

Participação dos Alunos com Sobrepeso nas Aulas de Educação Física Escolar

Junior Amaral Gomes¹
Eduarda Dimer¹
Monalisa Pires¹
Sérgio Alves²

Resumo: Nas aulas de Educação Física, é muito comum encontrar crianças e adolescentes que tenham um sobrepeso ou já estão no estágio da obesidade. O professor tem um papel extremamente importante na vida desses alunos, pois é nas aulas de Educação Física que o professor instiga e incentiva o aluno a praticar esporte, sendo para competição, lazer ou manutenção da saúde. Com os parâmetros de beleza e cultura corporal que se tem hoje em dia, é muito comum que essas crianças e adolescentes acabem sofrendo algum tipo de preconceito na escola. Assim, afastam-se, não participam das aulas, têm problemas sociais, alguns acabam desenvolvendo depressão etc. Visando isso, foi elaborada esta pesquisa tendo como objetivo identificar o grau de motivação nas atividades propostas nas aulas de EFI para as crianças com sobrepeso, assim como para mostrar as causas de boa participação e de não participação nas atividades propostas. Para tanto, utilizou-se de uma revisão de leitura e observações feitas em escolas do litoral norte do Rio Grande do Sul. Conforme as observações realizadas, os alunos participam das aulas, apesar de muitos cansarem e saírem das atividades, bem como, durante o intervalo, quando não têm a presença de um professor, eles não jogam. Entretanto, todos têm um bom relacionamento com os colegas e com o professor de Educação Física.

Palavras-chave: Sobrepeso Infantil, Tendência à Obesidade, Educação Física de Crianças com Sobrepeso.

Abstract: It is very common to find obesity and even overweight among children and adolescents in classes of Physical Education. The teacher plays an extremely important role in the lives of these students, because it is in Physical Education classes that the teacher instigates and encourages the student to practice sports, whether for competition, leisure or health maintenance. Due to the parameters of beauty and body culture that we have today, it is very common that these children and adolescents end up suffering some kind of prejudice in school. Thus, they do not participate in classes, face social problems or end up becoming depressed. Therefore, the purpose of this research is to identify the degree of motivation in the activities proposed in elementary school classes for overweight children, as well as to show the causes of good participation and non-participation in the proposed activities. Based on a reading review and observations in schools of the north coast of Rio Grande do Sul it was noticed the students participate in the classes, although many become tired and leave the activities, and during their break time, when they do not have the presence of a teacher, they do not play. However, they all have a good relationship with their colleagues and the Physical Education teacher.

Keywords: Childhood overweight; Tendency to obesity; Physical Education.

¹ Graduandos em Educação Física do Centro Universitário Cenecista de Osório

² Orientador e Docente do Centro Universitário Cenecista de Osório

Introdução

As aulas de Educação Física escolar proporcionam momentos nos quais os alunos têm não apenas um desenvolvimento motor, mas também momentos para interagir com os colegas. Partindo de um ponto em que todos são diferentes, durante as aulas o professor encontra alunos com características distintas, dentre elas as características físicas.

Em um grupo de pessoas em que a maioria pertence a um denominado padrão, a pequena parte desse grupo constituída de características diferentes é considerada como de pessoas “especiais”, sendo assim, crianças com sobrepeso ou obesas pertencem a essa pequena parcela dentro de um grupo. Apesar de pertencer a um pequeno grupo dentro de um todo, a obesidade infantil é preocupante, uma vez que junto a ela - e muitas vezes ligada a mesma - vem o sedentarismo, que são pessoas que não praticam nenhuma atividade física. As atividades físicas para estas crianças são de extrema importância, pois atuam na manutenção da saúde.

Diante do assunto, pressupõe-se que crianças com sobrepeso tenham dificuldades ao realizar as atividades, e por isso muitas vezes deixam de tentar fazê-las. Além disso, o comportamento maldoso de colegas e aceitação dos mesmos para com este aluno nas atividades podem influenciar uma desmotivação para as aulas. Outro fato é como o professor apresenta suas aulas, pois as atividades devem atingir a todos os alunos e não apenas a maioria.

Esta pesquisa torna-se importante para mostrar como é a realidade enfrentada por crianças com sobrepeso ou obesas nas aulas de Educação Física, levando a uma reflexão sobre o assunto, assim como sobre as atividades propostas pelos professores.

Sendo assim, o tema que será abordado como foco de estudo é: “Atividades propostas e a interação dos alunos com sobrepeso”.

A partir do problema acima exposto, tem-se como objetivo geral: “Identificar o grau de motivação nas atividades propostas nas aulas de EFI para as crianças

com sobrepeso. E como objetivos específicos: mostrar as causas de boa participação e não participação nas atividades propostas.”.

Neste estudo, partiu-se com o seguinte questionamento: “Como acontecem realmente as aulas de Educação Física em relação a essas crianças especiais?”.

Obesidade

Para Lopes, Prado e Colombo (2010, p. 2) obesidade tem o seguinte conceito: “Obesidade é uma doença crônica em expansão, com grau de armazenamento de gordura corporal associado a riscos para a saúde”. Segundo os autores,

A obesidade está associada com hipertensão arterial, doença cardíaca, osteoartrite, diabetes mellitus tipo II e alguns tipos de câncer, e seu impacto é mais pronunciado na morbidade do que na mortalidade, pessoas obesas, particularmente crianças e adolescentes, frequentemente apresentam baixa autoestima, afetando o desempenho escolar e os relacionamentos. (LOPES, PRADO, COLOMBO, p. 2, 2010)

A obesidade tem aumentado no mundo inteiro, tornando-se uma epidemia mundial, uma situação preocupante que afeta todas as faixas etárias, mas principalmente as crianças. Dados comparando inquéritos nacionais de 1965 a 1980 mostram que houve um aumento desse índice nos EUA entre meninos e meninas, principalmente com meninos. Atualmente, 25% das crianças americanas são consideradas obesas, a maioria pertencente a classes sociais com menor poder aquisitivo.

Levantamentos de 1989 feitos pelo Instituto Nacional de Alimentação e Nutrição (INAN) e pelo Programa Nacional de Saúde e Nutrição (PNSN) apontam que aproximadamente um milhão e meio de crianças são obesas no Brasil. Crianças atingidas pela obesidade são geralmente meninas e de classes mais privilegiadas, porém recentemente tem havido uma mudança neste perfil, com a obesidade aumentando entre meninos e também de classes menos favorecidas. Segundo o Instituto Nacional de Alimentação e

Nutrição (INAN), a obesidade infantil atinge no Brasil 16% das crianças. (GIUGLIANO; MELO, 2004).

Baseado no padrão internacional, o IMC/idade (Índice de Massa Corporal) é um dos testes utilizados no meio científico para a identificação do índice em que um sujeito se encontra. Muito frequentemente é utilizado por ser um teste de extrema facilidade e não ter custos financeiros, tornando-se acessível para todos a fim de diagnosticar as pessoas mensuradas. O procedimento para a execução dos testes é o cálculo do IMC feito através da divisão do peso (kg) pela altura (m) ao quadrado.

“Porém, os limites ou “pontos de corte”³ do IMC de aplicação internacional para o diagnóstico de sobrepeso e obesidade em crianças têm sido contestados devido a variações raciais, considerando o aspecto multirracial do povo brasileiro”. (GIUGLIANO; MELO, 2004, p. 134). Levando em consideração esses fatores, as crianças devem ser avaliadas medindo também as dobras cutâneas tricípital e subescapular e o perímetro da cintura e do quadril. (GIUGLIANO; MELO, 2004).

Para a criança pequena, há uma valorização da corpulência como sinônimo de bebê saudável e bem cuidado, para quase todos os grupos sociais. Com o crescimento da criança, na fase escolar, já não se espera tanta corpulência, o excesso de peso já pode trazer algumas dificuldades em atividades físicas, a corpulência pode começar a ser motivo de “chacotas”, o que se intensifica na fase de adolescência. (LOPES; PRADO; COLOMBO; p. 2, 2010)

Hereditariedade e Obesidade

O início da obesidade pode ser em qualquer idade e muitos fatores podem desencadeá-la, como o desmame precoce, introdução inadequada de alimentos, distúrbios do comportamento alimentar e da relação familiar, principalmente nos períodos de aceleração de crescimento.

A relação da família com a obesidade pode influenciar, como o caso de quando um dos pais é obeso ou já foi em sua infância - são fatores que não

³ Grifo dos próprios autores.

devem ser analisados isoladamente, mas em interação. Em um estudo, observou-se que a “a frequência de sobrepeso e obesidade nas crianças foi de 51,8% quando ambos os pais eram obesos, 50% quando um dos pais era obeso, e 19,6% quando nenhum dos pais era obeso” (GIUGLIANO; CARNEIRO, 2004, p. 19), mostrando que quando a dieta familiar é inadequada, torna-se um fator que pode levar à obesidade precoce. O sobrepeso ou obesidade é maior em pais de crianças com sobrepeso do que quando comparados aos pais de crianças consideradas normais.

Causas da Obesidade

“O padrão diário de atividades físicas dos pais tendeu ao sedentarismo, principalmente das mães”. O comportamento de inatividade dos pais também é considerado um fator, porém a inter-relação com jovens atletas e a motivação e orientação dos pais são relatos de influências positivas na prevenção da obesidade. (GIUGLIANO; CARNEIRO, 2004, p. 21).

Nos últimos anos, a população vem substituindo as principais refeições por lanches rápidos, devido às transformações da vida moderna e ao trabalho acabam transferindo estes hábitos incorretos para os filhos, prejudicando sua alimentação. Além disso, o horário das principais refeições e a seleção de alimentos é algo passado de pais para filhos. (LOPES; PRADO; COLOMBO, 2010).

Nas últimas décadas, as crianças estão menos ativas, principalmente incentivadas pelos avanços tecnológicos: 75% do tempo da rotina diária da criança estão partilhados entre horas de sono e permanência sentada, dentre outras atividades, uma grande parcela desse tempo gasto é assistindo televisão. (GIUGLIANO; CARNEIRO, 2004).

Estudos relacionam o tempo gasto assistindo televisão com prevalência de obesidade, pois a televisão ocupa o tempo que a criança poderia estar realizando uma atividade, além disso, ela come frequentemente quando está

assistindo televisão, geralmente influenciada por propagandas de alimentos com grande quantidade calórica. (MELLO; LUFT; MEYER, 2004).

Atualmente, uma das coisas que ajuda a crescer o índice de obesidade entre crianças e adolescentes é a tecnologia, pois as crianças não brincam mais nas ruas como era antigamente, ficam a maior parte do seu tempo sentados em frente a um computador, videogame ou celular. Assim, a criança não tem um gasto de energia elevado, o que leva ao aumento de peso, pois ela só consome o alimento e não gasta as calorias ingeridas. O aumento da violência também é um deles, pois os pais ficam com medo de deixar seus filhos brincarem nas ruas, com isso acabam “trancando-os” dentro de casa e assim eles adotam outras atividades para passar o tempo. (MASO, 2014)

A carência de atividade física no comportamento habitual, além de vincular-se a doenças, ainda reflete em experiências motoras insuficientes. (CATENASSI, *et al.*, 2007).

O excesso de peso pode influenciar negativamente o desempenho motor: atividades como corridas, saltos, de agilidade, desencadeiam no abandono e desmotivação para estas atividades. (CELESTRINO; COSTA, 2006).

O desenvolvimento infantil é influenciado por fatores intrínsecos e extrínsecos: o ambiente, espaço para brincadeiras, alimentação, oportunidade e educação através da escola, são elementos que participam do desenvolvimento da criança, e observa-se um grande atraso motor de crianças obesas. (PAZIN; FRAINER; MOREIRA, 2006). A criança obesa tem um padrão não maduro de desempenho em habilidades motoras fundamentais e desempenho inferior aos não obesos. (BERLEZE; HAEFFNER; VALENTINI, 2007, p. 142).

É possível dizer que crianças obesas têm mesmo potencial para desenvolver habilidade motora grossa e podem realizar movimentos com a mesma qualidade que crianças ditas normais, a diferença entre elas é relacionada a respostas fisiológicas.

Este atraso pode ser causado pela inatividade ligada ao estado de obesidade, dificuldade para realização de atividades, vergonha da exposição de sua aparência corporal. Este cuidado para não se expor proporciona ao obeso a escolha de atividades com abaixo

gasto calórico. Muitos jovens obesos não suportam o sentimento de exclusão em suas atividades diárias e acabam muitas vezes por abandonarem hábitos de vida saudáveis e que geralmente nessa faixa etária, está muitas vezes relacionado com as atividades desportivas e em grupos. Essas crianças passam a exercer atividades monótonas, em casa, como ficarem horas jogando videogame, assistindo desenho animado, conversando em salas de bate-papo via internet, entre outras atividades que não possibilitam vivências motoras amplas, limitando o desenvolvimento de capacidades motoras que estão latentes nesse período de vida, e que precisam ser estimuladas. (PAZIN; FRAINER; MOREIRA, p. 1, 2006).

É importante dizer que “crianças são menos ativas porque são obesas e não simplesmente são obesas porque são menos ativas”. (BARUKI, *et al.*, 2006, p. 91).

Para que haja uma melhora significativa no quadro de obesidade infantil, precisa-se de uma mudança de hábitos. A família é imprescindível nesse processo, pois ela age sobre o peso corporal da criança tanto pela hereditariedade quanto pelos hábitos e fatores socioculturais. (BORBA, 2006).

“As situações ambientais podem diminuir ou aumentar a influência” (LOPES; PRADO; COLOMBO, 2010, p. 2). “Uma característica importante em obesos é, geralmente, a depreciação da própria imagem física, demarcada pela insegurança em relação aos outros”. (PAZIN; FRAINER; MOREIRA, 2006, p. 1).

Deve-se ter uma parceria entre a escola e a família, este é um ponto muito importante, porque a escola incentiva a saúde, a alimentação correta e a prática de exercícios, mas a família também precisa dar o apoio necessário à criança e cuidar dos hábitos alimentares. Colocar em prática o que é ensinado na escola e reforçar a prática de atividade para o seu bem-estar. Assim, a criança terá total amparo da escola e da família, facilitando a reversão desta doença. (MASO, 2014).

A atividade física tem o papel de diminuir as chances de obesidade, pois faz a regulação do balanço energético, preserva e mantém a massa magra. Crianças obesas têm um esforço maior ao realizar atividades físicas e isto

reduz o interesse nestas atividades, diminuindo assim as atividades motoras. (PAZIN; FRAINER; MOREIRA, 2006).

As crianças são naturalmente ativas e fazem exercícios durante suas rotinas, mas, viver na cidade, muitas vezes morar em apartamentos, sem lugar para as atividades e cercadas de equipamentos eletrônicos têm feito dessas crianças sedentárias, e a inatividade é uma das principais causas do aumento de peso. (PAZIN; FRAINER; MOREIRA, 2006).

A revolução tecnológica, o aumento da violência e a redução dos espaços para a prática de atividade física nas grandes cidades levaram ao abandono das brincadeiras ou jogos tradicionais, minimizando os níveis de atividade física entre a população juvenil, o grupo sobrepeso/obesidade apresentou tendência de abandonar as brincadeiras que exigem esforço físico mais vigoroso como: esconde-esconde e pega-pega. E demonstrou maior preferência que os sujeitos com peso normal por jogos de tabuleiros. (CELESTRINO; COSTA, p. 51, 2006).

Fatores que podem contribuir para a redução da obesidade

Um dos objetivos da Educação Física nas escolas é de incentivar a prática regular de exercícios para a manutenção da saúde. Por isso, o professor de Educação Física tem um papel fundamental dentro da escola, pois ele tem em suas aulas esse objetivo, a manutenção da saúde. Devido às características da disciplina, tal professor tem uma maior aproximação com o aluno, e por conta disso, pode achar meios para ter um bom diálogo com seus alunos para levar essas discussões em aula. (ARAÚJO; BRITO; SILVA, 2010).

A Educação Física contribui para aumentar os níveis de atividade física e deve abordar conceitos associados a temas de saúde e obesidade. Deste modo, a Educação Física assume um papel fundamental. (CELESTRINO; COSTA, 2006). Porém, os alunos têm aproximadamente 120 minutos semanais de aulas, o que proporciona pouca atividade física, assim a hora do recreio torna-se também um importante recurso utilizado para a promoção da atividade no ambiente escolar. “O tempo gasto nas atividades físicas pode ser mais importante do que o seu custo energético”. (BARUKI, *et al.*, 2006, p. 93).

Um estudo comprovou a ligação de crianças com sobrepeso associado ao uso de equipamentos eletrônicos e, conseqüentemente, à falta de atividade física. Quanto a modalidades esportivas fora do âmbito escolar, a preferência é por natação e futebol. Na escola, atividades que envolvam corridas são as que têm o maior número de rejeição entre as crianças com sobrepeso - a principal brincadeira, segundo o gosto dos alunos, é a queimada. (CELESTRINO; COSTA, 2006).

Nas aulas de Educação Física, o professor muitas vezes considera essas crianças como deficitárias e incapazes de ter sucesso em tarefas motoras, assim esse comportamento gera menos experiência motora para a criança prejudicando o desenvolvimento de habilidades motoras grossas. (CATENASSI, et al., 2007).

Os professores de Educação Física, como profissionais de Saúde devidamente capacitados, podem contribuir para o combate a esta enfermidade. Podem detectar a prevalência e, a partir daí, orientar os alunos nas aulas de Educação Física sobre prática regular de atividades físicas, alimentação saudável, e também, nos casos mais graves, sensibilizar os pais à busca por tratamentos. (ARAÚJO; BRITO; SILVA, 2010).

O tipo de atividade proposta pelo professor é um fato que pode minimizar ou desmotivar a participação dos alunos com sobrepeso ou obesidade, pois podem abandonar atividades que enfocam o deslocamento corporal e que evidenciam as dificuldades motoras devidas ao excesso de peso. (CELESTRINO; COSTA, 2006).

As atividades aeróbias contínuas são as principais auxiliadoras para que haja uma perda significativa de peso corporal, as atividades ideais consistem em exercícios aeróbios contínuos realizados com grandes grupos musculares que comportam um custo calórico de moderado a alto, como caminhada rápida, corrida, pular corda, ciclismo, natação. Muitos desportos e jogos recreativos também afetam positivamente o peso corporal. (BORBA, p. 12, 2006).

A atividade proposta deve ser prazerosa para que a criança se sinta motivada a praticar. Através de jogos, brincadeiras e simbolismo, a prática de uma atividade física, que para uma criança obesa pode ser considerada como

obrigação, gera prazer. A ludicidade atua como uma motivadora da atividade. (BORBA, 2006).

Metodologia

Caracterização do estudo

O presente estudo trata-se de uma pesquisa qualitativa descritiva de fundo dedutivo. Segundo Rodrigues (2007), em uma pesquisa descritiva os fatos são observados, registrados, analisados, classificados e interpretados, sem interferência do pesquisador, mas poder ser feito uso de questionário e observação sistemática.

Para Godoy (1995), uma pesquisa qualitativa constitui possibilidades de estudar os fenômenos que envolvem os seres humanos e suas relações sociais estabelecidas em diversos ambientes. Um fenômeno pode ser mais bem compreendido no contexto em que ocorre e do qual é parte, devendo ser analisado numa perspectiva integrada. Sendo assim, o pesquisador vai a campo captar o fenômeno em estudo na perspectiva das pessoas nele envolvidas, considerando todos os pontos de vista relevantes. A abordagem qualitativa oferece três diferentes possibilidades de se realizar pesquisa: a pesquisa documental, o estudo de caso e a etnografia. Para o presente estudo, utilizamos o estudo de caso como metodologia de pesquisa.

Sujeitos da pesquisa e configurações de cenário

Os sujeitos da pesquisa são alunos dos Anos Finais do Ensino Fundamental de escolas públicas com obesidade ou tendência à obesidade.

Coleta de dados

Para a coleta de dados, fez-se uso de relatório de observações. Segundo Fachin (2006), o objetivo da observação naturalmente pressupõe poder captar com precisão os aspectos essenciais e acidentais de um fenômeno do contexto empírico. Dentro das ciências sociais, a literatura costuma chamar

esses aspectos de fatos; o produto de um ato observado e registrado denomina-se dado.

O que a Pesquisa Revela...

Observações

As observações foram realizadas em cinco escolas do litoral norte, elas nomeadas de A, B, C, D e E. Para a nomeação dos alunos, foram usados números, sendo o primeiro número correspondente ao ano que ele estuda. Ex.: 92 = aluno 2 do 9º ano. Ao total, foram observados 18 alunos aparentemente com obesidade ou tendência à obesidade.

ESCOLA “A”

Nas turmas observadas nos Anos Finais do Ensino Fundamental, foram encontrados dois alunos que visivelmente são considerados obesos e oito com tendência à obesidade, mais “cheinhos”, nos 6º e 7º ano.

No 6º ano, há duas crianças consideradas obesas e duas com tendência, os dois que podemos considerar obesos são do 6º ano de turmas diferentes. O 61 dos meninos é mais ativo: tanto na aula quanto no recreio, ele está com seus colegas jogando, não só no gol, mas na linha também.

Em todas as aulas observadas, eles participam das atividades, correm, pulam, jogam, são totalmente incluídos pelos colegas e na hora do futebol também participam. Os dois têm boa relação com a professora e colegas, o 62 é mais reservado durante as práticas, sempre está conversando com os amigos, já o menino 61 sempre está em movimento, brinca e ri com os colegas.

No 7º ano, há seis crianças com tendência à obesidade, todos participam da aula, têm ótima relação com a professora e colegas. Duas são meninas e em determinados jogos livres não participam por terem vergonha e não terem muita habilidade como os outros. Os meninos são denominados de 71, 72, 73 e 74 para manter a privacidade. Entre os meninos, o 71 e 72, que são colegas delas, em alguns momentos também preferem não jogar em ocasiões

que a professora deixa livre a aula. Outros dois meninos, 73 e 74, jogam com os colegas e há até uma disputa para tê-los no time por jogarem bem. Todos têm boa relação com a professora, nas atividades propostas todos participam, são incluídos pelos colegas nas atividades, uns são mais reservados que outros, mas sempre estão em diálogo com os colegas.

Durante o recreio, só os mais velhos jogam e os com sobrepeso estão com seus amigos conversando e comendo. Apenas o menino 73 foi visto jogando "goleirinha" no recreio com os colegas, no pátio, pois na quadra estavam os alunos mais velhos.

No torneio realizado pela escola, não jogou nenhuma criança obesa ou com tendência. Em relação às gincanas escolares observadas, todos participam dentro da sua escola, durante as atividades; já na gincana entre as escolas, os professores escolhem os mais habilidosos.

ESCOLA "B"

No 9º ano, quatro pessoas com tendência à obesidade. Todos os quatro têm uma boa relação com os colegas e com a professora, mas não são tão ativos nas aulas, são mais tímidos.

Depois de três atividades que exigiam movimentos constantes, o 91 dos alunos com tendência à obesidade desistiu e os outros, 92, 93 e 94 ficaram desanimados.

Para o 8º ano, um aluno com tendência à obesidade. Ele disse na sala, ao saber das atividades: "A prof. apavora a gente já na entrada!". Este aluno mostrou-se bem comunicativo, extrovertido e uma voz ativa sobre a turma, ele participou normalmente das atividades, interagindo com os colegas.

Durante o intervalo, é liberado o futsal livre para quem quiser jogar na quadra, tinha somente um com tendência na quadra (81) e estava apenas olhando. Parecia ter uma relação aparentemente normal com os colegas que estavam jogando, até pareceu que tinha vontade de jogar, mas talvez por falta de habilidade ou medo de exclusão pelos colegas "panelinha" ficou só olhando.

Ainda no intervalo, o 92 chegou, estava conversando e comendo, olhando o jogo. Em seguida o 94, outro com tendência, chegou comendo e sentou para ver o jogo. O que mostra que eles gostam de esportes, mas talvez pela sua condição ou pela “panelinha” formada pelos mais hábeis, não têm chance de jogar, e esse tempo em que eles ficam parados olhando, muitas vezes sozinhos, acabam aproveitando para comer.

No 7º ano, um com tendência à obesidade. Ele jogou, mas preferia ficar no gol, mostrou uma boa relação com os colegas, e encontrou um lugar no jogo em que sua condição não se torna tão importante, mas que ele tem um lugar no meio dos outros.

Durante atividades de uma gincana, na qual tinha provas nas quais as equipes tinham que escolher alguns alunos para representá-los de várias formas, nenhum dos alunos com tendência à obesidade foi escolhido. Na mesma gincana aconteceram jogos de futsal entre pais e filhos, meninos e meninas juntos. Nestes jogos, observou-se que mesmo sendo um futebol misto, nenhum dos alunos com tendência à obesidade estava jogando e nem presente nos times. Segundo o 81 para a prova de jogos precisava jogar pais e filhos juntos e como os pais deles não foram, eles não jogaram.

ESCOLA “C”

Foram observadas algumas aulas da turma do 9º ano, na qual há duas meninas com visível obesidade. A 91 é mais extrovertida, conversa bastante com os colegas, interage com a turma, com a professora, participa de todas as atividades propostas e é visível também a expressão de felicidade no rosto ao realizar as atividades. Já a 92 é mais gordinha que a outra, é introvertida, é mais tímida, interage com uma parte da turma, interage bastante com a professora, participa das atividades com um pouco de dificuldade, mas é visível que gosta de participar.

ESCOLA “D”

Foram observadas algumas aulas da turma do 8º ano, na qual um menino com obesidade na turma. Nas aulas de Educação Física, ele interage com os colegas, porém pratica bastante “*bullying*” e isso acaba causando alguns conflitos em sala de aula. É bem extrovertido, participa das aulas e, pelo que foi observado, gosta muito de basquete e vôlei. O aluno interage com a professora e quando ela pede algo, ele é muito prestativo, gosta de ajudar.

ESCOLA “E”

Foram feitas observações com a turma do 6º ano, na qual há um menino com obesidade. Ele conversa e interage com todos da turma, porém pratica muito “*bullying*” com os colegas, por isso acaba tendo muitas brigas em aula e os colegas conseqüentemente acabam fazendo “*bullying*” com ele também. Ele interage com a professora de Educação Física e participa da maioria das atividades, mas algumas ele não quis fazer e ficou sentado. O aluno é incluído nas aulas, mas algumas atividades ele não realizou porque se sentiu cansado ou não queria fazer, mas nas atividades de que participou, pareceu se divertir bastante.

Considerações finais

Durante o período escolar, os professores encontram alunos que não estão relacionados aos padrões físicos considerados adequados, aqueles alunos com sobrepeso ou até mesmo obesidade. A quantidade desses alunos vem aumentando no Brasil e no mundo, e vários fatores influenciam para esta forma física que pode ser prejudicial para este aluno, tanto na parte comportamental em relação a se sentir inferior a outros alunos nas aulas de Educação Física, quanto na parte de saúde.

A carência de atividade física é um dos grandes fatores que gera a obesidade, influenciando negativamente no desempenho motor da criança, gerando constrangimento na frente de seus colegas, fazendo com que muitas crianças

se autoexcluem por vergonha de não serem tão habilidosas quanto os outros colegas.

O professor de Educação Física tem papel extremamente importante na vida dos alunos, pois é em suas aulas que este profissional pode contribuir, detectando a prevalência da obesidade, instigando, orientando e incentivando a uma melhor alimentação e à prática de atividades físicas, e proporcionando em suas aulas momentos de desenvolvimento motor, integração com os colegas, cooperação e momentos descontraídos.

No presente trabalho, conclui-se, portanto, que o comportamento alimentar e também a falta de exercícios físicos, tanto da família quanto do aluno, podem influenciar na tendência à obesidade do mesmo, além de fatores genéticos. O professor de Educação Física deve ajudar esses alunos inserindo exercícios e indicando bons hábitos a eles.

As observações realizadas constataram que aparentemente todos os alunos interagem bem com os colegas e professores, praticamente todos participam das aulas propostas, porém alguns desistem ao longo do período de aula. As propostas visam a atividades intensas, e assim os alunos com sobrepeso cansam rápido, isso acaba desmotivando-os e causando a não participação no decorrer da aula.

A presença do professor é um fator importante para a participação e motivação à prática, pois quando não há professor, esses alunos não participam de atividades, apenas olham, o que mostra que ainda existem formações de “grupinhos” reduzindo a interação de alunos, favorecendo os mais habilidosos e mais atléticos. Apesar disso, todos os alunos demonstram gostar de esportes.

Referências

ARAÚJO, R. A.; BRITO, A. A.; SILVA, F. M. **O papel da educação física escolar diante da epidemia da obesidade em crianças e adolescentes.** Educação Física em Revista. Brasília, v. 4, n. 2, mai./ago., 2010.

BARUKI, S. B. S.; ROSADO, L. E. F. P. de L.; ROSADO, G. P.; RIBEIRO, R. de C. L. **Associação entre estado nutricional e atividade física em escolares da Rede Municipal de Ensino em Corumbá – MS.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte. São Paulo, v. 12, n. 2, p. 90-94, mar./abr., 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/rbme/v12n2/v12n2a07.pdf>>. Acesso em: 23 de set. 2018.

BERLEZE, A.; HAEFFNER, L. S. B.; VALENTINI, N. C. **Desempenho motor de crianças obesas: uma investigação do processo e produto de habilidades motoras fundamentais.** Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano. Florianópolis, v. 9, n. 2, p. 134-144, jun., 2007.

BORBA, P. C. S. **A importância da atividade física lúdica no tratamento da obesidade infantil.** 2006. Disponível em: <http://profissional.universoef.com.br/container/gerenciador_de_arquivos/arquivos/261/a-importancia-da-atividade-fisica-ludica.pdf>. Acesso em: 26 de set. 2018.

CATENASSI, F. Z.; MARQUES, I.; BASTOS, C. B.; BASSO, L.; RONQUE, E. R. V.; GERAGE, A. M. **Relação entre Índice de Massa Corporal e Habilidade Motora Grossa em Crianças de Quatro a Seis Anos.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte. São Paulo, v. 13, n. 4, p. 227-230, jul./ago., 2007.

CELESTRINO, J. O.; COSTA, A. S. **A prática de atividade física entre escolar com sobrepeso e obesidade.** Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 5, n. 3, p. 47-54, 2006.

FACHIN, O. **Fundamentos de Metodologia.** 5.ed. São Paulo: Saraiva, 2006.

GIUGLIANO, R.; CARNEIRO, E. C. **Fatores associados à obesidade em escolares.** Jornal de Pediatria. Porto Alegre, v. 80, n. 1, p. 17-22, 2004.

GIUGLIANO, R.; MELO, A. **Diagnóstico de sobrepeso e obesidade em escolares: utilização do índice de massa corporal segundo padrão internacional.** Jornal de Pediatria, Porto Alegre, v. 80, n. 2, p. 129-134, 2004.

GODOY, A. S. **Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades.** Revista de Administração de Empresas – ERA. São Paulo, v. 35, n. 2, p. 57-63, mai./jun., 1995.

LOPES, P. C. S.; PRADO, S. R. L.; COLOMBO, P. **Fatores de risco associados à obesidade e sobrepeso em crianças em idade escolar.**



Revista Brasileira de Enfermagem. Brasília, v. 63, n. 1, p. 73-78, jan./fev., 2010.

MASO, T. C. **O Papel do Professor de Educação Física Escolar no Combate à Obesidade**. 2014. Trabalho de Conclusão de Curso (Escola de Educação Física) – UFRGS, Porto Alegre, 2014.

MELLO, E. D.; LUFT, V. C.; MEYER, F. **Obesidade infantil: como podemos ser eficazes?** Jornal de Pediatria. Porto Alegre, v. 80, n. 3, p. 173-182, 2004.

PAZIN, J.; FRAINER, D. E. S.; MOREIRA, D. **Crianças obesas têm atraso no desenvolvimento motor**. Revista Digital EFDeportes, Buenos Aires, ano 11, n. 101, out., 2006.

RODRIGUES, W. C. **Metodologia Científica**. 2007. Disponível em: <https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/33851445/metodologia_cientifica.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1538955085&Signature=TqZ1PaalTPk2OC3%2Bn77BSNUI3I4%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DMetodologia_Cientifica_Conceitos_e_Defin.pdf>. Acesso em: 07 de out. 2018.