



**FACULDADE TEOLÓGICA E FILOSÓFICA-RATIO  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**O EXERCÍCIO FÍSICO NO SERVIÇO DE CONVIVÊNCIA E  
FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS COM CRIANÇAS NO DISTRITO DE  
JENIPAPEIRO NA CIDADE DE ARACOIABA-CE: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**ISMAEL ALVES SILVESTRE**

**FORTALEZA-CE  
2019**

**ISMAEL ALVES SILVESTRE**

**O EXERCÍCIO FÍSICO NO SERVIÇO DE CONVIVÊNCIA E  
FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS COM CRIANÇAS NO DISTRITO DE  
JENIPAPEIRO NA CIDADE DE ARACOIABA-CE: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Monografia apresentada ao curso de Licenciatura em Educação Física da Faculdade Teológica e Filosófica - Ratio como requisito parcial para obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientação Prof. Esp. Helton Bernardino Lima

**FORTALEZA-CE  
2019**

**ISMAEL ALVES SILVESTRE**

**O EXERCÍCIO FÍSICO NO SERVIÇO DE CONVIVÊNCIA E  
FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS COM CRIANÇAS NO DISTRITO DE  
JENIPAPEIRO NA CIDADE DE ARACOIABA-CE: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Monografia apresentada ao curso de Licenciatura em Educação Física da Faculdade Teológica e Filosófica - Ratio como requisito parcial para obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientação Prof. Helton Bernardino Lima

Data da aprovação \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Esp. Helton Bernardino Lima  
(ORIENTADOR/FACULDADE RATIO)

---

Prof. Ms. Antônio Adriano da Rocha Nogueira  
FACULDADE RATIO

---

Prof. Ms. Paulo Gabriel Lima da Rocha  
FACULDADE RATIO

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a Deus pelo dom da vida, pela fé e perseverança para vencer os obstáculos.

Aos meus pais pelo incentivo nessa fase do curso de graduação e durante toda minha vida.

A todos os professores pela paciência, dedicação, companheirismo e incentivo.

Aos meus colegas de turma pela amizade que foram construídas no decorrer de todo o período do curso.

Ao projeto no qual me proporcionou estímulos para realização desse trabalho tão importante para minha carreira profissional.

Enfim, sou grato a todos que contribuíram de forma direta ou indireta para realização desta monografia.

## **DEDICATÓRIA**

Dedico todo meu trabalho, esforço e noites em claro estudando, a Deus que me deu força e discernimento para que fosse realizado esse trabalho de conclusão de curso.

Aos meus pais, Maria Albenir e Francisco Silvestre que sempre me apoiaram e estiveram ao meu lado.

A Lorena Kimberly que está sempre ao meu lado me incentivando nos momentos de estudo.

E às pessoas que de alguma forma contribuíram para a realização desse trabalho.

“Educai as crianças para que não seja necessário punir  
os adultos”.

(Pitágoras)

## RESUMO

Este trabalho tem como tema: O Exercício Físico no Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos com crianças no distrito de Jenipapeiro na cidade de Aracoiaba-CE: Relato de experiência. Seu objetivo é mostrar a contribuição dos exercícios físicos para promoção da saúde, qualidade de vida e a melhorar a situação de vulnerabilidade, a qual algumas crianças possam estar exposta. A metodologia utilizada está caracterizada como estudo bibliográfico, fazendo uma revisão de literatura sobre o tema a ser estudado juntamente com um relato de experiência que está relacionada à observação desse projeto. O referencial teórico desse trabalho é apoiado em autores como: (RAMOS, 1992), (CASTELLANI,1998), (CAMPO GRANDE, 2007), dentre outros. Os resultados obtidos de um modo geral revelam que realmente o serviço de convivência e fortalecimento de vínculos contribui de forma relevante na promoção da saúde, qualidade de vida fazendo também com que os participantes não estejam vulneráveis em meio à sua localidade. Percebe-se o grande desafio da disciplina de Educação Física, pois é uma disciplina que integra o educando na cultura corporal, formando o cidadão que irá produzi-la, reproduzi-la e transformá-la através dos jogos, dos esportes, das lutas, da ginástica e das danças, na busca do exercício crítico da cidadania e de uma melhor qualidade de vida, contudo, sem esquecer de relacionar sempre teoria e prática.

**Palavras chave:** Exercícios físicos; Crianças; Serviço de convivência; Fortalecimento de vínculos.

## ABSTRACT

This work has as its theme: The Physical Exercise in the Service of Coexistence and Strengthening of Links with children in the district of Jenipapeiro in the city of Aracoiaba-CE: Report of experience. Its purpose is to show the contribution of physical exercises to health promotion, quality of life and vulnerability, in which some children may be exposed. The methodology used is characterized as a bibliographic study, making a literature review on the subject to be studied together with an experience report that is related to the observation of this project. The theoretical reference of this work is supported by authors such as: (RAMOS, 1992), (CASTELLANI, 1998), (CAMPO GRANDE, 2007), among others. The results obtained in general reveal that the service of coexistence and strengthening of ties contributes in a relevant way in the promotion of health, quality of life also making the participants not vulnerable in their locality. It is perceived the great challenge of the discipline of Physical Education, since it is a discipline that integrates the educated in the corporal culture, forming the citizen who will produce it, reproduce it and transform it through games, sports, fights, gymnastics and dance, in pursuit of the critical exercise of citizenship and a better quality of life, and without forgetting to always relate theory and practice.

**Keywords:** Physical activity; Children; Coexistence service; Strengthening of links.

## **LISTAS DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

|       |   |
|-------|---|
| CRAS  | Centro de Referência e Assistência Social                     |
| CREAS | Centro de Referência Especializado da Assistência Social      |
| ECA   | Estatuto da Criança e do Adolescente                          |
| PAEFI | Proteção e Atendimento Especializado às Famílias e Indivíduos |
| PAIF  | Proteção e Atendimento Integral à Família                     |
| PCNs  | Parâmetros Curriculares Nacionais                             |
| SCFV  | Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos           |
| SME   | Secretaria Municipal de Educação                              |
| SUAS  | Sistema Único de Assistência Social                           |

## SUMÁRIO

|            |   |           |
|------------|---|-----------|
| <b>1</b>   | <b>INTRODUÇÃO.....</b>  | <b>11</b> |
| <b>2</b>   | <b>REVISÃO DE LIERATURA.....</b>  | <b>13</b> |
| <b>2.1</b> | <b>CONCEITUANDO EXERCÍCIOS FÍSICOS.....</b>   | <b>13</b> |
| 2.1.1      | EXERCÍCIOS FÍSICOS NA HISTÓRIA.....   | 14        |
| <b>2.2</b> | <b>BENEFÍCIOS DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS PARA A SAÚDE.....</b>                              | <b>25</b> |
| 2.2.1      | IMPORTÂNCIAS DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS NA INFÂNCIA E NA<br>ADOLESCÊNCIA.....               | 29        |
| <b>2.3</b> | <b>ENTENDENDO O SERVIÇO DE CONVIVÊNCIA E<br/>FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS (SCFV).....</b> | <b>32</b> |
| <b>3</b>   | <b>CAMINHANDO COM A METODOLOGIA.....</b>  | <b>36</b> |
| <b>4</b>   | <b>DISCUSSÃO E RESULTADOS.....</b>  | <b>40</b> |
| <b>5</b>   | <b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>  | <b>47</b> |
|            | <b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>  | <b>49</b> |

## 1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho intitula-se por exercícios físicos no serviço de convivência e fortalecimento de vínculos com crianças no distrito de Jenipapeiro na cidade de Aracoiaba-Ce: relato de experiência. Essa pesquisa tem o objetivo de apresentar através de observações e anotações no diário de bordo as contribuições dos exercícios físicos para promoção da saúde, qualidade de vida e melhorar a situação de vulnerabilidade, a qual algumas crianças possam estar exposta. Portanto, tal atividade visa compreender a relevância do SCFV para os participantes do projeto, destacar os exercícios físicos que contribuem para promoção da saúde e qualidade de vida e identificar os benefícios físicos e sociais que a prática de esportes proporciona aos seus participantes.

Sabe-se que as atividades socioeducativas desempenhadas nos equipamentos da Assistência Social destinadas às crianças e aos adolescentes, prioritariamente aquelas retiradas de um estado de vulnerabilidade recebem a denominação de Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV). Este serviço deve ser realizado pelos Centros de Referência da Assistência Social – CRAS, os quais desenvolvem atividades relacionadas à Proteção Social Básica.

A experiência aqui descrita ocorre numa localidade bem pequena conhecida por Jenipapeiro, atendida pelo Centro de Referência Especializado da Assistência Social – CREAS do município de Aracoiaba-CE.

O CREAS passou a ofertar este serviço em razão do atendimento a uma comunidade não muito próxima ao CREAS, e que assim dificulta o acesso das crianças ao serviço desta comunidade que tem dificuldades de deslocamento até o CREAS mais próximo, uma vez que para chegar até este estabelecimento é necessário transporte público e nem sempre é acessível a estes usuários.

O esporte é um meio muito importante para mudar as vidas de muitas pessoas, principalmente crianças e adolescentes, impulsionando-as a superar obstáculos e a crescer com noções de solidariedade e respeito às diferenças. Além de o esporte proporcionar todos os benefícios físicos que já falamos, ele também vem a agregar na parte social da população, principalmente na infância. É pensando nisso que várias atividades são desenvolvidas com

as crianças que têm um pré-requisito, sobre o exercício físico promovendo uma vida ativa futuramente, e regularizando todo o balanço do corpo.

Esta pesquisa caracteriza-se por um estudo bibliográfico inicialmente, e posteriormente, um relato de experiência de caráter descritivo sobre os exercícios físicos no serviço de convivência e fortalecimento de vínculos para crianças.

Ao final do estudo pode-se perceber que o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos Familiares e Comunitários é um serviço realizado em grupos, de modo a garantir aquisições progressivas aos seus usuários, de acordo com o seu ciclo de vida, a fim de complementar o trabalho social com famílias e prevenir a ocorrência de situações de risco social.

Quanto ao esporte, as modalidades esportivas podem vir a ser um processo educacional, gerando benefícios, mostrando sempre a força e o poder do jogo coletivo, e lembrando-os dos valores pessoais e sociais, priorizando a preservação da amizade entre todos, desempenhando assim a melhor maneira possível dentro ou fora do esporte. Crianças que tem uma participação regularmente nos esporte venham a ter uma relação muito boa com a sociedade, não só na questão de convivência, mas com a educação e o aprendizado que se leva para toda a sua vida.

O conhecimento dessa temática possibilitará a ampliação e discussão sobre a questão social, pautando posicionamentos, provocando a reflexão e apoiando profissionais e gestores no desenvolvimento de práticas mais qualificadas e participativas.

Para uma melhor compreensão da temática, o referido trabalho se divide em capítulos assim explícitos: No primeiro capítulo, tem-se o conceito de exercício físico e o exercício físico na história. No segundo capítulo, discorre-se sobre os benefícios do exercício físico para a saúde, e, num segundo tópico, tem-se a importância do exercício físico na infância e na adolescência. Já no terceiro capítulo, relata-se sobre como entender o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos, caminhando com a metodologia, discussão e resultados do que foi obtido com a pesquisa. Finalizamos com as considerações acerca dos resultados da pesquisa em questão.

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

### **2.1 CONCEITUANDO EXERCÍCIOS FÍSICOS**

A atividade física é definida por Barbanti (2003), no sentido mais restrito a “todo movimento do corpo produzido pelos músculos do esqueleto que proporciona um gasto de energias”, o autor defende ainda que o termo se refere também à totalidade de movimentos realizados no contexto do esporte, aptidão física, recreação, da brincadeira, do jogo e do exercício.

A prática de exercícios, na verdade, foi introduzida pela civilização grega com o nome de ginástica e se caracterizavam por exercícios disciplinados e tinham a finalidade de desenvolver a destreza, a beleza e a força (AZEVEDO, 2000).

Em toda e qualquer atividade existe uma variedade de fatores que proporcionarão uma variedade de características para cada situação em particular, como por exemplo, as características do treino, o lugar, ou seja, ambiente em que se praticam os exercícios, os participantes, e até mesmo os instrutores.

Os exercícios físicos sejam em crianças ou adolescente é um meio de estabelecer um estilo de vida saudável, ativo, bem como promover a saúde. Entre os benefícios originários da sua prática frequente está o controle de peso, que promove a redução de adiposidade corpórea.

Desenvolver o prazer e o gosto pela prática de exercícios físicos nos educandos é o papel da Educação Física escolar, além de, por meio desta prática, promover o desenvolvimento do hábito de vida saudável e também estimular a socialização a partir de práticas coletivas.

É importante destacar que os exercícios físicos devem ser vistos pelas crianças como uma prática de motivação, de forma que se tornem atividades interessantes para os estudantes, para a prática de exercícios físicos, não como uma obrigação escolar ou como

um conteúdo curricular a ser apreendido, mas, principalmente, como uma atividade “divertida”, dentro ou fora da escola.

Se o professor de Educação Física orientar suas aulas para conteúdo que não tenham a atenção de todos os estudantes, privilegiando apenas alguns com habilidades específicas ou com preferências pessoais, não atingirá a todos, muito menos o principal objetivo, que é o desenvolvimento do hábito da prática de exercícios físicos.

“É importante destacar que a Educação Física não serve só para aprender a fazer, mas para conhecer sobre esporte, brincadeiras, danças, lutas e ginásticas e para saber sobre os movimentos” (DELLAGRANA, 2010, p. 54).

As crianças atualmente gastam bastante tempo com o sedentarismo devido ao aumento da violência nas grandes cidades. Suas atividades se baseiam em assistir televisão, ficar no computador, jogar *videogame* etc. Desta forma, aumenta a responsabilidade do Profissional de Educação Física na prática em estimular as crianças e os jovens a buscarem alternativas para a prática do exercício físico. Assim, é preciso discutir de que forma o conteúdo e os encaminhamentos metodológicos das aulas de Educação Física podem estimular nos estudantes o hábito à prática dessa atividade.

### **2.1.1 EXERCÍCIOS FÍSICOS NA HISTÓRIA**

A mais antiga notícia sobre a Educação Física em terras brasileiras acontece justamente no ano de sua descoberta, 1500. Tal acontecimento se deve ao relato de Pero Vaz de Caminha, que em uma de suas cartas, que relatam indígenas dançando, saltando, girando e se alegrando ao som de uma gaita tocada por um português (RAMOS, 1982).

Ainda com o relato de Ramos (1982), foi esta certamente a primeira aula de ginástica e recreação relatada no Brasil. De modo geral, sabe-se que as atividades físicas realizadas pelos indígenas no período do Brasil colônia, estavam relacionadas a aspectos da cultura primitiva. Tendo como características elementos de cunho natural (como brincadeiras, caça, pesca, nado e locomoção), utilitário (como o aprimoramento das atividades de caça,

agrícolas, etc.), guerreiras (proteção de suas terras); recreativo e religioso (como as danças, agradecimentos aos deuses, festas, encenações, etc.) (GUTIERREZ, 1972).

Ramos (1982), destaca que no Brasil colônia, as atividades físicas realizadas pelos indígenas e escravos representaram os primeiros elementos da Educação Física no Brasil. Posteriormente, ainda no período colonial, criada na senzala, sobretudo no Rio de Janeiro e na Bahia, surge a capoeira, atividade ríspida, criativa e rítmica que era praticada pelos escravos. O início do desenvolvimento cultural da Educação Física no Brasil, apesar de não ter ocorrido de forma contundente, ocorreu no período do Brasil império. Pois foi nessa época que surgiram os primeiros tratados sobre a Educação Física.

A prática profissional em exercícios físicos no Brasil ainda tem uma história curta, pois essa profissionalização é bem recente. No Brasil, militares e médicos contribuíram na estruturação e organização dos conhecimentos para esta formação profissional, a partir de um momento.

Cabe destacar que a dicotomia prática-teoria em torno da Educação Física já estava presente no século XIX. Os médicos construíram os estudos científicos, ou seja, a teoria, nela os médicos produziram estudos teóricos na faculdade de medicina a respeito das atividades físicas, enquanto os militares organizaram a prática segundo alguns manuais de ginástica a partir de tratados que exemplificavam alguns métodos ginásticos, construíram seu conhecimento a partir da prática de atividades físicas.

Esta fase de predominância da orientação militar e médica da Educação Física caracterizam o período que Oliveira (1994), apoiado em Mahler (1986), observou ser uma fase que a Educação Física começou a ser pensada como possuidora de valores e métodos específicos a sua prática profissional. É possível falar em um momento no qual os professores de Educação Física lutaram, e lutam pelo que seria uma orientação, com influências das teorias educacionais críticos-progressistas.

Iniciou-se, no Brasil, com a vinda da família real, em 1808, a fundação das primeiras instituições, Escola de Medicina e a Academia Militar Real. Foi justamente por meio dos militares da Academia Militar Real que houve a sistematização dos conhecimentos práticos das atividades em ginástica, caracterizadas, inicialmente, pelos métodos ginásticos alemães,

por influência da contratação de um instrutor alemão responsável por preparar fisicamente os militares brasileiros.

Pouco depois, pesquisas sobre os exercícios físicos foram também realizadas na Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro. Os estudos nessa época defendem que os exercícios físicos: além do aprimoramento físico e da saúde individual promoveria também um maior controle das funções e dos movimentos corporais, bem como dos instintos destrutivos e dos desejos sexuais que impelia aos vícios, permitindo uma maior limitação de vontade e um maior controle de emoções (PAGNI, apud CUNHA JÚNIOR, 1999, p. 1325).

A inclusão da Ginástica na grade curricular de uma instituição pública de ensino civil no Brasil aconteceu no antigo Ginásio Nacional (atual Pedro II), no ano de 1837, no Rio de Janeiro. Nessa época, os instrutores de ginástica eram, na sua maioria, os militares que aplicavam o método alemão aprendido na Academia Real Militar. Uma iniciativa importante de ordem legislativa aconteceu em 1854, com o então ministro Couto Ferraz incluindo a Ginástica como obrigatória no ensino primário e a dança como obrigatória no ensino secundário.

Mas os militares continuaram até a década de trinta do século XX com influências significativas na formação profissional de instrutores de ginástica. São os militares os responsáveis pela formação dos primeiros “mestres de ginástica” no Brasil, formação que teve sua prática sistematizada no século XX, na antiga Escola de Esgrima, inaugurada em 1902, em São Paulo. Sob a influência de alguns militares franceses, em 1909, essa escola se transformou na Escola de Educação Física da Força Policial do Estado de São Paulo. Nesse período, o método de ginástica alemão é substituído pelo método francês de ginástica, “orientado pelos princípios da fisiologia” (MARINHO, 1958, p.78).

A partir de 1919, os militares intensificaram sua preocupação com a sistematização e disseminação nacional da prática de atividades físicas. Por essa ocasião, as discussões a respeito da Educação Física se fortaleceram, também, entre as autoridades públicas. Fundou-se, em 1922, na Vila Militar, no Rio de Janeiro, o Centro Militar de Educação Física do Exército, que se expandiria no ano de 1930, com a criação de centros regionais em São Paulo e Minas Gerais, fundamentando-se na ginástica, especialmente para atingir objetivos de saúde.

Alguns pedagogos defenderam os exercícios físicos, como Fernando de Azevedo, que, por exemplo, encaminhou professores da rede pública do Distrito Federal para cursos de Educação Física do Exército, em 1929.

O projeto de exercícios físicos para a sociedade civil tendeu à expansão, e foi com uma ação decisiva do governo de Getúlio Vargas, em 1933, que surgiu a possibilidade de transformação do Centro Militar de Educação Física em Escola de Educação Física do Exército. No dizer de Ferreira Neto (1998, p.291) esta foi a “célula-máter” da formação de profissionais para a área no país.

A criação de uma escola civil não foi uma prerrogativa para que os instrutores da época tomassem a direção política da Instituição. Pelo contrário, inicialmente os militares, e logo a seguir os médicos, foram aqueles que, por sucessivas gestões, ocuparam a direção da escola de educação física e desportos. Aqueles que eram inicialmente os instrutores, e logo a seguir os professores de Educação Física, possuíam pouco poder para determinar os caminhos a serem seguidos para a formação profissional. Nesse tempo, a Educação Física, enquanto disciplina, não era dona de sua história; seus objetivos eram determinados por outros atores. Seus professores eram executores de vontades alheias. O ingresso na Escola Nacional de Educação Física e Desporto apresentavam uma diferença quanto aos pré-requisitos de ingresso nas demais carreiras de nível universitário. O ensino secundário, nessa época, era subdividido em fundamental e complementar. Isto significava que carreira como medicina e direito, além de outras, exigiam do candidato a posse dos cursos fundamental e complementar.

Já dos vestibulandos de Educação Física, só lhes era exigido o secundário fundamental, deixando indícios da existência de uma despreocupação intelectual no ingresso nessa carreira. Além disso, inicialmente as disciplinas pedagógicas não faziam parte do plano curricular dessa graduação.

A Educação Física no Brasil república pode ser subdividida em duas fases: a primeira remete o período de 1890 até a Revolução de 1930 (que empossou o presidente Getúlio Vargas); e a segunda fase, configura o período após a Revolução de 1930 até 1946.

Na primeira fase do Brasil República, a partir de 1920, outros estados da Federação, além do Rio de Janeiro, começaram a realizar suas reformas educacionais e, começaram a

incluir a Ginástica na escola (BETTI, 1991). Além disso, ocorre a criação de diversas escolas de Educação Física, que tinham como objetivo principal a formação militar (RAMOS, 1982). No entanto, é a partir da segunda fase do Brasil república, após a criação do Ministério da Educação e Saúde, que a Educação Física começa a ganhar destaque perante aos objetivos do governo. Nessa época, a Educação Física é inserida na constituição brasileira e surgem leis que a tornam obrigatória no ensino secundário (RAMOS, 1982).

Somente quando a licenciatura em Educação Física passou a exigir cursos com disciplinas pedagógicas, os seus professores começaram a se entender como educadores. A falta de formação em Educação, associada aos objetivos da Educação Física na era Vargas (desenvolvimento da força de trabalho e cultivo de valores morais, em especial o civismo e o patriotismo) configuraram um obstáculo para a formação intelectual de seus professores, permitindo que outros profissionais (médicos e militares), durante algumas décadas, determinassem a organização de seus conhecimentos e da sua formação profissional, uma vez que permaneceram na direção da escola ainda por alguns anos.

Adorno estava convencido de que a competição estimularia os homens a tratarem-se com agressividade, além de manter formas arcaicas de violência física. Isto fez Adorno desacreditar do caráter emancipatório do Esporte: “O esporte seria uma mediação privilegiada entre crueldade e submissão à autoridade, atividade disciplinadora no sentido de aceitação das *regras do jogo*” (ADORNO apud VAZ, 1999, p.187).

Na verdade, observa-se, ainda hoje, o sentido dado aos treinamentos que exigem rigidez disciplinar a fim de conquistar algum estágio de desempenho físico. O corpo é treinado para “tolerar a dor”. Mas Adorno admite valores positivos no esporte, desde que retirada a competitividade exacerbada. Isso poderia permitir aos sujeitos respeitarem os mais fracos e terem a vivência do jogo, onde existe um grau maior de liberdade entre seus participantes.

Dentre uma das importantes medidas que impactaram a Educação Física no período contemporâneo, está a obrigatoriedade da Educação Física/Espportes no ensino do 3º Grau, por meio do decreto lei no 705/69 (BRASIL., 1969). Segundo Castellani Filho (1998), o decreto lei no 705/69 (BRASIL., 1969), tinha como propósito político favorecer o regime militar, desmantelando as mobilizações e o movimento estudantil que era contrário ao

regime militar, uma vez que as universidades representavam um dos principais polos de resistência a esse regime.

Desta forma, o esporte era utilizado como um elemento de distração à realidade política da época. Ademais, a Educação Física/Esportes no 3º Grau era considerada uma atividade destituída de conhecimentos e estava relacionada ao fazer pelo fazer, voltada a formação de mão de obra apta para a produção (DARIDO e RANGEL, 2005).

No entanto, o modelo esportivista, também chamado de mecanicista, tradicional e tecnicista, começou a ser criticado, principalmente a partir da década de 1980. Entretanto, essa concepção esportivista ainda está presente na sociedade e na escola atual (DARIDO e RANGEL, 2005). Já a partir de 1969, em pleno regime militar, o esporte torna-se hegemônico e referência fundamental na Educação Física. O Decreto 69.450/71 fixa a aptidão física como referência da orientação do processo pedagógico na Educação Física. São contundentes os comentários de Souza e Vago (1997).

A partir da 5ª série e até o ensino superior, o único conteúdo citado explicitamente pelo decreto a ser incluído nos programas é o das atividades de natureza esportiva ou práticas desportiva. Dessa maneira, a submissão do ensino da educação física ao esporte, iniciada após a Segunda Guerra Mundial, foi ainda mais radicalizada, o que contribuiu para que ele se consolidasse praticamente como conteúdo exclusivo das aulas de educação física (p.130-131).

O caráter competitivo do esporte de rendimento passou a fundamentar o método educativo em Educação Física. Partiu-se do pressuposto de que as relações humanas necessitam da competitividade, objetivando a sobrevivência.

A associação da disciplina militar à “cientificidade” proposta pelo modelo biomédico e a redução da cultura corporal de movimento ao esporte criaram uma série de obstáculos, que vieram a ser criticados por professores de Educação Física. Além disso, denunciou-se que a facilidade de realizar esportes coletivos, principalmente os que possuem a bola como instrumento mediador entre os sujeitos, permitiu que muitos professores deixassem à margem outros conteúdos da cultura corporal, como as danças, as lutas e as ginásticas.

Na década de 1970, passou a ser incentivada a pesquisa na área da Educação Física. Esse momento marca o início de uma busca de independência intelectual dos profissionais de Educação Física, o que não significa um isolamento da Educação Física em relação a outras áreas do conhecimento. Ao contrário, vários professores desta área estudavam e continuaram a estudar a biologia, passando a valorizar também outros campos, principalmente a Educação.

Ao se aproximarem da educação, os professores de Educação Física incorporaram práticas pedagógicas que, no início dos anos 70, ainda se revestiam de influência tecnicista. Somente no final da década, com a abertura política, aparecem ideias contra hegemônicas, construindo-se produções acadêmicas que tentam desvelar a realidade em diversas práticas sociais.

Esses movimentos da década de 1970 na Educação Física são resumidos com clareza por Oliveira (1994), quando diz que os anos 1970, incorporaram elementos da pedagogia ao corpus teórico da Educação Física brasileira, ainda que em sua versão tecnicista, via didática. O velho jargão de que Educação Física e educação tornaram-se realidade.

Apenas nos anos 1980, parece surgir a perspectiva de Educação Física como prática social. Os influxos médico-militares criaram a falsa ideia de que as práticas corporais eram neutras, cabendo aos professores de Educação Física preocupações eminentemente técnicas. Essa postura tecnicista vinha ao encontro da censura e da repressão impostas à sociedade brasileira, subprodutos do golpe militar de 1964.

Após o golpe de 1964, as universidades brasileiras passaram por inúmeras modificações em decorrência dos acordos firmados entre o Ministério da Educação e Cultura - acordos MEC, os quais influenciaram os rumos e as reformas educacionais instituídas naquele período, nos três níveis de ensino: primário, secundário e superior.

Algo criticado nessa época por alguns professores de Educação Física foram os códigos do esporte de mercado que interferiram na matéria, pois este é um dos obstáculos a serem superados na formação e na prática profissional, que por cerca de cinquenta anos não estiveram atentas à diferença entre estes dois fenômenos - o educacional e o esporte competitivo (BRACHT, 1992, p.22); ou seja, ao invés de um professor na escola, tem-se um treinador. Esta era uma das críticas acadêmicas a respeito do assunto feitas por aqueles que

eram contra o esporte de rendimento na escola, derivando-a da ilusão de se ter no esporte a única referência das manifestações da cultura corporal. Já o *esporte da escola* estará apoiado em outros valores além destes pautados no individualismo.

Busca-se um esporte em que a interação e a solidariedade seriam os princípios de ação, ao invés da competitividade. Além disso, as soluções de problemas de uma equipe deveriam ser construídas por meio do coletivo, e não só por ações individualizadas.

Essa nova visão do esporte está expressa na Lei do desporto brasileiro n.º 8672, de 6 de julho de 1993, que diz o seguinte no seu capítulo III: Da conceituação e das finalidades do Desporto Art. 3º O desporto como atividade predominantemente física e intelectual pode ser reconhecido em qualquer das seguintes manifestações:

I – desporto educacional, através dos sistemas de ensino e formas assistemáticas de educação, evitando-se a seletividade, a hiper competitividade de seus praticantes, coma finalidade de alcançar o desenvolvimento integral e a formação para a cidadania e o lazer;

II - desporto de participação, de modo voluntário, compreendendo as modalidades desportivas praticadas com a finalidade de contribuir para a integração dos praticantes na plenitude da vida social, na promoção da saúde e da educação e na preservação do meio ambiente;

III - desporto de rendimento, praticado segundo as normas internacionais, com a finalidade de obter resultados e integrar pessoas e comunidades do País e estas com outras nações. ( p.6)

No que tange às diferentes interpretações dadas à lei, uma questão, definitivamente, deve estar esclarecida: não cabe à escola a responsabilidade de desenvolver desporto de rendimento. Cabe à escola, sim, ensinar a multiplicidade de elementos da cultura corporal: não só o esporte, mas também as lutas, as danças, as ginásticas, os jogos, como atributos a serem reconhecidos dentre as diferentes necessidades educativas sistemáticas que compõem a formação da personalidade do sujeito neste espaço.

Por outro lado, não foi somente a influência do esporte de mercado na escola, com toda a sua ideologia subjacente, o que foi contestado no período. O jargão “Educação Física é saúde” também começou a ser criticado. É importante destacar que esse argumento foi

usado no início do século passado para incluir a Educação Física entre as disciplinas escolares: a saúde entendida sob bases higienistas.

Acredita-se em outras possibilidades de trabalho na Educação Física, negando-se assim a competitividade exacerbada e o reducionismo biológico nos estudos referentes à cultura corporal de movimento e vindo-se buscar uma prática solidária.

Esta fase marca o início da reconstrução do conhecimento na Educação Física, possibilitando assinalar com maior rigor a negação da função profissional da Educação Física de controlar o corpo, pois algumas pesquisas enfocam a questão da cultura corporal em profundidade, isto é, para além de perspectivas biológicas ou técnicas.

Uma reforma curricular supõe possibilidades de transformação para além da mera prescrição sugerida pela grade curricular. Sabemos que nos currículos estão envolvidas questões de poder, ideologia e cultura, com implicações decisivas na formação do ser social, haja vista a multiplicidade de estudos referentes à cultura corporal de movimento inaugurados no momento em que os professores de Educação Física começa a (re)formar sua história.

Essa diversidade presente nas pesquisas tem gerado um confronto entre aqueles que buscam o entendimento do fenômeno da cultura corporal de uma forma totalizante e aqueles que se detêm em manifestações parciais na compreensão da Educação Física.

Parece certo que profissionais se apresentam somente interessados no conteúdo formal como, por exemplo, a carga horária da sua disciplina que compõe o novo currículo, revelando uma postura pragmática, quando desconsideram que conhecimentos são considerados importantes.

Além disso, os perfis profissionais apontados exigem certa interdisciplinaridade na formação profissional. Caso contrário, de tempos em tempos serão constituídas comissões de reformas curriculares somente com a finalidade de reorganizar uma grade curricular, ao invés de buscar um professor formado que consiga interagir com os diversos conhecimentos estudados ao longo de sua formação.

Como vimos na história da Educação Física, os seus profissionais mostraram buscar o comando dessa história. Vários são os acontecimentos incidentes sobre as organizações e reorganizações do conhecimento na Educação Física. Aqui se tem a preocupação de registrar a Educação Física como detentora de uma história. Várias são as lutas e ideias que tentam orientar a ação profissional no campo da Educação Física.

Esta tarefa exigirá uma reforma: reforma em seu ideário, uma reforma que deverá representar a sua autonomia intelectual. Logo, esta fase representa uma busca da reorganização do conhecimento na Educação Física. Nota-se a busca pela formação de um educador, e não só de um professor instrumental. É justamente este educador que será responsável pela reconstrução de uma nova identidade da Educação Física. É preciso considerar que a produção de conhecimento na Educação Física já se subordinou a valores, saberes e práticas oriundos de diferentes fontes: disciplina e treinamento do corpo.

A partir da década de 1970, com o incremento das pesquisas e o crescente questionamento das tendências pedagógicas surgido no campo da Educação, alguns professores de Educação Física querem encontrar novos caminhos, que solidifiquem a Educação Física como: uma prática de intervenção e o que a caracteriza é a intenção pedagógica com que trata um conteúdo que é configurado/retirado do universo da cultura corporal de movimento.

Conseqüentemente, nos anos seguintes a perspectiva do conhecimento também passa a ser alvo de negação e questionamentos, e com isto surgem diversas tendências, que representam dois tipos de saberes a serem conquistados pela Educação Física: o científico e o pedagógico (LIMA, 2000), que aprofundam a crise pedagógica, epistemológica e política da Educação Física. Durante a década de 1980, a resistência à concepção biológica da Educação Física, foi criticada em relação ao predomínio dos conteúdos esportivos (DARIDO e RANGEL, 2005).

Atualmente, coexistem na educação física, diversa concepções, modelos, tendências ou abordagens, que tentam romper com o modelo mecanicista, esportivista e tradicional que outrora foi embutido aos esportes. Entre essas diferentes concepções pedagógicas pode-se citar: a psicomotricidade; desenvolvimentista; saúde renovada; críticas; e mais recentemente os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) (BRASIL., 1997).

No entanto, sua abordagem pedagógica tende a valorizar o fazer pelo fazer, não evidenciando o porquê de se fazer e como o fazer. Já o modelo desenvolvimentista por sua vez, busca propiciar ao aluno condições para que seu comportamento motor seja desenvolvido, oferecendo-lhe experiências de movimentos adequados às diferentes faixas etárias (DARIDO e RANGEL, 2005). Neste modelo pedagógico, cabe aos professores observarem sistematicamente o comportamento motor dos alunos, no sentido de verificar em que fase de desenvolvimento motor eles se encontram, localizando os erros e oferecendo informações relevantes para que os erros sejam superados.

A perspectiva pedagógica saúde renovada, diferentemente das citadas anteriores, tem por finalidade convicta e às vezes única, de ressaltar os aspectos conceituais acerca da importância de se conhecer, adotar e seguir conceitos relacionados à aquisição de uma boa saúde (DARIDO e RANGEL, 2005).

Por outro lado, as abordagens pedagógicas críticas, sugerem que os conteúdos selecionados para as aulas de Educação Física devem propiciar a leitura da realidade do ponto de vista da classe trabalhadora (DARIDO e RANGEL, 2005). Nessa visão, a Educação Física é entendida como uma disciplina que trata do conhecimento denominado cultura corporal, que tem como temas o jogo, a brincadeira, a ginástica, a dança, o esporte, etc., e apresenta relações com os principais problemas sociais e políticos vivenciados pelos alunos (DARIDO e RANGEL, 2005).

Em 1996, com a reformulação dos PCNs, é ressaltada a importância da articulação da Educação Física entre o aprender a fazer, o saber por que se está fazendo e como relacionar-se nesse saber (BRASIL., 1997).

De forma geral, os PCNs trazem as diferentes dimensões dos conteúdos e propõe um relacionamento com grandes problemas da sociedade brasileira, sem no entanto, perder de vista o seu papel de integrar o cidadão na esfera da cultura corporal. Os PCNs buscam a contextualização dos conteúdos da Educação Física com a sociedade que estamos inseridos, devendo a Educação Física ser trabalhada de forma interdisciplinar, transdisciplinar e através de temas transversais, favorecendo o desenvolvimento da ética, cidadania e autonomia.

De forma geral, pode-se concluir que a Educação Física vem se desenvolvendo no Brasil a partir de importantes mudanças político-sociais e que atualmente é vista como um elemento essencial para a formação do cidadão brasileiro.

## **2.2 BENEFÍCIOS DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS PARA A SAÚDE**

Estudos indicam que para que se tenha uma melhor qualidade de vida é necessário conhecer a importância dos exercícios físicos regulares e seus benefícios em relação à saúde. Atualmente, esses resultados são percebidos em vários estudos que defendem os exercícios físicos regulares como importante aliada no combate do sedentarismo e seus malefícios (MOTA, 2010; SILVA, et al, 2010).

O sedentarismo é causado principalmente pela inatividade física e um dos principais fatores para desenvolver ou agravar doenças coronarianas e alterações cardiovasculares e metabólicas.

As atividades físicas são compreendidas como todo e qualquer movimento do corpo que resulta num gasto energético acima dos níveis de repouso. Desta forma, as atividades físicas realizadas seja no trabalho, no lazer e nas demais atividades diárias é apontada como importante aliada quando se refere à manutenção corporal e prevenção de doenças crônicas degenerativas além de atuar na prevenção/manutenção em doenças da ordem metabólica também melhora o bem-estar e o autoestima (GLANER, 2002).

Aptidão física tem sido definida por (FLAUSINO, 2012) como atributo biológico relacionado à capacidade de realizar movimento específico, mas necessitando de orientações de um profissional especializado de um planejamento adequado para que se obtenham resultados significativos. No entanto, ambas promoverão resultados significativos tanto na prevenção quanto na manutenção da saúde.

Para ter uma boa qualidade de vida, saúde e maior longevidade, um dos fatores fundamentais é a prática de exercícios físicos regular, enquanto que o sedentarismo tem cada vez mais atingindo a sociedade moderna, principalmente a população jovem. No entanto, a

prática de exercícios físicos e esportivas é fundamental para que se tenha um estilo de vida saudável e ativo, pois, hábitos assim, tende a permanecer na vida adulta.

Diversos estudos destacam a diminuição nos níveis de exercícios físicos em adolescente, essa redução se deve a diversos aspectos tais como biológicos, psicossociais e ambientais, além das inovações tecnológicas que tem favorecido para o aumento de hábito inativo.

O ser humano foi preparado para um tipo de vida completamente ativa do ponto de vista físico e a vida moderna mudou totalmente esta perspectiva. Na Pré-história, o homem tinha dois objetivos para manter sua sobrevivência, o primeiro era a caça onde era usada com a função de busca para se alimentar, e o segundo da fuga para não ser alimento de outros animais. Para realizar estas tarefas seu organismo foi gerando adaptações, conseguindo músculos e ossos mais resistentes, um sistema cardíaco e imunológico mais adaptado para sua sobrevivência. O tempo foi passando e a tecnologia chegou (NETO, 2003).

Atualmente nos deparamos com as pessoas horas e horas sentada em frente um computador, ou deitadas na frente da televisão com vários controles remotos e uma mesa cheia de fast-food. Com essa inatividade, o organismo que antes era acostumado a estar sempre ativo, foi enfraquecendo, porque ele não precisava mais de seus músculos para correr, de seu coração para bombear grandes quantidades de sangue, de suas articulações para amortecer grandes impactos.

Tudo isso trouxe importantes implicações sobre o padrão de doenças e também na associação entre hábitos de vida e saúde. A verificação destes fatos e seus infinitos fatores negativos trouxeram de volta a atividade física nos últimos 30 anos, na forma de exercícios organizados, como caminhadas, ciclismo, etc. Isso demonstra uma clara tendência à volta do Homem ao comportamento de seus antepassados.

A saúde está diretamente relacionada a exercícios físicos. As pessoas com hábitos sedentários possuem menor aptidão física, isto é, menor capacidade para executar exercícios físicos. Por outro lado, as características de estrutura muscular e de nossas articulações do nosso corpo, da constituição do corpo ou da capacidade cardiorrespiratória, determinam também os limites de nossa aptidão física (AZEVEDO, 2000).

A vida sedentária, literalmente, causa o desuso dos sistemas funcionais. Dessa forma, o aparelho locomotor e os demais órgãos e sistemas solicitados durante as diferentes formas de exercícios físicos entram em um processo de regressão funcional, caracterizando, no caso dos músculos esqueléticos, um fenômeno associado à atrofia das fibras musculares, à perda da flexibilidade articular, além de haver um comprometimento das funções de vários órgãos (NETO, 2003).

São muitos os benefícios dos exercícios físicos na escola. Mas, principalmente, a Educação Física estimula que crianças e jovens se exercitem, combatendo um mal da sociedade do século XXI chamado sedentarismo. Pela prática do esporte, o aluno melhora o condicionamento físico e o metabolismo orgânico, evitando males como a obesidade, a fadiga e o estresse, além de problemas emocionais, como a depressão e até mesmo a timidez ou chamada fobia social.

Deste modo, essa problemática tem preocupado pesquisadores de diferentes áreas da saúde, que busca compreender sobre essa temática. Sabe-se que a prática de exercício físico regular vem contribuir de forma positivamente para um estilo de vida saudável e ativo desta população. Embora muito se saiba dos benefícios da prática de atividade física para a saúde, uma grande parcela da população não a pratica com a frequência recomendada (SILVA, 2012).

Observa-se cada vez mais estudos voltados à prática de exercícios físicos como produção de conhecimento voltado para a área da saúde pública. Tais estudos permitem conhecer fatores que podem ser agravantes na sociedade moderna. Com base nisso, os órgãos governamentais responsáveis devem desenvolver políticas públicas voltada para a saúde coletiva, ou seja, políticas essa que ofereça programas de saúde como a prática de exercícios físicos regular oferecendo locais e profissionais para orientação. Esses programas iram contribuir para a manutenção da saúde e prevenção de doenças, além de favorecer o monitoramento desta população. Isso favorecera condições de avaliação de saúde tanto individual quanto coletiva.

Nesse sentido, estudo voltado para a prática de exercícios físicos, tem passando a ocupar um espaço de destaque nas avaliações em saúde, devido a sua importância com relação eventos de saúde e qualidade de vida em jovens, adultos e idosos (KNUTH, 2011).

Para que se tenha uma melhor qualidade de vida é importante conhecer os benefícios dos exercícios físicos, tanto na prevenção quanto no retardo das doenças crônicas, que são cada vez mais frequentes no indivíduo da sociedade moderna.

No entanto, os níveis de exercícios físicos no trabalho vêm caindo nas últimas décadas devido às inovações tecnológicas e suas praticidade. Desta forma é de suma importância o conhecimento da população sobre os benefícios dos exercícios físicos na prevenção de saúde especialmente contra a hipertensão arterial e a diabetes. O que poderiam ser priorizado, em diversos setores da sociedade moderna, ainda é muito baixo (KNUTH, 2009).

A prática de exercícios físicos regular na adolescência promovera diversos benefícios para a saúde tanto a curto quanto em longo prazo. Além dos efeitos benéficos para a saúde, sabe que com hábitos saudáveis adquiridos ainda na infância/adolescência tem maior probabilidade de permanecer na vida adulta. Apesar do acúmulo de conhecimento sobre a temática, diversos estudos apontam para baixos níveis de jovens considerados ativos.

Isto se torna mais preocupante quando estudos evidenciam, embora especialmente em países desenvolvidos, de que a prática de exercícios físicos regular na adolescência vem diminuindo nas últimas décadas. Sabe-se então que um dos fatores contribuinte para o aumento do sedentarismo consequentemente sobrepeso/obesidade e diminuição dos exercícios físicos até mesmo as aulas de educação física escolar (HALLAL, 2010).

Atividade física é entendida como todo e qualquer movimento produzido pelo corpo, enquanto aptidão física é definida como atributo biológico voltado para a capacidade de realizar esforço físico e movimentos específicos.

No entanto, a prática de atividade física de ser vista como componente multidimensional em que inclui intensidade, duração, e frequência de movimento do corpo, já aptidão física abrange diferentes componentes identificados e aperfeiçoados com a prática mais eficaz do movimento, ou seja, prática essa voltada para a área esportiva. Desta forma, estudos evidenciam e sugerem que tanto a prática de atividade física quanto o exercício físico traz benefícios para a saúde (GUEDES, 2012).

Nesse sentido, o processo de envelhecimento vem acompanhado por diversas modificações tanto morfológicas quanto funcionais, resultante da diminuição de reserva funcional dos órgãos e aparelhos. Esse processo é complexo, pois, envolve diversos fatores desde: biológicos, comportamentais e ambientais entre outros que iram influenciar no modo em que se alcançara determinada idade. No entanto, exercícios físicos é entendido pelos profissionais da saúde como movimento corporal, movimento este que permite qualquer gasto energético maior do que os níveis de repouso, assim tendo, um papel muito importante no processo de envelhecimento.

Dessa forma, exercício físico é visto como de suma importância para prevenção/manutenção e restabelecimento dos equilíbrios biológico, psicológico e social, ameaçado constantemente pelas mudanças bruscas da sociedade moderna (OLIVEIRA, 2011).

Com um estilo de vida menos ativo fisicamente tem havido um aumento do número de pessoas com sobrepeso, que vem agravando os problemas de saúde de inúmeros gêneros gradativamente nas últimas décadas, de certa forma estudos vem mostrando evidência sobre o papel dos exercícios na promoção da saúde psicológica, social e do bem-estar individual. Portanto, vale ressaltar que os benefícios promovidos pelos exercícios físicos, não estão relacionado apenas ao aumento de peso, mas existe uma grande contribuição em todo nosso metabolismo em função da manutenção de nossa saúde em geral, estudos mostram ligações entre a prática de exercícios e aspectos específicos da saúde psicológica, mais notadamente a ansiedade, estresse, depressão, humor e emoção, autoestima e disfunção psicológica.

### **2.2.1 IMPORTÂNCIAS DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA**

Antes, as crianças corriam na rua, jogavam bola, soltavam pipa, brincavam de pega-pega. Hoje, as coisas são bem diferentes, a criançada em sua maioria quando não está na escola, fica dentro de casa, e têm como entretenimento a TV ou os videogames. Para diminuir a intensidade desse hábito, os especialistas aconselham que os pais incentivem seus filhos a praticar algum esporte. Além de se exercitarem, podem ter ainda outros benefícios como:

risco menor de obesidade, desenvolvimento da autoestima, do sentido de cooperação, a socialização, dentre outros.

Especialistas da área de Educação Física acreditam que uma criança de dois anos pode praticar uma atividade esportiva. Mas com uma observação: nessa faixa etária o exercício deve ser considerado como forma de ampliar as brincadeiras de uma forma bem lúdica. A disciplina e as complexidades motoras são mais exigidas somente a partir dos sete anos, quando a criança começa a adquirir uma maturidade psicomotora (OLIVEIRA, 1990).

Ainda para Oliveira (1990), é recomendável que a criança experimente diversas modalidades. É importante também que os pais não lancem suas expectativas em relação ao filho se tornar um atleta profissional, visto que o esporte nessa idade deve ser encarado para o desenvolvimento da criança e não como uma pressão. Além disso, os especialistas apontam que a prática de um único esporte durante a faixa etária dos sete aos doze anos prejudica o desenvolvimento da criança, sendo assim os pais devem estimular as crianças a várias modalidades esportivas.

Todo esporte proporciona benefícios à criança. Entretanto, alguns propiciam qualidades específicas, como por exemplo, aqueles que desenvolvem mais o sentido de cooperação, como é o caso das modalidades coletivas como futebol, basquete, voleibol, handebol e outras. Já as individuais como as lutas marciais judô, karatê e outras, trabalham mais o equilíbrio emocional.

Caso a criança não apresente interesse aos esportes, cabe aos pais moderar os hábitos sedentários, diminuindo o tempo que o filho passa na frente da TV e do computador. Assim, a criança terá maiores chances de participar de brincadeiras onde há interação com outras.

Afirmamos ainda que a prática de esporte seja essencial para uma melhor qualidade de vida. Assim como o conhecimento faz diferença no mundo em que vivemos, o movimento está em nossas vidas como uma necessidade vital do ser humano. Para as crianças e adolescentes o esporte proporciona momentos de aprendizagem. Ao praticar um esporte expressamos sentimentos, crenças, valores, enfim, nosso modo de sentir e perceber o mundo, proporcionado assim um impacto positivo sobre a educação (TUBINO, 1993).

Os esportes coletivos e individuais auxiliam a formação de conceitos básicos de cidadania, ou seja, os aspectos afetivos, sociais, cognitivos, culturais e biológicos do esporte muito contribuem para questionamento de situações e problemas.

A prática de esportes auxilia na construção da convivência do indivíduo com a sociedade e também na aprendizagem da técnica esportiva. Na infância e adolescência poderá gerar os conflitos no grupo, e os mesmos estarão sendo expressos em forma de desabafos, brigas, choros etc. Por isso é importante a prática de algum esporte para ajudar na formação e convivência deste jovem em uma sociedade.

No entanto, sabemos que na adolescência os benefícios da prática de atividades físicas, muitas vezes, são substituídos por lesões, problemas nos ossos e nos músculos devido à forma muito intensa com que muitos jovens passam a se exercitar. Nessa fase, os adolescentes praticam esportes populares de alto impacto, como futebol, voleibol, basquete e musculação de forma exagerada e inadequada em muitos casos, e por isso precisam ter precaução.

Portanto, o esporte e a atividade física são atividades fundamentais para uma vida longa e saudável. O esporte promove a saúde e o bem-estar, estendendo a expectativa de vida e reduzindo a probabilidade de acometimento de diversas doenças, principalmente aquelas relacionadas ao sedentarismo. Enfim, a prática esportiva ajuda a formar um mundo melhor, com tudo de bom que ele nos traz, como saúde, autoestima, espírito de equipe, objetivos, entre outros atributos que são desenvolvidos durante ao longo da vida (FERNANDES, 1979). Ou seja, na prática, o esporte deixa de lado várias atividades maléficas, que não acrescenta nada de bom à vida das pessoas, tornando-as talvez, pessoas adultas inúteis.

Quando temos uma atividade física, seja ela esportiva ou não, podendo ser o mais simples possível, como uma simples caminhada pelas ruas, parques ou qualquer lugar que podemos nos movimentar, nos traz um benefício enorme em relação à saúde; pois desenvolvemos nossos músculos, tomamos mais água, liquidificando assim nosso sangue, que auxilia nossa corrente sanguínea, aumentado nossa frequência cardíaca, fortalecendo o músculo do coração e conseqüentemente oxigenando muito mais nosso cérebro. Enfim, só nos traz benefícios (TUBINO,1993).

A criança ao praticar esporte, não só estará criando hábitos saudáveis, conforme citado acima, como estará desenvolvendo atitudes de boa educação, para convívio com a comunidade, tais como: disciplina, respeito pelos companheiros, adversários e instrutores, responsabilidade perante aos compromissos assumidos, além do desenvolvimento físico.

### **2.3 ENTENDENDO O SERVIÇO DE CONVIVÊNCIA E FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS (SCFV)**

O Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos é um serviço da Proteção Social Básica do SUAS (Sistema Único de Assistência Social) uma vez que a Política Nacional de Assistência Social - define que se pode prevenir vulnerabilidades e riscos sociais:[...] por meio do desenvolvimento de potencialidades e aquisições, e o fortalecimento de vínculos familiares e comunitários (PNAS, 2004). Criado a partir da Lei nº12.435/2011) referenciado ao Centro de Referência em Assistência Social (CRAS) e complementar ao Serviço de Proteção e Atendimento Integral à Família – PAIF ou pelo Serviço de Proteção e Atendimento Especializado às Famílias e Indivíduos – PAEFI.

A definição supracitada propõe que a administração da política de assistência social precisa traçar ações que permitam ao usuário se apropriar, ou pôr em prática, uma capacidade de realização pessoal e social; e também torne mais fortes suas relações no âmbito da família, da vizinhança e das associações coletivas de representação de seus interesses, o que o torna conhecido e (re)conhecido nos seus lugares de vivência, circulação e atuação pública.

Esse programa é ofertado de modo contínuo e ininterrupto. Organiza-se em grupos, considerando as especificidades do seu ciclo de vida, de modo a ampliar as trocas culturais e de vivências entre os usuários. Com o objetivo de desenvolver seu sentimento de pertença e de identidade.

Assim, a delimitação do público a que se destina a Proteção Social Básica caracteriza dois grupos que estariam em situação de vulnerabilidade social: aqueles que estão em condições precárias ou privados de renda e sem acesso aos serviços públicos (dimensão material da vulnerabilidade) e aqueles cujas características sociais e culturais (diferenças)

são desvalorizadas ou discriminadas negativamente (dimensão relacional da vulnerabilidade).

A Política Nacional de Assistência Social assim configura o público a quem se destina a Proteção Social Básica: Destina-se à população que vive em situação de vulnerabilidade social decorrente da pobreza, privação (ausência de renda, precário ou nulo acesso aos serviços públicos, dentre outros) e, ou, fragilização de vínculos afetivos - relacionais e de pertencimento social (discriminações etárias, étnicas, de gênero ou por deficiências, dentre outras) (PNAS, 2004, p. 33).

O serviço de convivência e fortalecimento de vínculos tem como objetivo prevenir e proteger os usuários de risco e violações de direitos por meio do fortalecimento de seus vínculos familiares e comunitários. O mesmo é pautado na defesa e afirmação dos direitos e no desenvolvimento e potencialidade dos usuários, com vista ao alcance de alternativas emancipatórias para o enfrentamento das vulnerabilidades sociais. O público pertencente ao serviço do SCFV de acordo com a tipificação Nacional dos serviços socioassistenciais (MDS 2009; 2014) é ofertado principalmente às crianças de 0 a 06 anos; Crianças e Adolescentes de 06 a 15 anos; Adolescentes de 15 a 17 anos; Jovens de 18 a 29 anos (Resolução CNAS n°13/2014); Adultos de 30 a 59 anos (Resolução CNAS n°13/2014) e Idosos a partir de 60 anos.

É importante destacar que existem situações tidas como prioritárias para o atendimento no SCFV que são as crianças e/ou adolescentes e/ou pessoas idosas nas seguintes situações em situações de Isolamento; Acolhimento; Trabalho infantil; Vivência de violência e/ou negligência; Fora da escola ou com defasagem escolar superior a dois anos; Cumprimento de medida socioeducativa em meio aberto; Egressos de medidas sócias educativas; Situação de abuso e/ou exploração sexual; Crianças e adolescentes em situação de rua; Vulnerabilidade que diz respeito às pessoas com deficiência; e, Medidas de proteção do Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA.

O SCFV traz como metodologia a organização em grupos, de modo a ampliar as trocas culturais e de vivências entre os usuários, assim como desenvolver o seu sentimento de pertencimento e de identidade.

Outro ponto é o respeito às necessidades dos participantes levando em conta as especificidades do seu ciclo de vida, preservando a diversidade podendo ser ofertado no CRAS ou em outras unidades como nos Centros de Convivências. Estes podem ser unidades públicas (execução direta) e/ou entidades ou organizações de assistência social (execução indireta).

As atividades são planejadas a partir de três eixos norteadores: Convivência social; Direito de ser; e, Participação. Todas as atividades propostas do SCFV devem ser desenvolvidas considerando as condições, emoções, interesses, vulnerabilidades e avaliações dos participantes associados às diversidades de interesses e necessidades individuais às características gerais do grupo.

É importante destacar também, a importância das emoções/afetos na atividade humana, permitindo que seja considerada uma ferramenta no trabalho das políticas sociais, pois a necessidade de reconhecimento e de expansão da vida manifesta na felicidade e na liberdade são tão relevantes e concretas quanto a sobrevivência física e material.

Existem também temas que são abordados com o intuito de subsidiar as ações do SCFV. Dentre elas estão: Deficiência; Cultura; Esporte; Cultura de paz; Violação de Direitos; Trabalho Infantil; e, Exploração Sexual.

A articulação entre o serviço de convivência e fortalecimento de vínculo (SCFV) pode ser desenvolvido, articulado e integrado a outros programas das (PME) prefeituras municipais de educação vista como uma estratégia de governo para indução da agenda da educação integral em jornada ampliada, sendo uma ação educativa (estudantes), enquanto o SCFV é uma ação protetiva (usuários).

Tomando a produção de Vigotsky (1989), como uma referência, pode-se afirmar que entender o mundo e atuar sobre ele é possível somente por meio de relações sociais. Ou seja, o sujeito se constitui na relação com o outro e passa a dispor, por meio dessa relação, das conexões estabelecidas por outras pessoas, tendo-as também como referência e contribuição para o coletivo. Assim, são relevantes as formas de intervenção que promovem encontros que afetam as pessoas, mobilizando-as e provocando transformações.

Promover bons encontros que fortaleçam a potência de agir pode impulsionar a ação para enfrentar situações conflituosas, alterar condições de subordinação, estabelecer diálogos, desejar e atuar por um mundo mais digno e mais justo. Enfim, promover mudanças em que haja corresponsabilidade entre a ação das políticas sociais e os sujeitos usuários. Esta corresponsabilidade, que valoriza e investe na potência de agir está implicada com o ponto de vista coletivo, que demanda participação, aqui entendida como sinônimo de tomada de decisão (BOBBIO, 2000), ou seja, corresponsabilidade com decisão coletiva.

No mesmo sentido, é importante destacar a relevância do contexto histórico nessa construção, pois as condições objetivas da vida interferem diretamente na forma como as pessoas se constituirão como sujeitos sociais, ou seja, nas escolhas que farão ao produzir e reproduzir a vida social.

A integração entre PME e SCFV não significa a transferência de responsabilidades de uma política social para a outra, mas, de uma operacionalização no compartilhamento de carga horária entre o programa e o serviço.

### 3 CAMINHANDO COM A METODOLOGIA

O estudo está caracterizado como revisão de literatura que de acordo com Severino (2007) é aquela que acontece com o registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como livros, artigos, teses, etc. Utiliza-se de dados ou de categorias teóricas já trabalhadas por outros pesquisadores e devidamente registradas. Os textos tornam-se fontes dos temas a serem pesquisados. O pesquisador trabalha a partir das contribuições dos autores dos estudos analíticos constantes dos textos. Posteriormente tem-se uma análise de dados envolta de um diário de bordo sobre o exercício físico no serviço de convivência e fortalecimento de vínculos para crianças no distrito de Jenipapeiro na cidade de Aracoiaba-CE.

O local no qual está sendo realizado o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV) se encontra no distrito de Jenipapeiro no interior da cidade de Aracoiaba-CE.

Aracoiaba é uma antiga comunidade do Ceará, um povoado que remonta à primeira metade do Século XVIII época em que os Jesuítas viviam na região do Maciço de Baturité, num local chamado “Comum”, (hoje Olho D’água dos Padres Jesuítas).

O nome do povoado era Canoa, mais tarde ganharia o nome de ARACOIABA (ARACOIY-ABA), que era Tupi Guarani que dizem Lugar, Cantos e Pássaros. Era a Célebre “SESMARIA” de Pedro da Rocha Maciel, que ficava em riacho que nasce na serra de Baturité e deságua no rio Choró.

O principal atrativo geográfico, além do rio, é a Pedra Aguda, que consiste em uma elevação íngreme, ocupando aproximadamente 12 km de circunferência e altitude de 250 metros; tem sua forma bastante semelhante ao Pão de Açúcar do Rio de Janeiro. Devido ao brilho refletido pela composição rochosa, que lhe deu origem e pelos ecos que ressoam de suas concavidades e de seus largos flancos e também por se construir uma imensa e altaneira montanha de pedra, torna-se por esta razão, uma verdadeira “Concha Acústica” da natureza, em meio à amplidão da planície, que se estende a seu redor.

Os públicos beneficiados nesse serviço são (crianças, adolescentes, jovens e idosos), mas a pesquisa foi direcionada à modalidade correspondente às crianças na faixa etária de 6 a 12 anos.

Os critérios de estudo estão interligados a escolha de artigo, sites, livros entre outros, sobre o tema abordado na pesquisa, referente as atividades e exercícios que envolvem crianças.

Utilizou-se da coleta de dados para fazer uma análise, por meio de anotações de um diário de bordo das atividades aplicadas no projeto, então utilizou-se de recursos humanos e materiais próprios para demonstração de algumas atividades físicas, na qual participei aplicando-as para as crianças, na questão de promoção da saúde e disciplina dos participantes.

Esse estudo foi realizado num período de dois meses, compreendendo o mês de agosto e setembro do ano de 2018.

Durante os exercícios realizados, por várias vezes utilizei de outros instrumentos, como exemplo: corda, escadinha, cones, bambolês, entre outros objetos para realização de uma atividade mais dinâmica com as crianças, e assim chamar a atenção delas para atividade em si, tudo em prol de uma atividade prazerosa, contribuindo para a cognição e saúde das crianças.

É a partir dessa perspectiva que foram criados os Centros de Referência da Assistência Social (CRAS), onde a atividade física escolar tem como papel um meio que possa contribuir para o estudo, mas principalmente para a vivência do lazer, da cultura e da qualidade de vida, idos envolvidos.

Os Centros de Referência da Assistência Social – CRAS são unidades estatais responsáveis pela oferta de serviços continuados de proteção social básica as famílias e indivíduos em situação de vulnerabilidade social em seu contexto comunitário, visando à orientação e o fortalecimento do convívio familiar. Partindo deste pressuposto, o trabalho é desenvolvido através do serviço de assistência socioeducativo, onde são desenvolvidas atividades que favoreçam a diversidade, constituindo-se num espaço e numa ação que realizem o direito de ser e sentir-se criança/adolescente, permitindo a construção da

cidadania através da vivência, dos aprendizados, dos conflitos, dos questionamentos e da ludicidade em diferentes momentos (CAMPO GRANDE, 2007).

Assim como a escola, os CRAS têm-se constituído numa instituição social específica para a prática educativa, onde os mesmos devem ser projetados com organização e normatização, como instituição social habitada para este fim, a educação do cidadão (CÔRREA e MORO, 2004).

Os CRAS têm uma importante função voltada a educação, que se comparado a escola assume o mesmo papel desta. Diante dessas questões e de acordo com Saviani (1991), a escola tem a tarefa especificamente educativa, propriamente pedagógica, ligada a questão do conhecimento. E, para fazer com que isso de fato ocorra, deve-se reorganizar o trabalho educativo levando em conta o saber sistematizado, a partir do qual se define a especificidade da educação escolar (CAMPO GRANDE, 2007).

O Centro de Referência da Assistência Social – CRAS é um complemento do Sistema Único de Assistência Social (SUAS) vinculado à Secretaria Municipal da Cidadania e Assistência Social. Estes espaços são unidades estatais, de base municipal, responsável pela oferta de serviços continuados de proteção social básica as famílias e indivíduos em vulnerabilidade social e situações de risco, em seu contexto comunitário, visando à orientação e o fortalecimento do convívio familiar.

O trabalho é desenvolvido através do serviço de assistência socioeducativo, que visa fortalecer a função protetiva das famílias, prevenindo a ruptura de vínculos, promovendo o acesso e usufruto de direitos e contribuindo para a melhoria da qualidade de vida. Além disso, são desenvolvidas atividades que favoreçam a diversidade, constituindo-se num espaço e numa ação que realizam o direito de ser e sentir-se cidadão, permitindo a construção da cidadania através da vivência, dos aprendizados, dos conflitos, dos questionamentos e da ludicidade em diferentes momentos.

O CRAS deve ser composto por uma equipe multiprofissional de referência, com profissionais de nível superior e nível médio. Entre estes não pode faltar o Profissional de Educação Física que busca através do corpo e do movimento ir além da prática do exercício físico, no sentido de buscar dialogar com toda a equipe e entender a política pública de assistência social.

Além das atividades lúdicas, as aulas ministradas no CRAS, visam uma educação física que trabalha com o movimento corporal, na medida em que tem como objetivo auxiliar no bem-estar físico, social e mental do indivíduo através dos exercícios físicos, de modo a torná-lo capaz de enriquecer e organizar sua vida pessoal, lidando com o corpo e o movimento integrado na totalidade do ser humano (BRITO, 1996).

#### 4 DISCUSSÃO E RESULTADOS

Em decorrência da pesquisa da qual observei e acompanhei, optei por sugestões de exercícios físicos como os jogos de quadra e jogos lúdicos, os quais despertam nas crianças o interesse pela participação nas atividades compartilhando, interagindo na realização das atividades principalmente as que envolvem jogos coletivos. Todas as atividades desenvolvidas são tidas como de extrema importância, pois contribuí significativamente para desenvolver a função educacional assim também como a função social.

Kunz (2004, p. 19) defende que hoje se deve entender essa área de conhecimento como um compromisso educacional, ou seja, “não excluir a prática do esporte, movimento, jogos, mas através deles desenvolver a função social que é inerente a toda ação pedagógica”.

O projeto no qual estou vinculado como facilitador, chama-se Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos – SCFV é um serviço direcionado por crianças, adolescentes, jovens e idosos, dentro das minhas atribuições, ministro aulas práticas com crianças.

A promoção do serviço para crianças oferta um desenvolvimento singular contextualizado dentro do seu ambiente social, mediante a convivência familiar e comunitária. Significa compreender o sujeito como um ser construído socioculturalmente e como produtor do lugar social que ocupa, desta forma esse serviço utiliza-se da atividade física como interação, cooperação através dos seus movimentos as crianças expressão seus sentimentos de modo não surpreendente, as crianças naturalmente se autoexpressão por meio de movimento ativo.

Os exercícios físicos frequentemente servem de vínculo para as crianças expressarem seus sentimentos e emoções para amigos, pais e professores. As crianças são menos capazes do que os adolescentes e adultos de verbalizar seus sentimentos ou discutir as diferenças de opinião. Como resultado, elas frequentemente expressam sentimentos como felicidade, raiva, frustração e excitação de forma física (VIRGÍLIO, 2015).

O SCFV se encontra no CRAS de Aracoiaba, a equipe do serviço é formada por um técnico de referência, orientador social e facilitadores de oficinas. Os recursos físicos necessários à realização do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos envolvem

a garantia de: espaço para recepção, salas de atividades coletivas, sala para atividade administrativa e instalações sanitárias. As condições adequadas para a realização das atividades devem ser observadas pelos responsáveis.

Trabalho como facilitador de oficinas e sou responsável por realizar as oficinas de convívio com as crianças em um projeto chamado de Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos - SCFV, onde junto ao orientador social planejo as oficinas que serão desenvolvidas e viabilizando o acesso dos participantes do SCFV, as atividades esportivas, culturais, artísticas e de lazer, visando garantir a integração das atividades aos objetivos gerais planejados, visando também à importância do brincar já que as crianças encaram as brincadeiras como um ingrediente importante de suas vidas. Quando uma atividade é bem orientada e estimulante, as crianças têm segurança em realizá-las e sentem-se bastante motivada. A vontade de brincar é inerente a todos os seres humanos e constitui um estágio necessário do desenvolvimento na infância (VIRGÍLIO, 2015). Desta forma, como descreve o autor revela as propriedades do brincar para criança na infância.

A abrangência do serviço é municipal, sendo organizado a partir dos territórios de abrangência do CRAS. As atividades aplicadas são esportes coletivos e jogos lúdicos. Realizamos exercícios de acordo com a cultura, a realidade local e a faixa etária dos participantes. Esportes coletivos são eles futsal, basquetebol, voleibol e handebol.

Jogos lúdicos são os de objetivo de melhorar a parte cognitiva dos participantes como: atenção, memorização, raciocínio, estratégica e outros, desta forma cada jogo deve ter objetivos educativos, fazendo com que você tenha um foco educativo, em vez de deixar que o jogo em si se torne o único propósito da aula. Exemplificando, os objetivos primários que um jogo deve ter para promover a interação social, melhorar uma habilidade, aplicar técnicas de solução de problemas, aumentarem os níveis de atividade física ou concretizar uma determinada combinação de objetivos (VIRGÍLIO, 2015).

Através do projeto e dos exercícios que são aplicados, surgiu o interesse pelo presente trabalho, no qual pesquisei sobre algumas questões que me inquietam em relação à promoção da saúde, o auxílio dessas atividades realmente colabora para postura e disciplina dessas crianças, ressaltando também sobre a importância desse projeto para conscientização em

relação à prevenção ao uso de drogas. Resultados esses que foram pesquisados através do diário de bordo, no qual foi feita a análise de dados sobre a pesquisa em questão.

A relevância dessa pesquisa é social, pois o trabalho está vinculado a um projeto que envolve crianças, questão no qual possui de fato uma grande relevância para o meio social estando relacionado à promoção da saúde e qualidade de vida.

Determina-se que o objetivo do estudo se dê por conta das observações que se dar nas atividades aplicadas no SCFV, com base nisso, a ser feito uma análise das atividades físicas e seus benefícios para que haja uma melhor qualidade de vida para as crianças envolvidos no projeto juntamente com a questão que é abordada referente a prevenção de drogas, na qual as crianças estão suscetíveis por conta da vulnerabilidade que muitos se encontram, associando o exercício físico também como interação social assim como já que as crianças precisam ter a oportunidade de se relacionar com outras crianças por meio da brincadeira ativa.

Em um ambiente de movimentação encorajador, as crianças desenvolvem o sentido de pertencer e aceitar, que as ajuda a estabelecer um vínculo com seus pares. Os sentimentos de segurança experimentados durante as brincadeiras em grupo podem intensificar tanto a autoestima como a habilidade de estabelecer relações positivas com outros indivíduos (VIRGÍLIO, 2015).

É esse também o objetivo do SCFV na localidade de Jenipapeiro, contribuir de forma relevante na promoção da saúde, qualidade de vida fazendo também com que os participantes não estejam vulneráveis em meio à sua localidade.

Com a realização da pesquisa, pode-se proporcionar às crianças envolvidas a descoberta relevante sobre a qualidade de vida, promoção da saúde, disciplina e uma atenção para a situação de vulnerabilidade, assim como também tentar sensibilizar os participantes da importância dos exercícios físicos tanto no projeto como no cotidiano delas.

O SCFV não tem como objetivo só o desenvolvimento do desempenho esportivo, mas o desenvolvimento das capacidades sociais, bem como o desenvolvimento saudável por meio dos exercícios físicos. Em relação à escola, ficou evidente a melhora do comportamento e do rendimento escolar, de forma geral dos participantes.

Com relação a cada exercício realizado pretende-se alcançar um propósito que esteja relacionado com os objetivos do projeto SCFV, no qual utiliza-se como base da pesquisa, no entanto a questão que envolve a vulnerabilidade dessas crianças é um assunto audacioso para os facilitadores do projeto, pois não tem como fazer um acompanhar dessas crianças no seu cotidiano depois das aulas do SCFV, mas de certa forma o mesmo contribui muito para que os participantes possam vivenciar momentos prazerosos e educativos.

A função do profissional de educação física neste espaço é proporcionar a realização dos exercícios físicos, que busca a prevenção da saúde, proporcionando um estilo de vida ativo, para o grupo de crianças três vezes por semana, dividida em duas turmas.

Em relação à interpretação do que se observa e analisa durante a pesquisa percebe-se que as atividades do SCFV procuram trabalhar fatores como: afetivo, cognitivo, social e motor, sendo trabalhados continuamente nas atividades para um melhor vínculo e interação, contribuindo também para o funcionamento normal e controle de apetite, de modo a trazer um equilíbrio entre a ingestão e o gasto de energia, ajudando na prevenção de doenças principalmente as respiratórias e auxiliando para que haja uma melhoria do condicionamento físico das crianças.

Sobre o SCFV é preciso ressaltar que as valências por muitas vezes foram improvisadas, por falta de um ambiente com espaço favorável para exercícios físicos realizados para as crianças, por muitas vezes também há a falta do serviço por não ter vindo verba para o mantimento da merenda que é disponibilizada para os participantes do serviço.

A falta de material para o desenvolvimento das atividades é uma constante. Para que as crianças não pudessem ficar sem a execução das atividades, eu, como observador da pesquisa ao participar, tive que levar meu material na aplicação das atividades para as crianças. Tudo isso, sem dúvidas, impossibilita a efetivação de algumas atividades, mas nesse momento de desafio é preciso ter criatividade e autonomia para que não possa deixar de desenvolver o trabalho por falta de material adequado.

Assim, alicerçando-se na proposta de Educação Física do CRAS, torna-se necessário enfatizaras atividades lúdicas, onde segundo Miranda (1984), essas atividades exercem uma função importante no processo educativo e social, podendo-se considerar os grupos de jogos como um dos construtores essenciais da vida social.

As atividades lúdicas nas aulas de Educação Física possibilitam a criança movimentar-se de forma natural, relacionando-se consigo mesma e com o ambiente, obtendo, desta forma, o controle motor que favoreça o desenvolvimento biológico, psicológico e sociocultural (MATTOS e NEIRA, 2002).

Além das atividades lúdicas, as aulas ministradas no CRAS, visam uma Educação Física que trabalha com o movimento corporal, na medida em que tem como objetivo formar a personalidade do indivíduo através dos exercícios físicos, de modo a torná-lo capaz de enriquecer e organizar sua vida pessoal, lidando com o corpo e o movimento integrado na totalidade do ser humano, ela ataca nas camadas mais profundas da personalidade, onde se formam os interesses, as inclinações pessoais, as aspirações, os desejos e os pensamentos (BRITO, 1996).

No país onde o futebol é uma das paixões dos brasileiros, não é diferente com as crianças que desde muito cedo já demonstram interesse pelo esporte. No início do projeto com as atividades de basquetebol houve certa resistência, pois a grande maioria das crianças preferem o futebol não demonstrando interesse e nem habilidade para o basquetebol. No entanto, sem muita facilidade, foi conseguido com que alguns passassem a ser adeptos do esporte.

Quanto ao local, as atividades propostas pelo projeto acontecem sempre na localidade de Jenipapeiro numa quadra esportiva. A mesma encontra-se em bom estado de conservação, podendo dizer que o espaço é apropriado para a execução dos exercícios.

Percebemos, portanto, que a quadra é um fator desestimulante para participação, sem contar que, dependendo das condições climáticas, ficam inviáveis os encontros. As Secretárias Municipais de Educação e de Assistência Social dão apoio ajudando com a distribuição do lanche para as crianças assistidas pelo projeto. As crianças também são contempladas com fardamento e material necessário para as oficinas que também acontecem. Materiais esses que são bolas de basquetebol e transporte para jogos ou passeios recreativos.

A Secretaria Municipal de Saúde, na minha visão deveria estar presente, por meio da Unidade Básica de Saúde realizando rodas de conversa sobre sexualidade, drogas, higiene, cuidados com o corpo, planejamento familiar, gravidez precoce, entre outros temas. Como

isso não acontece, procurei introduzir juntamente com os temas abordados que são propostos nos encontros para que através dessas temáticas possamos estar auxiliando no desenvolvimento das dimensões psicológicas, sociais, cognitivas e afetivas, na busca da formação de um cidadão crítico e reflexivo.

No tocante ao relacionamento uns com os outros, acontecem de maneira integrada, isto é, por meio de atividades coletivas, elas interagem mostrando que as aulas de Educação Física acabam proporcionando a socialização dos mesmos.

Reafirmando essa ideia Mattos e Neira (2002), afirmam que apesar da criança na faixa etária de 07 a 09, ser ainda bastante egocêntrica, trabalha gradativamente com atividades e brincadeiras que conduzem a uma socialização crescente, que transferem o sentimento individual para o coletivo. Para esses alunos, as aulas de Educação Física se tornam um complemento no seu convívio social.

Portanto, as atividades propostas nas aulas de Educação Física no CRAS mostram a importância dos exercícios coletivos em relação às individuais, porém considerando a necessidade de entender e respeitar a individualidade de cada aluno.

Com relação ao relacionamento das crianças com seus colegas, observa-se que os exercícios físicos tem desempenhado seu papel socializador, contribuindo para uma prática rumo à mudança comportamental, por meio de atividades e brincadeiras que possibilitem a construção de valores, no qual neste caso destaca-se o bom convívio social.

É importante destacar o excelente relacionamento com o professor, com isso, é possível inferir que as aulas de Educação Física tem atendido as expectativas dos alunos e contribuído para expressarem suas vontades e criatividade. Assim, como defende Brito (1996) o papel do professor de Educação Física é complexo e delicado, pois paralelamente ao ensino é preciso auxiliar e ensinar aos alunos a se expressarem e se organizarem, a assumir responsabilidades, a ter iniciativa, criatividade, considerando modelos mais justos e participativos de convivência e disciplina.

Logo o resultado aqui apontado demonstra que o interesse da grande parte dos alunos pelas aulas de Educação Física, mais uma vez fica evidenciado que está em concordância com a proposta do CRAS, ou seja, tem possibilitado aos alunos desenvolverem aspectos

como: responsabilidade, cooperação, respeito, solidariedade, confiança em si mesmo, dentre outros além de oportunizar uma prática esportiva e recreativa com grande poder de atração para as crianças, que veem nela a possibilidade de exercitar as inúmeras potencialidades de seus corpos, que podem ser trabalhadas através de jogos esportivos e brincadeiras recreativas (CAMPO GRANDE, 2007).

Importante ressaltar nesse instante que a proposta da Educação Física do CRAS, baseia-se nas atividades esportivas e recreativas que funcionam com estratégia viável e fundamental para inclusão e socialização de crianças e adolescentes. Pois é função e dever do CRAS promover articulações das políticas públicas e atuar com famílias e indivíduos em seu contexto territorial, com vista à orientação e fortalecimento do convívio sócio familiar e comunitário (CAMPO GRANDE, 2007).

Oliveira (2004) defende dentre outros valores, questões relativas a comportamentos, relacionamentos e convivência social, o trabalho desenvolvido nas aulas de Educação Física não se concebe apenas como um conjunto de exercícios puramente racional e metódico, com objetivos exclusivamente técnicos, e sim, identificados, como um canal que adequadamente utilizado, ajuda na formulação de valores significativos para o grupo social, perdendo seu papel exclusivo de educar o físico, como o nome sugere, e passando a valorizar a educação em todos os níveis, principalmente a dimensão atitudinal.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir deste estudo, pode-se concluir que a contribuição dos exercícios físicos para a qualidade de vida, promoção da saúde, melhorar a situação de vulnerabilidade das crianças que estão envolvidas no projeto, estão sendo de grande valia para o condicionamento físico, vínculo, interação e autoexpressão das crianças participantes do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos na localidade pesquisada.

É importante lembrar que os exercícios físicos tornam-se importante para as crianças, pois promove maior desenvolvimento motor, cognitivo e a socialização para que haja um futuro melhor, dando ênfase à motivação a essas práticas, necessitando nesse sentido, da atuação do profissional de educação física como um agente transformador em potencial. Assim, os adolescentes e as crianças criam uma expectativa esperando pelas oficinas realizadas e cabe a esse profissional reconhecer essa motivação, buscando um caminho que traga a possibilidade de um novo aprendizado sempre em parceria com o CREAS que é atualmente, uma importante referência para a rede de atendimento às situações de risco pessoal e social, por violação de direitos, materializando uma importante conquista para a população brasileira, especialmente àqueles que vivenciam tais situações.

Outro ponto que se deve destacar é o compromisso com o projeto no sentido de não deixar apenas nas atividades lúdicas, mas além da prática de exercícios físicos, buscar dialogar e atuar de forma multiprofissional e interdisciplinar com os demais profissionais presentes no CREAS, além de oportunizar as crianças atendidas o desenvolvimento em todas as dimensões: psicológicas, sociais, cognitivas e afetivas, pois desta forma estaria realmente na busca a formação de um cidadão crítico e reflexivo.

Por fim, conclui-se que o SCFV realmente colabora para que as crianças tenham uma melhor qualidade de vida, promoção da saúde. Porém, sobre a situação de vulnerabilidade, é possível compreender que nos dias em que é realizado o serviço, a criança participa, mas com o término das atividades não é possível saber se elas continuaram com as práticas e orientações vivenciadas, o que indica a necessidade de tratar sobre esse assunto criticamente para que se possa ter o máximo de assistência.

Desse modo, conforme se constatou nesse estudo, a Educação Física trabalhada e desenvolvida no CRAS, destaca-se para um desvelado incentivo social dos participantes,

oportunizando aos mesmos o seu desenvolvimento, pois o objetivo do CRAS está na proteção básica das famílias por meio das diferentes ações integradas.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barbanti, V. J - **Dicionário de Educação Física e do Esporte**. São Paulo, Ed. Manole Ltda., 2003.
- BRASIL, **Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome**. Orientações Técnicas Centro de Referência de Assistência Social – CRAS. Brasília, 2009.
- BRITO, C. L. C. **Consciência corporal**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
- CORREA, I. L. S.; MORO, R. L. **Educação Física escolar - reflexão e ação curricular**. Rio Grande do Sul: Unijuí, 2004.
- BETTI, Mauro. **Educação Física e Sociedade**, São Paulo: Movimento, 1991.
- BRASIL. **Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome**. Brasília, 2010.
- BRASIL, **Ministério da Educação e do Desporto: Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Brasília: 1999.
- BRASIL, **Educação Física, 5ª a 8ª séries**. Parâmetros Curriculares Nacionais. MEC: 1998.
- BRACHT, V. **Educação Física e aprendizagem social**. Porto Alegre: Magister, 1992.
- BRITO, C. L. C. **Consciência corporal**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
- CASTELLANI, L.F. **Educação Física no Brasil: a história que não se conta**. São Paulo: Papyrus, 1988.
- CAMPO GRANDE M/S – **Secretaria Municipal de Assistência Social**. Proposta educativa. Prefeitura municipal de Campo Grande, 2007. M
- CÔRREA, I. L. S.; MORO, R. L. **Educação Física escolar- reflexão e ação curricular**. Rio Grande do Sul: Unijuí, 2004.
- DARIDO, S. C.; RANGEL. I. C. A. **Educação física na escola**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. (Coleção Educação Física no Ensino Superior).
- FLAUSINO, N. H; NOCE, F; MELLO, M. T; FERREIRA, R. M; PENNA, E. P; COSTA, V. T. **Estilo de Vida de Adolescente de uma Escola Pública e de uma Particular**. Rev. Min. Educ. Fís. Viçosa. Edição Especial. N°1. 2012.

GALLARDO, J. S. P.; OLIVEIRA, A. A. B.; ARAVENA, C. J. O. **Didática da educação física – a criança em movimento**. São Paulo: FTD S.A., 1998.

GUEDES, D. P; NETO, J. T. M; GERMANO, J. M; LOPES, V; SILVA, A. J. R. M. **Aptidão física relacionada à saúde de escolares: programa fitnessgram**. Rev. Bras. Med. Esporte. Vol. 18, Nº 2 –2012.

GUTIERREZ, W. **História da Educação Física**. Porto Alegre: IPA. 1972.

GLANER, M. F. **Nível de atividade física e aptidão física relacionada à saúde em rapazes rurais e urbanos**. São Paulo, 2002.

GROSSO, D. F. **Educação Física, para dentro e para além do movimento**. Rio Grande do Sul: Mediação, 1999.

HALLAL, P. C; KNUTH, A. G; CRUZ, D. K. A; MENDES, M. I; MALTA, D. C. **Prática de atividade física em adolescentes brasileiros**. Ciência & Saúde Coletiva, 2010.

KUNZ, E. **Educação Física: ensino e mudança**. Rio Grande do Sul: Unijui, 2004.

KNUTH, A. G; MALTA, D. C; DUMITH, S, C; PEREIRA, C. A; NETO, O. L. M; TEMPORÃO, J. G; PENNA, G; HALLAL, P. C. **Prática de atividade física e sedentarismo em brasileiros: resultados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD)**, 2008. Ciência & Saúde Coletiva, 2011.

MOTA, J; RIBEIRO, J. L; CARVALHO, J. **Atividade física e qualidade de vida associada à saúde em idosos participantes e não participantes em programas regulares de atividade física**. Rev. bras. Educ. Fís. Esp., São Paulo, v.20, n.3. 2010.

MATTOS, M. G.; NEIRA, M. G. **Construindo o movimento na escola**. São Paulo: Phorte, 2004.

MATTOS, M. G.; NEIRA, M. G. **Educação física infantil: inter- relações movimento - leitura – escrita**. São Paulo: Phorte, 2002.

MEDINA, J. P. S. **Educação física cuida do corpo e mente**. São Paulo: Papyrus, 2004.

OLIVEIRA, Vitor Marinho de. **O que é Educação Física**. 11ed. São Paulo: Brasiliense, 2011.

OLIVEIRA, V. M. **O que é educação física**. São Paulo: Brasiliense, 2004.

RAMOS, Jayr Jordão. **Exercício Físico na História e na Arte: do homem primitivo aos nossos dias**. São Paulo: IBRASA, 1982.

TUBINO, Manoel Gomes. **O que é esporte**. São Paulo, brasiliense, 1993.

VIRGÍLIO, Stephen. **Educando crianças para a aptidão física**. Barueri, 2015.