



**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO RIO
GRANDE DO SUL
CAMPUS PORTO ALEGRE
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E
TECNOLÓGICA**

LECIMARA SCHERER VIEIRA PEREIRA

**PROMOÇÃO DA SAÚDE NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA):
INVESTIGAÇÃO DA CONTRIBUIÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA HÁBITOS
ATIVOS E SAUDÁVEIS EM ESTUDANTES TRABALHADORES**

Porto Alegre

2026

LECIMARA SCHERER VIEIRA PEREIRA

**PROMOÇÃO DA SAÚDE NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA):
INVESTIGAÇÃO DA CONTRIBUIÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA HÁBITOS
ATIVOS E SAUDÁVEIS EM ESTUDANTES TRABALHADORES**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Educação Profissional e Tecnológica, ofertado pelo campus Porto Alegre do Instituto Federal do Rio Grande do Sul, como parte dos requisitos para a obtenção do título de Mestre em Educação Profissional e Tecnológica.

Orientador: Aline Grunewald Nichele

Porto Alegre

2026

Pereira, Lecimara Scherer Vieira
Promoção da saúde na Educação de Jovens e Adultos
(EJA): investigação da contribuição da Educação Física
para hábitos ativos e saudáveis em estudantes
trabalhadores / Lecimara Scherer Vieira Pereira. --
2026.

147 f.

Orientadora: Aline Grunewald Nichele.

Dissertação (Mestrado) -- Instituto Federal de
Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul,
Campus Porto Alegre, Mestrado Profissional em Educação
Profissional e Tecnológica - PROFEPT, Porto Alegre,
BR-RS, 2026.

1. Promoção da Saúde. 2. Educação Física. 3.
Educação de Jovens e Adultos (EJA). 4. Formação Humana
Integral. 5. Educação Profissional e Tecnológica. I.
Nichele, Aline Grunewald. II. Título.

Elaborada pelo Sistema de Geração Automática de Ficha
Catalográfica do SIBIFRS com dados fornecidos pelo(a) autor(a).

LECIMARA SCHERER VIEIRA PEREIRA

**PROMOÇÃO DA SAÚDE NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA):
INVESTIGAÇÃO DA CONTRIBUIÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA HÁBITOS
ATIVOS E SAUDÁVEIS EM ESTUDANTES TRABALHADORES**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Educação Profissional e Tecnológica, ofertado pelo Instituto Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Educação Profissional e Tecnológica.

Aprovado em 30 de março de 2026.

COMISSÃO EXAMINADORA

Profa. Dra. Aline Grunewald Nichele
Instituto Federal do Rio Grande do Sul
Orientador

Profa. Dra. Andreia Modrzejewski Zucolotto
Instituto Federal do Rio Grande do Sul

Profa. Dra. Carolina Braz Carlan Rodrigues
Prefeitura Municipal de Santa Maria-RS

LECIMARA SCHERER VIEIRA PEREIRA

JOGO DA SAÚDE: EJA EM MOVIMENTO

Produto Educacional apresentado ao Programa de Pós-graduação em Educação Profissional e Tecnológica, ofertado pelo Instituto Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Educação Profissional e Tecnológica.

Validado em 30 de março de 2026.

COMISSÃO EXAMINADORA

Profa. Dra. Aline Grunewald Nichele
Instituto Federal do Rio Grande do Sul
Orientador

Profa. Dra. Andreia Modrzejewski Zucolotto
Instituto Federal do Rio Grande do Sul

Profa. Dra. Carolina Braz Carlan Rodrigues
Prefeitura Municipal de Santa Maria-RS

AGRADECIMENTOS

Gostaria de expressar minha profunda gratidão a todos que tornaram possível a realização desta dissertação.

Agradeço primeiramente à minha orientadora, Aline Grunewald Nichele, por sua orientação, paciência, incentivo e contribuições valiosas ao longo de todo o processo de pesquisa. Seu conhecimento e dedicação foram fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho.

Agradeço também às professoras Carolina Braz Carlan Rodrigues e Andreia Modrzejewski Zucolotto, pelo apoio, pelas discussões enriquecedoras e pelo compartilhamento de experiências que contribuíram para minha formação acadêmica.

Meus sinceros agradecimentos aos estudantes da Educação de Jovens e Adultos (EJA) e aos professores que participaram da pesquisa, tornando possível a coleta de dados e oferecendo suas experiências e opiniões com generosidade.

Agradeço ainda ao meu esposo, Tael da Silva Pereira, pelo suporte incondicional, pela compreensão e pelo incentivo constante durante todos os momentos de dedicação a este estudo.

Expresso também minha profunda gratidão à minha mãe, Loci Rossi Scherer Rodrigues, por todo o apoio e, de maneira especial, por ter cuidado do meu filho nas últimas semanas, permitindo que eu pudesse dedicar o tempo necessário para concluir esta dissertação.

Por fim, agradeço a todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização deste trabalho.

RESUMO

A presente dissertação trata do estudo sobre como a Educação Física pode contribuir para a promoção da saúde dos estudantes trabalhadores na Educação de Jovens e Adultos (EJA) do município de Canoas/RS, a fim de incentivar a adoção de hábitos ativos e saudáveis e favorecer o bem-estar físico, mental e social, na perspectiva da formação humana integral. A pesquisa está vinculada à linha de Práticas Educativas em Educação Profissional e Tecnológica (EPT) e ao Macroprojeto 1 – Propostas metodológicas e recursos didáticos em espaços formais e não formais de ensino na EPT, pertencente ao Programa de Pós-graduação Stricto Sensu – Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT). Trata-se de uma investigação de natureza aplicada, de caráter exploratório, com abordagem qualitativa. Do ponto de vista dos procedimentos técnicos, configurou-se como pesquisa bibliográfica e de campo. O estudo foi desenvolvido em sete Escolas Municipais de Ensino Fundamental (EMEFs) do município de Canoas-RS, que ofertam a modalidade EJA no período noturno. Participaram da pesquisa 53 estudantes trabalhadores matriculados nessas instituições, que constituíram o público-alvo da investigação. A produção de dados ocorreu por meio de pesquisa bibliográfica e aplicação de questionário elaborado no Google Forms. Os dados foram analisados por meio da técnica de análise de conteúdo, conforme a proposta de Bardin (2011), possibilitando uma compreensão mais aprofundada das percepções, dos desafios e das sugestões dos participantes acerca da prática de atividades físicas e de sua relação com a saúde. Os resultados evidenciaram que os estudantes reconhecem a importância da prática de atividades físicas para a promoção da saúde, porém enfrentam dificuldades para incorporá-las à rotina devido à conciliação entre trabalho, estudo e outras responsabilidades. Observou-se que os participantes possuem compreensão básica sobre os benefícios da atividade física e os riscos da inatividade, embora haja necessidade de orientações mais sistemáticas e contextualizadas à realidade dos educandos. Nesse contexto, as aulas de Educação Física foram percebidas como espaço de reflexão, incentivo e vivência de práticas corporais, contribuindo para estimular a adoção de hábitos mais ativos e saudáveis. Com base nas análises realizadas, foi desenvolvido o produto educacional “Jogo da Saúde: EJA em Movimento”, um jogo de tabuleiro online voltado à conscientização dos estudantes sobre a importância da atividade física para a saúde e ao incentivo à adoção de hábitos que contribuam para um estilo de vida ativo e saudável, tanto no contexto

escolar quanto fora dele. O produto propõe estratégias lúdicas, informativas e reflexivas, adaptadas à realidade dos educandos, estimulando a adoção de hábitos ativos e saudáveis, mesmo diante dos desafios impostos pela conciliação entre trabalho e estudos. A avaliação desse material foi realizada por meio de um questionário aplicado via Google Forms, fundamentado na proposta de avaliação coletiva de Leite (2019). O instrumento foi composto por questões fechadas organizadas em categorias ordenadas de resposta, além de uma questão aberta destinada ao registro de sugestões, críticas e comentários, com o objetivo de analisar sua adequação pedagógica, clareza metodológica, coerência teórica e viabilidade de aplicação no contexto da Educação de Jovens e Adultos (EJA).

Palavras-Chave: Promoção da Saúde; Educação Física; Educação de Jovens e Adultos (EJA); Formação Humana Integral; Educação Profissional e Tecnológica.

ABSTRACT

This dissertation examines how Physical Education can contribute to promoting the health of working students in Youth and Adult Education (EJA) in the municipality of Canoas, Rio Grande do Sul, with the aim of encouraging the adoption of active and healthy habits and fostering physical, mental, and social well-being, from the perspective of holistic human development. The research is linked to the line of Educational Practices in Professional and Technological Education (EPT) and to Macroproject 1 – Methodological proposals and teaching resources in formal and non-formal educational settings in EPT, which is part of the Stricto Sensu Graduate Program – Professional Master’s Degree in Professional and Technological Education (ProfEPT). This is an applied, exploratory study with a qualitative approach. From the perspective of technical procedures, it was conducted as a combination of bibliographic and field research. The study was carried out in seven Municipal Elementary Schools (EMEFs) in the municipality of Canoas, Rio Grande do Sul, which offer the EJA program in the evening. Fifty-three working students enrolled in these institutions participated in the research, constituting the study’s target population. Data collection involved a literature review and the administration of a questionnaire created in Google Forms. The data were analyzed using content analysis, as proposed by Bardin (2011), enabling a deeper understanding of the participants’ perceptions, challenges, and suggestions regarding physical activity and its relationship to health. The results showed that students recognize the importance of physical activity for health promotion, but face difficulties in incorporating it into their routine due to the need to balance work, study, and other responsibilities. It was observed that participants have a basic understanding of the benefits of physical activity and the risks of inactivity, although there is a need for more systematic guidance tailored to the students’ reality. In this context, Physical Education classes were perceived as a space for reflection, encouragement, and the experience of physical practices, contributing to stimulating the adoption of more active and healthy habits. Based on the analyses conducted, the educational product “Health Game: EJA in Motion” was developed— an online board game aimed at raising students’ awareness of the importance of physical activity for health and encouraging the adoption of habits that contribute to an active and healthy lifestyle, both within and outside the school setting. The product proposes playful, informative, and reflective strategies, adapted to the students’ reality,

encouraging the adoption of active and healthy habits, even in the face of the challenges posed by balancing work and studies. The evaluation of this material was conducted through a questionnaire administered via Google Forms, based on Leite (2019) proposal for collective evaluation. The instrument consisted of closed-ended questions organized into ordered response categories, as well as an open-ended question intended for recording suggestions, criticisms, and comments, with the aim of analyzing its pedagogical appropriateness, methodological clarity, theoretical coherence, and feasibility of application in the context of Youth and Adult Education (EJA).

Keywords: Health Promotion; Physical Education; Youth and Adult Education (EJA); Integral Human Formation; Professional and Technological Education.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Códigos Alfanuméricos

Figura 2: Distribuição dos Estudantes por Faixa Etária

Figura 3: Distribuição dos Participantes por Escola

Figura 4: Conhecimento dos estudantes acerca dos tipos de atividades físicas recomendados à saúde.

Figura 5: Percepção dos estudantes sobre a importância de receber orientações para incorporar atividade física à rotina

Figura 6: Influência da rotina de trabalho na prática de atividades físicas

Figura 7: Atividades desenvolvidas nas aulas de Educação Física

Figura 8: Interface do tabuleiro digital Jogo da Saúde: EJA em Movimento

Figura 9: Exemplo de casa bônus que representa uma situação de avanço no tabuleiro.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Síntese da Metodologia

Quadro 2: Relação entre os objetivos específicos da pesquisa e os instrumentos de coleta de dados

Quadro 3: Distribuição dos estudos sobre atividade física e/ou saúde na Educação Física escolar

Quadro 4: Estudos que apresentam ações/intervenções nas aulas de Educação Física com foco na promoção da saúde por meio da atividade física

Quadro 5: Dissertações do ProfEPT que abordam a Educação Física na perspectiva da formação humana integral

Quadro 6: Atividades profissionais declaradas pelos estudantes da EJA

Quadro 7: Problemas de saúde associados à inatividade física segundo os estudantes

Quadro 8: Modalidades de atividades físicas praticadas

Quadro 9: Principais obstáculos à prática regular de atividade física

Quadro 10: Importância atribuída às aulas de Educação Física pelos estudantes

Quadro 11: Questões do eixo Técnico-Estético

Quadro 12: Questões do eixo Comunicacional

Quadro 13: Questões do Eixo Pedagógico

Quadro 14: Questões do eixo Científico-Formativo

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AF- Atividade Física

BNCC- Base Nacional Comum Curricular

CEP- Comitê de Ética em Pesquisa

CAPES- Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

CEB- Câmara de Educação Básica

CNE- Conselho Nacional da Educação

CONFEF- Conselho Federal de Educação Física

EJA- Educação de Jovens e Adultos

EMEF- Escola Municipal de Ensino Fundamental

EPT- Educação Profissional e Tecnológica

IFRS- Instituto Federal do Rio Grande do Sul

LDB- Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional

MEC- Ministério da Educação

OMS- Organização Mundial da Saúde

OPS- Organização Pan-Americana da Saúde

PCNS- Parâmetros Curriculares Nacionais

PROFEPT- Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica

RCC- Referencial Curricular de Canoas

SEDF- Secretaria da Educação do Distrito Federal

TALE- Termo de Assentimento Livre e Esclarecido

TCLE- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	18
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	23
2.1 A Educação de Jovens e Adultos (EJA).....	23
2.1.1 Educação de Jovens e Adultos no Município de Canoas/RS.....	24
2.2 A Educação Profissional e Tecnológica.....	26
2.3 A Educação Física nas escolas.....	29
2.3.1 Educação Física na EJA.....	33
2.3.2 Educação Física na EPT.....	37
2.4 Promoção da Saúde e a Educação Física.....	40
3 METODOLOGIA.....	44
3.1 Caracterização da Pesquisa	45
3.2 Contexto da Pesquisa.....	46
3.3 Participantes.....	46
3.4 Procedimentos de Coleta de Dados.....	46
3.5 Procedimentos de análise de dados.....	49
3.6 Aspectos éticos da pesquisa.....	50
4 RESULTADOS.....	51
4.1 Atividades físicas voltadas para a promoção da saúde no contexto da Educação Física escolar.....	51
4.1.1 Eixo I – Intervenções com foco em indicadores físicos e prevenção de agravos.....	55
4.1.2 Eixo II – Intervenções pedagógicas contextualizadas e programas estruturados.....	56
4.1.3 Eixo III– Abordagens crítico-reflexivas de educação para a saúde.....	56
4.2 Educação Física e formação humana integral na EJA: práticas e abordagens pedagógicas.....	57
4.2.1 Eixo I – Sequências didáticas críticas e a resignificação da cultura corporal.....	60
4.2.2 Eixo II – A formação humana integral na perspectiva de estudantes e	

docentes.....	61
4.2.3 Eixo III – Saúde, imagem corporal e qualidade de vida na formação humana integral.....	61
4.3 Perfil dos Participantes.....	63
4.3.1 Faixa Etária.....	63
4.3.2 Identidade de Gênero.....	65
4.3.3 Distribuição dos Participantes por Escola.....	65
4.3.4 Condição de Trabalho.....	66
4.3.5 Áreas de Atuação Profissional.....	66
4.4 Percepção dos estudantes trabalhadores da EJA sobre os benefícios da atividade física e os riscos da inatividade.....	67
4.4.1 Benefícios da atividade física.....	68
4.4.2 Conhecimento técnico e orientações sobre atividade física.....	69
4.4.3 Impactos da inatividade e problemas de saúde associados.....	71
4.4.4 Prática de atividade física e barreiras à adesão.....	72
4.5 As aulas de Educação Física e sua contribuição para a saúde dos estudantes trabalhadores.....	77
4.5.1 Conteúdos desenvolvidos nas aulas de Educação Física.....	77
4.5.2 Percepção sobre a contribuição das aulas para a saúde.....	78
4.5.3 Influência das aulas na motivação para a prática fora do ambiente escolar.....	79
4.5.4 Importância atribuída às aulas de Educação Física pelos estudantes.....	79
4.5.5 Sugestões dos alunos da EJA para incentivar a prática de atividade física nas aulas de Educação Física.....	80
5 PRODUTO EDUCACIONAL.....	82
5.1 Processo de Construção do Produto Educacional.....	82
5.2 Fundamentação Teórico-Metodológica do Produto.....	85
5.3 Avaliação do Produto Educacional.....	86
5.3.1 Eixo Técnico-Estético.....	87
5.3.2 Eixo Comunicacional.....	89
5.3.3 Eixo Pedagógico.....	90
5.3.4 Eixo Científico-Formativo.....	92
5.3.5 Contribuições dos docentes.....	93
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	96

REFERÊNCIAS.....	99
APÊNDICE A - PRODUTO EDUCACIONAL.....	108
APÊNDICE B - QUESTIONÁRIO APLICADO AOS ESTUDANTES DA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA).....	130
APÊNDICE C - INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DO PRODUTO EDUCACIONAL APLICADO AOS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	135
ANEXO A - CARTA DE ANUÊNCIA INSTITUCIONAL.....	139
ANEXO B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	141
ANEXO C - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PAIS OU RESPONSÁVEIS.....	144
ANEXO D - TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	146

1 INTRODUÇÃO

A saúde constitui um dos objetivos centrais da Educação Física. No entanto, não podemos limitar nossa compreensão da saúde apenas ao aspecto biológico, o que resultaria em uma visão fragmentada do ser humano, da mesma forma, não podemos dissociá-la da realidade social. É essencial encarar a saúde de forma integrada, considerando que o contexto social e econômico influencia significativamente as relações do indivíduo com seu corpo, sua saúde e sua qualidade de vida (Gonçalves, 1994).

Segundo Davide (2003) “a saúde não é uma condição estática, existente somente devido à ausência de doenças, mas um processo de aprendizagem, tomada de decisão, e ação para otimização do bem-estar próprio”. O autor adota o conceito elaborado no documento final da VIII Conferência Nacional de Saúde, o qual enfatiza a saúde como uma questão multifatorial. Segundo essa perspectiva, a saúde é o resultado das condições relacionadas à alimentação, habitação, educação, renda, meio ambiente, trabalho, transporte, emprego, lazer, liberdade, acesso e posse de terra, bem como o acesso aos serviços de saúde (Faria Júnior, 1991, p. 16).

Considerando o exposto, esta pesquisa toma como referência a perspectiva de saúde anteriormente apresentada, no entanto, se concentrará de maneira específica na promoção da saúde por meio da atividade física, com o intuito de contribuir para a formação humana integral dos indivíduos.

Atualmente, a atividade física (AF) é reconhecida como um dos fatores que impactam diretamente a saúde das pessoas. Segundo o Guia de Atividade Física para a População Brasileira:

[...] atividade física é um comportamento que envolve os movimentos voluntários do corpo, com gasto de energia acima do nível de repouso, promovendo interações sociais e com o ambiente, podendo acontecer no tempo livre, no deslocamento, no trabalho ou estudo e nas tarefas domésticas (Brasil,2021).

Quando esses movimentos se tornam insuficientes ou inexistentes, configura-se o sedentarismo, associado ao desenvolvimento de doenças crônicas, como diabetes, hipertensão e obesidade. De acordo com estudos como o de Freitas et al. (2006), a falta de atividade física constitui um dos principais elementos de risco para essas doenças, embora sua ocorrência seja influenciada por múltiplos fatores,

incluindo alimentação, genética e condições socioeconômicas.

Por isso, é importante inserir atividades físicas na rotina cotidiana, pois elas contribuem para a prevenção de doenças crônicas, favorecendo a saúde e a longevidade. Nesse contexto, a Educação Física, ao fornecer conhecimentos sobre a importância de manter um estilo de vida ativo, pode influenciar positivamente as escolhas diárias das pessoas.

Nahas (2017) define o estilo de vida como um “conjunto de ações habituais que refletem as atitudes, os valores e as oportunidades na vida”. Observa-se que o estilo de vida ativo pode levar a uma maior longevidade para a maioria. O autor ainda afirma:

O estilo de vida ativo passou a ser considerado fundamental na promoção da saúde e redução da mortalidade por todas as causas. De fato, para grande parte da população, os maiores riscos para a saúde e o bem-estar, têm origem no próprio comportamento individual, resultante tanto da informação e vontade da pessoa, como também das oportunidades e barreiras presentes na realidade social (Nahas, 2017, p. 24).

Adotar um estilo de vida ativo implica na prática regular de atividades físicas (AFs), que englobam todos os movimentos realizados pelo corpo humano que resultam em aumento do gasto energético, abrangendo desde atividades simples, como caminhadas, até práticas esportivas mais complexas e intensas (Nahas, 2010).

Além de promover gasto energético, a prática de AFs está associada à prevenção e redução de diversas doenças crônicas, incluindo obesidade, hipertensão arterial, osteoporose, estresse, ansiedade e depressão, contribuindo significativamente para o bem-estar dos indivíduos (Collet et al., 2008). Ademais, tais práticas favorecem a autoestima e a autoimagem, e reduzem o risco de doenças cardiovasculares, mortalidade prematura, incidência de AVC, câncer de mama, câncer de cólon e diabetes mellitus tipo II (Maciel et al., 2010).

Para além dos aspectos físicos e clínicos, a prática de AFs repercute positivamente no desenvolvimento das competências afetivas, estéticas, éticas e cognitivas, fortalecendo as relações interpessoais e promovendo a inclusão social (Nahas, 2010). Dessa forma, os efeitos da atividade física transcendem a saúde biológica, contribuindo também para o equilíbrio físico, cognitivo e social, elementos centrais para a formação humana integral dos indivíduos.

Por isso, compreender a atividade física como um fenômeno integrado à formação humana exige considerar o sujeito em sua dimensão histórico-social,

analisando as influências sociais, culturais e políticas que moldam a prática e a relação do indivíduo com seu próprio desenvolvimento (Gutiérrez, 2024).

Dentro dessa mesma perspectiva, Gonçalves (1994) enfatiza que a saúde pessoal não pode ser vista fora da concepção de homem como totalidade dialética, com uma história própria, mas sempre imerso em um todo social que condiciona suas possibilidades. Do mesmo modo, a saúde coletiva deve ser entendida como um fenômeno social e histórico, marcado por relações de exploração e dominação. Assim, a alternativa transformadora no campo da Educação Física não ignora os objetivos clínicos, mas propõe uma práxis comprometida em integrar a saúde a essa visão integral e crítica do ser humano.

Em vista disso, a promoção da saúde por meio da prática de atividades físicas deve ser compreendida como uma estratégia de desenvolvimento integral, articulando os aspectos físicos, cognitivos e sociais. Tal perspectiva contribui para a formação humana integral dos indivíduos, capacitando-os a participar de maneira ativa, consciente e crítica na sociedade.

Diante dessa compreensão ampliada de saúde e da relevância da atividade física para a formação integral, tornou-se pertinente refletir sobre como esses elementos poderiam ser incorporados de maneira significativa no contexto educacional. Para isso, o estudo concentrou-se na Educação de Jovens e Adultos (EJA), público que frequentemente enfrenta lacunas educacionais e desigualdades sociais, tornando relevante investigar como a Educação Física pode contribuir na promoção a saúde e favorecer o desenvolvimento integral dos educandos, integrando aspectos físicos, cognitivos, sociais, históricos e culturais em sua experiência educativa. É a partir dessa perspectiva que a pesquisa se insere no âmbito da Educação Profissional e Tecnológica (EPT), evidenciando o papel da Educação Física na promoção da saúde e do desenvolvimento integral dos educandos.

No contexto da EPT, a investigação integrou-se à linha de Práticas Educativas e ao Macroprojeto 1 – Propostas metodológicas e recursos didáticos em espaços formais e não formais de ensino do ProfEPT, do Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica, do Instituto Federal do Rio Grande do Sul (IFRS). Ela voltou-se às Escolas Municipais de Ensino Fundamental (EMEFs) de Canoas, Rio Grande do Sul, que ofertam a EJA no período noturno. O enfoque concentrou-se exclusivamente em alunos trabalhadores da EJA, cuja rotina profissional limita a participação nas aulas, sobretudo porque a prática da Educação Física é facultativa

para aqueles que cumpram jornada de trabalho igual ou superior a seis horas (§3º, inciso I, Art. 26, LDB – Lei nº 9.394/1996). Diante dessas condições, tornou-se necessário desenvolver estratégias pedagógicas que incentivassem a participação nas aulas, conscientizassem sobre a importância da prática de atividades físicas para a saúde e estimulassem hábitos ativos e saudáveis.

O embasamento teórico, ancorado na educação omnilateral, na formação humana integral e no trabalho como princípio educativo, contribui para contextualizar e fundamentar esta investigação. Nesse sentido, a noção de educação omnilateral refere-se à formação que contempla todas as dimensões humanas – corpórea, intelectual, cultural, psicossocial, afetiva, estética e lúdica – visando ao desenvolvimento pleno do sujeito (Frigotto, 2010). Como afirma o autor, “educação omnilateral abrange a educação e a emancipação de todos os sentidos humanos, pois eles não são simplesmente dados pela natureza” (Frigotto, 2010, p. 267). Essa concepção dialoga diretamente com a formação humana integral, que se propõe a superar a fragmentação do ser humano em dimensões isoladas, reconhecendo-o como sujeito histórico, social e capaz de transformar a realidade (Ciavatta, 2005; Ramos, 2014).

Sob essa ótica, o trabalho como princípio educativo aparece como mediação entre o homem e a realidade material e social, constituindo-se em processo formador e humanizador. Como sintetiza Ramos (2014, p. 90), “considerar o trabalho como princípio educativo equivale dizer que o ser humano é produtor de sua realidade e, por isto, se apropria dela e pode transformá-la”. Em consonância, Saviani (2011) acrescenta que o trabalho educativo consiste no “ato de produzir, direta e intencionalmente, em cada indivíduo singular, a humanidade que é produzida histórica e coletivamente pelo conjunto dos homens”.

Compreende-se que a Educação Física, concebida a partir desses fundamentos, ultrapassa a dimensão meramente biológica e assume caráter pedagógico, cultural e social, capaz de contribuir para a emancipação dos sujeitos. É nesse ponto que se justifica este estudo: pela necessidade de compreender como a Educação Física, no âmbito da EJA, pode atuar na promoção da saúde por meio das atividades físicas, contribuindo para o desenvolvimento integral dos estudantes trabalhadores, considerando que muitos enfrentam jornadas extensas de trabalho que limitam sua participação nas aulas e reduzem as oportunidades de adoção de hábitos

ativos e saudáveis.

Assim, o problema de pesquisa deste estudo buscou responder: em que medida a Educação Física pode contribuir para a promoção da saúde dos estudantes trabalhadores na Educação de Jovens e Adultos (EJA) do município de Canoas/RS, estimulando a adoção de hábitos ativos e saudáveis, considerando as especificidades de sua condição histórica e social, atravessada pelas condições de vida e de trabalho?

A partir dessa problematização, o objetivo geral consistiu em investigar como a Educação Física pode contribuir para a promoção da saúde dos estudantes trabalhadores na Educação de Jovens e Adultos (EJA) do município de Canoas/RS, a fim de incentivar a adoção de hábitos ativos e saudáveis e favorecer o bem-estar físico, mental e social, na perspectiva da formação humana integral.

Para atingi-lo, definiram-se como objetivos específicos:

- a) Identificar ações de promoção da saúde desenvolvidas nas aulas de Educação Física por meio da atividade física;
- b) investigar o nível de conhecimento dos alunos trabalhadores da EJA acerca dos benefícios da atividade física para a saúde e dos riscos associados à inatividade física;
- c) analisar a percepção dos estudantes trabalhadores da EJA sobre a importância da Educação Física para a promoção da saúde considerando suas condições de vida e trabalho;
- d) investigar o papel da Educação Física na formação integral, evidenciando práticas e abordagens que fortalecem seu caráter pedagógico e social, considerando suas possíveis contribuições para o contexto da Educação de Jovens e Adultos (EJA);
- e) Desenvolver, aplicar e avaliar um produto educacional com a finalidade de promover a conscientização dos educandos acerca da importância da prática regular de atividades físicas para a promoção da saúde.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A Educação de Jovens e Adultos (EJA)

A Educação de Jovens e Adultos (EJA) constitui uma modalidade da Educação Básica destinada a atender sujeitos que, por diferentes razões, não tiveram acesso à escolarização ou não concluíram os estudos na idade considerada regular. A EJA no Ensino Fundamental contempla jovens a partir de 15 anos e adultos que buscam concluir essa etapa inicial da educação básica, enquanto a EJA no Ensino Médio destina-se a pessoas com 18 anos ou mais, possibilitando-lhes a continuidade da formação escolar e a obtenção da certificação correspondente. Nesse sentido, a organização e a oferta dessa modalidade de ensino estão amparadas por dispositivos legais que asseguram o direito à educação para todos, em especial para aqueles que não tiveram acesso ou continuidade nos estudos em idade apropriada.

Dessa forma, a Lei 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), em seu artigo 37, § 1º, determina que os sistemas de ensino devem assegurar, de forma gratuita, oportunidades educacionais adequadas aos jovens e adultos que não puderam concluir seus estudos na idade apropriada, constituindo-se em um instrumento de educação e aprendizagem ao longo da vida. Essas oportunidades devem levar em conta as características dos educandos, seus interesses, bem como suas condições de vida e de trabalho, por meio da oferta de cursos e exames (Brasil, 1996).

Nesse contexto, o referido dispositivo legal também atribui ao poder público a responsabilidade de viabilizar e fomentar o acesso e a permanência do aluno trabalhador na escola, por meio de ações integradas e complementares. Além disso, prevê que a Educação de Jovens e Adultos deve articular-se, preferencialmente, com a educação profissional, reforçando seu papel na valorização das experiências de vida e trabalho dos educandos.

Com o intuito de regulamentar essas diretrizes, a Resolução nº 01/2021, de 25 de maio de 2021, do Ministério da Educação (MEC), estabeleceu que a modalidade da EJA poderá ser ofertada nas seguintes formas:

- I – Educação de Jovens e Adultos presencial;
- II – Educação de Jovens e Adultos na modalidade Educação a Distância (EJA/EaD);
- III – Educação de Jovens e Adultos articulada à Educação Profissional, em cursos de qualificação profissional ou de Formação Técnica de Nível Médio;
- e
- IV – Educação de Jovens e Adultos com ênfase na Educação e

Aprendizagem ao Longo da Vida (Brasil, 2021).

Quanto à organização, a modalidade poderá ser em regime semestral ou modular, em segmentos e etapas, com a possibilidade de flexibilização do tempo para cumprimento da carga horária exigida (Brasil, 2021).

Tais definições evidenciam o compromisso da Resolução com a ampliação do acesso e a garantia de trajetórias formativas mais flexíveis, adaptadas às necessidades dos educandos. Nessa perspectiva, os documentos legais destacam a importância da Educação de Jovens e Adultos (EJA) em proporcionar oportunidades para reparar o direito negado ao cidadão em idade própria de estudar, além de equalizar as possibilidades de acesso, permanência e aprendizagem por meio da educação escolar, visando qualificar e capacitar para o exercício da cidadania e ampliar as chances de torná-lo um cidadão participativo e socialmente produtivo.

2.1.1 Educação de Jovens e Adultos no Município de Canoas/RS

A Educação de Jovens e Adultos, mantida pelo Poder Público Municipal de Canoas, abrange exclusivamente o Ensino Fundamental e é dividida em seis segmentos: Alfabetização (1º, 2º e 3º ano), Pós-Alfabetização (4º e 5º ano), Módulo 1 (6º ano), Módulo 2 (7º ano), Módulo 3 (8º ano) e Módulo 4 (9º ano). Essa estrutura foi planejada para contemplar as especificidades dos educandos e atender às suas necessidades, oferecendo formação acadêmica e promovendo o desenvolvimento integral dos estudantes ao longo de sua trajetória na modalidade (Canoas, 2018).

Essa organização reflete a compreensão de que a EJA tem a responsabilidade de garantir oportunidades formativas que valorizem as experiências de vida dos educandos e favoreçam sua inserção social. Nesse sentido, seus princípios educativos, centrados na relação interpessoal, no diálogo, no respeito e na solidariedade, favorecem a aquisição do conhecimento e ampliam a compreensão do papel do indivíduo na sociedade. De acordo com o Referencial Curricular de Canoas (RCC) de 2018:

O trabalho na EJA tem como princípios educativos a relação interpessoal, o aprender, o diálogo, o respeito, a solidariedade, a pesquisa, a autonomia, a responsabilidade, o compromisso social, a socialização do conhecimento, a politicidade, a dialética, a complexidade, as singularidades, as multiplicidades, o paradoxal, a sustentabilidade do planeta e a não fragmentação do conhecimento (Canoas, 2018).

Nessa perspectiva, o documento orientador destaca a condução do ensino

fundamental por meio de ações educativas inseridas em um ambiente permeado por respeito e em constante evolução, moldado socialmente em prol da construção ativa da cidadania. Essa condução é pautada por Eixos Temáticos que são estabelecidos ao início de cada semestre, abrangendo as Áreas das Linguagens, Códigos e suas Tecnologias, Ciências Humanas, Ciências Naturais e Exatas, bem como o Ensino Religioso (Canoas, 2018).

Além disso, o documento é estruturado com foco em Competências, Conhecimentos e Habilidades. As Competências representam um conjunto de habilidades bem equilibradas. Os Conhecimentos abrangem os temas, conceitos e processos específicos de cada Área do Conhecimento. As Habilidades, por sua vez, não são objetivos em si, mas capacidades desenvolvidas por meio de experiências, nas quais os alunos alcançam resultados desejados, enquanto o objetivo é apenas um fim a atingir (Canoas, 2018).

No âmbito dessa organização, o Referencial Curricular de Canoas (2018), na seção dedicada à Educação de Jovens e Adultos, apresenta as habilidades designadas por códigos alfanuméricos (Figura 1), que constituem um sistema de representação que combina letras do alfabeto (alfabéticas) e números (numéricas), como exemplificado pelo código EJAM1AR01.

Figura 1 - Códigos Alfanuméricos



Fonte: CANOAS (2018).

Na representação utilizada, a cor azul indica a modalidade, onde "EJA" refere-se à Educação de Jovens e Adultos. O conjunto em vermelho identifica o segmento ou módulo ao qual a habilidade está associada, sendo "M1" equivalente ao Módulo 1 (6º ano), enquanto o par de letras em verde indica o componente curricular dentro da

área do conhecimento, como no caso de "AR" para Artes. Destaca-se que nessa estrutura, em verde, também está inserida a disciplina de Educação Física, representada pelas alfabéticas "EF". Por fim, o primeiro par de números em marrom indica a posição sequencial da habilidade dentro do segmento/módulo. Compreender essa lógica de codificação é fundamental para a identificação dos conteúdos e habilidades relacionados à Educação Física, especialmente no que se refere à área da saúde, no âmbito do Referencial Curricular de Canoas.

2.2 A Educação Profissional e Tecnológica

A Educação Profissional e Tecnológica (EPT) no Brasil tem como finalidade a formação de cidadãos para o exercício de atividades profissionais, contribuindo para sua inserção no mundo do trabalho e para a participação social. Regulamentada pela Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), Lei nº 9.394/96, essa modalidade organiza-se a partir da articulação entre educação, trabalho, ciência e tecnologia, favorecendo a integração entre conhecimentos teóricos e práticos, em consonância com as exigências contemporâneas da formação profissional.

Nesse sentido, a LDB destaca que a EPT deve ser compreendida como um processo formativo contínuo, voltado ao desenvolvimento integral dos sujeitos e à sua atuação na vida produtiva, não se limitando à aquisição de habilidades técnicas, mas promovendo a construção de competências mais amplas, capazes de responder às transformações do mundo do trabalho e às demandas sociais. Conforme dispõe a Lei nº 9.394/96, “a educação profissional, integrada às diferentes formas de educação, ao trabalho, à ciência e à tecnologia, conduz ao permanente desenvolvimento de aptidões para a vida produtiva” (Brasil, 1996).

Dessa forma, a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional reafirma a relevância da formação técnica e tecnológica ao integrá-la às diferentes etapas da educação básica e à educação superior, ampliando as possibilidades de continuidade dos percursos educacionais. Ao reconhecer a diversidade de trajetórias dos sujeitos, a legislação assegura o acesso à EPT a distintos perfis, ao estabelecer que “o aluno matriculado ou egresso do ensino fundamental, médio e superior, bem como o trabalhador em geral, jovem ou adulto, contará com a possibilidade de acesso à educação profissional” (Brasil, 1996).

Sob essa perspectiva, a Educação Profissional e Tecnológica passa a ser compreendida de forma ampliada, ao contemplar diferentes contextos e estratégias

de formação, incluindo a educação continuada e a atuação de instituições especializadas. Essa orientação, conforme estabelecido pela Lei nº 9.394/96 (LDB), confere maior abrangência à EPT ao reconhecer a diversidade de espaços formativos e ao consolidá-la como componente das políticas educacionais voltadas à qualificação ao longo da vida (Brasil, 1996).

No que se refere à trajetória formativa dos estudantes, destaca-se a valorização dos conhecimentos adquiridos, inclusive aqueles construídos no exercício profissional. A legislação prevê a avaliação, o reconhecimento e a certificação desses saberes, configurando uma via flexível para a validação de competências e para o prosseguimento ou a conclusão dos estudos, ao considerar a diversidade de trajetórias educacionais e a relevância do aprendizado prático. Nesse sentido, a Lei nº 9.394/96 (LDB) estabelece que: “o conhecimento adquirido na educação profissional, inclusive no trabalho, poderá ser objeto de avaliação, reconhecimento e certificação para prosseguimento ou conclusão de estudos” (Brasil, 1996).

Em consonância com essa perspectiva, o referido diploma legal amplia o papel social das escolas técnicas e profissionais ao incentivar sua abertura à comunidade por meio da oferta de cursos especiais. Ao condicionar a matrícula à capacidade de aproveitamento dos sujeitos, e não exclusivamente ao nível formal de escolaridade, essa diretriz contribui para a democratização do acesso à Educação Profissional e Tecnológica e para a construção de percursos formativos mais inclusivos e flexíveis. Nesse sentido, a Lei nº 9.394/96 (LDB) estabelece que “as escolas técnicas e profissionais, além dos seus cursos regulares, oferecerão cursos especiais, abertos à comunidade, condicionada a matrícula à capacidade de aproveitamento e não necessariamente ao nível de escolaridade” (Brasil, 1996).

No âmbito da organização dos cursos da EPT, a legislação introduz novos arranjos curriculares ao prever sua estruturação por meio de eixos tecnológicos. Conforme dispõe a Lei nº 11.741, de 16 de julho de 2008, essa organização confere maior flexibilidade à constituição de distintos itinerários formativos, em consonância com as normas estabelecidas pelos respectivos sistemas e níveis de ensino (Brasil, 2008).

Quanto à abrangência dos cursos da Educação Profissional e Tecnológica, a Lei nº 11.741, de 16 de julho de 2008, estabelece as modalidades e os níveis de formação que compõem essa oferta, contemplando diferentes possibilidades de qualificação ao longo da trajetória educacional. Nesse sentido, determina que:

§ 2º A educação profissional e tecnológica abrangerá os seguintes cursos:
I – de formação inicial e continuada ou qualificação profissional;
II – de educação profissional técnica de nível médio;
III – de educação profissional tecnológica de graduação e pós-graduação
(Brasil, 2008a).

A partir dessa definição, a legislação em questão dispõe que os cursos de educação profissional tecnológica de graduação e pós-graduação devem ser organizados conforme objetivos, características e duração estabelecidos pelas diretrizes curriculares nacionais definidas pelo Conselho Nacional de Educação. Essa orientação normativa assegura a padronização, a coerência acadêmica e a qualidade desses cursos no âmbito do sistema educacional brasileiro (Brasil, 2008a).

Por sua vez, a institucionalização da Educação Profissional e Tecnológica no âmbito federal é formalizada pela Lei nº 11.892, de 29 de dezembro de 2008, a qual estrutura a Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica e define os contornos institucionais responsáveis pela oferta dessa modalidade educacional. A referida lei estabelece:

Art. 1º Fica instituída, no âmbito do sistema federal de ensino, a Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica, vinculada ao Ministério da Educação e constituída pelas seguintes instituições:
I - Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia - Institutos Federais;
II - Universidade Tecnológica Federal do Paraná - UTFPR;
III - Centros Federais de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca - CEFET-RJ e de Minas Gerais - CEFET-MG;
IV - Escolas Técnicas Vinculadas às Universidades Federais; e
V - Colégio Pedro II (Brasil, 2008b).

É nesse cenário que se inserem os Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia, os quais têm por finalidade ofertar educação profissional e tecnológica em diferentes níveis e modalidades, voltada à formação e qualificação de cidadãos para atuação nos diversos segmentos da economia, com especial atenção ao desenvolvimento socioeconômico local, regional e nacional. Ademais, essas instituições assumem o compromisso de promover a pesquisa aplicada, a produção cultural, o empreendedorismo e o desenvolvimento científico e tecnológico, bem como a disseminação de tecnologias sociais, especialmente aquelas voltadas à preservação do meio ambiente (Brasil, 2008b).

De acordo com a Lei nº SE, os Institutos Federais têm como objetivo a oferta de educação profissional e tecnológica em diferentes níveis e modalidades, contemplando desde a formação técnica de nível médio, com prioridade para os cursos integrados, até ações voltadas à Educação de Jovens e Adultos. Soma-se a

isso a oferta de cursos de formação inicial e continuada, orientados à qualificação, ao aperfeiçoamento e à atualização profissional de trabalhadores, reafirmando o compromisso dessas instituições com a ampliação do acesso à educação e com a formação ao longo da vida (Brasil, 2008b).

Além da dimensão formativa, a referida lei atribui aos Institutos Federais um papel estratégico no desenvolvimento científico, tecnológico e social. Nesse sentido, essas instituições são responsáveis pela realização de pesquisas aplicadas e por ações de extensão articuladas ao mundo do trabalho e aos diferentes segmentos sociais, estimulando processos educativos voltados à geração de trabalho e renda e à emancipação dos sujeitos. No âmbito da educação superior, atuam ainda na oferta de cursos de tecnologia, licenciaturas, bacharelados, engenharias e programas de pós-graduação, contribuindo para a consolidação de bases sólidas em educação, ciência e tecnologia e para o fortalecimento da inovação (Brasil, 2008b).

Diante do arcabouço legal apresentado, observa-se que a Educação Profissional e Tecnológica no Brasil se consolida como uma política educacional estruturante, orientada pela integração entre formação humana e qualificação para o trabalho. A articulação entre a LDB e as legislações complementares evidencia uma concepção de EPT comprometida com a ampliação do acesso, a flexibilização dos percursos formativos e o reconhecimento das múltiplas trajetórias educacionais dos sujeitos. Nesse contexto, a institucionalização da Rede Federal e a atuação dos Institutos Federais reafirmam o papel do Estado na promoção de uma educação profissional pública, inclusiva e socialmente referenciada, voltada ao desenvolvimento científico, tecnológico e socioeconômico, em consonância com as demandas contemporâneas da sociedade e do mundo do trabalho.

No item 2.3.2, será discutida a Educação Física no âmbito da Educação Profissional e Tecnológica, considerando sua constituição histórica, fundamentos teóricos e contribuições para a formação humana integral dos sujeitos.

2.3 A Educação Física nas escolas

A Educação Física possibilita aos estudantes o contato com práticas corporais que favorecem a compreensão do corpo e do movimento como construções sociais e culturais. Nesse sentido, promove aprendizagens relacionadas a valores, atitudes e saberes associados à saúde, à cultura, à convivência social e à qualidade de vida. Além disso, contribui para o desenvolvimento de uma relação reflexiva com o próprio

corpo, ampliando a compreensão das práticas corporais e incentivando a adoção de hábitos de vida ativos ao longo da vida.

Do ponto de vista legal, a Educação Física integra o currículo da Educação Básica conforme disposto na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), Lei nº 9.394/96, que a define como componente curricular obrigatório e parte constitutiva da proposta pedagógica das instituições de ensino. Dessa forma, a legislação a reconhece como área do conhecimento que compõe o processo formativo dos estudantes, no âmbito da educação escolar (Brasil, 1996). Ainda que estabeleça sua obrigatoriedade, a própria legislação prevê que sua prática seja facultativa em situações específicas, como para alunos com jornada de trabalho igual ou superior a seis horas, maiores de trinta anos, em serviço militar inicial, amparados pelo Decreto-Lei nº 1.044, de 21 de outubro de 1969, ou que possuam prole (Brasil, 1996).

Em consonância com a LDB, os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) (Brasil, 1998) aprofundam a compreensão do papel pedagógico da Educação Física, ao estabelecerem diretrizes que orientam sua prática nas escolas brasileiras. De acordo com esse documento, a disciplina contribui para o desenvolvimento integral dos alunos ao possibilitar a vivência e a apropriação de diferentes manifestações da cultura corporal, como jogos, esportes, lutas, ginásticas e danças. Essas práticas ampliam as experiências corporais e culturais dos estudantes, favorecendo aprendizagens que extrapolam o âmbito motor e alcançam dimensões sociais, afetivas e expressivas.

As finalidades atribuídas às práticas corporais, segundo os PCNs, abrangem desde o lazer até a expressão de sentimentos, afetos e emoções, conforme explicitado no trecho a seguir:

Assim, a área de Educação Física hoje contempla múltiplos conhecimentos produzidos e usufruídos pela sociedade a respeito do corpo e do movimento. Entre eles, se consideram fundamentais as atividades culturais de movimento com finalidades de lazer, expressão de sentimentos, afetos e emoções, e com possibilidades de promoção, recuperação e manutenção da saúde. Trata-se, então, de localizar em cada uma dessas manifestações (jogo, esporte, dança, ginástica e luta) seus benefícios fisiológicos e psicológicos e suas possibilidades de utilização como instrumentos de comunicação, expressão, lazer e cultura, e formular a partir daí as propostas para a Educação Física escolar (Brasil, 1998, p.23).

Além disso, os PCNs ressaltam que a Educação Física contribui para o desenvolvimento de competências e habilidades humanas, envolvendo experiências estéticas, emocionais e lúdicas. Ao integrar-se à proposta pedagógica da escola, a disciplina passa a ser compreendida como um campo de saber que dialoga com a

formação integral do aluno, superando a visão limitada que reduz a disciplina à mera prática corporal. Essa perspectiva reforça seu papel na construção de saberes críticos e reflexivos, conforme explicitado no segmento a seguir:

Independentemente de qual seja o conteúdo escolhido, os processos de ensino e aprendizagem devem considerar as características dos alunos em todas as suas dimensões (cognitiva, corporal, afetiva, ética, estética, de relação interpessoal e inserção social). Sobre o jogo da amarelinha, o voleibol ou uma dança, o aluno deve aprender, para além das técnicas de execução, a discutir regras e estratégias, apreciá-los criticamente, analisá-los esteticamente, avaliá-los eticamente, ressignificá-los e recriá-los. É tarefa da Educação Física escolar, portanto, garantir o acesso dos alunos às práticas da cultura corporal, contribuir para a construção de um estilo pessoal de exercê-las e oferecer instrumentos para que sejam capazes de apreciá-las criticamente (Brasil, 1998, p. 24).

Posteriormente, com a instituição da Base Nacional Comum Curricular (BNCC), a Educação Física passa a ser organizada, no Ensino Fundamental, como componente integrante da área de Linguagens. Nessa perspectiva, o documento compreende as práticas corporais como formas de linguagem, por meio das quais os sujeitos se expressam, comunicam e produzem sentidos no contexto das experiências escolares. Ao situar a disciplina nesse campo, o documento reafirma sua especificidade pedagógica, ao mesmo tempo em que evidencia sua articulação com os demais componentes da área, respeitando as particularidades de cada um no processo formativo dos estudantes (Brasil, 2018).

Nesse sentido, a BNCC estabelece parâmetros para a organização curricular da Educação Física em âmbito nacional, ao definir competências e habilidades a serem desenvolvidas ao longo da Educação Básica. Ao orientar o planejamento pedagógico, o documento contribui para a garantia dos direitos de aprendizagem dos estudantes e para a promoção de maior equidade no contexto educacional, além de servir como referência para a prática docente e orientar a elaboração de propostas de ensino em diferentes realidades escolares.

A Prefeitura de Canoas, por exemplo, tem adotado a BNCC como base para o desenvolvimento dos currículos escolares, reconhecendo sua importância no processo de padronização da qualidade educacional. A utilização do documento pela rede municipal busca garantir que as diretrizes nacionais sejam seguidas, ao mesmo tempo em que permite adaptações locais para atender às realidades específicas dos alunos e da comunidade.

Ademais, a Base Nacional Comum Curricular valoriza a diversidade de práticas corporais presentes na cultura brasileira e mundial, ao propor uma abordagem ampla

que contempla manifestações esportivas, culturais, de lazer e de aventura. De acordo com o documento, as práticas corporais correspondem a atividades realizadas fora das obrigações laborais, domésticas, higiênicas e religiosas, nas quais os sujeitos se envolvem a partir de propósitos específicos, sem finalidade instrumental (Brasil, 2018). Com esse entendimento, o texto aponta que o ensino da Educação Física se estrutura a partir dessas práticas, ao afirmar que:

O ensino da Educação Física se baseia nas práticas corporais, as quais são compreendidas como formas de interação do ser humano com o mundo e de interação com outros indivíduos. Essas práticas possibilitam a construção de significados e a produção de cultura (Brasil, 2018, p. 171).

Assim, para que essa construção seja efetiva, é necessário abordar e problematizar a diversidade de sentidos e significados atribuídos socialmente às diferentes manifestações corporais, reconhecendo-as como expressões culturais e sociais. Nesse processo, cabe ao professor estimular a participação ativa dos alunos, promover problematizações críticas e favorecer a compreensão dessas práticas como fenômenos sociais e culturais, permitindo que os estudantes reconheçam valores, sentidos e padrões socialmente construídos (Martinelli; Almeida, 2016).

Nesse sentido, cada atividade corporal oferece ao indivíduo a oportunidade de acessar uma dimensão de conhecimentos e experiências que, de outra forma, não seria possível. A vivência dessas práticas representa uma maneira única e insubstituível de adquirir conhecimento. Para que essa experiência seja significativa, é necessário abordar, questionar e destacar a diversidade de sentidos atribuídos pelos grupos sociais às diferentes manifestações corporais. Assim, as atividades corporais se configuram como textos culturais suscetíveis a leitura e produção (Brasil, 2018).

Diante disso, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) organiza essas práticas ao longo do Ensino Fundamental em unidades temáticas, a saber: brincadeiras e jogos, esportes, ginásticas, danças e lutas. Ressalta-se que essa categorização não pretende ser universal, mas representa uma das possíveis formas de sistematização das manifestações culturais abordadas pela Educação Física escolar (Brasil, 2018).

Em síntese, o documento ressalta que a Educação Física amplia o repertório cultural dos estudantes ao possibilitar experiências variadas de expressão e vivência corporal. Nesse contexto, a disciplina favorece a compreensão do corpo e do movimento como manifestações sociais e culturais, contribuindo para a formação integral dos alunos e para o desenvolvimento de uma postura reflexiva diante das

diferentes práticas corporais. Dessa forma, o documento destaca:

É fundamental frisar que a Educação Física oferece uma série de possibilidades para enriquecer a experiência das crianças, jovens e adultos na Educação Básica, permitindo o acesso a um vasto universo cultural. Esse universo compreende saberes corporais, experiências estéticas, emotivas, lúdicas e agonistas, que se inscrevem, mas não se restringem, à racionalidade típica dos saberes científicos que, comumente, orienta as práticas pedagógicas na escola. Experimentar e analisar as diferentes formas de expressão que não se alicerçam apenas nessa racionalidade é uma das potencialidades desse componente na Educação Básica. Para além da vivência, a experiência efetiva das práticas corporais oportuniza aos alunos participar, de forma autônoma, em contextos de lazer e saúde (Brasil, 2018. p. 213).

2.3.1 Educação Física na EJA

A Educação Física na Educação de Jovens e Adultos deve ser compreendida como um espaço formativo que reconhece o corpo enquanto construção social, cultural e histórica. Nessa perspectiva, a disciplina amplia a compreensão dos estudantes sobre suas experiências corporais e sociais, favorecendo o respeito às diferenças e a valorização da diversidade humana. Assim, contribui para o fortalecimento da cidadania e para a construção de uma participação crítica e consciente dos estudantes nos diferentes contextos em que estão inseridos.

Nesse sentido, a EJA atende a um público marcado por trajetórias educacionais caracterizadas pela não conclusão da escolarização na idade considerada regular, em decorrência de diferentes condicionantes sociais, econômicos e culturais. Em geral, os estudantes da EJA são jovens, adultos e idosos que conciliam os estudos com o trabalho, responsabilidades familiares e outras demandas do cotidiano, o que implica ritmos, interesses e necessidades formativas distintos daqueles observados no ensino regular. Além disso, esse público apresenta uma diversidade de experiências de vida, saberes construídos no mundo do trabalho e diferentes condições físicas, sociais e cognitivas, aspectos que devem ser considerados no planejamento das ações pedagógicas.

Diante desse contexto, é importante ressaltar que as escolas podem adaptar suas práticas pedagógicas para atender às características e necessidades específicas desses alunos. Dessa forma, é preciso considerar possíveis limitações dos educandos e adotar abordagens que favoreçam a participação e o desenvolvimento, de modo adequado à realidade. Um exemplo dessas adaptações é a EJA Combinada, de acordo com a Resolução nº 01/2021, de 25 de maio de 2021, do Ministério da Educação (MEC), “é uma forma de oferta presencial e tem como base o cumprimento

da carga horária mínima estabelecida para cada segmento/etapa de duas formas: direta e indireta”. A organização dessa forma de oferta encontra-se detalhada no artigo 18 da referida resolução, conforme disposto a seguir:

Art. 18. Na EJA Combinada a carga horária direta será de, no mínimo, 30% (trinta por cento), sempre com o professor, para mediação dos conhecimentos, conteúdos e experiências; e carga horária indireta, de no máximo 70% (setenta por cento) da carga horária exigida para a EJA, para a execução de atividades pedagógicas complementares, elaboradas pelo professor regente (Brasil, 2021b).

Embora a legislação nacional apresente orientações gerais sobre a organização da Educação de Jovens e Adultos, alguns aspectos relacionados à modalidade combinada são mais bem detalhados em documentos institucionais. Nesse sentido, as Diretrizes Operacionais da Educação de Jovens e Adultos da Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal (SEDF), de dezembro de 2014, apresentam uma definição para a organização da carga horária nessa modalidade.

De acordo com as diretrizes, na Educação de Jovens e Adultos Combinada, a carga horária direta corresponde ao período em que os estudantes mantêm contato direto com o professor, participando de atividades presenciais ou on-line que envolvem a mediação de conhecimentos, conteúdos e experiências de aprendizagem. Nesse momento, os alunos participam de interações diretas com o docente, recebendo orientações, esclarecendo dúvidas, participando de discussões e realizando atividades que demandam acompanhamento pedagógico (Brasília, 2014).

Em contrapartida, a carga horária indireta refere-se ao tempo destinado à realização de atividades pedagógicas complementares, elaboradas pelo professor regente, que não exigem a presença direta do docente. Essas atividades podem envolver estudos independentes, pesquisas, trabalhos em grupo, projetos individuais, revisões de conteúdo e resolução de exercícios, possibilitando aos estudantes maior autonomia na organização do tempo e no ritmo de aprendizagem, de acordo com suas necessidades (Brasília, 2014).

Desse modo, a articulação entre a carga horária direta e indireta busca organizar o processo educativo de forma flexível, considerando as especificidades do público atendido pela Educação de Jovens e Adultos Combinada. Essa organização permite que as aprendizagens se desenvolvam em diferentes tempos e espaços, o que amplia as possibilidades de atuação da Educação Física nesse contexto, ao favorecer a construção de propostas pedagógicas que considerem tanto os momentos

de mediação docente quanto as experiências corporais vivenciadas pelos estudantes em seu cotidiano.

Além dessa forma de organização, outra possibilidade de adaptação é a EJA Direcionada, que, de acordo com a Resolução nº 01/2021, de 25 de maio de 2021, do Ministério da Educação (MEC),

É uma alternativa de atendimento ao estudante trabalhador matriculado em qualquer segmento da EJA que, por motivos diversos, enfrenta dificuldades em participar das atividades no início ou no fim do turno de estudo (Brasil, 2021b).

Nessa perspectiva, essa forma de oferta é organizada a partir de atividades previamente planejadas pelos professores, com o objetivo de assegurar o cumprimento da carga horária estabelecida para cada componente curricular. Além disso, essa organização pode ocorrer em ambientes empresariais, o que favorece o aproveitamento do tempo dos estudantes trabalhadores, mesmo quando vinculados à unidade escolar (Brasil, 2021b).

Quanto à sua operacionalização, a proposta é regulamentada pelo Parecer CNE/CEB nº 1/2021, que estabelece que:

A EJA Direcionada deve ser desenvolvida, através de atividades previamente planejadas pelos professores, de forma a cumprir a carga horária prevista para o componente curricular. Desse modo, o professor direciona o trabalho do estudante para que ele tenha a opção de desenvolvê-lo em tempos e espaços diversos, incluindo atividades remotas ou não presenciais, configurando, assim, a flexibilidade necessária para o cumprimento dos objetivos formativos, em detrimento dos fatores impeditivos da atividade presencial do estudante no início ou fim do dia letivo (Brasil, 2021a, p. 16).

Além disso, o referido parecer esclarece que:

Importante esclarecer que na EJA Direcionada, o professor cumpre a carga horária do componente curricular de forma presencial na unidade escolar, complementando o currículo com a realização de tarefas de planejamento e elaboração de atividades, correção e devolução de trabalhos, atendimento e orientação, de forma individual ou coletiva, presencial ou remota, aos estudantes, além da coordenação por área em seus dias específicos. É primordial observar que a EJA Direcionada deverá ser registrada e validada nos objetivos e carga horária somente após o cumprimento das atividades previstas. A EJA Direcionada pode ocupar o 1º ou o 5º tempo da estrutura curricular diária do estudante, ou outro arranjo específico, podendo ocorrer em um ou mais dias da semana, desde que não comprometa mais do que uma aula por componente curricular, por semana. Ela pode envolver até cinco aulas por semana e até cinco componentes curriculares diferentes, a depender da organização e do desenvolvimento da unidade escolar (Brasil, 2021a, p. 16).

Nesse contexto, a Educação Física, na organização da EJA Direcionada, pode ser planejada a partir de atividades orientadas que considerem as dificuldades de permanência dos estudantes nos horários regulares de aula. As propostas

pedagógicas podem priorizar a continuidade dos processos de aprendizagem, mesmo quando o educando não consegue participar integralmente das atividades presenciais, respeitando suas condições de trabalho e deslocamento. Dessa forma, a disciplina mantém seus objetivos formativos ao possibilitar o desenvolvimento de experiências corporais e reflexões vinculadas ao cotidiano dos estudantes, sem desconsiderar as limitações impostas pela rotina laboral.

Ainda, a Resolução nº 01/2021, de 25 de maio de 2021, do Ministério da Educação (MEC), prevê outra forma de organização da Educação de Jovens e Adultos, denominada EJA Multietapas, que pode ocorrer “nos casos em que o número de estudantes não corresponde ao estabelecido pelo sistema de ensino e/ou quando a estrutura física ou a especificidade de atendimento não comporta a composição de turmas por etapa” (Brasil, 2021b). Os dispositivos abaixo detalham as condições e os critérios para a organização dessa forma de atendimento:

Art. 22. Os sistemas de ensino poderão organizar a EJA Multietapas para ampliação do atendimento da EJA presencial, em situações de baixa demanda que impossibilite a implementação de um turno para a modalidade; dificuldade de locomoção dos estudantes, como os sujeitos do campo; população de rua; comunidades específicas; refugiados e migrantes egressos de programas de alfabetização em locais de difícil acesso, periferias, entre outros. (Brasil, 2021b).

Art. 23. As turmas de EJA Vinculada serão ofertadas, preferencialmente, em unidades escolares próprias, chamadas unidades acolhedoras, e estarão vinculadas a uma unidade escolar com oferta da EJA, denominada unidade ofertante (Brasil, 2021b).

Dessa forma, a Educação Física, na organização da EJA Multietapas, pode ser estruturada a partir de propostas pedagógicas flexíveis que considerem a coexistência de estudantes em diferentes etapas de escolarização em uma mesma turma. Essa configuração demanda a seleção de conteúdos e práticas corporais que possibilitem a participação conjunta dos educandos, respeitando seus distintos níveis de conhecimento, experiências de vida e condições de aprendizagem. Assim, a disciplina pode assumir um caráter integrador, favorecendo vivências corporais que promovam interação, autonomia e valorização dos saberes dos sujeitos, mesmo em contextos de baixa demanda ou de limitações estruturais que justificam essa forma de oferta.

A coexistência de diferentes formas de organização da Educação de Jovens e Adultos, como a Combinada, Direcionada e Multifacetada, evidencia um movimento de flexibilização da oferta educacional, orientado pela diversidade de contextos e condições de acesso dos estudantes. Nesse cenário, a Educação Física encontra

possibilidades de inserção pedagógica que dialogam com as especificidades da EJA, ao reorganizar tempos, espaços e estratégias de ensino de modo compatível com as trajetórias e vivências dos educandos, reafirmando seu lugar no processo formativo dessa modalidade.

2.3.2 Educação Física na EPT

Historicamente, a Educação Física desenvolveu-se em estreita relação com o trabalho, refletindo fundamentos ontológicos da existência humana. Nos primórdios, as práticas corporais estavam diretamente vinculadas às necessidades de sobrevivência, exigindo o desenvolvimento de habilidades essenciais à vida material. “Assim, o homem à luz da ciência executa os seus movimentos corporais mais básicos e naturais desde que se colocou de pé: corre, salta, arremessa, trepa, empurra, puxa e etc. (Moraes, 2009, p.1)”. Essas ações corporais moldaram os primeiros contornos do que viria a ser compreendido como trabalho, entendido como a realização de atividades físicas necessárias à subsistência, evidenciando a indissociabilidade entre corpo, movimento e produção da vida.

Entretanto, com a institucionalização da Educação Física escolar, sob fortes influências higienistas e militaristas, essa relação originária entre corpo e trabalho foi gradativamente ressignificada. A área passou a ser marcada por um enfoque tradicional, centrado prioritariamente no desenvolvimento físico, na aptidão esportiva e nas habilidades motoras, frequentemente desvinculado dos contextos sociais, culturais e históricos. Esse modo de organização do ensino reduziu o corpo a uma perspectiva funcional e instrumental, orientando as práticas pedagógicas por uma lógica técnica e normativa, conforme aponta Castellani Filho:

A Educação Física se baseou de modo geral em um caráter biologicista, mecanicista, militarista, higiênico, esportivista, promovendo uma pedagogia tecnicista centrada no professor, na qual os conteúdos remetem ao desenvolvimento da aptidão física e das habilidades desportivas (Castellani Filho, 1988, p. 108).

Esse modelo hegemônico predominou por várias décadas ao longo do século XX, orientando as práticas da Educação Física escolar e consolidando uma concepção restrita de corpo e movimento.

Em contraposição a essa vertente, sobretudo a partir do final da década de 1970, emergem novos movimentos na Educação Física escolar, impulsionados pelas transformações históricas e sociais vivenciadas pelo país, pela educação e pela

própria área (Darido, 2003). Esses movimentos ampliaram a compreensão de sua natureza e de seus fundamentos pedagógicos, passando a valorizar dimensões psicológicas, sociais, cognitivas, afetivas e culturais do desenvolvimento dos estudantes. Nessa perspectiva, o educando passa a ser compreendido em sua totalidade e nas múltiplas dimensões que constituem sua formação e desenvolvimento, entendimento que dialoga com a concepção de formação humana integral, a qual busca considerar o sujeito em suas diferentes dimensões e potencialidades, superando visões reducionistas da educação (Freire, 1989).

No âmbito da Educação Profissional e Tecnológica, a formação humana integral constitui um princípio orientador do processo educativo, fundamentado na articulação entre trabalho, ciência, cultura e tecnologia, entendidas como dimensões indissociáveis da formação dos sujeitos (Ramos, 2014). Sob esse entendimento, a Educação Física passa a compreender o sujeito em sua constituição histórico-social, considerando as determinações culturais, sociais e políticas que atravessam as práticas corporais e influenciam sua relação com o desenvolvimento humano.

Essa compreensão também se relaciona com a abordagem apresentada por Saviani (2008), na qual a educação é concebida como uma prática social inserida nas contradições da sociedade, desempenhando papel fundamental na formação crítica dos sujeitos e na transformação das condições históricas. Para o autor, a educação não se restringe ao espaço escolar formal, mas integra um processo mais amplo de formação humana, articulado às dimensões sociais e culturais (Saviani, 2008).

Nesse quadro teórico, insere-se a Educação Profissional e Tecnológica, que assume como princípio estruturante a formação humana integral, articulada ao conceito de omnilateralidade. Esse conceito, de origem latina, expressa a ideia de desenvolvimento em todas as dimensões da existência humana. Para Frigotto (2010), quando incorporada ao campo educacional, a omnilateralidade orienta uma concepção formativa que considera o ser humano em sua singularidade, articulando as múltiplas dimensões que o constituem às condições objetivas e subjetivas historicamente produzidas. De acordo com o autor:

Essas dimensões envolvem sua vida corpórea material e seu desenvolvimento intelectual, cultural, educacional, psicossocial, afetivo, estético e lúdico. Em síntese, educação omnilateral abrange a educação e a emancipação de todos os sentidos humanos, pois os mesmos não são simplesmente dados pela natureza (Frigotto, 2010, p.267).

Nesse contexto, a formação humana integral constitui a base para a efetivação de uma educação omnilateral. Ciavatta (2005) compreende a formação integrada como aquela que busca tornar íntegro o ser humano historicamente fragmentado pela divisão social do trabalho entre o executar e o pensar, superando a redução da formação profissional ao seu caráter meramente operacional. Trata-se de garantir ao adolescente, ao jovem e ao adulto trabalhador o direito a uma formação completa, que possibilite a leitura crítica do mundo e a atuação cidadã integrada à sociedade política.

No âmbito da Educação Profissional e Tecnológica, a centralidade atribuída à formação humana integral e à educação omnilateral implica a compreensão do trabalho como princípio educativo, entendido como a articulação indissociável entre trabalho e educação, na qual se reconhece o caráter formativo do trabalho e da educação como ação humanizadora voltada ao desenvolvimento das potencialidades humanas (Ciavatta, 2005).

Nessa perspectiva, destaca-se a inter-relação entre trabalho e educação, ressaltando que ambos possuem natureza formadora e contribuem para o processo de humanização dos sujeitos, ao favorecer o desenvolvimento pleno de suas capacidades (Ciavatta, 2008). Nessa direção, Saviani (2011, p. 13) define o trabalho educativo como o “ato de produzir, direta e intencionalmente, em cada indivíduo singular, a humanidade que é produzida histórica e coletivamente pelo conjunto dos homens.”

A partir dessa compreensão, a introdução do trabalho como princípio educativo no contexto escolar pressupõe a recuperação da dimensão do conhecimento científico-tecnológico própria da escola unitária e politécnica, bem como a incorporação, nos currículos, de uma leitura crítica e histórico-social do trabalho e de seus sentidos no processo educativo (Ciavatta, 2005, p. 413).

Desse modo, o trabalho orienta os processos formativos ao articular teoria e prática e ao possibilitar aos estudantes a reflexão crítica sobre o mundo do trabalho e as relações sociais que o constituem (Escobar; Taffarel, 1999, p. 173-174).

Nesse contexto, a Educação Física amplia seu papel ao ultrapassar o enfoque restrito no desenvolvimento físico, incorporando práticas que favorecem a consciência corporal, o trabalho coletivo e a compreensão dos aspectos socioculturais do movimento humano, contribuindo para uma formação que integra diferentes dimensões da vida social.

Sob essa perspectiva, Escobar e Taffarel (2009) defendem que o objeto de estudo da Educação Física resulta, em uma abordagem marxista, do trabalho humano não-material. Segundo as autoras:

O objeto de estudo da Educação Física é o fenômeno das práticas cuja conexão geral ou primigênia – essência do objeto e o nexos interno das suas propriedades –, determinante do seu conteúdo e estrutura de totalidade, é dada pela materialização em forma de atividades, sejam criativas ou imitativas, das relações múltiplas de experiências ideológicas, políticas, filosóficas e outras, subordinadas a leis histórico-sociais. O geral dessas atividades é que são valorizadas em si mesmas; seu produto não material é inseparável do ato da sua produção e recebe do homem um valor de uso particular por atender aos seus sentidos lúdicos, estéticos, artísticos, agonísticos, competitivos e outros relacionados à sua realidade e às suas motivações (Escobar; Taffarel, 1999, p. 173-174).

Ao considerar o trabalho não material como parte da construção da teoria pedagógica da Educação Física, Escobar (2009) apresenta um caso exemplificativo ao analisar o esporte como uma atividade corporal historicamente criada e socialmente desenvolvida. Nesse exemplo, a autora destaca o jogo lúdico como uma expressão da subjetividade humana, cuja prática não se orienta à produção de resultados materiais, mas à satisfação de interesses subjetivos, sendo o prazer gerado pela própria vivência o produto central da atividade.

Diante do percurso teórico apresentado, observa-se que a Educação Física, ao ser compreendida em sua dimensão histórica, social e pedagógica, ultrapassa concepções restritas e fragmentadas, afirmando-se como uma prática formativa vinculada ao trabalho humano e à produção social da vida. Ao reconhecer as práticas corporais como expressões do trabalho não-material e como produções culturais historicamente constituídas, a área amplia seu campo de atuação no contexto educacional, estabelecendo relações consistentes com os princípios da formação humana integral e da omnilateralidade. Nesse sentido, a disciplina se articula de modo coerente às bases conceituais da Educação Profissional e Tecnológica, contribuindo para processos formativos orientados à compreensão crítica da realidade e à constituição de sujeitos historicamente situados e socialmente comprometidos.

2.4 Promoção da Saúde e a Educação Física

A compreensão ampliada de saúde e de seus determinantes tem orientado, nas últimas décadas, a formulação de políticas públicas e ações voltadas ao bem-estar da população. Nesse contexto, a promoção da saúde configura-se como uma referência orientadora para o desenvolvimento de estratégias que ultrapassem a

lógica estritamente biomédica, valorizando a autonomia, a participação social e a melhoria das condições de vida. Assim, segundo a Organização Pan-Americana da Saúde, essa perspectiva é definida como um processo voltado ao fortalecimento da autonomia coletiva, no qual a comunidade é capacitada a melhorar suas condições de vida e saúde, ampliando sua participação no controle dos fatores que interferem nesse processo (OPS, 1986).

Essa perspectiva dialoga diretamente com a definição de saúde proposta pela Organização Mundial da Saúde, que a concebe como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade” (OMS, 1946). Para que esse nível de bem-estar seja alcançado, torna-se necessário que indivíduos e grupos sejam capazes de identificar suas aspirações, satisfazer necessidades e modificar favoravelmente o meio ambiente em que vivem (OPS, 1986).

Nessa direção, a saúde passa a ser compreendida como um conceito positivo, que valoriza as capacidades físicas, bem como os recursos sociais e pessoais dos sujeitos. Desse modo, a promoção da saúde não se restringe ao setor da saúde, tampouco se limita à adoção de estilos de vida saudáveis, orientando-se à construção de um bem-estar global e integrado (OPS, 1986).

No ordenamento jurídico brasileiro, essa concepção ampliada encontra respaldo na Constituição da República Federativa do Brasil de 1988, que reconhece a saúde como um direito fundamental do ser humano. Tal direito é garantido por meio de políticas sociais e econômicas voltadas à redução do risco de doenças e outros agravos, bem como ao acesso universal e igualitário às ações e serviços de promoção, proteção e recuperação da saúde (Brasil, 1988).

Nesse cenário, a atividade física constitui uma das estratégias associadas à promoção da saúde e do bem-estar, produzindo impactos positivos em diferentes dimensões da vida humana. Para além dos benefícios à saúde física — como a melhora da capacidade cardiorrespiratória, o fortalecimento muscular e o controle do peso corporal —, a prática regular de atividades físicas apresenta estreita relação com a saúde mental, contribuindo para o equilíbrio emocional e a qualidade de vida.

Essa compreensão é respaldada por diretrizes internacionais, que reconhecem a prática regular de atividade física, em qualquer faixa etária, como um meio eficaz de preservação e melhoria da saúde e da qualidade de vida. Conforme a Organização Mundial da Saúde, fazer exercícios regularmente é indispensável para prevenir e

controlar as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e diferentes tipos de câncer (OMS, 2020). Além disso, a atividade física contribui para a saúde mental, auxiliando na prevenção da perda de memória e dos sintomas de depressão e ansiedade, favorecendo a manutenção do peso adequado e do bem-estar geral.

Em 2020, a Organização Mundial da Saúde publicou um documento orientador com o objetivo de incentivar a prática de exercícios e combater o sedentarismo. O texto, intitulado “Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário: num piscar de olhos”, apresenta seis mensagens centrais acerca dos benefícios da atividade física para a saúde, a saber:

1. A atividade física melhora a saúde do coração, do corpo e da mente, ajudando a prevenir doenças como problemas cardíacos, diabetes tipo 2 e câncer.
2. Qualquer quantidade de exercício é benéfica, sendo recomendados de 150 a 300 minutos semanais para adultos e cerca de uma hora diária para crianças e adolescentes.
3. Toda atividade física conta, seja no trabalho, no lazer, no esporte ou nos deslocamentos diários.
4. O fortalecimento muscular é especialmente relevante para idosos, pois contribui para o equilíbrio e a prevenção de quedas.
5. O sedentarismo está associado ao desenvolvimento de doenças graves, tornando necessária a prática regular de atividades físicas.
6. O aumento dos níveis de atividade física traz benefícios para todos, incluindo gestantes, mulheres no pós-parto e pessoas com doenças crônicas ou deficiências.

As orientações apresentadas no documento aplicam-se a pessoas de 5 a 65 anos ou mais, independentemente de sexo, cultura, renda ou nível de habilidade. Indivíduos com doenças crônicas, deficiências, bem como gestantes e mulheres no período pós-parto, devem buscar seguir as recomendações de acordo com suas possibilidades e condições individuais.

Nesse sentido, as diretrizes internacionais reforçam a necessidade de integrar a prática regular de atividades físicas ao cotidiano como estratégia de promoção da saúde e prevenção de doenças. É nesse horizonte que a Educação Física se consolida como um campo de intervenção pedagógica no espaço escolar, ao articular conhecimentos, experiências corporais e reflexões críticas que favorecem a formação

de sujeitos mais conscientes acerca da importância do movimento ao longo da vida. Ao promover a compreensão dos benefícios da atividade física e incentivar práticas corporais adequadas às diferentes realidades, a área contribui para a saúde física e mental, além de estimular atitudes de enfrentamento ao sedentarismo e de valorização de hábitos ativos. Essa compreensão encontra respaldo nos documentos oficiais que orientam a Educação Física escolar, conforme explicitado nos Parâmetros Curriculares Nacionais:

As relações que se estabelecem entre Saúde e Educação Física são perceptíveis ao considerar-se a similaridade de objetos de conhecimento envolvidos e relevantes em ambas as abordagens. Dessa forma, a preocupação e a responsabilidade na valorização de conhecimentos relativos à construção da autoestima e da identidade pessoal, ao cuidado do corpo, à consecução de amplitudes gestuais, à valorização dos vínculos afetivos e a negociação de atitudes e todas as implicações relativas à saúde da coletividade, são compartilhadas e constituem um campo de interação na atuação escolar (Brasil, 1998, p. 36).

No âmbito das aulas de Educação Física, são desenvolvidas atividades que favorecem o envolvimento dos estudantes em experiências corporais diversificadas, contemplando dimensões físicas, emocionais e sociais. Estratégias como jogos cooperativos, exercícios aeróbicos e práticas que estimulam o trabalho em equipe contribuem para a construção de um ambiente inclusivo, no qual se busca ampliar a participação de todos, respeitando as diferentes possibilidades e trajetórias corporais dos estudantes.

Nesse processo, destaca-se a atuação do profissional de Educação Física, cuja formação específica o habilita a planejar, orientar e conduzir atividades físicas em suas diferentes manifestações. O Conselho Federal de Educação Física, por meio da Resolução nº 046, de 18 de fevereiro de 2002, reconhece esse profissional como especialista na área, com a atribuição de prestar serviços voltados ao desenvolvimento da educação e da saúde. Sua atuação objetiva contribuir para níveis adequados de desempenho e condicionamento fisiocorporal, bem como promover o bem-estar, a consciência corporal, a expressão e a estética do movimento, além de colaborar na prevenção de doenças e de problemas posturais. Tais ações favorecem o desenvolvimento da autonomia, da autoestima, da solidariedade, da integração, da cidadania e de relações interpessoais saudáveis, alinhando-se aos princípios formativos da Educação Física escolar (CONFED, 2002).

3 METODOLOGIA

Este capítulo apresenta os procedimentos metodológicos adotados na pesquisa, contemplando a caracterização do estudo, o contexto e os participantes, bem como os procedimentos de coleta e análise dos dados. As escolhas metodológicas foram definidas em consonância com os objetivos da investigação e com a proposta de elaboração do Produto Educacional.

Uma síntese da metodologia adotada nesta dissertação é apresentada no Quadro 1, enquanto o Quadro 2 explicita a relação entre os objetivos específicos da pesquisa e os instrumentos de coleta de dados. A descrição detalhada dos procedimentos e das informações obtidas encontra-se nas seções 3.1 a 3.6.

Quadro 1- Síntese da Metodologia

Elemento	Descrição
Tipo de pesquisa	Pesquisa aplicada
Abordagem	Qualitativa
Natureza	Pesquisa de campo
Objetivo	Exploratória
Procedimentos técnicos	Bibliográfica e documental
Contexto	EJA noturna – EMEFs de Canoas/RS
Participantes	117 estudantes (53 trabalhadores)
Coleta de dados	Questionário (Google Forms)
Análise dos dados	Análise de conteúdo (Laurence Bardin): leitura flutuante, identificação de unidades de sentido e construção de categorias indutivas
Produto educacional	Jogo "Jogo da Saúde: EJA em Movimento"
Aspectos éticos	Comitê de Ética; TCLE e TALE

Fonte: Elaborado pela autora.

Quadro 2- Relação entre os objetivos específicos da pesquisa e os instrumentos de coleta de dados

Objetivo específico	Como foi atendido
Identificar ações de promoção da saúde desenvolvidas nas aulas de Educação Física por meio da atividade física	Levantamento no Portal CAPES com os descritores "educação física escolar", "atividade física" e "saúde" OR "promoção da saúde"; 515 estudos encontrados, 266 após filtros e 21 analisados
Investigar o nível de conhecimento dos alunos trabalhadores da EJA acerca dos benefícios da atividade física para a saúde e dos riscos associados à inatividade física	Aplicação de questionário estruturado (Google Forms) para os estudantes
Analisar a percepção dos estudantes trabalhadores da EJA sobre a importância da Educação Física para a promoção da saúde considerando suas condições de vida e trabalho	Aplicação de questionário estruturado (Google Forms) para os estudantes
Investigar o papel da Educação Física na formação integral, evidenciando práticas e abordagens que fortalecem seu caráter pedagógico e social, considerando suas possíveis contribuições para o contexto da Educação de Jovens e Adultos (EJA);	Levantamento no Observatório ProfEPT com o descritor "Educação Física"; 33 dissertações encontradas, 10 selecionadas com base nos termos "formação humana integral" e "formação omnilateral"
Desenvolver, aplicar e avaliar um produto educacional com a finalidade de promover a conscientização dos educandos acerca da importância da prática regular de atividades físicas para a promoção da saúde	Elaboração do jogo "Jogo da Saúde: EJA em Movimento" Aplicação de questionário estruturado (Google Forms) para os professores

Fonte: Elaborado pela autora.

3.1 Caracterização da Pesquisa

A presente investigação caracterizou-se como pesquisa aplicada, uma vez que teve como objetivo gerar conhecimentos voltados à aplicação prática e à solução de problemas específicos (Silveira; Córdova, 2009). Adotou-se uma abordagem qualitativa, voltada à compreensão das relações sociais e dos significados atribuídos pelos participantes às suas experiências. Esse tipo de pesquisa busca interpretar os fenômenos em seus contextos, considerando as percepções, vivências e interpretações dos sujeitos envolvidos no estudo (Silveira; Córdova, 2009).

No aspecto metodológico, tratou-se de uma pesquisa de campo, que permitiu a coleta de dados no ambiente natural em que os eventos ocorreram, proporcionando uma perspectiva contextualizada da realidade. Segundo Fonseca (2002), a pesquisa de campo envolve investigações que vão além da análise de bibliografia e documentos, incluindo a coleta direta de informações com os participantes, o que possibilita um contato mais próximo com o fenômeno estudado.

Quanto ao propósito, a investigação configurou-se como exploratória, pois visou proporcionar maior familiaridade com o problema, tornando-o mais explícito e permitindo a formulação de hipóteses. O planejamento foi flexível, possibilitando a consideração de diferentes aspectos relacionados ao fenômeno investigado (Gil, 2022).

Em termos de procedimentos técnicos, a pesquisa foi bibliográfica, baseada em fontes já publicadas, abrangendo livros, revistas, jornais, teses e dissertações, com o objetivo de atingir os objetivos específicos (Gil, 2022).

3.2 Contexto da Pesquisa

O estudo foi realizado em Escolas Municipais de Ensino Fundamental (EMEFs) que ofertam a modalidade de Educação de Jovens e Adultos (EJA) no período noturno, no município de Canoas, RS. Participaram da pesquisa as seguintes instituições: Erna Würth, Irmão Pedro, Max Adolfo Oderich, Nelson Paim Terra, Rio de Janeiro, Rio Grande do Sul e Santos Dumont.

3.3 Participantes

O público-alvo deste estudo foi constituído por estudantes trabalhadores matriculados na Educação de Jovens e Adultos (EJA) do Ensino Fundamental, no turno noturno, nas instituições descritas no item 3.2.

Ao todo, 119 participantes tiveram acesso ao questionário, dos quais 117 formalizaram sua participação mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), registrado no Anexo C, ou do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), disponível no Anexo E, conforme a faixa etária. Esses 117 participantes constituíram a amostra efetiva da pesquisa.

Dentre os respondentes, 53 estudantes declararam exercer atividade laboral, formando o subgrupo considerado na análise das questões específicas relacionadas à condição de trabalho.

3.4 Procedimentos de Coleta de Dados

Os procedimentos de coleta de dados desta pesquisa foram organizados em etapas articuladas, contemplando pesquisa bibliográfica e pesquisa de campo com estudantes da Educação de Jovens e Adultos (EJA) e avaliação pedagógica do

Produto Educacional.

Inicialmente, realizou-se a pesquisa bibliográfica no Portal de Periódicos da CAPES, com o propósito de identificar ações de promoção da saúde desenvolvidas nas aulas de Educação Física por meio da atividade física no contexto da Educação Básica. A busca foi conduzida utilizando os descritores “educação física escolar”, “atividade física” e “saúde” OR “promoção da saúde”, combinados por operadores booleanos.

A busca inicial resultou em 515 artigos. Para garantir que os estudos selecionados fossem pertinentes, acessíveis e compatíveis com o contexto educacional brasileiro, aplicou-se um conjunto de critérios de refinamento. Foram utilizados os filtros “acesso aberto”, “produção nacional” e “idioma português”, reduzindo o número de trabalhos para 266. Em seguida, realizou-se leitura exploratória dos títulos e resumos, sendo selecionados 21 estudos vinculados ao contexto escolar e às aulas de Educação Física.

Os artigos selecionados foram organizados em categorias temáticas, definidas a partir da aproximação entre objetivos, enfoques metodológicos e estratégias de promoção da saúde. Para fins de sistematização, os estudos foram apresentados em quadro síntese contendo as seguintes informações: categoria, título do artigo e ano de publicação.

Posteriormente, realizou-se novo refinamento analítico, considerando de forma mais aprofundada os estudos classificados como intervenções pedagógicas desenvolvidas nas aulas de Educação Física. A partir desse recorte, foram selecionados nove trabalhos, os quais foram organizados em quadro específico contendo título, autor(es), ano de publicação e objetivo geral, permitindo detalhar as características das ações implementadas.

Na sequência, realizou-se a pesquisa bibliográfica no Observatório do ProfEPT, plataforma que reúne dissertações vinculadas ao Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica, com o intuito de identificar produções que discutissem o papel da Educação Física na formação integral e suas contribuições para a EJA. Utilizou-se o campo de busca “assunto”, inserindo-se o descritor “Educação Física”.

Foram identificadas 33 dissertações. Para selecionar os trabalhos mais relevantes ao tema, optou-se por considerar aquelas cujos títulos incluíssem as expressões “formação humana integral” ou “formação omnilateral”, por serem termos que indicam diretamente a abordagem da formação integral do indivíduo, totalizando

10 trabalhos. As dissertações selecionadas foram organizadas em quadro síntese contendo título, autor, ano de defesa e objetivo geral.

Posteriormente, realizou-se pesquisa de campo com estudantes da EJA noturna das Escolas Municipais de Ensino Fundamental do município de Canoas/RS, visando conhecer o nível de informação dos alunos trabalhadores acerca dos benefícios da atividade física para a saúde e dos riscos associados à inatividade física, bem como compreender sua percepção sobre a importância da Educação Física para a promoção da saúde, considerando suas condições de vida e trabalho. A coleta ocorreu por meio de questionário estruturado, elaborado na plataforma Google Forms ¹(Apêndice B), composto por questões abertas e fechadas, cujas respostas não eram obrigatórias, garantindo aos participantes autonomia para responder apenas às questões que desejassem.

Segundo Gil (2002), “por questionário entende-se um conjunto de questões que são respondidas por escrito pelo pesquisado”, sendo sua elaboração voltada à tradução dos objetivos específicos da pesquisa em itens claros e bem redigidos. No presente estudo, adotou-se um questionário estruturado, composto predominantemente por questões fechadas, que possibilitam a padronização das respostas e facilitam sua análise, devendo apresentar alternativas suficientemente exaustivas para abarcar as diferentes possibilidades de manifestação dos participantes. Complementarmente, foram incluídas questões abertas, que possibilitam aos participantes expressar opiniões, sugestões e percepções de forma mais livre, sendo posteriormente passíveis de categorização e análise, contribuindo para uma compreensão mais aprofundada do fenômeno investigado (Gil, 2002).

Ao todo, 119 participantes iniciaram o preenchimento do formulário, sendo considerados válidos 117 respondentes após o registro do aceite nos termos éticos correspondentes. As questões de 1 a 7, destinadas à caracterização do perfil dos participantes, foram respondidas por todos os respondentes. A partir da questão 8, aplicou-se recurso de lógica condicional, permitindo a continuidade apenas aos

¹ Apêndice B disponível na p. 130 ; bem como por meio link <https://forms.gle/54Fito355c6Jnrcp8>

² Apêndice A disponível na p. 108 ; bem como por meio link <https://sl1nk.com/Jogo1-EJA-em-Movimento>

³ Apêndice C disponível na p. 135 ; bem como por meio link <https://shre.ink/Professores1>

estudantes que declararam exercer atividade laboral, totalizando 53 participantes.

Com base nas informações produzidas nas etapas anteriores, procedeu-se à elaboração do Produto Educacional, caracterizado como um jogo de tabuleiro on-line intitulado “*Jogo da Saúde: EJA em Movimento*” ²(Apêndice A), para aplicação nas aulas de Educação Física da EJA, mediado pelo professor por meio de dinâmicas interativas, desafios e reflexões sobre saúde e atividade física contextualizadas à realidade dos estudantes trabalhadores.

Após sua construção, o material foi submetido à avaliação pedagógica, com a finalidade de verificar sua aplicabilidade como estratégia didática no contexto da EJA. A coleta de dados foi realizada por meio de questionário estruturado, disponibilizado via Google Forms ³(Apêndice C), destinado a professores de Educação Física atuantes na Educação de Jovens e Adultos das escolas participantes da pesquisa. Participaram dessa etapa cinco docentes, que analisaram o material a partir de quatro eixos avaliativos: técnico-estético, comunicacional, pedagógico e científico-formativo, considerando aspectos como usabilidade, clareza metodológica, contextualização, potencial formativo e viabilidade de aplicação na EJA.

3.5 Procedimentos de análise de dados

A análise dos dados foi realizada com base na técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2011). Segundo a autora:

A análise de conteúdo é um conjunto de técnicas de análise das comunicações. Não se trata de um instrumento, mas de um leque de apetrechos; ou, com maior rigor será um único instrumento, mas marcado por uma grande disparidade de formas e adaptável a um campo de aplicação muito vasto: as comunicações. (Bardin, 2011, p. 31).

O material foi examinado por meio de leitura flutuante, possibilitando a identificação de unidades de sentido presentes nas respostas dos participantes. A partir desse processo, as categorias foram construídas de forma indutiva, considerando a recorrência temática e a proximidade semântica entre os conteúdos identificados.

As categorias finais foram definidas com base na organização e no agrupamento dos sentidos presentes no material analisado, buscando assegurar

coerência interna e distinção entre os agrupamentos.

3.6 Aspectos éticos da pesquisa

Este projeto de pesquisa foi submetido à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa (Anexo A). Após a aprovação ética, foi solicitada e obtida a anuência da instituição participante, a Prefeitura Municipal de Canoas (Anexo B).

Para os estudantes maiores de idade, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), foi disponibilizado online como parte do questionário, sendo a participação condicionada ao aceite.

No caso dos estudantes menores de idade, os pais ou responsáveis assinaram previamente um TCLE impresso (Anexo D). Com essa autorização, os alunos puderam ter acesso ao questionário, no qual o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) foi disposto online, sendo a participação condicionada ao aceite.

4 RESULTADOS

Este capítulo apresenta os resultados obtidos nas diferentes etapas da pesquisa. Inicialmente, são expostos os dados do levantamento bibliográfico realizado no Portal de Periódicos da CAPES, bem como a análise das dissertações identificadas no Observatório do ProfEPT. Na sequência, são apresentados os dados provenientes da pesquisa de campo realizada com estudantes da Educação de Jovens e Adultos (EJA) do município de Canoas/RS.

4.1 Atividades físicas voltadas para a promoção da saúde no contexto da Educação Física escolar

Com o objetivo de identificar ações de promoção da saúde desenvolvidas nas aulas de Educação Física por meio da atividade física, procedeu-se à análise das 21 produções selecionadas. A leitura dos estudos permitiu reconhecer diferentes formas de compreender e operacionalizar a relação entre atividade física e saúde no ambiente escolar. Para fins de sistematização, as produções foram organizadas em quatro categorias temáticas, conforme apresentado no Quadro 3.

Verificou-se que nove pesquisas descrevem ações ou intervenções pedagógicas realizadas nas aulas com foco na promoção da saúde por meio das práticas corporais; cinco analisam associações entre a participação discente nas aulas e os níveis de prática física ou indicadores relacionados à saúde; três investigam percepções docentes e concepções acerca da saúde no âmbito da disciplina; e quatro configuram-se como revisões teóricas ou ensaios que problematizam essa temática no contexto escolar.

Esse panorama indica que, embora haja produção científica consistente acerca da relação entre atividade física e saúde na Educação Física, ainda são menos frequentes os estudos que apresentam intervenções pedagógicas efetivamente planejadas, implementadas e avaliadas no cotidiano das aulas. Predominam investigações voltadas à análise de associações ou a debates de natureza conceitual, o que sinaliza a necessidade de ampliar pesquisas que sistematizem e problematizem práticas didáticas concretas. Essa lacuna evidencia a pertinência da presente investigação, ao privilegiar a análise de ações estruturadas orientadas à promoção da saúde no âmbito escolar.

Quadro 3 - Distribuição dos estudos sobre atividade física e/ou saúde na Educação Física escolar

Categoria	Título do Artigo	Ano
Estudos que apresentam ações/intervenções nas aulas de EF com foco em promoção da saúde por meio da atividade física	Efeitos da educação física escolar com aulas de JUMP sobre a frequência semanal de atividade física em jovens e adultos	2020
	Atividade física e saúde na Educação Física escolar: efetividade de um ano do projeto “Educação Física +”	2014
	A estratégia LET US Play aumenta a atividade física de crianças nas aulas de educação física escolar	2022
	Efeitos de um programa multicomponente para promoção da atividade física nos indicadores de saúde mental de adolescentes: um estudo randomizado controlado piloto.	2024
	Obesidade e sedentarismo no ensino médio: uma proposta de intervenção nas aulas de Educação Física	2020
	Educação Física como ferramenta de prevenção a obesidade infantil	2021
	Ações de educação para a saúde na educação física escolar: uma perspectiva crítico-reflexiva	2024
	Atuação docente em Educação Física escolar na Educação de Jovens e Adultos (EJA): ações de Promoção da Saúde.	2020
	Educação Física escolar e a promoção da saúde: um ponto de vista	2014
Estudos de associação entre participação nas aulas de EF e níveis de atividade física/indicadores de saúde	Interdependência entre a participação em aulas de Educação Física e níveis de atividade física de jovens brasileiros: estudo ecológico	2015
	Tendência temporal de atividade física em adolescentes brasileiros	2023
	Inatividade física no lazer e na escola está associada à presença de transtornos mentais comuns na adolescência	2020
	Prática de atividade física de escolares do 4º e 5º anos do ensino fundamental	2017
	Ambiente escolar, comportamento sedentário e atividade física em pré-escolares	2016
Estudos sobre percepção docente e concepções de saúde na EF escolar	Educação Física escolar e a promoção da saúde: o que nos dizem os professores sobre suas práticas educativas?	2021

	Análise da percepção dos professores de Educação Física acerca da interface entre a saúde e a Educação Física escolar: conceitos e metodologias	2013
	Atividade física e saúde na educação física escolar: perspectivas de professores formadores	2023
Revisões teóricas/ensaios sobre atividade física e saúde na EF escolar	“Saúde é o que interessa, o resto não tem pressa”? Um ensaio sobre educação física e saúde na escola	2014
	Habilidades motoras fundamentais na abordagem desenvolvimentista e nos programas de atividade física visando à saúde	2021
	Impacto da atividade física na prevenção e controle da obesidade infantil: Uma revisão integrativa	2024
	Educação física escolar: Guia de Atividade Física para a População Brasileira	2021

Fonte: Elaborado pela autora.

Considerando esse recorte, optou-se por aprofundar a análise dos nove estudos classificados como intervenções pedagógicas com foco na promoção da saúde mediada pelo conteúdo atividade física, sistematizados no Quadro 4. Esses trabalhos foram examinados quanto aos objetivos, às propostas implementadas e às contribuições para o campo, permitindo identificar diferentes formas de operacionalização da temática nas aulas.

Cabe destacar que, nesta pesquisa, a expressão “promoção da saúde por meio da atividade física” não se restringe à realização imediata de exercícios. A atividade física é compreendida como conteúdo estruturante da disciplina, a partir do qual a saúde é pedagogicamente tematizada. Assim, a promoção da saúde pode ocorrer tanto pela prática corporal sistematizada quanto por estratégias reflexivas, diagnósticas ou formativas que tomem o movimento como eixo de problematização. Discussões sobre hábitos de vida, níveis de prática corporal e relações entre movimento e saúde, mediadas por jogos, debates ou sequências didáticas, integram esse campo, desde que mantenham a atividade física como referência central do processo educativo.

Quadro 4 - Estudos que apresentam ações/intervenções nas aulas de Educação Física com foco na promoção da saúde por meio da atividade física

Título do artigo	Autor(es)	Ano	Objetivo geral
Atividade física e saúde na Educação Física escolar: efetividade de um ano do projeto "Educação Física +"	Spoehr et al.	2014	Avaliar a efetividade do projeto 'Educação Física +' na promoção da atividade física e indicadores de saúde ao longo de um ano letivo.
Educação Física escolar e a promoção da saúde: um ponto de vista	Severino e Silva	2014	Discutir a contribuição das aulas para a promoção da saúde no ambiente escolar.
Efeitos da educação física escolar com aulas de JUMP sobre a frequência semanal de atividade física em jovens e adultos	Lemes et al.	2020	Analisar a influência das aulas de JUMP na frequência de prática de atividade física de jovens e adultos no contexto escolar.
Obesidade e sedentarismo no ensino médio: uma proposta de intervenção nas aulas de Educação Física	Silva et al.	2020	Implementar e avaliar uma proposta de intervenção voltada à redução do sedentarismo e da obesidade nas aulas.
Atuação docente em Educação Física escolar na Educação de Jovens e Adultos (EJA): ações de Promoção da Saúde.	Costa et al.	2020	Descrever e analisar ações de promoção da saúde desenvolvidas por docentes na EJA.
Educação Física como ferramenta de prevenção a obesidade infantil	Marcolan et al.	2021	Analisar o papel das aulas na prevenção da obesidade infantil por meio da prática sistematizada de atividades físicas.
A estratégia LET US Play aumenta a atividade física de crianças nas aulas de educação física escolar	Silva et al.	2022	Verificar o impacto da estratégia LET US Play no aumento dos níveis de atividade física durante as aulas.
Efeitos de um programa multicomponente para promoção da atividade física nos indicadores de saúde mental de adolescentes: um estudo randomizado controlado piloto.	Silva et al.	2024	Investigar os efeitos de um programa multicomponente de promoção da atividade física nos indicadores de saúde mental de adolescentes.
Ações de educação para a saúde na educação física escolar: uma perspectiva crítico-reflexiva	Fernandes et al.	2024	Examinar ações de educação para a saúde desenvolvidas nas aulas sob uma perspectiva crítico-reflexiva.

Fonte: Elaborado pela autora.

Para a organização da análise, os nove estudos foram agrupados em três eixos analíticos: intervenções com foco em indicadores físicos e prevenção de agravos; intervenções pedagógicas contextualizadas e programas estruturados; e abordagens crítico-reflexivas de educação para a saúde, conforme apresentado a seguir.

4.1.1 Eixo I – Intervenções com foco em indicadores físicos e prevenção de agravos

Neste eixo agrupam-se as produções que vinculam a promoção da saúde, predominantemente, à ampliação dos níveis de atividade física e à prevenção de agravos como sedentarismo e obesidade. Spohr et al. (2014), ao avaliarem o projeto *Educação Física +*, desenvolveram uma intervenção ao longo de um ano letivo envolvendo formação docente e reorganização das aulas. Embora não tenham sido observadas mudanças significativas nos níveis de atividade física dos estudantes, houve ampliação do conhecimento sobre saúde, indicando que intervenções estruturadas podem produzir efeitos formativos mesmo quando os indicadores físicos permanecem estáveis.

De maneira convergente, Silva et al. (2022) aplicaram a estratégia *LET US Play* com o objetivo de aumentar o tempo de atividade física moderada a vigorosa durante as aulas. Os resultados evidenciaram incremento significativo do tempo ativo, demonstrando que ajustes metodológicos na condução das aulas podem impactar diretamente o engajamento corporal dos estudantes.

Também nessa perspectiva preventiva, Silva et al. (2020) implementaram uma proposta de intervenção no ensino médio voltada à redução do sedentarismo e da obesidade, enfatizando mudanças comportamentais relacionadas ao estilo de vida. De forma semelhante, Marcolan et al. (2021) analisaram o papel da Educação Física na prevenção da obesidade infantil, destacando que a prática sistematizada e pedagogicamente orientada pode contribuir para a consolidação de hábitos saudáveis desde a infância.

Em conjunto, os estudos deste eixo evidenciam uma concepção de promoção da saúde fortemente associada à ampliação do tempo ativo, à prevenção de agravos e à mensuração de indicadores físicos.

4.1.2 Eixo II – Intervenções pedagógicas contextualizadas e programas estruturados

Este eixo reúne investigações que, embora também promovam a atividade física, ampliam o olhar para dimensões contextuais, motivacionais e psicossociais. Lemes et al. (2020), ao analisarem a inserção de aulas de JUMP na Educação de Jovens e Adultos, evidenciaram que a diversificação das práticas corporais pode favorecer maior frequência de participação e engajamento dos estudantes, especialmente quando consideradas suas especificidades etárias e sociais.

No mesmo sentido de contextualização, Costa et al. (2020) investigaram a atuação docente na EJA, descrevendo ações de promoção da saúde desenvolvidas nas aulas de Educação Física. O estudo destaca a importância da mediação pedagógica e da adequação das propostas às trajetórias de vida dos estudantes trabalhadores, evidenciando que a promoção da saúde exige planejamento intencional e sensível às particularidades do público atendido.

Ampliando essa perspectiva, Silva et al. (2024) avaliaram os efeitos de um programa multicomponente de promoção da atividade física sobre indicadores de saúde mental de adolescentes. A intervenção, composta por sessões escolares e estímulos à prática extraclasse, resultou em melhora de aspectos como ansiedade, depressão e qualidade do sono, demonstrando que programas estruturados podem impactar dimensões que extrapolam a saúde física.

Assim, neste eixo, a promoção da saúde é compreendida de forma mais abrangente, articulando prática corporal, mediação pedagógica e impactos psicossociais.

4.1.3 Eixo III – Abordagens crítico-reflexivas de educação para a saúde

Neste grupo situam-se produções que enfatizam a dimensão conceitual e formativa da promoção da saúde nas aulas de Educação Física. Severino e Silva (2016) discutem a contribuição da disciplina para a promoção da saúde a partir de um ponto de vista crítico, problematizando concepções restritas e defendendo uma abordagem que considere aspectos sociais, culturais e educativos. A promoção da saúde, nesse entendimento, não se limita ao aumento da prática corporal, mas envolve formação de hábitos, construção de conhecimentos e reflexão sobre o cuidado com o corpo.

De forma convergente, Fernandes et al. (2024) examinam ações de educação

para a saúde sob uma perspectiva crítico-reflexiva, enfatizando a tematização da atividade física e a mediação dialógica do professor. A promoção da saúde ocorre por meio da problematização dos estilos de vida e da construção coletiva de sentidos, integrando vivência prática e reflexão crítica.

Esse eixo evidencia uma compreensão ampliada da Educação Física como espaço de formação crítica, no qual a promoção da saúde se constitui como conteúdo pedagógico intencionalmente trabalhado.

De forma articulada aos eixos analisados, observa-se que, embora a literatura reconheça a relevância da atividade física no contexto escolar, predomina uma abordagem centrada na mensuração de seus efeitos sobre indicadores específicos, como obesidade, sedentarismo, ansiedade e qualidade de vida. Nessas investigações, a promoção da saúde tende a ser compreendida prioritariamente sob a ótica dos resultados físicos ou psicofisiológicos, com ênfase na ampliação do tempo ativo e na elevação dos níveis de prática corporal. Ainda que tais contribuições sejam fundamentais para evidenciar a importância da Educação Física na escola, verifica-se menor investimento na explicitação dos fundamentos pedagógicos, na descrição detalhada das estratégias didáticas e na análise dos processos formativos que sustentam essas ações.

No âmbito da Educação de Jovens e Adultos, essa limitação torna-se ainda mais evidente, dada a escassez de estudos que sistematizem intervenções planejadas, contextualizadas e avaliadas à luz das especificidades desse público. Tal cenário reforça a necessidade de investigações que articulem resultados, intencionalidade pedagógica e mediação docente, consolidando a promoção da saúde como dimensão estruturante e consciente da prática da Educação Física escolar.

4.2 Educação Física e formação humana integral na EJA: práticas e abordagens pedagógicas

Com vistas a investigar o papel da Educação Física na formação integral, evidenciando práticas e abordagens que fortalecem seu caráter pedagógico e social, procedeu-se à análise de dissertações que abordam explicitamente essa temática. Embora desenvolvidas no âmbito do Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT), tais produções apresentam fundamentos teóricos e metodológicos que possibilitam diálogo com o contexto da Educação de Jovens e Adultos (EJA), especialmente no que se refere à valorização das trajetórias de vida,

da cultura corporal e da articulação entre trabalho, ciência e cultura.

A formação humana integral pressupõe a superação de concepções historicamente consolidadas que reduziram a Educação Física a um enfoque biologicista, mecanicista e esportivista, centrado na aptidão física e no desempenho técnico. No contexto da EJA, essa limitação torna-se ainda mais problemática, pois desconsidera os saberes produzidos ao longo da vida e as experiências sociais dos estudantes trabalhadores. Assim, compreender a Educação Física sob a ótica da integralidade implica reconhecer o corpo como construção histórica e cultural, inserido nas relações sociais e no mundo do trabalho.

A análise das 10 dissertações selecionadas permitiu identificar práticas pedagógicas, produtos educacionais e abordagens teórico-metodológicas que buscam ressignificar a atuação da Educação Física no processo formativo. Ainda que produzidas em contextos distintos da EJA, tais investigações apresentam potencial de diálogo com essa modalidade, ao evidenciarem perspectivas críticas e integradoras voltadas à formação humana integral. O Quadro 5 apresenta as dissertações selecionadas, com indicação do título, autor, ano e objetivo geral.

Quadro 5 - Dissertações do ProfEPT que abordam a Educação Física na perspectiva da formação humana integral

Título da Dissertação	Autor	Ano	Objetivo Geral
O jogo a partir da perspectiva crítico-superadora nas aulas de educação física do ensino médio integrado: desafios e possibilidades	Andrade	2019	Analisar de que maneira ressignificar os conhecimentos nas aulas de Educação Física, superando a perspectiva mecanicista e promovendo formação humana integral por meio do conteúdo Jogo.
Educação física escolar, saúde e qualidade de vida no contexto da formação humana integral	Almeida	2020	Desenvolver uma cartilha digital sobre saúde e qualidade de vida para professores de Educação Física, a partir de ação pedagógica realizada no Ensino Médio Integrado.
Percepção da imagem corporal: contribuições da educação física para a formação humana integral de adolescentes	Cabral	2020	Analisar a percepção da imagem corporal dos estudantes do Ensino Médio Integrado a partir de sequência didática voltada ao tema.
A contribuição da educação física na formação humana integral: proposta de sequência didática para o ensino	Carrasco	2020	Analisar de que maneira o ensino do Voleibol contribui para a formação humana integral e

do voleibol no ensino médio integrado à educação profissional			omnilateral nas aulas de Educação Física.
O papel da Educação Física na formação omnilateral: uma contribuição ao debate do ensino médio integrado	Domingues	2020	Analisar a relação dos estudantes de cursos técnicos com seus corpos, propondo material informativo para superar abordagem fragmentada da Educação Física.
Percepção da educação física na formação humana, integral e omnilateral de discentes da educação profissional técnica federal na Amazônia	Viana	2021	Verificar a percepção dos discentes da educação profissional técnica federal sobre o papel da Educação Física em sua formação humana integral e omnilateral.
A educação física e a sua contribuição na formação humana integral: proposta de sequência didática para o ensino do atletismo no ensino médio integrado à educação profissional	Silva	2023	Analisar a contribuição da Educação Física na formação humana e profissional dos estudantes dos cursos técnicos integrados ao Ensino Médio.
Educação física no ensino médio integrado: percepção do estudante acerca de sua formação integral	Freitas	2024	Analisar a contribuição da Educação Física no processo de formação integral dos estudantes do Ensino Médio Integrado, a partir da percepção discente.
A contribuição da disciplina de educação física na formação humana integral dos estudantes do Instituto Federal Sul-rio-grandense – IFSul	Gutiérrez	2024	Compreender como a disciplina de Educação Física contribui para a formação humana integral a partir das abordagens pedagógicas desenvolvidas nas práticas docentes.
A dança nas aulas de educação física no ensino médio integrado e seu papel na formação integral dos estudantes do IFAC campus Rio Branco	Tomaz	2024	Analisar o ensino da dança nas aulas de Educação Física do Ensino Médio Integrado e sua contribuição para a formação integral dos estudantes.

Fonte: Elaborado pela autora.

A partir das dissertações selecionadas, foi possível identificar aproximações teórico-metodológicas que permitem sua organização em três eixos analíticos. O primeiro reúne dissertações que desenvolvem sequências didáticas fundamentadas em perspectivas críticas da Educação Física, ressignificando conteúdos da cultura corporal — como jogo, voleibol, atletismo e dança — como objetos de conhecimento historicamente construídos. O segundo eixo contempla investigações que analisam a contribuição da disciplina para a formação humana integral a partir da percepção de estudantes e docentes, evidenciando compreensões sobre criticidade, cidadania e

articulação entre teoria e prática. Já o terceiro eixo agrega pesquisas que tematizam saúde, imagem corporal e qualidade de vida, enfatizando dimensões socioculturais e formativas para além de abordagens biomédicas. A seguir, desenvolve-se a análise de cada eixo, evidenciando suas contribuições para o debate sobre a formação integral na Educação Física.

4.2.1 Eixo I – Sequências didáticas críticas e a ressignificação da cultura corporal

O primeiro eixo reúne dissertações que materializam a formação humana integral por meio da elaboração e aplicação de sequências didáticas fundamentadas em referenciais críticos. Nessas produções, os conteúdos da cultura corporal são deslocados de abordagens centradas exclusivamente na técnica e passam a ser compreendidos como construções históricas, sociais e culturais.

Nesse contexto, Andrade (2019) tematiza o jogo a partir da perspectiva crítico-superadora, promovendo reflexões que articulam prática corporal e análise social. Ao problematizar padrões de beleza, saúde e relações sociais, a proposta evidencia que a integralidade formativa se consolida quando o conteúdo é tratado como conhecimento e não apenas como vivência prática.

De modo semelhante, Carrasco (2020) desenvolve sequência didática para o ensino do voleibol integrando dimensões conceituais, procedimentais e atitudinais. Ao ampliar o debate para além da execução técnica, incorporando discussões sobre mídia, lazer e organização coletiva, a pesquisa demonstra que o esporte pode contribuir para o desenvolvimento omnilateral dos estudantes.

Na mesma direção, Silva (2023), ao abordar o atletismo, articula fundamentos técnicos às dimensões sociais e culturais da modalidade. Assim, evidencia que o conteúdo esportivo, quando inserido em um projeto pedagógico crítico, favorece o desenvolvimento cognitivo, social e ético.

Por sua vez, Tomaz (2024) tematiza a dança como manifestação artístico-cultural, destacando sua contribuição para a criatividade, a autonomia e a ampliação do repertório cultural. Ao valorizar a dimensão expressiva do movimento, reafirma que a formação integral extrapola a lógica técnico-esportiva.

Além disso, Cabral (2020) desenvolve sequência didática voltada à percepção da imagem corporal, promovendo reflexão crítica sobre padrões estéticos e influência midiática. A intervenção evidencia impactos na construção da autoimagem e no

desenvolvimento socioemocional dos estudantes.

Em síntese, as pesquisas que compõem este eixo demonstram que a sequência didática, quando fundamentada em perspectivas críticas, constitui estratégia consistente para a ressignificação da cultura corporal e para a efetivação da formação humana integral.

4.2.2 Eixo II – A formação humana integral na perspectiva de estudantes e docentes

O segundo eixo reúne dissertações que analisam a formação humana integral a partir das percepções de estudantes e professores, evidenciando como a disciplina é compreendida no interior das instituições.

Inicialmente, Domingues (2020) identifica que muitos estudantes apresentavam experiências anteriores marcadas por práticas tecnicistas e pouco reflexivas. A intervenção proposta contribui para ampliar a compreensão acerca da historicidade e da dimensão cultural das práticas corporais, sinalizando possibilidades de superação da fragmentação.

De forma complementar, Gutiérrez (2024) analisa as abordagens pedagógicas desenvolvidas por docentes e observa que, embora o esportivismo ainda esteja presente, há reconhecimento da importância de práticas críticas e integradoras para a consolidação da formação integral.

De maneira convergente, Viana (2021) evidencia que os estudantes valorizam a Educação Física como promotora de cidadania, cooperação e pensamento crítico, ainda que percebam limitações relacionadas à permanência de práticas tecnicistas.

Por fim, Freitas (2024) demonstra que discentes e docentes reconhecem a contribuição da disciplina para o desenvolvimento de ética, trabalho em equipe e criticidade. Contudo, também apontam desafios estruturais e pedagógicos que impactam a articulação entre teoria e prática.

Desse modo, este eixo revela que a formação humana integral não se expressa apenas nas intervenções pedagógicas, mas também nas concepções construídas acerca do papel formativo da Educação Física, evidenciando avanços e tensões no contexto do Ensino Médio Integrado.

4.2.3 Eixo III – Saúde, imagem corporal e qualidade de vida na formação humana

integral

O terceiro eixo agrega pesquisas que tematizam saúde, imagem corporal e qualidade de vida em articulação com a formação humana integral, superando compreensões restritas ao enfoque biomédico e incorporando dimensões socioculturais.

Nesse sentido, Almeida (2020) desenvolve ação pedagógica voltada à saúde e qualidade de vida, promovendo reflexões sobre atividade física, corpo, mídia e relações sociais. Os resultados apontam ampliação da compreensão discente acerca dos aspectos físicos, sociais e emocionais envolvidos na saúde.

Além disso, Cabral (2020), já discutida no eixo anterior sob a perspectiva metodológica, também dialoga com este eixo ao problematizar a imagem corporal e a influência sociocultural na construção da autoimagem, contribuindo para o desenvolvimento de competências socioemocionais.

Assim, as produções reunidas neste eixo indicam que a saúde, quando compreendida de forma ampliada, integra dimensões biológicas, sociais e culturais, constituindo elemento central na consolidação da formação humana integral no âmbito da Educação Física escolar.

Em síntese, as dissertações analisadas permitem compreender que o papel da Educação Física na formação integral ultrapassa a dimensão técnico-esportiva, configurando-se como componente curricular capaz de promover leitura crítica da realidade, ampliação do repertório cultural e desenvolvimento de competências éticas e sociais. Observa-se que esse potencial formativo se concretiza quando as práticas pedagógicas são orientadas por referenciais críticos, estruturadas por meio de sequências didáticas intencionalmente planejadas e articuladas às experiências concretas dos estudantes.

As pesquisas evidenciam que abordagens que problematizam a cultura corporal — seja por meio do jogo, do esporte, da dança, da saúde ou da imagem corporal — fortalecem o caráter pedagógico da disciplina ao integrar teoria e prática, reflexão e vivência, conteúdo e contexto social. Nessas condições, a Educação Física contribui para o desenvolvimento da autonomia, da criticidade e da compreensão das relações entre corpo, trabalho, mídia e sociedade.

Embora a maioria das produções concentre-se no Ensino Médio Integrado, os elementos identificados oferecem referências relevantes para o contexto da Educação de Jovens e Adultos. A valorização das trajetórias de vida, a problematização das

representações sociais do corpo e da saúde e a articulação entre cultura corporal e mundo do trabalho dialogam diretamente com as especificidades da EJA, marcada por percursos formativos descontínuos e pela centralidade do trabalho na experiência dos estudantes.

Desse modo, a análise realizada evidencia que a Educação Física pode contribuir de forma significativa para a formação integral de jovens e adultos trabalhadores quando orientada por práticas pedagógicas contextualizadas, críticas e vinculadas às experiências concretas dos estudantes. Ao incorporar a problematização da cultura corporal, a relação entre corpo e trabalho e a reflexão sobre as condições sociais de existência, a disciplina amplia seu alcance formativo para além da dimensão técnico-instrumental.

Entretanto, a baixa incidência de estudos que abordem diretamente a Educação de Jovens e Adultos no âmbito do ProfEPT revela uma lacuna investigativa quanto à sistematização de propostas que considerem as especificidades desse público, tais como trajetórias escolares interrompidas, inserção precoce no mundo do trabalho e múltiplas responsabilidades sociais. Essa ausência não invalida os referenciais construídos, mas evidencia a necessidade de analisá-los à luz das particularidades da EJA, examinando como podem ser reinterpretados e reorganizados no interior desse contexto. É nesse movimento de aproximação entre fundamentos teóricos consolidados e realidade concreta dos estudantes jovens e adultos que se situa a presente pesquisa.

4.3 Perfil dos Participantes

Esta seção apresenta os resultados referentes à caracterização dos participantes da pesquisa. Inicialmente, são descritos dados relativos à faixa etária, à identidade de gênero e à distribuição dos participantes por escola. Na sequência, são expostas informações relacionadas à condição de trabalho e às áreas de atuação profissional declaradas.

4.3.1 Faixa Etária

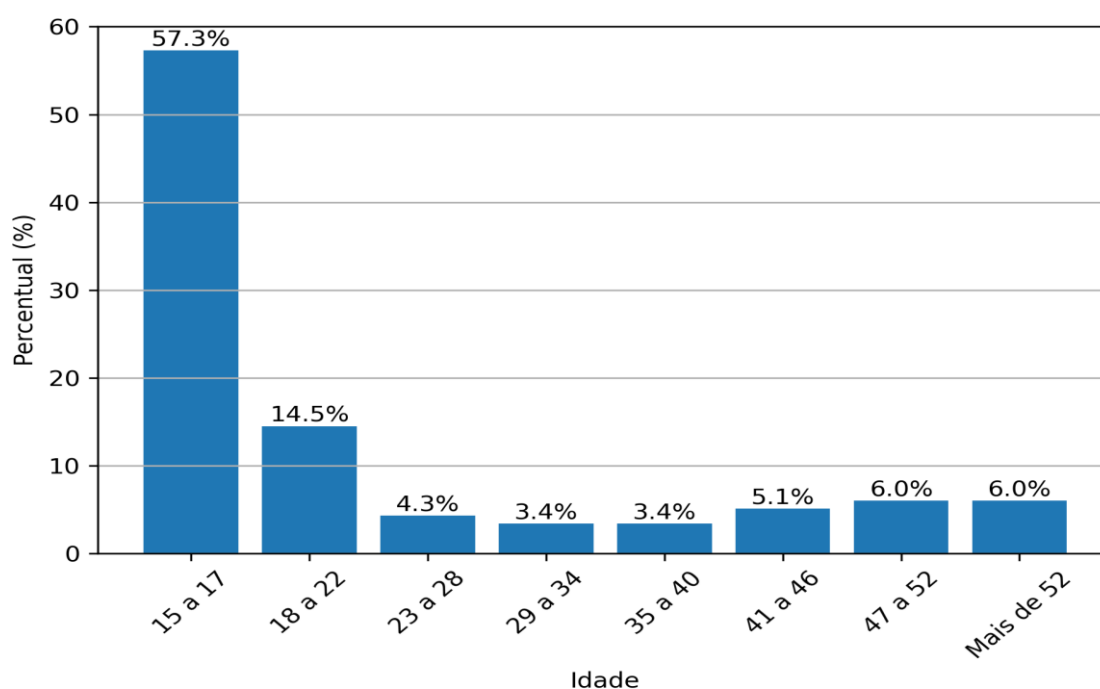
Com relação à idade (Figura 2), observa-se que a maior parte dos participantes se concentra na faixa etária de 15 a 17 anos, totalizando 67 estudantes (57,3%). Em seguida, destaca-se o grupo de 18 a 22 anos, com 17 estudantes (14,5%).

A predominância de jovens evidencia a presença de estudantes em situação de distorção idade-série, característica frequentemente observada na EJA. Essa realidade está associada a trajetórias escolares marcadas por interrupções ou atrasos no percurso educacional, muitas vezes relacionados a fatores socioeconômicos, inserção precoce no trabalho ou dificuldades de permanência na escola.

Nesse contexto, a modalidade EJA constitui uma política educacional voltada à garantia do direito à escolarização para sujeitos que não concluíram a educação básica na idade prevista. A presença expressiva de jovens nesse público evidencia a complexidade das trajetórias escolares e reforça a necessidade de práticas pedagógicas que considerem as experiências sociais e profissionais dos estudantes.

Também se observa a presença de estudantes com 40 anos ou mais, distribuídos nas faixas de 41 a 46 anos, 47 a 52 anos e acima de 52 anos. Essa diversidade etária evidencia uma das características da EJA: a convivência de diferentes gerações no mesmo espaço educativo. Tal configuração amplia as possibilidades de troca de experiências e saberes entre os estudantes, ao mesmo tempo em que exige estratégias pedagógicas capazes de dialogar com realidades e expectativas distintas.

Figura 2 - Distribuição dos Estudantes por Faixa Etária



Fonte: Elaborado pela autora.

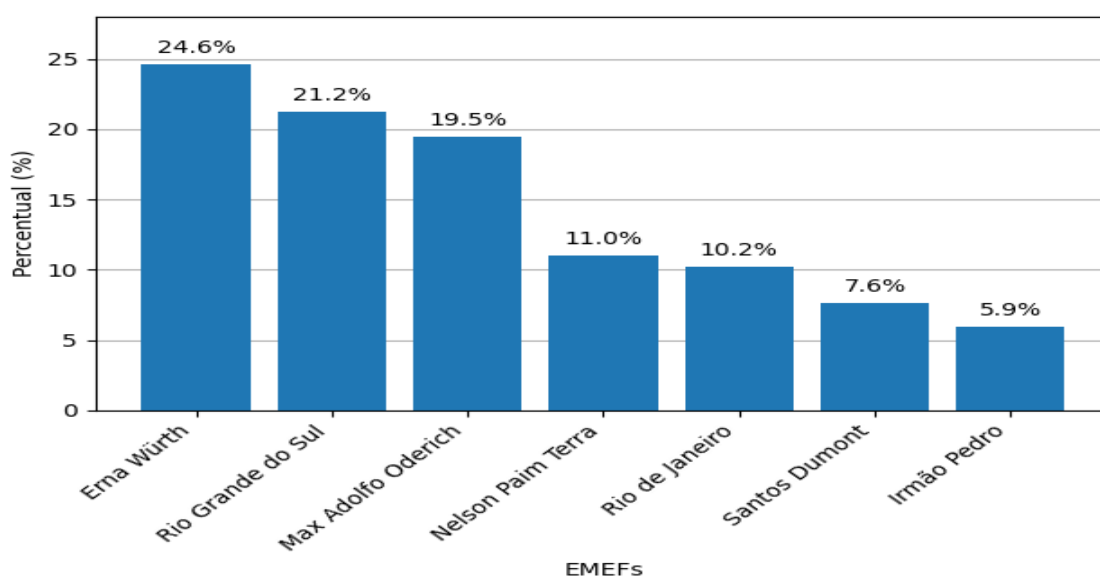
4.3.2 Identidade de Gênero

Quanto à identidade de gênero, verificou-se que a maioria dos participantes se identifica com o gênero feminino, representando 62 estudantes (53,4%). Em seguida, 53 participantes (45,7%) declararam-se do gênero masculino e apenas 1 participante (0,9%) se identificou como não binário. Esses dados mostram um equilíbrio de gênero na amostra, com leve predominância feminina.

4.3.3 Distribuição dos Participantes por Escola

No que se refere à distribuição dos participantes por escola (Figura 3), observa-se que a EMEF Erna Würth concentrou o maior percentual de respondentes (24,6%), seguida pela EMEF Rio Grande do Sul (21,2%) e pela EMEF Max Adolfo Oderich (19,5%). As demais unidades também participaram de forma significativa, como a EMEF Nelson Paim Terra (11%), a EMEF Rio de Janeiro (10,2%), a EMEF Santos Dumont (7,6%) e a EMEF Irmão Pedro (5,9%). Essa distribuição demonstra que a amostra foi composta por estudantes provenientes de diferentes escolas da rede municipal, conferindo maior amplitude ao levantamento realizado.

Figura 3 - Distribuição dos Participantes por Escola



Fonte: Elaborado pela autora.

4.3.4 Condição de Trabalho

No que se refere à condição de trabalho, dos 117 estudantes que responderam ao questionário, 53 declararam exercer atividade laboral, correspondendo a 45,3% do total, enquanto 64 (54,7%) informaram não estar trabalhando no momento.

4.3.5 Áreas de Atuação Profissional

As respostas referentes à atividade profissional exercida pelos participantes foram organizadas em categorias temáticas, adotando-se como unidade de registro a ocupação declarada por cada estudante. A categorização foi realizada a partir da identificação de segmentos profissionais com características semelhantes, considerando a natureza da atividade desempenhada.

Observou-se que alguns estudantes indicaram diretamente a função exercida (por exemplo, “auxiliar de cozinha”, “vendedora” e “diarista”), enquanto outros mencionaram o local ou o tipo de atividade desenvolvida (como “mercado”, “padaria” ou “obra”). Nesses casos, a classificação foi definida com base no campo de atuação profissional correspondente, tomando-se como referência o contexto da resposta apresentada. A partir dessa organização, foram constituídas as categorias apresentadas no Quadro 6, acompanhadas de suas respectivas frequências.

Quadro 6 - Atividades profissionais declaradas pelos estudantes da EJA

Categoria	Atividades mencionadas	Frequência (n)
Construção civil e manutenção	Trabalho em obra; construção civil; reforma de casa; obra; vidraceiro; pintor; construtor; mecânica de suspensão de caminhão; manutenção industrial (polo petroquímico)	8
Comércio e varejo	Mercado; padaria; administração de loja de roupa; imobiliária; ajudante interino de açai; vendedora; com vendas; caixa	9
Serviços de alimentação	Auxiliar de cozinha; garçoneiro; garçoneiro em pizzaria	4
Serviços gerais e limpeza	Auxiliar de serviços gerais; auxiliar de limpeza; faxineira; diarista; higienização urbana	7
Transporte e logística	Transporte; jovem aprendiz na renovação logística; empresa de caminhão; motorista de aplicativo; entregas pelo iFood; bicos de mudança; carregamento de cadeiras e birôs (mudança/transporte)	6

Serviços institucionais	Escola; secretaria da saúde; empresa de segurança privada (portaria); banco Barrisul (carregamento de mobiliário)	3
Cuidado e bem-estar	Babá; cuidadora de idosos; massoterapeuta; terapeuta (Reiki, terapia tântrica); instrutora de atividades físicas (ritmos, step, GAP, funcional)	4
Indústria a setor produtivo	Indústria de plástico Ltda; balança para boi (atividade vinculada ao agronegócio); reciclagem; móveis (produção/setor produtivo)	5
Total		46

Fonte: Elaborado pela autora.

Observa-se a predominância de inserção dos estudantes em atividades operacionais e de prestação de serviços, com maior concentração nos setores da construção civil, comércio e serviços gerais. Tais ocupações caracterizam-se, em grande parte, por exigências físicas intensas, jornadas prolongadas e condições de trabalho frequentemente marcadas por esforço repetitivo e desgaste corporal. Esse contexto pode repercutir diretamente na disponibilidade física e temporal dos estudantes para a prática regular de atividades físicas, bem como influenciar suas percepções acerca do próprio corpo, da saúde e do autocuidado.

Ao considerar a realidade dos estudantes trabalhadores, torna-se necessário compreender que as condições de vida e trabalho exercem influência significativa sobre as possibilidades de participação em práticas educativas e corporais. Nesse sentido, Frigotto (2010) destaca que a formação humana deve ser analisada a partir das condições concretas de existência dos sujeitos, uma vez que trabalho, educação e vida social encontram-se profundamente articulados. Assim, as demandas do cotidiano laboral podem limitar o tempo e as oportunidades para a prática de atividades físicas, ao mesmo tempo em que moldam as formas como os estudantes compreendem a relação entre corpo, saúde e bem-estar.

4.4 Percepção dos estudantes trabalhadores da EJA sobre os benefícios da atividade física e os riscos da inatividade

Esta seção apresenta a análise das respostas referentes às percepções dos estudantes acerca dos benefícios da atividade física e dos possíveis riscos associados à inatividade. A análise busca compreender o nível de conhecimento e entendimento

dos participantes sobre a relação entre atividade física e saúde.

4.4.1 Benefícios da atividade física

De modo geral, a maioria dos participantes demonstrou reconhecer os benefícios da prática regular de atividades físicas para a saúde. Entre 52 respostas válidas, 36 estudantes (69,2%) indicaram acreditar fortemente nos efeitos positivos da atividade física, enquanto 10 (19,2%) afirmaram acreditar parcialmente e 5 (9,6%) reconheceram efeitos moderados. Esses dados revelam uma consciência significativa sobre a importância da atividade física na promoção do bem-estar e na prevenção de doenças, indicando que os estudantes a reconhecem como um recurso relevante para a manutenção da saúde, aspecto amplamente discutido na literatura sobre atividade física e promoção da saúde (Nahas, 2017).

Os impactos da atividade física na saúde mental também foram evidenciados. Do total de participantes, 32 (59,1%) consideraram que a prática regular “faz muito bem” ao bem-estar psicológico, contribuindo para a redução do estresse e a melhoria do humor. Outros 9 (15,9%) indicaram benefícios moderados, 9 (15,9%) afirmaram efeitos leves e apenas 2 (4,5%) não reconheceram efeitos positivos significativos. Esses dados indicam que, embora a dimensão emocional seja amplamente reconhecida, ainda existe parcela dos estudantes que desconhece ou subestima os benefícios psicológicos da atividade física, os quais têm sido amplamente apontados por organismos internacionais de saúde como fatores associados à redução do estresse, da ansiedade e à promoção do bem-estar psicológico (OMS, 2020).

A questão aberta que solicitava aos estudantes a descrição dos benefícios proporcionados pelas aulas de Educação Física possibilitou aprofundar a compreensão dessas percepções. A partir da organização e categorização das respostas, identificou-se, inicialmente, a predominância de menções a benefícios físicos e funcionais, tais como aumento de força e resistência, melhora da respiração, prevenção de lesões, controle do peso, melhoria do desempenho cardiovascular e redução de dores corporais. Essas manifestações indicam que os estudantes associam a Educação Física, sobretudo, à dimensão biológica da saúde, compreendendo-a como meio de aprimoramento do condicionamento físico e de prevenção de agravos.

De modo igualmente significativo, emergiram referências aos benefícios psicológicos e emocionais da prática corporal, destacando-se expressões como

“melhora do humor”, “alívio do estresse”, “redução da ansiedade”, “autoestima” e “bem-estar”. Tais manifestações revelam que parte expressiva dos participantes reconhece a relação entre atividade física e saúde mental, ampliando a compreensão da saúde para além de aspectos estritamente orgânicos.

Entretanto, observou-se também a presença de respostas vagas ou pouco elaboradas, como “muitos”, “faz bem”, “são boas” ou “sei lá”, além de manifestações que indicaram desconhecimento ou dificuldade de compreensão da pergunta. Verificou-se, ainda, que alguns estudantes mencionaram modalidades específicas — como corrida, futebol ou alongamento — em lugar de descrever os benefícios à saúde, o que pode sinalizar compreensão parcial acerca dos efeitos da atividade física.

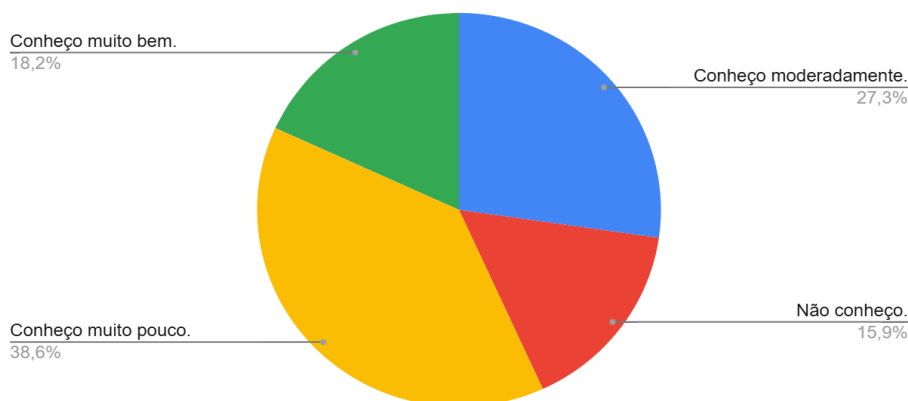
De forma geral, os achados da análise evidenciam que os estudantes reconhecem os benefícios da prática de atividades físicas, especialmente nas dimensões física e emocional da saúde. Entretanto, as lacunas identificadas nas respostas indicam que esse reconhecimento ainda ocorre, em muitos casos, de forma parcial ou pouco aprofundada. Diante desses resultados, evidencia-se a necessidade de intervenções pedagógicas mais sistematizadas nas aulas de Educação Física, capazes de ampliar a compreensão dos estudantes acerca da relação entre atividade física e promoção da saúde.

4.4.2 Conhecimento técnico e orientações sobre atividade física

Apesar da valorização da prática, os estudantes apresentaram lacunas no conhecimento técnico sobre tipos de atividades físicas recomendadas para a saúde. Entre 52 respondentes, apenas 10 (18,2%) afirmaram conhecer “muito bem” os diferentes tipos de exercícios (aeróbicos, fortalecimento muscular e alongamento), 14 (27,3%) relataram conhecimento moderado, 19 (38,6%) indicaram conhecer muito pouco e 9 (15,9%) declararam não conhecer. A distribuição dessas respostas está apresentada na Figura 4.

Figura 4 - Conhecimento dos estudantes acerca dos tipos de atividades físicas recomendadas à saúde

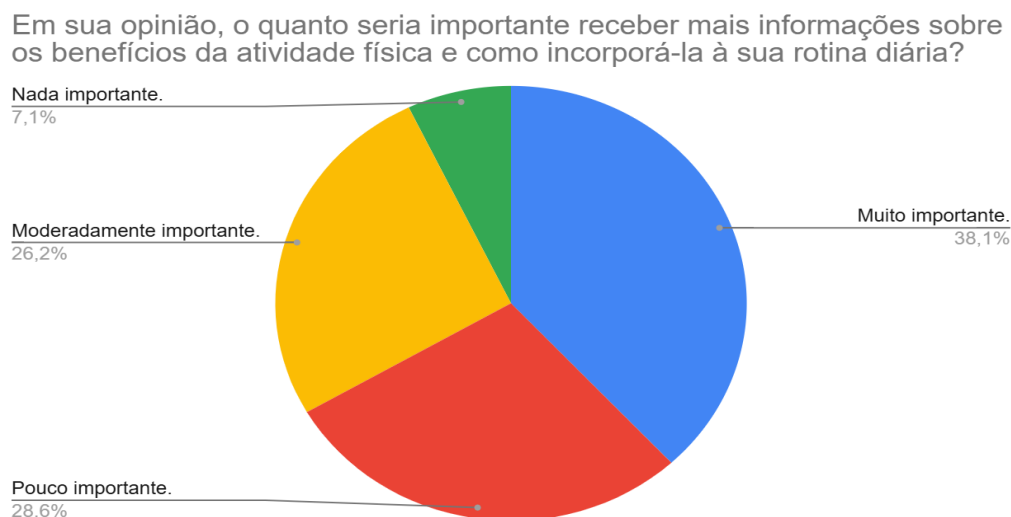
Você conhece os diferentes tipos de atividade física recomendados para melhorar a saúde, como atividades aeróbicas, exercícios de fortalecimento muscular e alongamento?



Fonte: Elaborado pela autora.

Os resultados apontam fragilidades no conhecimento técnico dos estudantes, evidenciando a necessidade de ampliar o acesso a orientações pedagógicas que favoreçam a incorporação das práticas corporais ao cotidiano. A maioria reconheceu a relevância de receber tais orientações: 22 participantes (38,1%) consideraram-nas “muito importantes”, 11 (26,2%) “moderadamente importantes”, 13 (28,6%) “pouco importantes” e apenas 4 (7,1%) “nada importantes”. Embora haja interesse em aprofundar conhecimentos, observa-se diferença na percepção sobre a importância da atividade física. Nesse contexto, conforme Nahas (2017), a adoção de um estilo de vida fisicamente ativo depende não apenas da prática regular de exercícios, mas também do acesso a informações adequadas sobre diferentes formas de atividade física e seus benefícios. Assim, os dados sugerem que, embora parte dos estudantes compreenda a relevância da orientação, estratégias educativas mais efetivas podem ser necessárias para engajar aqueles com menor percepção de importância. A percepção dos estudantes acerca dessa temática está representada na Figura 5.

Figura 5 - Percepção dos estudantes sobre a importância de receber orientações para incorporar atividade física à rotina



Fonte: Elaborado pela autora.

4.4.3 Impactos da inatividade e problemas de saúde associados

Verificou-se que os participantes, em sua maioria, reconhecem os prejuízos decorrentes da inatividade física. Entre os 52 respondentes, 26 (50%) afirmaram que a falta de atividade física “prejudica muito” a saúde, 10 (20,5%) avaliaram que “prejudica moderadamente” e 5 (9,1%) consideraram que “prejudica pouco”. Por outro lado, 11 (20,5%) indicaram que a inatividade “não prejudica”, revelando a existência de percepções divergentes quanto aos riscos associados ao sedentarismo.

Além disso, os participantes estabeleceram relação entre o comportamento sedentário e diferentes agravos à saúde, com destaque para obesidade (27,6%), ansiedade e depressão (21,3%), doenças cardíacas (20,5%), hipertensão (17,3%) e diabetes (11,8%). Também foram mencionadas, de forma pontual, condições como hérnia de disco e respostas genéricas, o que sugere compreensão parcial acerca das consequências específicas da inatividade. A sistematização dessas associações encontra-se apresentada no Quadro 7.

Esses resultados indicam que, embora parte dos estudantes reconheça os impactos negativos da inatividade física, ainda existem compreensões distintas sobre seus efeitos na saúde. Nesse sentido, estudos apontam que a insuficiência de atividade física aumenta o risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, como doenças cardiovasculares, diabetes, obesidade e alguns tipos

de câncer (Nahas, 2010; OMS, 2020). Esses dados reforçam a necessidade de ampliar o conhecimento dos estudantes sobre os efeitos da prática regular de atividade física e os riscos associados ao sedentarismo.

Quadro 7 - Problemas de saúde associados à inatividade física segundo os estudantes

Problema de saúde	Frequência (n)	Percentual (%)
Obesidade	35	27,6%
Ansiedade e depressão	27	21,3%
Doenças cardíacas	26	20,5%
Pressão alta (hipertensão)	22	17,3%
Diabetes	15	11,8%
Hérnia de disco	1	0,8%
Nenhum problema relacionado	1	0,8%
Total	127	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2025).

Nota: Cada participante pôde assinalar mais de uma opção.

4.4.4 Prática de atividade física e barreiras à adesão

No que diz respeito à prática efetiva de atividade física, 38 participantes (71,7%) relataram realizar algum tipo de exercício regularmente, enquanto 15 (28,3%) declararam não praticar. Entre as modalidades mais citadas estão: caminhada (39%), musculação (22%), corrida (20,3%) e dança (8,5%). Modalidades coletivas como futebol e vôlei foram mencionadas em 3,4% cada, e ciclismo ou uso da bicicleta como transporte em 1,7% cada. A distribuição detalhada das modalidades praticadas pelos estudantes está apresentada no Quadro 8.

Quadro 8 - Modalidades de atividade física realizadas pelos estudantes

Modalidade	Frequência (n)	Percentual (%)
Caminhada	23	39,0%
Musculação	13	22,0%
Corrida	12	20,3%

Dança	5	8,5%
Futebol	2	3,4%
Vôlei	2	3,4%
Ciclismo ((lazer ou exercício)	1	1,7%
Bicicleta (como meio de transporte)	1	1,7%
Total	59	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2025).

Nota: Cada participante pôde assinalar mais de uma opção.

Observa-se que as modalidades mais mencionadas pelos participantes correspondem, em sua maioria, a práticas acessíveis e de fácil inserção no cotidiano, como caminhada e corrida. Esse resultado pode ser interpretado à luz da compreensão de que o estilo de vida ativo se constitui a partir de ações habituais que refletem tanto as escolhas individuais quanto as oportunidades e condições presentes na realidade social dos sujeitos (Nahas, 2017). Assim, atividades que não exigem equipamentos específicos ou custos financeiros tendem a ser mais incorporadas por indivíduos que enfrentam limitações de tempo, recursos ou infraestrutura.

Além disso, a predominância de práticas individuais sugere que a adesão à atividade física entre estudantes trabalhadores da EJA pode estar relacionada à possibilidade de realizar atividades físicas de forma autônoma e flexível, adaptando-os às exigências do cotidiano. Considerando que grande parte desses estudantes concilia trabalho, estudo e responsabilidades familiares, a escolha por atividades de menor complexidade organizacional pode representar uma estratégia para manter algum nível de prática física mesmo diante de rotinas intensas.

Quanto à frequência da prática de atividade física, 57,1% dos participantes relataram realizar exercícios algumas vezes por semana, enquanto 23,8% afirmaram praticar diariamente. Em menor proporção, 4,8% indicaram praticar algumas vezes por mês e 14,3% declararam nunca realizar atividades físicas.

Esses resultados indicam que uma parcela significativa dos participantes mantém certa regularidade na prática de atividades físicas, ainda que em diferentes intensidades e frequências. Tal aspecto reforça a ideia de que a atividade física pode ser incorporada ao cotidiano mesmo em contextos marcados por múltiplas demandas. Conforme destaca Nahas (2017), o estilo de vida ativo não depende exclusivamente

de práticas estruturadas ou esportivas, mas pode se constituir a partir de diferentes formas de movimento presentes na rotina diária.

Em relação à duração das sessões, predominou o tempo entre 30 minutos e 1 hora, mencionado por 48,9% dos participantes. Além disso, 24,4% relataram praticar por menos de 30 minutos, 20% entre 1 e 2 horas e 6,7% por mais de 2 horas por sessão. Esses resultados indicam que parte significativa dos estudantes realiza práticas com duração compatível com as recomendações internacionais para a promoção da saúde. A Organização Mundial da Saúde recomenda que adultos acumulem entre 150 e 300 minutos semanais de atividade física aeróbica de intensidade moderada, ou entre 75 e 150 minutos de intensidade vigorosa, podendo essas práticas ser distribuídas ao longo da semana em sessões de aproximadamente 30 minutos ou mais (OMS, 2020).

No que se refere aos obstáculos para a prática regular, a falta de tempo destacou-se como a principal barreira (42%), seguida pela falta de motivação (26,1%). Também foram apontadas a ausência de espaços adequados (11,4%) e limitações financeiras (8%). Em menor frequência, surgiram condições médicas (5,7%), limitações físicas (3,4%) e fatores pontuais como preguiça, cansaço e dificuldades de deslocamento (1,1% cada). A sistematização desses dados está apresentada no Quadro 9.

Quadro 9 - Principais obstáculos à prática regular de atividade física
+

Obstáculo	Frequência (n)	Percentual (%)
Falta de tempo	37	42,0%
Falta de motivação	23	26,1%
Falta de acesso a espaço para a prática	10	11,4%
Limitações financeiras para acessar academias ou programas	7	8,0%
Condições médicas	5	5,7%
Limitações físicas	3	3,4%
Preguiça	1	1,1%
Deslocamento (trabalho/escola)	1	1,1%
Cansaço	1	1,1%
Total	88	100%

Fonte: Elaborado pela autora.

Nota: Cada participante pôde assinalar mais de um motivo.

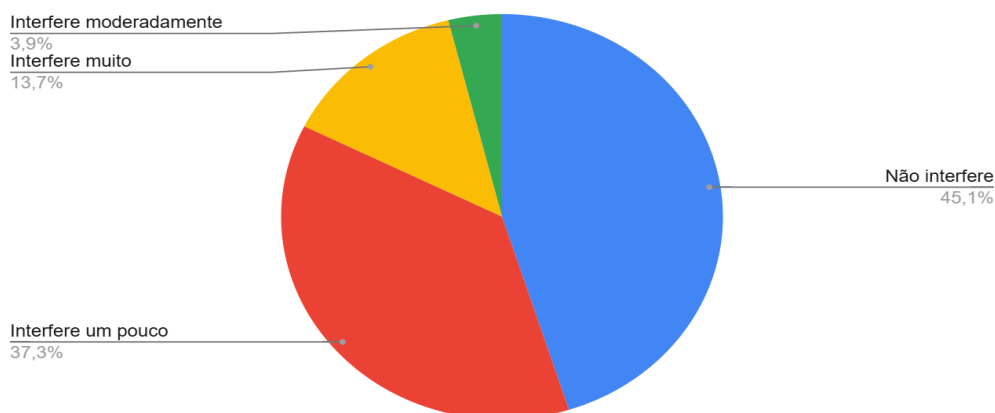
A predominância da falta de tempo como principal obstáculo pode ser compreendida a partir das condições concretas de vida dos estudantes da Educação de Jovens e Adultos, que frequentemente conciliam jornadas de trabalho extensas, responsabilidades familiares e a própria escolarização. Nessa perspectiva, a adoção de hábitos ativos não depende apenas da vontade individual, mas está profundamente relacionada às condições sociais e materiais que estruturam o cotidiano dos sujeitos (Nahas, 2017; Gonçalves, 1994).

Além disso, a presença de fatores como limitações financeiras e ausência de espaços adequados evidencia que a prática de atividades físicas também é influenciada por desigualdades sociais e pelo acesso a oportunidades de lazer e cuidado com a saúde. Conforme destaca Gonçalves (1994), a saúde não pode ser compreendida isoladamente das condições sociais e históricas em que os indivíduos estão inseridos, sendo resultado de múltiplos determinantes que envolvem aspectos econômicos, culturais e estruturais.

Por fim, a influência da rotina de trabalho se mostrou um fator determinante na adesão às práticas físicas. Entre 51 respondentes, 54,9% indicaram que o trabalho interfere de alguma forma na prática de atividades físicas — variando entre muito, moderadamente ou um pouco — enquanto 45,1% afirmaram que o trabalho não interfere significativamente. A distribuição dessas respostas está apresentada na Figura 6.

Figura 6 - Influência da rotina de trabalho na prática de atividades físicas

A sua rotina de trabalho interfere na escolha de praticar atividades físicas?



Fonte: Elaborado pela autora.

Esse resultado reforça a centralidade do trabalho na organização da vida dos estudantes da EJA, aspecto que influencia diretamente as possibilidades de participação em atividades voltadas ao cuidado com a saúde. O trabalho pode ser compreendido como categoria central da vida social e da formação humana, constituindo elemento estruturante da produção da existência e da constituição dos sujeitos (Ciavatta, 2005; Ramos, 2014). Nesse sentido, as condições concretas de trabalho podem ampliar ou restringir as possibilidades de participação dos estudantes em práticas relacionadas ao cuidado com o corpo e com a saúde.

De modo geral, os achados indicam que os estudantes trabalhadores da EJA reconhecem a relevância da atividade física para a saúde e demonstram compreensão acerca de seus benefícios. Entretanto, os dados também revelam lacunas no conhecimento técnico e dificuldades relacionadas à adesão e à regularidade da prática, especialmente diante das demandas laborais e das condições objetivas de vida. Observa-se que, embora haja valorização simbólica da atividade física como estratégia de promoção da saúde, sua incorporação ao cotidiano permanece condicionada a fatores estruturais e pessoais que influenciam a prática regular. Nesse cenário, destaca-se a potencial contribuição da Educação Física na mediação de conhecimentos contextualizados, articulados à realidade dos estudantes trabalhadores.

4.5 As aulas de Educação Física e sua contribuição para a saúde dos estudantes trabalhadores

A partir da análise do nível de conhecimento dos estudantes trabalhadores acerca dos benefícios da atividade física e dos riscos da inatividade, torna-se pertinente examinar como esses saberes se materializam no contexto das aulas de Educação Física. Nesse sentido, a seção seguinte volta-se à compreensão das práticas desenvolvidas na escola e à forma como os estudantes percebem sua contribuição para a saúde e para a motivação à prática corporal.

4.5.1 Conteúdos desenvolvidos nas aulas de Educação Física

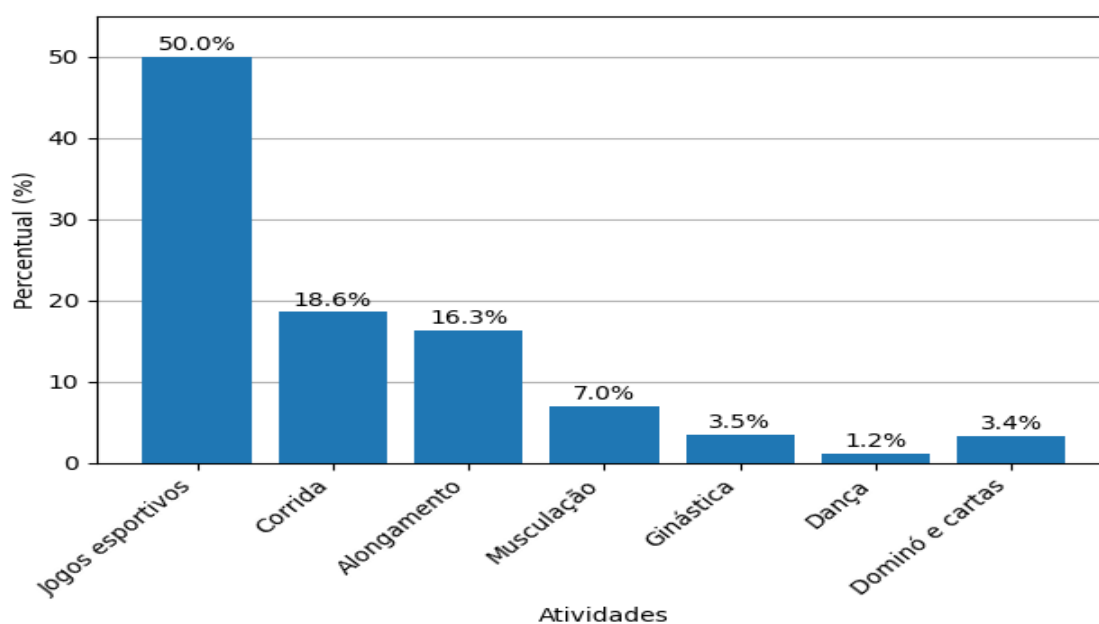
A partir das respostas de 45 estudantes acerca das atividades desenvolvidas nas aulas de Educação Física (Figura 7), verificou-se que os jogos esportivos configuram a principal prática realizada, concentrando 50% das menções e reafirmando seu protagonismo no contexto escolar.

A predominância dos jogos esportivos nas aulas de Educação Física também pode ser compreendida à luz da trajetória histórica da área no contexto escolar brasileiro. Durante muito tempo, o esporte constituiu o conteúdo central das aulas, o que contribuiu para a sua forte presença nas práticas pedagógicas desenvolvidas nas escolas (Darido, 2003). Nesse sentido, a forte presença de jogos esportivos identificada nas respostas dos participantes pode refletir tanto essa tradição pedagógica quanto às preferências construídas ao longo da trajetória escolar dos alunos.

As atividades de corrida (18,6%) e alongamento (16,3%) aparecem com frequência significativa, o que pode indicar sua presença no aquecimento ou no encerramento das aulas. Em contrapartida, modalidades como musculação (7%), ginástica (3,5%) e dança (1,2%) são menos recorrentes, sugerindo menor exploração dessas práticas.

Também foram citadas, ainda que em menor escala, atividades como dominó e cartas (3,4%), o que pode indicar momentos de socialização e integração entre os estudantes. Essas práticas, mesmo não sendo corporais, também contribuem para o bem-estar dos alunos e para o desenvolvimento de habilidades cognitivas e sociais.

Figura 7 - Atividades desenvolvidas nas aulas de Educação Física



Fonte: Elaborado pela autora.

4.5.2 Percepção sobre a contribuição das aulas para a saúde

Quanto à percepção sobre o quanto as atividades realizadas nas aulas de Educação Física contribuem para melhorar a saúde, 50 participantes responderam. Observa-se que a maioria, 28 (54,9%), afirmou que as atividades "contribuem muito", indicando uma avaliação bastante positiva quanto aos benefícios para a saúde.

Um grupo menor, 6 (11,8%), considerou que as atividades "contribuem moderadamente", mostrando uma percepção intermediária. Por outro lado, 16 (31,4%) indicaram que as aulas "contribuem um pouco", apontando para uma percepção mais cautelosa ou menos significativa. Apenas 1 participante (2%) relatou que as atividades "não contribuem", representando uma visão isolada e negativa entre os respondentes.

A avaliação positiva apresentada pela maioria dos estudantes sugere que as aulas de Educação Física são percebidas como espaço relacionado ao cuidado com o corpo e à promoção da saúde. Essa percepção dialoga com a compreensão de que as experiências corporais vivenciadas na escola podem contribuir para ampliar a consciência dos estudantes acerca do movimento e de sua relação com o bem-estar e a qualidade de vida (Freire, 1989).

4.5.3 Influência das aulas na motivação para a prática fora do ambiente escolar

Em relação à influência das aulas de Educação Física na motivação para a prática de atividades físicas fora do ambiente escolar, 51 participantes responderam. Dentre eles, 23 (45,1%) afirmaram que as aulas "incentivam muito", evidenciando uma percepção amplamente positiva quanto ao estímulo promovido pela disciplina.

Outros 7 respondentes (13,7%) apontaram que as aulas "incentivam moderadamente", sugerindo um grau intermediário de motivação. Já 16 participantes (31,4%) consideraram que as aulas "incentivam pouco", o que indica um impacto percebido como mais restrito. Por fim, 5 pessoas (9,8%) disseram que as aulas "não incentivam", demonstrando uma avaliação mais negativa sobre esse aspecto.

Esses resultados indicam que as experiências proporcionadas nas aulas de Educação Física podem repercutir para além do ambiente escolar, influenciando a relação dos estudantes com a prática de atividades físicas em outros espaços da vida cotidiana. Quando as práticas corporais são vivenciadas de maneira significativa, tendem a favorecer maior interesse e envolvimento dos alunos com o movimento corporal (Freire, 1989).

4.5.4 Importância atribuída às aulas de Educação Física pelos estudantes

No que se refere à importância atribuída às aulas de Educação Física (Quadro 10), participaram da questão 51 estudantes, sendo permitido assinalar mais de uma alternativa. A dimensão mais recorrente foi "contribuem para minha saúde e bem-estar geral" (51%), indicando que os estudantes associam a disciplina prioritariamente à promoção da saúde. Em seguida, destacou-se a alternativa "ajudam a desenvolver habilidades físicas e sociais" (41,2%), evidenciando o reconhecimento de seu papel formativo. Na sequência, "são importantes para aliviar o estresse e melhorar o humor" foi indicada por 39,2% dos participantes, enquanto "proporcionam momentos de diversão e lazer" foi assinalada por 35,3%, revelando também a valorização do aspecto emocional e recreativo das aulas.

Quadro 10 - Importância atribuída às aulas de Educação Física pelos estudantes

Afirmação	Percentual (%)
Contribuem para minha saúde e bem-estar geral	51,0
Ajudam a desenvolver habilidades físicas e sociais	41,2

São importantes para aliviar o estresse e melhorar o humor	39,2
Proporcionam momentos de diversão e lazer	35,3
Total	100%

Fonte: Elaborado pela autora.

A valorização das aulas de Educação Física expressa pelos estudantes também pode ser interpretada a partir da compreensão das práticas corporais como manifestações culturais presentes na vida social. Nesse sentido, a Educação Física escolar possibilita o contato com diferentes formas de expressão corporal, envolvendo aspectos relacionados ao lazer, à socialização, ao cuidado com o corpo e ao desenvolvimento humano (Escobar; Taffarel, 2009).

4.5.5 Sugestões dos alunos da EJA para incentivar a prática de atividade física nas aulas de Educação Física

As respostas dos alunos foram organizadas tomando-se como unidade de registro cada sugestão apresentada. Após leitura integral do material, procedeu-se à identificação de núcleos de sentido recorrentes, sendo as manifestações agrupadas em categorias temáticas a partir da proximidade semântica e da convergência de objetivos.

Verificou-se que algumas respostas foram vagas ou indicaram desconhecimento da proposta, como “não sei”, “não” ou “sim”, não apresentando conteúdo analítico suficiente para categorização. Assim, foram consideradas apenas as respostas que continham sugestões efetivas relacionadas ao incentivo à prática de atividade física. A sistematização do material resultou na constituição de cinco categorias de sugestões, apresentadas a seguir.

1. Aulas mais práticas e participativas: os alunos enfatizaram a necessidade de aulas em que o professor participe diretamente das atividades, ensinando modalidades esportivas e promovendo a integração. Comentários representativos incluem: “Com aulas mais interativas entre professores e alunos, por exemplo um vôlei aonde o professor também participa” e “Nas aulas de ed. física poderia ter professor ensinando os alunos a jogar bola como um time”.

2. Aumento do número e diversidade de atividades: foram mencionadas a inclusão

de mais esportes, brincadeiras, gincanas, circuitos de exercícios e aulas de dança, com o objetivo de diversificar e tornar a prática mais atrativa: “fazendo gincana”, “oferecer aulas de dança com músicas” e “Implementar exercícios de coordenação e exercícios variados como circuitos”.

3. Desafios e competições: alguns estudantes sugeriram torneios e competições entre turmas ou colegas como forma de estimular a participação: “Talvez desafios ou competições entre si, deixaria as pessoas com mais vontade de praticar atividade física” e “Sugiro fazer um torneio de algum esporte das turmas nas escolas que tem EJA”.

4. Aprimoramento da metodologia de ensino: essa categoria compreende sugestões de planejamento estruturado e motivacional, evitando atividades soltas ou desorganizadas. Exemplos incluem: “Fazer os professores darem Educação Física, e não joguinhos” e “aulas mais motivacionais”.

5. Maior incentivo e oportunidades externas: os alunos também indicaram a importância de motivação individual, acompanhamento e encaminhamentos para prática esportiva fora da escola: “mais incentivo”, “acredito que deveria ter mais incentivo ao aluno trabalhador” e “oportunidades de fazer um pouco mais profissional como indicar para esportes como futebol ou vôlei e outros”.

De modo geral, os resultados indicam que as aulas de Educação Física são reconhecidas pelos estudantes trabalhadores da EJA como espaços relevantes para a promoção da saúde, do bem-estar e da socialização. Embora os jogos esportivos predominem como principal conteúdo desenvolvido, observa-se percepção majoritariamente positiva quanto à contribuição das aulas para a saúde e para a motivação à prática fora do ambiente escolar. As sugestões apresentadas pelos próprios estudantes evidenciam o desejo por metodologias mais participativas, diversificação de atividades e maior incentivo à prática, sinalizando possibilidades concretas de aprimoramento pedagógico. Tais achados reforçam a importância de uma Educação Física sensível às especificidades desse público, articulando saúde, motivação e realidade social no contexto da EJA.

5 PRODUTO EDUCACIONAL

Este capítulo apresenta o Produto Educacional (PE) desenvolvido a partir dos resultados da pesquisa, explicitando seu processo de concepção, fundamentação teórica, organização estrutural, intencionalidade pedagógica e avaliação. O produto foi elaborado com base nas demandas identificadas junto aos estudantes da Educação de Jovens e Adultos (EJA) do município de Canoas/RS, articulando os dados empíricos coletados por meio de questionário com a revisão bibliográfica realizada ao longo do estudo.

A análise dos dados evidenciou que os estudantes valorizam propostas interativas, dinâmicas e contextualizadas, com maior participação ativa e relação direta com o cotidiano. Ao mesmo tempo, observou-se a necessidade de ampliar estratégias pedagógicas que promovam reflexão crítica acerca da saúde, da atividade física e da construção de hábitos saudáveis no contexto da EJA. A partir dessas constatações, desenvolveu-se o jogo digital *“Jogo da Saúde: EJA em Movimento”*, configurado como um recurso didático interativo voltado à promoção da saúde no espaço escolar.

O Produto Educacional está vinculado à Linha de Pesquisa Práticas Educativas em Educação Profissional e Tecnológica (EPT), integrando o Macroprojeto 1 – Propostas metodológicas e recursos didáticos em espaços formais e não formais de ensino na EPT. Sua construção dialoga com os princípios da formação humana integral, ao compreender a saúde como dimensão constitutiva da vida social, do trabalho e da cidadania, e não apenas como ausência de doença.

Mais do que um material informativo, o jogo foi concebido como mediação pedagógica. Conforme propõe Kaplún (2003), um material educativo deve articular dimensões conceituais, pedagógicas e comunicacionais, promovendo experiências significativas de aprendizagem capazes de mobilizar aspectos cognitivos, afetivos e atitudinais. Nesse sentido, o jogo busca provocar reflexão, estimular o diálogo e favorecer a construção coletiva de saberes relacionados à saúde e à qualidade de vida.

5.1 Processo de Construção do Produto Educacional

De acordo com Huizinga (2000), o jogo é uma atividade voluntária, exercida com regras próprias e obrigatórias, limitada no tempo e no espaço, dotada de significado, tensão e alegria, e que se distingue da vida cotidiana. Nessa perspectiva,

a escolha pelo desenvolvimento do Produto Educacional em formato de jogo fundamenta-se nas demandas identificadas junto aos estudantes da EJA, que apontaram preferência por propostas interativas, dinâmicas e contextualizadas, com maior participação no processo de aprendizagem. Assim, o jogo foi concebido como uma estratégia pedagógica que, por meio de regras, desafios e progressão, organiza a participação dos estudantes e estrutura a experiência de aprendizagem.

O “Jogo da Saúde: EJA em Movimento” foi desenvolvido na plataforma Genially, em formato de tabuleiro digital interativo. A escolha pelo modelo de percurso contínuo, inspirado em jogos tradicionais de avanço por casas numeradas, foi intencional, pois permite representar simbolicamente a ideia de trajetória, progresso e construção gradual de hábitos saudáveis.

O tabuleiro foi estruturado com 46 casas numeradas, organizadas em formato espiralado, iniciando na marcação “Início” e finalizando na casa “Fim”, representada por um troféu. Cada casa funciona como ponto de ativação de conteúdo, acionado por meio de recursos interativos da plataforma, como áreas clicáveis, pop-ups e navegação entre telas internas.

Figura 8 - Interface do tabuleiro digital *Jogo da Saúde: EJA em Movimento*



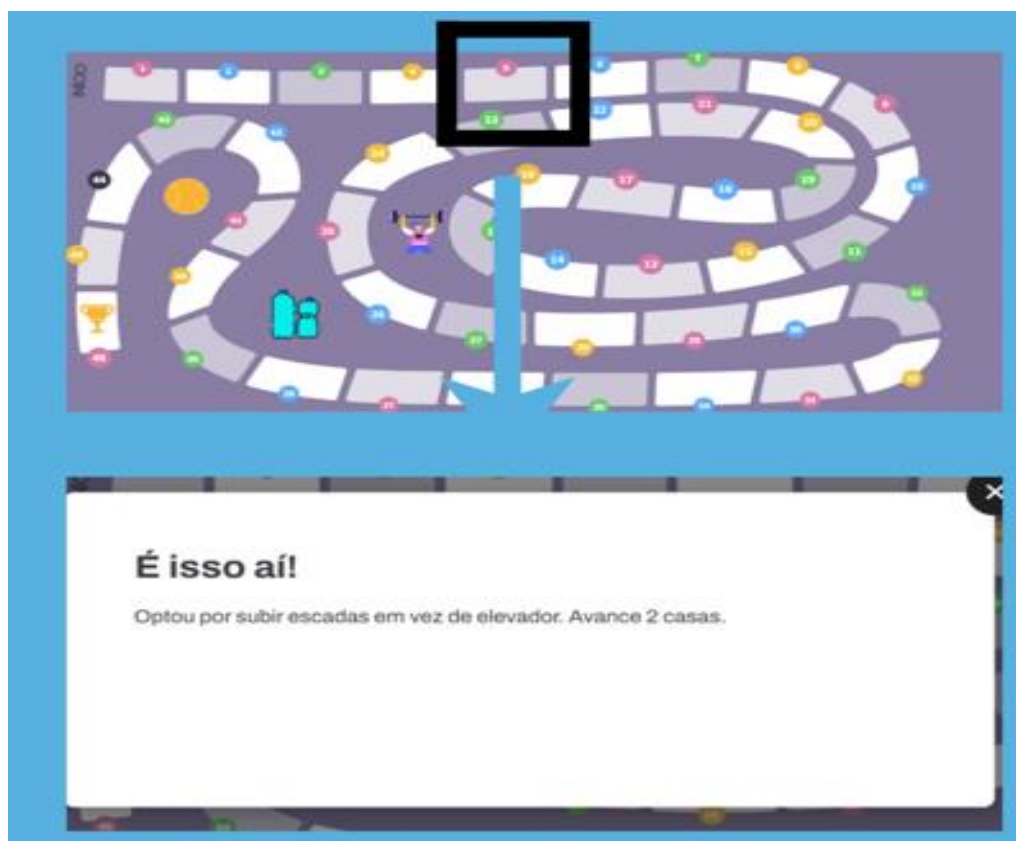
Fonte: Elaborado pela autora.

As ações programadas em cada casa contemplam:

- Perguntas objetivas abordando práticas corporais, hábitos de vida saudáveis e aspectos do autocuidado no contexto da promoção da saúde
- Desafios no formato verdadeiro ou falso;
- Mini atividades de identificação de imagens;
- Mensagens narrativas contextualizadas ao cotidiano dos estudantes;
- Situações que implicam avanço ou retrocesso no tabuleiro.

A lógica de consequência — avançar ou retornar casas conforme o desempenho — foi estruturada como elemento lúdico e reflexivo, estabelecendo relação simbólica entre escolhas, conhecimento e progresso. Essa dinâmica favorece o engajamento e estimula a tomada de decisão, reforçando a dimensão formativa da proposta. A figura 9 apresenta um exemplo de ação programada em uma das casas do jogo.

Figura 9- Exemplo de casa bônus que representa uma situação de avanço no tabuleiro.



Fonte: Elaborado pela autora.

Além da interatividade, o jogo foi planejado com atenção à organização visual, legibilidade, clareza das regras e usabilidade. O painel lateral com instruções favorece a autonomia dos jogadores, enquanto o uso do dado como elemento mecânico mantém familiaridade com jogos tradicionais, facilitando sua compreensão.

Assim, o produto configura-se como um recurso pedagógico estruturado de forma intencional, articulado aos objetivos da pesquisa e fundamentado na promoção de reflexões acerca de hábitos saudáveis no contexto da EJA.

5.2 Fundamentação Teórico-Metodológica do Produto

A elaboração do jogo foi orientada pelos três eixos propostos por Kaplún (2003): conceitual, pedagógico e comunicacional.

a) Eixo conceitual

Refere-se à definição, seleção e organização dos conteúdos estruturantes do jogo. As temáticas contempladas foram organizadas em três eixos articulados: (1) práticas corporais e atividade física; (2) hábitos de vida saudáveis; e (3) autocuidado e responsabilidade com a própria saúde. Esses eixos foram definidos com base:

- Nos dados obtidos na pesquisa com os estudantes da EJA;
- Na literatura sobre promoção da saúde;
- Na compreensão da saúde como dimensão integrada à formação humana.

Conforme destaca Kaplún (2003), é fundamental diagnosticar o contexto dos sujeitos, compreendendo o que sabem, o que desejam, o que pensam, imaginam ou desconhecem acerca do tema, bem como as necessidades às quais o material educativo deve responder. Nesse sentido, os conteúdos não foram organizados de forma fragmentada, mas contextualizados em situações do cotidiano dos estudantes trabalhadores, favorecendo a identificação, o engajamento e a atribuição de sentido social às aprendizagens.

b) Eixo pedagógico

Considerou-se o perfil dos estudantes da EJA, caracterizado por trajetórias

escolares interrompidas, experiências de trabalho e múltiplas responsabilidades. Nesse sentido, optou-se por:

- Estratégias colaborativas;
- Dinâmica em grupo;
- Linguagem acessível;
- Desafios que integram conhecimento e vivência prática.

O jogo foi planejado para estimular o diálogo, a troca de experiências e a reflexão coletiva, reforçando a dimensão participativa do processo educativo. Tal perspectiva aproxima-se do que Kaplún (2003) denomina eixo pedagógico articulado, o qual parte da realidade concreta do sujeito e o introduz gradualmente nas concepções teóricas da área, por meio de atividades que favoreçam a apropriação dos conceitos. Assim, ao considerar as vivências dos estudantes trabalhadores da EJA e propor situações que relacionam conhecimento e cotidiano, o jogo busca promover aprendizagens significativas, contextualizadas e socialmente referenciadas.

c) Eixo comunicacional

O eixo comunicacional do jogo situa-se na dimensão da interação mediada pelo conteúdo pedagógico, na qual os estudantes se envolvem ativamente na construção de conhecimento sobre hábitos saudáveis. Segundo Kaplún (2003), o eixo comunicacional compreende as estratégias e recursos que promovem a troca de informações, a produção de sentidos e a negociação de significados entre participantes e material educativo.

No caso do jogo, essa função se materializa por meio de perguntas, desafios, mini atividades e mensagens narrativas que estimulam os estudantes a refletirem sobre escolhas, relações de causa e efeito e práticas cotidianas de saúde. A interatividade do tabuleiro digital, os pop-ups informativos e a lógica de avanço ou retrocesso constituem mecanismos que incentivam o diálogo interno e a tomada de decisão, favorecendo a apropriação de conceitos, a construção de sentido e a consolidação de hábitos saudáveis no contexto da EJA.

5.3 Avaliação do Produto Educacional

A avaliação do Produto Educacional teve como objetivo analisar sua adequação pedagógica, clareza metodológica e potencial de contribuição para a

promoção da saúde no contexto da Educação de Jovens e Adultos (EJA). Considerando que o jogo se constitui como uma estratégia didática a ser utilizada nas aulas de Educação Física, a análise foi direcionada aos professores dessa área, responsáveis por mediar sua aplicação em sala de aula. A participação desses profissionais possibilitou examinar a coerência do material com a prática pedagógica, a clareza das regras e desafios, bem como sua viabilidade de implementação no contexto escolar.

O instrumento avaliativo foi desenvolvido na plataforma Google Forms, sendo composto por questões fechadas organizadas em categorias ordenadas de resposta, as quais possibilitaram aos participantes indicar diferentes níveis de avaliação em relação aos aspectos analisados. Além disso, incluiu-se uma questão aberta destinada ao registro de sugestões, críticas e comentários. A aplicação ocorreu de forma online, o que favoreceu a sistematização automática das respostas e possibilitou a análise dos dados coletados.

Foram convidados a participar da avaliação os sete professores de Educação Física das escolas envolvidas na pesquisa. Dentre esses, cinco docentes aceitaram integrar o estudo e formalizaram sua participação. Assim, o processo avaliativo contou com a colaboração de profissionais diretamente vinculados ao contexto de aplicação do Produto Educacional, o que contribuiu para a análise de sua pertinência, viabilidade e adequação à realidade da Educação de Jovens e Adultos (EJA).

O processo avaliativo foi fundamentado na proposta de avaliação coletiva apresentada por Leite (2019), que defende a análise participativa de Produtos Educacionais, considerando dimensões comunicacionais, pedagógicas, teóricas e críticas. Considerando que o Produto desenvolvido consiste em um jogo de tabuleiro online, procedeu-se à adaptação dessas dimensões às especificidades do recurso digital. Assim, estruturaram-se quatro eixos avaliativos — técnico-estético, comunicacional, pedagógico e científico-formativo — definidos de modo a contemplar a organização do material, sua linguagem, intencionalidade formativa e coerência teórica.

5.3.1. Eixo Técnico-Estético

O eixo técnico-estético contemplou os aspectos relacionados à organização visual, qualidade gráfica, usabilidade, clareza estrutural das regras e estabilidade da plataforma digital. Considerando que o jogo foi desenvolvido em formato on-line,

tornou-se essencial avaliar se a interface, os recursos visuais e o funcionamento técnico favorecem a experiência do usuário e contribuem para a efetividade pedagógica do material. As questões que compõem esse eixo estão apresentadas no Quadro 11.

Quadro 11- Questões do eixo Técnico-Estético

Eixo Avaliativo	Questão	Descrição da Questão
Técnico-Estético	3	Avaliação da qualidade dos recursos visuais, interface e usabilidade do jogo
	11	Verifica a clareza da mecânica do jogo (regras, turnos e desafios).
	13	Analisa a estabilidade da plataforma online.
	14	Examina a facilidade de uso das funcionalidades digitais.

Fonte: Elaborado pela autora.

Em relação à qualidade dos recursos visuais, interface e usabilidade, verificou-se avaliação positiva por parte dos docentes. Três professores (60%) classificaram o jogo como “Excelente”, enquanto dois (40%) o avaliaram como “Boa”, não havendo registros de avaliações negativas. Esses dados indicam percepção favorável quanto à organização visual e à estrutura da interface digital.

No que se refere à clareza da mecânica do jogo, 100% dos participantes afirmaram que as regras, turnos e desafios são claros e de fácil compreensão para os alunos. Esse resultado evidencia que a dinâmica do jogo apresenta organização estrutural consistente, favorecendo sua aplicação no contexto pedagógico.

Quanto à estabilidade da plataforma online, três docentes (60%) indicaram que o funcionamento ocorre “Sempre” de forma estável, enquanto dois (40%) assinalaram que isso acontece “Na maioria das vezes”. Embora todas as respostas indiquem avaliação positiva, o resultado sugere que podem existir situações pontuais em que o funcionamento da plataforma apresente pequenas variações, indicando possibilidade de aprimoramento técnico.

Em relação à facilidade de uso das funcionalidades digitais, todos os participantes (100%) afirmaram que as ferramentas do jogo são fáceis de utilizar e compreender pelos alunos, mesmo sem explicações adicionais. Tal resultado reforça a adequação da usabilidade e da organização funcional do recurso.

Os resultados do eixo técnico-estético indicam avaliação positiva, evidenciando percepção favorável dos docentes quanto à organização visual, à clareza estrutural e ao funcionamento da plataforma digital. Esse reconhecimento sugere que os aspectos formais do material favorecem sua utilização no contexto pedagógico, contribuindo para que o professor compreenda com facilidade a dinâmica do jogo e suas possibilidades de aplicação. Conforme destaca Kaplún (2003), a elaboração de materiais educativos envolve aspectos relacionados à organização do conteúdo, à linguagem e à forma de apresentação do material, elementos que influenciam a maneira como os sujeitos interagem com o recurso didático.

5.3.2. Eixo Comunicacional

O eixo comunicacional concentrou-se na análise da clareza das propostas apresentadas, da contextualização dos desafios com a realidade da EJA e do suporte oferecido ao professor para aplicação do recurso. Considera-se que a comunicação pedagógica envolve a construção de significados acessíveis e coerentes com o público ao qual se destina o Produto Educacional. As questões que compõem esse eixo estão apresentadas no Quadro 12.

Quadro 12- Questões do eixo Comunicacional

Eixo Avaliativo	Questão	Descrição da Questão
Comunicacional	4	Analisa se os desafios refletem o cotidiano dos estudantes da EJA.
	6	Avalia se o jogo oferece suporte suficiente para aplicação pelo professor.
	12	Verifica se o jogo proporciona interatividade suficiente.
	5	Examina a adequação do nível de dificuldade para os alunos.

Fonte: Elaborado pela autora.

No que diz respeito à adequação dos desafios ao cotidiano dos estudantes da EJA, os dados indicam avaliação positiva. Quatro professores (80%) indicaram que o jogo contempla essa dimensão “em grande parte”, enquanto um (20%) assinalou que isso ocorre “em parte”. Os resultados sugerem que a proposta dialoga de forma consistente com a realidade dos estudantes, ainda que haja possibilidade de ampliação dessa contextualização.

Quanto ao suporte oferecido para aplicação pelo professor, constatou-se concordância entre todos os participantes, sendo que 100% afirmaram que o jogo oferece suporte suficiente para sua utilização nas aulas. Esse resultado indica organização didática clara e aplicável ao contexto escolar.

No tocante à interatividade proporcionada pelo jogo, quatro docentes (80%) consideraram que ela é suficiente para manter os alunos envolvidos, enquanto um (20%) indicou que isso ocorre parcialmente. Os dados apontam percepção positiva quanto ao potencial interativo da proposta.

Sobre o nível de dificuldade, verificou-se unanimidade nas respostas, sendo que 100% dos professores avaliaram o grau de desafio como adequado para os alunos. Esse resultado evidencia equilíbrio entre complexidade e acessibilidade da atividade.

Os resultados do eixo comunicacional indicam avaliação positiva do material, evidenciando adequação dos desafios ao público da EJA, suporte para aplicação docente, interatividade satisfatória e nível de dificuldade compatível com os alunos. Esses aspectos indicam que a proposta apresenta condições de favorecer a compreensão e a participação dos estudantes durante a realização da atividade, contribuindo para que o jogo seja utilizado como mediação pedagógica no contexto das aulas de Educação Física.

5.3.3. Eixo Pedagógico

O eixo pedagógico buscou analisar a intencionalidade formativa do jogo, sua contribuição para a promoção da saúde e sua capacidade de integrar conteúdos da Educação Física à realidade da EJA. Avaliou-se, ainda, o potencial do recurso para estimular o engajamento discente e promover experiências de aprendizagem significativas. As questões que compõem esse eixo estão apresentadas no Quadro

13.

Quadro 13- Questões do eixo Pedagógico

Eixo Avaliativo	Questão	Descrição da Questão
Pedagógico	1	Avalia o potencial do jogo para promover hábitos ativos e saudáveis.
	2	Verifica a integração entre conteúdos de Educação Física e saúde.
	7	Analisa o estímulo ao engajamento e interesse dos alunos
	15	Examina o equilíbrio entre desafio e diversão como fator motivador.

Fonte: Elaborado pela autora.

No que se refere ao potencial do jogo para promover hábitos ativos e saudáveis, os resultados indicam avaliação positiva. Dois professores (40%) classificaram esse potencial como “Muito alto”, dois (40%) como “Alto” e um (20%) como “Médio”. Os dados indicam reconhecimento consistente da contribuição pedagógica do jogo para a promoção da saúde, ainda que um participante tenha sinalizado percepção moderada.

Quanto à integração entre conteúdos de Educação Física e saúde, quatro

docentes (80%) afirmaram que o jogo realiza essa articulação de forma completa, enquanto um (20%) indicou que isso ocorre parcialmente. Esse resultado demonstra que a proposta favorece a abordagem integrada dos conteúdos, elemento central para a promoção da saúde no contexto escolar.

No que diz respeito ao estímulo ao engajamento e interesse dos alunos, verificou-se unanimidade nas respostas, sendo que 100% dos professores avaliaram esse aspecto como “Muito”. Tal resultado evidencia forte potencial motivador do recurso didático.

Sobre o equilíbrio entre desafio e diversão, todos os participantes (100%) consideraram que o jogo apresenta adequação nessa dimensão. Esse dado reforça a presença de elementos motivacionais compatíveis com o processo de aprendizagem, contribuindo para a participação ativa dos estudantes.

Os resultados obtidos nesse eixo indicam que o material apresenta potencial de utilização no contexto das aulas de Educação Física, sendo reconhecido pelos docentes como recurso que pode contribuir para o desenvolvimento das atividades pedagógicas. A avaliação positiva relacionada à clareza das propostas, à possibilidade de aplicação em sala de aula e à articulação com o tema da promoção da saúde sugere que o jogo pode favorecer a construção de situações de aprendizagem que mobilizam conhecimentos e experiências dos estudantes da EJA. Nesse sentido, Leite (2019) destaca que os produtos educacionais constituem recursos pedagógicos que podem apoiar o trabalho docente ao propor estratégias que dialogam com as práticas educativas e com as necessidades dos sujeitos envolvidos no processo formativo.

5.3.4. Eixo Científico-Formativo

O eixo científico-formativo analisou aspectos relacionados ao potencial interdisciplinar do jogo, à consideração de diferentes perfis e necessidades dos estudantes e à recomendação do material para uso nas aulas. As questões que compõem esse eixo estão apresentadas no Quadro 14.

Quadro 14- Questões do eixo Científico-Formativo

Eixo Avaliativo	Questão	Descrição da Questão
	8	Avalia o potencial interdisciplinar do jogo.

Científico-Formativo		
	9	Analisa se o jogo considera diferentes perfis e necessidades dos estudantes.
	10	Investiga a recomendação do jogo para uso nas aulas.

Fonte: Elaborado pela autora.

No que diz respeito ao potencial interdisciplinar do jogo, quatro professores (80%) afirmaram que o recurso pode ser utilizado de forma interdisciplinar, dialogando com outras áreas do conhecimento, enquanto um participante (20%) assinalou a opção “Talvez”. Os dados revelam percepção positiva quanto à possibilidade de articulação do jogo com outros componentes curriculares.

Em relação à consideração de diferentes perfis e necessidades dos estudantes, quatro docentes (80%) avaliaram que o jogo contempla adequadamente essa dimensão, ao passo que um (20%) indicou que isso ocorre parcialmente. Esse resultado demonstra atenção à diversidade do público da EJA, ainda que haja possibilidade de aperfeiçoamento.

Quanto à recomendação do jogo para uso nas aulas, observou-se concordância entre os participantes, sendo que 100% afirmaram que indicariam sua utilização. Tal dado evidencia elevada aceitação do Produto Educacional pelos docentes avaliadores.

Os resultados indicam que o jogo apresenta potencial de articulação com diferentes áreas do conhecimento, ao mesmo tempo em que considera a diversidade de perfis presentes na Educação de Jovens e Adultos. A recomendação unânime de uso pelos docentes avaliadores também sugere reconhecimento de sua adequação como recurso educativo. Esses elementos indicam que o material pode contribuir para a abordagem de temas relacionados à promoção da saúde de maneira integrada, favorecendo a construção de reflexões que ultrapassam um único componente curricular e dialogam com diferentes dimensões do processo educativo.

5.3.5 Contribuições dos docentes

Com o intuito de oportunizar aos participantes o registro de sugestões, críticas ou comentários adicionais acerca do Produto Educacional, foi disponibilizado um espaço discursivo ao final do instrumento avaliativo. Foram registradas três manifestações, apresentadas a seguir:

Professor 1

“A intenção do jogo é bastante objetiva, tornando o objeto fácil de manipular e compreender. O tabuleiro é interativo e atraente, traz um suspense que ajuda no engajamento do aluno que fica no aguardo do que vem pela frente. O jogo ajuda a refletir pequenas atitudes do dia a dia que precisam ser revistas pela maioria do público da EJA. Penso que intercalar momentos com pequenos vídeos ou gráficos que demonstrassem alguma informação sobre saúde e qualidade de vida poderia ser mais uma maneira de potencializar o jogo.”

Professor 2

“O jogo possui uma potencialidade pedagógica muito relevante, trazendo aprendizagens significativas e também coletivas. Acredito que seja interessante a discussão das perguntas e das respostas, promovendo debates após o término do jogo sobre as temáticas abordadas.”

Professor 3

“O jogo é extremamente criativo e inovador, especialmente para a turma da EJA, que conta com grande diversidade de idades e vivências. A proposta demonstra sensibilidade e inclusão, ao valorizar diferentes ritmos e experiências de aprendizagem. Sem dúvida, é uma excelente iniciativa para promover a participação de todos, tornando o aprendizado mais dinâmico, acessível e significativo.”

As manifestações dos docentes evidenciam percepções positivas acerca do Produto Educacional, destacando aspectos relacionados à clareza da proposta, à interatividade do tabuleiro e à capacidade do jogo de mobilizar o interesse dos estudantes. Nas falas, observa-se o reconhecimento do potencial do recurso para estimular a participação e favorecer momentos de reflexão sobre hábitos cotidianos vinculados à saúde, temática diretamente relacionada aos objetivos da proposta pedagógica desenvolvida.

Além disso, os comentários indicam que o jogo é compreendido pelos participantes como uma estratégia capaz de promover aprendizagens construídas de forma coletiva. A sugestão de ampliar os momentos de discussão após a realização da atividade revela a valorização do diálogo e da troca de experiências entre os estudantes, situação significativa no contexto da Educação de Jovens e Adultos, em que as trajetórias de vida e os conhecimentos prévios dos sujeitos constituem elementos importantes do processo educativo.

Outro aspecto presente nas contribuições refere-se à atenção à diversidade de perfis dos estudantes da EJA. Ao mencionar a variedade de idades, vivências e ritmos de aprendizagem, os docentes reconhecem que propostas pedagógicas dessa natureza podem favorecer a participação de diferentes sujeitos, ampliando as possibilidades de envolvimento nas atividades e valorizando as experiências trazidas pelos estudantes para o espaço escolar.

As sugestões apresentadas, como a inserção de recursos multimídia ou o fortalecimento de momentos de debate, indicam ainda que o Produto Educacional é percebido como um recurso passível de aprimoramento a partir da experiência de sua utilização em contextos educativos. Nessa perspectiva, Leite (2019) aponta que os produtos educacionais, ao serem desenvolvidos no âmbito da pesquisa em educação, constituem propostas que dialogam com a prática pedagógica e podem ser continuamente aperfeiçoadas a partir das contribuições de professores e demais sujeitos envolvidos no processo educativo.

Desse modo, as contribuições registradas pelos participantes ampliam a compreensão acerca do potencial pedagógico do jogo, ao mesmo tempo em que oferecem indicativos relevantes para seu aperfeiçoamento e para sua utilização em práticas educativas voltadas à promoção da saúde no contexto da Educação de Jovens e Adultos.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa buscou investigar como a Educação Física pode contribuir para a promoção da saúde dos estudantes trabalhadores na Educação de Jovens e Adultos (EJA) do município de Canoas/RS, incentivando a adoção de hábitos ativos e saudáveis, na perspectiva da formação humana integral.

Os resultados obtidos nas sete Escolas Municipais de Ensino Fundamental que ofertam a EJA no período noturno permitiram constatar que a Educação Física se configura como um espaço de reflexão, conscientização e vivência de práticas corporais voltadas à promoção da saúde. Contudo, também evidenciaram que a rotina de trabalho, o cansaço físico e as múltiplas responsabilidades assumidas pelos estudantes trabalhadores constituem fatores que limitam a adesão regular à prática de atividades físicas.

Compreendeu-se que, embora os estudantes reconheçam os benefícios da atividade física para a prevenção de doenças e para a melhoria da qualidade de vida, esse reconhecimento, por si só, não garante a incorporação de hábitos ativos à rotina. A conciliação entre trabalho e estudo aparece como principal obstáculo, o que demonstra que a promoção da saúde, no contexto da EJA, precisa considerar as condições objetivas de vida desses educandos, aspecto que dialoga com as análises de Frigotto (2010), ao destacar a necessidade de compreender os processos educativos a partir das condições concretas de vida dos sujeitos.

Ao identificar o nível de conhecimento dos estudantes sobre os benefícios da atividade física e os riscos da inatividade, evidenciou-se que há compreensão básica acerca da relação entre sedentarismo e problemas de saúde. Entretanto, observou-se a necessidade de ampliar orientações mais sistemáticas e contextualizadas, que auxiliem os educandos a transformar conhecimento em prática possível dentro de sua realidade cotidiana.

As aulas de Educação Física foram percebidas pelos estudantes como importantes momentos de cuidado com o corpo, socialização e orientação. Muitos participantes atribuíram à disciplina a função de incentivo e motivação para a prática de atividades físicas, inclusive fora do ambiente escolar. Nesse sentido, confirma-se a hipótese de que a Educação Física pode contribuir para a promoção da saúde e para o fortalecimento da formação humana integral, especialmente quando fundamentada em abordagens crítico-reflexivas e contextualizadas à realidade dos

estudantes trabalhadores. Essa compreensão aproxima-se das reflexões de Freire (1989), ao destacar a Educação Física como espaço de reflexão e vivência consciente das práticas corporais, contribuindo para uma educação que considera o corpo em sua totalidade.

Por outro lado, os dados também indicam que a efetividade dessa contribuição depende da organização pedagógica das aulas, da intencionalidade educativa e da articulação entre teoria e prática, em consonância com a concepção de educação defendida por Saviani (2011), que destaca o papel da escola na mediação do conhecimento e na formação crítica dos sujeitos. A Educação Física, quando compreendida apenas como prática corporal descontextualizada, tende a ter alcance limitado. Contudo, quando orientada pelos princípios da formação humana integral e da articulação entre trabalho, cultura e saúde, amplia sua capacidade formativa e emancipatória, em diálogo com as discussões de Ramos (2014) sobre a formação humana integral e a relação entre trabalho e educação.

Como resposta às demandas identificadas na pesquisa, foi desenvolvido o produto educacional “Jogo da Saúde: EJA em Movimento”, um jogo de tabuleiro online voltado à conscientização dos estudantes sobre a importância da atividade física para a saúde, incentivando a adoção de hábitos que contribuam para um estilo de vida ativo e saudável, tanto no contexto escolar quanto fora dele.

O produto foi estruturado com estratégias lúdicas, informativas e reflexivas, adaptadas à realidade dos estudantes trabalhadores. Seu diferencial consiste na integração entre conhecimento teórico e vivências práticas, possibilitando ao estudante refletir sobre sua própria rotina e identificar alternativas viáveis para incorporar hábitos ativos ao cotidiano.

Considera-se que o objetivo geral e os objetivos específicos foram atingidos, uma vez que foi possível identificar ações de promoção da saúde desenvolvidas nas aulas de Educação Física, analisar as percepções dos estudantes sobre atividade física, compreender as barreiras enfrentadas e investigar o papel da disciplina na formação humana integral. As hipóteses foram confirmadas parcialmente: confirmou-se que a Educação Física possui potencial para promover a saúde e incentivar hábitos ativos; entretanto, constatou-se que sua atuação encontra limites estruturais relacionados às condições de trabalho e às desigualdades sociais que atravessam a vida dos educandos.

Como autocrítica, reconhece-se que a pesquisa esteve circunscrita a um

município específico e utilizou como principal instrumento de coleta de dados o questionário, o que pode limitar o aprofundamento de determinadas dimensões subjetivas das experiências dos estudantes. Estudos futuros poderiam incluir entrevistas ou grupos focais, ampliando a compreensão qualitativa das percepções e vivências dos participantes.

Para trabalhos futuros, sugere-se a aplicação e avaliação continuada do produto educacional em diferentes contextos da EJA, bem como sua adaptação para outras etapas da Educação Básica e para a Educação Profissional e Tecnológica. Também se recomenda a investigação de intervenções pedagógicas de médio e longo prazo que permitam avaliar mudanças efetivas nos hábitos de atividade física dos estudantes trabalhadores.

Conclui-se que a Educação Física, no contexto da Educação de Jovens e Adultos, pode constituir-se como espaço significativo de promoção da saúde, desde que considere as condições concretas de vida dos estudantes e proponha práticas pedagógicas contextualizadas, críticas e socialmente referenciadas. Ao articular conhecimentos, reflexões e vivências relacionadas ao corpo e ao movimento, as aulas ampliam a compreensão dos estudantes sobre a relação entre atividade física e saúde. Esse processo amplia as possibilidades de que esses educandos reconheçam e incorporem, em sua rotina, práticas de cuidado com a saúde e com o próprio corpo, o que contribui para a construção de trajetórias mais conscientes, autônomas e saudáveis.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, L. G. M. de. *Educação física escolar, saúde e qualidade de vida no contexto da formação humana integral*. João Pessoa, PB, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ifpb.edu.br/handle/177683/1062>. Acesso em: 7 ago. 2024.
- ANDRADE, D. B. M. de. *O jogo a partir da perspectiva crítico-superadora nas aulas de educação física do ensino médio integrado: desafios e possibilidades*. 2019. 116 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal de Pernambuco, Olinda, PE, 2019. Disponível em: https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=7849010. Acesso em: 7 ago. 2024.
- BARBOSA, S. C.; COLEDAM, D. H. C.; STABELINI NETO, A.; MARQUES ELIAS, R. G.; OLIVEIRA, A. R. R. de. Ambiente escolar, comportamento sedentário e atividade física em pré-escolares. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 34, n. 3, p. 301–308, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rppede.2016.02.003>.
- BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Tradução de Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2011. Disponível em: <https://ia802902.us.archive.org/8/items/bardin-laurence-analise-de-conteudo/bardin-laurence-analise-de-conteudo.pdf>. Acesso em: 5 maio 2024.
- BRASIL. [Constituição (1988)]. *Constituição da República Federativa do Brasil de 1988*. Brasília, DF: Presidência da República, 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 12 dez. 2023.
- BRASIL. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Alterada pela Lei nº 11.741, de 16 de julho de 2008, e pela Lei nº 13.632, de 27 de março de 2018. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 23 dez. 1996. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/L9394.htm. Acesso em: 10 nov. 2023.
- BRASIL. Ministério da Educação. *Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física (5ª a 8ª séries)*. Brasília, DF: MEC/SEF, 1998. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/fisica.pdf>. Acesso em: 15 dez. 2023.
- BRASIL. Lei nº 11.741, de 16 de julho de 2008a. Altera dispositivos da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional, para redimensionar, institucionalizar e integrar as ações da educação profissional técnica de nível médio, da educação de jovens e adultos e da educação profissional e tecnológica. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 16 jul. 2008. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ Ato2007-2010/2008/Lei/L11741.htm. Acesso em: 10 dez. 2023.
- BRASIL. Lei nº 11.892, de 29 de dezembro de 2008b. Institui a Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica, cria os Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia, e dá outras providências. *Diário Oficial da União:*

seção 1, Brasília, DF, 29 dez. 2008. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2007-2010/2008/lei/l11892.htm. Acesso em: 15 nov. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 13 jun. 2013. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso em: 5 maio 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 24 maio 2016. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>. Acesso em: 5 maio 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular: educação é a base*. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase>. Acesso em: 17 dez. 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Básica. Parecer CNE/CEB nº 1/2021, aprovado em 18 de março de 2021. Reexame do Parecer CNE/CEB nº 6, de 10 de dezembro de 2020, que tratou do alinhamento das Diretrizes Operacionais para a Educação de Jovens e Adultos (EJA) apresentadas na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e outras legislações relativas à modalidade. Brasília, DF, 2021a. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=180911-pceb001-21&category_slug=abril-2021-pdf&Itemid=30192. Acesso em: mar. 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Básica. Resolução nº 1, de 25 de maio de 2021. Institui Diretrizes Operacionais para a Educação de Jovens e Adultos nos aspectos relativos ao seu alinhamento à Política Nacional de Alfabetização (PNA) e à Base Nacional Comum Curricular (BNCC), e à Educação de Jovens e Adultos a Distância. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 26 maio 2021b. Disponível em: https://www.gov.br/mec/pt-br/media/aceso_informacao/pdf/DiretrizesEJA.pdf. Acesso em: 15 nov. 2024.

BRASÍLIA. Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal (SEDF). *Diretrizes operacionais da educação de jovens e adultos – 2014/2017*. Brasília: SEDF, 2014. Disponível em: <https://forumeja.org.br/distrito-federal/diretrizes-operacionais-da-educacao-de-jovens-e-adultos-2014-2017/>. Acesso em: 30 mar. 2024.

CABRAL, G. de M. *Percepção da imagem corporal: contribuições da Educação Física para a formação humana integral de adolescentes*. 2020. 111 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal do Tocantins, Palmas, TO, 2020. Disponível em: https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=9741058. Acesso em: 7 ago. 2024.

CANOAS (RS). Secretaria Municipal da Educação. *Referencial Curricular de Canoas*. Canoas, RS, 2018. Disponível em: <https://www.canoas.rs.gov.br/referencialcurriculardecanoas>. Acesso em: 12 dez. 2023.

CASTELLANI FILHO, L. *Educação física no Brasil: a história que não se conta*. Campinas, SP: Papirus, 1988.

CARRASCO, A. G. *A contribuição da educação física na formação humana integral: proposta de sequência didática para o ensino do voleibol no ensino médio integrado à educação profissional*. 2020. 103 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal do Tocantins, Palmas, 2020. Disponível em: https://sucupiralegado.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=8678511. Acesso em: 3 abr. 2025.

CIAVATTA, M. A formação integrada: a escola e o trabalho como lugares de memória e de identidade. In: FRIGOTTO, G. et al. (org.). *Ensino médio integrado: concepções e contradições*. São Paulo: Cortez, 2005. p. 83-105. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/trabalhonecessario/article/view/6122>. Acesso em: 7 mar. 2024.

CIAVATTA, Maria. Trabalho como princípio educativo. In: PEREIRA, Isabel Brasil; LIMA, Júlio César França (org.). *Dicionário da educação profissional em saúde*. Rio de Janeiro: EPSJV, 2008. p. 408-415. Disponível em: https://www.epsjv.fiocruz.br/upload/d/trab_princ_educativo.pdf. Acesso em: 27 mar. 2024.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA (CONFEF). Resolução n.º 046, de 12 de dezembro de 2002. Dispõe sobre a intervenção do profissional de Educação Física e respectivas competências e define os seus campos de atuação profissional. Brasília, DF: CONFEF, 2002. Disponível em: <https://www.confef.org.br/confef/resolucoes/82>. Acesso em: 20 nov. 2023.

COLLET, C. et al. Fatores determinantes para a realização de atividades físicas em parque urbano de Florianópolis. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, Pelotas, v. 13, n. 1, p. 15-23, jan./abr. 2008. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/783>. Acesso em: 12 mar. 2024.

COSTA, J. C. G.; SOUZA, C. T. V.; CARVALHO, R. M. A. Atuação docente em Educação Física escolar na Educação de Jovens e Adultos (EJA): ações de promoção da saúde. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 42, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/rbce.42.2019.215>. Acesso em: 12 mar. 2024.

DARIDO, S. C. *Educação física na escola: questões e reflexões*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

DAVIDE, F. A educação física escolar como via de educação para saúde. In:

PALMA, A.; BADRICHEVSKY, M.; ESTEVÃO, A. (org.). *A saúde em debate na educação física*. Blumenau: Edibes, 2003. Disponível em: <https://cev.org.br/media/biblioteca/4012974.pdf>. Acesso em: 05 mar. 2024.

DOMINGUES, J. dos S. P. J. O papel da Educação Física na formação omnilateral: uma contribuição ao debate do ensino médio integrado. 2020. 73 f. Dissertação (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense, Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica, Charqueadas, RS, 2020. Disponível em: https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=9262815. Acesso em: fev. 2025.

ESCOBAR, M. O.; TAFFAREL, C. N. Z. A cultura corporal. In: HERMIDA, J. F. (org.). *Educação Física: conhecimento e saber escolar*. João Pessoa: EDUEPB, 2009. p. 173-180.

FARIA JÚNIOR, A. G. de. *Educação física, desporto e promoção da saúde*. Oeiras: Câmara Municipal de Oeiras, 1991.

FERNANDES, M. P. R.; CISNE, M. D. N.; MOURA, J. B. F.; SILVA JUNIOR, L. C.; ALMEIDA, F. A. L.; TEIXEIRA, N. M.; CAVALCANTE, J. S.; FERREIRA, H. S. Ações de educação para a saúde na educação física escolar: uma perspectiva crítico-reflexiva. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, v. 17, n. 1, p. 3947–3961, 2024. DOI: <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.1-234>.

FERREIRA, H. S.; OLIVEIRA, B. N.; SAMPAIO, J. J. Coelho. Análise da percepção dos professores de Educação Física acerca da interface entre a saúde e a Educação Física escolar: conceitos e metodologias. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 35, n. 3, p. 673–685, jul./set. 2013. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=401338594011>. Acesso em: 4 mar. 2026.

FERREIRA, V. R.; JARDIM, T. V.; PÓVOA, T. I. R.; VIANA, R. B.; SOUSA, A. L. L.; JARDIM, P. C. V. Inatividade física no lazer e na escola está associada à presença de transtornos mentais comuns na adolescência. *Revista de Saúde Pública*, v. 54, p. 128, 2020. DOI: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054001888>.

FONSECA, J. J. S. *Metodologia da pesquisa científica*. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

FREIRE, J. B. *Educação de corpo inteiro: teoria e prática da educação física*. São Paulo: Scipione, 1989.

FREITAS, F. F.; BRASIL, F.; LOPES DA SILVA, C. Práticas corporais e saúde: novos olhares. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 27, n. 3, p. 169-183, 2006. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4013/401338526012.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2024.

FREITAS, M. R. de. *Educação física no ensino médio integrado: percepção do estudante acerca de sua formação integral*. 2024. 85 f. Dissertação (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal de Educação, Ciência e

Tecnologia de Roraima, Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica, Boa Vista, 2024. Disponível em: https://sucupira-legado.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=15144312. Acesso em: 08 set. 2025.

FRIGOTTO, G. Projeto societário contra-hegemônico e educação do campo: desafios de conteúdo, método e forma. In: MUNARIM, A. et al. (org.). *Educação do campo: reflexões e perspectivas*. Florianópolis: Insular, 2010. p. 19-46.

GIL, A. C. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002. Disponível em: https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/150/o/Anexo_C1_como_elaborar_projeto_de_pesquisa_-_antonio_carlos_gil.pdf. Acesso em: 29 jul. 2024.

GONÇALVES, M. A. S. *Sentir, pensar, agir: corporeidade e educação*. Campinas, SP: Papyrus, 1994.

GUTIÉRREZ, P. J. *A contribuição da disciplina de educação física na formação humana integral dos estudantes do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense – IFSul*. 2024. 116 f. Dissertação (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense, Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica, Charqueadas, RS, 2024. Disponível em: https://sucupira-legado.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=15183705. Acesso em: 15 fev. 2025.

HUIZINGA, J. *Homo Ludens: o jogo como elemento da cultura*. Tradução de João Paulo Monteiro. 4 ed. São Paulo: Perspectiva, 2000. Disponível em: http://insilva.ludicum.org/Huizinga_HomoLudens.pdf. Acesso em: 22 abr. 2026.

KAPLÚN, G. Materiais educativos: experiência de aprendizado. *Revista Comunicação & Educação*, n. 271, p. 46-60, 2003. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/comueduc/article/view/37491>. Acesso em: 12 nov. 2023.

KNUTH, A.; LOCH, M. “Saúde é o que interessa, o resto não tem pressa”? Um ensaio sobre educação física e saúde na escola. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 19, n. 4, p. 429–440, jul. 2014. DOI: <https://doi.org/10.12820/rbafs.v.19n4p429>.

LEAL, D. P. B.; COSTA, V. Â. S. da; VIANA, J. A.; BOAVENTURA, A. B. C. de F.; MONEGO, E. A. Impacto da atividade física na prevenção e controle da obesidade infantil: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 13, n. 11, p. e74131147371, 2024. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v13i11.47371>.

LEITE, P. de S. C. Produtos educacionais em mestrados profissionais na área de ensino: uma proposta de avaliação coletiva de materiais educativos. *Campo Abierto*, v. 38, n. 2, p. 185-198, 2019. Disponível em: https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/10066/1/0213-9529_38_2_185.pdf. Acesso em: 22 dez. 2023.

LEMES, V. B.; BRAND, C.; DIAS, A. F.; MELLO, J. H. P.; FOCHESSATTO, C. F.; GAYA, A. C. A.; GAYA, A. R. E. Efeitos da educação física escolar com aulas de JUMP sobre a frequência semanal de atividade física em jovens e adultos. *Revista Kinesis*, v. 38, p. 1–12, mai. 2020. DOI: <https://doi.org/10.5902/2316546438808>.

MACIEL, M. G. et al. Atividade física e funcionalidade do idoso. *Motriz: Revista de Educação Física*, Rio Claro, v. 16, n. 4, p. 1024-1032, out./dez. 2010. Disponível em: <https://search.bvsalud.org/portal/resource/en/lil-569725>. Acesso em: 20 mar. 2024.

MARCOLAN, S. G.; ORTH, A. C.; MACHRY, E. B. Educação Física como ferramenta de prevenção a obesidade infantil. *Biomotriz*, v. 15, n. 1, p. 91–102, 2021. DOI: <https://doi.org/10.33053/biomotriz.v15i1.385>.

MARTINELLI, J. et al. A Educação Física na BNCC: concepções e fundamentos políticos e pedagógicos. *Motrivivência*, v. 28, n. 48, p. 76-95, set. 2016. Disponível em: <https://web.archive.org/web/20180516095350/https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/download/2175-8042.2016v28n48p76/32564>. Acesso em: 08 abr. 2024.

MORAES, L. C. História da Educação Física. Cooperativa do Fitness, 2009. Disponível em: <https://www.cdof.com.br/historia.htm>. Acesso em: 15 dez. 2023.

NAHAS, M. V. *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 7. ed. Florianópolis: Ed. do Autor, 2017. Disponível em: https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_1lduWnhVZnP7.pdf. Acesso em: 14 mar. 2024.

NAHAS, M. V.; GARCIA, L. M. T. Um pouco de história, desenvolvimentos recentes e perspectivas para a pesquisa em atividade física e saúde no Brasil. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, v. 24, n. 1, p. 135-148, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbefe/a/j5ZDLF8Wq8DXXSLxMjzmfqD/?format=pdf>. Acesso em: 12 mar. 2024.

NASCIMENTO, K. F.; TORRES, A. L.; FERREIRA, H. S. Atividade física e saúde na educação física escolar: perspectivas de professores formadores. *Revista Contexto & Educação*, v. 38, n. 120, p. e11484, jun. 2023. DOI: <https://doi.org/10.21527/2179-1309.2023.120.11484>.

PINHEIRO, L. E.; TRINDADE, R. F. C.; SILVA, M. A. I.; MACHADO, D. R. L.; SANTOS, C. B. Prática de atividade física de escolares do 4º e 5º anos do ensino fundamental da rede pública estadual. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 23, n. 4, jul./ago. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/1517-869220172304143657>.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Constituição da Organização Mundial da Saúde*. Genebra: OMS, 1946. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5733496/mod_resource/content/0/Constitui%C3%A7%C3%A3o%20da%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Mundial%20da%20Sa%C3%BAde%20%28WHO%29%20-%201946%20-%20OMS.pdf. Acesso em: 15 out. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário: num piscar de olhos*. Genebra: OMS, 2020. Disponível em: https://ws.santabarbara.sp.gov.br/instar/esportes/downloads/guia_AF_OMS.pdf. Acesso em: 10 out. 2023.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPS). *Carta de Ottawa para a promoção da saúde*. Ottawa: OPS, 1986. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf. Acesso em: 10 out. 2024.

RAMOS, M. N. *História e política da educação profissional*. Curitiba: Instituto Federal do Paraná, 2014. (Coleção Formação Pedagógica, v. 5). Disponível em: <https://ifg.edu.br/attachments/article/32019/Hist%C3%B3ria-e-pol%C3%ADtica-da-educa%C3%A7%C3%A3o-profissional.pdf>. Acesso em: 26 mar. 2024.

SAVIANI, D. *Escola e democracia*. Campinas, SP: Autores Associados, 2008. Disponível em: https://grupos.moodle.ufsc.br/pluginfile.php/336255/mod_resource/content/1/Escola%20e%20democracia_Saviani.pdf. Acesso em: 15 fev. 2026.

SAVIANI, D. *Pedagogia histórico-crítica: primeiras aproximações*. 11. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2011. Disponível em: <https://www.eecarvalhosenne.com.br/wp-content/uploads/2020/08/Dermeval-Saviani-Pedagogia-hist%C3%B3rico-critica-primeiras-aproxima%C3%A7%C3%B5es-11%C2%AA-ed-revisada.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2024.

SEVERINO, C. D.; SILVA, B. M. Educação física escolar e a promoção da saúde: um ponto de vista. *Caderno de Educação Física e Esporte*, Marechal Cândido Rondon, v. 12, n. 2, p. 77–86, jul./dez. 2014. DOI: <https://doi.org/10.36453/2318-5104.2014.v12.n2.p77>.

SILVA, A. L. N. da. *A educação física e a sua contribuição na formação humana integral: proposta de sequência didática para o ensino do atletismo no ensino médio integrado à educação profissional*. 2023. 94 f. Dissertação (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Roraima, Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica, Boa Vista, 2023. Disponível em: https://sucupiralegado.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=13898747. Acesso em: 02 mai. 2025.

SILVA, I. J. O.; COELHO-RAVAGNANI, C. F.; TENÓRIO, M. C. M.; TASSITANO, R. A. A estratégia LET US Play aumenta a atividade física de crianças nas aulas de educação física escolar. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 26, p. 1-8, 2022. DOI: <https://doi.org/10.12820/rbafs.26e0238>.

SILVA, J. M. da; DIAS, P. H. G.; SILVA, T. M. de S.; FRANCISQUINI, M. C. J.; CORREA, R. C.; BARBOSA, R. de O.; SANTOS, G. C. dos; STABELINI NETO, A.

Efeitos de um programa multicomponente para promoção da atividade física nos indicadores de saúde mental de adolescentes: um estudo randomizado controlado piloto. *Journal of Physical Education*, v. 35, e3517, 2024. DOI: <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v35i1.3517>.

SILVA, K. S.; BANDEIRA, A.; RAVAGNANI, F. C. de P.; CAMARGO, E. M. de. Educação física escolar: Guia de Atividade Física para a População Brasileira. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 26, p. 1–18, jul. 2021. DOI: <https://doi.org/10.12820/rbafs.26e0219>.

SILVA, L. G. E.; NIQUINI, C. M. Educação Física escolar e a promoção da saúde: o que nos dizem os professores sobre suas práticas educativas? *Revista Temas em Educação*, v. 30, n. 2, p. 19–38, 2021. DOI: <https://doi.org/10.22478/ufpb.2359-7003.2021v30n2.55271>.

SILVA, W. L. da; PEREIRA, L. F. C.; FRANCISCO, M. V. Obesidade e sedentarismo no ensino médio: uma proposta de intervenção nas aulas de educação física. *Itinerarius Reflectionis*, v. 16, n. 3, p. 1-21, abr. 2020. DOI: <https://doi.org/10.5216/rir.v16i3.57359>.

SILVEIRA, D. T.; CÓRDOVA, F. P. A pesquisa científica. In: GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. (org.). *Métodos de pesquisa*. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/cursopqdr/downloadsSerie/derad005.pdf>. Acesso em: 10 fev. 2024.

SOARES, C. A. M.; LEÃO, O. A. A.; FREITAS, M.; HALLAL, P. Tendência temporal de atividade física em adolescentes brasileiros: análise da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2009 a 2019. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 39, n. 10, out. 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311XPT063423>.

SOARES, C. A. M.; HALLAL, P. C. Interdependência entre a participação em aulas de Educação Física e níveis de atividade física de jovens brasileiros: estudo ecológico. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, Pelotas/RS, v. 20, n. 6, p. 588–590, nov. 2015. DOI: <https://doi.org/10.12820/rbafs.v.20n6p588>.

SPOHR, C. F.; FORTES, M. O.; ROMBALDI, A. J.; HALLAL, P. C.; AZEVEDO, M. R. Atividade física e saúde na Educação Física escolar: efetividade de um ano do projeto “Educação Física +”. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 19, n. 3, p. 300-313, 2014. DOI: <https://doi.org/10.12820/rbafs.v.19n3p300>.

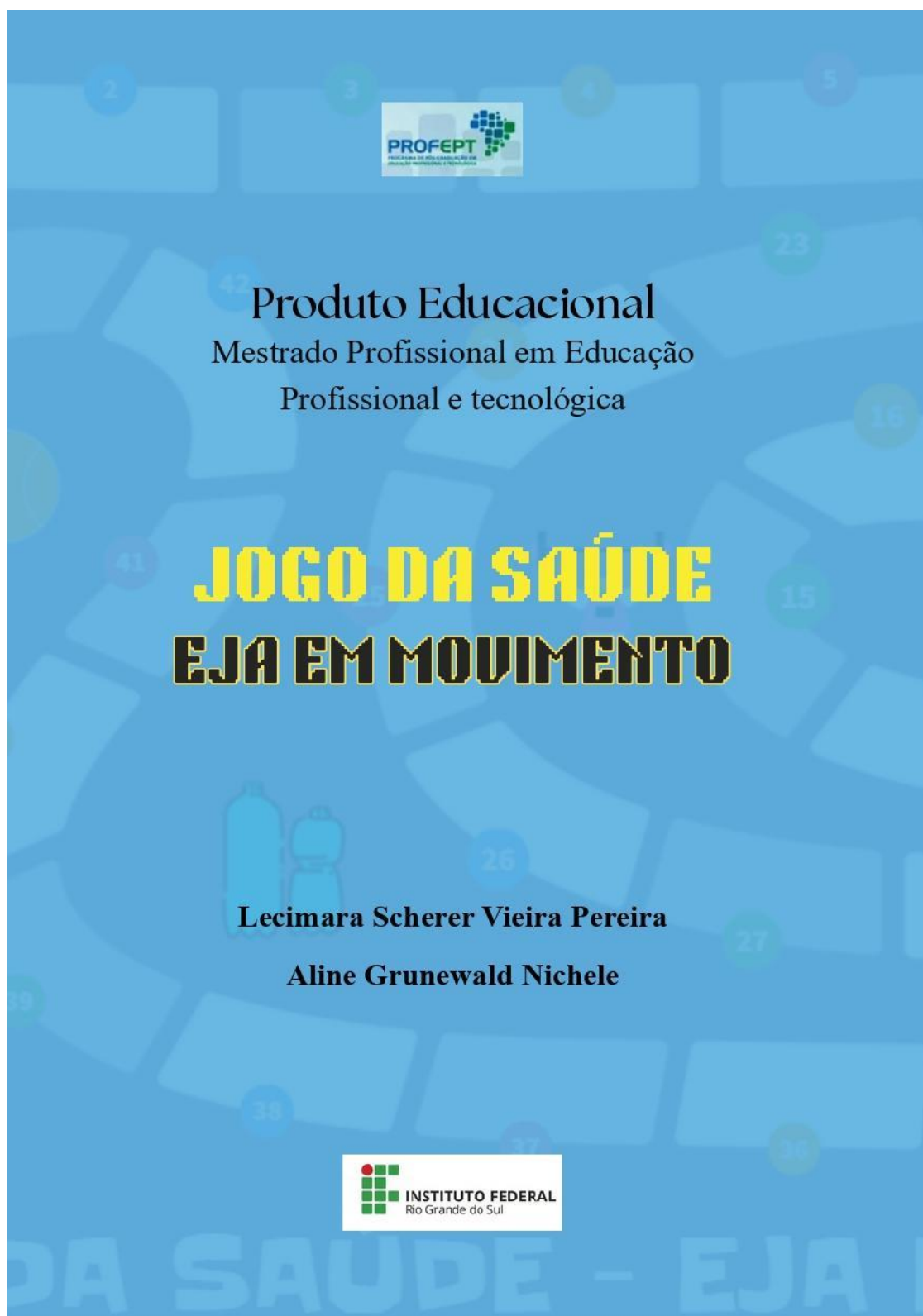
TANI, G. Habilidades motoras fundamentais na abordagem desenvolvimentista e nos programas de atividade física visando à saúde. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, v. 35, n. 4, p. 239–250, 2021. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1981-4690.v35i4p239-250>.

TOMAZ, V. R. *A dança nas aulas de educação física no ensino médio integrado e seu papel na formação integral dos estudantes do IFAC Campus Rio Branco*. 2024. 122 f. Dissertação (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal do Acre, Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica, Rio Branco, 2024. Disponível em:

legado.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.xhtml?popup=true&id_trabalho=15512054. Acesso em: 03 abr. 2025.

VIANA, V. N. *Percepção da educação física na formação humana integral e omnilateral de discentes da educação profissional técnica federal na Amazônia*. 2021. 85 f. Dissertação (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Amapá, Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica, Santana, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ifap.edu.br/items/36be8f23-7311-4249-9f92-e518afef1f11>. Acesso em: 08 set. 2025.

APÊNDICE A – PRODUTO EDUCACIONAL





Produto Educacional

JOGO DE TABULEIRO “JOGO DA SAÚDE, EJA EM MOVIMENTO”



2026

SAÚDE - EJA EM



FICHA TÉCNICA

Título: Jogo da Saúde: EJA em Movimento

Tipo de produto: Jogo educativo digital interativo

Autoras: Lecimara Scherer Vieira Pereira e Aline Grunewald Nichele

Programa: Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT)

Instituição: Instituto Federal do Rio Grande do Sul (IFRS) – Campus Porto Alegre

Público-alvo: Estudantes da Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Área: Educação Física

Formato: Recurso digital interativo

Plataforma: Genially



SUMÁRIO

1.	Introdução.....	5
2.	Apresentação.....	8
3.	Objetivo.....	9
4.	Público-alvo.....	10
5.	Descrição do produto.....	11
6.	Como utilizar o jogo na aula.....	12
7.	Possibilidades pedagógicas.....	13
8.	Estrutura do jogo.....	14
9.	Regras do jogo.....	15
10.	Casas bônus.....	16
11.	Casas de punição.....	17
12.	Perguntas do jogo.....	18
13.	Cartas surpresa.....	19
14.	Encerramento da atividade.....	20
15.	Acesso ao jogo.....	21
	Referências.....	22



1.Introdução

O presente Produto Educacional foi desenvolvido no âmbito do Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT), ofertado pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS) – Campus Porto Alegre, como parte integrante da dissertação intitulada “*Promoção da saúde na Educação de Jovens e Adultos (EJA): investigação da contribuição da Educação Física para hábitos ativos e saudáveis em estudantes trabalhadores*”. A pesquisa está vinculada à linha de pesquisa Práticas Educativas em Educação Profissional e Tecnológica e ao Macroprojeto 1 – Propostas metodológicas e recursos didáticos em espaços formais e não formais de ensino na EPT.

O desenvolvimento deste Produto Educacional fundamenta-se nos princípios que orientam a Educação Profissional e Tecnológica (EPT), especialmente na perspectiva da formação humana integral, que compreende o sujeito em suas múltiplas dimensões — física, cognitiva, social, cultural e histórica.

Essa concepção busca superar visões fragmentadas da educação, reconhecendo o estudante como sujeito histórico e social, capaz de compreender e transformar a realidade em que está inserido. No contexto da EPT, essa perspectiva está associada à articulação entre trabalho, ciência, cultura e tecnologia como dimensões constitutivas da formação dos sujeitos (Ramos, 2014).



A compreensão da formação humana integral também se relaciona à noção de educação omnilateral, entendida como um processo formativo que contempla as diversas dimensões da vida humana, incluindo aspectos intelectuais, culturais, sociais e corporais.

Nessa perspectiva, a educação deve contribuir para o desenvolvimento pleno dos indivíduos, possibilitando a ampliação de suas capacidades de compreensão e intervenção na realidade social. Conforme destaca Frigotto (2010), a educação omnilateral busca a emancipação dos sujeitos por meio do desenvolvimento de todas as potencialidades humanas.

Essa concepção dialoga ainda com a compreensão da educação como prática social inserida nas contradições da sociedade. Para Saviani (2008), a escola possui papel fundamental na mediação do conhecimento historicamente produzido e na formação crítica dos sujeitos, contribuindo para sua participação consciente na vida social.

No campo da Educação Física, essa perspectiva também se aproxima das reflexões de Freire (1989), ao compreender as práticas corporais como experiências educativas que envolvem dimensões físicas, cognitivas, sociais e culturais do desenvolvimento humano.



A partir dessa compreensão, torna-se importante considerar as especificidades do público atendido pela Educação de Jovens e Adultos (EJA). Nessa modalidade, muitos estudantes são trabalhadores e convivem com rotinas marcadas por múltiplas responsabilidades, o que pode limitar a adoção de práticas relacionadas ao cuidado com a saúde e à realização regular de atividades físicas.

Nesse sentido, as aulas de Educação Física podem constituir-se como espaço de promoção de conhecimentos e reflexões que contribuam para a conscientização sobre a importância de hábitos de vida mais ativos e saudáveis.

Considerando esse contexto, foi desenvolvido o produto educacional “Jogo da Saúde: EJA em Movimento”, um jogo de tabuleiro digital elaborado com o objetivo de promover a conscientização dos estudantes sobre a importância da atividade física para a saúde.

A proposta busca estimular a participação, o diálogo e a reflexão por meio de uma abordagem lúdica e interativa, articulando conteúdos relacionados à promoção da saúde e ao incentivo à adoção de hábitos ativos e saudáveis entre estudantes da Educação de Jovens e Adultos.



2. Apresentação

Caro (a) colega Professor(a)

Este produto educacional apresenta o Jogo da Saúde: EJA em Movimento, elaborado para utilização nas aulas de Educação Física com estudantes da Educação de Jovens e Adultos (EJA). O jogo foi desenvolvido com o objetivo de contribuir para a reflexão sobre os benefícios da atividade física para a saúde e incentivar a adoção de hábitos ativos e saudáveis no cotidiano dos estudantes.

A proposta considera as especificidades do público da EJA, composto em grande parte por estudantes trabalhadores, que conciliam as atividades escolares com responsabilidades profissionais, familiares e sociais. Nesse contexto, discutir a importância de manter uma vida ativa e refletir sobre práticas relacionadas à saúde torna-se um aspecto relevante no processo educativo.

O jogo busca aproximar os conteúdos da Educação Física das experiências e vivências dos estudantes, promovendo momentos de diálogo, participação e interação durante as aulas. Por meio das situações apresentadas no jogo, os estudantes são convidados a refletir sobre suas práticas cotidianas e sobre a importância da atividade física para a saúde.

Dessa forma, o Jogo da Saúde: EJA em Movimento constitui-se como um recurso pedagógico que pode auxiliar o professor na abordagem de temas relacionados à atividade física e à saúde, favorecendo a participação dos estudantes e estimulando reflexões sobre a adoção de hábitos mais ativos e saudáveis.



3.OBJETIVOS

O Jogo da Saúde: EJA em Movimento tem como objetivo promover a reflexão sobre os benefícios da atividade física para a saúde e incentivar a adoção de hábitos ativos e saudáveis entre estudantes da Educação de Jovens e Adultos.

De forma específica, busca-se:

- estimular o diálogo sobre saúde e atividade física;
- incentivar reflexões sobre a importância de uma vida mais ativa e da adoção de hábitos mais saudáveis no cotidiano;
- relacionar os conteúdos da Educação Física com situações vivenciadas pelos estudantes
- favorecer a participação e a interação entre os alunos durante a aula.



4. Público-Alvo

O produto educacional foi desenvolvido para estudantes da Educação de Jovens e Adultos (EJA), especialmente aqueles que conciliam estudos com atividades profissionais.

A proposta pode ser aplicada em turmas do ensino fundamental ou médio da EJA, adaptando-se conforme a realidade da turma e o tempo disponível para a atividade.



5. Descrição do Jogo

O produto educacional consiste em um jogo de trilha, no qual os participantes avançam no tabuleiro conforme o resultado do lançamento de um dado.

Durante o percurso, os jogadores encontram diferentes situações relacionadas aos hábitos de saúde, podendo receber bônus, punições ou responder perguntas relacionadas à atividade física e ao cuidado com o corpo.

Essas situações representam escolhas presentes no cotidiano e possibilitam a reflexão sobre comportamentos que favorecem ou prejudicam a saúde.

A atividade busca promover a aprendizagem por meio da participação ativa dos estudantes, incentivando o diálogo e a troca de experiências.





6. COMO UTILIZAR O JOGO NA AULA

O professor pode utilizar o jogo durante as aulas de Educação Física como recurso de apoio pedagógico.

Sugere-se que o jogo seja apresentado em sala de aula por meio de:

- computador
- projetor multimídia
- quadro digital
- ou dispositivos móveis

A participação no jogo requer no mínimo dois jogadores, podendo também ser desenvolvido de forma coletiva com toda a turma, favorecendo a discussão das respostas e a reflexão sobre as situações apresentadas ao longo da atividade.

Durante a utilização do recurso, o professor pode estimular o diálogo entre os estudantes, relacionando as perguntas do jogo com experiências e vivências do cotidiano.

Essa dinâmica favorece a construção coletiva do conhecimento e amplia as possibilidades de discussão sobre hábitos ativos e saudáveis no contexto da Educação de Jovens e Adultos.



7.POSSIBILIDADES PEDAGÓGICAS

A utilização do jogo nas aulas de Educação Física pode contribuir para:

- estimular a participação dos estudantes
- promover momentos de discussão e reflexão
- relacionar conteúdos escolares com situações do cotidiano
- incentivar a adoção de hábitos ativos e saudáveis

Além disso, o jogo pode ser utilizado como atividade introdutória, atividade de revisão ou como estratégia para promover debates em sala de aula.



8. Estrutura do Jogo

O jogo é organizado em formato de trilha, composta por diversas casas numeradas que representam situações relacionadas ao cotidiano e aos hábitos de saúde.

Durante a partida, os jogadores devem avançar no tabuleiro conforme o resultado obtido no lançamento do dado. Ao chegar a uma casa específica, o participante deve clicar ou interagir com o número correspondente para revelar a ação ou desafio associado àquela posição no jogo.

As ações apresentadas podem resultar em:

- avanço de casas;
- retorno no percurso;
- permanência no lugar;
- reflexão sobre hábitos saudáveis.

Essas situações representam escolhas comuns no dia a dia e incentivam os participantes a refletirem sobre comportamentos que favorecem ou prejudicam a saúde.



Natural é sempre melhor!

Bebeu sucos naturais em vez de refrigerante! Avance 1 casa.



9.Regras do Jogo

Para iniciar a atividade, os participantes devem escolher uma peça que representará seu personagem na trilha do jogo.

A ordem de participação pode ser definida por sorteio ou por acordo entre os jogadores.

Em cada rodada, o jogador da vez deve:

1. lançar o dado;
2. avançar o número de casas correspondente ao valor obtido;
3. interagir com a casa em que parou para descobrir a ação proposta.

Após a realização da atividade ou desafio indicado, a vez passa para o próximo jogador, dando continuidade ao jogo até que um dos participantes alcance a casa final do percurso.

O jogador que chegar primeiro ao final da trilha é considerado o vencedor



10. Casas Bônus

Durante o percurso do jogo, algumas casas representam comportamentos saudáveis que contribuem para o bem-estar.

Ao cair nessas casas, o jogador deve avançar duas casas.

Exemplos:

- caminhou até o trabalho;
- manteve-se hidratado durante o dia;
- realizou alongamentos durante o trabalho;
- utilizou escadas em vez de elevador;
- teve uma boa noite de sono

Essas situações reforçam a importância de pequenas atitudes cotidianas para a manutenção da saúde.



É isso aí!

Optou por subir escadas em vez de elevador. Avance 2 casas.



11.Casas de Punição

Outras casas representam hábitos que podem prejudicar a saúde.

Ao cair nessas casas, o jogador deve voltar duas casas.
Entre as situações apresentadas estão:

- falta de hidratação;
- longos períodos sentado;
- excesso de tempo em frente às telas;
- consumo frequente de alimentos ultraprocessados;
- poucas horas de sono.

Essas situações estimulam a reflexão sobre comportamentos que podem impactar negativamente a saúde



Atenção!

Pediu comida ultraprocessada para o jantar. Volte 1 casa.



12.Perguntas do Jogo

Durante a partida, os jogadores podem encontrar casas que apresentam perguntas relacionadas à atividade física e à saúde.

As questões são de múltipla escolha e abordam temas relacionados à atividade física e à saúde, incluindo recomendações de prática semanal, benefícios da atividade física, fatores de risco associados ao sedentarismo e atitudes que contribuem para a adoção de hábitos mais ativos no cotidiano.

As perguntas foram elaboradas com base em informações amplamente divulgadas por instituições de saúde, como as recomendações da Organização Mundial da Saúde sobre atividade física para adultos.

Ao responder corretamente à pergunta apresentada no jogo, o jogador avança uma casa no tabuleiro. Caso a resposta esteja incorreta, permanece na mesma posição, dando continuidade à partida.



O que pode ser considerado um desafio para a adoção de hábitos mais saudáveis?

Ter uma rotina flexível com opções variadas de exercícios.

Dificuldade de tempo e falta de espaços acessíveis.

Excesso de informações confiáveis sobre saúde.



13. Cartas Surpresa

O jogo também conta com cartas surpresa que podem gerar bônus ou desafios aos participantes.

Entre as cartas estão:

Dica saudável: apresenta orientações sobre hábitos de saúde e permite ao jogador avançar uma casa.

Alerta sedentarismo: destaca comportamentos prejudiciais e faz com que o jogador retorne uma casa.

Super escolha: permite ao jogador escolher entre avançar duas casas ou guardar a carta para evitar uma punição futura.



Respire ar puro!

Praticou exercícios ao ar livre. Avance 2 casas.



14. Encerramento da Atividade

O jogo termina quando um dos participantes alcança a última casa da trilha.

Após o término da atividade, recomenda-se que o professor conduza um momento de conversa com a turma, discutindo as situações apresentadas no jogo e refletindo sobre a importância da adoção de hábitos saudáveis no cotidiano.

Esse momento de diálogo permite relacionar o conteúdo da atividade com a realidade vivenciada pelos estudantes.



15. Acesso ao Jogo

A versão digital do Jogo da Saúde: EJA em Movimento pode ser acessada por meio do link:

https://view.genially.com/6807e793699fe1c594c2d98a/interactive-content_jogo-da-saude-eja-em-movimento





Referências

- BRASIL. Ministério da Educação. *Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física (5ª a 8ª séries)*. Brasília, DF: MEC/SEF, 1998. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/fisica.pdf>. Acesso em: 15 dez. 2023.
- FREIRE, J. B. *Educação de corpo inteiro: teoria e prática da educação física*. São Paulo: Scipione, 1989.
- FRIGOTTO, G. Projeto societário contra-hegemônico e educação do campo: desafios de conteúdo, método e forma. In: MUNARIM, A. et al. (org.). *Educação do campo: reflexões e perspectivas*. Florianópolis: Insular, 2010. p. 19-46.
- ClAVATTA, Maria. Trabalho como princípio educativo. In: PEREIRA, Isabel Brasil; LIMA, Júlio César França (org.). *Dicionário da educação profissional em saúde*. Rio de Janeiro: EPSJV, 2008. p. 408-415. Disponível em: https://www.epsjv.fiocruz.br/upload/d/trab_princ_educativo.pdf. Acesso em: 27 mar. 2024.
- KAPLÚN, G. Materiais educativos: experiência de aprendizado. *Revista Comunicação & Educação*, n. 271, p. 46-60, 2003. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/comueduc/article/view/37491>. Acesso em: 12 nov. 2023.
- LEITE, P. de S. C. Produtos educacionais em mestrados profissionais na área de ensino: uma proposta de avaliação coletiva de materiais educativos. *Campo Abierto*, v. 38, n. 2, p. 185-198, 2019. Disponível em: https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/10066/1/0213-9529_38_2_185.pdf. Acesso em: 22 dez. 2023.
- NAHAS, M. V. *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 7. ed. Florianópolis: Ed. do Autor, 2017. Disponível em: https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_llduWnhVZnP7.pdf. Acesso em: 14 mar. 2024.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário: num piscar de olhos*. Genebra: OMS, 2020. Disponível em: https://ws.santabarbara.sp.gov.br/instar/esportes/downloads/guia_AF_OMS.pdf. Acesso em: 10 out. 2023.
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPS). *Carta de Ottawa para a promoção da saúde*. Ottawa: OPS, 1986. Disponível em: https://bvsm.s.saude.gov.br/bvsm/publicacoes/carta_ottawa.pdf. Acesso em: 10 out. 2024.
- SAVIANI, D. *Pedagogia histórico-crítica: primeiras aproximações*. 11. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2011. Disponível em: <https://www.eecarvalhosenne.com.br/wp-content/uploads/2020/08/Dermeval-Saviani-Pedagogia-hist%C3%B3rico-cr%C3%ADica-primeiras-aproxima%C3%A7%C3%B5es-11%C2%AA-ed-revisada.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2024.

APÊNDICE B – Questionário aplicado aos estudantes da Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Link de acesso ao formulário: <https://forms.gle/54Fito355c6JnrCP8>

Seção 1

1- Nome completo: _____

2- Idade:

- Entre 15 a 17 anos
- De 18 a 20 anos
- De 21 a 20
- De 26 a 30
- De 31 a 35
- De 36 a 40
- De 41 a 45
- De 46 a 50
- Mais de 50 anos

3- Gênero: Masculino Feminino

4- Escola em que estuda:

- EMEF Erna Würth
- EMEF Irmão Pedro
- EMEF João Paulo
- EMEF Max Adolfo Oderich
- EMEF Nancy Pansera
- EMEF Nelson Paim Terra
- EMEF Rio de Janeiro
- EMEF Rio Grande do Sul
- EMEF Santos Dumont

5- Em que ano você ingressou na EJA?

- 2024
- 2023
- 2022
- 2021
- 2020
- Antes de 2020

6- Qual é a sua turma?

- Alfa
- Pós
- M1
- M2
- M3
- M4

7- Você trabalha ? Pode ser de carteira assinada ou não.

- Sim
- Não

Obs.: Somente seguirão para a seção 2 os alunos que responderam sim na pergunta 7, aos que responderem não o questionário será finalizado.

Seção 2

8- Com o que você trabalha?

_____ (Resposta aberta).

9- Você pratica algum tipo de atividade física regularmente?

- Sim
- Não

10- Se sim, qual ou quais? Você poderá marcar mais de uma opção. () Caminhar

- Correr
- Dançar
- Musculação
- Outros: _____

11- Se não, por quê? Você poderá marcar mais de uma opção.

- Falta de tempo
- Falta de motivação
- Limitações físicas
- Condições médicas
- Outros: _____

12- Com que frequência você pratica atividade física?

- Nunca
- Algumas vezes por mês
- Algumas vezes por semana
- Todos os dias

13- Qual é a duração média das suas sessões de exercício?

- Menos de 30 minutos
- Entre 30 minutos e 1 hora
- Entre 1 e 2 horas
- Mais de 2 horas

14- A sua rotina de trabalho interfere na escolha de praticar atividades físicas?

- Não interfere
- Interfere um pouco
- Interfere moderadamente
- Interfere muito

15- Quais são os principais obstáculos que você enfrenta para participar regularmente de atividades físicas? Você poderá marcar mais de uma opção.

- Falta de tempo
- Falta de motivação
- Falta de acesso a espaços adequados para a prática
- Limitações financeiras para acessar academias ou programas de atividades físicas
- Outros: _____

Seção 3**16- Quanto você acredita que a atividade física regular pode beneficiar a sua saúde?**

- Nada
- Pouco
- Moderadamente
- Muito

17- Em sua opinião, o quanto a atividade física pode fazer bem à saúde mental, incluindo a redução do estresse e a melhoria do humor?

- Não faz bem.
- Um pouco.
- Moderadamente.
- Muito.

18- Você conhece os diferentes tipos de atividade física recomendados para melhorar a saúde, como atividades aeróbicas, exercícios de fortalecimento muscular e alongamento?

- Não conheço.
- Conheço muito pouco.
- Conheço moderadamente.
- Conheço muito bem.

19- Em sua opinião, o quanto seria importante receber mais informações sobre os benefícios da atividade física e como incorporá-la à sua rotina diária?

- Nada importante.
- Pouco importante.
- Moderadamente importante.
- Muito importante.

20- Até que ponto você acredita que a falta de atividade física prejudica a saúde?

- Não prejudica
- Prejudica pouco
- Prejudica moderadamente
- Prejudica muito

21. Quais dos seguintes problemas de saúde você acredita que podem estar relacionados à falta de atividade física? Você poderá marcar mais de uma opção.

- Obesidade
- Diabetes
- Doenças cardíacas
- Pressão alta (hipertensão)
- Ansiedade e depressão
- Outros: _____

Seção 4

22. Quais atividades você costuma praticar nas aulas de Educação Física? Você poderá marcar mais de uma opção.

- Corrida
- Jogos esportivos (ex: futebol, vôlei)
- Ginástica
- Dança
- Musculação
- Alongamento
- Outros: _____

23. Em sua opinião, o quanto as atividades realizadas nas aulas de Educação Física contribuem para melhorar sua saúde?

- Não contribuem.
- Contribuem um pouco
- Contribuem moderadamente
- Contribuem muito

24. Você acredita que as aulas de Educação Física motivam a prática de atividade física fora da escola?

- Não incentivam.
- Incentivam pouco.
- Incentivam moderadamente.
- Incentivam muito.

25. Em sua opinião, qual é a importância das aulas de Educação Física para sua vida? Você poderá marcar mais de uma opção.

- Contribuem para minha saúde e bem-estar geral
- Ajudam a desenvolver habilidades físicas e sociais
- São importantes para aliviar o estresse e melhorar o humor
- Proporcionam momentos de diversão e lazer
- Outros: _____

26. Em sua opinião, quais benefícios para a saúde são proporcionados pelas aulas de Educação Física? (Resposta aberta).

27. Você tem alguma sugestão de como poderíamos incentivar mais os alunos da EJA a praticarem atividade física? (Resposta aberta).

APÊNDICE C– Instrumento de Avaliação do Produto Educacional aplicado aos professores de Educação Física

Link de acesso ao formulário: <https://shre.ink/Professores1>

1. Em sua opinião, qual o potencial do jogo para contribuir com a promoção de hábitos ativos e saudáveis entre os alunos da EJA?

Muito alto

Alto

Médio

Baixo

Nenhum

2. O jogo facilita a integração de conteúdos de Educação Física e saúde na prática pedagógica?

Sim, completamente

Parcialmente

Pouco

Não facilita

3. Como você avalia a qualidade dos recursos visuais, interface e usabilidade do jogo de tabuleiro online?

Excelente

Boa

Regular

Ruim

4. O jogo apresenta situações e desafios que refletem o cotidiano dos alunos da EJA e que favorecem a reflexão sobre atividade física e saúde?

Sim, em grande parte

Em parte

Pouco

Não

5. Como você avalia o nível de dificuldade do jogo para os alunos?

- Adequado
- Muito fácil
- Muito difícil

6. O jogo oferece suporte suficiente para que o professor possa aplicá-lo com facilidade em suas aulas?

- Completamente
- Parcialmente
- Não oferece suporte

7. Em sua experiência, o jogo estimula o engajamento e o interesse dos alunos durante as aulas?

- Muito
- Moderadamente
- Pouco
- Nada

8. O jogo pode ser utilizado de forma interdisciplinar, dialogando com outras áreas do conhecimento além da Educação Física?

- Sim
- Talvez
- Não

9. Em relação à acessibilidade, o jogo considera diferentes perfis e necessidades dos alunos (ex: deficiências, limitações motoras, dificuldades de leitura)?

- Sim, adequadamente
- Parcialmente
- Não

10. Você recomendaria o jogo para uso nas suas aulas?

- Sim

Talvez

Não

11. A mecânica do jogo (como as regras, turnos e desafios) é clara e fácil de seguir para os alunos?

Sim

Mais ou menos

Não

12. O jogo proporciona interatividade suficiente para manter os alunos envolvidos durante a atividade?

Sim

Parcialmente

Não

13. A plataforma online do jogo funciona de forma estável e sem problemas técnicos?

Sempre

Na maioria das vezes

Raramente

Nunca

14. As funcionalidades online (como movimentação das peças, respostas interativas, tempo para jogar) são fáceis de usar e compreender pelos alunos, mesmo sem explicações?

Sim

Mais ou menos

Não

15. O jogo apresenta um equilíbrio adequado entre desafio e diversão?

Sim

Parcialmente

Não

16. Seu feedback é muito importante. Sugestões, críticas ou comentários para melhorar o jogo e sua aplicação pedagógica:

ANEXO A – CARTA DE ANUÊNCIA INSTITUCIONAL
TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL

Eu, Ana Paula Porto Aquino, responsável pela Diretoria de Ensino Fundamental da Secretaria Municipal de Canoas, autorizo a realização da pesquisa intitulada “Promoção da Saúde na Educação de Jovens e Adultos (EJA): Investigação da Contribuição da Educação Física para Hábitos Ativos e Saudáveis em Canoas, RS”, a ser conduzido pelo(s) pesquisador(es) abaixo relacionados.

Fui informado pelo responsável do estudo sobre objetivos, metodologia, riscos e benefícios aos participantes da pesquisa, bem como das atividades que serão realizadas na instituição a qual represento.

Foi assegurado pelo pesquisador responsável que os dados coletados serão mantidos em absoluto sigilo de acordo com a Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº 466/2012, que trata da Pesquisa envolvendo seres humanos e que serão utilizados tão somente para a realização deste estudo. Serão, ainda, observadas na íntegra, as disposições constantes na Lei Geral de Proteção de Dados nº 13.709/2018, no tocante à preservação da confidencialidade de todas as informações pessoais coletadas, que serão utilizadas unicamente para atender à finalidade específica da pesquisa, sendo realizada, sempre que possível, a anonimização de eventuais dados pessoais sensíveis.

Esta instituição está ciente de suas corresponsabilidades como instituição coparticipante do presente projeto de pesquisa e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos participantes de pesquisa, dispondo de infraestrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem-estar.

Serão disponibilizados, ao pesquisador, o acesso às Escolas Municipais de Ensino Fundamental que oferecem a modalidade de Educação de Jovens e Adultos (EJA), bem como o uso de salas de aula, dos Chrome books e da internet para a aplicação dos questionários de pesquisa com os estudantes. Em um segundo momento, o investigador, poderá aplicar com os educandos o produto educacional resultante da pesquisa.

Esta autorização está condicionada à aprovação prévia da pesquisa acima citada por um Comitê de Ética em Pesquisa e ao cumprimento das determinações éticas das Resoluções nº 466/2012 ou 510/2016 - Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde e suas complementares.

O descumprimento desses condicionamentos assegura-me o direito de retirar minha anuência a qualquer momento da pesquisa.

Ana Paula Porto Aquino
Diretora de Ensino Fundamental

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, consultar:

CEP/IFRS

E-mail: cepesquisa@ifrs.edu.br

Endereço: Rua General Osório, 348, Centro, Bento Gonçalves, RS, CEP: 95.700-000

Telefone: (54) 3449-3340

Pesquisador(a) principal: Lecimara Scherer Vieira Pereira

Telefone para contato: (51) 984687662

E-mail para contato: Lecimara.vieira@canoasedu.rs.gov.br

Orientadora:

Nome: Aline Grunewald Nichele

Telefone para contato: (51) 999510901

E-mail para contato: aline.nichele@poa.ifrs.edu.br

ANEXO B- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL – IFRS PRÓ-REITORIA DE PESQUISA, PÓS-GRADUAÇÃO E INOVAÇÃO – PROPP COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA – CEP

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado (a) Senhor (a):

Você está sendo convidado(a) para participar do projeto de pesquisa intitulado: “Promoção da Saúde na Educação de Jovens e Adultos (EJA): Investigação da Contribuição da Educação Física para Hábitos Ativos e Saudáveis em Canoas, RS. Este projeto está vinculado ao Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica do Instituto Federal do Rio Grande do Sul (IFRS). Nessa pesquisa pretendemos investigar como a prática de atividades físicas nas aulas de Educação Física pode promover a saúde dos alunos da Educação de Jovens e Adultos (EJA) em Canoas, RS, incentivando hábitos ativos e saudáveis para melhorar o bem-estar físico, mental e social dos participantes.

A pesquisa será realizada na escola e terá a duração de aproximadamente 60 minutos. A coleta de dados será feita por meio de um questionário online. Sua participação será fotografada apenas para uso na pesquisa e não será divulgada nas mídias sociais, como Instagram, Facebook, Twitter e WhatsApp.

A sua participação na pesquisa pode ter alguns riscos, como a possibilidade de se sentir constrangido ao responder o questionário, desconforto, medo, vergonha, estresse, quebra de sigilo, cansaço ao responder às perguntas ou quebra de anonimato. Em caso de desconforto ou necessidade, você será prontamente apoiado(a) e encaminhado(a) para profissionais especializados. Isso pode incluir psicólogos do próprio IFRS, do Sistema Único de Saúde (SUS) ou orientadores educacionais da Prefeitura de Canoas, RS, a fim de receber o acompanhamento necessário. Além disso, diante de qualquer tipo de questionamento ou dúvida sobre a pesquisa, você poderá entrar em contato imediato com o pesquisador responsável pelo estudo.

A sua participação na pesquisa pode trazer benefícios diretos, pois compreender a importância da atividade física para a saúde pode te ajudar a desenvolver hábitos mais saudáveis e melhorar significativamente sua qualidade de vida. Além disso, ao se conscientizar dos riscos da inatividade, como doenças cardiovasculares, obesidade e problemas de saúde mental, você poderá adotar medidas preventivas para proteger sua saúde a longo prazo. Por isso, sua participação é tão importante.

Ao participar desta pesquisa, saiba que você tem direito:

- de retirar o seu consentimento, a qualquer momento, sem que isso traga qualquer prejuízo a você;
- a não ser identificado e que as informações relacionadas à sua privacidade são confidenciais;
- de ter acesso às informações em todas as etapas do estudo, bem como aos resultados, ainda que isso possa afetar seu interesse em continuar participando da pesquisa;

- de não ter despesas ou ônus financeiro relacionado à sua participação neste estudo;
- de que, caso tenha despesas (e de seu acompanhante, se aplicável) relacionadas à participação na pesquisa, terá direito a compensação material das mesmas;
- de se recusar a responder qualquer pergunta que julgar constrangedora ou inadequada.
- de que serão mantidos todos os preceitos ético-legais durante e após o término da pesquisa, de acordo com a Resoluções 466/2012, 510/2016 e outras do Conselho Nacional de Saúde relacionadas à ética em pesquisa.

=====

Concordo em participar da pesquisa intitulada: “Promoção da Saúde na Educação de Jovens e Adultos (EJA): Investigação da Contribuição da Contribuição da Educação Física para Hábitos Ativos e Saudáveis em Canoas, RS”.

Recebi uma via assinada e rubricada deste termo de consentimento e me foi dada a oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

Local, ____ de _____ de _____.

 Nome e
 Assinatura do(a) participante

 Nome e
 Assinatura da pesquisadora

 Contato do pesquisador:

Nome: Lecimara Scherer Vieira Pereira

Instituição: Instituto Federal do Rio Grande do Sul-IFRS

Telefone: (51) 984687662

e-mail: lecixerer@gmail.com

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, por favor consulte o

Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) responsável pela avaliação. Um CEP é um colegiado interdisciplinar e independente, de relevância pública, de caráter consultivo, deliberativo e educativo, que tem como objetivo defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

CEP/IFRS

E-mail: cepesquisa@ifrs.edu.br

Endereço: Rua General Osório, 348, Centro, Bento Gonçalves, RS, CEP: 95.700-000

Telefone: (54) 3449-3340

**ANEXO C- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PAIS
OU RESPONSÁVEIS**

**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO RIO
GRANDE DO SUL – IFRS
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA, PÓS-GRADUAÇÃO E INOVAÇÃO – PROPPI
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA – CEP**

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PAIS OU
RESPONSÁVEIS**

Prezado (a) Senhor (a):

O menor de idade _____, sob sua responsabilidade está sendo convidado(a) para participar do projeto de pesquisa intitulado: “Promoção da Saúde na Educação de Jovens e Adultos (EJA): Investigação da Contribuição da Educação Física para Hábitos Ativos e Saudáveis em Canoas, RS. Este projeto está vinculado ao Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica do Instituto Federal do Rio Grande do Sul (IFRS). Nessa pesquisa pretendemos investigar como a prática de atividades físicas nas aulas de Educação Física pode promover a saúde dos alunos da Educação de Jovens e Adultos (EJA) em Canoas, RS, incentivando hábitos ativos e saudáveis para melhorar o bem-estar físico, mental e social dos participantes.

A pesquisa será realizada na escola e terá a duração de aproximadamente 60 minutos. A coleta de dados será feita por meio de um questionário online. Sua participação será fotografada apenas para uso na pesquisa e não será divulgada nas mídias sociais, como Instagram, Facebook, Twitter e WhatsApp.

A participação na pesquisa pode ter alguns riscos, como a possibilidade de se sentir constrangido ao responder o questionário, desconforto, medo, vergonha, estresse, quebra de sigilo, cansaço ao responder às perguntas ou quebra de anonimato. Em caso de desconforto ou necessidade, seu representado será prontamente apoiado(a) e encaminhado(a) para profissionais especializados. Isso pode incluir psicólogos do próprio IFRS, do Sistema Único de Saúde (SUS) ou orientadores educacionais da Prefeitura de Canoas, RS, a fim de receber o acompanhamento necessário. Além disso, diante de qualquer tipo de questionamento ou dúvida sobre a pesquisa você poderá entrar em contato imediato com o pesquisador responsável pelo estudo.

A participação na pesquisa pode trazer benefícios diretos, pois compreender a importância da atividade física para a saúde pode ajudar os participantes a desenvolver hábitos mais saudáveis e melhorar significativamente sua qualidade de vida. Além disso, ao se conscientizarem dos riscos da inatividade, como doenças cardiovasculares, obesidade e problemas de saúde mental, poderão adotar medidas preventivas para proteger sua saúde a longo prazo. Por isso, a importância da participação do seu representado.

Ao participar desta pesquisa, saiba que você tem direito:

- de retirar o seu consentimento, a qualquer momento, sem que isso traga qualquer prejuízo ao seu representado;
- a não ser identificado e que as informações relacionadas à privacidade são

confidenciais;

- de ter acesso às informações em todas as etapas do estudo, bem como aos resultados, ainda que isso possa afetar seu interesse em continuar participando da pesquisa;

- de não ter despesas ou ônus financeiro relacionado à participação neste estudo;

- de que, caso tenha despesas (e de seu acompanhante, se aplicável) relacionadas à participação na pesquisa, terá direito a compensação material das mesmas;

- de se recusar a responder qualquer pergunta que julgar constrangedora ou inadequada.

- de que serão mantidos todos os preceitos ético-legais durante e após o término da pesquisa, de acordo com a Resoluções 466/2012, 510/2016 e outras do Conselho Nacional de Saúde relacionadas à ética em pesquisa.

=====

Concordo em autorizar a participação do meu representado na pesquisa intitulada: “Promoção da Saúde na Educação de Jovens e Adultos (EJA): Investigação da Contribuição da Educação Física para Hábitos Ativos e Saudáveis em Canoas, RS”.

Recebi uma via assinada e rubricada deste termo de consentimento e me foi dada a oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

Local, ____ de _____ de _____.

Nome e
Assinatura do(a) responsável

Nome e
Assinatura da pesquisadora

Contato do pesquisador:

Nome: Lecimara Scherer Vieira Pereira

Instituição: Instituto Federal do Rio Grande do Sul-IFRS

Telefone: (51) 984687662

e-mail: lecixerer@gmail.com

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, por favor consulte o

Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) responsável pela avaliação. Um CEP é um colegiado interdisciplinar e independente, de relevância pública, de caráter consultivo, deliberativo e educativo, que tem como objetivo defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

CEP/IFRS

E-mail: cepesquisa@ifrs.edu.br

Endereço: Rua General Osório, 348, Centro, Bento Gonçalves, RS, CEP: 95.700-000

Telefone: (54) 3449-3340

ANEXO D- TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO RIO
GRANDE DO SUL – IFRS
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA, PÓS-GRADUAÇÃO E INOVAÇÃO – PROPPI
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA – CEP****TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Você está sendo convidado(a) para participar do projeto de pesquisa intitulado: “Promoção da Saúde na Educação de Jovens e Adultos (EJA)”: Investigação da Contribuição da Educação Física para Hábitos Ativos e Saudáveis em Canoas, RS. Seus pais/responsáveis concordaram com a sua participação. Se você quiser participar, vamos te explicar como será essa pesquisa. Se você não quiser participar, não tem problema, não vai ter nenhum prejuízo para você ou para os seus pais.

Este projeto está vinculado ao Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica do Instituto Federal do Rio Grande do Sul (IFRS). Nessa pesquisa pretendemos investigar como a prática de atividades físicas nas aulas de Educação Física pode promover a saúde dos alunos da Educação de Jovens e Adultos (EJA) em Canoas, RS, incentivando hábitos ativos e saudáveis para melhorar o bem-estar físico, mental e social dos participantes.

A pesquisa será realizada na escola e terá a duração de aproximadamente 60 minutos. A coleta de dados será feita por meio de um questionário online. Sua participação será fotografada apenas para uso na pesquisa e não será divulgada nas mídias sociais, como Instagram, Facebook, Twitter e WhatsApp.

A participação na pesquisa pode ter alguns riscos, como a possibilidade de se sentir constrangido ao responder o questionário, desconforto, medo, vergonha, estresse, quebra de sigilo, cansaço ao responder às perguntas ou quebra de anonimato. Em caso de desconforto ou necessidade, você será prontamente apoiado(a) e encaminhado(a) para profissionais especializados. Isso pode incluir psicólogos do próprio IFRS, do Sistema Único de Saúde (SUS) ou orientadores educacionais da Prefeitura de Canoas, RS, a fim de receber o acompanhamento necessário. Além disso, diante de qualquer tipo de questionamento ou dúvida sobre a pesquisa você poderá entrar em contato imediato com o pesquisador responsável pelo estudo.

A participação na pesquisa pode trazer benefícios diretos, pois compreender a importância da atividade física para a saúde pode ajudar os participantes a desenvolver hábitos mais saudáveis e melhorar significativamente sua qualidade de vida. Além disso, ao se conscientizarem dos riscos da inatividade, como doenças cardiovasculares, obesidade e problemas de saúde mental, poderão adotar medidas preventivas para proteger sua saúde a longo prazo. Por isso, a importância da sua participação.

As informações e os dados que você informar para esta pesquisa serão mantidos confidenciais, não haverá nenhuma identificação sua ou de sua família. O/A pesquisador(a) se responsabiliza pelos cuidados em preservar a sua identidade e os seus dados.

=====

Concordo em participar da pesquisa intitulada: “Promoção da Saúde na Educação de Jovens e Adultos (EJA)”: Investigação da Contribuição da Contribuição da Educação Física para Hábitos Ativos e Saudáveis em Canoas, RS”.

Recebi uma via assinada e rubricada deste termo de consentimento.

Local, ____ de _____ de _____.

Nome e
Assinatura do(a) participante

Nome e
Assinatura da pesquisadora

Nome: Lecimara Scherer Vieira Pereira
Instituição: Instituto Federal do Rio Grande do Sul-IFRS
Telefone: (51) 984687662
e-mail: lecixerer@gmail.com

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, por favor consulte o

Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) responsável pela avaliação. Um CEP é um colegiado interdisciplinar e independente, de relevância pública, de caráter consultivo, deliberativo e educativo, que tem como objetivo defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

CEP/IFRS

E-mail: cepesquisa@ifrs.edu.br

Endereço: Rua General Osório, 348, Centro, Bento Gonçalves, RS, CEP: 95.700-000

Telefone: (54) 3449-3340