

ANA PAULA FILIPINI BOLOGNINI

**AS CONTRIBUIÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA A EDUCAÇÃO DE JOVENS
E ADULTOS NA CIDADE DE IVAIPORÃ-PR**

Trabalho de Conclusão de Curso (Monografia)
apresentado a Universidade Estadual de Maringá,
Centro de Ciências da Saúde, como requisito parcial
para obtenção do título de Licenciado em Educação
Física.

Orientadora: Prof.^a Ms. Andréia Paula Basei

**IVAIPORÃ
2014**

ANA PAULA FILIPINI BOLOGNINI

**AS CONTRIBUIÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA A EDUCAÇÃO DE JOVENS
E ADULTOS NA CIDADE DE IVAIPORÃ-PR**

Trabalho de Conclusão de Curso (Monografia)
apresentado a Universidade Estadual de Maringá,
Centro de Ciências da Saúde, como requisito parcial
para obtenção do título de Licenciado em Educação
Física.

Aprovado em _____ / _____ / _____

COMISSÃO EXAMINADORA

Prof.^a Ms. Andréia Paula Basei
Universidade Estadual de Maringá - UEM

Prof.^o Ms. Eduard Angelo Bendrath
Universidade Estadual de Maringá - UEM

Prof.^a Ms. Gislaine Gonçalves
Universidade Estadual de Maringá - UEM

A Deus, que nos criou e foi criativo nesta tarefa. Seu fôlego de vida em mim me foi sustento e me deu coragem para questionar realidades e propor sempre um novo mundo de possibilidades.

AGRADECIMENTOS

A Deus por ter me dado saúde e força para superar as dificuldades.

A esta universidade, seu corpo docente, direção e administração que oportunizaram a janela que hoje vislumbro um horizonte superior, eivado pela acendrada confiança no mérito e ética aqui presentes.

A minha orientadora Andréia Paula Basei, pelo suporte no pouco tempo que lhe coube, pelas suas correções e incentivos.

Agradeço a todos os professores por me proporcionar o conhecimento não apenas racional, mas a manifestação do caráter e afetividade da educação no processo de formação profissional, por tanto que se dedicaram a mim, não somente por terem me ensinado, mas por terem me feito aprender. A palavra mestre, nunca fará justiça aos professores dedicados aos quais sem nominar terão os meus eternos agradecimentos.

Agradeço a todos os professores por me proporcionar o conhecimento não apenas racional, mas a manifestação do caráter e afetividade da educação no processo de formação profissional, por tanto que se dedicaram a mim, não somente por terem me ensinado, mas por terem me feito aprender. A palavra mestre, nunca fará justiça aos professores dedicados aos quais sem nominar terão os meus eternos agradecimentos.

Aos meus pais e ao meu noivo, pelo amor, incentivo e apoio incondicional.

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigado.

BOLOGNINI, Ana Paula Filipini. AS CONTRIBUIÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA A EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS NA CIDADE DE IVAIPORÃ-PR.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade Estadual de Maringá – UEM/CRV, 2014.

RESUMO

Os alunos da EJA fazem parte dos sujeitos que compõem a Educação Básica, onde através da mesma obtém acesso ao conhecimento por meio dos conteúdos escolares, onde todos devem caminhar em uma mesma direção, independente da condição financeira, cultura, religião, necessidades especiais, pois estas características de cada um devem servir para promover o aprendizado uniformemente. O presente estudo teve por objetivo analisar o conceito que os alunos da Educação de Jovens e Adultos da escola Municipal Ignês de Souza Caetano da cidade de Ivaiporã, tem com relação às aulas de Educação Física. Para isso, realizou-se uma pesquisa com abordagem qualitativa do tipo descritiva e participante. Como técnica de coleta utilizou-se a entrevista estruturada, e a intervenção das aulas de Educação Física foi com base na aptidão física relacionada à saúde, com aferimento da P.A, RCQ, IMC e uma prática de ginástica aeróbia, e para a análise de dados a mesma foi embasada na análise de conteúdos. Verificou-se na primeira entrevista que os alunos consideram a Educação Física como uma disciplina boa e importante, porém alguns achavam que teriam dificuldades ou a mesma era direcionada para uma faixa etária específica. Após a intervenção, na segunda entrevista pode-se concluir que, houve mudanças positivas nos conceitos dos alunos com relação à Educação Física e nos hábitos dos mesmos, fazendo-nos compreender então que a Educação Física é uma disciplina de suma importância para o desenvolvimento da Educação de Jovens e Adultos.

Palavras-chave: Educação de Jovens e Adultos; Educação Física; Aptidão física e saúde.

BOLOGNINI , Ana Paula Filipini. **THE CONTRIBUTIONS OF PHYSICAL EDUCATION FOR YOUTH AND ADULT EDUCATION IN THE CITY OF Ivaiporã-PR.** Graduation Conclusion Work (Degree in Physical Education) –Public University of Maringá - UEM / CRV , 2014.

ABSTRACT

Students of EJA make part of the people that compound the Basic Education , where through school they have access to knowledge by classroom content , where everyone should walk in the same direction , regardless of financial condition, culture, religion, disability , because the characteristics of each of these individuals should serve to promote learning equally . The present study aimed to analyse the concept that Youth and Adults Students of the Municipal School Ighes Caetano de Souza from the city of Ivaiporã have in relation to physical education classes. For this, we carried out a qualitative research of descriptive and participant type. As collection technique, it was used the structured interview , and the intervention of physical education classes was based on the physical fitness related to health, with reference to PA , RCQ , BMI and the practice of aerobic exercise , and for the analysis of the data the same research was based on the analysis of content . It was found in the first interview that students considered physical education as a good and important subject, but some of them thought they would have difficulties or it was directed to a specific age group. After the intervention, it could be concluded that in the second interview there were some positive changes in students' concepts regarding to physical education and their habits, making us understand that physical education is a subject of great importance to the development of Youth and Adults Education.

Keywords: Youth and Adult Education ; Physical Education ; Physical fitness and health .

LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1	Opinião dos alunos da EJA com relação a Educação Física	34
GRÁFICO 2	Opinião dos alunos da EJA de como deve ser as aulas de Educação Física	36
GRÁFICO 3	Opinião dos alunos da EJA com relação aos conteúdos de Educação Física	38
GRÁFICO 4	IMC dos alunos da EJA.....	41
GRÁFICO 5	Relação Cintura Quadril dos alunos da EJA	43
GRÁFICO 6	Benefícios que as aulas de Educação Física trouxeram	46

LISTA DE APÊNDICES

APÊNDICE A	Entrevista estruturada realizada com os alunos da Educação de Jovens e Adultos antes da intervenção	58
APÊNDICE B	Entrevista estruturada realizada com os alunos da Educação de Jovens e Adultos após a intervenção	59
APÊNDICE C	Plano de aula 1.....	60
APÊNDICE D	Plano de aula 2	62
APÊNDICE E	Plano de aula 3	63
APÊNDICE F	Termo de consentimento livre e esclarecido	64

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CEEBJA – Centros Estaduais de Educação Básica para Jovens e Adultos

CES – Centros Supletivos

CNBB – Confederação Nacional dos Bispos do Brasil

CPC – Centros Populares de Cultura

EJA – Educação de Jovens e Adultos

IMC – Índice de Massa Corporal

LDB – Lei de Diretrizes e Bases

MEB – Movimento de Educação de Base

NAES – Núcleos Avançados de Ensino Supletivo

P.A – Pressão Arterial

PAC – Posto Avançado do CEEBJA

PNA – Plano Nacional de Alfabetização

PNE – Plano Nacional de Educação

RCQ – Relação Cintura Quadril

TCT – Termos de Cooperação Técnica

UNE – União Nacional dos Estudantes

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	11
2.	JUSTIFICATIVA	13
3	OBJETIVOS	15
3.1	OBJETIVO GERAL	15
3.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	15
4	REVISÃO DE LITERATURA	16
4.1	BREVE HISTÓRICO DA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS	16
4.2	A EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS	19
4.3	CONTEÚDOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA	21
4.4	EDUCAÇÃO FÍSICA NA EJA E A ABORDAGEM DA APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA A SAÚDE	25
5	METODOLOGIA	30
5.1	CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA	30
5.2	PARTICIPANTES	31
5.3	TÉCNICA DE COLETA DE DADOS	31
5.4	PROCEDIMENTOS.....	32
5.5	ANÁLISE DE DADOS	33
6	APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	34
6.1	CONCEPÇÃO DOS ALUNOS DA EJA COM RELAÇÃO ÀS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA	34
6.2	INTERVENÇÃO REALIZADA COM OS ALUNOS DA EJA	40
6.3	CONCEPÇÕES DOS ALUNOS SOBRE A EDUCAÇÃO FÍSICA NA EJA APÓS A REALIZAÇÃO DA INTERVENÇÃO	45
6.4	O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA EJA E AS PROPOSTAS PARA O ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA	49
7	CONSIDERAÇÕES FINAIS	53
	REFERÊNCIAS	55

1. INTRODUÇÃO

A pesquisa apresenta uma discussão com ênfase na educação básica – A Educação Física no Ensino para Jovens e Adultos (EJA), ou seja, como se constitui a Educação Física neste âmbito.

Os alunos da EJA fazem parte dos sujeitos que compõem a Educação Básica, onde através da mesma obtém acesso ao conhecimento por meio dos conteúdos escolares, onde todos devem caminhar em uma mesma direção, independente da condição financeira, cultura, religião, necessidades especiais, pois estas características de cada um devem servir para promover o aprendizado uniformemente (PARANÁ, 2008).

Segundo a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB 9394/96), estes alunos que compõem a Educação de Jovens e Adultos não tiveram acesso ao estudo na idade apropriada, então a EJA é uma forma de proporcionar o estudo não obtido anteriormente.

Os sistemas de ensino assegurarão gratuitamente aos jovens e aos adultos, que não puderam efetuar os estudos na idade regular, oportunidades educacionais apropriadas, consideradas as características do alunado, seus interesses, condições de vida e de trabalho, mediante cursos e exames (BRASIL, 1996)

Segundo levantamento realizado na Secretaria de Educação da cidade de Ivaiporã em 2013, foi constatado que dentre as quatro instituições que contém a EJA na cidade, não consta a disciplina de Educação Física. Este fato é justificado, segundo a Secretaria de Educação, pela falta de professores para ministrar as aulas, um aspecto onde podemos observar que a Educação Física é negligenciada. Segundo os documentos oficiais, as Diretrizes da EJA, a Educação Física deve ser trabalhada neste âmbito, surgindo assim o interesse pela pesquisa.

Com a inclusão da Educação Física na Educação de Jovens e Adultos há a possibilidade dos alunos terem um contato com novos elementos da cultura corporal, podendo auxiliar assim no ensino de outros componentes curriculares, sendo um elemento de ligação, contribuindo na aprendizagem e desenvolvimento do aluno. Porém, se a Educação Física continuar a ser negligenciada isto tirará a oportunidade de vivenciarem esta prática corporal e os benefícios da mesma.

Como se sabe, através do sedentarismo várias doenças cardiovasculares, diabetes, obesidade, etc, estão cada vez mais comuns e evidentes na sociedade. A

promoção de estilos de vida ativos pode ajudar a combater e prevenir estas doenças, então a escola torna-se o centro para poder estimular este estilo ativo através das aulas de Educação Física, pois muitas pessoas não têm a oportunidade de vivenciarem esta prática fora do âmbito escolar, sendo a escola o único meio para que ela ocorra (MARQUES; GAYA, 1999).

Com a abordagem da Educação Física na Educação de Jovens e adultos, poderemos por meio desta pesquisa responder as seguintes perguntas: Como a Educação Física é compreendida pelos alunos da Educação de Jovens e Adultos (EJA) nesta escola? Qual a importância da Educação Física para os alunos da Educação para Jovens e Adultos (EJA) da escola pesquisada?

2. JUSTIFICATIVA

Este estudo se mostra importante, pois, como aspecto pessoal, se constatou que, por meio dos estágios supervisionados obrigatórios na Educação para Jovens e Adultos, observou-se que as aulas de Educação Física não recebem atenção especial pela escola e por parte dos próprios alunos. Isso pode ser justificado pelo fato de que não existiam aulas de Educação Física nesta escola onde foi realizado o estágio, e que antes das aulas aplicadas, os alunos não a viam como uma disciplina importante não tendo compreensão do quanto os seus conteúdos podem auxiliar no seu desenvolvimento e até mesmo na aprendizagem de outros conteúdos, sendo assim importante a intervenção do professor de Educação Física, e eu enquanto futura profissional da área acredito na importância de desenvolver isso com os alunos, no intuito de prevenir e até mesmo melhorar possíveis problemas de saúde.

Através da intervenção por meio dos estágios, verificou-se que as aulas de Educação Física são negligenciadas na Educação de Jovens e Adultos, pois existe no senso comum uma compreensão de que a Educação Física traz benefícios somente para crianças e adolescentes, sendo que a Educação Física traz também benefícios para a EJA, pois através desta é dada a possibilidade para os alunos entrarem em contato com a cultura corporal, dando acesso a esse universo de informações, vivências e valores que é um direito do cidadão, uma perspectiva de construção e usufruto de instrumentos para promover a saúde, utilizar criativamente o tempo de lazer e expressar afetos e sentimentos em diversos contextos de convivência.

Em síntese, a apropriação dessa cultura, por meio da Educação Física na escola, pode e deve se constituir num instrumento de inserção social, de exercício da cidadania e de melhoria da qualidade de vida. Essa compreensão auxiliará o professor a refletir sobre o quanto a Educação Física e as suas aulas são importantes e necessárias na vida de alunos na Educação de Jovens e Adultos, mostrando assim os benefícios que acarretará na vida dos mesmos.

Será elaborada uma proposta didático-pedagógica onde será apontada estratégias para trabalhar os conteúdos que poderão ser ministrados na EJA, ajudando assim professores que estão iniciando suas atividades e para professores já com experiência, mostrando que a Educação Física tem uma diversidade muito grande de conteúdos para jovens e adultos.

Para a sociedade terá contribuição possibilitando modificações no âmbito da realidade proposta pelo tema, pois como é exposto na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, a Educação de Jovens e Adultos é direcionada para aqueles que não tiveram acesso a escola na idade apropriada, retornando no momento em que isto foi possível (BRASIL, 1996). Por conta disto não obtiveram o contato com esta prática, não usufruindo assim dos benefícios que a Educação Física pode proporcionar para o seu desenvolvimento nas diferentes etapas de seu crescimento. Por fim, o intuito desse trabalho também é fazer com que a sociedade se conscientize para que a Educação Física abranja e se torne um conteúdo respeitado principalmente pela comunidade escolar, tornando-se uma prática cotidiana das pessoas distanciadas destes espaços de educação formal.

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL

- Analisar a importância da Educação Física na Educação de Jovens e Adultos na Escola Municipal Ignês de Souza Caetano da cidade de Ivaiporã, PR.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar as concepções dos alunos da EJA com relação à Educação Física;
- Verificar a importância da Educação Física para alunos da EJA;
- Realizar uma intervenção junto aos alunos do EJA, no intuito de demonstrar a importância e abrangência da Educação Física neste nível de ensino.
- Apontar como deve ser o perfil do professor de Educação Física para a EJA;

4. REVISÃO DE LITERATURA

4.1 BREVE HISTÓRICO DA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS – EJA

Nesse capítulo faremos um pequeno histórico com relação à Educação de Jovens e Adultos (EJA), pois como nosso tema principal esta em torno da mesma, então nada mais importante do que também conhecermos como este ensino teve início para chegar ao que conhecemos atualmente.

Segundo as Diretrizes Curriculares da Educação de Jovens e Adultos (BRASIL, 2006), sempre houve uma necessidade de uma política que priorizasse a alfabetização desta camada da população, pois a mesma sempre predominou para pessoas brancas, cristãs e pessoas do sexo masculino, excluindo índios, negros, mulheres e analfabetos, sendo uma educação predominantemente discriminatória e que selecionava quem iria e quem não iria receber os privilégios de ser alfabetizado.

Conforme a indústria começou a se desenvolver (século XX), surgiram alguns projetos que davam ênfase à alfabetização para pessoas adultas, surgindo assim, algum tempo depois, em 1925, o ensino noturno para jovens e adultos através da reforma de João Alves, com o intuito de aumentar a camada eleitoral ajudando e priorizando o desenvolvimento do país, e logo depois em 1934 foi instituída a obrigatoriedade e gratuidade do ensino primário para TODOS (BRASIL, 2006).

O analfabetismo é o cancro que aniquila o nosso organismo, com suas múltiplas metástases, aqui a ociosidade, ali o vício, além o crime. Exilado dentro de si mesmo como em um mundo desabitado, quase repellido para fora da espécie pela sua inferioridade, o analfabeto é digno de pena e a nossa desídia indigna de perdão enquanto não lhe acudirmos com o remédio do ensino obrigatório (BRASIL, 2006 apud COUTO, 1933, p.190).

Nesta citação podemos observar como o analfabeto era visto naquele tempo, como uma pessoa digna de pena, inferior, ocioso, então se observa a necessidade de até mesmo naquela época se preocupar com os jovens e adultos que não tiveram a oportunidade de ser alfabetizado, o quanto essa alfabetização traria não somente para estas pessoas, mas também para a nação o desenvolvimento social e político.

Apesar de começar os projetos e de já ter instituído a obrigatoriedade e gratuidade do ensino primário para todos, segundo Diretrizes Curriculares da Educação de Jovens e Adultos (BRASIL, 2006), á Fnep (Fundo nacional do ensino primário) destinados a população adulta analfabeta, criada em 1942, somente

obteve o seu funcionamento em 1946, estando aí presente um obstáculo enfrentado para se obter este ensino regularizado. Após a Segunda Guerra, houve uma intervenção do governo federal onde o mesmo realizou campanhas destinadas ao ensino primário a alfabetização, onde a partir de 1960 passou também ao ginásio (BRASIL, 2006).

Segundo Diretrizes Curriculares da Educação de Jovens e Adultos (BRASIL, 2006), surgiram novas perspectivas para a educação brasileira a partir das idéias de Paulo Freire, onde a educação começou a ter o seu papel pedagógico voltado para a história, para a realidade desta população, obtendo ensino sobre a educação popular, onde se destacou: Movimento de Educação de Base (MEB), Confederação Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB), Centros Populares de Cultura (CPC), União Nacional dos Estudantes (UNE) e Plano Nacional de Alfabetização (PNA), porém com a evolução da educação popular houve questionamento pelo governo de João Goulart, conforme a citação a seguir:

a multiplicação dos programas de alfabetização de adultos, secundada pela organização política das massas, aparecia como algo especialmente ameaçador aos grupos direitistas; já não parecia haver mais esperança de conquistar o novo eleitorado [...] a alfabetização e educação das massas adultas pelos programas promovidos a partir dos anos 60 aparecia como um perigo para a estabilidade do regime, para a preservação da ordem capitalista. Difundindo novas idéias sociais, tais programas poderiam tornar o processo político incontrolável por parte dos tradicionais detentores do poder e a ampliação dos mesmos poderia até provocar uma reação popular importante a qualquer tentativa mais tardia de golpe das forças conservadoras (PAIVA, 1983, p. 259 apud BRASIL, 2006).

Com as dificuldades encontradas na EJA, surgiu o ensino supletivo que seguia a proposta curricular do ensino regular, porém este não era destinado a EJA, sendo apresentado somente como temporário para ajudar á pessoas que necessitavam comprovar a sua escolaridade no seu local de trabalho, mas o ensino supletivo tornou-se permanente pela sua crescente necessidade (BRASIL, 2006).

Segundo Diretrizes Curriculares da Educação de Jovens e Adultos (Paraná, 2006), em 1985, com a Nova República, o governo federal fez um rompimento com a política de Educação de Jovens e Adultos militarista, criando a Fundação Educar (Fundação Nacional para Educação de Jovens e Adultos) que apoiou financeiramente e tecnicamente a educação básica de Jovens e Adultos; com isso além do ensino supletivo, foi criado pelo Estado do Paraná os Centros Supletivos (CES), conhecido atualmente como Centros Estaduais de Educação Básica para Jovens e Adultos (CEEBJA), e os Núcleos Avançados de Ensino Supletivo (NAES).

Além destes havia também outros programas como o Posto Avançado dos CEEBJA (PAC) e os Termos de Cooperação Técnica (TCT), onde entidades públicas e privadas faziam convênios para alfabetizar seus funcionários.

Em 1988 pela Constituição Federal a EJA passa a ser reconhecida como parte da educação básica. Apesar de todos os programas destinados a alfabetização de Jovens e Adultos, em 1990 com a extensão da Fundação Educar, o governo federal cessou financeiramente o apoio destes programas, com isso o analfabetismo começou a se destacar em nível mundial, sendo reconhecido como um problema de grande significância para países industrializados ou em desenvolvimento. Surgiram instituições não governamentais, governamentais, empresariais, acadêmicas e movimentos sociais para a defesa da EJA como política pública e de qualidade. Em maio de 2000 surgiu as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação de Jovens e Adultos, criada pelo Conselho Nacional de Educação, sendo incluída também no Plano Nacional de Educação (PNE). Com a criação destas diretrizes houve uma valorização e superação a visão preconceituosa da pessoa analfabeta (BRASIL, 2006).

Segundo Diretrizes Curriculares da Educação de Jovens e Adultos (BRASIL, 2006), mesmo com as metas para atender melhor esta população, ainda havia grande índice de pessoas analfabetas e de baixa escolaridade, surgindo assim discussões e reflexões sobre a reorganização da Educação de Jovens e Adultos no que se refere ao ensino-aprendizagem, para a permanência dos educandos, onde houve uma redefinição da proposta pedagógica curricular da EJA da Rede Estadual de Educação, buscando melhorar o atendimento:

permitir aos educandos percorrerem trajetórias de aprendizagem não-padronizadas, respeitando o ritmo próprio de cada um no processo de apropriação dos saberes; organizar o tempo escolar a partir do tempo disponível do educando trabalhador, seja no que se refere à organização diária das aulas, seja no total de dias previstos na semana (BRASIL, 2006, p. 25).

Mesmo com a redefinição da proposta curricular, os conteúdos estruturantes da EJA são os mesmos do ensino regular sendo somente diferenciada a metodologia.

A elaboração e implementação da Proposta Pedagógico Curricular é dinâmica requer esforço e comprometimento coletivo com a formulação de uma educação de qualidade, adequada às demandas sócio educativas do público da EJA. Tal proposta não deve acontecer apenas em cumprimento a uma exigência legal, mas como garantia de oferta de qualidade nos processos educativos. Trata-se de uma construção cotidiana que envolve a

mantenedora e as escolas, ou seja, todos os sujeitos que fazem a Educação no Estado do Paraná (BRASIL, 2006, p. 26).

Ou seja, a EJA necessita de um ensino que ofereça oportunidades para manter os alunos na escola não menosprezando a bagagem cultural e os conhecimentos que os mesmos já possuem em outras instâncias sociais, considerando que a escola não é o único meio de adquirir o conhecimento abordando os conteúdos com formas diferenciadas mesclando com as vivências e experiências da EJA.

4.2 A EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS – EJA

A Educação Física na Educação de Jovens e Adultos mostra-se importante, pois como no ensino regular ela traz grandes benefícios para esta população, mostrando a diversidade da cultura de movimentos presente em sua prática, em outras palavras:

A inclusão da Educação Física na Educação de Jovens e Adultos representa a possibilidade para os alunos do contato com a cultura corporal de movimento. O acesso a esse universo de informações, vivências e valores é compreendido aqui como um direito do cidadão, uma perspectiva de construção e usufruto de instrumentos para promover a saúde, utilizar criativamente o tempo de lazer e expressar afetos e sentimentos em diversos contextos de convivência. Em síntese, a apropriação dessa cultura, por meio da Educação Física na escola, pode e deve se constituir num instrumento de inserção social, de exercício da cidadania e de melhoria da qualidade de vida (BRASIL, 2002).

Então podemos perceber que a Educação Física possui um grande leque em conteúdos podendo trabalhar diversos assuntos na EJA, exercendo influências desde as possibilidades de atuar na promoção da saúde, melhoria na qualidade de vida até a promoção da inserção social destas pessoas, fator que também está relacionado ao conceito de saúde e qualidade de vida.

Como se sabe segundo a LDB n.º 9.394/96 a Educação Física é facultativa em cursos noturnos e casos específicos, fazendo assim a mesma ser menos exercida dentro destes cursos, então o professor tem que construir atividades que chame a atenção dos alunos, mostrando os benefícios que as suas aulas trazem para si mesmo, o professor tem que mostrar o que as suas aulas mudarão no cotidiano do seu aluno, segundo Brasil (2002):

As aulas de Educação Física devem discutir as mudanças no comportamento corporal decorrentes do avanço tecnológico e analisar seu

impacto na vida do cidadão. Os alunos devem compreender essas transformações, bem como analisar suas relações com o presente.

E com isso fazer tal gesto nos mostra o desafio que o professor de Educação Física enfrenta nos cursos noturnos, por isso as aulas devem ser bem planejadas e prazerosas, chamando o máximo de atenção dos alunos. Uma das mudanças que as aulas de Educação Física podem acarretar e ajudar a diminuir o sedentarismo, obesidade, pois nesta nova era que estamos estas questões andam cada vez mais invadindo a vida de crianças, jovens e adultos que estão cada vez mais passivos.

Não podemos negar que as aulas de Educação Física na Educação de Jovens e Adultos (EJA) são vistas como um desafio, porém é necessário o esforço dos profissionais desta área para trazer este universo de conhecimentos para esta população.

Ampliar a diversidade de expressão numa sociedade que valoriza intensamente (por vezes exclusivamente) a linguagem escrita e a matemática, para um aluno que não domina muito bem esses códigos – e que, portanto, pode ter uma imagem negativa de si mesmo – é um modo de fortalecer a autoestima (BRASIL, 2002).

Segundo Brasil (2002), para ter um bom desenvolvimento das aulas de Educação Física na Educação de Jovens e Adultos, deve se orientar por dois caminhos: Quem são os alunos da EJA? Como pode ser desenvolvida a Educação Física para esses alunos? Os alunos da EJA são pessoas com idade superior a alunos do ensino regular, ver a memória corporal que estes alunos já trazem em sua bagagem e a partir disso dar continuidade para a construção da cultura corporal de movimento, tem então o ponto de partida para o planejamento das aulas para esta população.

Vale ressaltar que as aulas de Educação Física não são somente atividades que necessitam de muitos esforços, ela oferece também atividades relaxantes, compensação muscular, trabalho e lazer, postura, etc. (BRASIL, 2002). Então nota-se que é possível sim ministrar aulas bem estruturadas para esta população, isto dependerá da criatividade, conhecimento dos conteúdos e dos alunos, princípios metodológicos, procedimentos didáticos de organização de conteúdos, enfim o professor deve conhecer a área na qual vai trabalhar.

Outro ponto que devemos levar em consideração é o fato de o professor ter como princípio superar a exclusão e a seleção, ou seja, sempre tentar incluir todos

os alunos em suas aulas, chamar a atenção mostrando o quanto a sua aula poderá ser benéfica para o seu cotidiano, trabalhando de forma que inclua totalmente os seus alunos em suas aulas, sendo assim o mesmo inclui:

Quando apóia, estimula, incentiva, valoriza, promove e acolhe o estudante. Valorizar todos os alunos – independentemente de etnia, sexo, língua, classe social, religião ou nível de habilidade – deve ser a primeira estratégia do professor (BRASIL, 2002).

Conforme as questões ressaltadas neste capítulo sobre a Educação Física na Educação de Jovens e Adultos (EJA), não poderíamos deixar de citar os principais objetivos do ensino da Educação Física na EJA, segundo Brasil (2002), os objetivos são:

- Promover a integração e a inserção de todos os alunos nas práticas corporais;
- Valorizar, apreciar e desfrutar dos benefícios advindos da cultura corporal de movimento;
- Perceber e compreender o papel do esporte na sociedade contemporânea;
- Usufruir do tempo livre de lazer, resgatando o prazer enquanto aspecto fundamental para a saúde e melhoria da qualidade de vida;
- Valorizar, por meio do conhecimento sobre o corpo, a formação de hábitos de cuidado pessoal;
- Compreender e ser capaz de analisar criticamente valores sociais como padrões de beleza, relações entre os sexos e preconceitos.

Enfim, sobre as aulas de Educação Física na Educação de Jovens e Adultos (EJA) afirma-se que é um momento onde o aluno tem reflexões sobre o seu corpo, a sociedade, a ética, estética e as relações inter e intrapessoais (BRASIL, 2002). Com base nos objetivos expostos para esta modalidade de ensino, percebe-se que existe uma diversidade de conteúdos que podem ser trabalhados, assim como de objetivos que podem ser priorizados nestas intervenções.

4.3 CONTEÚDOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Como já citado anteriormente, o professor tem uma variedade de atividades que podem ser trabalhadas com os alunos – ginástica, dança, lutas, capoeira, jogos e esporte (BRASIL, 1996). Contudo, para trabalhar com estes conteúdos na EJA, é preciso levar em conta que a realidade que os alunos da EJA vivem é totalmente diferente da realidade dos alunos do ensino fundamental e médio, mas porque não trabalhar com estes alunos os conteúdos propostos para os alunos do ensino fundamental e médio, porém abrangendo de uma maneira diferente, já pela diferença de idade muitas vezes encontrada na EJA.

Antes do professor saber o que e como irá aplicar em suas aulas, ele deve ter claro qual a abordagem que orienta suas ações, assim como a concepção de Educação Física orientadora de todo o trabalho pedagógico. Além disso, precisa saber selecionar os seus conteúdos, conhecê-los e ter claro o que determinou a necessidade do ensino dos mesmos, ou seja, o professor deve ter esclarecido para si mesmo a necessidade de se aplicar tal conteúdo em suas aulas, tendo definido o seu objetivo, o que ele irá alcançar com o ensino que está propondo.

Após a definição dos conteúdos, o professor deve conhecer o conteúdo, entender o mesmo, pois “os conteúdos são conhecimentos necessários para a apreensão do desenvolvimento sócio - histórico das próprias atividades corporais e a explicitação das suas significações objetivas”. Após selecionar os conteúdos, traçar o objetivo para o mesmo e conhecê-lo, e definir a ordem que irá ser aplicado cada conteúdo, e isto irá variar de professor para professor, pois não há uma ordem arbitrária, ou seja, rígida, para a organização dos conteúdos, dependendo dos interesses e objetivos da turma (SOARES et al, 1992).

Outro aspecto que o professor de Educação Física deve observar é o incentivo para o aluno ter uma motivação para a realização de suas aulas, ou seja, “deve conhecer quais as motivações, tendências e incentivos que a colocam em ação”, pois este incentivo, esta motivação deve ser não somente para a EJA, mas sim para qualquer fase escolar que o professor esteja ministrando suas aulas (SOARES et al, 1992).

Em relação aos conteúdos abordados nas aulas de Educação Física, o professor tem que levar em consideração que cada aluno tem uma maneira diferente de assimilar tal conteúdo e o seu objetivo, ou seja, cada aluno atribuirá um sentido próprio as atividades propostas pelo seu professor, e através destes conteúdos, ensinar não somente questões relacionadas com a cultura corporal, mas também promover a leitura da realidade que os mesmos estão inseridos (SOARES et al, 1992).

Em outras palavras, podemos dizer que os conteúdos têm como objetivo:

[...] promover uma concepção científica de mundo, a formação de interesses e a manifestação de possibilidades e aptidões para conhecer a natureza e a sociedade. Para isso, o método deve apontar o incremento da atividade criadora e de um sistema de relações sociais entre os homens (SOARES et al, 1992).

Outro ponto a ser seguido relacionada aos conteúdos de Educação Física na Educação de Jovens e Adultos (EJA) é que os mesmos, segundo Brasil (2002), são divididos em três diferentes dimensões, sendo elas: procedimentais, conceituais e atitudinais, onde cada uma corresponde respectivamente: não se restringindo somente as capacidades motoras, físicas e fundamentais dos esportes, incluindo também a organização e sistematização de informações e aperfeiçoamento, ou seja, está ligada ao fazer; A segunda dimensão está ligada a conceitos éticos, estéticos, desempenho, tendo uma visão mais biológica e sociocultural (p. 201); A última dimensão está relacionada as vivências concretas percorridas pelo aluno, ou seja, as normas, valores e atitudes, dando ênfase aos valores envolvidos em todas as práticas obtendo um aprimoramento de informações (p.201). Através destes três aspectos explicados neste parágrafo se observa que os conteúdos têm que estar relacionados com as necessidades que os alunos possuem.

Segundo Brasil (2002), o mesmo traz uma forma não rígida, porém uma possível maneira de se abordar os conteúdos: Blocos de conteúdos: Esporte, jogos, lutas e ginásticas; Conhecimento sobre o corpo; Atividades rítmicas e expressivas (BRASIL, 2002).

Os blocos de conteúdos da área que podem ser trabalhados nas aulas de Educação Física, não necessitam seguir uma ordem para a abordagem dos mesmos. Segundo Brasil (2002), em cada bloco há a possibilidade de abordar os seguintes assuntos: Conhecimentos sobre o corpo – anatomia, fisiologia, bioquímica, biomecânica, postura; Esportes, jogos, lutas e ginásticas – trabalhar estas modalidades, porém sem a intenção de querer formar um atleta mas sim trazer atividades que proporcionem o conhecimento sobre o corpo; Atividades Rítmicas e Expressivas.

Por outro lado, temos também a perspectiva apresentada pelas Diretrizes Curriculares da Educação Básica – Educação Física (PARANÁ, 2008), documento que apresenta organização dos conteúdos de acordo com conteúdos estruturantes e elementos articuladores.

Entende-se por conteúdos estruturantes os conhecimentos de grande amplitude, conceitos, teorias ou práticas, que identificam e organizam os campos de estudos de uma disciplina escolar, considerados fundamentais para a compreensão de seu objeto de estudo/ensino. Esses conteúdos são selecionados a partir de uma análise histórica da ciência de referência (quando for o caso) e da disciplina escolar, sendo trazidos para a escola para serem socializados, apropriados pelos alunos, por meio das metodologias críticas de ensino-aprendizagem (PARANÁ, 2008, p. 25).

Ou seja, os conteúdos estruturantes são necessários para se atingir o conhecimento do ensino proposto, ele é fundamental para se compreender a proposta da escola.

Em relação aos elementos articuladores, segundo Diretrizes Curriculares da Educação Básica – Educação Física, se define como:

Tais elementos não podem ser entendidos como conteúdos paralelos, nem tampouco trabalhados apenas teoricamente e/ou de maneira isolada. Como articuladores dos conteúdos, podem transformar o ensino da Educação Física na escola [...] (PARANÁ, 2008, p. 53).

Ou seja, os elementos articuladores devem ser trabalhados de forma interligada com os conteúdos estruturantes, fazendo parte dos mesmos, e não ser abordados de forma isolada, ampliando o conhecimento sobre a realidade, ajudando a complementar os conteúdos estruturantes.

Segundo Diretrizes Curriculares da Educação Básica – Educação Física, faz parte dos elementos articuladores: Cultura Corporal e Corpo, Cultura Corporal e Ludicidade, Cultura Corporal e Saúde, Cultura Corporal e Mundo do Trabalho, Cultura Corporal e Desportivização, Cultura Corporal – Técnica e Tática, Cultura Corporal e Lazer, Cultura Corporal e Diversidade, Cultura Corporal e Mídia.

É variado entre diferentes autores os conteúdos que fazem parte da Educação Física, no entanto, as concepções que orientam todo o planejamento do currículo e sua execução são diversas, de acordo com as concepções de quem irá fazer este planejamento ou executar ele. Porém, estas concepções nem sempre aparecem claramente definidas nas propostas desenvolvidas nas escolas, tendo os programas de Educação Física geralmente baseados em esportes formais, o que muitas vezes é fator para desestimular e desinteressar o aluno das práticas (NAHAS et al, 1995).

Considerando que dentre os objetivos para a Educação Física na EJA, assim como os elementos articuladores dos conteúdos das Diretrizes do Estado, existe a possibilidade de que o trabalho esteja orientado para a melhoria da aptidão física, da saúde, da qualidade de vida e das possíveis relações da importância da atividade física relacionada ao mundo do trabalho, entendemos como fundamental que a Educação Física na EJA, trabalhe com estes aspectos para alcançar a sua legitimidade nessa área.

Com isso, acredita-se que a Educação Física seja capaz de estimular os alunos e motivá-los para a prática de atividades físicas, tomando como pressuposto a abordagem da aptidão física relacionada à saúde. Isto porque ela pode oferecer para estes alunos, com faixas etárias, estilos de vida e condições de saúde variadas, as bases para compreender suas condições físicas e de saúde, assim como as formas que estas condições podem ser melhoradas. Nesse sentido, destacamos as possibilidades que podem ser exploradas com base na abordagem supracitada e que será esclarecida abaixo.

4.4 EDUCAÇÃO FÍSICA NA EJA E A ABORDAGEM DA APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE

Em relação à Educação Física na EJA, segundo Brasil (2002), são poucas as propostas destinadas com enfoque a esta população. Temos as práticas centradas em tendências esportivas e ao trabalho de valores de convivência, porém, estas práticas não têm servido para motivar os alunos, tampouco para influenciá-los a incluir a prática de atividades físicas em sua rotina por não visualizarem concretamente quais os benefícios que elas podem oferecer. Nesse sentido, acreditamos que tratando dela com base na aptidão física relacionada à saúde podemos alcançar resultados positivos na intervenção com estes alunos.

Em relação à Educação Física e saúde, o foco central é dado na vida ativa durante as aulas de Educação Física como meio de manter a saúde e o bem estar, trabalhando com os conteúdos relacionados com cuidados e conhecimentos sobre o corpo através de técnicas de alongamento, postura, massagem, e outros conteúdos viabilizando trabalhar a saúde (BRASIL, 2002).

Segundo Guedes (1999), a abordagem da Educação Física voltada para a área da saúde é importante, pois, em nossa sociedade contem números significativos de pessoas que possuem algum tipo de doença por conta de hábitos não saudáveis, então através da escola de maneira geral e principalmente da Educação Física, é possível orientar sobre as possibilidades de modificar estes hábitos, desenvolvendo experiências, conduzindo os alunos a optarem por um estilo de vida saudável ao longo de toda sua trajetória.

Para Xavier Neto e Assunção (2005), esta concepção tem como referências autores como Gaia, Guedes e Guedes, Farinatti e Nahas que buscam enfatizar nas

aulas de Educação Física o ensino de hábitos saudáveis, pois, por mais que os jovens não apresentam sintomas de doenças iguais aos adultos, isto não garante que no futuro poderá acontecer.

Em razão dos jovens na idade escolar raramente apresentar sintomas associados às doenças degenerativas, tem-se investido muito pouco em sua formação escolar quanto à adoção de hábitos de vida que possa inibir no futuro o aparecimento dessas doenças. O fato dos sintomas provenientes das doenças degenerativas ainda não terem se manifestado nessa fase, não significa que os jovens estão imune aos fatores de risco que na sequencia possam induzir a um estado de morbidez (GUEDES, 1999, p. 10).

Para se adotar por parte dos alunos um estilo de vida mais saudável, a Educação Física escolar deve adquirir alguns métodos (XAVIER NETO; ASSUNÇÃO, 2005).

Fornecimento de oportunidades para que viabilizem aos educandos a adoção de um estilo de vida ativo ao longo de toda sua existência; Proporcionar experiências educativas que viabilizem aos educandos à adoção de um estilo de vida ativa ao longo de toda sua existência (XAVIER NETO; ASSUNÇÃO, 2005, p. 24).

Ou seja, o termo saúde não está vinculado somente à ausência de doenças, mas também de se ter boas condições sociais e psicológicas, se baseando na realização do ato motor, tendo este ligação direta com a saúde.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (apud GUEDES, 1999), a definição de saúde é:

o completo estado de bem-estar físico, mental e social, e não simplesmente a ausência de enfermidade. Tal conceito tem uma profunda relação com o desenvolvimento e expressa a associação entre qualidade de vida e saúde da população. A saúde, nesse sentido, é resultado de um processo de produção social e sofre influência de condições de vida adequadas de bens e serviços.

Então se sugere que a disciplina de Educação Física desenvolva programas que levem os educandos a perceberem a importância de adquirir um estilo de vida saudável, fazendo que a atividade física proporcione a promoção da saúde e torne-se um hábito cotidiano das pessoas. Cabe aos professores de Educação Física a tomar a frente e realizar trabalhos para conscientizar a prática da atividade física para promoção da saúde (GUEDES, 1999, p. 10).

Segundo Xavier Neto e Assunção (2005), a aquisição de hábitos saudáveis com práticas regulares de atividade física, sem exageros (brincadeiras, jogos, competições esportivas, etc.), conscientiza os alunos que este estilo deve ser levado por toda a vida e não somente na vida escolar.

Através da abordagem da atividade física trabalhada na Educação Física, será possível mostrar ao aluno os benefícios que as atividades trabalhadas no âmbito escola trarão, como por exemplo: o nível aeróbico de determinada modalidade, a força, resistência, flexibilidade e outras condições que se adquirirá ao realizar determinadas modalidades. Para que o aluno pratique a atividade física através do esporte, por exemplo, o professor deve ensiná-lo não focando somente a técnica, mas sim o capacitando de forma que possa praticar fora do âmbito escolar, incluindo assim conhecimentos de outras áreas (FERREIRA, 2001).

É preciso que saibam como realizar tais atividades com segurança e eficiência, ou seja, que tenham a mínima autonomia para praticar essas atividades por conta própria. Enfim, é necessário que tenham acesso a conteúdos básicos de outros campos de conhecimento como fisiologia, biomecânica, nutrição e anatomia (FERREIRA, 2001, p. 45).

Ou seja, para Ferreira (2001), ao ensinar qual for a modalidade o professor deve também incluir a importância dos batimentos cardíacos, roupas e calçados adequados, o meio correto de se vestir, alimentação e hidratação antes, durante e depois, quais os benefícios que a modalidade traz para o corpo e até mesmo as lesões que poderão ocorrer.

Para que os alunos adotem estilos de vida ativa e tenham autonomia para a prática do exercício, é necessário que outros conteúdos sejam desenvolvidos na educação física escolar. Esse alargamento de conteúdos, no entanto, não significa o abandono nem a negação do desporto, mas sim o seu redimensionamento na esfera da educação física escolar (FERREIRA, 2001, p.45).

Apesar de todos esses benefícios que a atividade física traz para a vida do sujeito, o professor não pode se esquecer de alertar os seus alunos que não é somente a vida ativa e alimentação adequada que influenciará na saúde e em uma vida mais saudável, mas também outros fatores como psicológicos, social, etc.

Uma abordagem que considerasse os determinantes sociopolítico-econômicos da questão deslocaria parte da responsabilidade do indivíduo por sua situação de vida para o conjunto da sociedade. Sendo assim, campanhas eficazes de popularização do exercício físico deveriam abarcar em suas estratégias, por exemplo, a luta pela redução da jornada de trabalho sem redução salarial. Essa seria uma iniciativa de larga abrangência populacional que melhoraria as condições de vida da maioria das pessoas, contribuindo para a adoção e a modificação de hábitos e atitudes, dentre os quais estaria a prática regular do exercício físico (FERREIRA, 2001, p. 48).

Corroborando com este aspecto, Allsen (2001) afirma que a atividade física influencia de forma positiva para a saúde física e psicossocial fazendo parte em todos os estágios da vida, atua de maneira positiva no estado de espírito,

ansiedade, depressão, estresse psicológico, melhorando função cognitiva. Fatores de destacada importância para os alunos que frequentam a EJA devido ao seu estilo de vida e responsabilidades sociais como família, emprego, entre outros fatores.

Por mais que a abordagem da atividade física na Educação Física seja importante, não podemos nos esquecer que esta prática não é somente individual, existindo outros fatores que influenciam para que ela ocorra: fatores políticos, econômicos, pois se não houver algumas mudanças sociais, infelizmente grande parte da população não poderá se beneficiar com esta prática (FERREIRA, 2001).

A educação física não perde de vista o caráter multifatorial da saúde e, portanto, da qualidade de vida. Como disciplina escolar, ela não deve abandonar sua preocupação em subsidiar e encorajar as pessoas a adotarem estilos de vida ativa. Porém, esse seu papel estará limitado se ela não for capaz de promover o exame crítico dos determinantes sociais, econômicos, políticos e ambientais diretamente relacionados a seus conteúdos, de forma que as pessoas tenham autonomia para a prática de exercícios (FERREIRA, 2001, p. 49).

Segundo Ferreira (2001), não se pode esquecer que os conteúdos não podem restringir-se somente a área biológica, pois outras questões devem fazer parte para integrar o aluno a questões e ações políticas, econômicas e socioculturais, questões estas que também tem o seu envolvimento direto com a obtenção da saúde. Ou seja, deve-se capacitar o aluno a praticar exercícios e esportes, mas também fazê-lo compreender que os determinantes fisiológicos, biomecânicos, sociopolítico-econômico e culturais influenciam na prática do exercício, pois desta forma o aluno terá clareza e entendimento necessário para se ter uma vida mais saudável e ativa.

Para isso, é imprescindível que os conteúdos sejam trabalhados na EJA com uma abordagem diferenciada, que vá além da prática pela prática, pois sabemos que a EJA é geralmente composta por alunos já adultos, então é raro os que irão praticar esportes ou outras atividades físicas sem visualizar algum benefício. Contrariamente do que acontece quando se aborda questões vinculadas à saúde, já que, o aluno da EJA acaba se interessando, porque estas questões que englobam questões sobre doenças, obesidade, dentre outras, estão cada vez mais comum na vida das pessoas, sendo uma característica que muitos alunos da EJA enfrentam, pois como já citado neste trabalho, pessoas adultas tendem a ter mais doenças e problemas vinculados à saúde do que os adolescentes.

Contudo, segundo os documentos oficiais da Educação de Jovens e Adultos a Educação Física é um instrumento para possibilitar o aluno entrar em contato com a

cultura corporal, para construir e usufruir de métodos para promoção da saúde, expressar afetos, inserção social. Usufruir do tempo livre de lazer, resgatando o prazer enquanto aspecto fundamental para a saúde e melhoria da qualidade de vida, o que traz bases para fundamentar propostas de ensino da Educação Física nesta modalidade de ensino enfatizando a questão da aptidão física relacionada a saúde.

5. METODOLOGIA

5.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

Para dar respostas á estas questões o trabalho orientou-se pela abordagem qualiquantitativa, sendo uma pesquisa do tipo descritiva.

Em relação à pesquisa qualitativa, deve-se verificar que:

[...] ela possui atividades de investigação que se apresentam de forma específica e possuem características de traços comuns. Devendo-se perceber dois aspectos: o primeiro, as peculiaridades da pesquisa qualitativa e o segundo, as modalidades do tipo de investigação. A pesquisa qualitativa é uma atividade situada que localiza o observador no mundo. Consiste em um conjunto de práticas materiais e interpretativas que dão visibilidade ao mundo. Essas práticas transformam o mundo em uma série de representações, incluindo as notas de campo, as entrevistas, as conversas, as fotografias, as gravações e os lembretes [...] tentando entender, ou interpretar, os fenômenos em termos dos significados que as pessoas a eles conferem (LARA; LIMA, 2011).

Ou seja, na pesquisa qualitativa o pesquisador analisa seus dados indutivamente, tendo uma preocupação com o processo que ocorre e não somente com os resultados obtidos.

Com relação à pesquisa quantitativa pode referir-se que:

A pesquisa quantitativa é apropriada para medir tanto opiniões, atitudes e preferências como comportamentos... Essa técnica de pesquisa também deve ser usada quando se quer determinar o perfil de um grupo de pessoas, baseando-se em características que elas tem em comum (como demográficas, por exemplo). Através de técnicas estatísticas avançadas inferenciais, ela pode criar modelos capazes de prever se uma pessoa terá determinada opinião ou agira de determinada forma, com base em características observáveis (MORESI, 2003).

Então referido a pesquisa qualiquanti concluímos que:

A pesquisa qualitativa e a pesquisa quantitativa são formas de se aproximar da realidade, porém, nenhuma é tão boa que possa ser suficiente para a compreensão completa dessa realidade. Portanto, podem e devem ser utilizadas como complementares, desta forma um estudo quantitativo pode gerar questões que podem ser aprofundadas qualitativamente e vice-versa (AMARAL; MELO, 2012).

Em relação à pesquisa descritiva, podemos dizer:

As pesquisas descritivas têm como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou, então o estabelecimento de relações entre variáveis. São inúmeros os estudos que podem ser classificados sob este título e uma de suas características mais significativas está na utilização de técnicas padronizadas de coleta de dados [...] (GIL, 2002, p.43).

5.2 PARTICIPANTES

Os participantes da pesquisa foram 18 alunos matriculados na Educação de Jovens e Adultos na Escola Municipal Ignês de Souza Caetano, da cidade de Ivaiporã, PR. Todos os participantes residem no município, sendo 4 homens e 14 mulheres, com idades entre 43 a 72 anos de idade, média de idade $57,7 \pm 8,24$. Os participantes foram selecionados de forma intencional, pois na escola Ignês de Souza Caetano existe somente uma turma da EJA.

5.3 TÉCNICA DE COLETA DE DADOS

Foram utilizadas diferentes técnicas para coletar os dados desta pesquisa. Dentre elas, inicialmente utilizamos a entrevista estruturada, a qual segundo Marconi e Lakatos (2003, p. 197) é aquela que o entrevistador segue um roteiro previamente estabelecido o que permitem obter respostas as mesmas perguntas, permitindo que todas elas sejam comparadas com o mesmo conjunto de perguntas tendo diferenças somente entre as concepções dos entrevistados, não das perguntas realizadas.

Consideramos que, como apontam Fraser e Gondim (2004), “o excesso de estruturação, entretanto, inibe a livre manifestação da opinião do entrevistado”, ou seja, como as perguntas são fechadas o entrevistador não pode deixar fugir o foco da entrevista, não se aprofundando em outras questões, ou seja, a flexibilidade é reduzida. Contudo apesar de não haver a variação de questões, podemos salientar que utilizando uma entrevista estruturada facilita a análise das mesmas mais adiante. A entrevista foi realizada em dois momentos, antes (APÊNDICE A) e depois (APÊNDICE B) da intervenção realizada com os alunos da EJA.

Foram utilizadas também técnicas de medidas e avaliação para obtenção de dados referentes a Pressão Arterial, Índice de Massa Corporal e Relação Cintura Quadril. Todas as medidas foram realizadas na sala de aula da escola de acordo com os seguintes procedimentos:

- Pressão arterial - o método utilizado para o seu aferimento foi o esfigmomanômetro. Antes de iniciar o aferimento o aluno foi colocado na posição sentada apoiando o braço em uma carteira, onde o mesmo ficava na altura do coração, livre de roupas, com a palma da mão voltada para cima e cotovelo ligeiramente fletido.

- Índice de Massa Corporal (IMC) - foi calculado através do peso (Kg) e da altura (m) do aluno, e a unidade foi Kg/m². Para o peso, foi utilizada uma balança digital portátil de vidro, e para medir a altura foi utilizada uma fita métrica e um esquadro. Para a medida do peso, os alunos eram solicitados a retirar os calçados e o excesso de roupas e a medida realizada após uma inspiração profunda.
- Relação Cintura Quadril foi também utilizada á fita métrica para aferir os perímetros da cintura (cm) e do quadril (cm). Após estas medições foi realizado o cálculo para obter os resultados de Relação Cintura Quadril através da fórmula: circunferência da cintura / circunferência do quadril.

5.4 PROCEDIMENTOS

Em primeiro momento antes de se iniciar a pesquisa, houve um contato com a escola solicitando autorização para realização da pesquisa. Depois os alunos foram informados sobre a pesquisa e os procedimentos éticos para preservação da identidade dos mesmos para então responderem as entrevistas e realizarem as medidas corporais.

Após responderem a primeira entrevista, houve o início das aulas de intervenção prática durante cinco aulas distribuídas em quatro semanas, ou seja, uma aula por semana, sendo que na última semana houve duas aulas. Nestas aulas ocorreu o aferimento de algumas medidas corporais: Pressão Arterial, Índice de Massa Corporal e Relação Cintura Quadril, onde todas essas medições foram realizadas em uma sala de aula, com o auxílio de duas mesas: uma mesa para aferir a Pressão Arterial e outra para anotar os resultados; uma carteira também foi utilizada para os alunos sentarem ao aferimento da P.A, e os alunos estavam vestidos com roupas comuns (calça comprida de tecido e camiseta).

Após estas atividades, houve a entrega e explicação dos resultados, e posteriormente a intervenção com aula de ginástica aeróbica realizada pela própria pesquisadora na sala de aula da escola. Por fim, após a intervenção houve a realização da segunda entrevista com objetivo de verificar a mudança ou não nas concepções sobre Educação Física na EJA por parte dos alunos participantes.

5.5 ANÁLISE DOS DADOS

Os dados foram analisados de acordo com o referencial teórico da proposta desenvolvida na escola – Aptidão Física relacionada à Saúde, por meio do qual foram criadas as categorias temáticas para discutir e interpretar os dados coletados na intervenção, onde os mesmos foram tabulados e analisados com base no percentual de frequência das respostas. As categorias são: Concepção dos alunos da EJA com relação às aulas de Educação Física; Intervenção realizada com os alunos da EJA; Concepções dos alunos sobre a Educação Física na EJA após a realização da intervenção; O professor de Educação Física na EJA e as propostas para o ensino da Educação Física.

Com relação às categorias temáticas, podemos dizer que:

A categorização é um procedimento de agrupar dados considerando a parte comum existente entre eles. Classifica-se por semelhança ou analogia, segundo critérios previamente estabelecidos ou definidos no processo. Estes critérios podem ser semânticos, originando categorias temáticas (MORAES, 1999).

Ou seja, na categorização são reunidos os dados que seguem os mesmos critérios, tornando assim a análise mais facilitada.

Então através das categorias já citadas foram abordadas questões vinculadas a Aptidão Física relacionada à Saúde, para o desenvolvimento do trabalho.

[...] qualidade e a eficiência dos programas de educação física escolar estão estreitamente associados ao tipo de atividade que os escolares são efetivamente envolvidos durante as aulas e a proporção do tempo de participação em esforços físicos que possam induzir a adaptações fisiológicas favoráveis ao melhor funcionamento orgânico dos jovens (GUEDES e GUEDES, 2001, p. 34).

Concluimos então que, as categorias temáticas foram criadas para facilitar a análise dos dados, onde a mesma foi relacionada com a Aptidão Física relacionada à Saúde a partir das respostas dos alunos, onde discutiremos mais adiante.

6. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

6.1 CONCEPÇÃO DOS ALUNOS DA EJA COM RELAÇÃO ÀS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

A Educação Física na Educação de Jovens e Adultos (EJA), segundo Silva, Souza e Souza (2013), apresenta uma oportunidade do aluno ter um contato com a cultura corporal, tendo a promoção á saúde através do lazer, sendo este um direito do cidadão. Então devemos trabalhar com o aluno esta cultura buscando não somente o trabalho da mente ou somente do corpo mas sim os dois juntos, pois o indivíduo não pode ser visto de maneira fragmentada e sim como ser integral.

É impraticável considerar o indivíduo somente sendo um corpo ou somente uma mente, dissociados e com grau de importância distinta. É preciso que os alunos deixem de ser somente “um corpo-objeto e torne-se corpo-sujeito” (SILVA; SOUZA; SOUZA, 2013).

Conforme os autores, percebemos que a Educação Física passou a ser englobada a Educação de Jovens e Adultos pelo surgimento da preocupação do corpo e mente contribuindo assim para a formação humana do sujeito.

Partindo dessas concepções sobre a Educação Física na EJA, buscamos identificar junto ao grupo participante desta pesquisa, o seu entendimento com relação à questão. Para isso, inicialmente os alunos foram questionados sobre sua opinião com relação à Educação Física. Como podemos verificar no gráfico 1, as opiniões dos alunos diferem em alguns pontos.

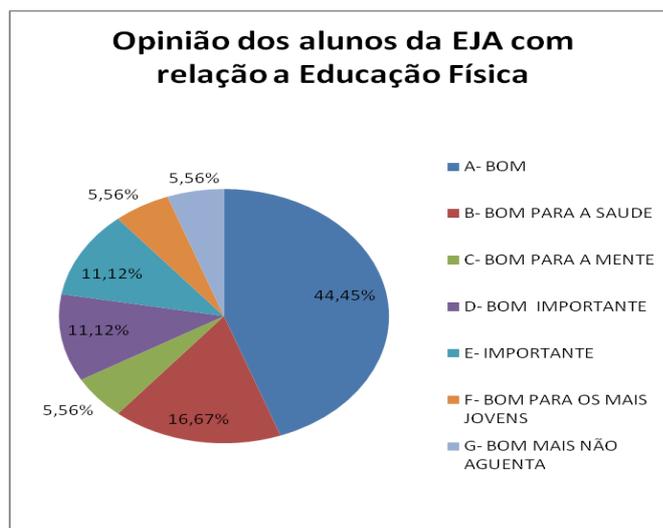


Gráfico 1 – Opinião dos alunos da EJA com relação a Educação Física

Como é possível verificar no gráfico todos os alunos avaliam a Educação Física de forma positiva, no entanto, alguns enfatizam a questão da saúde (16,67%), outros da mente (5,56%), outros ainda são categóricos em dizer que se trata de uma atividade para pessoas jovens (5,56%). Alguns também tiveram como resposta que a consideram boa, porém, “não aguentam” (5,56%), ou seja, acham que as aulas são muito pesadas; 44,45% afirmam que consideram a Educação Física bom/boa, porém sem mencionar para o que seria esse bom/boa; 11,12% acham que a Educação Física é importante não mencionando também para o que ela seria importante, e os outros 11,12% tiveram como resposta que a Educação Física é boa e importante.

Segundo Silva, Souza e Souza (2013), isso pode estar relacionado com o fato de muitos dos alunos terem um gasto energético no período do dia pelo trabalho e ao chegar à noite estão exaustos, não conseguindo realizar as atividades propostas pelo educador físico. Porém esta visão está baseada em uma visão ultrapassada, onde a Educação Física trabalha somente com aulas que se utilizem de gastos energéticos, desconhecendo inúmeros outros conteúdos que podem ser trabalhados e oportunidades de prática diferenciadas, como exemplo: compensação, relaxamento muscular, alongamentos, etc.

Apesar das respostas anteriores dos alunos dizendo que consideram a Educação Física boa, porém não aguentam, ou é direcionada para os mais jovens, na segunda pergunta da entrevista quando lhes são perguntados se em suas opiniões a Educação Física trás benefícios, todos os 18 alunos (100%), respondem que sim, que a Educação Física traz benefícios.

Com isto podemos perceber que, apesar de alguns acreditarem que a Educação Física é atividade voltada para os mais jovens ou para os mais aptos, todos reconheceram os benefícios que esta prática pode trazer para os diferentes públicos.

Este aspecto possui grande relevância na motivação dos professores para trabalhar com estes alunos, uma vez que, os alunos reconhecem que podem desfrutar de benefícios que a prática da Educação Física oferece. Estas concepções dos alunos podem estar relacionadas com suas experiências de vida com a Educação Física no decorrer de sua vida escolar, tendo de algum modo deixado experiências positivas para os mesmos.

É sucinto advertir que os alunos da EJA têm, na maioria das vezes, opinião formada sobre a Educação Física, baseada em suas experiências pessoais anteriores. Se estas foram marcadas por sucesso e prouwer, o aluno terá, provavelmente, uma visão favorável quanto a cursar as aulas. Ao contrário, quando o aluno registrou várias situações de insucesso, e de alguma forma se excluiu ou foi excluído, sua opção será pela dispensa das aulas, ou a passividade perante as atividades (SILVA, SOUZA, SOUZA, 2013).

No gráfico 2 podemos verificar a opinião dos alunos com relação ao como devem ser as aulas de Educação Física.

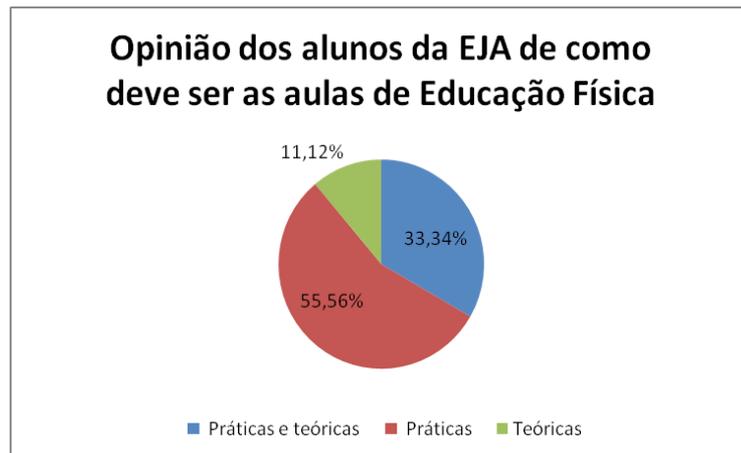


Gráfico 2 – Opinião dos alunos da EJA de como deve ser as aulas de Educação Física

Podemos observar que 55,56% dos alunos acreditam que as aulas de Educação Física devem ser práticas, 33,34% que as aulas devem ser teórico-práticas, e, 11,12% afirmam que devem ser aulas somente teóricas.

Com relação a esta questão, o que percebemos é que os alunos da EJA quando estão na escola, passam à maior parte do tempo sentados fazendo exercícios de português, matemática e outras disciplinas e que, por desconhecerem os conteúdos e/ou possibilidades que a Educação Física pode oferecer as atividades práticas acabam ganhando destaque. Por outro lado, podemos estabelecer analogias entre as respostas dos alunos que acreditam que a Educação Física deva ser somente teórica com os dados do primeiro gráfico. Considerando que muitos alunos afirmam que não teriam condições físicas para desenvolver as atividades, isso pode estar relacionado ao fato de ter aulas teóricas, abrindo a possibilidade de conhecer melhor a área da Educação Física e quem sabe, criar o hábito de práticas atividades físicas não exclusivamente nos horários destinados as aulas no período que estão frequentando a EJA.

Não podemos negar que a prática é essencial e a teoria também, porém compreendemos que trabalhar somente uma destas não proporcionará os mesmos

benefícios aos alunos como se estivessem em contato com atividades práticas e teóricas fundamentadas e relacionadas.

[...] às vezes a Educação Física é vista como lazer e valorizam as práticas corporais realizadas fora da escola e este fenômeno esta cada vez mais comum entre os alunos. Então é preciso que se inovem as aulas de Educação Física apreciando o conhecimento científico, em que os alunos tenham aulas práticas e também teóricas para assim ter mais aprendizado e preservando um modelo pedagógico e fazendo com que assumam uma tarefa que integre o aluno a cultura de movimento para formar um cidadão no mundo de hoje (FOUCAULT, 1987 apud SILVA; SOUZA; SOUZA, 2013).

O quarto aspecto traz os dados sobre o conhecimento de disponibilidade de materiais para as aulas de Educação Física na escola. Considerando as respostas dos alunos, percebemos que 83,34% dos alunos não possuem conhecimento se existem ou não materiais de Educação Física disponíveis na escola. Já 16,67% afirmam que a escola não possui materiais para desenvolver atividades de Educação Física.

Atualmente sabemos que muitas escolas públicas não têm materiais para a realização das aulas de Educação Física, ou então, possuem poucos materiais e muitas vezes em mau estado de conservação. Este fato faz com que muitos professores percam a motivação para trabalhar, pois é um dos fatores limitantes para o desenvolvimento de uma boa aula ter que improvisar todos os conteúdos em função da falta ou precarização dos materiais.

O fato dos alunos afirmarem não ter conhecimento sobre a existência de materiais para a Educação Física pode estar relacionado à questão de não estarem participando de atividades desta disciplina na EJA, não tendo desta forma, informações para falar sobre a questão.

Segundo Betti (1999), o professor geralmente espera por materiais de ótima qualidade, bolas profissionais, etc, sendo poucos os que utilizam de outros materiais alternativos diferentes dos convencionais. Isto irá refletir diretamente nas aulas, por exemplo: se a escola possui somente bolas de basquete, haverá somente aulas de basquete, deixando de lado os outros conteúdos, como por exemplo, o atletismo onde os materiais podem ser confeccionados utilizando vassouras, pneus, cadeiras, entre outros.

A utilização de material tipo sucata gerará a discussão sobre o papel do Estado e até das escolas particulares na compra dos materiais de Educação Física. Concordo que esta responsabilidade realmente é esquecida pelas instituições. Neste caso creio que devemos fazer duas coisas: brigar pela compra dos materiais, mas não deixar de oferecer um melhor conteúdo pela

falta do mesmo. Ficar de braços cruzados até a aposentadoria não resolverá nada (BETTI, 1999).

Conforme mencionado pelo autor, a falta de materiais nas escolas não é uma desculpa para não ministrar as aulas, isso pode ser entendido como uma falta de criatividade, fazendo com que as aulas se tornem desmotivadoras e rotineiras.

Por fim, no gráfico 3 podemos observar a opinião dos alunos da EJA sobre quais os conteúdos que deveriam ser abordados nas aulas de Educação Física, no caso destas aulas fazerem parte das disciplinas que teriam que frequentar.

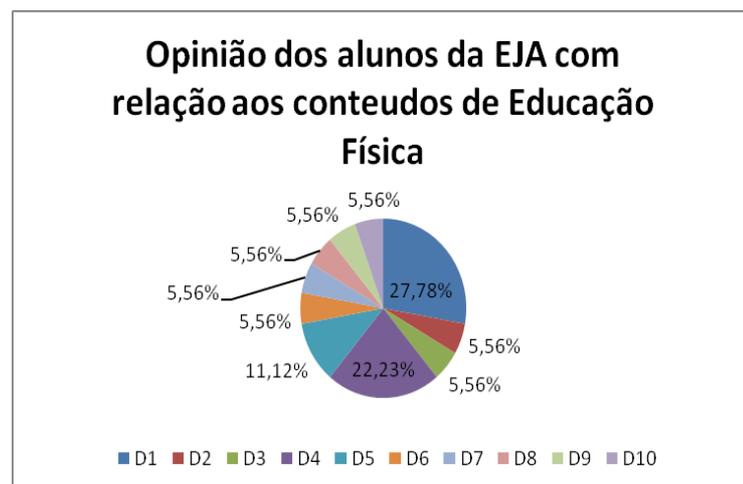


Gráfico 3 – Opinião dos alunos da EJA com relação aos conteúdos de Educação Física
 D1-DANÇA; D2-GINÁSTICA; D3-ESPORTE, GINÁSTICA, DANÇA, JOGOS E BRINCADEIRAS; D4-LUTAS E GINÁSTICA; D5-ESPORTE E GINÁSTICA; D6: DANÇA, JOGOS E BRINCADEIRAS; D7-GINÁSTICA, DANÇA, JOGOS E BRINCADEIRAS; D8-JOGOS E BRINCADEIRAS; D9-GINÁSTICA, JOGOS E BRINCADEIRAS; D10-DANÇA E LUTAS

Observamos que 27,78% dos alunos responderam que a dança deve ser um dos conteúdos abordados nas aulas. Seguido deste conteúdo aparece a ginástica com 22,23% das respostas e, esporte, ginástica, dança, jogos e brincadeiras com 11,12% das respostas dos alunos. É importante salientar que nesta questão os alunos tiveram a possibilidade de apontar mais que um conteúdo a ser trabalhado em suas respostas. Os outros dados que tem como porcentagem 5,56% são combinações de respostas onde os alunos marcaram luta e ginástica; esporte e ginástica, etc.

Considerando os dois conteúdos mais citados, dança e ginástica, podemos compreender que isso pode se dar pelo fato de muitos alunos participarem destas atividades em outros grupos como por exemplo, grupo da terceira idade. Estes

grupos possuem projetos onde estas atividades estão inclusas e é possibilitado a participação em atividades com encontros organizados semanalmente.

A prática da ginástica na Educação de Jovens e Adultos é um conteúdo que também cria um elo com as práticas corporais presentes na Educação Física fornecendo benefícios:

O estudo da ginástica pretende favorecer o contato do educando com as experiências corporais diversificadas, seu caráter preventivo, modismo, melhora da aptidão física, tem o objetivo de conscientizar os educandos de seus possíveis benefícios, bem como os danos causados pela sua prática inadequada ou incorreta (PROJETO POLÍTICO PEDAGÓGICO, 2012).

A dança também é um componente curricular que trás benefícios para o aluno, criando além de benefícios para a saúde trás também benefícios sociais, assim como a ginástica e os outros conteúdos.

A dança a ser trabalhado na EJA contribui para o desenvolvimento, conhecimento e ritmo do corpo. Ao relacionar-se com o outro, cada gesto representa sua história, sua cultura, como manifestação de vida, por meio de um processo contínuo de integração e relacionamento social (PROJETO POLÍTICO PEDAGÓGICO, 2012).

O esporte, as lutas e os jogos foram os menos escolhidos, isto pode ter ocorrido pelo fato de os alunos acharem que não estão mais com idade apropriada para a prática de esportes e lutas, optando por danças e ginásticas, que são atividades que fazem parte do seu cotidiano. Porém não poderíamos deixar de citar aqui os benefícios que estes conteúdos trazem para os alunos da EJA.

Em relação ao esporte, podemos analisar que:

O esporte pode ser abordado pedagogicamente no sentido de esportes “da escola” e não “na escola”, como valores educativos para justificá-lo no currículo escolar da EJA. Se aceitarmos o esporte como prática social, tema da cultura corporal, devemos questionar suas normas resgatando os valores que privilegiam o coletivo sobre o individual, o compromisso da solidariedade e respeito humano, que se deve jogar com o outro e não contra o outro (PROJETO POLÍTICO PEDAGÓGICO, 2012).

Refletindo sobre isto podemos verificar que o esporte contribui positivamente para o desenvolvimento social do aluno da EJA, tendo valores educativos e de solidariedade com o próximo.

Com relação aos jogos, podemos analisar que o mesmo ajuda no desenvolvimento intelectual do aluno, oportunizando o aluno a refletir sobre o assunto abordado no jogo.

Os jogos oportunizam ao jovem e ao adulto experimentar atividades prazerosas, que envolvam partilhas, negociações e confrontos que estimulem o exercício de reflexão sobre as relações entre as pessoas e os papéis que elas assumem perante a sociedade, bem como a possibilidade

de resgatar as manifestações lúdicas e culturais (PROJETO POLÍTICO PEDAGÓGICO, 2012).

Segundo Betti (1999), a escola utiliza o esporte como se fosse o único conteúdo que se consegue ensinar, deixando de lado os outros conteúdos, e isto se dá principalmente pela influência da Educação Física inglesa que tinha um caráter de treinamento e militar. Geralmente o professor divide cada bimestre do ano letivo com um esporte em cada, por exemplo: 1º Bimestre – handebol, 2º Bimestre – voleibol, 3º Bimestre – basquete, 4º Bimestre – futebol, baseando a Educação Física somente em esportes. Isto pode ocorrer pelo fato de o professor ter uma certa insegurança por não dominar os outros conteúdos, porém o mesmo não necessita saber todos onde isto não impossibilita-o de ensinar, o professor deve utilizar-se de recursos como vídeo, jornais, revistas e outros meios de comunicação para o ensino, e com isto mostrar ao aluno o seu interesse de ensiná-lo.

6.2 INTERVENÇÃO REALIZADA COM OS ALUNOS DA EJA

Partindo das concepções apontadas pelos alunos da EJA com relação à Educação Física, elaborou-se uma proposta de intervenção com o intuito de demonstrar algumas possibilidades que a Educação Física pode oferecer, assim como destacar sua importância quando desenvolvida neste âmbito do ensino.

A proposta de intervenção foi realizada em 5 aulas de Educação Física e esteve fundamentada em aspectos relacionados a aptidão física e saúde, já que, conforme apontado por Nahas (1995), é através da educação que deve-se orientar a importância de ter um estilo de vida ativo como um hábito realizando atividades físicas regulares.

As atividades desenvolvidas foram basicamente de medidas e avaliação física dos alunos, sendo eles: IMC, Relação Cintura Quadril e Pressão Arterial, e, desenvolvimento de aulas de ginástica aeróbica. Atividades estas, apresentadas detalhadamente abaixo.

Num primeiro momento foram realizadas as medidas e aferição dos aspectos acima citados. A primeira medida diz respeito ao IMC dos alunos. O IMC trata-se do Índice Massa Corporal, o qual “é calculado pela divisão da massa corporal em quilogramas pelo quadrado da estatura em metros, como indicador do estado nutricional de adultos” (ANJOS, 1992). Através do valor obtido pela divisão do peso

pela altura ao quadrado, o resultado mostra se a pessoa estará em seu peso ideal, abaixo ou acima do seu peso.

Com relação a esta medida, o gráfico 4 apresenta os resultados obtidos na avaliação dos alunos.

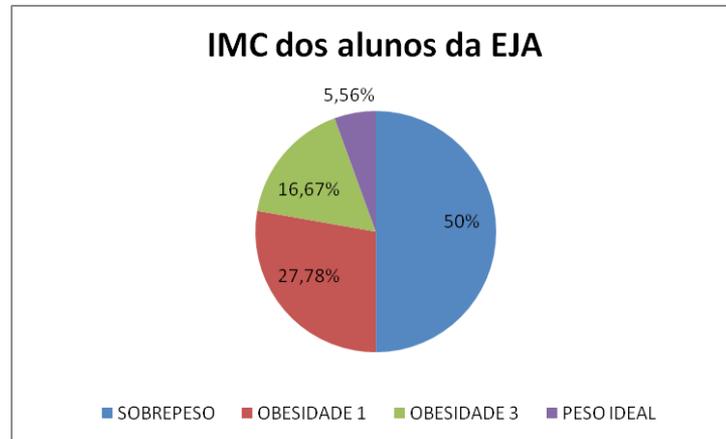


Gráfico 4 – IMC dos alunos da EJA

Conforme o gráfico 50% participantes do estudo apresentam sobrepeso; 27,78% apresentam obesidade grau I, 16,67% apresentam obesidade grau II, e apenas 5,56% apresentam peso ideal.

Isso nos mostra que quase o total de alunos está fora do seu peso ideal podendo assim ocasionar diversas complicações para a saúde.

[...] utilização dos tradicionais limites de corte sugeridos por vários autores são: baixo peso (BP; $IMC < 20$), normal ($20 \leq IMC < 25$), sobrepeso (SP; $25 \leq IMC < 30$) e obeso ($IMC \geq 30$). Há, ainda, a proposta da separação de obesidade em graus (Garrow): obesidade grau I seria quando o IMC ficasse entre 25 e 29,9; grau II quando o IMC ficasse entre 30 e 39,9; e grau III quando o IMC fosse superior a 40. A utilização desta terminologia deve ser feita com cautela, já que, por definição, obesidade significa excesso de gordura corporal⁴, o que, na verdade, não é medido através do IMC (ANJOS, 1992).

Com base nisso podemos verificar que o IMC mede a massa corpórea do corpo todo, ele não distingue músculos, gordura, tecido ósseo, etc, ou seja, a partir do IMC não podemos saber a porcentagem de gordura corporal ou de algum outro tecido. A partir disto podemos concluir que o IMC deve ser realizado em pessoas sedentárias, pois se realizado em pessoas com grande quantidade de músculos o resultado do IMC será elevado, como se esta pessoa estivesse acima do seu peso ideal.

A segunda medida avaliada foi a Relação Cintura-Quadril (RQC). O RCQ é obtido pela divisão dos perímetros da cintura (cm) e do quadril (cm), onde 0,8 para o

sexo feminino e 1,0 para o masculino. A partir deste cálculo realizado: cintura/quadril podemos através do mesmo relatar se o indivíduo está com algum risco de doenças cardiovasculares, sendo estes riscos: baixo, moderado, alto e muito alto.

Estudos prospectivos mostram que a gordura localizada no abdômen é fator de risco para doenças cardiovasculares, diabetes mellitus e alguns tipos de cânceres, como o de mama, de ovário e de endométrio [...] A distribuição de gordura corporal tem forte determinação genética, mas fatores como sexo, idade, e outros comportamentais, como tabagismo e atividade física, podem ser determinantes (MACHADO; SICHIERI, 2002).

Como o percentual de IMC não se mostra positivo, isto também reflete na RCQ, onde apenas 5,56% apresentam risco baixo, e os demais apresentam risco de moderado a muito alto – 38,89% apresentaram RCQ moderado, 33,34% apresentaram RCQ alto e, 22,23% apresentaram RCQ muito alto. Na tabela abaixo estará especificado os valores de RCQ associados à idade e risco para a saúde, os quais serviram de base para avaliarmos os resultados obtidos.

Tabela 1- Valores de RCQ associados à idade e risco para a saúde

		RISCOS			
	IDADE	BAIXO	MODERADO	ALTO	MUITO ALTO
HOMENS	20-29	<0,83	0,83-0,88	0,89-0,94	>0,94
	30-39	<0,84	0,84-0,91	0,92-0,96	>0,96
	40-49	<0,88	0,88-0,95	0,96-1,00	>1,00
	50-59	<0,90	0,90-0,96	0,97-1,02	>1,02
	60-69	<0,91	0,91-0,98	0,99-1,03	>1,03
MULHERES	20-29	<0,71	0,71-0,77	0,78-0,82	>0,82
	30-39	<0,72	0,72-0,78	0,79-0,84	>0,84
	40-49	<0,73	0,73-0,79	0,80-0,87	>0,87
	50-59	<0,74	0,74-0,81	0,82-0,88	>0,88
	60-69	<0,76	0,76-0,83	0,84-0,90	>0,90

Fonte: Bray; Gray 1988 apud MIQUELETO, 2006.

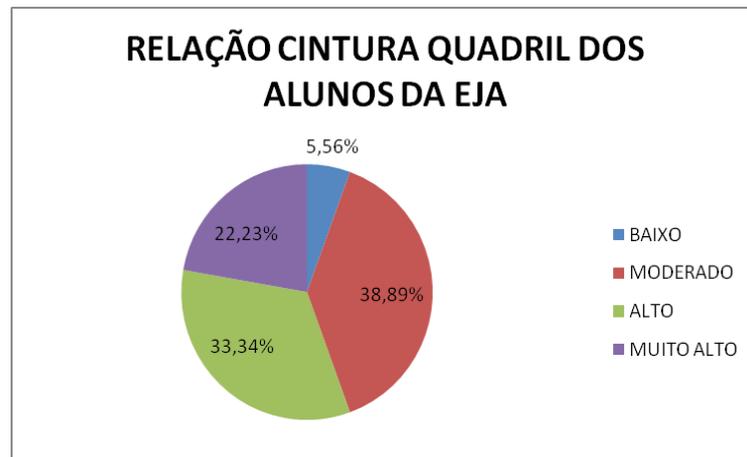


Gráfico 5 – Relação Cintura Quadril dos alunos da EJA

Como o RCQ é um dos meios para se medir a gordura corporal levando em consideração os riscos que podem causar, pode dizer que:

Estudos indicam que homens e mulheres com gordura corporal relativa acima dos valores aceitáveis de referência, apresentam maiores riscos para doenças crônicas não transmissíveis como cardiopatias, acidentes vasculares cerebrais, hipertensão, dislipidemias, diabetes melito, aterosclerose, cálculo biliar, neoplasias, entre outras (LIMA; GLANER, 2006).

Por fim, foi realizada a aferição da Pressão Arterial dos alunos. A pressão arterial é, segundo Busato (2001), a força com a qual o coração bombeia o sangue através dos vasos. É determinada pelo volume de sangue que sai do coração e a resistência que ele encontra para circular no corpo.

A P.A teve o seu maior índice em estar abaixo de 120 x 80 mmHg, ou seja, 61,12% dos alunos apresentaram pressão arterial inferior ao valor acima, e 38,89% apresentam P.A. acima de 120 x 80 mmHg. Vale ressaltar que alguns alunos que obtiveram P.A. inferior a 120 x 80 mmHg relataram que tinha pressão arterial alta, porém a controlava com remédios prescritos pelo médico.

[...] a pressão arterial elevada, lábil ou fixa, sistólica ou diastólica, em qualquer idade ou sexo, quando tomada como fator único, emerge como o mais potente contribuinte para a mortalidade e morbidade cardiovascular (CARVALHO et al, 1983).

Então podemos observar que a pressão arterial estando alta pode trazer complicações cardiovasculares para a saúde do indivíduo, como a mortalidade e morbidade cardiovascular. A pressão arterial está muitas vezes relacionada com o peso corporal relacionado à gordura corporal do indivíduo, e não somente a fatores genéticos.

Após aferir todos estes dados e analisá-los, realizamos a entrega dos resultados para cada aluno, onde a pesquisadora explicou a cada um os resultados obtidos, mostrando os possíveis riscos que alguns estavam sujeitos pelo alto valor do IMC, RCQ e P.A. A reação apresentada pelos alunos que possuíam níveis elevados de Pressão Arterial, IMC e/ou Relação Cintura Quadril, foi de surpresa, pois eles não imaginavam que estavam com estes índices elevados. Então conforme a apresentação dos resultados surgiu perguntas sobre como prevenir e como melhorar estes resultados.

Com base nisso, cada aluno recebeu uma explicação em forma de um pequeno texto sobre dos benefícios que os exercícios físicos trazem para a saúde do corpo, explicando de forma teórica para os mesmos quanto o exercício poderá ajudá-los a controlar e preservar algumas doenças. Após a explicação os alunos colaram em seus cadernos o pequeno texto estudado em sala.

Na sequência, foi feita uma prática de dança aeróbica, onde ao som de uma música os alunos realizaram passos aeróbicos por cerca de 30 minutos. O resultado foi excelente, pois os alunos queriam repetir a sequência novamente. Nesta prática primeiramente foi feito uma alongamento rápido, e logo em seguida houve a parte prática, e por último foi realizado um alongamento novamente, porém mais completo para a volta à calma, restabelecendo a frequência cardíaca.

Após os alunos participarem desta prática, houve um reforço na explicação dos benefícios do exercício físico relacionados ao IMC, RCQ e P.A., expondo o quanto a prática regular trará benefícios para cada um, considerando que

a inatividade física e baixo nível de condicionamento físico têm sido considerados fatores de risco para mortalidade prematura tão importantes quanto fumo, dislipidemia e hipertensão arterial. Estudos epidemiológicos têm demonstrado forte relação entre inatividade física e presença de fatores de risco cardiovascular como hipertensão arterial, resistência à insulina, diabetes, dislipidemia e obesidade. Por outro lado, a prática regular de atividade física tem sido recomendada para a prevenção e tratamento de doenças cardiovasculares, seus fatores de risco, e outras doenças crônicas (CIOLA; GUIMARÃES, 2004).

Por fim, podemos perceber que a falta de uma vida ativa reflete diretamente na saúde, então a partir destes dados obtidos nos alunos da EJA foi possível alertá-los dos possíveis riscos e orientá-los a ter uma vida mais ativa através da prática de exercícios físicos regulares e alimentação balanceada, mostrando que nas aulas de Educação Física é possível cuidar da saúde através de várias estratégias e conteúdos para as aulas e não somente a prática de esportes como destacado nas concepções dos alunos antes de realizar a intervenção.

6.3 CONCEPÇÕES DOS ALUNOS SOBRE A EDUCAÇÃO FÍSICA NA EJA APÓS A REALIZAÇÃO DA INTERVENÇÃO

Nesse capítulo vamos analisar as respostas dos alunos na segunda entrevista, fazendo uma comparação com as respostas anteriores. Em relação à primeira questão da segunda entrevista podemos observar que, as percepções iniciais dos alunos foram confirmadas. No entanto, verificamos que surgiram alguns elementos novos, principalmente para aqueles que achavam que teriam dificuldades ou para os que definiam uma faixa etária específica para participarem das aulas.

Apesar das respostas terem sido positivas, pode-se perceber que, pelo fato de a maioria ainda ter certa dificuldade de se expressar ao responder, onde isto é dado pelo fato de os alunos terem dificuldade com as palavras pela ausência e/ou pelo mínimo de estudo que possuem, as respostas da primeira entrevista reapareceram com frequência: boa, importante, boa para a saúde, etc, porém acrescentando algo a mais em relação à Educação Física, mesmo com dificuldade.

Sabemos que ingressar em uma turma para jovens e adultos não deve ser tarefa fácil, pois para alguns pode ocorrer certo desconforto ou vergonha em iniciar atividades escolares depois da idade apropriada. A EJA é um lugar onde o aluno volta ou inicia os seus estudos, porém sabemos que alguns fatores influenciam no aprendizado.

Apesar dos amparos legais, que determinam as características e objetivos desta modalidade de ensino, sabemos que a mesma ainda não garante uma educação de qualidade para os sujeitos que buscam na EJA uma oportunidade de ascensão social – melhores empregos e salários –, ou mesmo uma satisfação pessoal em elevar o nível de conhecimento (SOGLIA; SANTOS, 2012).

O fato é que, infelizmente a educação neste âmbito não está como deveria, então o índice de evasão tem sido muito alto, ou seja, alguns alunos entram na EJA,

porém não permanecem, e isto pode estar ocorrendo pelo fato de a escola não atender as expectativas desta população, onde o ambiente, infraestrutura, metodologia, podem estar influenciando nesta permanência destes alunos, pois todas as características citadas influenciam no aprendizado (SOGLIA; SANTOS, 2012).

Apesar de alguns alunos terem tido dificuldade em responder, notou-se que os que tinham respondido que a Educação Física era boa mais não aguentavam praticá-la, ou que era para os mais jovens, após a intervenção seus conceitos mudaram, pois perceberam que “aguentavam” sim a sua prática e que era também importante para pessoas mais velhas e não somente para os mais jovens.

Outras respostas surgiram em forma de complementação da sua concepção inicial, ou seja, alunos que responderam somente bom em relação à Educação Física, após a intervenção responderam que continuavam achando boa e acrescentaram: importante, boa para o corpo, boa para a saúde, que as aulas são legais, divertidas, interessantes, melhores do que achavam ou um meio para se manter em forma. Então percebemos que algo mudou em relação aos conceitos destes alunos em relação à Educação Física, mesmo em pouco período de tempo esses alunos puderam perceber que a Educação Física escolar pode trazer diversos benefícios para sua qualidade de vida.

O fato dos alunos terem acrescentado e mudado os conceitos em relação à Educação Física pode ter ocorrido porque a maioria dos alunos que faz parte da EJA trabalha no período diurno, então ao chegar a noite se sentem cansados, e se as aulas forem sempre em um ritmo monótono ou muito intenso a falta de motivação aumenta ainda mais, levando esses alunos a abandonarem os estudos. Então aulas dinâmicas que os motivem e ao mesmo tempo tragam conhecimentos, pode ser um caminho para mantê-los na escola (SOGLIA; SANTOS, 2012).

Como as aulas propostas nesta intervenção tiraram os alunos da monotonia e levaram conhecimentos novos, os mesmos se sentiram incentivados, percebendo que a Educação Física também tem conhecimentos a serem aprendidos.

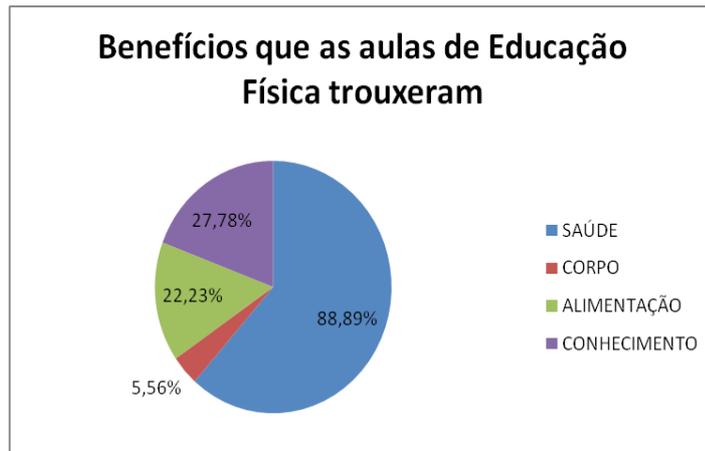


Gráfico 6 – Benefícios que as aulas de Educação Física trouxeram

Essa questão pode ser percebida também no que diz respeito à opinião dos alunos com relação aos benefícios que as aulas de Educação Física podem proporcionar, é importante relatar que as respostas estiveram relacionadas a mais de um aspecto, sendo eles, saúde, corpo, alimentação e conhecimentos, correspondendo a mais de 100%. As respostas que obtiveram maior frequência são as relacionadas à saúde (88,89%), ou seja, na opinião da maioria, as aulas de Educação Física podem trazer benefícios para a saúde. É importante considerar que isso pode ter sido influenciado pelo enfoque dado a intervenção realizada. Por outro lado, percebemos que, apesar de terem sido uma intervenção curta, esses alunos já puderam perceber a importância do conteúdo trabalhado, o que pode estimular a mudança de hábitos, como relatado por alguns alunos que começaram a realizar caminhadas.

Como sabemos, a Educação Física ajuda sim na melhoria da saúde, e isto está claro nas próprias respostas dos alunos. Em relação ao exercício podemos dizer que: “o exercício físico é uma forma de lazer e de restaurar a saúde dos efeitos nocivos que a rotina estressante do trabalho traz” (SILVA et al., 2010).

Ou seja, através da prática regular de exercícios a qualidade de vida do sujeito melhora, diminuindo assim não somente o estresse diário como coloca o autor, mais também outras questões relativas ao corpo e ao psicológico,

inatividade física e um estilo de vida sedentário estão relacionados a fatores de risco para o desenvolvimento ou agravamento de certas condições médicas, tais como doença coronariana ou outras alterações cardiovasculares e metabólicas (SILVA et al, 2010).

Na sequência observamos no gráfico 6 que o segundo elemento com maior porcentagem foi o relacionado ao conhecimento com 27,78%, ou seja, segundo os

alunos as aulas de Educação Física trouxeram conhecimentos, dentre esses podemos citar: conhecimentos de saúde, de alimentação, de como se cuidar melhor, experiências, conhecimentos sobre os índices de IMC, RCQ e Pressão Arterial. Os alunos reconhecem que a Educação Física não é somente prática como muitos pensavam mas também teoria, onde para a obtenção desse mínimo de conhecimento foi necessário fundamentação teórica.

A teoria vinculada a prática traz benefícios para o aluno tornando a aula e o seu conhecimento mais amplo e completo, então com relação a essas podemos dizer que “ela deve contribuir para a atividade intelectual e para a formação do cidadão”, ou seja, o professor deve trabalhar e ensinar os seus conteúdos da melhor forma possível para alcançar os seus objetivos, onde além da preocupação com o corpo deve preocupar-se com o intelectual, mostrando ao aluno na teoria os benefícios da prática, ou seja, prática não existe sem teoria, e vice e versa (BARROS; ARAÚJO, 2008).

Os dois últimos elementos que compõem o gráfico são os aspectos relacionados à alimentação (22,23%) e ao corpo (5,56%). Em relação ao corpo, quando o aluno cita que os benefícios que a Educação Física trouxe são no cuidado com o corpo, entendemos que ele fala de uma maneira geral englobando conhecimentos a saúde, alimentação, ou seja, cuidar do corpo como um todo.

A alimentação é um fator que influencia na saúde e bem estar do indivíduo, pois uma alimentação mal planejada, em excesso ou em falta, com poucos nutrientes, traz riscos para a saúde e qualidade de vida.

O estabelecimento de guias de alimentação e nutrição saudável tem por base o reconhecimento de que um nível ótimo de saúde depende da nutrição. Com o aumento da obesidade e das doenças associadas à obesidade, no Brasil, há que se combinar orientações para a redução das deficiências nutricionais, ainda presentes, com orientações visando a prevenção das doenças crônicas não transmissíveis (SICHIERI et al, 2000).

Segundo Sichieri et al (2000), uma alimentação saudável ajuda prevenir essas doenças através da obtenção de hábitos saudáveis como o consumo de frutas, verduras, fibras, ferro, horário de cada alimentação, fazer todas as refeições, praticar exercícios e atividades físicas, diminuir o consumo de sal, açúcar, álcool; com a obtenção desses hábitos saudáveis o sujeito tem mais chances de manter sua saúde em dia, sem complicações.

No que se refere à opinião dos alunos com relação às estratégias e conteúdo que foi utilizado nas aulas, eles afirmaram que concordam com os mesmos,

mostrando assim que perceberam a importância dos conhecimentos tratados e que estes foram fatores determinantes para as pequenas mudanças nas concepções que apresentavam antes da intervenção.

Para finalizar, foram avaliados os pontos positivos e negativos das atividades propostas, onde todos os alunos enfatizaram os aspectos positivos, dos quais foram selecionados os mais abrangentes e significativos, sendo eles: “a professora ensinou bem”; “ajudou a entender melhor sobre os assuntos abordados”, “logo agora que começou a estudar na EJA já aprendeu bastante coisa sobre a saúde”. Como ponto negativo, mas não relacionado com a intervenção realizada, foi à descoberta que a avaliação física realizada trouxe, isto é, alguns resultados negativos para a saúde.

Com isso podemos perceber que em uma pequena intervenção já apareceram alguns resultados, no sentido de os alunos compreenderem que a Educação Física não é algo somente para o ensino de crianças e adolescentes, mas é importante para qualquer faixa etária, que os benefícios podem ser maiores na medida em que a prática de atividade física se torne regular na vida de cada um e que isso pode contribuir de forma significativa para o seu bem estar e qualidade de vida.

6.4 O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA EJA E AS PROPOSTAS PARA O ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Um dos aspectos que mais observamos quando pensamos no professor de Educação Física escolar é a questão da motivação. Um professor que saiba motivar com certeza terá sucesso em suas aulas. Para isto ocorrer o professor deve sempre trazer atividades diferentes para instigar a motivação do aluno (XAVIER NETO; ASSUNÇÃO, 2005).

Não somente na EJA, mas o professor tem que ter clareza, já determinado o que irá ensinar conhecer os seus alunos e ter definido o seu objetivo com os mesmos, onde a ordem não é algo arbitrário, onde isto depende de cada professor (SOARES et al, 1992). O professor deve saber como incentivar, não com aulas rotineiras, mas sim com aulas que tragam o aluno para perto o fazendo se interessar pelo que está sendo estudado mostrando que aquilo será benéfico para sua vida fora da escola.

Como a Educação Física nos cursos noturnos não é obrigatória (LDB 9.394/96), está aí mais um ponto no qual o professor deve criar atividades para chamar a atenção dos alunos, mostrando o impacto que ela trará para a vida do sujeito, e isto é um desafio para o professor de Educação Física na EJA: aulas planejadas e prazerosas.

Para as aulas terem um bom desenvolvimento o professor deve saber quem são os seus alunos e como a Educação Física deve ser desenvolvida com os mesmos (BRASIL, 2002). Ou seja, o professor deve ser criativo, organizado, incluir todos, valorizar o seu aluno, apoiá-lo.

O professor sendo motivante ele terá sucesso em suas aulas, e com esse sucesso ele poderá ver até onde os seus conteúdos desenvolvidos atendem aos seus alunos. O professor sem criatividade, que deixam suas aulas caírem na rotina, faz crescer o quadro que a Educação Física não é essencial para o indivíduo, aumentando a desvalorização do profissional (SOARES, 1996).

Não se desafia a inteligência do aluno com a repetição do que ele já sabe ou com a reprodução superficial do que os mídia oferecem, ou ainda, com o pronto atendimento do desejo da criança e do jovem. O desejo também é construído socialmente [...] gosta-se, em princípio, do que se conhece. Rejeita-se, em princípio, o desconhecido, o difícil, o elaborado organizar criativamente o conhecimento a ser tratado no tempo [...] produzir desafios com este desconhecido, arrancar alegria a cada conquista (SOARES, 1996).

O professor é o principal e o mais importante elemento para a Educação Física ser motivadora, mostrando em suas aulas, práticas que lhes tragam prazer, devendo instigar o aluno a praticá-la regularmente, onde ao deixar a escola, o aluno mantenha isto como um cidadão comum, ou até mesmo fazendo nascer no aluno a vontade de se tornar professor, ou seja, o professor deve dar oportunidade ao aluno a prática de atividades físicas e não somente fazer as aulas como se fosse obrigação (JOAQUIM JÚNIOR, 2000).

É de se pressupor então que, antes de mais nada, o professor de Educação Física deve estar conscientizado do seu papel de motivador e que as teorias da motivação devem fazer parte da sua filosofia de ensino (JOAQUIM JÚNIOR, 2000).

Segundo Joaquim Júnior (2000), para se tornar um excelente professor, deve não se limitar e se especializar em uma determinada modalidade, mas sim se habilitar e conhecer diversos conteúdos para poder transmití-lo aos alunos, influenciando positivamente, não tornando as aulas monótonas.

o melhor professor é aquele que revela competência, sensibilidade, interesse, amizade, amor, comunicabilidade, maturidade e outros itens

menos destacados. Por sua vez, o pior professor demonstra incompetência, agressividade, inacessibilidade, prepotência, desinteresse e imaturidade (NEVES 1982, p. 45 apud JOAQUIM JUNIOR, 2000).

Ou seja, o professor deve manter um laço de amizade com o seu aluno, pois assim será mais fácil trazê-lo para perto e então motivá-lo. O ensino deve ser de tal forma que possibilite ao aluno transmitir estas informações com outras pessoas, e este ensino deve ser dado de forma que o professor oriente o seu aluno não somente dentro da escola, mas também trazendo conhecimentos e conselhos que o ajudará fora do âmbito escolar, fazendo o aluno refletir, modificando também a realidade.

O professor bem informado, bem preparado e, principalmente, motivado é um elemento importante para que a Educação Física Escolar seja mais interessante ao seu aluno, além de ser um conscientizador para que este, ao ultrapassar as fronteiras da escola, continue a praticar uma atividade física no seu lar, na vizinhança e em outros setores da comunidade (JOAQUIM JUNIOR, 2000).

Além da motivação outro fator significativo é o professor ter claro, qual sua concepção de Educação Física, seus objetivos, seus conteúdos e as formas metodológicas de trabalhar, assim como de avaliar e reavaliar constantemente seu trabalho.

Considerando as possibilidades que uma concepção de Educação Física voltada para a aptidão física e saúde podem oferecer na fundamentação das aulas, assim como para o desenvolvimento dos alunos, elencamos alguns pontos que o professor precisa considerar ao planejar as suas aulas.

Para um planejamento adequado nas aulas de Educação Física é necessário que se de continuidade de ano em ano, aonde a complexidade vá aumentando progressivamente, introduzindo a educação para a atividade física e saúde, e trabalhando interligados os aspectos afetivo, cognitivo e psicomotor, atendendo assim as características e necessidades de cada aluno, com o objetivo de induzir os alunos a terem os hábitos saudáveis abordados nas aulas regularmente. Então as aulas devem proporcionar, conforme apontam Nahas; (CORBIN, 1992 apud NAHAS et al, 1995).

aquisição de conhecimentos sobre atividades físicas para o bem estar e saúde em todas as idades; estimular atitudes positivas em relação aos exercícios e prática esportiva; proporcionar independência (auto-avaliação, escolha de atividade e programas) em termos de aptidão física relacionada a saúde; oportunizar experiências de atividades físicas agradáveis, estimulantes, mas que não exijam grandes habilidades motoras, permitindo a prática continuada com a percepção de auto competência resguardada.

Segundo Nahas et al (1995), através de trabalhos realizados, foi possível detectar conteúdos que podem ser desenvolvidos nas aulas relacionadas a saúde e aptidão física: sistema cardiovascular, músculos, articulações, nutrição, controle de peso, condicionamento, dentre outros, onde todos esses assuntos podem ser trabalhados com a questão: exercício e saúde. A forma para abordá-los tem que ser de maneira que não sejam monótonas e rotineiras, ou seja, através de slides, vídeos, palestras, textos, laboratório (avaliações físicas).

As práticas, conforme o autor citado, além de proporcionar os benefícios à saúde devem proporcionar momentos lúdicos e recreativos, onde as aulas propostas devem fazer com que o indivíduo leve-a por toda a vida. Outro ponto importante com relação às aulas é que o professor não deve manter aulas somente teóricas ou somente práticas, o professor deve intercalar a prática e teoria de forma que ambas não se tornem cansativas e se complementem.

Com relação à avaliação, a mesma deve ser feita de forma contínua, por meio de variados instrumentos, tais como testes para saber como que anda o aprendizado do aluno, porém o mesmo deve permitir um autoconhecimento e não desmotivação ao aluno (NAHAS et al, 1995).

A Educação Física é a área que oferece a maior responsabilidade de promover o desenvolvimento humano através de atividade física. Particularmente nas escolas, a Educação Física tem uma contribuição educacional relevante para todos os indivíduos (e que lhe é exclusiva) relacionada com o desenvolvimento motor e a aptidão física para o bem estar e a saúde (NAHAS et al, 1995).

Por fim, o professor deve criar uma cultura no aluno na qual o mesmo deve tratar a Educação Física como matéria para a sua educação e formação, e não somente como obrigação, não vendo os benefícios que a mesma proporciona.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O intuito deste trabalho foi compreender a importância que a Educação Física exerce para os alunos da EJA de uma escola pública de Ivaiporã e os seus conceitos sobre as aulas. Através das aulas podemos perceber que desde o início os alunos já tinham uma concepção que a Educação Física era algo bom, porém sem dar muita ênfase, e outros até achavam que a mesma era algo para pessoas mais jovens ou que então não a aguentavam, porém após a inclusão de algumas aulas podemos ver a mudança que obteve principalmente nestes alunos que a viam desta maneira: para os mais jovens e que não aguentavam, os mesmos puderam observar o efeito que as aulas trouxeram para suas vidas naquele momento.

Sabemos das limitações deste trabalho, ressaltando principalmente a questão do período de intervenção que foi relativamente curto, para tratar dos inúmeros conteúdos e poder mostrar para os alunos o quanto a Educação Física é benéfica. Porém não podemos deixar de observar e analisar que em tão pouco tempo foi o necessário para iniciar uma mudança de opiniões em torno da Educação Física e mudança de hábitos como relatado pelos alunos por conta destas poucas aulas de Educação Física, concluindo assim que é possível sim trabalhar a Educação Física na Educação de Jovens e Adultos. Sendo assim, um trabalho planejado e executado num período maior certamente poderá trazer resultados mais significativos e de fato provocar mudanças no estilo de vida dos alunos, assim como na melhoria de sua qualidade de vida.

O nosso tema abordado foi à aptidão física – Educação Física e Saúde, mas isso não quer dizer que o professor só tem que trabalhar saúde em suas aulas se esquecendo dos esportes, danças, etc., com outra abordagem que não relacionada a saúde especificamente. O intuito foi mostrar que a partir desta concepção relacionada à saúde é uma forma de trazer o aluno da EJA para próximo das aulas e do professor, mostrando que é capaz trabalhar aspectos que estão tanto em evidência na vida dessas pessoas nas aulas de Educação Física.

A partir disso, abre-se a possibilidade de iniciar o ensino de outros conteúdos mostrando ao aluno, por exemplo, que o futebol é um esporte que trabalha níveis aeróbios, explicando o que deve ingerir antes durante e depois de cada aula, porém não deixando de lado o ensino da técnica, das regras deste esporte, mostrando também o porquê muitas pessoas não conseguem praticá-lo ou se alimentar

adequadamente, questões estas que estão em torno de processos sociais e políticos, tornando-o um cidadão crítico, e até mesmo trabalhar o desenvolvimento motor no simples ato de chutar uma bola.

Com relação aos resultados da intervenção ficou evidente que os resultados obtidos com a avaliação física realizada nos alunos e os índices que fogem a normalidade, destacamos a importância no sentido de demonstrar o quanto é essencial a prática de exercícios físicos, e o quanto é importante ter uma vida saudável para a obtenção da qualidade de vida.

Com relação ao perfil do professor para trabalhar nesta modalidade de ensino apontamos para a necessidade de o professor de Educação Física ser motivador como já citamos, ensiná-lo de tal maneira que o mesmo possa continuar a prática administrada nas aulas fora deste âmbito e poder passar os seus conhecimentos para outras pessoas, o professor deve ser amigo, confiante, fazer o aluno gostar das aulas e não somente praticar por praticar, ou seja, realizar o ato sem pensar no movimento. Além disso, ser um professor capaz de demonstrar por meio de sua prática a importância do seu trabalho, dos elementos que envolvem e da necessidade de planejar e executá-lo fundamentado em concepções teóricas claras a respeito do que é a Educação Física, quais são os seus objetivos e conteúdos.

Por fim, os caminhos que a Educação Física deve seguir ao ser englobada na EJA é que, com relação ao professor, o mesmo deve sempre ter o aluno por perto mostrando os benefícios de suas aulas, sendo amigo, companheiro, espelho para o aluno da EJA. Os conteúdos são os mais variados então não se apegar em somente um, mas sim tentar trazer o aluno para perto com o conteúdo que o mais cativa para depois então levá-lo a outros conhecimentos, estando aí mais um ponto no qual há a importância do professor ter o conhecimento sobre todo o processo de ensino aprendizagem e todos os elementos que estão envolvidos nele, para então poder transmitir ao aluno estes conhecimentos de forma que o mesmo seja capaz de interpretá-lo.

REFERÊNCIAS

- ALLSEN, P. et al. **Exercício e qualidade de vida tema abordagem personalizada**. 6. ed. São Paulo: Manole, 2001.
- AMARAL, L. V.; MELO, M. S. T.; Pesquisa qualitativa e quantitativa em Educação Física, **Revista Digital Efportes**, ano 17, n. 169, jun. 2012.
- ANJOS, L. A. Índice de massa corporal ($\text{massa corporal} \cdot \text{estatura}^{-2}$) como indicador do estado nutricional de adultos: revisão da literatura. **Revista Saúde Pública**, São Paulo, v. 26, n.6, dez. 1992.
- BETTI, I. C. R. Esporte na escola: mas é só isso professor? **Revista Motriz**, v. 1, n. 1, p. 25 -31, jun. 1999.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Educação Física na Educação de Jovens e Adultos**. v. 1. Brasília: MEC, 2002.
- BRASIL. Secretaria de Estado da Educação. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Diretrizes Curriculares da Educação de Jovens e Adultos**. Curitiba 2006.
- BRASIL. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996.
- BUSATO, O. **Hipertensão Arterial** (Pressão Alta), 2001. Disponível em: <<http://www.abcdasaude.com.br/artigo.php?244>>. Acesso em: 18 abr. 2014.
- CARVALHO, J. J. M. et al. Pressão arterial e grupos sociais – estudo epidemiológico. **Revista Arq. Bras. Cardiologia**, v. 40, n. 2, p. 115-120, fev. 1983.
- CIOLA, E. G.; GUIMARÃES, G. V. Exercício físico e síndrome metabólica. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v.10, n.4, jul./ago. 2004.
- MORESI, E.; Metodologia de Pesquisa. Brasília-DF, 2003. Disponível em: <http://ftp.unisc.br/portal/upload/com_arquivo/1370886616.pdf>. Acesso em: 05 jun. 2014.
- FERREIRA, M. S. Aptidão física e saúde na Educação Física escolar: ampliando o enfoque. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 22, n. 2, p. 41-54, jan. 2001.
- FRASER, M. T. D.; GONDIM, S. M. G. Da fala do outro ao texto negociado: discussões sobre a entrevista na pesquisa qualitativa. **Revista Paidéia**, v. 14, n. 28, p. 139 -152, 2004
- GUEDES, D. P. Educação para a saúde mediante programas de educação física escolar. **Revista Motriz**, v. 5, n. 1, jun. 1999.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Esforços Físicos nos Programas de Educação Física Escolar. **Rev. paul. Educ. Fís.**, São Paulo, jan./jun. 2001.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

JUNIOR, J. M. O professor de Educação Física e a Educação Física escolar: como motivar o aluno? **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 11, n. 1, p. 107-117, 2000.

LARA, Â. M. de B.; LIMA, A. A. **Pesquisa Qualitativa: apontamentos, conceitos e tipologias**. Maringá: Eduem, 2011.

LIMA, W. A. GLANER, M. F. Principais Fatores De Risco Relacionados Às Doenças Cardiovasculares. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 8, n. 1, p. 96-104, 2006.

MACHADO, P. A. N.; SICHIERI, R. Relação cintura-quadril e fatores de dieta em adultos. **Revista Saúde Pública**, v. 36, n. 2, p. 198-204, 2002.

MARCONI, M. de A.; LAKATOS, E. M.; **Fundamentos de Metodologia Científica**. 5ª edição, Editora atlas. São Paulo, 2003.

MARQUES, A. T.; GAYA, A. Atividade Física, Aptidão Física e Educação para a saúde: Estudos na área pedagógica em Portugal e no Brasil. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 13, n. 1, p. 83-102, jan./jun. 1999.

MIQUELETO, B. C.; **Métodos de Avaliação e Controle da Composição Corporal por Meio de Exercícios Resistidos e Aeróbios**. Bauru, 2006.

MORAES, Roque. Análise de conteúdo. **Revista Educação**, Porto Alegre, v. 22, n. 37, p. 7-32, 1999.

NAHAS, M. V.; et al. Educação para atividade física e saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 1, n. 1, p. 57-65, 1995.

NETO, Lauro Pires Xavier; ASSUNÇÃO, Jane Rodella. **Saiba Mais sobre Educação Física**. Rio de Janeiro: Amerto Cultural Edições Ltda, 2005.

PARANÁ, Secretaria de Estado da Educação. **Diretrizes Curriculares da Educação Básica**. Paraná, 2008.

PROJETO POLÍTICO-PEDAGÓGICO COLÉGIO ESTADUAL DR FELIPE SILVEIRA BITTENCOURT ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO, 2012.

SICHIERI, R. et al. Recomendações de Alimentação e Nutrição Saudável para a População Brasileira. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabolismo**, São Paulo, v. 44, n. 3, jun. 2000.

SILVA, R. S.; SILVA, I. da; SILVA, R. A. da; SOUZA, L.; TOMASI, E. Atividade física e qualidade de vida. **Ciência Saúde Coletiva**, 2010 - SciELO Brasil. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v15n1/a17v15n1.pdf>>. Acesso em: 30 abr. 2014.

SILVA, C. H. B. da, SOUZA, I. dos S. de; SOUZA, V. dos S. de. **A relevância da Educação Física nas turmas de educação de jovens e adultos a partir da percepção dos alunos na cidade de Barreiras, BA.** In: 7. Encontro Internacional de Formação de Professores (ENFOPE), Aracaju, 2013. **Anais eletrônicos...** Aracaju, 2013. Disponível em: <http://midia.unit.br/enfope/2013/GT1/A_RELEVANCIA_DA_EDUCACAO_FISICA_NAS_TURMAS_DE_EDUCACAO_DE_JOVENS_E_ADULTOS.pdf>. Acesso em: 20 mar. 2014.

SOARES, C. L. **Educação Física Escolar: Conhecimento e Especificidade.** **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v.10, n.4, 1996.

SOARES, C. L. et al. **Metodologia de Ensino de Educação Física.** São Paulo: Cortez, 1992.

SOGLIA, I. S.; SANTOS, C. S. P. dos; Educação de jovens e adultos: expectativas e dificuldades. In: Semana de Pedagogia. **Anais...** Jequié, v. 1, n. 1, 2012. Disponível em: <<http://www.uesb.br/eventos/semanapedagogia/?pagina=anais>>. Acesso em: 29 abr. 2014.

APÊNDICES

APÊNDICE A – ENTREVISTA ESTRURADA REALIZADA COM OS ALUNOS DA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS ANTES DA INTERVENÇÃO

Nome:

Idade:

1. O que você pensa sobre a Educação Física?

2. Você acha que as aulas de Educação Física trazem benefícios?

Sim () Não ()

3. Em relação ao professor de Educação Física, em sua opinião, como o mesmo deve aplicar as suas aulas, levando em consideração que o EJA contém diferenças do ensino para crianças e adolescente (ensino fundamental e médio)?

Somente aulas práticas ()

Somente aulas teóricas ()

Aulas práticas e teóricas ()

Outras ()

4. Você tem conhecimento dos materiais de educação física disponíveis na escola?

Sim () Não ()

Se SIM, em sua opinião, quais são as dificuldades que o professor de educação física juntamente com suas aulas enfrenta em relação aos materiais:

A escola não tem material ()

A escola não disponibiliza material ()

O professor não utiliza os materiais que a escola disponibiliza ()

5. Quais os tipos de conteúdo que em sua opinião deveria ser abordado ou dado maior ênfase nas aulas de educação física?

Esportes () Lutas () Ginástica () Dança () Jogos e brincadeiras () Outros ()

APÊNDICE B - ENTREVISTA ESTRURADA REALIZADA COM OS ALUNOS DA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS APÓS A INTERVENÇÃO

Nome:

Idade:

1. O que mudou em seus conceitos com relação às aulas de educação física?
2. Com os conteúdos que foram abordados durante este período, quais os benefícios que esta experiência trouxe para você?
3. Você concorda com o método e com os conteúdos que o professor utilizou durante este período de aulas?
4. Em relação às aulas, o conteúdo e o professor, em sua opinião tiveram características positivas ou negativas?
5. Em sua opinião, o professor deu total ênfase nos conteúdos propostos no início da sequência de aulas?

APÊNDICE C – PLANO DE AULA 1

PLANO DE AULA Nº 01**Tema: Avaliação Física****Idade: 43 a 72 anos****Serie: Educação de Jovens e Adultos – 1º ao 5º ano do ensino fundamental****Disciplina: Educação Física****Período: 19:10 às 20:50**

TEMA CENTRAL

Avaliação Física

OBJETIVO GERAL

Avaliar Pressão Arterial, Relação Cintura Quadril e IMC dos alunos da EJA

RECURSOS A SEREM UTILIZADOS NA AULA

Esfigmomanômetro, fita métrica e um esquadro, balança digital portátil de vidro

Objetivos Específicos e Conteúdos/Atividades

Explicar os procedimentos da avaliação física. A acadêmica explicará todos os procedimentos que ocorrerá durante a avaliação física.

Aferir P.A

Antes de iniciar o aferimento o aluno será colocado na posição sentada apoiando o braço em uma carteira, onde o mesmo ficará na altura do coração, livre de roupas, com a palma da mão voltada para cima e cotovelo ligeiramente fletido.

Aferir peso e altura

Será calculado através do peso (Kg) e da altura (m) do aluno, e a unidade foi Kg/m^2 . Para o peso, será utilizada uma balança digital portátil de vidro, e para medir a altura será utilizada uma fita métrica e um esquadro. Para a medida do peso, os alunos serão solicitados a retirar os calçados e o excesso de roupas e a medida realizada após uma inspiração profunda.

Retirar medidas de cintura e quadril

Relação Cintura Quadril também será utilizada á fita métrica para aferir os perímetros da cintura (cm) e do quadril (cm). Após estas medições realizará o cálculo para obter os resultados de Relação Cintura Quadril através da fórmula: circunferência da cintura / circunferência do quadril.

APÊNDICE D – PLANO DE AULA 2

PLANO DE AULA Nº 02**Tema: Apresentação dos resultados****Idade: 43 a 72 anos****Serie: Educação de Jovens e Adultos – 1º ao 5º ano do ensino fundamental****Disciplina: Educação Física****Período: 19:10 às 20:50**

TEMA CENTRAL

Apresentação dos resultados

OBJETIVO GERAL

Apresentar os resultados da Pressão Arterial, Relação Cintura Quadril e IMC dos alunos da EJA

RECURSOS A SEREM UTILIZADOS NA AULA

Folhas com os resultados dos alunos

Objetivos Específicos e Conteúdos/Atividades

Explicar os resultados obtidos através da avaliação física

Serão explicados, individualmente para cada aluno, os resultados de sua avaliação física, mostrando os benefícios da atividade física e de uma alimentação equilibrada, e os riscos de altos índices de IMC, P.A e RCQ.

APÊNDICE E – PLANO DE AULA 3

PLANO DE AULA Nº 03**Tema: Prática de ginástica aeróbia****Idade: 43 a 72 anos****Serie: Educação de Jovens e Adultos – 1º ao 5º ano do ensino fundamental****Disciplina: Educação Física****Período: 19:10 às 20:00**

TEMA CENTRAL

Prática de ginástica aeróbia

OBJETIVO GERAL

Realizar uma prática de ginástica aeróbia com os alunos da EJA

RECURSOS A SEREM UTILIZADOS NA AULA

Som, Cd

Objetivos Específicos e Conteúdos/Atividades

Realizar uma prática de ginástica aeróbia com os alunos da EJA mostrando a importância da atividade e exercício físico.

Será realizada uma prática de ginástica aeróbia de 30 minutos, onde a partir da mesma serão realizados passos básicos de ginástica: polichinelo, elevação de joelho, flexão de joelho, corridas, aberturas laterais. No início da aula será realizado um alongamento e no fim da mesma também.

APÊNDICE F – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu, Ana Paula Filipini Bolognin, acadêmica do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual – Campus do Vale do Ivaí, estou realizando o Trabalho de Conclusão de Curso, orientado pela professora Andréia Paula Basei, com o título de pesquisa – A Educação Física na educação de Jovens e Adultos: Intervenção e Contribuição, gostaria de convidá-lo (a) a participar da pesquisa que estou realizando. O objetivo do estudo é discutir a importância da educação física no Ensino de Jovens e Adultos na cidade de Ivaiporã – Pr. As informações coletadas serão utilizadas como suporte para alcançar os demais objetivos desta pesquisa, permitindo também, uma reflexão a respeito deste tema, possibilitando informações aos profissionais da área de Educação Física e demais interessados. Por favor, leia com atenção as informações descritas abaixo:

1. A minha participação na pesquisa iniciará após a leitura, o esclarecimento de possíveis dúvidas e do meu consentimento livre e esclarecido por escrito. A assinatura deste termo será em duas vias, permanecendo uma delas comigo.
2. Responderei a um questionário com perguntas abertas e fechadas.
3. Serei informado (a) sobre os procedimentos e resultados da minha participação na pesquisa e receberei esclarecimento sobre as dúvidas que possam surgir dela.
4. As informações coletadas na pesquisa não serão vinculadas a minha identidade, ou seja, permanecerei no anonimato.
5. A minha participação na pesquisa será voluntária. Concordando ou recusando em participar, não obterei vantagens ou serei prejudicado(a) perante as aulas. A minha participação na pesquisa não implicará no pagamento de qualquer taxa.
6. Necessitando de quaisquer esclarecimentos sobre a pesquisa ou querendo cancelar a minha participação, entrarei em contato pessoal com o pesquisador pelo fone: (43) 96510345 ou pelo e-mail anapaula_bolognini@hotmail.com.
7. Informamos que poderão ocorrer alguns contratemplos no sentido de alguns participantes da pesquisa decidir não mais participar.
8. Os procedimentos não envolvem riscos (inaceitáveis), pois não se tratam de medições invasivas e o pesquisado terá liberdade de recusar ou retirar o consentimento.

Data: ___/___/___.

Assinatura do (a) participante: _____

Assinatura da acadêmica: _____

Assinatura do Professor Orientador: _____