CULTURA SEDENTARIA: CONSTRUINDO UMA SOCIEDADE CRITICA

Douglas Carvalho Oliveira[1], Bruno Pereira da Silva[2], Marcelo Cordeiro Resende[3]

[1, 2,]Universidade de Uberaba/Curso de Licenciatura Plena em Educação Física

[1]douglin007@hotmail.com, [2]brunops-1993@hotmail.com, [3]mcr@mednet.com.br

Linha de trabalho: Formação inicial de professores.

Resumo

O presente trabalho relata experiências vivenciadas pelos pibidianos do subprojeto PIBID Educação Física em uma escola estadual da cidade de Uberaba no estado de Minas Gerais, com 159 alunos do primeiro ano do ensino médio, no qual a temática abordada foi o sedentarismo, que teve o objetivo de promover a discussão, reflexão e conscientização sobre aspectos sociais, políticos e saúde, por meio de debates e atividades práticas cujos alunos participaram inserido suas sugestões a respeito do tema vivenciado.

Palavras-chave: Sedentarismo, Educação Física, PIBID

Contexto do Relato

Por meio doPrograma Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência - PIBID, fomentada pela coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível superior (CAPES), na Universidade de Uberaba (UNIUBE), no qual é uma iniciativa para o aperfeiçoamento e a valorização da formação de professores para a educação básica, concede bolsas a alunos de licenciatura participantes de projetos de iniciação à docência desenvolvida por Instituições de Educação Superior (IES) em parceria com escolas de educação básica da rede pública de ensino, surge com a finalidade de proporcionar aos acadêmicos dos cursos de Licenciatura um contato direto com a realidade da escola pública local onde exercerá futuramente sua profissão.

O subprojeto Educação Física está fundamentando na Abordagem Cultural para a Educação Física escolar.

> A prática pedagógica da Educação Física, na abordagem cultural, visa proporcionar aos sujeitos da educação a oportunidade de conhecer mais profundamente o seu repertório de cultura corporal, ampliando-o compreendendo, e também ter acesso a alguns códigos de comunicação de diversas culturas, por meio da variedade de formas de manifestações corporais. Segundo Neira (2007, p.11)

No primeiro semestre de 2015, fomos designados a ingressar em uma escola estadual, que esta situada em uma região central da cidade de Uberaba/MG, durante as nossas reuniões semanais em conjunto com o professor supervisor e coordenador do subprojetofomos aconselhados a ler relatos de experiências de grupos de pesquisas em educação física escolar, no qual foram passados vários sites, textos de diversos temas acerca da proposta estudada servindo assim de base para a elaboração de um novo projeto, portanto foram analisados varias propostas para o projeto e chegamos a temática sedentarismo, no qual foi realizado com 159 alunos matriculados no primeiro ano do ensino médio.

Detalhamento das Atividades

O projeto foi elaborado para ser desenvolvido em três aulas, no começo ficamos receosos de como seria a reação dos alunos, entretanto houve uma boa receptividade com o tema abordado, refletido.

> Somente a partir do conhecimento da realidade (grupo de alunos e comunidade onde vivem) quando se estabelece um contato mais intimo com os seus saberes e que o método de ensino efetivamente se configura. (...) a proposta dependem dos questionamentos interesses surgidos a partir da problematização dos alunos, dos professores ou da comunidade escolar. Neira e Nunes, (2006, p.240)

Iniciamos o projeto na sala de aula,no qual foi passadopara os alunos um vídeo a respeito da temática proposta, neste vídeo contextualizava a porcentagem maior da população que preferiam passar pela escada rolante do que a escada tradicional, como a maioria das pessoas estavam escolhendo passar pela escada rolante, foi criado um piano na escada tradicional para ver como eles reagiria naquele momento, e por incrível que apareça, os cidadãos optarão em subir ou descer pela escada tradicional que estava modificada por teclas de piano, no qual ao subir e descer fazia sons deste instrumento. Diante deste cenário abrimos uma discussão com os alunos, com a frase, “será que conseguiremos fazer as pessoas preferirem a escada somente

fazendo-as mais divertidas", e realizamos a seguinte pergunta, como você reagiria com uma escada mostrada pelo vídeo? A maioria dos alunos respondeu que iria passar pela escada com o piano, visto que era divertido e alguns falaram que "passaria pela escada rolante porque iria ser mais fácil".

Em seguida foi passado aos alunos outro vídeo em que retratavam aspectos políticos, neste vídeo o professor de Educação Física propõe para o deputado em aumentar os preços de produtos considerados "não saudáveis" e diminuir os preços de alimentos considerados "saudáveis" para que diminua a porcentagem de sedentários no Brasil e o país se torne um país "saudável", diante disto foi aberta outra discussãoe reflexão com os alunos.



Figura 1: Vídeo mostrado aos alunos.

Abrimos o debate perguntando quem frequenta academia? A maioria dos alunos respondeu que por não o ter condições financeiras e tempo, pois alguns trabalham, então questionamos se existem espaços públicos para a prática de atividade física e quais são os lugares? A maior parte da turma respondeu que não existe muito espaço suficiente para poder atender toda a população, mas que existem espaços públicos como a ciclo via e academias ao ar livre nas praças entre outros lugares na cidade. Em seguida continuamos com o nosso debate propondo para os alunos falar a respeito de como é em casa a rotina em relação ao uso do computador e da televisão? Foi percebido que muitos alunos ficam durante horas ao uso de computadores e televisão, e não utilizam o tempo para praticar atividade física. Foi perguntando também qual seria o modelo de corpo ideal? Eles falaram que o modelo de corpo ideal e aquele que a mídia vende. Indagamos a eles quais são as relações que têm haver com o sedentarismo

alem da falta de atividade física? Os alunos argumentaram que a preguiça e que tem haver com fatores patológicos. Questionamos a turma se eles se consideram sedentários?Grande parte da turma respondeu que sim. Ao final pedimos que eles definissem as causas do sedentarismo, eles falaram que “quem e sedentário e quem não tem habito de se movimentar, dormir mal, não ter uma alimentação saudável, preguiça, autoestima baixa, tecnologia usada de forma errada, tempo, condições financeiras, comodidade, falta de incentivo e fatores patológicos”.

Na segunda aula levamos os alunos para quadra e explicamos as causas que o sedentarismo pode ocasionar fatores patológicos nos seres humanos, após este momento em utilizamos o aparelho frequencímetro que tem como principal função mostrar a frequencia cardíaca, vários alunos participou da atividade, cada discente tinha que dar uma volta na quadra correndo lentamente, e outra mais intensa. A nossa intenção foi mostrar para eles que cada um possui um biótipo diferente, comparando o resultado dos mesmos.



Figura2: Teste com o frequencímetro com os alunos.

Na terceira aula realizamos testes de abdominal com os alunos, acompanhando de uma tabela masculina e feminina, no qual os mesmos tinham que fazer em sessenta segundos o máximo de abdominal que conseguissem e de acordo com a tabela iria mostrar se ele era pré-disposto a ser sedentário ou não. Ao final da aula pedimos que eles registrassem como era perto de suas casas, se existia condições de realizar atividades físicas, somente dois alunos trouxeram esses registros.



Figura 3: Teste de abdominal com os alunos.

Análise e Discussão do Relato

As ações realizadas tiveram o intuito de propiciar práticas pedagógicas que promovam o desenvolvimento da consciência e a compreensão sobre aspectos políticos, sociais entre o indivíduo e o mundo, abordando a importância das atitudes como formas de ampliar a compreensão do sujeito sobre si mesmo e de seu lugar no mundo.

Ouvir falar sobre a realidade escolar é bem diferente de constatar a realidade, o contato com a realidade escolar possibilita aprender a lidar com situações inesperadas do cotidiano escolar, bem, como, com as angústias e inquietações que estas suscitam em relação como fazer a diferença frente à realidade que afronta.

Aprendemos que planejar requer replanejar aulas de acordo com o andamento da turma, levando em conta seus aspectos culturais, coletivos e pessoais. Os projetos, as reuniões, reflexões do subprojeto de Educação Física tem contribuído para nossa formação enquanto bolsistas e nosoportunizando em vivenciar experiências produtivas e positivas acerca do cotidiano escolar.

Esta temática debatida fez com que vários alunos nos procurassem para que sugerisse idéias sobre este tema para que apresentassem um trabalho no evento da escola chamado “Mostra de saberes”, portanto acreditamos que a participação dos alunos nas aulas é essencial para que possam ser estabelecidas estratégias para tornar a aula de Educação Física prazerosa e produtiva.

Considerações

A prática de atividade física é importante para promoção da saúde dos indivíduos, ao ser aplicado na escola tal pratica vai além desse beneficio, pois e possível trabalhar os inúmeros aspectos relacionados ao crescimento, desenvolvimento, socialização, afetividade, cooperação, aptidões físicas entre outros.

As aulas programadas e realizadas devem fazer os alunos a passarem por experiências positivas e deve estar consciente que tudo o que está sendo proposto é para seu bem e não por ser apenas uma disciplina, portanto é necessário que eles comecem a refletir profundamente os conceitos envolvendo não somente a saúde, mas também os aspectos sociais, culturais, políticos para se tornarem cidadãos críticos.

Com o presente relato podemos perceber como é importante o subprojeto PIBID Educação Física na escola, trazendo benefícios, proporcionando vivências e curiosidades em relação ao tema abordado,por isto experiências como estas são necessárias e importantes para o desenvolvimento dos alunos, associando a prática de atividade física à cultura corporal. Portanto na Educação Física teoria e pratica devem caminhar junto, dando voz aos alunos.

Referências

NEIRA, M. G. **Ensino de Educação Física**. São Paulo: Thomson Learning, 2007.p.210

NEIRA, Marcos G.; NUNES, Mario Luiz F. **Pedagogia da cultura corporal**: críticas e alternativas. São Paulo: Phorte Editora, 2006.