

A EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO NOTURNO E A PROMOÇÃO DA SAÚDE

GLASIANO MACHADO COELHO
HELEISE FARIA DOS REIS DE OLIVEIRA
 Universidade Estadual de Ponta Grossa - Ponta Grossa - Paraná - Brasil
 Email: sdzano@yahoo.com.br
 Email: heleise@gmail.com

1 – Introdução

Segundo a Organização Mundial da Saúde (O.M.S), os benefícios físicos são vários como, redução do risco de ocorrência de doenças coronárias, prevenção/redução da hipertensão, prevenção da obesidade, prevenção da diabetes do tipo II. Entre os benefícios psicológicos também, obtemos os mais diversos como, redução da tensão, depressão, raiva, estresse e outros.

Há também outros benefícios, como o lado financeiro, tanto para o indivíduo, quanto para o governo, pois ao investir na prevenção, utilizando da atividade física, diminui consideravelmente os custos com saúde.

Para os Governos dos Países Ocidentais, a falta de atividade física eleva consideravelmente os custos com saúde, para essa redução ocorrer é necessário que a população passe a praticar mais atividade física, reduzindo as doenças físicas, psicológicas e crônicas (SAMPAIO, 2007).

2 – A Educação Física escolar visando à saúde

“Deve-se sempre ter em mente que qualquer dos possíveis objetivos específicos da Educação Física representam passos na direção de objetivos educacionais mais amplos, visando propiciar aos indivíduos uma vida com qualidade e uma participação ativa na sociedade” (NAHAS, 2006, pág. 155).

Sendo assim, a Educação Física escolar, ao oportunizar uma educação para a saúde, não deve deixar de estimular o cognitivo e outras atividades que venham no seu conjunto, desenvolver um estilo de vida ativo aos educandos (Carta Brasileira de Prevenção Integrada na Área da Saúde, 2005).

Segundo DARIDO (2004), nas aulas de Educação Física cada vez mais diminui a participação e a frequência dos alunos, como também, a prática de atividade física fora da escola.

Nesse caso, uma problemática se apresenta, em relação aos estudantes do ensino médio noturno, pois estudos mostram que aumenta o número de alunos que se afastam das aulas de Educação Física, pois alguns dos que trabalham, se baseiam em lei, para não participarem das aulas, aumentando o índice da inatividade física.

De acordo com o parágrafo 3º. do artigo 26 da Lei nº. 9.394/96 dispõe para a Educação Básica:

“A educação física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da educação básica, sendo sua prática facultativa ao aluno: (Redação dada pela Lei nº. 10.793, de 1º. 12.2003).

I – que cumpra jornada de trabalho igual ou superior a seis horas; (Incluído pela Lei nº. 10.793, de 1º. 12.2003)”.

Para CARNEIRO (2006), o aluno do ensino médio noturno, trabalha em média oito horas por dia, gasta um tempo considerável no deslocamento entre casa trabalho, trabalho escola e

escola casa. Deposita na escola uma esperança para melhorar sua vida, utilizando também, para aliviar o fardo pesado do trabalho.

Em foco na Lei apresentada, ao verificar tal citação, o leitor é levado a compreender que a Educação Física escolar não atinge sua finalidade de promotora de saúde, para os alunos do ensino médio noturno, que se encontram inseridos nos mercados de trabalhos.

Justamente, os quais deveriam ter a educação física escolar, como sua principal aliada, lembrando seus benefícios e nesse caso, utilizando a Educação Física, como terapêutica, ou como já bastante ofertada nas empresas, a Ginástica Laboral, com o objetivo de minimizar os impactos negativos, oriundos do sedentarismo na vida e na saúde do trabalhador.

CARNEIRO (2002) chama atenção em sua pesquisa ao afirmar que os Professores de outras áreas, alegam que os alunos comparecem para as aulas, muito cansados, que a prática de atividade física é inviável, exigindo demais dos alunos. Relata ainda, que os diretores defendem a não inclusão da Educação Física no ensino médio noturno, pois esta disciplina desgastaria ainda mais o aluno que vem cansado do trabalho.

O autor mostra que os professores que sustentam esse pensamento, ainda têm a Educação Física, como há de algumas décadas atrás, a Educação Física Tecnicista, pois a prática escolar dessa pedagogia aderiu o sistema educacional às tendências do regime militar preparando dessa forma, mão-de-obra para ser aproveitada pelo mercado de trabalho. Mais estudos evidenciam que é inegável os vestígios dessa corrente.

“De fato, a Educação Física praticada na maioria das instituições tem priorizado e enfatizado os conteúdos técnicos e fisiológicos das ciências do movimento humano, criando um estereótipo tecnicista e pouco significativo as suas intervenções. Entretanto, as diversas crises sofridas por essa área profissional, fizeram com que várias questões advindas da conscientização sobre a complexidade das ações humanas, fossem trazidas para essa área tão ampla do conhecimento humano” (SANTOS, 2006, pág. 01).

Por esses motivos, esta pesquisa objetiva demonstrar que por meio da prática adequada, a Educação Física, é capaz de melhorar a Qualidade de Vida do estudante do Ensino Médio Noturno, principalmente daqueles que já se encontram inseridos nos mercados de trabalhos, oferecendo aos alunos; muitos benefícios, provando sua eficácia, através de um ensino voltado para a promoção da saúde, no qual o aluno realizaria atividades físicas de forma moderada de acordo com sua necessidade. Desta forma, a Educação Física se beneficiaria, ao afastar o aluno de doenças causadas pela inatividade física, como obesidade, diabetes, doenças cardíacas e outras. É provável sua importância, sem apelar a argumentos jurídicos.

E mesmo depois de concluído seus estudos na educação básica, o aluno continuará realizando atividades físicas, em primeiro lugar; pelo gosto que adquiriu na fase escolar, e em segundo; consciente da sua importância como mantenedora da sua saúde, melhorando sua qualidade de vida, e aumentando assim, o número de pessoas fisicamente ativas, diminuindo o número de doenças causadas pela inatividade física, o número de atendimentos nos prontuários socorros e diminuindo gastos do governo na área da saúde futuramente.

Sendo assim, essa pesquisa tem como objetivo geral, verificar o perfil do aluno do Ensino Médio Noturno, das escolas públicas estaduais da cidade de Ponta Grossa, Paraná, e sua relação com a Educação Física. E como objetivo específico, verificar se as aulas de Educação Física, são oferecidas de forma que o aluno compreenda sua importância como mantenedora da sua saúde e educadora para um estilo de vida saudável, pesquisando também, se o aluno que exercer atividade remunerada no contra-turno escolar, concorda com a Lei nº. 9.394/96, que dispõe para a Educação Básica, no inciso I, que o aluno cumpridor da jornada de trabalho, igual ou superior a seis horas, sua prática pode ser facultativa, nas aulas de educação física.

3 - METODOLOGIA

3.1 - Casuística:

Esta pesquisa caracteriza-se pela intenção de realizar uma análise do perfil do aluno do ensino médio noturno, levantando o índice dos que exercem atividade remunerada no contra-turno escolar, e verificar sua relação com a Educação Física.

3.2 - População e Amostra:

Fizeram parte deste estudo alunos voluntários do Ensino Médio, que frequentam as aulas no período noturno, de três escolas públicas da cidade de Ponta Grossa no estado do Paraná.

3.3 – Instrumento Metodológico

Para a pesquisa foi utilizado um questionário semi-estruturado, com sete perguntas de respostas sim ou não, visando atingir os objetivos da pesquisa. As questões elaboradas procuravam levantar dados referentes aos alunos e suas participações nas aulas.

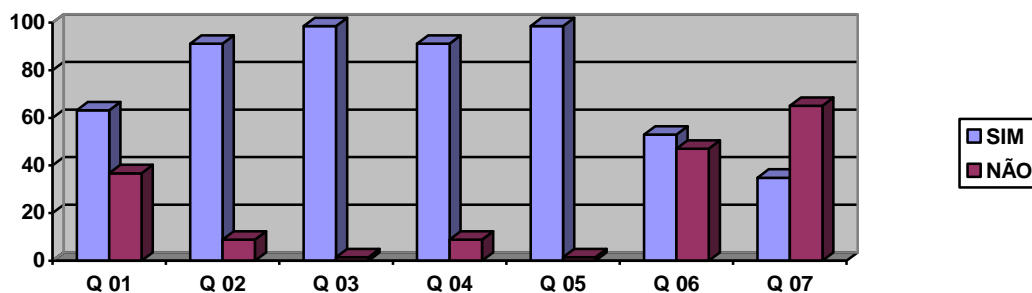
Antes de iniciar o estudo, todos os responsáveis pelos participantes foram informados sobre os procedimentos envolvidos na pesquisa, responderam a uma anamnese pessoal e assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido para a realização da pesquisa. A tramitação do projeto de pesquisa passou pela apreciação do Comitê de Ética da UEPG.

3.4 - Análise e Interpretação

Para análise e interpretação do resultado foi utilizado, gráficos e tabelas, colocando de forma ordenada de acordo com as respostas, dando ao final a porcentagem do resultado para cada pergunta. Dessa forma os dados foram analisados quantitativamente, procurando expressar de forma clara os resultados obtidos.

4 - Resultados e Discussões

Gráfico 1. – Resultados obtidos conforme questionário aplicado.



Fonte: O Autor/2010

Segundo as respostas ao questionário, referentes aos alunos que exercem atividade remunerada no contra-turno escolar (tabela 1), dos alunos voluntários, a pesquisa mostrou que 63,23% encontram-se inseridos no mercado de trabalho, e 36,76% não exercem atividade remunerada no contra-turno escolar.

Tabela 1. Questão sobre atividade remunerada no contra-turno escolar.

Pergunta 1	Sim (%)	Não (%)
1 Você além de estudar, exerce outra atividade remunerada no contra turno escolar?	63,23 %	36,76 %

Fonte: O Autor/2010

Os percentuais obtidos mostram que mais da metade dos alunos (63,23 %) encontram-se inseridos no mercado de trabalho.

Conforme dados do IBGE, a população jovem do país é de 28,8 milhões, o que corresponde a 20% da população brasileira. Em 2006, havia 8.906.820 matriculados no ensino médio sendo que destes em torno de 40% estão em classes noturnas.

Nota-se que o número de estudantes do ensino médio noturno é bastante expressivo, para não ser dada a devida atenção necessária para esse período de ensino, principalmente onde a predominância se refere aos alunos que exercem atividade remunerada.

Tabela 2. Questão sobre existência e freqüência das aulas de Ed. Física.

Pergunta 2	Sim (%)	Não (%)
A Na sua escola, há aulas de Educação Física?	91,17 %	8,82 %
B Quantas vezes na semana?	2 a 3 vezes	-----

Fonte: O Autor

Os dados (tabela 2) mostram que a maioria (91,17%) das escolas oferece aulas de educação física no período noturno. E que apresentam freqüência de aulas oferecidas aos alunos de 2 a 3 vezes na semana, com duração de 45 minutos.

Para Nahas (2006), para considerar uma pessoa ser moderadamente ativa, o gasto energético semanal dever ser em torno de 1.000 Kcal, isso significa caminhar a passos rápidos por 30 minutos, cinco vezes na semana.

Portanto, se o aluno em seu trabalho não exerce atividade física, na escola, mesmo que ele participe ativamente ainda é insuficiente, fatalmente esse aluno é mais um candidato para o grupo dos sedentários.

Tabela 3. Questão sobre a importância da Ed. Física na escola.

Pergunta 3	Sim (%)	Não (%)
Você considera importante a Educação Física na escola?	98,52 %	1,47 %

Fonte: O Autor/2010

Observa-se que grande parte dos entrevistados (tabela 3), considera a Educação Física na escola de suma importância. Fato esse bastante positivo para a disciplina, pois se há interesse dos alunos, o professor terá muito mais facilidade para ministrar suas aulas.

Tabela 4. Questão sobre a participação nas aulas de Ed. Física.

Pergunta 4	Sim (%)	Não (%)
Nas aulas de Educação Física, você participa ativamente?	91,17 %	8,82 %

Fonte: O Autor/2010

Porém, na questão seguinte (tabela 4) na qual a pergunta é sobre a participação nas aulas, nota-se, mesmo ainda sendo um número pequeno, alguns alunos não participam da aula, diante desse fato, podemos levantar varias hipóteses, onde numa delas, aqueles que não participam das aulas são os que trabalham e se baseiam em lei para não participarem das aulas.

Tabela 5. Questão sobre o entendimento pelo aluno sobre a Ed. Física.

Pergunta 5	Sim (%)	Não (%)
Você, ainda como estudante, compreende que as aulas de Educação Física visam o benefício para sua saúde?	98,52 %	1,47 %

Fonte: O Autor/2010

Na questão sobre o entendimento da educação física para o aluno (tabela 5), verifica-se que a maioria, quase que absoluta, compreende os benefícios que a Educação Física promove para sua saúde. Dados esses apresentados que nos faz questionar, se para aquele aluno que respondeu que compreende os benefícios que a disciplina oferece, porque que ele não participa ativamente das aulas.

Novamente várias linhas de pensamentos surgem na tentativa de justificar a questão, e uma delas, se o Professor deixa os alunos livres para escolherem o esporte que quiserem realizar durante a aula, e se esse aluno não se encaixar em nenhuma das possíveis modalidades que os demais venham a praticar certamente sentirá excluído nessa aula. Dessa forma ele até entende dos benefícios, porém não participa pelo fato de não ser habilidoso como os demais.

Tabela 6. Questão sobre a forma como o professor ministra as aulas.

Pergunta 6	Sim (%)	Não (%)
Nas aulas de Educação Física, o professor, costuma abordar de forma teórica, assuntos ligados com a prática de atividade física, informando dos seus benefícios?	52,94 %	47,05 %

Fonte: O Autor/2010

Porém ao se tratar das informações repassadas pelo professor, acerca dos benefícios da prática de atividade física (tabela 6), um número bastante preocupante respondeu que o professor não faz relação da atividade trabalhada, informando dos seus objetivos e seus benefícios. Levando-nos a deduzir, que a prática de atividade física ocorre de forma deliberada, sem objetivo, que o aluno realiza a prática pela prática, sem saber o que pretende alcançar, qual a finalidade daquela atividade.

Pesquisas realizadas por BRITO (1999) apontam a falta de contextualização dos conteúdos das aulas. Alunos afirmaram que nas aulas "práticas" não existem explicações teóricas do conteúdo ministrado. Desta forma, a aula de Educação Física perde o seu significado, caracterizando-a cada vez mais como uma atividade (BRITO apud LORENZ, 1999).

Possivelmente esses alunos compreendem os benefícios da Educação Física, através de conhecimentos adquiridos fora do âmbito escolar, não pelo professor que deveria repassar, de forma segura e correta tais informações, a fim de orientar o aluno a tomar o caminho de um estilo de vida saudável.

“Depois de verificar os resultados obtidos concluiu-se que os alunos manifestam necessidade da presença de conteúdos conceituais nas aulas de Educação Física. Na análise das respostas foi possível perceber a valorização desses conteúdos pela maioria dos alunos. Valorizar os conhecimentos teóricos científicos da EF pode ajudar a mudar o conceito ainda existente de "atividade" para o real conceito de "disciplina" (Lorenz, 2003, pág. 01).

Tabela 7. Questão sobre a opinião do aluno referente à lei nº. 9.394/96.

Pergunta 7	Sim (%)	Não (%)
Você que exerce atividade remunerada (trabalha), concorda com a Lei nº. 9.394/96, que dispõe para a Educação Básica, onde no inciso I, relata que o aluno que cumpre jornada de trabalho, igual ou superior a seis horas, deve ser liberado da aula de Educação Física?	34,88 %	65,11 %

Fonte: O Autor/2010

Visto que para essa questão (tabela 7), havia um quesito de exigência, para que o aluno pudesse responder. Nesse caso, que o mesmo estivesse exercendo atividade remunerada enquanto não estivesse na escola. Assim responderam apenas 63,23 % dos entrevistados, onde verifica que o número de alunos que concordam com a lei é bastante expressivo 34,88%, nos levando a crer, que não sabem da real importância da Educação Física, justamente os que deveriam compreender sua importância, e que mais necessitam das aulas, pois trabalham e na sua grande maioria, o dia todo, e chegam cansados tanto fisicamente como psicologicamente para as aulas, isso é de fato verdade.

Professores de outras áreas referem que os alunos comparecem as aulas, bastante cansados, e que isto, inviabilizaria realizar atividades físicas, já que estas exigiriam demais dos alunos. Diretores de escola alegam da não inclusão da disciplina de Educação Física no ensino médio noturno, pois justificam que esta disciplina iria contribuir para desgastar ainda mais o aluno, que vem cansado do trabalho. (Carneiro, 2002).

Porém pensar que a Educação Física, iria cansá-los ainda mais, é um erro, pois nesse momento a Educação Física, passa/deveria tomar o enfoque como promotora de saúde, ajudando o aluno a lidar com diversos problemas oriundos do trabalho, como por exemplo, redução da tensão, depressão, raiva, estresse. Ajudando-o a relaxar, a cuidar da postura, da alimentação. E principalmente trabalhar de forma específica e com atividades orientadas para cada grupo, tanto para aquele grupo que exerce no trabalho o esforço físico é mais predominante, quanto para aquele que utiliza mais o psicológico. Levando os alunos a tomarem para suas vidas um estilo de vida saudável.

Diante dos resultados obtidos com a pesquisa, é possível verificar que a grande maioria dos alunos trabalha, e não concordam com a Lei. Que de fato a Educação Física precisa ser trabalhada em função de promover a saúde do aluno, podemos afirmar ainda que a disciplina é de elevada importância, seus benefícios são inestimáveis, e de grande ajuda para os adolescentes que iniciam uma nova fase na vida, como trabalhadores.

4 - Conclusão

Para os alunos que trabalham que representam 63,23% do total de alunos matriculados no ensino médio noturno, 65,11%, não concordam com a Lei apresentada.

Os estudantes compreendem a importância da disciplina e seus benefícios para a saúde e costumam participar das aulas.

A Educação Física, ao contrário que alegam professores de outras áreas, não prejudica o aluno, cansando-o ainda mais, se não a participação nas aulas de Educação Física não seria tão alta 98,52%.

Os professores de Educação Física, necessitam relacionar melhor a prática com a teoria, isso não significa que o professor tenha que ministrar assuntos em sala de aula, e sim trabalhar os conteúdos de maneira clara, explicando principalmente os objetivos e benefícios da atividade proposta durante a prática.

A Lei nº. 9.394/96 que dispõe para a Educação Básica, no artigo. 26, parágrafo 3º, inciso I, já está mais do que na hora de ser revisada novamente, pois seu conteúdo ultrapassado vai totalmente contra os objetivos da Educação Física para o ensino médio, além de se fazer entender, aquele que trabalha não necessita de atividade física, o trabalho por si só garante a manutenção da sua saúde.

Estudos futuros ainda são necessários, para fundamentar ainda mais a pesquisa apresentada.

Referências

CARNEIRO, E, B. **Confrontos e perspectivas da Educação Física escolar no ensino noturno.** [Editorial]. Efdeportes, n. 101, p.1-11, out., 2006.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Carta Brasileira de Prevenção Integrada na Área da saúde na perspectiva da educação física.** 2 ed. Rio de Janeiro, 2006.

CARVALHO, Fabio F. B. de. **Análise crítica da Carta Brasileira de Prevenção Integrada na Área da Saúde na Perspectiva da Educação Física através do enfoque radical de promoção da saúde.** Saúde Soc, São Paulo, v. 18, n. 2, jun. 2009.

DARIDO, C, S. **A educação física na escola e o processo de formação dos não praticantes de atividade física.** Rev. bras. Educ. Fís. Esp., São Paulo, v. 18, n. 1, mar. 2004.

LORENZ, C. F. **Educação física no ensino médio: estudo exploratório sobre os conteúdos teóricos.** [Editorial]. Efdeportes, n. 66, p.1-1, nov., 2003.

NAHAS, M, V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida.** Paraná, Londrina, Midiograf, 2006.

SAMPAIO, A, C, L. **Benefícios da caminhada na qualidade de vida dos adultos.** Porto, p. 24, 2007.

SANTOS, J, F, S. **Reflexões sobre atividade física, educação, saúde e trabalho.** [Editorial]. Efdeportes, n° 95 – Abril, p. 1. 2006.

TESSER, C, D. **Práticas complementares, racionalidades médicas e promoção da saúde: contribuições poucos exploradas.** Florianópolis, v. 25, n. 8, p. 3-6, 2009.

Glasiano Machado Coelho.

Email: sdzano@yahoo.com.br

Telefone: (42) 9125-4225

Endereço: Rua Tiago Peixoto, nº 283, bairro Ronda, Ponta Grossa-Pr.