

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UMA PROPOSTA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

PROF. DARTAGNAN PINTO GUEDES

Professor Adjunto do Departamento de Fundamentos da Educação Física da Universidade Estadual de Londrina - PR.
Doutorando em Biodinâmica do Movimento Humano na Universidade de São Paulo - SP.

PROF^ª. JOANA ELISABETE RIBEIRO PINTO GUEDES

Professora Assistente do Departamento de Fundamentos da Educação Física da Universidade Estadual de Londrina - PR.
Mestre em Ciências do Movimento Humano na Universidade Federal de Santa Maria - RS.

RESUMO

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UMA PROPOSTA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

O estudo procura analisar as contribuições que a disciplina **Educação Física Escolar** poderia oferecer aos hábitos de saúde das crianças e adolescentes, e, futuramente, pessoas adultas. Neste particular, já houve épocas em que os programas de Educação Física nas escolas eram vistos com o objetivo de aquisição e manutenção da saúde, porém, na visão dos autores, de forma bastante equivocada e deturpada em termos educacionais, considerando que se preocupavam unicamente com a realização de exercícios físicos, sem nenhuma consequência para a formação dos alunos em termos de promoção da saúde para toda a vida. Desse modo, o estudo se propõe a fornecer subsídios que possam provocar possíveis alterações em

alguns paradigmas da Educação Física Escolar, com repercussões para a sociedade de forma geral, procurando refletir sobre as razões que possam levar a estas alterações, culminando com a proposição de mudanças adicionais nas metas e estratégias para o trabalho dos Professores de Educação Física nas escolas de I e II graus.

UNITERMOS

Educação física escolar, promoção da saúde, programas de ensino.

ABSTRACT

SCHOOL PHYSICAL EDUCATION: A HEALTH PROMOTIONS PROPOSAL

The study looks for to analyse the contributions that the subject **School Physical Education** could offer to the children and teenager's habits of health, and in the future, to grow-ups. In this particular case, there were times in which physical education pro-

grams in school were seen with the purpose of acquisition and maintenance of health, but, in the author's point of the view, a very mistaken and distorted way in education terms, considering that they were worrying only with the achievement of physical exercises, without any consequence to the student's background, in terms of promoting their health through all their lifes. In this way, the study proposes to provide subsidys that can provoke possible alterations in some paradigms of School Physical Education, with repercussions for the society in general, looking for to reflect about the reasons that can convey to these alterations, culminating with the proposition of additional changes in the marks and strategies for the physical education teacher's work in schools and high schools.

UNITERMOS

School Physical Education, Health Promotion, Teaching Programs.

INTRODUÇÃO

Já não é de hoje, em todo o mundo, que se vem discutindo, seja com relação a atuação acadêmica ou profissional, a "disciplina" atualmente denominada "Educação Física". Numa dessas discussões, a aproximadamente três décadas atrás, após traçar um paralelo entre a formação superior de professores de outras áreas e os de Educação Física, na tentativa de mostrar as deficiências observadas com relação a formação acadêmica na área da Educação Física, HENRY (1966) chamava a atenção para o fato da Educação Física estar sendo abordada fundamentalmente no seu aspecto profissional, deixando num plano secundário, o seu desenvolvimento como área de conhecimento. Em vista disso, advertia que, qualquer organização profissional que não fosse capaz de desenvolver seus próprios conhecimentos, controlando e avaliando efetivamente as mudanças sociais frente a estrutura de seus conhecimentos, estaria fatalmente condenada ao fracasso, uma vez que poderia apresentar dificuldades em atender as exigências da sociedade.

Alguns anos depois, mesmo reconhecendo a iniciativa de alguns em procurar identificar a área da Educação Física, MORFORD (1972) manifestou sua inquietação por não estar havendo maiores preocupações quanto ao desenvolvimento de um conjunto adequado de conhecimento que pudesse contribuir para esta área, e, muito menos, a utilização do conhecimento teórico até então disponível. Na ocasião, este autor justificou sua posição, baseando-se no pressuposto de que os professores de Educação Física em sua formação, recebiam apenas uma orientação ocupacional, dificultando, desta forma, sua percepção quanto a influência da teoria na condução do ensino da Educação Física. Neste sentido, se for considerado que o domínio da teoria numa respectiva área de conhecimento, torna-se essencial para a caracterização de qualquer atividade profissional, parece que a necessidade da existência de um campo teórico na Educação Física, não deveria justificar-se simplesmente através do prestígio acadêmico junto a outras áreas, mas sim, em

razão da estrutura teórica ser uma necessidade no desempenho desta atividade profissional.

No que se refere ao binômio teoria-prática, ROSS (1981) procurou destacar a necessidade da atividade do profissional de Educação Física estar melhor fundamentada teoricamente. Para o autor, a teoria deverá guiar a prática, e, na Educação Física, o que se observa é o pouco aproveitamento dos achados das pesquisas, ou seja, a não transferência da teoria para a prática, fazendo com que, o Professor de Educação Física não usufrua, em toda sua totalidade, dos avanços científicos existentes. Com relação a este aspecto, no Brasil, talvez, em razão do surgimento e proliferação dos cursos de pós-graduação na área, além das modificações em termos curriculares na formação dos futuros profissionais de Educação Física, esta situação tende a se inverter. Entretanto, uma série de problemas neste sentido precisariam ser equacionados. Se de um lado, os chamados "práticos", estão sempre relutantes em admitir que as pesquisas, e, por sua vez, a teoria, possam fornecer informações valiosas a sua atividade, de outro, os "teóricos" ou os "pesquisadores" da Educação Física, parecem considerar os "práticos" simplesmente "executores", preocupados apenas em tarefas rotineiras pouco interessados intelectualmente em suas atividades. No momento em que os "práticos" começam a perceber a importância da teoria em suas atividades e entenderem a necessidade de avançar os limites do conhecimento, assim como os "teóricos" tornar-se mais conscientes das necessidades manifestadas pelos profissionais que atuam no campo prático reconhecendo o verdadeiro valor do serviço prestado, a distância entre a teoria e prática na Educação Física poderá ser bem mais próxima.

Um outro aspecto bastante discutido, seria a existência, ou não, de um corpo teórico de conhecimento próprio para a Educação Física. Para RENSHAW (1973), esta hipótese não deverá se confirmar, sendo mais lógico entender a Educação Física em termos da construção de um entendimento de conceitos, habilidades, procedimentos e princípios extraídos do "estudo do movimento humano" relacionado ao processo educacional. O autor defende este ponto de

vista, baseando-se na colocação de que, assim como não teria sentido falar sobre a teoria da história, ou da matemática, enquanto disciplinas nas escolas de formação de I e II graus, mas sim, da teoria da pedagogia que procura abordar a história e a matemática, então, por que deveria a Educação Física apresentar-se como uma possível candidata a ter seu próprio corpo de conhecimento teórico. Em outras palavras, a Educação Física seria vista como o conhecimento do "movimento humano" dentro do contexto educacional, assim como, a matemática é vista como o conhecimento matemático dentro deste mesmo contexto educacional. Desse modo, existiria uma área mais abrangente denominada "movimento humano", a qual, a Educação Física procuraria abordá-la em termos educacionais. Ainda, dentro desta visão, Educação Física não poderia ser considerada como sinônimo de esporte, ginástica, recreação ou lazer, haja vista sua relação com os valores educacionais diferentemente dessas atividades, o que não impediria que a Educação Física as envolvessem no sentido de desenvolvê-las em termos educacionais do "movimento humano".

Entre os estudiosos do assunto, parece existir uma certa unanimidade quanto a este modelo, entretanto, para BOUCHARD (1976), "movimento humano" não seria o termo mais adequado para aquilo que o Professor de Educação Física procura desenvolver em seu campo de estudo. Teoricamente, esta expressão inclui manifestações cinéticas as quais fogem aos interesses dos profissionais envolvidos com a Educação Física, considerando que em seu conceito pode estar incluído desde os movimentos a nível celular até os de domínio da musculatura esquelética voluntária. Desse modo, é sugerido que a expressão "atividade física" deva ser utilizada em substituição a "movimento humano". Este mesmo autor define "atividade física", como o segmento da atividade humana que consiste dos movimentos perceptíveis e voluntários, como exemplificado pelo esporte, jogos, dança, exercícios físicos, treinamento ou educação, trabalho, locomoção, recreação motora, condicionamento físico, reabilitação física, re-educação física e motora.

Com isto em mente, surge a questão:

Que tipo de conhecimento do "movimento humano" ou "atividade física", deverá ser abordado, em termos educacionais, nas escolas de I e II graus. Ou seja, dentro do universo de conhecimento que envolve a "atividade física" ou o "movimento humano", o que deverá ser tratado no período de escolarização das crianças e jovens. Acreditamos que uma tentativa de resposta a esta questão, torna-se de fundamental importância a delimitação da "disciplina" Educação Física, na medida em que, se evidencia, cada vez com maior frequência, uma imagem bastante deturpada, perante os colegas de outras disciplinas e da sociedade de forma geral, da verdadeira função do Professor de Educação Física no contexto educacional.

Dentro desta realidade, várias propostas tem sido advogadas, entretanto, a maioria delas, a nosso ver, colocando o Professor de Educação Física como um simples coadjuvante do processo educacional, responsável, simplesmente, por "entretê-lo" e "recrear" as crianças e jovens através das chamadas atividades esportivas, "organizar" e "acompanhar" atividades comemorativas, "ensinar" habilidades relacionadas ao esporte, "orientar" atividades lúdicas, "orientar" atividades ginásticas, etc., ao invés de desenvolver um conjunto de conteúdos que possa, verdadeiramente, contribuir na formação, em termos educacionais do indivíduo, assim como o fazem qualquer outra disciplina pertencente ao currículo de I e II graus. Desse modo, dentro da necessidade de atender uma nova concepção para a Educação Física Escolar, inserida em um contexto educacional mais amplo, parece necessário redefinir as prioridades desta disciplina, de modo a contribuir mais eficazmente para o resgate do verdadeiro papel do Professor de Educação Física na sociedade moderna. Através desta nova visão e das características que cercam o estudo da Educação Física, defendemos o ponto de vista de que o conjunto de conteúdos a ser desenvolvido nesta disciplina, deva estar orientado para os aspectos que possam se relacionar, de modo mais direto, com a promoção da saúde do indivíduo.

A Educação Física é uma disciplina obrigatória no sistema educacional brasileiro em todo o ensino fundamental. Histo-

ricamente, esta obrigatoriedade tem sido justificada, com base na abrangência e "pseudo" efetividade do esporte para o desenvolvimento bio-psico-socio-cultural de um povo. Com esta justificativa, não restam dúvidas que a maior ênfase na Educação Física Escolar venha a ser os esportes "competitivos", iniciando logo na 5ª série do I grau, senão mais precocemente, e permaneça durante toda a época de escolarização. Contudo, nos dias atuais, vamos verificar que este enfoque esportivo oferecido aos programas de Educação Física Escolar, está sendo cada vez mais questionado pelos demais colegas profissionais da área da educação e da saúde. Em uma sociedade, onde uma significativa proporção de pessoas adultas contribuem substancialmente para o aumento das estatísticas de distúrbios cardiovasculares e de outras doenças degenerativas, em consequência da falta de atividade física, parece existir um fundamento lógico para a modificação da orientação da Educação Física Escolar para um enfoque de Educação para a promoção da saúde, ao invés, simplesmente, do desenvolvimento de habilidades atléticas ou recreativas.

Neste texto, procurar-se-á analisar as contribuições que a disciplina Educação Física Escolar poderia oferecer aos hábitos de saúde das próprias crianças e jovens, e, futuramente, pessoas adultas. Neste sentido, convém lembrar que já houve épocas em que os programas de Educação Física Escolar eram vistos com o objetivo de aquisição e manutenção da saúde, porém, a nosso ver, de forma bastante equivocada e deturpada em termos educacionais, haja vista que se preocupava unicamente com a realização de exercícios físicos sem nenhuma consequência na formação do aluno em termos de promoção da saúde para toda a vida. É nosso objetivo, fornecer subsídios que possam provocar possíveis alterações em alguns paradigmas da Educação Física Escolar com repercussões para a sociedade de forma geral. Assim sendo, procuraremos analisar as razões que possam levar a estas alterações, através de uma abordagem crítica da literatura relacionada com o assunto, propondo mudanças adicionais nas metas e estratégias para a Educação Física Escolar voltada a promoção da saúde.

BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE

Os benefícios da atividade física para a saúde de pessoas adultas, é o ponto considerado para a proposição de mudanças na Educação Física Escolar. Segundo BERLIN & COLDITZ (1990), a falta de atividade física é um dos fatores de risco mais importante para o desenvolvimento de doenças degenerativas, como distúrbios cardiovasculares, obesidade, hipertensão, diabete, etc., por sua vez, diminuindo o nível de qualidade de vida, e, fundamentalmente, mortes prematuras em pessoas adultas. Por outro lado, embora levantamentos epidemiológicos sugerem que pessoas adultas possam diminuir o risco de doenças degenerativas pela metade ao tornarem-se ativas fisicamente (POWELL et al., 1987), a grande maioria da população adulta de nossa sociedade, continua extremamente sedentária. Neste aspecto, SALLIS & MCKENZIE (1991) levantam a hipótese de que uma possível modificação no enfoque dos programas de Educação Física nas escolas, poderia auxiliar na prevenção das próximas gerações de adultos em tornarem-se sedentários. De forma geral, a modificação proposta nos programas de Educação Física Escolar, seria o estabelecimento de padrões de atividades educacionais no sentido de que as crianças e jovens pudessem adquirir e levar conhecimentos atualizados pertinentes a atividade física em relação a promoção da saúde para a idade adulta.

Com estas colocações, não se quer ignorar o fato de determinado tipo de atividade física também beneficiar a saúde das próprias crianças e jovens. Alguns estudos tem indicado, experimentalmente, que crianças e jovens mais ativos tendem a apresentar menores níveis de pressão arterial (MONTROYE, 1985), altos níveis na taxa de colesterol HDL-C com uma simultânea diminuição do colesterol LDL-C (THORLAND & GILLIAM, 1981) e baixa quantidade de adiposidade corporal (BECQUE et al., 1988). Outros benefícios da atividade física e saúde são mais especulativos, porém, não deixam de chamar a atenção. Altas quantidades de conteúdo de cálcio e consequente menor perda deste componente químico, podem ser promovidos pela atividade física regular (CHESTNUTT, 1990), desse

modo, a osteoporose em idades mais avançadas, pode ser amenizada, senão, prevenida. Alguns pesquisadores acreditam que o desenvolvimento da força muscular e flexibilidade, nas idades mais precoces, poderá prevenir dores lombares e outras lesões na idade adulta (JOPLING,1988). Ainda, em razão dos fatores de risco em crianças e jovens predizerem a ocorrência de doenças cardiovasculares em pessoas adultas (CRE-SANTA et al.,1986), parece lógico que diminuindo esses fatores de risco na idade escolar, poderá haver maior probabilidade de redução na incidência dessas doenças mais tarde quando adulto.

Contudo, apesar dessas evidências bastante claras, o argumento mais forte para enfocar os programas de Educação Física Escolar voltados a uma visão de "promoção da saúde", parece estar no fato de que os benefícios que a atividade física possam trazer a saúde orgânica de uma pessoa são extremamente reversíveis, ou seja, as pessoas estariam se beneficiando das vantagens da atividade física, em termos de saúde, apenas enquanto permanecessem ativas. Ao adotarem um estilo de vida sedentário, os níveis alcançados enquanto ativas, se deterioram paulatinamente, surgindo fatores de risco semelhantes as pessoas sedentárias. Daí a proposição de que a Educação Física Escolar se preocupe, não somente com que os alunos pratiquem atividade física durante os anos de escolarização, mas que possam incorporar conhecimentos que os levem mais tarde a se tornarem pessoas ativas quando adultas e de terceira idade.

Baseando-se nestas rápidas colocações, parece ficar evidenciado que a atividade física pode apresentar significativos benefícios a saúde, porém, o nível de atividade física exigido para alcançar estes benefícios deve ser outro aspecto a observar. A princípio, num primeiro momento, poderia-se imaginar que nossos escolares, por apresentarem naturalmente uma maior tendência a realização de movimentos, deveriam, por si só, satisfazerem essas exigências em termos de atividade física. Alguns estudos tem procurado monitorizar crianças e jovens na idade escolar durante todo o dia, no sentido de observar o nível de atividade física desenvolvido por eles durante este período.

Num desses estudos, SALLIS &

McKENZIE (1991) observaram que, em média, crianças de 11-12 anos, desenvolvem atividades físicas que possam provocar alterações metabólicas no organismo, por aproximadamente 46 minutos diariamente, enquanto que, jovens de 13-14 anos, permanecem ativos, em média, por apenas 28 minutos num espaço de 24 horas. Embora, a primeira vista, parece um tempo de atividade física razoavelmente satisfatório em termos de benefícios para a promoção da saúde, ao se considerar o tipo da atividade desenvolvida, constata-se que as crianças e jovens estavam envolvidos apenas entre 10 e 35 minutos com atividades físicas que poderiam beneficiar diretamente a saúde, o que representa uma proporção entre 1,4% e 4,9% de todo um dia. Portanto, parece ficar evidente ser uma idéia bastante deturpada imaginar que as crianças e jovens já são naturalmente ativos o suficiente, principalmente se forem consideradas atividades físicas relacionada à saúde.

Assim sendo, quais procedimentos poderiam ser delineados na tentativa de aumentar os níveis de atividade física de nossa população, seja entre crianças, jovens ou adultos. No meio escolar, qualquer discussão neste sentido deverá, obrigatoriamente, envolver o único segmento atualmente responsável pela promoção da atividade física: as aulas de Educação Física. Contudo, em razão das crianças e jovens desenvolverem a maioria de sua atividade física fora do ambiente escolar, a abordagem da relação "atividade física/saúde", deverá ir além das próprias aulas de Educação Física, através de informações que evidencie a preocupação com a promoção da saúde e forneça subsídios que possam levar os alunos a incorporarem a atividade física como um meio de aprimoramento e aquisição de saúde.

O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE

O objetivo dos profissionais vinculados a área da saúde, obviamente é procurar alcançar o mais alto impacto em termos de saúde em toda a população. Neste sentido, saúde deverá ser entendida não apenas como "ausência de doenças ou enfermidades", como tradicionalmente se definia, mas, sobretudo, como "um estado de com-

pleto bem estar físico, mental e social" (BRESLOW,1990). Dentro desta concepção mais abrangente de saúde, não basta apenas não estar doente, é preciso desenvolver atitudes que afastem ao máximo os fatores de risco que possam provocar estas doenças. Poderia uma pessoa inativa fisicamente, fumante ou obesa, dizer que goza de boa saúde apenas porque no momento não está sentido nenhum sintoma de qualquer tipo de doença? Muitos sintomas de doenças seriam nada mais do que uma consequência de estágios mais avançados de maus hábitos de saúde.

Por outro lado, em termos de saúde pública, o conceito de "risco populacional atribuível", refere-se a proporção do número de mortes em relação a população como um todo, que pode ser atribuída a uma doença ou enfermidade em particular. Desse modo, o "risco populacional atribuível" é afetado pelo risco absoluto de determinada doença, pela força dos fatores de riscos para esta doença (o que se chama de risco relativo) e pela prevalência dos fatores de risco.

Neste sentido, através de informações sobre a atividade física e a ocorrência de doenças degenerativas em pessoas adultas, torna-se possível considerar o "risco populacional atribuível" das doenças degenerativas e a falta de atividade física. Em razão das doenças degenerativas causarem mais do que a metade de todas as mortes de pessoas adultas em nossa sociedade, somos levados a admitir que o risco absoluto dessas doenças é bastante alto. Através de estudos desenvolvidos com o objetivo de associar a atividade física e a ocorrência de doenças degenerativas, foi possível concluir que a incidência de mortes em adultos inativos era duas vezes maior do que em adultos ativos fisicamente (BERLIN & COLDITZ,1990; POWELL et al.,1987). Este risco relativo da falta de atividade física de aproximadamente duas vezes, considerado isoladamente, é o mesmo do que uma série de outros fatores de risco tratados em conjunto, como fumo, álcool, dieta, estresse, etc. (CENTER FOR DISEASE CONTROL,1987). Conseqüentemente, pode-se considerar que a prevalência do estilo de vida inativo é mais alto do que qualquer outro fator de risco observado na ocorrência de doenças degenerativas. Assim sendo, seria razoável aceitar que a

incidência no número de doenças degenerativas poderia diminuir, de forma mais efetiva, através das mudanças nos hábitos de prática da atividade física da população do que através de alterações de qualquer outro tipo de fator de risco envolvido. Por este motivo, as mudanças no nível de prática da atividade física em crianças, jovens e pessoas adultas, deverá ter uma prioridade em termos de promoção da saúde.

Baseando-se nestas colocações, surge uma outra questão: No que o Professor de Educação Física poderia contribuir para reverter este quadro, haja vista que a Educação Física Escolar controla tão somente as atividades em aula, e, o problema maior estaria em aumentar os níveis de prática da atividade física na idade adulta, onde o Professor não mais tem acesso a este segmento. A princípio, ao analisar superficialmente a situação, parece não existir relação alguma entre Educação Física Escolar e níveis de atividade física em pessoas adultas, e, talvez, em razão deste fato é que alguns Professores de Educação Física, até o momento, não tenham conseguido perceber a significativa contribuição que seu trabalho na Escola poderia oferecer em termos de promoção da saúde de toda a população. Assim sendo, defendemos o ponto de vista de que, se a Educação Física Escolar assumir a responsabilidade, não apenas de desenvolver programas de atividade física, mas também, de propiciar uma fundamentação teórica e prática em termos de atividade física relacionada à saúde aos alunos, estes conhecimentos, quando assimilados pelas crianças e jovens, deverão se transferir para a idade adulta, fazendo com que, por sua vez, este adulto tenha informações o suficiente para que possa incorporar o hábito da prática da atividade física em sua vida cotidiana com o objetivo de melhoria e conservação da saúde.

OS ATUAIS PROGRAMAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Considerando a grande proporção de crianças e jovens envolvidos nos programas de Educação Física em nosso país, talvez, fosse interessante avaliar no que estes programas tem contribuído para a promoção da saúde dos escolares, ou mesmo, quanto efetivo esses programas seriam em termos de formação educacional de forma geral.

Em nossas escolas, todos os alunos frequentam aulas de Educação Física três vezes por semana, e, em média, 150 minutos semanais do tempo das crianças e jovens são dedicados a sua formação em termos de "atividade física" ou "movimento humano". Neste sentido, embora, a princípio, este tempo possa ser menor do que o desejável se comparado com que ocorre em países mais avançados em termos de estrutura educacional, nos parece que este tempo dedicado as aulas de Educação Física, poderia ser satisfatório se os alunos fossem realmente envolvidos de forma efetiva no sentido de serem incentivados a realizarem atividade física relacionada à saúde, e, fundamentalmente, a incorporarem conhecimentos que os levassem a praticá-la além das aulas de Educação Física, e, futuramente em sua vida adulta.

De forma geral, se de um lado, observarmos atualmente o que ocorre nas aulas de Educação Física de I e II graus em nossas escolas, e de outro, considerarmos o tipo de atividade física que uma pessoa adulta poderia desenvolver no sentido de conservar e melhorar a saúde, vamos constatar que poucas atividades ou conhecimentos desenvolvidos na escola possam ser transferidos para a idade adulta. Atualmente nas aulas de Educação Física, existe uma predominância bastante acentuada das atividades chamadas esportivas, como basquetebol, vôlei, futebol, handebol, etc., ou ainda, atividades recreativas, com a possível pretensão de levar as crianças e jovens mais tarde a se tornarem pessoas adultas ativas. No entanto, ao analisar mais profundamente esta relação, vamos constatar que a possibilidade de levar uma criança ou jovem a tornar-se um adulto ativo através da prática de esportes, deverá ser bastante pequena, considerando que a pessoa adulta não deverá apresentar as mesmas facilidades em termos de tempo livre, habilidades específicas, interesse em atividades em grupo, etc. do que em idades mais precoces.

Através de um importante estudo sobre este assunto realizado nos Estados Unidos, SALLIS et al. (1989) observaram que aquelas pessoas que eram mais ativas através da prática de esportes quando jovens, não eram as mais ativas quando alcançavam a idade adulta. Pelo contrário, eram sim, expectadores assíduos de competições esportivas, entretan-

to, a maioria deles, totalmente sedentários. Conseqüentemente, parece razoável supor que programas de Educação Física Escolar orientados para a prática de esportes "competitivos", poderá não influenciar, necessariamente, nos níveis de atividade física quando adultos, sendo que, provavelmente, os programas orientados no sentido de desenvolverem conceitos teóricos, além da prática de atividades físicas relacionada com a promoção da saúde, possam ser mais efetivos para que as crianças e jovens se tornem pessoas ativas fisicamente na idade adulta.

Com relação ao envolvimento direto dos alunos com a atividade física, algumas vezes, se verifica também um mal aproveitamento do tempo dedicado as aulas de Educação Física. Neste sentido, PARCEL et al. (1987) observaram que em uma aula de Educação Física, em média, os alunos realizam atividades físicas que possam se relacionarem efetivamente com a saúde por somente dois minutos, no restante do tempo, mesmo sendo desenvolvidos outros tipos de atividades, estas não chegam a contribuir, seja de forma direta ou indireta, com a promoção da saúde dos alunos. Num outro estudo, FAUCETTE et al. (1990) observaram aproximadamente 200 aulas de Educação Física, e constataram que a maioria das aulas consistia de atividades nas quais somente uns poucos alunos permaneciam ativos fisicamente, enquanto uma parcela significativa dos alunos ficava inativa a espera de algum companheiro para poder realizar as atividades.

Assim sendo, com relação aos atuais programas de Educação Física desenvolvidos nas escolas, pode-se inferir que, durante o tempo dedicado as aulas, os alunos não estão sendo envolvidos fisicamente o suficiente em termos de saúde, além do que, também não estão sendo preparados a levar uma vida fisicamente ativa quando adultos, e isto se deve, talvez, ao fato das aulas de Educação Física estarem sendo desenvolvidas por Professores com poucas informações da verdadeira relação atividade física-promoção da saúde.

CARACTERÍSTICAS DOS PROGRAMAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA RELACIONADOS COM A SAÚDE

O desafio que pretende-se lançar aos Professores de Educação Física, seria o de assumirem um novo papel frente a estrutura

educacional, procurando adotar em suas aulas, não mais uma visão de exclusividade a prática desportiva, mas sim, fundamentalmente, alcançar metas em termos de promoção da saúde. Desse modo, os Professores de Educação Física se juntariam a outros profissionais da área da saúde, na tentativa de desenvolverem, de forma mais efetiva, programas e estudos que pudessem oportunizar uma melhoria na condição de saúde de nossa população. Profissionais de uma grande variedade de outras áreas, já vem adotando posições mais definidas em termos de contribuição a saúde da população, sem perderem suas identidades profissionais. Por exemplo, nutricionistas tem se envolvido na melhoria da dieta da população, psicólogos tem desenvolvido métodos que procuram modificar os comportamentos diretamente relacionados com a saúde, professores de outras disciplinas tem expandido seu papel ao procurar desenvolver aspectos que alteram o comportamento de saúde das crianças, fisioterapeutas tem identificado e promovido diferentes tipos de exercícios físicos apropriados na prevenção, tratamento e reabilitação de doenças, e, o professor de Educação Física, que tem a responsabilidade de abordar a "atividade física" ou o "movimento humano" a crianças e jovens, também poderia oferecer uma grande contribuição a promoção da saúde da população.

Dentro desta visão, a Educação Física Escolar teria como meta principal, contribuir para que crianças e jovens se tornassem pessoas adultas com um nível de saúde mais elevado. Para tanto, seus professores deverão focalizar o desenvolvimento de atividades durante as aulas que apresentem alguma repercussão em termos de atividade física-promoção da saúde na vida adulta dos alunos. Mais especificamente, estas atividades poderão até enfatizar habilidades para a prática de esportes, o que seria bastante recomendável para manter a motivação e a própria formação dos alunos enquanto crianças e jovens. Sem dúvida alguma, as habilidades para prática desportiva são bastante úteis a crianças e jovens, se visualizarmos as aulas de Educação Física em sua dimensão motora, social ou afetiva. Porém, é pouco prazeroso que o adulto venha a praticar esportes "competitivos", e, se praticar,

seus benefícios a saúde seriam bastante discutíveis nesta faixa etária, o que favorece, por exemplo, as habilidades desenvolvidas de forma mais amena em termos de exigência orgânica, com predominância aeróbica, que são tão úteis, tanto para crianças e jovens, quanto para adultos, e, indiscutivelmente, mais indicado para saúde em qualquer época da vida.

Por outro lado, um programa de Educação Física Escolar orientado a promoção da saúde, que procurará preparar os alunos para uma vida adulta mais ativa fisicamente, deverá também desenvolver conteúdos que levem as crianças e jovens a compreender alguns conceitos teóricos relacionados com a importância da atividade física para a saúde, e, ainda, como planejar e realizar estas atividades, além, obviamente, da própria prática da atividade física. O fato do escolar, simplesmente gostar da atividade física e tornar-se "habilidoso" nesta prática, não faz com que ele, necessariamente, seja uma pessoa ativa além das aulas de Educação Física, ou, futuramente na idade adulta, tendo em vista as inúmeras barreiras que a sociedade moderna impõe a prática de atividade física, como por exemplo, a tentação da televisão e diversões eletrônicas entre as crianças e jovens, ou a menor facilidade em termos de espaço físico e tempo disponível entre os adultos. Com esta posição, não se pretende excluir a prática desportiva dos programas de Educação Física Escolar, mas, simplesmente, sugerir uma diminuição do tempo dedicado ao ensino das habilidades e destrezas motoras envolvidas com a prática de esportes, e, adicionar conteúdos que possam desenvolver estratégias que oportunizem a promoção de hábitos de atividade física verdadeiramente relacionado com a saúde. Em outras palavras, a orientação de esportes tornar-se-ia menos compatível com os programas de Educação Física relacionado a saúde, considerando a preocupação com a saúde por toda a vida e a menor oportunidade e interesse de pessoas adultas em praticar esportes. Entretanto, a prática desportiva continuaria com seu espaço nos programas de Educação Física Escolar, porém, não com o objetivo principal de que os alunos fossem praticá-los na idade adulta, mas, simplesmente, como um importante recurso de prática de atividade

física entre crianças e jovens.

Conseqüentemente, os programas de Educação Física Escolar relacionado à saúde teriam dois momentos distintos: (a) propiciar aos escolares situações que os tornassem crianças e jovens mais ativos fisicamente; e (b) organizar uma seqüência de experiências educacionais que conduzissem os escolares a optarem por um estilo de vida ativo quando adulto. O primeiro momento, apesar das limitações, nos parece, ser freqüentemente aceito e trabalhado entre os Professores de Educação Física, porém, o segundo, muitos Professores não o reconhecem, e isto, a nosso ver, deixa em dúvida o aspecto educacional da Educação Física Escolar. Crianças e jovens podem desenvolver uma perspectiva positiva ou negativa sobre a atividade física durante os anos de escolaridade, daí a importância dos programas de Educação Física em oferecer desde as primeiras séries do I grau, experiências positivas com relação a prática de atividade física, porém um bom início não garante sucesso a longo prazo. Torna-se necessário que os alunos, além de vivenciarem experiências positivas com relação a atividade física, apresentem domínio de um conjunto de conteúdos relacionado com a necessidade de se tornarem pessoas ativas fisicamente em termos da promoção da saúde.

Esta muito claro que a Escola procura ensinar a criança a ler nos primeiros anos de escolarização, com a visão de que, ano a ano, ela possa aumentar esta capacidade de leitura de tal forma que quando adulta seja possível ler tudo que precisa e deseja. O mesmo acontece com relação ao conteúdo de outras disciplinas como matemática, estudos sociais, ciências, etc. Para tanto, os professores destas disciplinas procuram desenvolver o conteúdo numa disposição seqüencial e ordenada apropriada para o nível de desenvolvimento da criança, de tal forma que, o que é ensinado no presente se relaciona com que foi ensinado no passado e o que será aprendido no futuro. Desse modo, quando pessoas adultas apresentam dificuldades, por exemplo, em leitura, escrita ou cálculo, a sociedade imediatamente discute a falha educacional, e até sugere alterações nos programas escolares. Assim sendo, será que a sociedade também não deveria se questionar sobre o que estaria

ocorrendo de errado com a Educação Física Escolar, considerando a grande proporção de pessoas adultas que passaram pela escolarização e permanecem sedentárias. O que se pretende com a proposição de programas de Educação Física Escolar, visto numa ótica de promoção da saúde, é semelhante ao que se observa nos programas de outras disciplinas curriculares em termos de desenvolvimento de um conteúdo programático específico.

Uma outra diferença entre os programas de Educação Física relacionado com a promoção da saúde e os programas tradicionais, estaria na necessidade do desenvolvimento de uma base de conhecimentos sobre a atividade física e a saúde. Através dos programas de Educação Física relacionado com a promoção da saúde, os alunos além de dominarem habilidades de prática da atividade física, deverão terminar o período de escolarização com uma compreensão sobre os comportamentos da aptidão física e saúde, respostas do organismo ao treinamento físico e o papel da atividade física na saúde. Infelizmente, o que se observa na atualidade, por exemplo, no II grau, é apenas uma continuação dos esportes praticados no I grau. Ainda, para agravar a situação, muitos Professores ignoram as experiências adquiridas anteriormente pelos alunos, provocando pouco interesse pelas aulas de Educação Física entre os jovens,

e, muito menos, para uma vida adulta ativa fisicamente.

Em suma, o objetivo dos programas de Educação Física Escolar relacionado com a promoção da saúde, deverá ser o de auxiliar o aluno na aquisição de habilidades, conhecimentos e atitudes necessárias a tornar-se uma pessoa ativa fisicamente, procurando manter um bom nível de saúde ao longo de toda a vida.

CONCLUSÃO

Neste texto, procurou-se focalizar a contribuição que a Educação Física Escolar poderia oferecer a promoção da saúde em termos de população, e isto se justifica, na medida em que se observa cada vez mais estudos evidenciando problemas relacionados com doenças degenerativas em razão da falta de atividade física. Esta situação não é "privilégio" apenas de pessoas adultas e de terceira idade, já na infância e adolescência se tem constatado que o tempo dedicado a atividade física vem diminuindo muito rapidamente nos últimos anos, provocando uma série de distúrbios orgânicos típicos de uma população sedentária. Desse modo, a nova função proposta ao Professor de Educação Física, seria a de promover entre as crianças e jovens uma maior compreensão do papel da atividade física e seus efeitos para a saúde.

de, procurando fazer com que os alunos se tornem simplesmente pessoas ativas durante e após o período de escolarização, ao invés de um possível atleta como equivocadamente vem ocorrendo.

Não restam dúvidas de que, provavelmente, o maior obstáculo a ser enfrentado para uma possível redefinição da Educação Física Escolar em direção a uma visão de promoção da saúde, estaria na ênfase atualmente dada aos esportes "competitivos" pelos seus professores. Entretanto, acreditamos que ao refutar uma nova proposta na qual são desenvolvidos programas de Educação Física relacionado com a promoção da saúde, os Professores de Educação Física continuariam com uma participação bastante duvidosa com relação aos aspectos educacionais abordados nas Escolas, e, por sua vez, continuariam a limitar enormemente seu campo de atuação, considerando a falta de interesse nos dias atuais pela prática de esportes no ambiente escolar, em razão do redimensionamento do fenômeno "esporte" na formação do indivíduo. Finalmente, o interesse do professor de Educação Física pelo aspecto de saúde da população, poderá aumentar a efetividade e a importância de seu papel na sociedade, possibilitando uma maior consolidação da Educação Física a nível escolar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BECQUE, M.D.; KATCH, V.L.; ROCCHINI, A. P.; MARKS, C.R. & MOOREHEAD, C. Coronary risk incidence of obese adolescents: Reduction by exercise plus diet intervention. *Pediatrics*. 81:605-612, 1988
- BERLIN, J.A. & COLDITZ, G.A. A meta-analysis of physical activity in the prevention of coronary heart disease. *American Journal of Epidemiology*. 132:253-287, 1990
- BOUCHARD, C. Physical activity sciences: A basic concept for the organization of the discipline and the profession. *Internacional Journal of Physical Education*. 13(4): 9-20, 1976
- BRESLOW, L. A health promotion primer for the 1990's. *Health Affairs*. (Summer):6-21, 1990
- CENTER FOR DISEASE CONTROL. Protective effect of physical activity on coronary heart disease. *Morbidity and Mortality Weekly Report*. 36:426-430, 1987
- CHESTNUTT, C.H. Is osteoporosis a pediatric disease? Peak bone mass attainment in the adolescent female. *Public Health Reports* (Supplement):50-54, 1990
- CRESANTA, J.L.; BURKE, G.L.; DOWNEY, A. M.; FREEDMAN, D.S. & BERENSON, C.S. Prevention of atherosclerosis in childhood: Prevention in primary care. *Pediatric Clinics of North America*. 33:835-858, 1986
- FAUCETTE, N.; MCKENZIE, T.L. & PATTERSON, P. Descriptive analysis of nonspecialist elementary physical education teachers' curricular choices and class organization. *Journal of Teaching in Physical Education*. 9:284-293, 1990
- HENRY, F.M. Physical Education. An Academic Discipline. IN: SLUSHER, H.S. & LOCKHART, A.S. Anthology of contemporary readings: *An Introduction to Physical Education*. Dubuque, Iowa, Wm. C. Brown. 1966. pp.281-286
- JOPLING, R.J. Health-related fitness as preventive medicine. *Pediatrics in Review*. 10:141-148, 1988
- MORFORD, W.R. Toward a profession, not a craft. *Quest*. 28(1):88-93, 1972
- MONTOYE, H.J. Risk indicators for cardiovascular disease in relation to physical activity in youth. IN: BINKHORST, R.A.; KEMPER, H.C.G. & SARIS, W.H.M. *Children and Exercise XI*. Champaign, IL., Human Kinetics. 1985. pp.3-25
- PARCEL, G.S.; SIMONS-MORTON, B.C.; O'HARA, N.M.; BARANOWSKI, T.; KOLBE, L.J. & BEE, D.E. School promotion of healthful diet and exercise behavior: An integration of organizational change and social learning theory interventions. *Journal of School Health*. 57:150-156, 1987
- POWELL, K. E.; THOMPSON, P. D.; CASPERSEN, C. J. & KENDRICK, J. S. Physical activity and the incidence of coronary heart disease. *Annals Review of Public Health*. 8:253-287, 1987
- RENSHAW, P. The nature of human movement studies and its relationship with physical education. *Quest*. 20(1):79-86, 1973

ROSS,S. The epistemic geography of physical education: Addressing the problem of theory and practice. *Quest.* 33(1):42-54,1981

SALLIS,J.F. & McKENZIE,T.L. Physical Education's role in public health. *Research Quaterly for Exercise and Sport.* 62(2): 124-137, 1991

SALLIS,J.F.; HOVELL,M.F.; HOFSTETTER, C. R.; FAUCHER, P.; ELDER, J.P.; BLANCHARD,J.; CASPERSEN,C.J.;

POWELL,K.E. & CHRISTENSON,G.M. A multivariate study of exercise determinants in a community sample. *Preventive Medicine.* 18:20-34,1989

THORLAND, W.G. & GILLIAM, T.B. Comparison of serum lipids between habitually high and low active preadolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise.* 13:316-321,1981

Endereço para correspondência:

Rua da Lapa 300 - Higienópolis
Telefone (0432) 22-1528
CEP. 86015-060 - Londrina - Paraná