultados adquiridos, pode-se afirmar que a percepção sobre os fatores mais importantes para obter sucesso na profissão aponta divergências entre o que os alunos, que possuem um contato mais recente com o mercado de trabalho, e o que os professores acreditam, o que pode interferir diretamente na qualidade da preparação do

graduando.

Grande parte dos docentes afirma que o curso prepara e qualifica bem os estudantes para lidar com as pessoas, passar em seleções e realizar as tarefas exigidas pelo mercado de trabalho. Mas, apesar de os estudantes formandos possuírem uma percepção parecida, o resultado sobre as Práticas de Ensino, ou estágios obrigatórios, que deveriam aproximar o aluno da realidade do mercado de trabalho, mostra que uma minoria dos alunos e nenhum professor concordam totalmente que elas são suficientes para adquirir experiência prática da profissão.

Portanto, pode-se sugerir que o graduado em Educação Física pela Universidade de Brasília se forma com qualidade, mas não se pode afirmar que é completamente em função do curso, pois claramente há diferenças nas percepções de discentes e docentes sobre o que é requerido pelo mercado de trabalho para se obter sucesso na profissão.

Referências Bibliográficas

AZEVEDO, Paulo Henrique; BARROS, Jônatas; SUAIDEN, Samir. Administração estratégica e gestão de unidades públicas de ensino superior: a experiência da Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília. *Rev. Digital de Buenos Aires*, Buenos Aires, Ano 10, N 77, Outubro 2004. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/>>. Acesso em: 17 de novembro de 2009.

BETTI, Mauro. **Educação física e sociedade**. Rio Claro, Movimento, 1991.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo. Atlas. 1991.

SILVA, Marcio Salles; KRUG, Hugo Norberto. Opinião discente sobre o estágio curricular supervisionado em Educação Física na UFSM. Revista Digital Efdeportes. Buenos Aires, Ano 13, n. 119, Abril, 2008 .

GESPORTE

**GRUPO DE PESQUISA GESTÃO E MARKETING DA EDUCAÇÃO FÍSICA, SAÚDE, ESPORTE
E LAZER**

Registrado no CNPq e certificado pela UnB

LABORATÓRIO DE PESQUISA SOBRE GESTÃO E MARKETING DO ESPORTE

Universidade de Brasília – UnB – Faculdade de Educação Física – FEF

gesporte@unb.br

Campus Universitário Darcy Ribeiro - Gleba B - Centro Olímpico - Asa Norte - Brasília DF -
Brasil - CEP: 70919-970

Fones: 55 61 3107-2553 – Caixa Postal: 04502 - Blog: <http://gesporte.blogspot.com/>
– e-mail: gesporte@unb.br