

**FACULDADE SANTO ANTÔNIO DE PÁDUA
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**Ana Beatriz Ventura Blanc
Ágatha de Lima Machado**

**AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: E Suas Relações com o
Desempenho Escolar dos Estudantes**

Santo Antônio de Pádua / RJ
2023

**ANA BEATRIZ VENTURA BLANC
ÁGATHA DE LIMA MACHADO**

**AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA:
E Suas Relações com o Desempenho Escolar dos Estudantes**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Faculdade Santo Antônio de Pádua como requisito parcial para obtenção do grau de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: Prof. Dinart Rocha Filho.
Coorientador: Prof. Johan Reis Carvalho

Aprovado em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Prof. Ma. Bethanea Tostes do Couto de Carvalho - FASAP

Prof. Me. Johan Reis Carvalho - FASAP

Prof. Ma. Ofélia Machado Mansur - FASAP

Santo Antônio de Pádua / RJ
2023

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a Deus que nos permitiu realizar esse objetivo de vida, que nos deu forças para passar por todas as dificuldades e empecilhos durante esta jornada, a todos os nossos familiares que nos apoiaram e que fizeram parte desta etapa do início ao fim.

Aos nossos professores que tivemos durante esse tempo, que nos apoiaram e ajudaram nessa etapa.

Aos nossos familiares pelo amor, pela compreensão e apoio durante essa caminhada.

E finalmente a todos aqueles que diretamente ou indiretamente contribuíram para a realização desse sonho.

AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: E Suas Relações com o Desempenho Escolar dos Estudantes

PHYSICAL EDUCATION CLASSES: And Their Relationship with Students' Academic Performance

BLANC, Ana Beatriz Ventura

Graduando em Licenciatura em Educação Física pela Faculdade Santo Antônio de Pádua (FASAP);

E-mail: beatriz.blanc.v@gmail.com

MACHADO, Ágatha de Lima

Graduando em Licenciatura em Educação Física pela Faculdade Santo Antônio de Pádua (FASAP);

E-mail: agathamachao10@gmail.com

RESUMO

O objetivo do estudo foi analisar a associação entre a atividade física e o desempenho acadêmico. A Educação Física constitui uma representação social das atividades físicas e desportivas, tendo um significado relevante na nossa sociedade. A sua importância em contexto escolar deve-se ao fato da escola ser a maior instrutora, depois da família; na escola também existem recursos humanos qualificados para a educação dos jovens, de modo a que se apropriem das aprendizagens socialmente relevantes. Dessa forma, é importante destacar que o exercício físico se refere a um conjunto de movimentos planejados e estruturados para um determinado objetivo, como o de melhorar ou manter alguma capacidade física, aumentar o rendimento escolar que é considerado a capacidade do aluno absorver conhecimento e de ser capaz de aplicá-lo e de expressá-lo, resultando em importantes benefícios em curto, médio e longo prazo; Através dessas pesquisas relatar se as aulas de Educação Física influenciam no desempenho dos alunos. A Educação Física constitui uma representação social das atividades físicas e desportivas, tendo um significado relevante na nossa sociedade. Por isso, o presente estudo busca, através de uma revisão de literatura, com pesquisas realizadas no Google Acadêmico e Scielo para descrever a relação entre o desempenho escolar e a prática de exercícios. A realização da coleta de dados foi de 14 de outubro de 2022 a Outubro de 2023.

Palavras- chaves: Aulas de Educação Física, Desempenho Escolar

Abstract

The objective of the study was to analyze the association between physical activity and academic performance. Physical Education constitutes a social representation of physical and sporting activities, having a relevant meaning in our society. Its importance in a school context is due to the fact that the school is the greatest instructor, after the family; At school there are also qualified human

resources for the education of young people, so that they can take advantage of socially relevant learning. Therefore, it is important to highlight that physical exercise refers to a set of planned and structured movements for a specific objective, such as improving or maintaining some physical capacity, increasing academic performance, which is considered the student's ability to absorb knowledge and be able to apply and express it, resulting in important benefits in the short, medium and long term; Through these researches, we report whether Physical Education classes influence student performance. Physical Education constitutes a social representation of physical and sporting activities, having a relevant meaning in our society. Therefore, the present study seeks, through a literature review, with searches carried out on Google Scholar and Scielo to describe the relationship between school performance and exercise. Data collection was carried out from October 14, 2022 to October 2023.

Keywords: Physical Education, Performance and School Classes

1. INTRODUÇÃO

As aulas de Educação Física têm sido apontadas por alguns autores como algo positivo no ambiente educacional, destacando-se a importância dessa ferramenta no processo de ensino e aprendizagem. É de fundamental importância um estudo que se avalie a utilização de tais aulas como facilitador no processo de aprendizagem dos alunos. A prática da atividade física nas escolas já foi há tempos tema de debate, os científicos da época já acreditavam que a educação física traria mais benefícios do que prejuízos.

As discussões que se levantavam eram sobre o custo e o benefício das aulas de educação física, nas quais gestores procuravam manter a grade curricular sem a atividade física com o argumento de que seria perda de tempo, já que os alunos precisavam dedicar-se totalmente aos estudos para obter um bom desempenho acadêmico.

Entretanto, em um estudo em escolas do Quebec, Canadá, nesse mesmo período, observou-se que as aulas de educação física no período escolar não prejudicaram o desempenho acadêmico, pelo contrário, ajudaram a aumentá-lo (SHEPHARD *et al.*, 1984).

Pensando nisso, este estudo foi realizado a fim de mostrar a importância da disciplina da educação física dentro do contexto escolar, bem como qual a sua importância no processo educativo. As estratégias utilizadas para melhorar a saúde dos escolares por meio das aulas de Educação Física Escolar são diversas e se organizam em dimensões específicas como política e ambiente

(valorização e estrutura), instrução apropriada (utilização de recursos nas aulas e promoção da prática de atividade física), currículo (progressão de conteúdos e uso de diretrizes educacionais) e avaliação (desenvolvimento e progressão de diferentes habilidades).

Como descreve Falkenbach (2002), é na escola o lugar de desenvolver a educação física que provoca as trocas e as aprendizagens entre as pessoas. Ela é responsável pelo aprendizado das relações entre as pessoas por via corporal. Portanto, temos as expectativas que a educação física escolar exercerá o papel de fazer e compreender que a criança como sujeito dentro do espaço lúdico-educativo, irá aprender e se desenvolver ao se expressar.

A atividade física é uma intervenção de estilo de vida relativamente barata e não prejudicial que pode ser implementada em ambiente escolar. Por exemplo, os professores e equipe pedagógica das escolas poderiam receber treinamento sobre os efeitos benéficos e bem conhecidos da prática da atividade física tanto na saúde, bem como sobre os efeitos potencialmente benéficos sobre o desempenho acadêmico (BARBOSA, 2020).

Para manter a saúde em equilíbrio e uma boa qualidade de vida, devem ser seguidas as ações de promoção da saúde que visam levar o usuário para o alcance de melhores condições de vida e saúde. A prevenção em saúde, por exemplo, exige uma ação ou intervenção antecipada e orientada, a fim de tornar improvável o surgimento posterior de doenças específicas, reduzindo sua incidência e prevalência nas populações.

A educação para a saúde abordada em um sentido exclusivamente biológico e higienista inibe o domínio e o encorajamento de atitudes favoráveis a própria saúde, não permitindo que novos conhecimentos sejam incorporados de forma integrada e duradoura em direção a auto- independência em decisões quanto à adoção de um estilo de vida saudável.

Por consequência, os programas de educação para a saúde representam, sem ignorar a significativa participação dos aspectos biológicos, um problema fundamentalmente de domínio didático- pedagógico e, de maneira particular, em razão das características do objeto de estudo de cada área do conhecimento vinculada a estrutura escolar, a disciplina de educação física.

Justifica-se ainda nessa temática que os resultados desse trabalho serão de grande valia para professores de diversas áreas do conhecimento como

forma de abranger novas possibilidades, além disso como forma de mostrar que a educação física não é só fazer exercícios, mas que também ajuda em outras áreas do conhecimento. Tais resultados mostrarão a eficiência dessas aulas no que diz respeito a absorção de conhecimento e práticas.

A prática de Educação Física influencia no desempenho escolar do estudante? Através de atividades da Educação Física é possível criar espaços de desenvolvimento crítico, respeito às diferenças, solidariedade e cooperação. Também contribuirá na prevenção e reabilitação da saúde física e mental.

Por isso, o profissional da área de Educação Física é responsável por contribuir para a saúde dos alunos por meio das atividades corporativas. Sendo assim, deve acompanhar e orientá-los durante os exercícios. Conforme afirma Barbosa (2001, p.19).

[...] É necessário que o professor faça uma explanação do que é a Educação Física, pois até mesmo por serem crianças, elas têm a idéia de que somente jogar bola. Devemos explicar todo o processo de como é uma aula de Educação Física, ressaltando o lado educacional tanto do corpo como do intelecto, explicar os processos de higiene, convivência em grupo (socialização), preconceitos (racial, religioso, social, sexual), mas sempre de uma forma alegre, que se adéque à sua linguagem.

Por isso é necessário que o professor leve em consideração todos os fatores envolvidos, pois ele é responsável pelas atividades de psicomotricidade, ludicidade, da cultura do movimento corporal, de trabalho em equipe, das atividades colaborativas, e do despertar da competitividade saudável, promovendo às crianças as suas primeiras relações sociais. procurando um novo formato na elaboração das aulas, para mostrar o verdadeiro valor da Educação Física no ambiente escolar.

A nível conceitual, com frequência o termo saúde tem sido caracterizado dentro de uma concepção vaga e difusa, o que incentiva interpretações arbitrárias e, por vezes, carente de uma visão didática-pedagógica mais consistente. Essa arbitrariedade tem oferecido uma multiplicidade de opiniões, programas e procedimentos relacionados à promoção da saúde no meio educacional.

Em vista disso, os conceitos elaborados quanto ao que vem a ser saúde devem ser objeto de cuidadosa reflexão, para que se possa perceber e atuar de

forma coerente no sentido de contribuir efetivamente na formação dos educandos.

Identificar o papel do professor de educação física no que diz respeito a melhora do desempenho escolar do aluno, demonstrar estratégias que aumentam as possibilidades de aprendizagem e entender melhor a relação entre exercício físico e função cognitiva.

Em síntese, a literatura da área revela que o interesse pelos estudos sobre a motivação não é recente e que esta tem sido apontada como uma das principais variáveis relacionadas a um bom ou baixo desempenho escolar, embora poucos estudos tenham se detido a oferecer dados empíricos que comprovem essas relações. Os estudos que se propuseram a investigar essas relações indicam que a motivação intrínseca e as ações do professor em sala de aula revelam-se como importantes fontes de influência na promoção da aprendizagem do aluno.

2. DESENVOLVIMENTO

A práticas da Educação Física Escolar no Brasil, pode-se afirmar que, no início do século XX, a Educação Física era constituída por práticas marcadas por instruções militares, por disciplina, pela higiene do corpo e pelo reforço da saúde física e moral. Esteve associada ao desenvolvimento da medicina social, servindo a uma necessidade de higienização, disciplinamento e regeneração da raça e também enaltecendo o despertar do gosto pelo esforço esportivo e atlético como um hábito de vida capaz de opor-se a um modo de condução prejudicial do fisiológico, do moral e do social.

Contudo recentemente, as instituições começaram a vivenciar práticas a partir da BNCC, balizadas por uma ideia de competências. A fim de justificar a presença da Educação Física na escola alguns autores apresentam suas idéias. Para (PAIANO, 1998)

“A Educação Física precisa justificar sua presença no meio escolar através de um trabalho inovador que considere o individuo como um ser complexo, uno, que se expressa de maneira muito singular, permitindo a manifestação dessa diferença” (pg 84).

Segundo Moreira (2010), a Educação Física constitui uma representação social das atividades físicas e desportivas, tendo um significado relevante na nossa sociedade. A sua importância em contexto escolar deve-se ao fato da escola ser a maior instrutora, depois da família; na escola também existem recursos humanos qualificados para a educação dos jovens, de modo a que se apropriem das aprendizagens socialmente relevantes.

Ferreira (2004) discorre que a Educação Física confere um importante papel no processo de educação, e tem uma real contribuição no processo de crescimento e desenvolvimento de todas as pessoas. A Educação Física é a disciplina curricular responsável pelo desenvolvimento de atividades que estimulam as habilidades motoras e movimentos corporais que auxiliam no processo cognitivo, psicológico e afetivo, sendo possível integrar sua prática na facilitação do processo de ensino da Matemática e do Português na escola, disciplinas dentre as mais temidas pelos alunos.

Segundo Santos (2007), a Educação Física tem como objetivo fornecer ao aluno desenvolvimento integral e harmônico para garantir seu desenvolvimento total numa sequência idealizada, sendo primeiramente na área motora, seguida das áreas cognitiva, social e emocional.

Guedes *et al.* (2012), consideram a atividade física como um procedimento centrado no indivíduo. Os mesmos autores consideram que a atividade física é desenvolvida através de vários fatores interligados entre si, onde se destacam: a intensidade, a duração e a repetição de cada movimento corporal. Por conseguinte, o mesmo autor indica que a atividade física abrange diferentes parâmetros, entre eles a aptidão relacionada com o desempenho desportivo e a sua relação com a saúde.

Para Moreira (2010), através da Educação Física podem ser evitados problemas como dificuldade de concentração, e outros problemas relacionados à alfabetização. A Educação Física auxilia na concentração porque a própria necessita de concentração durante as atividades, a prática faz com que o cérebro trabalhe de forma mais intensa, com isso, auxilia na concentração de quem está praticando a atividade física. No Ensino Fundamental, e também no Ensino Médio, é evidente os inúmeros benefícios que a prática de Educação Física proporciona.

É necessário sempre contribuir para a evolução desta disciplina, que com o passar dos anos, irá evoluir, com isso, trazendo mais benefícios para a saúde e fatores importantes sobre o corpo humano, e suas respostas durante a prática de Educação Física.

Para muitas crianças e adolescentes, o ambiente escolar é o único local onde praticam exercícios com segurança, intensidade e orientação. Principalmente em cidade grande, famílias costumam se sentir inseguras em deixar os filhos desacompanhados na rua para brincar ou praticar alguma atividade, ao mesmo tempo em que as áreas e espaços verdes seguros estão cada vez mais escassos. Disponível em: <<https://vivescer.org.br/educacao-fisica-e-rendimento-escolar/>>

Segundo Faria Filho (2000), “os professores e os gestores das unidades escolares alimentam, ainda, a ilusão de uma maior participação dos pais na escola, que seria resultado de uma ação formativa da escola em relação à família.” (p.44). Por outro lado, a família espera uma abertura maior por parte da escola a fim desse contato.

Independente de qualquer coisa, a escola tem a função de assumir a responsabilidade sobre a educação da criança. Paro (2007) afirma que “a alegação da falta de interesse do aluno como justificativa para o mau desempenho escolar precisa ser combatida de forma radical porque ela implica a própria renúncia da escola a uma de suas funções mais essenciais.” (p.13)

Para Carvalho (2000), o aluno deve ser preparado de acordo com o seu contexto e a escola deve aprender a conviver com as diferenças e as constantes mudanças familiares. Também deve participar ativamente dessas mudanças, ou seja, promover mudanças em sua forma de atuação, a fim de que saiba lidar tanto com a família que tem tempo disponível para uma participação maior como com aquela cujos pais não têm tempo, pois é importante considerar que esta tem preocupações similares.

Durante as aulas de Educação Física, o professor tem um papel decisivo de forma positiva ou negativa no desenvolvimento do aluno, além de ter a importante tarefa de tornar a aula um ambiente motivador, deve buscar compreender o ponto de vista do aluno, para poder buscar métodos para que os alunos tenham interesse contínuo em aprender e fazer as atividades e não

apenas fazer por obrigação.

Muitos professores não especialistas e até alguns com formação específica em Educação Física entendem que o papel da disciplina é auxiliar na melhoria da alfabetização, da sociabilização, da lateralidade, da coordenação motora etc. Ou seja, existe a crença de que as aulas de Educação Física servem de meio para outras aprendizagens, certamente mais prestigiosas para a escola, como a aprendizagem da matemática ou a alfabetização.

Na orientação da Coordenadoria de Estudos e Normas Pedagógicas (CENP, SÃO PAULO, 1990), a meta da construção do conhecimento é evidente quando propõe como objetivo da Educação Física,

[...] respeitar o seu universo cultural (do aluno), explorar a gama múltipla de possibilidades educativas de sua atividade lúdica espontânea, e gradativamente propor tarefas cada vez mais complexas e desafiadoras com vista a construção do conhecimento. (SÃO PAULO, 1990, p. 18).

A psicomotricidade como campo de estudo, visa o desenvolvimento integral da criança, por meio da educação psicomotora integrada à Educação Física, a criança poderá explorar o ambiente em que se encontra, passar por experiências concretas e imprescindíveis ao seu desenvolvimento, sendo capaz de adquirir consciência de si mesma e do mundo que a cerca, Portanto a educação psicomotora serve de base para aquisições de aprendizagens significativas que perdurará pela vida e crescimento integral do aluno. Disponível em: < <https://meuartigo.brasilecola.uol.com.br/pedagogia/psicomotricidade-na-educacao-infantil>>.

Bandura (1986) destaca que os alunos mais auto eficazes estão mais aptos a realizar tarefas com maior grau de dificuldade, bem como a atingir níveis mais elevados de desempenho. Do mesmo modo, para Schunk e Meece (2005), escolares que não têm crenças positivas a respeito de suas capacidades mostram menor persistência em atividades escolares do que aqueles que possuem um bom senso de auto eficácia.

Segundo Boulch (1986), “o objetivo da Educação Física, seria o domínio do corpo, que corresponde na realidade ao desenvolvimento das funções psicomotoras”. Portanto, a Educação Física e a psicomotricidade têm por objetivos desenvolver relações entre o corpo e a mente. Dessa forma, a intervenção de um bom profissional de Educação Física se faz de essencial

importância nas redes de ensino, pois o movimento tem um papel muito importante no desenvolvimento psicológico, representando expressão das relações entre o ser e o meio.

Assim, busca-se a obtenção de resultados com a finalidade de melhorar o desenvolvimento motor e um melhor desempenho escolar dos alunos. A atividade física escolar favorece o desempenho dos alunos dentro de sala de aula, podemos prever alguns resultados muito positivos disso tudo: Maior concentração, melhor absorção dos conteúdos apresentados, desenvolvimento das suas próprias capacidades, aumento da resistência física, hábito de trabalhar em equipe, descobrimento de aptidões físicas e esportivas e a uma vida mais saudável.

Foram trabalhadas todas as dimensões humanas, entendendo a criança como um ser integral. Em um interessante estudo realizado por Freire e Goda (2008), que objetivou verificar o efeito das Oficinas de Jogos, que são produzidas na disciplina de Educação Física, como uma prática pedagógica eficiente na produção de resultados na aprendizagem escolar nas demais disciplinas.

Os resultados obtidos foram vislumbrados em todas as dimensões, além de colaborar com o aumento do poder de compreensão dos conteúdos escolares. Esses estudos reforçam a necessidade de abordagens lúdicas e multidisciplinares na promoção da educação integral das crianças.

Severino e Silva (2014) e Dumith e Silveira (2010) defendem a construção de aulas que conscientizem os estudantes sobre a importância da prática de atividades físicas e estimulem a adoção de hábitos saudáveis para a manutenção da saúde.

De acordo com Taras (2005), a atividade física melhora a circulação em geral, aumenta o fluxo sanguíneo para o cérebro e aumenta os níveis de noradrenalina e endorfinas, o que contribui na redução do stress, na melhoria do humor, na produção de um efeito calmante após o exercício e talvez como resultado, a melhoria do rendimento escolar.

O efeito de uma escola no aprendizado de seus alunos é em grande parte determinado pelo professor, por seus conhecimentos, seu envolvimento e sua maneira de conduzir as atividades da sala de aula. Assim, a principal função da estrutura gerencial da escola é facilitar a ação desse profissional. Quando são professores de Educação Física que ministram aulas, eles conseguem observar

mais sensivelmente o desempenho motor dos alunos na aprendizagem dos movimentos e, podem acompanhar de forma planejada e sistematizada se os objetivos traçados inicialmente a partir das atividades propostas nas aulas, estão realmente sendo alcançados e quais mudanças no planejamento precisam ser feitas.

Os objetivos do professor de Educação Física escolar é alcançar, durante a passagem do aluno pela escola, a consciência da busca de conhecimentos e atitudes que permitem a prática em atividades regulares e permanentes, na escola e na comunidade (RÉGIO, JÚNIOR 2007).

Discutir sobre desempenho escolar requer uma reflexão sobre o sistema de ensino adotado pela escola. Para tanto, é necessário conhecer as possibilidades e dificuldades que compõe o universo escolar. Sobretudo, é imprescindível analisar os aspectos e práticas que influenciam no aprendizado e no sucesso dos alunos. O bom desempenho acadêmico, segundo Borkowski (1992), se refere ao fato do aluno realizar as tarefas e as atividades escolares de forma eficaz, atingindo seu objetivo final que é o aprendizado.

Contudo, é sabido que muitos alunos das diferentes etapas do ensino formal apresentam um desempenho escolar muito aquém do ideal. Quando se reflete sobre o desempenho escolar, há que se levar em consideração diferentes fatores que se correlacionam e influenciam diretamente tal desempenho. Dentre os fatores mais relevantes estão as características da escola, da família e do aluno. No primeiro caso se leva em consideração as condições físicas e pedagógicas da instituição escolar e dos profissionais que atuam nesse contexto. No segundo, enfatiza-se o nível escolar dos pais e sua presença e participação na aprendizagem dos filhos.

Por fim, encontram-se as características pessoais do próprio aluno como motivação, boa auto estima, habilidades sociais, possíveis deficiências nutricionais, entre outros (FORMIGA, 2004; PASTURA, MATTOS, ARAÚJO, 2005).

Conforme Medina e Marques (2010), o exercício físico demanda atividade cognitiva como sincronismo, equilíbrio, destreza, estratégia, particularmente em jogos baseados em equipes ou esportes. A experiência motora auxilia na ampliação do desenvolvimentos dos diferentes componentes de motricidade, como a coordenação, o equilíbrio e o esquema corporal, tendo

devida importância no desenvolvimento das habilidades motoras e dos aspectos referentes à aplicação nas tarefas escolares.

Além disso, as pesquisas defendem que a educação física tem um importante papel na estruturação de um ambiente adequado para que a criança possa refletir sobre suas ações e experiências práticas. A literatura é vasta nessa área, mas estudos necessitam ser conduzidos a fim de consolidar a relação dos efeitos da atividade física com funções cognitivas e desempenho escolar.

Já Haapala (2012) relatou em seus estudos que os estudantes obtiveram melhora de concentração após práticas de atividades físicas, bem como apresentaram uma melhor memória de trabalho. Além disso, as práticas de atividade física auxiliaram no bom comportamento dentro da sala de aula, tendo como consequências um melhor rendimento nas suas aulas, atividades e avaliações.

O mesmo autor cita que há um papel indireto da atividade física sobre o rendimento acadêmico, que é através da cognição, pois essa se associa com a aprendizagem. Para compreender melhor o efeito da atividade física sobre a cognição, é importante pesquisar mecanismos sobre esse fenômeno. Em grande maioria, as pesquisas mostram um efeito da atividade física sobre o hipocampo, pois sua função central é na memória e aprendizagem.

Na opinião de Machado (1997), muitos são os motivos responsáveis pelo bom desenvolvimento e desempenho na aquisição e manutenção de habilidades em aulas de educação física na escola. Existem outras atividades que não precisam necessariamente envolver movimento muscular, como, por exemplo, ouvir uma aula teórica. As atividades que requerem maior participação, ou seja, com mais movimentos, concentram maior número de motivos para aumentar o interesse e o estímulo do participante, além de despertar um sentimento de desafio.

Conforme Oliveira “O desempenho escolar de um estudante está relacionado ao conhecimento obtido pelo mesmo em sala de aula, tendo como indicadores as horas de estudo e as notas de final de ano, que levam o aluno a aprovação ou reprovação.” (OLIVEIRA, 2012; p.22). Desta forma, deve-se considerar o contexto escolar, bem como outros fatores que estão relacionados direta ou indiretamente entre outros aspectos sociais, familiares, educacionais e comportamentais deste aluno.

O bom desempenho acadêmico dos alunos também pode ser atribuído à persistência e esforço dos mesmos perante uma tarefa específica. Como a motivação escolar está fortemente ligada às percepções e crenças dos alunos, quanto maior a crença em suas capacidades para uma determinada tarefa, maior será o esforço e conseqüentemente melhor o resultado.

Dessa forma, é necessário que o professor seja capaz de realizar atividades que oportunizem as interações sociais e desencadeie emoções que possam sustentar as ações dos alunos durante esse processo de interação (MONTEIRO *et al.*, 2012).

É importante também que o professor estimule o aluno, persuadindo-o de que ele possui as capacidades necessárias para a execução das tarefas e criando um clima emocional de segurança e afetividade em sala de aula. Para que as aulas de Educação Física possam influenciar na aptidão física relacionada à saúde de crianças e adolescentes, é necessário que o professor tenha um bom planejamento (SILVA *et al.*, 2012), influenciando os alunos à prática regular de atividades física e colaborando na aquisição de hábitos de vida mais saudáveis.

O professor de Educação Física é um agente promotor de saúde e assim deve assumir importante função na promoção da aptidão física relacionada à saúde de seus alunos (GUEDES, 1995; NAHAS, CORBIN, 1992; MOTA, SALLIS, 2002), colaborando assim para o integral desenvolvimento dos alunos em todos os aspectos.

A partir desta nova concepção, as aulas de educação física devem desenvolver outras práticas corporais além dos esportes, como a dança, a ginástica geral, jogos e lutas, e através delas e do próprio esporte, exercer seu papel de contribuir na formação da criança. Através de práticas corporais onde as crianças se expressam com maior espontaneidade, o professor de educação física deve ter um contato mais amplo e direto com ela.

Desse modo, é de suma importância compreender quais as formas avaliativas adotadas para o alcance dos objetivos propostos no processo de ensino e aprendizagem, bem como, os critérios e instrumentos utilizados pelo professor nesse processo.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A prática de exercício físico traz bastante benefícios à saúde, além de prevenir diversas doenças crônicas, pode ser considerado um elemento fundamental para a aquisição ou manutenção da saúde, seja de aspectos físicos ou mentais, além da melhora de concentração, atenção e memória, a atividade física aumenta a autoestima, relação do sujeito com seu autoconceito e através do brincar leva a criança experimentar situações de conflitos, planejamento, resolução de problemas, interage com o outro, aprende a ganhar e perder, a participar efetivamente, e dessa forma, passa por vivências que oportunizam tanto o desenvolvimento como a aprendizagem.

Dessa maneira, o profissional de Educação Física deverá desenvolver conteúdos na qual o aluno entenda o real significado das aulas práticas. A Educação Física escolar é um grande aliado da transformação social do indivíduo, a partir da construção coletiva de conhecimento, formas relevantes de conteúdo para o ensino de qualidade na sociedade. Além disso, vem transformar através do grau de satisfação e do prazer que visa o caminho para novas descobertas, tendo como papel a estratégia e apropriação do desenvolvimento corporal, para que os alunos tenham consciência das contribuições da Educação Física na transformação social do indivíduo.

O presente trabalho mostra que é possível que a prática da atividade física pode ser utilizada como uma ferramenta bastante útil para a melhoria do desempenho cognitivo a curto, médio e longo prazo, e que a quantidade e a natureza das aulas de Educação Física devem ser avaliadas com bastante cuidado. Baseado nisso, as crianças/adolescentes que praticam atividade física, parecem ter seus desempenhos escolares e cognitivos melhorados com a prática de atividade física.

4. REFERÊNCIAS

BANDURA, A. (1986). **Social foundations of thought and action: A social cognitive theory**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

BARBOSA, C. L. de **A Educação Física Escolar: as representações sociais**.

Rio de Janeiro: Shape, 2001.

BARBOSA. Physical activity and academic achievement: an Umbrella review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 17, n. 16, p. 29, 2020.

BORKOWSKI, J. G. (1992). **Metacognitive theory: A framework for teaching literacy, writing and math skills**. *Journal of Learning Disabilities*, 5(4), 253-257.

BOULCH, Jean Le. **O desenvolvimento psicomotor: do nascimento aos 6 anos**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1982; Tradução de Ana G. Brizolar. 2.ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1984. Porto Alegre: Artes Médicas, 1986.

BUENO, A. C. Association of physical activity with cognition, metacognition and academic performance in children and adolescents: a protocol for systematic review and meta-analysis. *Rev. BMJ OPEN, London*, v. 6, p. 011-065, jan./jun, 2016.

CARVALHO, M. E. P. De. (2000). **Relações entre família e escola e suas implicações de gênero**. *Cadernos de Pesquisa*, 110,144-155

DUMITH, Samuel de Carvalho; SILVEIRA, Raquel Moreira. Promoção da saúde no contexto da educação física escolar: uma reflexão crítica. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, v. 9, n. 1, p. 3-14, 2010.

FARIA FILHO, Luciano Mendes. **Para entender a relação escola- família: uma contribuição da história da educação**. São Paulo em Perspectiva, São Paulo, p.44-50, 14 fev. 2000.

FALKENBACH, Atos P. **A Educação Física na Escola: uma experiência como professor**. Lajeado, UNIVATES, 2002.

FERREIRA NETO. C. A. **Desenvolvimento da motricidade e as culturas da infância**. In: MOREIRA, W. W. (Org.). *Educação Física: intervenção e conhecimento científico*. Piracicaba:Ed.Da UNIMEP, 2004.

FORMIGA, N. S. (2004). **O tipo de orientação cultural e sua influência sobre os indicadores do rendimento escolar**. *Psicologia: Teoria e Prática*,6(1), 13-29.

FREIRE; GODA, Ciro. **Fabrincando: as oficinas do jogo como proposta educacional nas séries iniciais do ensino fundamental**.*Movimento (ESEF/UFRGS)*,Porto Alegre,v. 14, n. 1, p. 111-134,

GUEDES, D.; Neto, J.; Germano, J.; Lopes, V.; Martins, A. & Silva, A. (2012). *Aptidão Física Relacionada à Saúde de Escolares: Programa fitnessgram*. *Revista Brasileira Médica do Esporte*, volume 18, nº2.

HAAPALA, E. **Physical activity, academic performance and cognition in children and adolescents**. A systematic review. *Baltic Journal of Health and*

Physical Activity, 4(1), 53–61. 2012.

MACHADO, A.A. & Gouvía, F. (1997). **Importância da motivação para o movimento humano integração**, 4(13): 85-90

MEDINA PAPST, J. M.; MARQUES, I. Avaliação do desenvolvimento motor de crianças com dificuldades de aprendizagem. In: **Revista Brasileira Cineatropom Desempenho Humano**. 2010, p 36 – 42.

MONTEIRO, Marco Aurélio Alvarenga; MONTEIRO, Isabel Cristina de Castro; GASPAS, Alberto; VILLANI, Alberto. **A influência do discurso do professor na motivação e na interação social em sala de aula**. Ciência & Educação, v. 18, n. 4, p. 997-1010, 2012.

MOREIRA, L. R. V. **A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NAS SÉRIES INICIAIS DA EDUCAÇÃO BÁSICA. ENCONTRO DE ENSINO PESQUISA E EXTENSÃO DA FACULDADE SENAC**, 2010. Disponível em: http://www.faculdadesenacpe.edu.br/encontro-de-ensinopesquisa/2011/IV/anais/poster/002_2010_poster.pdf

MOTA, J; SALLIS, J. F. **Actividade Física e Saúde. Cidade do Porto: Campo das Letras, 2002**

NAHAS, M.V; CORBIN, C.B: Aptidão Física e Saúde nos Programas de Educação Física. **Revista Brasileira de ciência e movimento**, v. 8, n. 2, 1992.

OLIVEIRA, A. R. D. **A influência do esporte no rendimento escolar na opinião de alunos E professores** da Escola Estadual Cora Carolina da cidade de Ariquemes-Ro.Retirado: janeiro, 12, 2016, de bdm.unb.br/bitstream/10483/4562/1/201 (2012).

PAIANO, Ronê. **Ser ou não fazer: o desfazer dos alunos de Educação Física e as perspectivas de reorientação da prática pedagógica do docente**. 1998. Dissertação de Mestrado.

PARO, Vitor Henrique. **Qualidade do ensino: A contribuição dos pais**. 3. Ed. São Paulo: Xamã, 2007.

PASTURA, G. M. C., Mattos, P., & Araújo, A. P. Q. C. (2005). Desempenho escolar e transtorno do déficit de atenção e hiperatividade. **Revista de Psiquiatria Clínica**, 32, 324-329

RÉGIO, Alceste Ramos; MARTINS JÚNIOR, Joaquim. **Estudo sobre o estilo de ensino desenvolvido por professores nas aulas de Educação Física, em escolas públicas e privadas de Maringá – Paraná**. Iniciação Científica.

SANTOS, J. P. G. **A importância da educação física no desenvolvimento da psicomotricidade**. 2007,21f. Monografia (Pós-graduação em Psicomotricidade) Universidade Cândido Mendes, Rio de Janeiro, 2007.

SÃO PAULO. Secretaria da Educação. Coordenadoria de Estudos e Normas Pedagógicas. Proposta curricular para o ensino de Educação Física no 1º grau. São Paulo: CENP, 1990SEVERINO, Claudio Delunardo; SILVA, Bianca Maria. **Educação física escolar e a promoção de saúde: um ponto de vista. Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 12, n. 2, p. 77-86, 2014.

SCHUNK, D. H., & Meece, J. L. (2005). **Self-efficacy development in adolescents. Em Urdan, T., & Pajares, F. Self-efficacy beliefs of adolescents** (pp. 71-96). Charlotte: Information Age Publishing.

SHEPHARD RJ. **Physical activity and child health. Sports Medicine**.1984;3(1):205-33.

SILVA, E. F. L. et al. **Níveis de aptidão física de jovens alunos do colégio da polícia militar da cidade de João Pessoa, Paraíba: um enfoque para a saúde. Coleção Pesquisa em Educação Física**, v.11, n. 3, 2012.

TARAS, H. **Physical activity and student performance at school. Journal Search Health**, 75(6), 214-218 (200VERARDI Carlos Eduardo Lopes; DE MARCO Ademir. Iniciação esportiva: a influência de pais, professores e técnicos. Revista eletrônica da Escola de Educação Física e Desportos – UFRJ, v. 4, n. 2, Julho / Dezembro 2008.