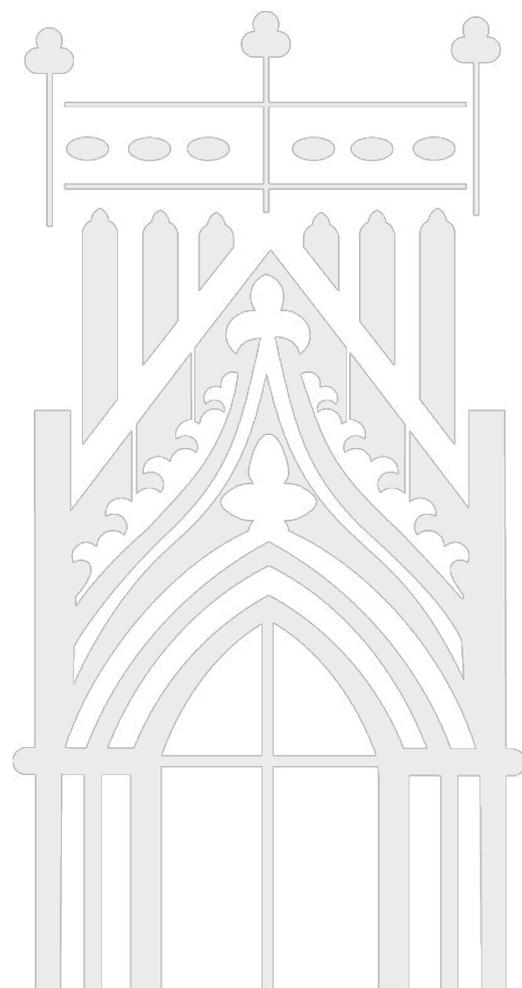


Mestrado em Ensino do 1º e 2º Ciclos
do Ensino Básico

Relatório de Estágio da Prática
de Ensino Supervisionada

Adailson Raimundo Moreira Garcez

março | 2017



Escola Superior de
Educação, Comunicação
e Desporto



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto
Instituto Politécnico da Guarda

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO DA PRÁTICA DE
ENSINO SUPERVISIONADA**

Mestrado em Ensino do 1º e 2º Ciclo do Ensino Básico

Adailson Raimundo Moreira Garcez

Março / 2017



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto
Instituto Politécnico da Guarda

Relatório de Estágio da Prática de Ensino Supervisionada

Adailson Raimundo Moreira Garcez

Mestrado em Ensino do 1º e 2º Ciclo do Ensino Básico

Orientadora: Professora Doutora Rosa Branca Cameira Tracana Pereira

Relatório do Ensino Supervisionado do Mestrado do 1º e 2º Ciclos

Março / 2017

À minha família

Agradecimentos

A *DEUS* pela fé que nos faz acreditar no amor que se renova a cada dia.

A meu *PAI* por ter acompanhado, incentivado e auxiliado todas as etapas do meu estudo até o fim de sua vida.

A minha *MÃE* pela dedicação e compreensão, me dando a oportunidade de colocar em prática minhas ideias, e respeitando os momentos da minha vida.

A *EUDÁLIA*, que se fez presente nas horas em que eu pensava em desistir, estava sempre pronta a transmitir a força necessária para se poder continuar.

Aos meus *FILHOS*, Thiago Henrique Serra Garcez, Adailson Raimundo Moreira Garcez Júnior, Mariana das Neves Ferreira Garcez e Daniel das Neves Ferreira Garcez pelo amor e carinho dedicado ao paição.

Ao *IUA* – Instituto Universitário Atlântico e à *ESECD / IPG* –Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto / Instituto Politécnico da Guarda, por me terem proporcionado a realização deste Mestrado.

“Não deverão gerar filhos quem não
quer dar-se ao trabalho de cria-los e
educá-los”.

Platão

Resumo

O seguinte relatório apresenta a metodologia desenvolvida ao longo da Prática de Ensino Supervisionada do Mestrado em Ensino do 1º e 2º Ciclo, nas disciplinas de Português, Geografia, História, Ciência da Natureza e Matemática.

O relatório encontra-se organizado em três capítulos, o primeiro descreve o enquadramento institucional, com destaque a caracterização do meio, da unidade escolar onde ocorreu a PES, seguido pela apresentação da turma. No que concerne o segundo capítulo, será descrito todo o processo de Prática de Ensino Supervisionada, o qual aborda a experiência de ensino/aprendizagem que ocorreu na turma do 6º ano da UEB Professor Sá Valle. O terceiro capítulo diz respeito aos dados obtidos com a mensuração da composição corporal dos alunos da referida UEB, apresentando seu conceito, importância e finalidade, as técnicas a serem aplicadas na avaliação, a população do estudo, seus aspectos éticos e os resultados dos dados obtidos na pesquisa realizada.

A prática é o primeiro convívio que o futuro professor terá com seu campo de atuação. Por meio da observância, do envolvimento e da regência, o licenciando construirá futuras atuações pedagógicas (Passerini, 2007). Durante o estágio, o futuro professor passa a descobrir a educação com outra visão, procurando alcançar a realidade da escola e o desempenho dos educandos, dos docentes e dos profissionais que a compõem (Januario, 2008). É por meio dele que se constitui relação entre a teoria e a prática, bem como tem o ensejo de conhecer e analisar a atuação do profissional em sua ação pedagógica.

O trabalho baseou-se na pesquisa bibliográfica e nas situações problemas ocorridos no contexto escolar, com o objetivo de aperfeiçoar a prática em sala de aula, propiciar a aproximação da realidade profissional por meio do conhecimento das situações reais de trabalho, abrangendo supervisores, professores, estudantes e campo de estágio, onde são demonstradas estratégias utilizadas para sua superação.

Palavras-chave: Prática de Ensino Supervisionada; Avaliação da Composição Corporal.

Abstract

The following report presents the methodology developed during the Supervised Teaching Practice of the Master in Teaching of the 1st and 2nd Cycle, in the subjects of Portuguese, Geography, History, Nature Science and Mathematics

The report is organized in three chapters, the first describes the institutional framework, with emphasis on the characterization of the environment, the school unit where the STP took place, followed by the presentation of the class. With regard to the second chapter, we will describe the whole process of Supervised Teaching Practice, which deals with the teaching / learning experience that occurred in the 6th grade class of the Unit Basic Education (UBE) Professor Sá Valle. The third chapter refers to the data obtained by measuring the body composition of the students of this UBE, presenting their concept, importance and purpose, the techniques to be applied in the evaluation, the study population, their ethical aspects and the results of the obtained data in the survey.

The practice is the first contact that the future teacher will have with his field of activity. Through observance, involvement and regency, the licensed will construct future pedagogical actions (Passerini, 2007). During the internship, the future teacher starts to discover education with another vision, seeking to reach the reality of the school and the performance of the students, teachers and the professionals that compose it (Januario, 2008). It is through this that the relationship between theory and practice are constituted, as well as the opportunity to know and analyze the performance of the professional in his pedagogical action.

The work was based on the bibliographical research and the situations that occurred in the school context, with the objective of improving the practice in the classroom, propitiating the approximation of the professional reality through the knowledge of the real work situations, including supervisors, teachers, Students and the field of internship, where the strategies used to overcome it are demonstrated.

Keywords: Supervised Teaching Practice; Evaluation of Body Composition

Lista de Siglas

BBC – British Broadcasting Corporation

CC – Composição corporal

CONFEF - Conselho Federal de Educação Física

DC - Densidade corporal

IMC - Índice de Massa Corporal

INCRA - Instituto de Colonização e Reforma Agrária

IPG - Instituto Politécnico da Guarda

Kg - Kilo

M - Metro

MA - Maranhão

MBA – Master in Business Administration

OMS - Organização Mundial da Saúde

PCN - Parâmetros Curriculares Nacionais

PES - Prática de Ensino Supervisionada

PH - Pesagem Hidrostática

TMB - Taxa Metabólica Basal

UEB - Unidade de Educação Básica

US – Ultrassonografia

Índice Geral

Agradecimento	IV
Resumo	VI
Abstract	VII
Introdução	1
CAPÍTULO I – Enquadramento Institucional	3
1. Caraterização do meio	4
1.1. Caracterização Institucional do campo de Estágio Supervisionado	7
1.1.1. Unidade de Educação Básica Sá Valle.....	7
1.2. Caracterização da turma do 6º ano do Ensino Fundamental – UEB Sá Valle	12
CAPÍTULO II – Descrição do Processo da Prática de Ensino Supervisionada.....	14
2. Descrição do processo da Prática de Ensino Supervisionada.....	15
2.1. Português	16
2.2. Geografia	16
2.3. Ciências da Natureza.....	17
2.4. História.....	19
2.5. Matemática	20
2.6. Reflexão / Síntese final	20
CAPÍTULO III – Avaliação da composição corporal.....	23
3. Avaliação da Composição Corporal	24
3.1. Avaliação da composição corporal: conceito, importância e finalidade	24
3.2. Técnicas de avaliação da composição corporal	27
3.2.1 Análise direta	28
3.2.2 Análise indireta	29
3.2.3 Análise duplamente indireta	30
3.2.4 O avaliador e o avaliado	32
3.3. Avaliação da composição corporal dos alunos do 6º ano do Ensino Fundamental da UEB Prof. Sá Valle	34
3.3.1 Objetivos do estudo	34
3.3.2 População do estudo	34
3.3.3 Aspectos éticos	35
3.3.4 Coleta de dados	35
4. Resultados e Discussões	38

4.1. Síntese do IMC e Questionário	52
Considerações Finais.....	53
Referências Bibliográficas	55
WebGrafia	57
Legislação	59
Decreto-lei nº 74/2006 de 24 de março	59
APÊNDICES	60
Apêndice I – Planos de aula da Prática de Ensino supervisionada no 2º Ciclo do Ensino Básico – Português	61
Apêndice II – Planos de aula da Prática de Ensino supervisionada no 2º Ciclo do Ensino Básico – Geografia	63
Apêndice III – Planos de aula da Prática de Ensino supervisionada no 2º Ciclo do Ensino Básico – Ciências da Natureza	66
Apêndice IV – Planos de aula da Prática de Ensino supervisionada no 2º Ciclo do Ensino Básico – História	69
Apêndice V – Planos de aula da Prática de Ensino supervisionada no 2º Ciclo do Ensino Básico – Matemática	72
Apêndice VI - Questionário sobre os Fenícios aplicado com os alunos na disciplina de História	74
Apêndice VII – Texto “O retrato” de Cecília Meireles, aplicado com os alunos na disciplina de português	75
Apêndice VIII – Situação problema de matemática e questão desafio	76
Apêndice IX – Termo de consentimento	78
Apêndice X – Questionário de atividade física habitual e hábitos alimentares.....	79
Apêndice XI – Protocolo de Avaliação	80
ANEXOS	81
Anexo 1 – Lei 1774/67 – Criação da UEB Sá Valle	82
Anexo 2 – Resolução CONFEF nº 046/2002	84

Lista de Figuras

Figura 1 - São Luís – Maranhão	4
Figura 2 – Tambor de Crioula	6
Figura 3 - Fachada da UEB Sá Valle	7
Figura 4 – Localização da UEB Sá Valle	8
Figura 5: Corpo Diretivo	9
Figura 6: Servidores	9
Figura 7: Quantidade de turmas	10
Figura 8 – Salas de aula e de reforço	11
Figura 9: Docentes por turno	11
Figura 10 – Planta da sala de aula	12
Figura 11 – Peteca construída em sala	19
Figura 12 – Sala da Direção	22
Figura 13 – Biblioteca	22
Figura 14 - Balança doméstica pessoal/ digital marca Plenna - modelo: Ice HON 00823	36
Figura 15 – Fita métrica comum de tecido	36
Figura 16 - Alunos sendo avaliados.....	37
Figura 17 – Cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC)	37
Figura 18 – Tabela de IMC infantil	38
Figura 19 – Composição Corporal	40

Lista de Gráficos

Gráfico 1: IMC – Resultados Obtidos	41
Gráfico 2: Relação de IMC entre os sexos	42
Gráfico 3: IMC entre meninos/meninas de 11 anos	43
Gráfico 4: IMC entre meninos/meninas de 12 anos	44
Gráfico 5: IMC entre meninos/meninas de 13 anos	45
Gráfico 6: Deslocamento	46
Gráfico 7: Tempo gasto com deslocamento	47
Gráfico 8: Participação na aula de Educação Física	48
Gráfico 9: Prática de atividade física fora da escola	48
Gráfico 10: Atividade física	49
Gráfico 11: Refeições diárias	50
Gráfico 12: Complemento do lanche escolar	50
Gráfico 13: Consumo de frutas e verduras	51
Gráfico 14: Periodicidade que toma refrigerante	52

Introdução

O atual relatório narra a Prática de Ensino Supervisionada no 1º e 2º Ciclos do Ensino Básico da Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto do Instituto Politécnico da Guarda, com vista à obtenção do grau de Mestre, segundo Decretos Lei nº 74/2006, de 24 de março e nº 43/2007, de 22 de fevereiro pelo Instituto Politécnico da Guarda.

A finalidade do Estágio Supervisionado é promover ao aluno a oportunidade de aplicar seus conhecimentos aprendidos nos bancos acadêmicos em situações do exercício profissional, criando a possibilidade do aprendizado de suas habilidades. Espera-se que, com isso, o aluno tenha a opção de agrupar atitudes práticas e adquirir um espectro crítico de sua área de atuação profissional (Oliveira; Cunha, 2006). O planeta globalizado constantemente em desenvolvimento, solicita dos estabelecimentos educacionais um novo olhar político-pedagógico, que esteja preocupado em desenvolver um ser humano mais consciente que, com competência, esteja preparado para encarar os desafios suscetíveis da evolução humana.

Com isso, na escola, se faz necessário a prática de uma ação educativa emancipatória, que garanta o direito à educação de qualidade, que contemple e acompanhe a evolução sem esquecer as aquisições socioculturais e educacionais, cumprindo assim seu papel social.

Iniciamos este relatório apresentando o enquadramento institucional que caracterizará a Unidade de Educação Básica Prof. Sá Valle, escola que compõe a Rede Municipal de Educação de São Luís do Maranhão, espaço onde ocorreu a Prática de Ensino Supervisionada, será apresentado nessa sequência a caracterização da turma onde foram aplicadas as aulas. No segundo capítulo trataremos da descrição das práticas de ensino em ciências da natureza, história, geografia, português e matemática, através da aplicação dos conteúdos programáticos ao contexto encontrado, sendo necessário, neste percurso, pesquisar, estudar e investigar sobre as temáticas e processos adequados para aplicação no processo educativo, buscando sempre a qualidade de ensino e aprendizagem. O terceiro capítulo enfatizará informações concernentes à avaliação da composição corporal dos alunos do 6º ano da turma 64 do Ensino Fundamental da UEB Prof. Sá Valle da Rede Municipal de Educação de São Luís do Maranhão, onde foram averiguados os *Índices de Massa Corporal - IMC* condizentes com a faixa etária dessas crianças. Para tanto, foram avaliados os seguintes itens: peso e altura.

Além disso, foi inquerido por meio de aplicação de questionário (apêndice IX) pontos referentes aos hábitos alimentares mais saudáveis e a prática regular de atividades físicas, fatores importantes para a detecção precoce da obesidade infantil, pois esta traz consequências orgânicas e psicológicas, além de haver grandes chances da criança se tornar um adulto obeso e enfrentar as consequências desta doença.

Para finalizar, serão apresentadas as conclusões, onde mostraremos um balanço sobre o processo de estágio e suas implicações na formação pessoal e profissional, acompanhadas das bibliografias consultadas que serviram de base para nossa pesquisa, dos apêndices e anexos que foram examinados para a explanação da temática abordada.

CAPÍTULO I

Enquadramento Institucional

1. Caracterização do Meio

São Luís (figura 1), capital do Maranhão, se desenvolveu no pontal que avança sobre o estuário dos rios Anil e Bacanga. Fundada em 8 de setembro de 1612, pelos franceses Daniel de La Touche e François de Rasilly, cuja finalidade comum, dentro do contexto da economia mercantilista, era fundar a França Equinocial, a capital maranhense encontra na homenagem ao então Rei da França, Luís XIII, as raízes da sua terminologia: São Luís. Conquistada e coligada do domínio português, apenas três anos depois de sua fundação pelos franceses (1615), a cidade de São Luís cairia, ainda no decorrer do século XVII, a possessão holandesa. Todavia, assim como aconteceu com os franceses, também os holandeses, golpeados em guerra pelos portugueses, seriam expulsos transcorridos três anos da invasão, em 1645. É quando se inicia, de fato e terminantemente, a colonização portuguesa da antiga Upaon Açú ou Ilha Grande, segundo a designação tupinambá para a Ilha de São Luís. Nascida no mar, caracterizada como porto fluvial e marítimo, à paridade de outras cidades brasileiras da época colonial, a capital do Maranhão desempenhou importante papel na produção econômica do Brasil. Colônia durante os séculos XVII e XIX, tendo sido considerada o quarto centro exportador de algodão e arroz, depois de Salvador, Recife e Rio de Janeiro. Data desta época o conjugado urbanístico de caráter civil que compõe o Centro Histórico da capital maranhense e se constitui num dos mais representativos e ricos modelos do projeto urbano e da tipologia arquitetônica produzidos pela colonização portuguesa.



Figura 1 - São Luís – Maranhão

Fonte: <http://cidadesemfotos.blogspot.com.br>

Na realidade, a tipologia arquitetônica que corresponde aos séculos XVIII e XIX se diferencia, em muito, das casas em taipa e madeira que caracterizam os edifícios de caráter civil do século XVII: constituem-se em sólidas edificações em alvenaria de pedra e argamassa com óleo de peixe, serralheria e cantarias de líz de origem européia, e madeira de lei. De qualquer modo, os mais representativos exemplares da arquitetura de São Luís datam, sobretudo, da segunda metade do século XIX. Trata-se dos sobrados de fachadas revestidas em azulejos portugueses que se consubstanciam num dos aspectos mais típicos da expressão civil maranhense.

Nossa gente expressa a mais legítima cultura brasileira, produto do casamento perfeito entre as três raças matrizes que geraram o povo brasileiro. Politicamente, o Maranhão é Nordeste (antes era o "Meio-Norte"), geograficamente é uma mistura única de Norte-Nordeste e culturalmente, caracterizado pelas heranças indígena, branca e forte presença negra, é algo que só o encontro dessas ou entre essas duas regiões brasileiras e a intensa miscigenação do seu povo poderiam produzir, muita coisa oportuna, que só tem aqui, demonstrada pela sua rica culinária, artesanato, história, folclore, cultura popular e música.

A cultura maranhense é um verdadeiro caldeirão de cadências, talentos, cores, texturas e sabores, que também encerram grande potencialidade para o turismo cultural, histórico e rural. Alguns aspectos da variadíssima e riquíssima tradição popular do Maranhão: a festa, dança, teatro, arte, religiosidade, folguedo, ritmo e emoção que é o Bumba-meu-boi (Patrimônio Cultural do Brasil), a maior e mais representativa tradição cultural do Maranhão, verdadeira expressão da nossa alma e da constituição do nosso povo, cujo alicerce se assenta nos índios, negros e portugueses. A diversidade cultural das populações indígenas, uma das maiores do país com aproximadamente 30 mil, com a maior parte de suas áreas demarcadas e homologadas e 7 etnias diferentes. A capital, São Luís, que constitui o primeiro registro europeu às portas da Amazônia, é patrimônio da humanidade, pela sua riqueza cultural e por possuir o maior acervo arquitetônico colonialista português de origem civil do mundo. É o estado que tem a maior população proporcional de negros, cafuzos, caboclos e mulatos do país. O Maranhão é o estado com maior miscigenação do Brasil, fato estampado até na sua bandeira.

O carnaval é autêntico e com variáveis e ricas manifestações da cultura popular, passando pelas escolas e turmas de samba, blocos tradicionais, blocos organizados, blocos alternativos, tribos de índios, tambor de crioula considerado Patrimônio Cultural do Brasil, blocos de sujós, fofões, casinha da roça, etc. A festa de rua de São Luís abre

alás em janeiro considerado o terceiro maior e melhor do país. Também temos as festas juninas, que se antecipam e começam já em maio, com os tradicionais ensaios dos grupos de bumba-meu-boi. O São João do Maranhão é um espetáculo cultural à parte na beleza e autenticidade de suas danças, folguedos, ritmos, tambores, batuques e brincadeiras, que parecem intermináveis. Além do Bumba meu Boi, destacam-se o Cacuriá, o Tambor de Crioula (figura 2), a Dança Portuguesa, a Dança do Côco, o Bambaê de Caixa, a Dança do Lelê, Dança do Lindô, o Forró de Caixa, a Quadrilha e outros mais.



Figura 2 – Tambor de Crioula

Fonte: <http://www.idifusora.com.br/2016/06/15>

A inclinação para a poesia, lirismo, artes e letras do maranhense, já destacaram grandes escritores, poetas, jornalistas e eruditos de várias áreas em todo o país, o artesanato é de uma beleza e originalidade gratificante. A abundância e riqueza das embarcações feitas artesanalmente sendo uma delas Patrimônio Cultural do Brasil. A especialidade da sua culinária, de procedência luso-afro-tupi, com influências do Norte e do Nordeste e muita coisa própria, que só tem aqui, os casarões históricos de Alcântara, antiga morada da aristocracia rural maranhense. Também conhecida como “caribe brasileiro” por sua proximidade ao Caribe seus ritmos são tão presentes no Maranhão que São Luís é considerada a capital brasileira do reggae, que aqui ganhou características regionais e já se agrupou à cultura local. Importante reduto das religiões afro-brasileiras, que vão desde o tambor de mina, passando pelo terecô, candomblé, pajelança (indígena), tambor da mata e umbanda, que contribui para formação de um território fértil de lendas e mitos. O Maranhão é a sinopse geográfica e cultural do Brasil e por isso mesmo, brasileiríssimo! É generoso em influências e rico em peculiaridades.

1.1. Caracterização Institucional do campo de Estágio Supervisionado

1.1.1. Unidade de Educação Básica Sá Valle

Localizada no bairro do Anil (figura 3), que está entre os bairros da Aurora, Cutim, Cruzeiro do Anil, Angelim e Santa Cruz bairros também tradicionais. A localidade é de classe média e média baixa do município de São Luís, capital do estado do Maranhão. Sua ocupação teve início no século XIX e foi durante anos a principal entrada da capital com o continente. Já tendo sido considerado município do estado do Maranhão, depois distrito de São Luís, obteve status de bairro na década de 1940, quando a Fábrica de Tecido existia nas margens do rio Anil.



Figura 3 - Fachada da UEB Sá Valle

Fonte: <http://luiscardoso.com.br/politica/2015>

Longos congestionamentos que se formam nos horários de pico na Casemiro Júnior e São Sebastião, a falta de infraestrutura em algumas ruas e a criminalidade são alguns dos principais problemas enfrentados pelos moradores. A cercania tem recebido novos empreendimentos prediais, o que tem cada vez mais valorizado o bairro, é onde está localizado a sede do Inbra - Instituto de Colonização e Reforma Agrária, a Igreja Nossa Senhora da Conceição, do 4º Juizado Criminal, faculdades, casas lotéricas, postos de saúde e escolas.



Figura 4 – Localização da UEB Sá Valle

Fonte: <http://wikimapia.org>

O estágio foi efetivado na Unidade de Educação Básica Professor Sá Valle (figura 4), colégio que compõe uma das 92 (noventa e duas) escolas do ensino fundamental da Rede Municipal de Educação de São Luís – MA, localizada na Rua da Companhia, nº 100 – Anil, na turma 63 do 6º ano matutino nas disciplinas de matemática, português, história, geografia, ciências da natureza.

Diante das dificuldades financeiras de alguns alunos em dar continuidade aos estudos após o curso primário, porque o ginásio era bem distante do bairro do Anil, as professoras do Grupo Escolar Janssem Muller, entre elas Nail de Carvalho e Cleusa Carvalho Sales solicitaram à Secretaria Municipal de Educação a fundação de uma escola de 1ª à 8ª série. Através de um abaixo assinado de pais que desejassem um ginásio no bairro e sugerido pelo prefeito Epitácio Cafeteira, o pedido foi atendido e instalado como anexo no próprio Grupo Escolar Janssem Muller que funcionou de 1966 a 1967. Em 03 de outubro de 1967 o referido anexo foi transformado, por portaria municipal em Ginásio Professor Sá Valle, em homenagem ao jornalista e professor José Ribeiro de Sá Valle nascido em São Luís do Maranhão exercendo importante participação cultural no meio maranhense, foi professor do Liceu Maranhense, da Academia de Comércio e jornalista de destacáveis jornais do nosso estado.

Em decorrência da grande demanda houve a necessidade de um espaço maior atendendo a todos e, já na gestão do prefeito Mauro Fecury, foi construído próximo à antiga fábrica Rio Anil, um prédio novo onde funciona até hoje, com o nome de Unidade de Educação Básica Professor Sá Valle. Uma escola de grande porte e com

estrutura para atender a comunidade do Anil, adjacências, bairros distantes e até outros municípios.

A Unidade de Educação Básica Professor Sá Valle está organizada de acordo com os quadros abaixo distribuídos:

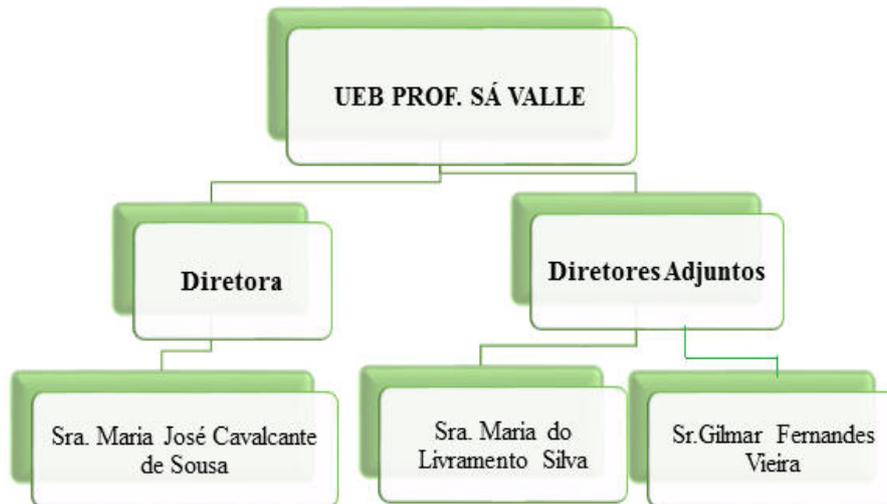


Figura 5: Corpo Diretivo

Fonte: Dados fornecidos pelos serviços administrativos da instituição.

A diretora geral a Sra. Maria José acompanha a escola nos três turnos, no matutino, vespertino e noturno de forma intercalada, os adjuntos são distribuídos pelos turnos, devendo ficar sempre 2 (dois) diretores adjuntos em cada turno.



Figura 6: Servidores

Fonte: Dados fornecidos pelos serviços administrativos da instituição.

Os servidores que trabalham como secretários da escola ficam nos 3 (três) turnos, o administrativo está dividido em 7 (sete) no matutino, 3 (três) vespertino e 2 (dois) que ficam à noite. O pessoal dos serviços gerais 5 (cinco) deles ficam pela manhã, 4 (quatro) à tarde e 2 (dois) à noite, e os coordenadores pedagógicos se distribuem em 1 (um) pela manhã e noite e 2 (dois) pela tarde.



Figura 7 Quantidade de turmas

Fonte: Dados fornecidos pelos serviços administrativos da instituição.

A UEB Professor Sá Valle está estruturada em ciclos, a saber:

- **1º Ciclo**
1º Ano: Média de idade 6 anos.
2º Ano: Média de idade 7 anos.
3º Ano: Média de idade 8 anos.
- **2º Ciclo**
4º Ano: Média de idade 9 anos.
5º Ano: Média de idade 10 anos.
- **3º Ciclo**
6º Ano: Média de idade 11 anos.
7º Ano: Média de idade 12 anos.
- **4º Ciclo**
8º Ano: Média de idade 13 anos.
9º Ano: Média de idade 14 anos.

Na escola existem 22 (vinte e duas) salas disponíveis, sendo que somente 19 (dezenove) atendem no turno matutino, 20 (vinte) no vespertino e 3 (três) no noturno (Figura 7), atendendo um quantitativo de 914 (novecentos e quatorze) alunos assim distribuídos: no **matutino 437** (quatrocentos e trinta e sete), **vespertino 452**

(quatrocentos e cinquenta e dois) e no **período noturno 25** (vinte e cinco) alunos que se encontram na idade escolar correta.

A infraestrutura da escola conta também com sala de direção, biblioteca, sala de professores, salas de aula, área livre (figura 8), coordenação pedagógica, refeitório, arquivo, quadra poli esportiva, sala de reforço escolar.



Figura 8 – Salas de aula e de reforço

Fonte: Própria

Embora a escola conte na maior parte de seu organograma com professores concursados, encontramos também docentes que foram recentemente pelo processo seletivo simplificado, uma contratação temporária, totalizando assim **75 (setenta e cinco) professores** nos turnos de funcionamento da escola (figura 9).

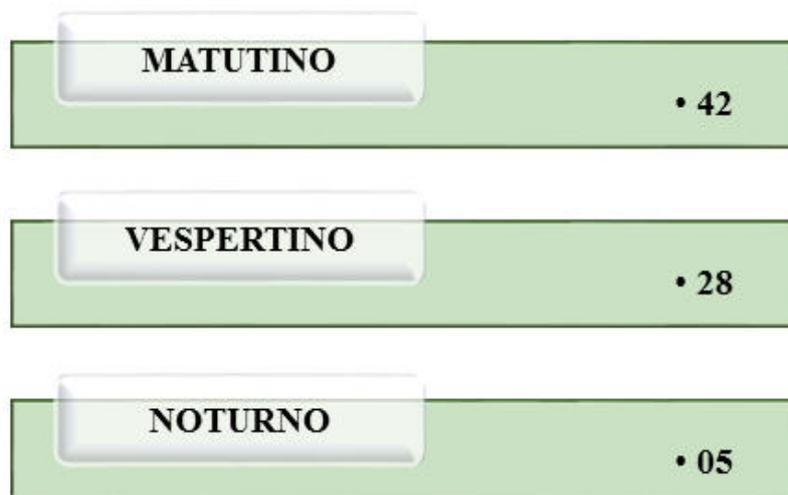


Figura 9: Docentes por turno

Fonte: Dados fornecidos pelos serviços administrativos da instituição.

1.2. Caracterização da Turma do 6º ano 64 – UEB Sá Valle

A disposição dos alunos em sala de aula (figura 10) está aparelhada de modo que estes possam ter um melhor aproveitamento no processo de ensino e aprendizagem e obter maior rendimento.

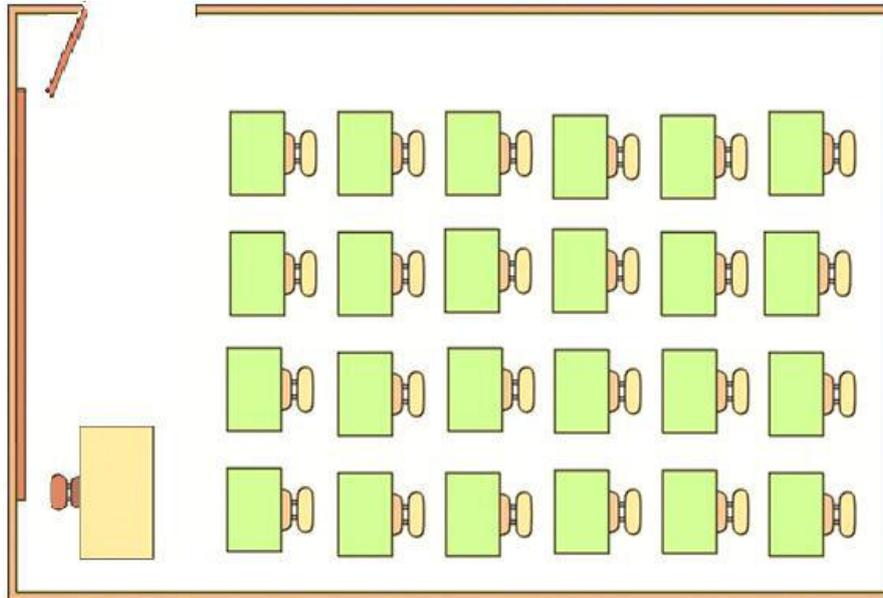


Figura 10 – Planta da sala de aula

Fonte: Própria

O estágio foi realizado com a **turma 64 do 6º Ano** do Ensino Fundamental da UEB Prof. Sá Valle e composta por 21 alunos, sendo 10 do sexo feminino e 11 do sexo masculino, desse quantitativo, 3 (três) pediram transferência no decorrer do ano, 1 (um) pediu cancelamento de matrícula e 1 (um) consta como evadido. 6 (seis) alunos ficaram retidos devido ao número elevado de faltas e não alcançando média para a conclusão do curso.

Segundo Teixeira (2009), aos 11 anos, as emoções são mais equilibradas, mais aceitáveis, porém se desestabiliza com facilidade devido a personalidade está mais definida, precisando de independência que é demonstrada através da desobediência, da oposição de opinião, sobretudo em relação a figura materna que é a pessoa mais próxima e que na maioria das vezes dá as determinações.

A média de idade encontrada na pesquisa foi de 12 anos, e segundo a mesma autora, nesse momento o círculo de amizade necessita ser ampliada para além da comunidade escolar, estendendo as oportunidades de entretenimentos. Nessa idade a tendência é se sentirem cobrados quando não fazem corretamente as tarefas pelo fato de

serem mais críticos em relação aos outros, e consigo mesmos, onde as situações competitivas podem gerar conflitos.

Algumas particularidades foram identificadas entre os alunos da unidade de Ensino, segundo elementos informativos levantados no setor administrativo é baixo o perfil socioeconômico das famílias, motivadas pelas dificuldades econômicas e grande quantidade de pais desempregados. Embora alguns responsáveis pela instrução dos alunos estarem com problemas econômicos, uma boa parte tem o compromisso com o êxito dos filhos, fazendo o acompanhamento no cumprimento dos deveres de casa e permitindo o acesso a pesquisa. Apesar disso, nem todos os alunos retribuem ao empenho dos pais, muitos não se dedicavam nas atividades propostas em sala de aula e brincavam durante as aulas, hábitos que contribuíam para a desigualdade da turma em muitos aspectos, quanto ao nível cultural, social e a regularidade da aprendizagem e de trabalho, necessitando de ajuda particularizada por demonstrarem falta de amadurecimento e de concentração.

Os alunos foram dispostos em sala de aula pelo/a professor/a regente, sendo modificado à medida que as circunstâncias fossem ocorrendo, como tarefas em equipe, conversas paralelas, roda de conversa, entre outros.

CAPITULO II

**DESCRIÇÃO DO PROCESSO DA PRÁTICA DE
ENSINO SUPERVISIONADA**

2. Descrição do processo da Prática de Ensino Supervisionada

Para Pereira (2006) é sensato que o educador, durante sua formação inicial e continuada perceba as diferenças na metodologia de construção do saber científico e do saber escolar, aprenda sobre a história da ciência e do ensino da ciência com que trabalha e como esses dois níveis de conhecimento interatuam.

Deste modo, o que se acredita de uma prática de ensino supervisionado é “que ela prepare para entender os fenômenos educativos, de modo a promover ações que venham a contribuir para o aprimoramento do ensino” (Moura, 1999, p.08). Certamente, uma das mais amplas contribuições do desenvolvimento profissional é o de “propiciar uma percepção do valor da articulação entre teoria e prática como força propulsora de sua formação contínua” (Moura, 1999, p.08). Consequentemente, é imperativo que a prática seja vista como um movimento de edificação da teoria, alternando-se e interagindo entre si, na busca constante de solucionar dificuldades.

O contato com a UEB Professor Sá Valle primeiramente foi para avaliarmos a ambientação escolar comum, ou seja, entendermos as dificuldades enfrentadas pela escola em sua estrutura material e física. A finalidade deste primeiro momento foi perceber as necessidades para a realização do estágio nesta UEB, apreciando a realidade a fim de concretizar o planejamento a partir da realidade diagnosticada.

Na ocasião da conversa com a coordenadora pedagógica da escola, a Sra. Laureli Marques Macedo, foi um momento de apresentações e contato com os professores de matemática, história, geografia, língua portuguesa e ciências da natureza das turmas selecionadas para o estágio supervisionado, obtendo as primeiras características das turmas e dos conteúdos oriundos do planejamento. Foi entregue também os horários das disciplinas que iríamos trabalhar, em seguida fomos encaminhados até a direção da escola para esclarecimentos e autorização, que foi concedido sem problemas.

O 2º ciclo do ensino fundamental foi escolhido para o estágio supervisionado durante o mês de novembro de 2015, nas disciplinas: matemática, história, geografia, língua portuguesa e ciências da natureza, com 3 (três) tempos de 50 (cinquenta) minutos cada, com a **turma 64 do 6º ano, no turno matutino**, com 21 (vinte e um) alunos, sob a supervisão da prof. Ms. Dulcina Maria Barbosa de Almeida. A princípio o contato com a turma foi através das apresentações, ocasião significativa para esclarecimentos da forma de trabalho, como se daria a aprendizagem, necessitando de exercícios de reflexão, pesquisa e de colaboração. As aulas foram ministradas com acompanhamento

do professor da disciplina que certamente já possuíam uma relação de afinidade com os alunos, estabelecendo um clima favorável para a aprendizagem, diálogo e da interatividade. Deste modo, é indispensável que o professor demonstre e promova atitudes e comportamentos positivos, provoque a interação do trabalho em equipe e escolha as estratégias de avaliação coerentes com os objetivos de aprendizagem.

2.1. Português

O Estágio Supervisionado iniciou-se com a aula de **língua portuguesa**, onde tivemos o acompanhamento da professora a Sra. Marly da Conceição Garcez Costa, docente da disciplina, o tema trabalhado foi **“Flexão do Adjetivo”**, objetivando a compreensão da flexão do adjetivo conforme o gênero, número e grau, alguns contratemplos aconteceram em relação aos recursos didáticos, mas foram sanados rapidamente (apêndice I). Inicialmente foram feitos questionamentos acerca dos conhecimentos dos alunos em relação ao conteúdo a ser ministrado, complementando o entendimento foi explicado o que é adjetivo, sua flexão e demonstração de exemplos concretos. A aula foi por meio da exibição do conteúdo através de slides, onde utilizamos o texto “O retrato” de Cecília Meireles com aplicação de exercícios para perceber a importância do emprego correto das flexões do dia-a-dia do uso da língua. A avaliação utilizada foi a observação da participação dos alunos durante a aula.

O texto de Vinícius de Moraes, o poema “Borboletas” foi trabalhado como mecanismo de continuidade e finalização deste conteúdo, foram formados pequenos grupos, e depois coletivamente discutiu-se a função das palavras no poema, e como podem ocorrer as variações dos adjetivos encontrados. Algumas considerações devem ser apresentadas tais como: o tempo de explicação do tema adjetivos de forma geral fez com que o conteúdo gênero ficasse repetitivo, apesar de alguns alunos estarem dispersos a maioria se demonstrou interessada e finalmente apresentamos o segundo exercício que foi pouco estimulante para a turma. Tal afirmação é pertinente pelo fato da escolha de somente uma variação de adjetivo fez com que os exercícios se tornassem maçantes apesar de variados mais tratando do mesmo conteúdo.

2.2. Geografia

Nesta disciplina, o professor regente o Sr. Silvio José Silva Sousa acompanhou o desenvolvimento da aplicação da aula. O conteúdo escolhido foi as **“Formas de**

relevo”, com o objetivo de levantar os conhecimentos prévios acerca do assunto, onde foram apresentadas imagens de diferentes ambientes promovendo um círculo de conversa para iniciar o conteúdo. A metodologia utilizada adota aos objetivos definidos pelos PCNs de Geografia (1998, p.35), que recomenda que o professor necessita em sua prática educadora orientar os alunos:

“...a compreender a importância das diferentes linguagens na leitura da paisagem, desde as imagens, música e literatura de dados e de documentos de diferentes fontes de informação, de modo que interprete, analise e relacione informações sobre o espaço”.

Em seguida ao levantamento dos conhecimentos prévios e objetivando ampliar as unidades do relevo brasileiro, foi realizada a aula expositiva e dialogada, onde foram identificadas diferentes formas do relevo brasileiro, conhecendo suas propriedades e suas influências nos cenários que formam as regiões. Através do mapa político do Brasil para reconhecermos, a partir das formas, que representem tais relevos, as figuras predominantes em cada região, concluímos essa fase com a apresentação do vídeo "Grand Canyon e Montanhas" da BBC.

Para avaliar e finalizar do conteúdo, os alunos foram orientados a coletarem materiais reciclados de preferência, para elaboração de maquetes que representem as unidades do relevo brasileiro. A turma foi dividida em grupos pré-selecionados que após organizarmos o material coletado pelos alunos, iniciamos o trabalho de confecção das maquetes (apêndice II). Os alunos foram acompanhados durante toda aula nas discussões e início da construção do trabalho, apesar de estarem dispersos na aula, teve a necessidade de retirar da sala um aluno por não estar contribuindo para o bom desempenho da turma.

2.3. Ciências da Natureza

O tema abordado nesta disciplina foi o **“Lixo”**, e teve como objetivo, a identificação das diversas formas de tratamento e do destino apropriado, por meio de métodos de consumo com consciência e o rejeite certo, afim de despertar o interesse dos discentes para a reutilização.

Através da leitura do texto: “A coleta e o destino do lixo”, retirado do site <http://educação.uol.com.br/lixo>, trabalhamos a leitura de forma coletiva, tendo como solução de continuidade as conversas sobre os dados apresentados no texto, para ampliarmos nossos conhecimentos apresentamos o vídeo “O consumo desenfreado está

modificando nosso planeta” apresentado na disciplina de Ética e Responsabilidade Social do MBA Veris Campinas, que traz os dados atualizados acerca do problema do lixo no mundo, Brasil, no estado de São Paulo e Campinas, com sugestões de solução para os problemas. Percebi que o vídeo impactou positivamente os alunos levantando vários questionamentos relacionados com o que foi lido no texto, realidade do bairro e, por conseguinte pela cidade.

Relacionamos possíveis soluções para resolver a problemática sobre a concepção da importância de métodos conscientes de consumo e o rejeito correto do lixo. O descarte impróprio de resíduos que causa desperdícios, gera ameaça constante à saúde pública e agrava a deterioração do ambiente, afetando a qualidade de vida da população, em especial os centros urbanos de médio e grande porte, condição que confirma com a inevitabilidade de adotar um sistema de conscientização educativa apropriada.

A coleta seletiva e a reciclagem foram as sugestões mais elencadas pelos estudantes, evidenciando que o bom emprego desses itens de forma consciente é básico para o melhor aproveitamento do lixo, pois proporcionam muitas escolhas, como: promover emprego diante o panorama socioeconômico da atualidade, uma vez que muitos desempregados utilizam este setor como uma forma de ajudar suas famílias; produção de riquezas, na ocasião em que algumas corporações usam este estratégia como forma de reduzir os custos, e cooperar para a preservação do ambiente diminuindo a poluição do solo, do ar e da água.

Finalizamos com a sugestão da construção da peteca com materiais reciclados, onde utilizamos um material descartado em grande escala e muito comum, o jornal. Após apresentação da forma de elaboração da peteca (figura 11), manuseio e construção, os alunos puderam fazer um jogo no ambiente de sala de aula utilizando o material.

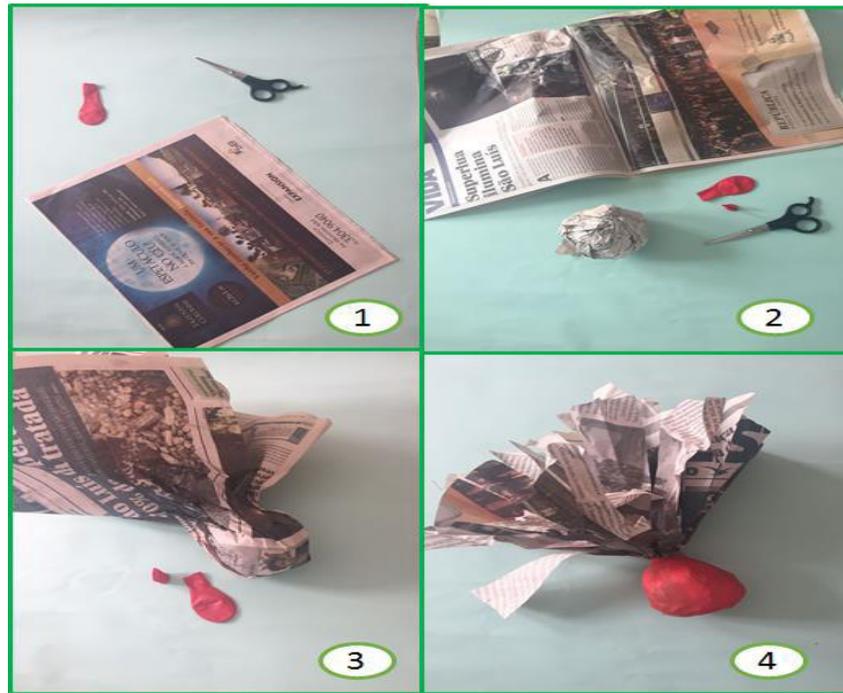


Figura 11 – Peteca construída em sala

Fonte: Própria

A avaliação de aprendizagem ocorreu através de uma grande roda de discussões onde cada aluno relatou as experiências adquiridas nas aulas, tais como: o que gostou? O que aprendeu? O que precisa melhorar para termos um mundo melhor? Momento em que fortalecemos sobre a extensa ameaça que o lixo oferece a vida no Planeta Terra.

2.4. História

O contexto trabalhado nesta disciplina tratou sobre a “**Civilização Fenícia**”, que teve ênfase pelo desenvolvimento da navegação e pela invenção de um sistema de grafia, o alfabeto. Com suas grandiosas embarcações, tiveram contato com diversas civilizações explorando todo o Mediterrâneo, fator este de desenvolvimento do comércio marítimo, aprimorando a matemática e a astronomia. Estabeleceram numerosas colônias e promoveram o intercâmbio da economia e cultura entre os países do oriente e ocidente. Em suas viagens, procuravam metais, e em troca levavam madeiras, azeite e outras especiarias, como por exemplo a tinta púrpura, de onde provém seu nome (fenícios, em grego, significa “homens de púrpura”). Inventores de uma grafia alfabética, código de comunicação que trouxe ampla importância não só para os fenícios, mas também influenciou no extenso processo que determinou às letras que constitui o alfabeto ocidental contemporâneo.

Durante os 50 minutos, cujo teor era sobre a região e as cidades-estados, objetivamos analisar a civilização fenícia e suas particularidades, através de slides e do quadro branco, onde foi possível avalia-los por meio da observação na revelação de curiosidade no desenvolvimento do contexto.

A segunda aula de história de também de 50 (cinquenta) minutos trabalhamos o tema **“Fenícios: um povo de navegantes”** discutindo o alfabeto e a religião, através de slide no Datashow para exposição desses dois temas e ampliação deste conhecimento e construção de dados para discussão. A observação nas manifestações de interesse acerca do conteúdo serviu com modelo de avaliação dos alunos.

2.5. Matemática

Com o intuito de não tratar a matemática como a pedra no caminho do aprendizado, tratamos inicialmente como **“Resolver problemas”** em diversos contextos, principalmente os relacionados ao cotidiano do aluno relacionados com o tema números naturais e subtema adição e subtração com números naturais. Inicialmente foi retomada a noção sobre números naturais, utilizando a leitura e esclarecimento do livro, onde realizamos vários jogos em grupo com respostas de situação problema apresentados no quadro branco, os alunos foram avaliados na participação e manifestação de interesse no conteúdo contemplado.

Na última aula de matemática nos 50 minutos que faltavam para o fim da carga horária do estágio, foi estendido a discussão acerca da **“Multiplicação e divisão”** com números naturais, e novamente utilizamos os jogos em grupo na resolução de situação problema matemáticos (apêndice VIII). Observamos um grande interesse dos alunos no tipo de metodologia empregada, onde os alunos são provocados, explorando a atividade antes de resolvê-las, deixando que os aluno se coloquem diante de questionamentos e reflitam por si, praticando o raciocínio lógico e não apenas o uso padronizado de regras. Avaliamos a participação ativa nas atividades.

3. Reflexão / síntese final

Durante o desenvolvimento do Estágio, o docente tem a oportunidade de fundir a teoria à prática, de maneira que possa suscitar a compreensão da amplitude das ações educativas. Entretanto, o docente necessita planejar as suas ações, mediante um roteiro estruturado, respaldando, assim, a fundamentação teórica para a futura prática. O

docente, orientado pelas fundamentações teóricas, deve refletir sobre as ações a serem desenvolvidas, de maneira que possa intervir na realidade dos alunos que ora se apresenta.

Destarte, é mister ressaltar que a prática da suporte à fundamentação teórica e, conseqüentemente, possibilita ao professor um melhor entendimento da estrutura da escola, à medida que é por meio dessa união entre a teoria e a prática que o profissional adquire a competência técnica necessária a práxis pedagógica.

Assim, compreender sobre a prática de ensino supervisionada necessita, igualmente, da reflexão no que tange à aquisição do conhecimento pedagógico durante esse processo de estágio, pois todas as aprendizagens contribuíram de forma significativa para as tomadas de decisão acerca das metodologias, estratégias e ações pedagógicas utilizadas.

Entretanto, o entendimento da relevância do ensino supervisionado relata que essa prática implementa as estratégias e técnicas de ensino, facilitando os processos de ensino e de aprendizagem. Então, durante o estudo *in loco*, é necessário que o discente assuma a posição de professor-investigador para desenvolver projetos de intervenção para ajudá-lo a desenvolver e escolher metodologias e abordagem para utilizar em sua prática bem como valorizar e explorar a cultura, conhecimento e a realidade de seus alunos.

Dessa forma, durante o estágio, procuramos efetivar todas as ações propostas mediante os conhecimentos adquiridos e com o auxílio e a participação da turma. Assim fomos no decorrer das aulas descobrindo e conhecendo outros assuntos interessantes e que tinham afinidade com o assunto principal, em que os mesmos foram abordados dentro das atividades realizadas. Várias atividades foram realizadas em grupos e outra em dupla ou individuais. Além de propiciar a comunicação, a interação entre os colegas, também a troca de informações ampliou sua visão de mundo. Dificuldades não faltaram para tentar desanimar, ou até mesmo parar na metade do caminho, mas cada vez que aparecia um obstáculo procuramos lembrar que outras pessoas dependiam também do nosso trabalho e do nosso desempenho. Então, procuramos desenvolvê-lo com amor, carinho e dedicação deixando assim de ser uma obrigação que queríamos cumprir, mas sim uma grande satisfação pessoal e profissional.

Abaixo, seguem as imagens (figuras 12 e 13) para melhor conhecimento da UEB em que foi desenvolvida a PES:



Figura 12 – Sala da Direção

Fonte: Própria.



Figura 13 – Biblioteca

Fonte: Própria.

CAPITULO III

AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL

3 AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL

O presente capítulo enfoca a avaliação corporal, visto que esta possibilita conhecer os índices dos principais componentes que constitui a fisiologia humana, tais como: gordura, ossos, músculos, etc. Este capítulo enfatizará informações concernentes à avaliação da composição corporal dos alunos do 6º ano do Ensino Fundamental da UEB Prof. Sá Valle. Esta amostra é composta por **21 alunos (10 meninas e 11 meninos)**, na qual se observou o *Índice de Massa Corporal – IMC*, estando condizentes com a faixa etária dessas crianças. Para isso, foram avaliados os seguintes itens: peso, altura e índice de massa corporal.

Além disso, analisaram-se, através de aplicação de questionário (apêndice IX), os hábitos alimentares, prática desportiva, aula de Educação Física regular na escola e se esses temas estão acontecendo de maneira satisfatória, de modo a garantir ao aluno o perfil necessário para que se garanta uma aprendizagem eficaz.

3.1 Avaliação da composição corporal: conceito, importância e finalidade

Avaliação, mediante o Dicionário Aurélio online significa “determinar o valor de, compreender, apreciar, prezar, reputar-se” (Dicionário Aurélio online, 2016, sem paginação). Ou seja, refere-se à ação de medir, mensurar, conhecer dados, sejam eles numéricos ou não, pesar. No que tange à avaliação da composição corporal, esse conceito dado por Aurélio não foge à regra, à proporção que, mediante essa ação, conhecem-se dados de intensa relevância para a tomada de decisão que irão interferir diretamente na saúde dos indivíduos.

Quando se aborda a composição corporal, é considerada como um componente da aptidão física, devido à existência das relações entre a quantidade e a distribuição da gordura corporal com alterações no nível de aptidão física, bem como no quadro de saúde das pessoas. Assim,

A Composição Corporal (CC) e respectiva avaliação constituem-se como uma área do conhecimento em grande fluxo de desenvolvimento metodológico e interpretação biológica, sobretudo nas suas implicações no domínio da saúde e do desporto. Tem atraído a atenção de muitos profissionais das ciências básicas ou aplicadas, em contextos tão diferenciados como o aconselhamento nutricional ou a prescrição de exercício (Sardinha, 1997 *apud* Garganta; Seabra, 2010, p. 1).

O seu estudo data de mais de um século, sendo instigado por dois grandes acontecimentos, a saber: Após a 2ª Guerra Mundial, objetivando o conhecimento do estado nutricional da população e durante a década de 80, quando se teve

reconhecimento da importância da fusão entre CC e a mortalidade ocorrente em alguns locais, devido a inúmeras doenças (Norgan, 1995 *apud* Garganta; Seabra, 2010, p. 1).

É interessante frisar que essa importância que se tem dado à CC, vem ainda mais evidenciar algumas limitações outrora difíceis de ultrapassar quando se refere aos métodos utilizados para tal a sua mensuração, principalmente quando se tratam de amostras de dimensões elevadas. E, os objetivos referentes à CC são inúmeros, podendo-se destacar alguns, mediante apregoam Heyward; Stolarczyk (1996 *apud* Garganta; Seabra, 2010, p. 2):

Monitorizar o crescimento, desenvolvimento, maturação e alterações da CC ao longo da idade; Identificar possíveis distúrbios de saúde associados a valores baixos ou elevados de gordura corporal; Identificar possíveis distúrbios associados à acumulação regional de gordura, particularmente a que se encontra na zona perivisceral (abdominal); Levar as pessoas a conhecer os riscos para a saúde, associados a níveis reduzidos e exagerados de gordura corporal; Avaliar a eficácia de programas de nutrição e/ou atividade física, na alteração dos valores da CC; Estimar o peso ideal em indivíduos 'normais' e atletas; Auxiliar na prescrição de exercício físico (Heyward; Stolarczyk, 1996 *apud* Garganta; Seabra, 2010, p. 2)

Mediante a análise da CC pode-se, pois, obter uma estimativa absoluta ou relativa dos componentes químicos de maior importância no organismo, entre eles a massa adiposa, a água e o tecido ósseo. E, o conhecimento da composição corporal tem relevância não somente para a área da Educação Física, como também para outras profissões intrínsecas à saúde, à medida que existem inúmeras doenças diretamente relacionadas com a obesidade.

Historicamente falando,

O interesse em medir a quantidade dos diferentes componentes do corpo humano iniciou-se no século 19 e aumentou no final do século 20 devido à associação entre o excesso de gordura corporal e o aumento do risco de desenvolvimento de doenças coronarianas, diabetes melito tipo 2, ósteo-artrites e até mesmo alguns tipos de câncer (Heyward; Stolarczyk, 2000 *apud* Sant' Anna; Priore; Franceschini, 2009, p. 1).

Ou seja, é perceptível que essa preocupação remonta há anos e, mediante as mudanças na sociedade, inclusive com relação aos hábitos alimentares, ao sedentarismo, ao estresse da vida moderna, essa preocupação torna-se cada vez mais intensa. Clarys, Martin e Drinkwater (1984 *apud* Sant'Anna, Priore e Franceschini, 2009, p. 1) asseveram, ainda sobre a avaliação corporal, que até o início do século 20, a análise da composição corporal ainda era feita mediante a dissecação de cadáveres, considerada até hoje a única maneira direta de mensurar os principais componentes do corpo humano. A dissecação de cadáveres constitui-se em método de avaliação da composição corporal que será melhor detalhada em tópico posterior.

De acordo com Belleli (2012) o estudo da composição corporal permite analisar as transformações metabólicas no organismo, como também a identificação de possíveis riscos à saúde do indivíduo.

Essa avaliação estima com precisão a quantidade de água, gordura e músculos do corpo. Além disso, alia outros dados importantes como índice de massa corporal (IMC) que indica se a relação do peso com altura está dentro dos padrões; a taxa metabólica basal (TMB) que é o número de calorias gastas no dia; além da relação cintura x quadril que avalia o risco de doenças cardiovasculares. Todos esses resultados são obtidos de forma simples, indolor e não invasiva (Belleli, 2012, p.2).

Ou seja, é de intensa relevância para a manutenção de um organismo saudável, pois:

O estudo da composição corporal trata da quantificação dos principais componentes estruturais do corpo humano, dividindo-o em tecidos específicos que compõe a massa corporal total. Por meio de métodos diretos e/ou indiretos é possível quantificar os principais componentes do corpo, obtendo-se importantes informações sobre tamanho, forma e constituição, características influenciadas por fatores genéticos e ambientais. Basicamente os três maiores componentes do corpo em nível tecidual são: ossos, músculos e gordura. As diferenças na quantidade destes tecidos são responsáveis por amplas variações na massa corporal entre os indivíduos, considerando-se as particularidades entre os gêneros e faixas etárias (Heymsfield *et al*, 2005; Petroski, 2007 *apud* Corseuil; Corseuil, 2008, p. 1).

Ainda mediante os autores supracitados, a avaliação da composição corporal torna-se uma ferramenta indispensável na detecção, prevenção e no tratamento das diversas doenças crônicas, bem como em programas de emagrecimento e condicionamento físicos relacionados às melhorias das condições de saúde individuais ou coletivas. Distúrbios alimentares, tais como sobrepeso e obesidade (que envolvem o acúmulo de massa de gordura corporal) e a anorexia e bulimia (relacionadas com déficit ponderal extremo); a sarcopenia e a osteoporose (tipificadas pela perda de massa muscular e da massa óssea, respectivamente) consistem em problemas constantemente abordados por estudiosos e descobertos por meio das técnicas de avaliação da composição corporal.

Nesse sentido, permanecer em um estado de saúde permeado por bons hábitos alimentares, bem como realizar atividades físicas rotineiras são atitudes das quais dependem os bons resultados da avaliação corporal, que está diretamente atrelada à saúde dos indivíduos. Porém, alguns maus hábitos alimentares e o sedentarismo podem interferir negativamente nesses resultados. O ideal é que se disponha de uma qualidade de vida favorável, à proporção que os resultados obtidos quando da avaliação da composição corporal irão depender do ambiente em que o sujeito se insere e ainda de fatores biológicos e fisiológicos.

Levando-se em consideração os exercícios físicos nesse contexto, é mister afirmar que se constituem em ações imprescindíveis à manutenção da saúde física e da mental, determinando, assim, maior e melhor qualidade de vida. Aliados a uma boa alimentação e sob orientações de profissionais especializados, auxiliam na prevenção de várias doenças, tais quais as respiratórias e as circulatórias, além de outras. O hábito de exercícios físicos também contribui para a melhoria da autoestima da pessoa, que passa a se tornar mais confiante e segura com sua própria imagem. Neste ínterim, é salutar ressaltar que praticar esportes desde cedo é fundamental para se desenvolver uma cultura em prol da saúde física, social e mental.

Mediante Mota e Motta (2016) pesquisas mostram que as pessoas que são adeptas à prática de exercícios físicos semanalmente previnem problemas cardíacos, bem como a obesidade, além de possibilitar inúmeros benefícios, tais quais maior resistência ao estresse, a melhoria na autoestima, no relacionamento pessoal, no aumento da disposição e na estabilidade emocional.

Assim, a educação de hábitos saudáveis deve vir desde a infância, mediante a orientação familiar, como também da escola. Problemas relacionados aos maus hábitos alimentares consiste em uma “faca de dois gumes”, pois pode levar tanto à desnutrição, quanto à obesidade, ambos os casos, preocupantes, principalmente quando se trata de crianças, que são o público-alvo desse estudo.

Para se avaliar são necessários alguns critérios, a fim de que os resultados fiquem equivalentes com a realidade do avaliado. São imprescindíveis a adoção de técnicas, de aparelhos, de instrumentos para esse processo. A fim de que a avaliação física seja bem realizada é importante adotar critérios e informações fidedignas que indiquem realmente as condições do avaliado (Belchior, 2013).

3.2 Técnicas de avaliação da composição corporal

A obesidade já é um problema de saúde pública mundial, e assim, requer dos profissionais de saúde: médicos, educadores físicos, etc., um olhar minucioso sobre os fatores preponderantes para que este fenômeno apresente índices tão expressivos. Neste tocante, atentar-se desde a infância, sobretudo na faixa etária escolar, torna-se fundamental para que a próxima geração de brasileiros tenha maior qualidade de vida e conseqüentemente maior longevidade.

A revisão da literatura aponta, que dentre os fatores desencadeadores da obesidade estão o desmame precoce, descontrole emocional, compulsão alimentar, alimentação hipercalórica, processo de urbanização e o sedentarismo, sendo que duas fases críticas para se desenvolver nos indivíduos esses fatores são os cinco primeiros anos de vida e a adolescência. (Cysneiros apud Camarneiro, 2011).

Juntamente com a obesidade, outra patologia é responsável pela morte prematura de crianças, principalmente nos primeiros anos de vida: a desnutrição.

A desnutrição consiste na carência de nutrientes essenciais para saúde e pleno desenvolvimento do indivíduo. Está associada à má alimentação, ou por longos períodos de inapetência. Suas sequelas variam de perda de peso, diarreia, infecções frequentes e em casos extremos, a morte. Segundo a Organização Mundial da Saúde a desnutrição compromete um terço das crianças no mundo.

A própria fisiologia da criança e do adolescente dificulta maior precisão na classificação da obesidade/ desnutrição, visto que ocorre rápidas transformações na estatura e na composição corporal destes, assim para se ter uma investigação mais completa é necessário à realização do estudo sobre a composição corporal, tendo em vista que esta possibilita identificar as percentagens dos componentes corporais e da massa total de seu paciente.

O meio mais adequado de avaliação da composição corporal é o fracionamento da massa corporal total em seus diversos componentes: massa gorda, massa muscular, massa óssea e massa residual, que compreende órgãos, pele, sangue, tecido epitelial, sistema nervoso, entre outros (Lukaski, 1987 apud Carmaneiro, 2011, p.26).

A importância da realização de uma avaliação da composição corporal situa-se na possibilidade que esta permite, a partir da quantificação dos componentes do organismo, a identificação de alterações metabólicas e conseqüentemente riscos de doenças em crianças, jovens e adultos. Para tanto, é fundamental a aplicação de estratégias específicas para se estimar a real quantidade de cada componente, visando um diagnóstico preciso sobre as reais necessidades do indivíduo em estudo. Há uma série de métodos que determinam a composição corporal e são divididos em: métodos diretos, indiretos e duplamente indiretos (Portal Educação, 2015).

3.2.1 Análise direta

O método direto é considerado um dos mais precisos, todavia seu uso é muito limitado tendo em vista que é operacionalizado através da dissecação física ou físico-

química de cadáveres, a partir da separação e análise minuciosa de cada parte que compõe a fisiologia humana, a partir da relação entre o peso destes e o peso integral do corpo (Martin; Drinkwater, 1991).

3.2.2 Análise indireta

As técnicas indiretas são precisas, porém possuem alto custo e sua aplicação tem caráter limitado: pesagem hidrostática, hidrometria, plestimografia e absorptometria radiológica de dupla energia. Consiste nos estudos em que não corre análise dos compostos de forma separada, mas sim mediante a verificação dos princípios fisiológicos que mensuram o quantitativo de gordura e massa magra.

Dentre eles destaca-se:

- *Pesagem Hidrostática (PH)*: para muitos estudiosos é considerado o método padrão para análise da composição corporal. Baseia-se que o corpo humano é constituído por dois compostos: massa de gordura e massa sem gordura, dessa forma a densidade corporal (DC) é conseguido a partir da relação do peso do corpo com ar e na água. “A PH tem excelente precisão para medidas da DC, mas o exame é demorado e requer muita cooperação do avaliado, sendo necessária a adaptação ao meio líquido” (Wagner; Heyward, 1999, p. 45).

Uma ressalva quanto ao uso deste método está centrada, particularmente quando é criança, este modelo não é totalmente fidedigno em vista das transformações nas proporções e densidade corpórea nessa faixa etária, além do que requer que a pessoa se mantenha estática, comportamento difícil para as crianças pequenas.

- *Hidrometria*: consiste em uma estimativa da quantidade de água no corpo, através da ingestão ou introdução de isótopos de hidrogênio, os quais são equilibrados com a água contida no organismo do paciente.

- A *plestimografia* estipula o volume corporal com relação ao deslocamento de ar. Utiliza-se da relação inversa entre pressão e volume de acordo com a lei de Boyle e princípios da densitometria. O aparelho usado para esse fim, é construído de fibra de vidro e anexado a um computador, que traça as variações acerca do volume do ar e da pressão na cabine vazia ou ocupada.

Durante a avaliação, é importante que o indivíduo esteja descalço e usando o mínimo de roupa possível para não haver disparidades. Vários estudos têm demonstrado a validade dos resultados de composição corporal apresentados pela plestimografia em comparação à pesagem hidrostática, determinando assim a

validade deste método para diferentes populações (Sant'Anna; Priore; Franceschini, 2009, p.315).

- *Absortometria radiológica de dupla energia- DEXA*: foi desenvolvido como forma de escanear as medições corporais através do uso do raio X, o qual é emitido em uma frequência tolerável por baixo do paciente. Logo depois, se faz a medição da energia concentrada no corpo por meio de um aparelho detector. Possui caráter invasivo e possibilita analisar: níveis de gordura, massa livre de gordura e massa óssea.

O DEXA é uma tecnologia que vem sendo recentemente reconhecida como método de referência na análise da composição corporal. Alguns fatores limitantes, como custo elevado do equipamento e exposição à radiação, devem ser levados em consideração em se tratando de crianças (Bottaro et al apud Sant'Anna; Priore; Franceschini, 2009, p.315).

- *Ultrassonografia*: consiste na conversão da energia elétrica por meio de uma sonda e recepção de ondas sonoras em alta frequência, os quais são transmitidos para o corpo em pulsações curtas.

As ondas sonoras passam através do tecido adiposo, da camada muscular e são refletidas após a reflexão em uma superfície óssea, produzindo um eco, o qual retorna para a sonda. Como essas ondas encontram-se perpendiculares nas interfaces dos tecidos, os quais diferem em propriedades acústicas, parte da energia é refletida ao receptor na sonda e é transformada a energia elétrica. A US pode mapear a espessura do músculo e da gordura nas diferentes regiões corporais e quantificar as mudanças no padrão topográfico da gordura (Monteiro; Fernandes Filho, 2002, p.85).

- *Tomografia computadorizada*: identifica pequenas variações do raio x com relação a diferentes densidades dos tecidos ao fazer um retrato bidimensional da anatomia corpórea.

3.2.3 Análise duplamente indireta

Os métodos realizados em laboratórios proporcionam estimativas bem precisas acerca da massa de gordura e massa livre de gordura, contudo, em razão do alto custo dos equipamentos, sua utilização ainda é pouco recorrente. Dessa forma, uma alternativa para se avaliar a composição corporal recaiu para os métodos duplamente indiretos, visto que são bem mais acessíveis e possibilitam maior facilidade na interpretação dos dados. Sendo o mais utilizado a Densimetria, subdividindo-se em Antropométrico; Impedância Bioelétrica; Índice de massa corporal; Pregas cutâneas, Medidas de Perímetros, Índice de conicidade e Relação cintura/estatura.

- O *método antropométrico*: é o mais usual, em virtude de sua aplicabilidade laboratorial quanto na área clínica e nos diagnósticos populacionais e, sobretudo porque seu equipamento é de custo relativamente baixo. Compreende a análise das dimensões físicas do corpo humano, seu uso é sugerido em situações que se precise identificar o diagnóstico nutricional, principalmente em crianças e adolescentes.

Através de medidas antropométricas é possível fazer acompanhamento de crescimento morfológico, bem como de alterações de medidas corporais decorrentes da prática de exercícios físicos e dietas, proporcionando dados de grande valia para os profissionais que atuam nestas áreas. Este acompanhamento pode ser realizado simplesmente pela observação da alteração das medidas em valores absolutos ou através da utilização das mesmas em modelos matemáticos que têm a finalidade de estimar as quantidades dos diferentes componentes corporais: massa muscular, massa óssea, massa gorda e massa residual (Costa, 2001, p.1).

- *Impedância Bioelétrica*: é realizado por meio da incidência de uma corrente elétrica com baixa frequência pelo corpo. Os resultados sofrem influência de algumas variáveis, tais como: ciclo menstrual, nível de hidratação, temperatura ambiente, etc, logo recomenda-se que para a realização desse exame, que o paciente esteja em jejum quatro horas antes, ficar 12 horas sem realizar atividade física, urinar 30 minutos antes do teste etc.

A impedância ou resistência ao fluxo da corrente elétrica é medida pela bioimpedância elétrica. Como a impedância varia de acordo com o tecido que está sendo mensurado e, sendo a massa magra um bom condutor de energia por possuir alta concentração de água e eletrólitos e a massa gorda um mau condutor de energia, pode-se dizer que a impedância é diretamente proporcional ao percentual de gordura corporal (Sant'Anna; Priore; Franceschini, 2009 p.318).

- *Índice de massa corporal – IMC*: esse método reflete o índice encontrado pela divisão do peso corporal (kg) pela altura ao quadrado. Apesar do IMC ser popularmente utilizado na avaliação corporal de crianças, é salutar, ressalta que o mesmo não se adequa quando a massa magra está muito elevada em virtude da prática de exercícios físicos ou muito reduzidas em razão a uma certa patologia ou acidente, onde pode alterar o cálculo sem que possa ser medido caso ocorram alterações a nível de massa magra ou gordura corporal.

Nessa perspectiva, é importante salientar que os valores de IMC não são mais do que uma manipulação matemática das medidas de peso corporal e de estatura baseada no pressuposto de que toda medida de peso corporal que excede os indicadores de referência deverá oferecer indicações do excesso de gordura corporal. Ou seja, um maior acúmulo de gordura corporal frequentemente induz a um aumento nas medidas do peso corporal e, por sua vez, nos valores do IMC (Sant'Anna; Priore; Franceschini, 2009 p.318).

- *Pregas cutâneas*: consiste na análise da espessura de gordura localizada nos tecidos subcutâneos, e tendo em vista que essa disposição não é igualitária, a mensuração é realizada em diferentes localizações corporais.

A medida de pregas cutâneas tem sido muito utilizada para estimar a gordura corporal em situações de campo e clínicas devido à sua fácil utilização, elevada precisão e custo relativamente baixo em comparação às outras técnicas. Sua exatidão e precisão dependem do tipo de compasso utilizado, da familiarização dos avaliadores com as técnicas de medida e da perfeita identificação do ponto anatômico a ser medido (Sant'Anna; Priore; Franceschini, 2009 p.319).

- *Medidas de perímetros*: a medição, normalmente mais retirada em crianças é a proporção circunferência da cintura e relação cintura/quadril. Algumas pesquisas apontam que a medida da circunferência da cintura constitui em um instrumento mais garantido para definir a adiposidade central em crianças e adultos.

A preocupação com o padrão de distribuição regional da gordura corporal justifica-se em razão da associação entre complicações para a saúde decorrentes de disfunções metabólicas e cardiovasculares e um maior acúmulo de gordura na região central do corpo, independentemente da idade e da quantidade total de gordura corporal (Sant'Anna; Priore; Franceschini, 2009 p.319).

- *Índice de conicidade*: como a própria nomenclatura sugere, analisa os níveis de gordura corporal a partir da analogia ao formato de cone, o qual o corpo assume, no momento, que apresenta excesso de gordura corporal na região central.

- *Relação cintura x altura*: O resultado obtido pela divisão da área da circunferência pela estatura é um dado bastante relevante quando se trabalha em estudo em torno do risco coronariano, sendo mais confiável até do que o IMC e a circunferência da cintura, tanto para pesquisas nas faixas etárias infantil e adulta. Savva et al (2000) citado por Fambrini (2015) indicam que o valor superior a 0,50 é a medida a ser observada com atenção, posto que é diretamente relacionada com a propensão ao risco de doenças cardiovasculares, contudo não pode ser considerada quando for realizada em crianças menores que 5 anos.

3.2.4 O avaliador e o avaliado

Assim, emerge a figura de um profissional que está habilitado a desenvolver as ações necessárias para a orientação da prática dos exercícios físicos. Trata-se do avaliador físico, em que o mesmo tem a noção da importância da realização da avaliação física, em especial da avaliação corporal, objetivando conhecer melhor seu aluno e conduzi-lo adequadamente ao universo desportivo. Posto que,

Quanto maior o número de informações que o professor tiver do seu aluno, mais personalizada será a planilha de treinos. O profissional de Educação Física poderá identificar possíveis fatores de risco para o desenvolvimento de doenças e auxiliar a estabelecer metas para o aluno avaliado a partir da identificação dos déficits apresentados, seja para melhorar o condicionamento físico, o desempenho esportivo e reduzir peso ou percentual de gordura, nunca se esquecendo dos objetivos impostos (e necessários) pelo aluno. Uma boa avaliação física deve conter:

ANAMNESE: perguntas para identificar histórico esportivo e pessoal; problemas de saúde; restrições médicas e medicamentos utilizados; e os objetivos do praticante.

MEDIDAS CIRCUNFERENCIAIS: feitas com uma trena antropométrica, medimos as circunferências de membros superiores, tronco e membros inferiores.

COMPOSIÇÃO CORPORAL: verificamos o peso e a altura atuais e detectamos o percentual de gordura, peso de gordura, peso de massa muscular, peso ideal e índice de massa corporal (IMC).

ANÁLISE POSTURAL: através de quatro posições, analisamos e indicamos desvios posturais que podem interferir no treinamento e na vida cotidiana da pessoa, e indicamos exercícios para melhorar a postura do avaliado.

TESTE DE FLEXIBILIDADE: podemos medir, por meio de testes adimensionais, os níveis de flexibilidade e amplitude articular das principais articulações e alongamento da musculatura.

TESTES DE FORÇA: utilizamos teste abdominal e de flexões de braços para verificar possíveis pontos de dores que possam limitar a realização correta dos exercícios.

TESTE CARDIORRESPIRATÓRIO: pode ser feito de maneira direta, através do teste físico, ou de maneira indireta, calculada por fórmulas. Determinamos a frequência cardíaca máxima e todos os limites de treinamento, além de verificar a pressão arterial durante o esforço e o nível de esforço muscular de membros inferiores (Belchior, 2013, p.1).

Para que os profissionais de Educação Física possam ter uma base do perfil corporal de seu público-alvo, é imprescindível que ele faça uso da avaliação corporal. É através da avaliação que o profissional consegue mensurar de forma mais eficaz as atividades mais adequadas para cada pessoa, juntamente com o grau de intensidade e frequência dos exercícios. O profissional de Educação Física, habilitado para o desenvolvimento de tal função, ou seja, a avaliação da composição corporal deve estar de acordo com a Resolução 46 de 2002 do Conselho Federal de Educação Física (CONFEF), que dispõe sobre a Intervenção do Profissional de Educação Física, conforme consta abaixo:

Art. 1º - O Profissional de Educação Física é especialista em atividades físicas, nas suas diversas manifestações - ginásticas, exercícios físicos, desportos, jogos, lutas, capoeira, artes marciais, danças, atividades rítmicas, expressivas e acrobáticas, musculação, lazer, recreação, reabilitação, ergonomia, relaxamento corporal, ioga, exercícios compensatórios à atividade laboral e do cotidiano e outras práticas corporais -, tendo como propósito prestar serviços que favoreçam o desenvolvimento da educação e da saúde, contribuindo para a capacitação e/ou restabelecimento de níveis adequados de desempenho e condicionamento fisiocorporal dos seus beneficiários, visando à consecução do bem-estar e da qualidade de vida, da consciência, da expressão e estética do movimento, da prevenção de doenças, de acidentes, de problemas posturais, da compensação de distúrbios funcionais, contribuindo ainda, para consecução da autonomia, da autoestima, da cooperação, da solidariedade, da integração, da cidadania, das relações sociais e a preservação do meio ambiente, observados os preceitos de

responsabilidade, segurança, qualidade técnica e ética no atendimento individual e coletivo (Brasil, 2002, sem paginação).

Então, é notório que o avaliador físico tenha a estrutura adequada para que se possam fazer as medições necessárias relacionadas à composição corporal, pois se trata de dados que precisam ter uma maior proximidade da exatidão, cujas orientações ao avaliado devam ser também as mais viáveis e eficazes possíveis.

3.3 Avaliação da composição corporal dos alunos do 6º ano do Ensino Fundamental da UEB Prof. Sá Valle

3.3.1. Objetivos do Estudo

A investigação teve por objetivo avaliar a prevalência de excesso de peso nos alunos do 6º ano da turma 64 do Ensino Fundamental da UEB Professor Sá Valle, escola da Rede Municipal de Educação de São Luís do Maranhão, onde foram utilizadas as avaliações da composição corporal (peso e altura) a fim de fazer o levantamento dos *Índices de Massa Corporal - IMC* referentes a faixa etária das crianças, como forma de auxiliar no desenvolvimento de medidas de prevenção da obesidade.

Como objetivos específicos:

- ✓ Mapear o espaço físico da UEB para aplicação do teste antropométrico
- ✓ Aplicar questionário;
- ✓ Solicitar autorização junto aos responsáveis;
- ✓ Avaliar o IMC dos alunos;
- ✓ Demonstrar a situação dos inqueridos através do resultado das avaliações.

3.3.2 População do Estudo

Baseando-se nas leituras e observações na escola, delimitou-se o tema e traçaram-se os objetivos deste trabalho. Aplicou-se posteriormente uma avaliação em 21 sujeitos (alunos do 6º ano do Ensino Fundamental da UEB Prof. Sá Valle), para o levantamento de dados relevantes para a pesquisa.

Constituiu a população de estudo escolares de 11 a 13 anos de idade, matriculados no 6º ano, em uma escola pública municipal de São Luís/MA do qual se disponibilizou a abrir espaço para a realização da pesquisa a UEB Prof. Sá Valle, escola onde foi realizado o estágio, importante também salientar que os alunos na faixa etária dos 11 a 13 anos de idade frequentam as aulas de Educação Física normalmente.

3.3.3 Aspectos éticos

A pesquisa foi aplicada na escola, mediante a autorização da gestão, que foi anteriormente comunicada pelo autor do trabalho, mediante Termo de Consentimento (apêndice IX). A identidade das crianças foi rigorosamente mantida anônima, demonstrando nos dados obtidos nos gráficos apenas informações imparciais, mediante percentuais, sem, no entanto, listar os nomes das mesmas. Para os procedimentos da coleta de dados foram adotados os seguintes procedimentos:

Após a obtenção da resposta positiva da direção da escola, foi feito um contato com os professores responsáveis pela turma onde foi apresentado verbalmente o trabalho em questão e entregue a Termo de Consentimento. Posterior a isso, mediante aprovação da diretoria, fez-se a solicitação da autorização de um espaço em suas aulas para a coleta de dados, em dia e hora marcados, preferencialmente nas aulas de Educação Física.

3.3.4 Coleta de dados

A coleta de dados foi efetivada durante o período de aula dos alunos, cuja pesquisa de campo foi desenvolvida no mês de outubro de 2016. Nessa pesquisa, além da obtenção dos dados referentes à mensuração da composição corporal dos alunos, foram ainda adquiridas informações voltadas aos responsáveis dos mesmos, mediante questionário aplicado nos dias 13 e 14 de outubro de 2016 (apêndice X). Para a aplicação das ações com os alunos, foi pedida também autorização dos pais através do termo de consentimento, conforme Apêndice IX

Para obtenção da avaliação antropométrica das medidas de peso e altura foi utilizada uma balança doméstica pessoal/digital marca Plenna modelo: Ice HON 00823 (figura 14) e uma fita métrica comum de tecido (figura 15). Os alunos foram avaliados em uma sala reservada com camisa e calça jeans e alguns com o uniforme da escola (figura 16), sendo que apenas foi solicitado que retirassem os calçados no momento da pesagem, permanecendo eretos, no centro da balança, com os braços estendidos ao lado do corpo, sem movimentação (Moraes et al., 2006). Para a medida da estatura, os escolares ficaram dispostos em posição vertical, eretos, com os pés paralelos, encostados na fita de medição fixada na parede (Giammattei; Marshak; Wollitzer; Pettitt, 2003). As medidas de peso e estatura foram realizadas duas vezes, verificando-se a média dos valores para a obtenção do resultado final.

As medições foram realizadas após o lanche oferecido pela escola, que neste dia foi servido suco de acerola com biscoito doce.



Figura 14 - Balança doméstica pessoal/ digital marca Plenna - modelo: Ice HON 00823

Fonte: Própria.

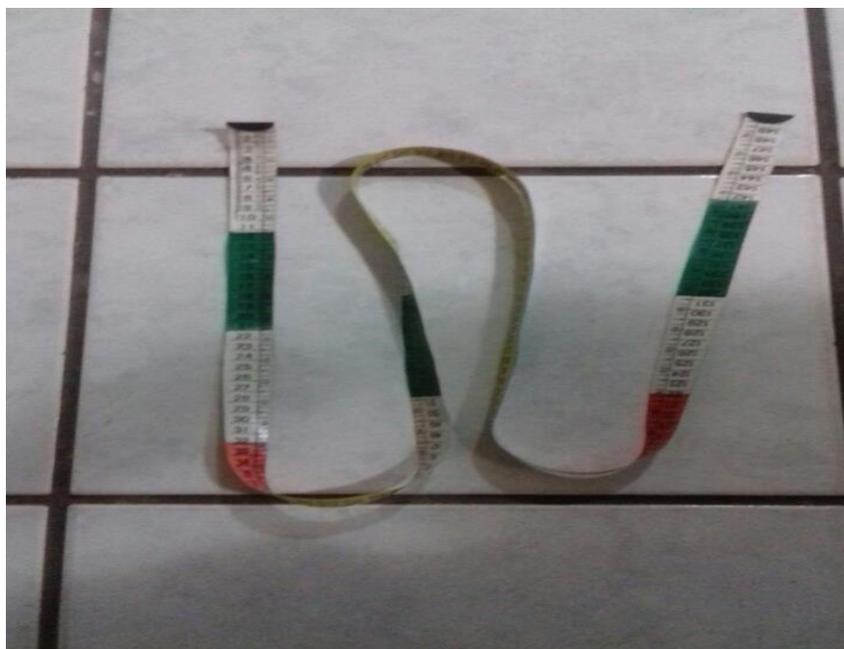


Figura 15 – Fita métrica comum de tecido

Fonte: Própria.



Figura 16 – Alunos sendo avaliados

Fonte: Própria.

Foi obtido também o Índice de massa corpórea (IMC) dos alunos. O cálculo do IMC inclui o peso e a altura, que foram indicados pelos sujeitos pesquisados, mediante a figura 17, que demonstra como é feito o cálculo:

$$\text{IMC} = \text{Massa} / (\text{altura} \times \text{altura})$$

Figura 17 – Cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC)

Fonte: www.tudomagro.com.br

O cálculo do IMC é feito dividindo o *peso* (kg) pela *altura* (m) ao quadrado (Poloni, 2005).

Por exemplo, se o peso de uma criança do sexo masculino é 56,20kg e a altura é 1,59m, a fórmula para calcular o IMC ficará:

$$\text{IMC} = 56,2 \div (1,59 \times 1,59)$$

$$\text{IMC} = 56,2 \div 2,52$$

$$\text{IMC} = 22,30$$

De acordo com a tabela de IMC (figura 13), você está com sobre peso.

Outro exemplo, se o peso de uma criança do sexo masculino é 70kg e mede 1,50m, o cálculo do IMC será:

$$\text{IMC} = 41,80 \div (1,55 \times 1,55)$$

$$\text{IMC} = 41,80 \div 2,40$$

$$\text{IMC} = 17,86$$

De acordo com a tabela de IMC (figura 18), você está com obesidade de nível 1.

Meninas				Meninos			
Idade	Normal	Sobrepeso	Obesidade	Idade	Normal	Sobrepeso	Obesidade
6	14,3	mais de 16,1	mais de 17,4	6	14,5	mais de 16,6	mais de 18,0
7	14,9	mais de 17,1	mais de 18,9	7	15	mais de 17,3	mais de 19,1
8	15,6	mais de 18,1	mais de 20,3	8	15,6	mais de 16,7	mais de 20,3
9	16,3	mais de 19,1	mais de 21,7	9	16,1	mais de 18,8	mais de 21,4
10	17	mais de 20,1	mais de 23,2	10	16,7	mais de 19,6	mais de 22,5
11	17,6	mais de 21,1	mais de 24,5	11	17,2	mais de 20,3	mais de 23,7
12	18,3	mais de 22,1	mais de 25,9	12	17,8	mais de 21,1	mais de 24,8
13	18,9	mais de 23	mais de 27,7	13	18,5	mais de 21,9	mais de 25,9
14	19,3	mais de 23,8	mais de 27,9	14	19,2	mais de 22,7	mais de 26,9
15	19,6	mais de 24,2	mais de 28,8	15	19,9	mais de 23,6	mais de 27,7

Figura 18 – Tabela de IMC infantil.

Fonte: www.tudomagro.com.br

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O parâmetro internacional usado para calcular o peso ideal de uma pessoa é o índice de massa corporal (IMC). O IMC foi elaborado no final do século XIX pelo cientista Lambert Quételet. O método tem a característica de ser simples e rápido para o diagnóstico dos níveis de gordura de qualquer pessoa, ou seja, é um procedimento internacional de obesidade adotado pela Organização Mundial da Saúde (OMS).

No começo da vida naturalmente apresentamos um elevado índice de gordura corporal, com consideração as particularidades entre a composição corporal de meninas e meninos. Analisando estas diferenças, os pesquisadores idealizaram um IMC especificamente para as crianças, denominado de IMC por idade.

Os parâmetros utilizados no IMC por idade são a altura, peso e idade de meninos e meninas para definir quanto de gordura corporal eles possuem, confrontando os dados obtidos com os de outras crianças da mesma idade e gênero. As pesquisas

fundamentadas nas informações, possuem caráter preventivo, auxiliando na identificação de crianças que podem apresentar risco de tornar-se obeso com idade mais avançada. Para acompanhar o desenvolvimento, são utilizados gráficos que contém curvas indicando o percentil da criança, porém é importante resaltar que no crescimento infantil cada pessoa tem seu potencial genético, ou seja, herda os genes familiares, que poderão ou não influenciar no crescimento. Assim, o desenvolvimento depende em parte da hereditariedade como também de fatores externos como saneamento, condições de habitação, saúde, higiene e nutrição.

As pesquisas apontam que é mais importante observar o IMC das crianças no decorrer do tempo do que apreciar um dígito particular, levando em consideração que ocorrem estirões de crescimento.

Destarte, atualmente e mediante a pluralidade cultural existente, é importante analisarmos que existe certa insatisfação no que tange ao peso dos adolescentes e jovens, em que se percebe um descontentamento com o corpo, onde se idealiza um corpo “magro”, que é referência de beleza que nem sempre é alcançado pelo público supracitado (adolescentes e jovens), devido à ausência de uma alimentação saudável, bem como da prática de exercícios físicos.

Para esses adolescentes e jovens, o ideal é que o professor de Educação Física conheça os padrões culturais, porém, é importante que desenvolvam ações que facilitem seus alunos a lidarem com estas "normas" ditadas pela sociedade vigente de forma consciente e com respeito pelo seu próprio corpo. O conhecimento, aceitação e respeito de suas sensações, necessidades e limites, é aspecto fundamental para a formação de jovens. Uma orientação saudável para o desenvolvimento da musculatura é de interesse e de importância relevante principalmente para adolescentes de escola pública que provavelmente não terão possibilidades de pagar por uma boa orientação para este treinamento.

Demonstraremos a seguir os resultados da investigação, sua interpretação, diagnóstico e discussão. Vale recordar que o objetivo desta pesquisa foi avaliar o Índice de Massa Corporal - IMC de crianças entre 11 a 13 anos matriculados no 6º ano do ensino fundamental da escola pública municipal de São Luís/MA, UEB Professor Sá Valle, auxiliando no desenvolvimento de medidas de prevenção da obesidade.

Foram avaliados 21 estudantes, 10 meninas e 11 meninos, que foram medidos e pesados para a aquisição do IMC. Em concordância com o disposto na metodologia da

coleta de dados para avaliar o IMC foi utilizado como parâmetro o quadro de Viuniski (2000).

Os resultados foram divididos em grupos, sendo eles: composição corporal dos escolares de 10 a 13 anos, diferenças entre os níveis de abaixo do peso, normal, sobrepeso e obesidade, relação entre os sexos e o IMC, relação entre idade e IMC.

Em relação à composição corporal dos estudantes deste estudo, encontramos 7 alunos em situação abaixo do peso, 6 com peso normal, 6 também com sobrepeso e 2 alunos com obesidade, demonstrado na figura 19.

COMPOSIÇÃO CORPORAL	
ABAIXO DO PESO	7 (SETE) ALUNOS
NORMAL	6 (SEIS) ALUNOS
SOBRE PESO	6 (SEIS) ALUNOS
OBESIDADE	2 (DOIS) ALUNOS
TOTAL: 21 (VINTE E UM) ALUNOS	

Figura 19 – Composição Corporal

Fonte: Própria.

Para Abrantes, Lamounier e Colosimo (2002) o IMC deve ser empregado na realização do cálculo da composição corporal de crianças e adolescentes, uma vez que oferece valores em percentuais, para sexo e idade. Este resultado se contrapõe ao estudo da OMS (2006) onde a obesidade é apontada como epidemia, atingindo frequentemente crianças e adolescentes.

As informações ratificam a pesquisa de Vasconcelos e Silva (2003), efetivada na região do Nordeste brasileiro, que obteve como consequência um gráfico ascendente, com tal intensidade para sobrepeso quanto para obesidade em jovens.

Katch e McArdle (1996) apontam em estudos que a origem da obesidade acontece com muita frequência na infância, sendo as probabilidades da criança em se tornar um adulto obeso bem maiores, quando relacionadas com uma criança de peso normal.

Conforme podemos visualizar a seguir, foram avaliados um total de 21 estudantes, onde a classificação das crianças entre 11 e 13 anos, ocorreu por meio do IMC (Índice de Massa Corporal), descritos em percentil encontrado no gráfico 5. Do total de alunos avaliados 33% apresentou situação abaixo do peso, 29% com peso normal, 29% com sobrepeso e 9% com obesidade.

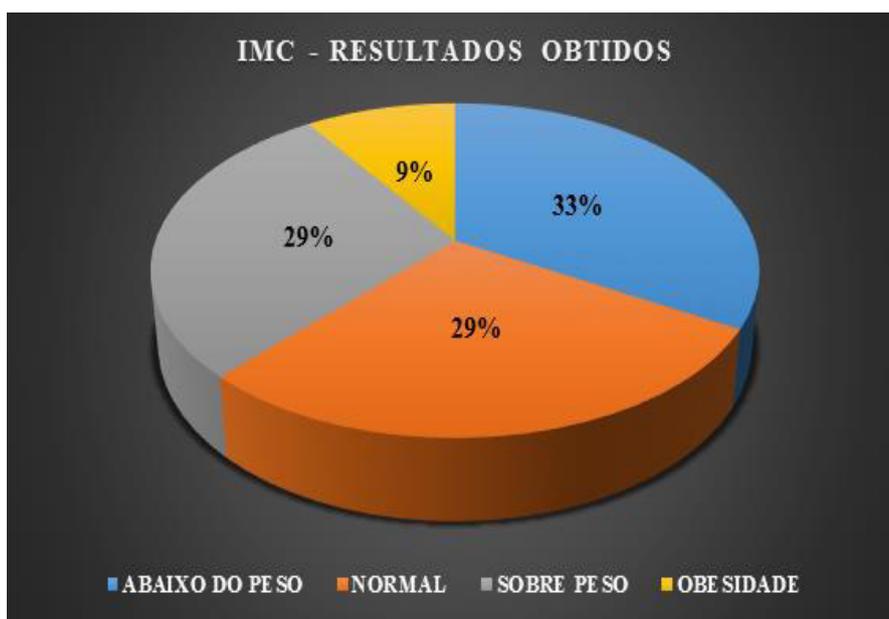


Gráfico 1: IMC – Resultados Obtidos

Fonte: Própria.

Segundo se percebe através do gráfico 1, houve um equilíbrio percentil dos escolares analisados na situação de sobre peso e peso normal, apresentando também um valor bastante representativo de alunos abaixo do peso, se contrapondo a trabalhos científicos onde a maior preocupação se vislumbra o sobre peso e a obesidade. Visualizamos que os dados encontrados estão relacionados a diversos fatores, como a herança genética, o meio ambiente, os aspectos psicológicos individuais e familiares, como também pelos níveis socioeconômico, escolar e cultural da família. Portanto, avaliamos que os elevados dados encontrados sobre os alunos abaixo peso refletem as condições de vida da criança e são considerados importantes indicadores de saúde e de desenvolvimento.

Os valores de sobre peso apresentados (gráfico 1), demonstram uma preocupação de futuras incidências de obesidade, tendo como referência o quadro de Viuniski (2000). Este evento merece prudência, o trabalho articulado entre a família, a sociedade e a escola devem contribuir na diminuição destes números, para Must (1996) crianças e adolescentes com sobre peso, têm por volta de duas vezes mais chances de desenvolver este quadro também no período adulto.

A ABESO (Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica) aponta em seu site que a Organização Mundial de Saúde (OMS) sinaliza a obesidade como um dos maiores entraves de saúde pública no mundo. Os dados apontam que, em 2025, aproximadamente 2,3 bilhões de pessoas se encontrem com

sobrepeso; e mais de 700 milhões com obesidade. A proporção de crianças com sobrepeso e obesidade no mundo conseguiria alcançar a 75 milhões, se nada for feito.

Informações do site expõem que os dados da obesidade no Brasil vêm aumentando, e que os levantamentos apontam que cerca de 50% da população se encontra acima do peso, ou seja, na faixa de sobrepeso e obesidade. Em relação às crianças, estaria aproximadamente em torno de 15%, fato percebido no último levantamento oficial feito pelo IBGE entre 2008/2009.

Em relação ao **comparativo entre os sexos**, um total de 27% de meninos e 40% de meninas apresentaram situação abaixo do peso, 27% dos meninos apresentou peso normal enquanto as meninas 30%, no critério sobre peso os percentuais foram os mesmos do peso normal 27% dos meninos e 30% das meninas, já na situação obesidade o destaque foi para os meninos com 19% contra 0% de meninas, descritos no gráfico abaixo:

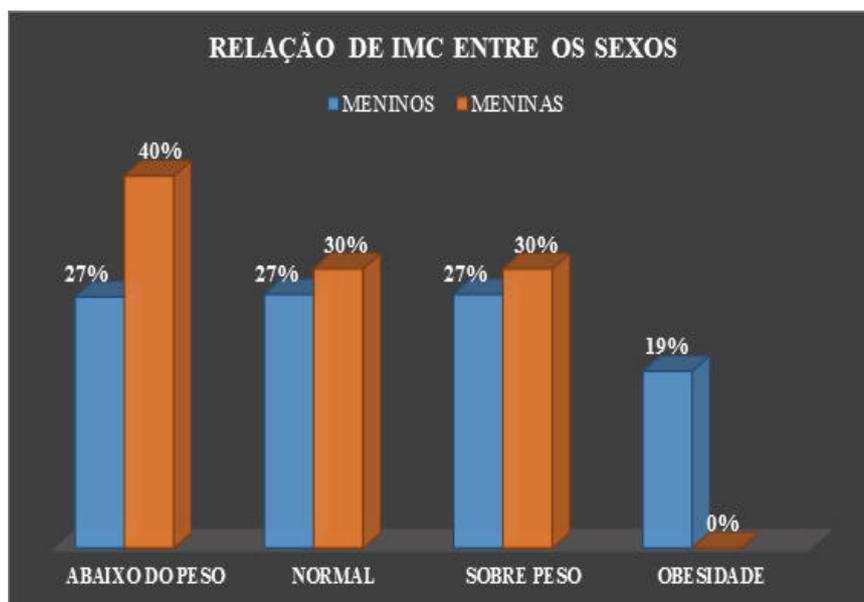


Gráfico 2: Relação de IMC entre os sexos

Fonte: Própria.

Na relação de gênero as meninas apresentaram maior percentual de situação abaixo do peso, houve discreto percentual maior de peso normal e sobre peso nas meninas, o número de meninos obesos foi maior.

Para Malina e Bouchard (2002) a massa adiposa em meninas tendem a crescer ligeiramente depois dos oito anos de idade, do mesmo modo ao longo da juventude, no mesmo momento em que nos meninos a massa gorda (MG) absoluta acresce gradualmente ao longo da infância e durante de toda a adolescência, sendo que a idade

cronológica nem sempre corresponde ao estágio de maturação de crianças e adolescentes. Gallahue e Ozmun (2003) acrescentam que na infância, período que vai dos 6 aos 10 anos, os desenvolvimentos são estáveis, tanto para a massa muscular, quanto para peso e altura, sendo a adolescência uma fase de alterações expressivas no peso e na altura, para os dois sexos, que costuma acontecer, em média, 2 anos antes nas meninas. Quanto às distinções nos percentis dos escolares, no momento em que se compara meninos e meninas de mesma idade cronológica, podem estar interligados com estes fatos.

Do total de estudantes avaliados na **faixa etária de 11 anos** (gráfico 3), só havia uma menina com esta idade, fato que representou o total de 100% no peso abaixo do normal.

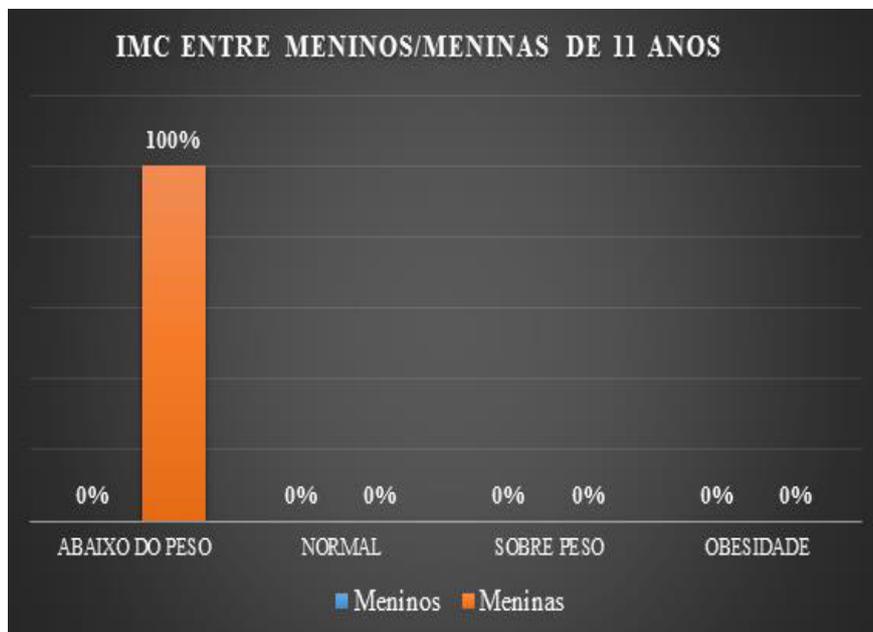


Gráfico 3: IMC entre meninos/meninas de 11 anos

Fonte: Própria.

Do total de estudantes avaliados na **faixa etária de 12 anos**, 33,34% das meninas apresentou peso abaixo do normal e 0% de meninos, 66,66% de meninas com peso normal e 25% dos meninos na mesma situação, 50% das meninas estão inseridas no sobre peso e 0% de meninos (gráfico 4).

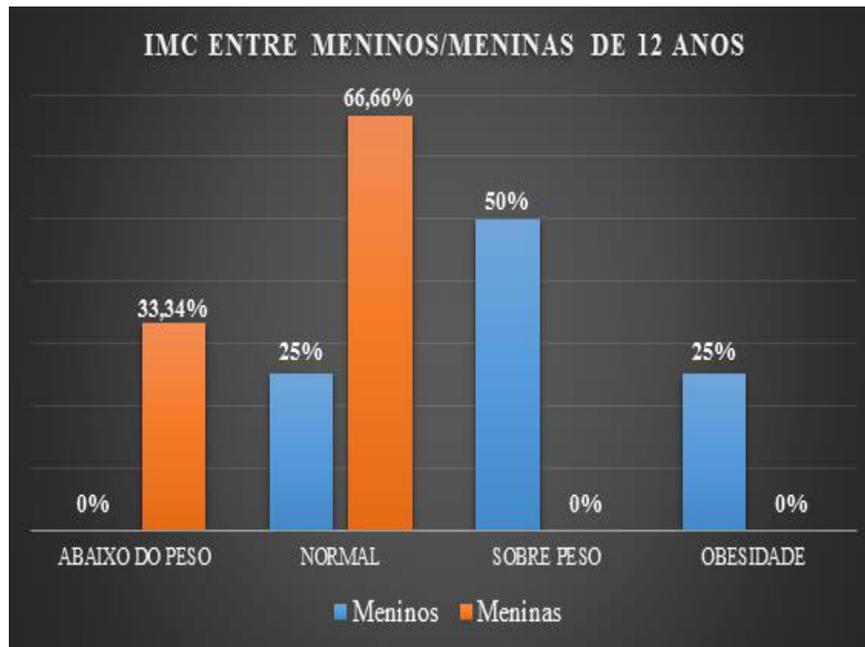


Gráfico 4: IMC entre meninos/meninas de 12 anos

Fonte: Própria.

As meninas de 12 anos também apresentaram maior percentual de situação abaixo do peso, sendo maioria no peso normal, os meninos nessa faixa etária são maioria na situação sobre peso e obesidade o que corrobora ao gráfico relacionado ao gênero.

Segundo Gallahue e Ozmun (2003) existem duas vertentes que influenciam no crescimento e desenvolvimento humano. A principal delas está relacionada com o fator genético do indivíduo, estando responsável por fatores determinantes como a altura final, dimensões do corpo, tamanho de braços e pernas, dentre outras. A segunda tem relação aos fatores ambientais, que exercem influência direta em particularidades como peso corporal, dobras cutâneas e perímetros. Deste modo, além das diferenças atribuídas espontaneamente devido ao sexo dos escolares, também se deve considerar os fatores genéticos e ambientais, que se adicionam a essa diversidade.

Os alunos de ambos os sexos avaliados na *faixa etária de 13 anos*, 43% de meninos apresentou IMC abaixo do peso e 33,34% das meninas, 29% de meninos com peso normal e 16,66% das meninas na mesma situação, 14% dos meninos estão com sobre peso e 50% de meninas, o critério obesidade ressalta 14% de meninas e 0% de meninos (gráfico 5).

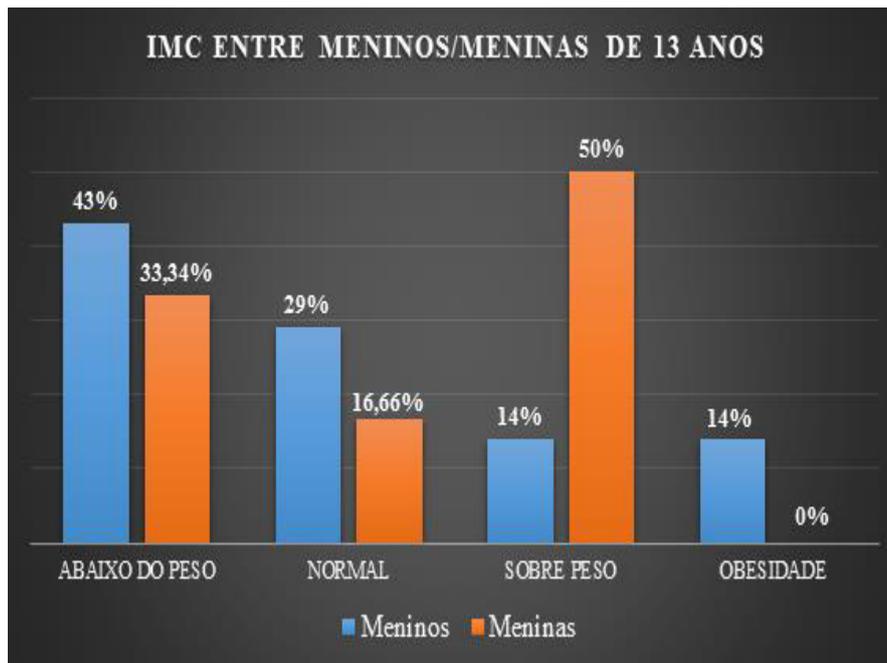


Gráfico 5: IMC entre meninos/meninas de 13 anos

Fonte: Própria.

Na faixa etária de 13 anos percebe-se que os meninos ficaram com maior percentual abaixo do peso, mas também com um número significativo de meninas, confirmando o percentual apresentado na relação por sexo, os meninos de 13 anos aparecem com maior índice de peso normal, destaque aqui para as meninas que apresentaram maior sobre peso e nenhuma com obesidade, fato relacionado aos meninos com maior número de obesos.

Para Malina e Bouchard (2002) o crescimento, o desenvolvimento do ser humano e o amadurecimento, acontecem em meio a um período, contudo toda pessoa tem seu próprio ritmo biológico. Desta forma crianças de mesma idade cronológica podem estar em diferentes etapas de maturidade biológica, à medida que outras de idade cronológica distinta podem se encontrar no mesmo nível de maturação biológica. Gallahue e Ozmun (2003) descrevem que o aumento de peso, na adolescência, segue aproximadamente as curvaturas para a altura, entretanto o peso é muito mais afetado por fatores ambientais. Malina e Bouchard (2002) completam descrevendo que a prática da atividade física é indispensável na vida de crianças e adolescentes, sendo que pode ser executada de diversas formas, como jogos, exercícios em academias ou ar livre e a Educação Física Escolar. Para Guedes e Guedes (2003) ações educativas são necessárias para o controle do peso corporal, onde as aulas de Educação Física são uma alternativa para crianças e adolescentes desenvolverem atividades de lutas, jogos, dança, ginástica e esportes,

propiciando o desenvolvimento de costumes não sedentários, auxiliando na manutenção do equilíbrio energético e, portanto, prevenindo ou tratando o sobrepeso e a obesidade.

É importante ressaltar que os alunos apresentam idades diferentes do ciclo (6º ano) por motivo de ter sido feita a medição no ano letivo posterior ao estágio por causa de greve, férias e recessos.

Apresentam-se abaixo resultados e as discussões pertinentes à pesquisa efetivada com os 21 alunos do 6º ano E do Ensino Fundamental da UEB Prof. Sá Valle, mediante a **aplicação de questionários**. As perguntas referem-se à *rotina por eles vivida* no que tange à *alimentação e à prática de esportes*.

A primeira pergunta foi relacionada a forma de **deslocamento para escola**, mediante consta no gráfico 6 que se refere às formas de deslocamento para a escola, demonstra que 54% dos alunos vão para a escola andando sendo 23% meninos e 34% meninas, 14% de bicicleta, sendo 10% meninos e 4% meninas e 19% de carro, sendo esse percentual meninos, 10% de meninas afirmaram ir através de outros meios de transporte. O que se nota é que, grande parte dos alunos locomove-se utilizando-se dos movimentos físicos para chegar à escola com destaque para as meninas no deslocamento andando, o que demonstra que os mesmos desempenham, nesse traslado, atividade física.

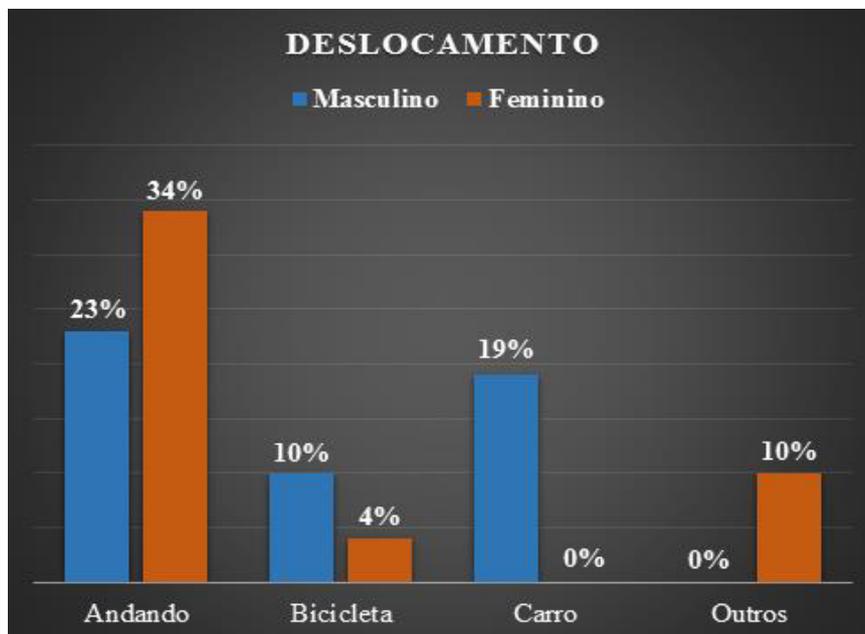


Gráfico 6 - Deslocamento

Fonte: Própria.

Quando foi perguntado sobre o *tempo gasto de ida e de volta para a escola*, mediante gráfico 7, obtivemos as seguintes respostas: 10% dos meninos afirmaram que gastam 10 min. por dia, 10% também só de meninos afirmaram que gastam 15 min. 14% gastam 20 min. sendo 4% meninos e 10% meninas, dos 21 alunos, 58% gastam 30 min. sendo 34% meninos e 24% meninas, 4% das meninas gastam 35 min. por dia no percurso ida e volta, 4% dos meninos não respondeu. Esse resultado ressalta que, levando-se em consideração os meios de transporte por eles utilizados para chegarem à escola e dela voltarem, os mesmos correspondem ao tempo por eles gasto.

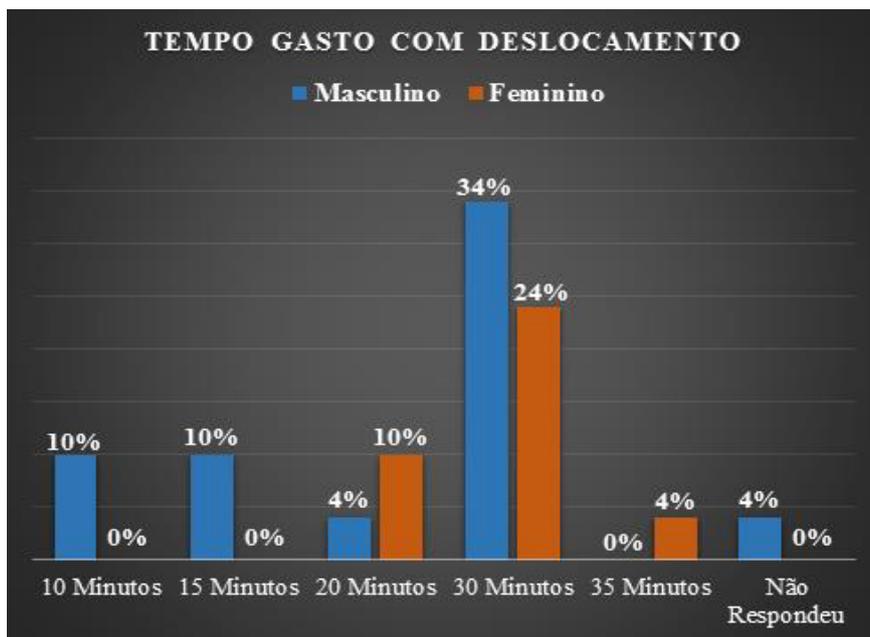


Gráfico 7 – Tempo gasto com deslocamento

Fonte: Própria.

Quando lançamos a pergunta sobre as *aulas de Educação Física na Escola*, todos os alunos responderam, de forma unânime, que as fazem 2 vezes por semana, quantitativo este que tem uma boa representação quanto à execução dessa atividade (gráfico 8).



Gráfico 8 – Participação na aula de Educação Física

Fonte: Própria.

No gráfico 9 temos as respostas referentes às *práticas de atividades físicas realizadas pelos alunos fora do contexto escolar*, em que as respostas obtidas foram: 5% de meninos respondeu que nunca faz, 62% responderam que somente algumas vezes fazem outros esportes, sendo 34% meninos e 28% meninas, 33% afirmaram fazer sempre, sendo 14% meninos e 18% meninas. O resultado obtido demonstra que a maioria dos alunos pratica outras atividades esportivas, o que se entende como bom, pois os mesmos não possuem uma vida sedentária com relação à prática de esportes.

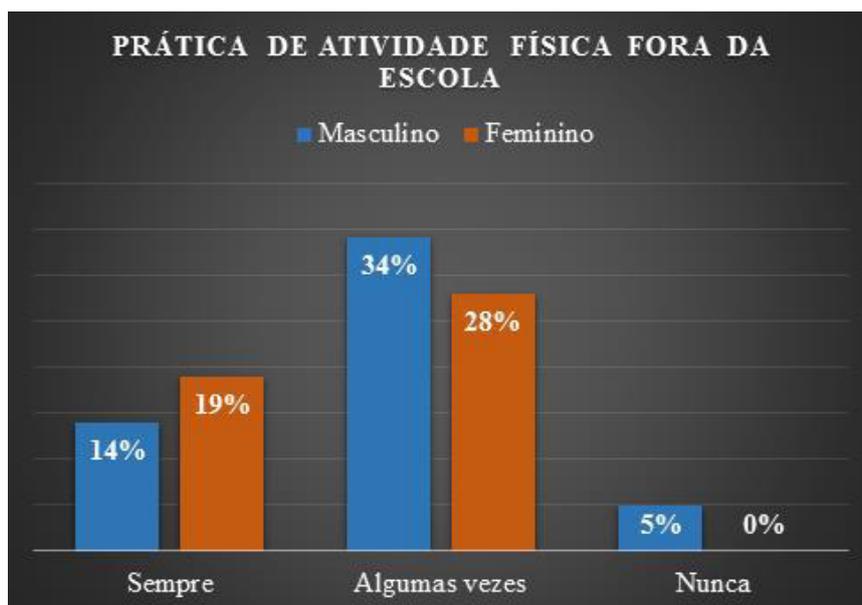


Gráfico 9 – Prática de atividade física fora da escola

Fonte: Própria.

O gráfico 10 demonstra as respostas relacionadas às **diversas atividades físicas realizadas pelos alunos em outro espaço que não a escola**, onde alcançamos seguintes respostas: 42% disseram que praticam corrida, sendo 19% meninos e 23% meninas, 4% dos meninos afirmou que caminham. Já 14% de meninos andam de bicicleta, 18% afirmaram ser a natação, sendo 14% meninos e 4% meninas e 19% de meninas não responderam. Percebemos que em todas as atividades obtivemos respostas positivas com relação a prática, porém, devemos levar em consideração a forma como as fazem.

Ou seja, percebemos que todos os alunos sempre fazem alguma outra atividade esportiva nos momentos livres. Entretanto, tais atividades não só trabalham o corpo, mas a mente e o raciocínio.

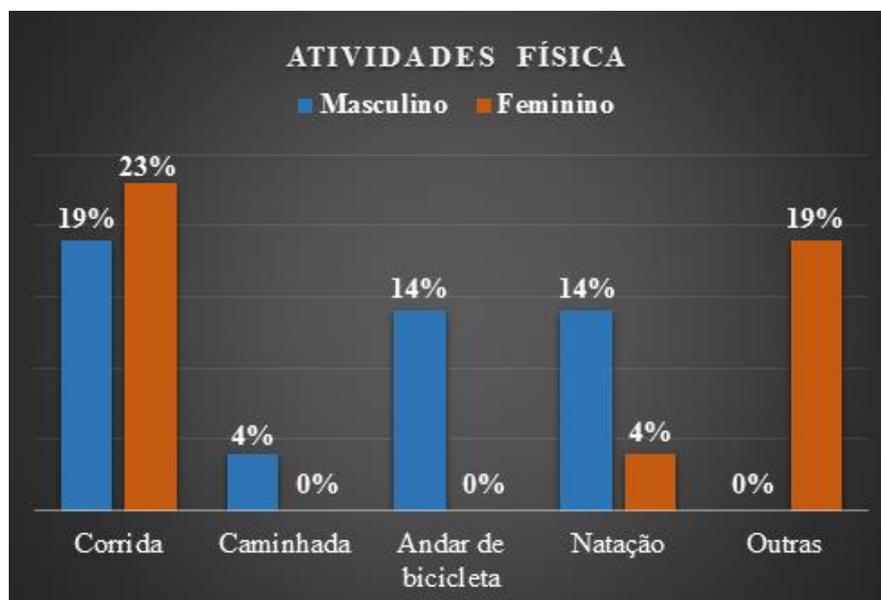


Gráfico 10 – Atividade física

Fonte: Própria.

O gráfico 11 é relativo às respostas obtidas das perguntas correspondentes à **periodicidade da alimentação** dos alunos entrevistados, em que chegamos à seguinte conclusão: 20% fazem alimentação 3 vezes por dia, sendo 10% meninos e 10% meninas, ainda 10% alunos alimentam-se 4 vezes ao dia, sendo 5% de meninos e 5% de meninas, 14% alimentam-se 5 vezes, e 56% com 6 refeições diárias, sendo 28% meninos e 28% meninas. Esse resultado, de certa forma, é preocupante, porque sabemos que o ideal são 6 alimentações diárias, a fim de que se possa mente corpo e mente saudáveis.

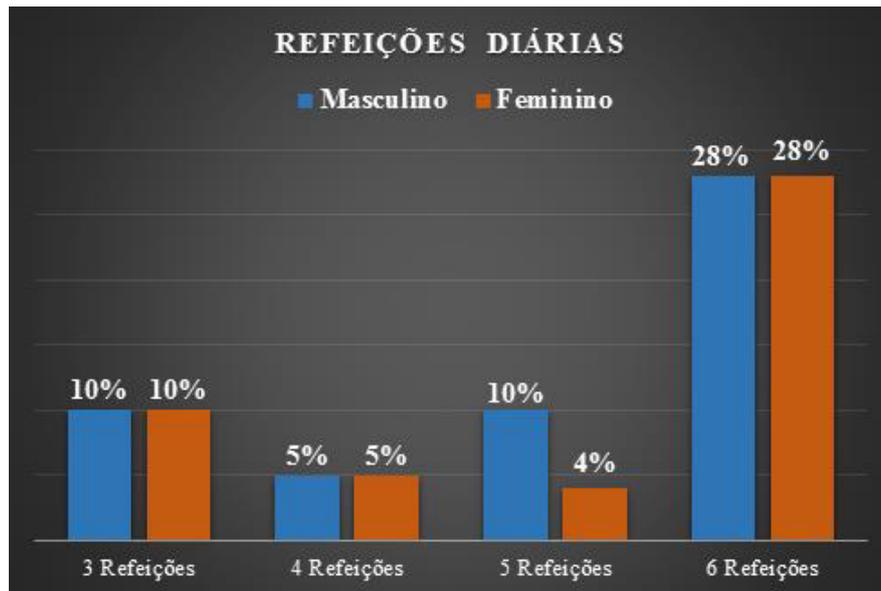


Gráfico 11 – Refeições diárias

Fonte: Própria.

O gráfico 12 ressalta as respostas obtidas quando perguntamos sobre a *freqüência com que os alunos levam lanche de casa para a escola*. Sendo assim, 33% afirmaram que levam todos os dias, com 28% meninos e 5% meninas. Apenas 10% responderam que levam de 3 a 4 vezes na semana, apresentando igualdade nos percentuais para meninos e meninas, 24% responderam que levam de 1 a 2 vezes na semana, com percentuais de 14% meninos e 10% meninas, e 33% nunca levam sendo 5% de meninos e 28% meninas. O resultado é significativo, à medida que aponta que todos os alunos, ao menos uma vez na semana, levam lanche de casa para a escola.

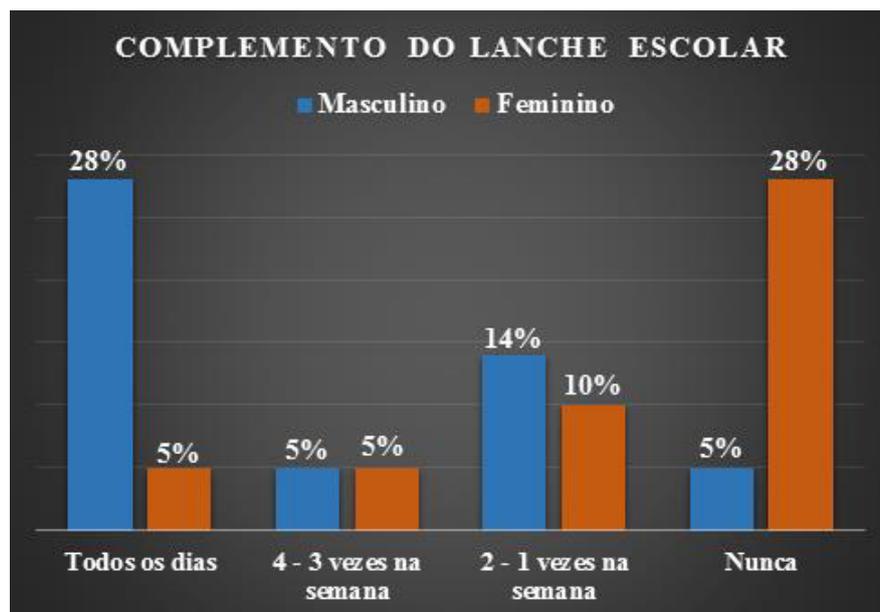


Gráfico 12 – Complemento do lanche escolar

Fonte: Própria.

O gráfico 13 aponta as respostas dos alunos sobre a **frequência com que ingerem frutas e verduras** e os mesmos responderam que: 66% comem todos os dias, na relação de 28% meninos e 38% meninas, 19% de 3 a 4 vezes na semana, sendo 14% meninos e 5% meninas, 10% de 1 a 2 vezes na semana em igual percentual para ambos os sexos e apenas 5% de meninos nunca. Resultado importante, pois demonstra que todos ingerem frutas e verduras ao menos uma vez na semana.

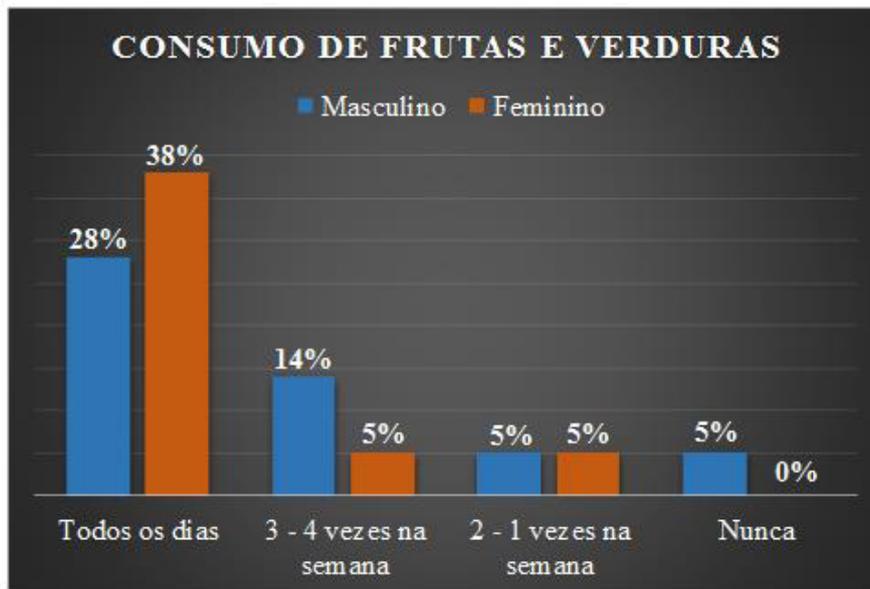


Gráfico 13 – Consumo de frutas e verduras

Fonte: Própria.

Fazendo-se referência à pergunta voltada sobre **quantas vezes os alunos tomam refrigerante durante a semana**, tivemos as seguintes respostas, mediante o gráfico 14: 4% de meninos afirmou tomar todos os dias, 46% dos alunos com frequência de 1 a 3 vezes na semana, 24% de 4 a 6 vezes na semana e 28% nunca tomam refrigerante. Notamos também que a grande maioria não abusa de tomar refrigerante, o que consiste também em um bom resultado para esta pesquisa.

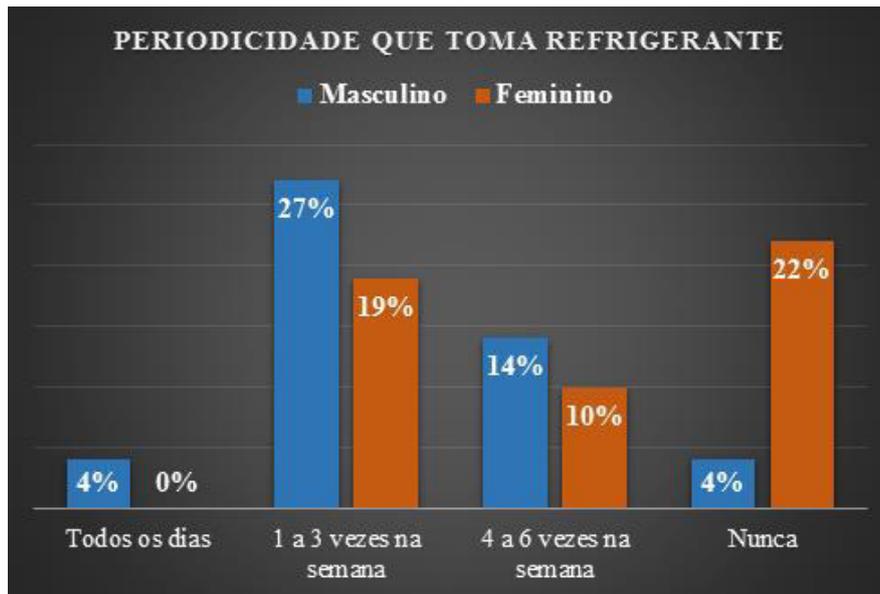


Gráfico 14 – Periodicidade que toma refrigerante

Fonte: Própria.

4.1. Síntese do IMC e Questionário

Os resultados do questionário apresentados nos gráficos justificam aqueles apresentados na avaliação do IMC, a percentagem apresentada de 29% de alunos com peso normal justifica-se quando constatamos que grande parte dos alunos fazem seu deslocamento andando para chegar à escola, onde se destacaram as meninas, o que demonstra que os mesmos desempenham, nesse traslado, atividade física.

Outro detalhamento apresentado que justifica o peso dentro da normalidade é a pergunta sobre as aulas de Educação Física na Escola, todos os alunos responderam, de forma concordante, que as fazem 2 vezes por semana, bem como a prática de outras atividades esportivas, a ingestão de frutas e verduras ao menos uma vez na semana e a grande maioria não abusa de tomar refrigerante.

Entendemos como positivo os resultados apresentados, pois os mesmos não possuem uma vida sedentária e tem uma alimentação relativamente normal e sadia dentro da qualidade de vida oferecida pelo pais e responsáveis.

Quanto aos percentuais de alunos com 30 por cento de meninas com sobre peso e 19 por cento de meninos com obesidade, as respostas do questionário não apresentam detalhes que corroboram, e acreditamos que estes fatos se relacionam com as fases de alterações expressivas da adolescência no peso e na altura, tanto nos meninos quanto nas meninas, e esta costuma acontecer cerca de 2 anos antes nas meninas. Para Gallahue

e Ozmun (2003) a adição de peso que ocorre na adolescência, segue aproximadamente as curvas para a altura, contudo o peso é muito mais afetado pelos fatores ambientais.

Conclusão

Ao longo da concretização da Prática de Ensino Supervisionada, compreendeu-se que ser educador é uma jornada extensa, carregada de desafios e sentimentos, onde devemos constituir uma estreita afinidade com o espaço educacional, tendo como objetivo proporcionarmos um desenvolvimento tranquilo na formação das crianças e jovens, promovendo assim a sua inclusão na sociedade como ser autossuficiente, independente e solidário.

As experiências e aprendizagens ocorreram, ao longo da PES, em um ritmo progressivo e tranquilo, em que o trabalho cooperativo com a educadora titular e a orientadora do estágio, foram essenciais neste grandioso momento. Acresce mencionar que as atividades se organizaram levando sempre em conta as experiências sólidas e reais das crianças, suas experiências, interesses e os seus conhecimentos. Se, por um lado, é imprescindível ter um conjunto de conhecimentos concretos e estruturados na efetivação de novas aprendizagens, por outro, não é menos importante usufruir desses conhecimentos na resolução de diversos problemas que irão surgir.

O estágio foi um experimento muito incentivador, possibilitando colocar em prática saberes adquiridos ao longo da vida acadêmica. Mesmo que o contato com a realidade educacional já fizesse parte da rotina profissional, este estágio ganhou admirável importância em termos de formação, uma vez que contribuiu com vastas experiências diárias no desenvolvimento de nossas competências pedagógicas.

Na realização da pesquisa conseguimos alcançar o objetivo de investigar o predomínio de sobrepeso e obesidade de alunos na faixa etária 11 a 13 anos na unidade de ensino Sá Valle, através do cálculo do Índice de Massa Corporal - IMC.

Os resultados indicaram que uma parte considerável dos alunos avaliados se encontram com sobre peso, considerando-se também um equilíbrio comparado ao peso normal, lembrando que a pesquisa ao mesmo tempo apresentou um número de alunos abaixo do peso. A proporção dos resultados apresentados revela a necessidade da elaboração de ações preventivas com articulação em várias esferas da coletividade, abrangendo órgãos públicos de saúde, o seio familiar e escola, alertando para esta conjuntura e contribuindo para a identificação e terapêutica prévia da obesidade,

ressaltando o valor do desenvolvimento e sustentação de hábitos alimentares saudáveis e regularidade da prática de atividades físicas.

Nas bibliografias pesquisadas foi consensual que às condições como a interação de fatores genéticos, psicossociais e ambientais podem levar ao desenvolvimento da obesidade, além também da influência nas formas de alimentação e na falta de prática de exercícios físicos. E se avaliarmos que o modo de vida atual está propenso ao sedentarismo e a hábitos alimentares inadequados, é de grande importância a implantação de projetos na escola que estimulem a prática de costumes alimentares mais saudáveis e atividades físicas adequadas, onde os profissionais de Educação Física tem extraordinário valor neste atendimento, compartilhando as informações com os alunos no desenvolvimento de atuações de prevenção da obesidade, estimulando-os a expandir em seu meio de convivência social, buscando ampliar este envolvimento ao número máximo de pessoas.

Acredita-se que este aprendizado possa promover uma ponderação, não somente para os profissionais da área de saúde, mas para a coletividade em geral, no sentido de auxiliar no desenvolvimento de atuações de prevenção da obesidade, tanto para os escolares de São Luís/MA, como para os cidadãos em geral.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- _____. Secretaria de Educação Fundamental. (1998) Parâmetros curriculares nacionais: geografia / Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC/SEF
- Abrantes, M.M; Lamounier, J.A; Colosimo, E. A. (2002). Prevalência de Sobrepeso e Obesidade em Crianças e Adolescentes das Regiões Sudeste e Nordeste. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v.78, n.4, p.335-340.
- Camarneiro, J. M. (2011). Análise da composição corporal em adolescentes obesos. Tese. Faculdade de Ciências Farmacêuticas: Araraquara.
- Giammattei, J.; Blix, J.; Marshak, H. H.; Wollitzer, A. O. & Pettitt, D. J. (2003). Television watching and soft drink consumption: association with obesity in 11-to year-old schoolchildren. *Archive Pediatric Adolescent Medicine*, v 6, p.157-882.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). (2010). POF 2008 2009 - Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil.
- Januario, G. O. (2008). Estágio Supervisionado e suas contribuições para a prática pedagógica do professor. In: *SEMINÁRIO DE HISTÓRIA E INVESTIGAÇÕES DE/EM AULAS DE MATEMÁTICA*, 2, Campinas. Anais: II SHIAM. Campinas: GdS/FE-Unicamp. v. único. p. 1-8.
- Katch, F. I & Mcardle, W.D. (1996). *Nutrição, Exercício e Saúde*. 4.ed. Rio de Janeiro: Medsi
- Martin, A. D. & Drinkwater, D. T. (1991). Variability in the measures of body fat: Assumptions or techniques? *Sports Medicine*. V. 11, p. 277-288.
- Monteiro, A. B. & Fernandes, J.F. (2002). Análise da composição corporal: uma revisão de métodos. *Revista Brasileira de Aneantropometria & Desempenho Humano*, v. 4, n.1, p.90-92.
- Moraes, S. A; Rosas, J.B; Mondini, L & Freitas, I.C.M. (2004). Prevalência de Sobrepeso e Obesidade e Fatores Associados em Escolares da Área Urbana de Chilpacingo, Guerrero, México. *Caderno de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v.22, n.6, p.1289-1301.
- Moura, M. O. (coord.). (1999). O estágio na formação compartilhada: retratos de uma experiência. São Paulo: Feusp.
- Must, A. (1996). Morbidity and Mortality Associated with Elevated Body Weight in Children and Adolescents. *American Journal Clinical Nutrition*, v. 63, p. 4455-4475.
- Oliveira, E. S. G. & Cunha, V. L. (2006). O estágio Supervisionado na formação continuada docente à distância: desafios a vencer e Construção de novas subjetividades. *Revista de Educación a Distância*. Ano V, n. 14.

Passerini, G. A. (2007). O estágio supervisionado na formação inicial de professores de matemática na ótica de estudantes do curso de licenciatura em matemática da UEL. 121f. Dissertação (Mestrado em Ensino de Ciências e Educação Matemática) – Universidade Estadual de Londrina. Londrina: UEL.

Pereira, J. E. D. (2006). Formação de professores: pesquisas, representações e poder. 2ª ed. Belo Horizonte: Autêntica.

Sant'anna, M. S. L.; Priore, S. E. & Franceschini, S. C. C. (2009). Métodos de avaliação da composição corporal em crianças. *Revista Paulista de Pediatria*, São Paulo, v. 27, n. 3.

Vasconcelos, V. L. & Silva, G. A. P. (2003). Prevalências de Sobrepeso e Obesidade em Adolescentes masculinos no Nordeste do Brasil, 1980-2000. *Caderno de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, p.1445-1451.

Viuniski, N. (2000). Obesidade Infantil: um guia prático para profissionais da saúde. Rio de Janeiro: EPUB.

Wagner, D. R. & Heyward, V. H. (1999). Techniques of Body Composition Assessment: A Review of Laboratory and Field Methods. *American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance*. 70 (2), 135-149.

WEBGRAFIA

ABESO – Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica Diretrizes brasileiras de obesidade 2009/2010. 3.ed. - Itapevi, SP: AC Farmacêutica, 2009. Disponível em:

http://www.abeso.org.br/pdf/diretrizes_brasileiras_obesidade_2009_2010_1.pdf

Acessado em 22 de outubro de 2016.

Belchior, G B. (2013). A avaliação física é sinônimo de segurança e bons resultados. Disponível em: <http://revistaicone.com/home/a-importancia-da-avaliacao-fisica/> 2013. Acesso em 09 agosto de 2016.

Beleli, Celia. Avaliação Corporal. (2012). Disponível em: <http://seupesoesuasaude.blogspot.com.br/2012/07/importancia-da-avaliacao-da-composicao.html>. Acesso em 15 agosto de 2016.

BRASIL. Conselho Federal de Educação Física (CONFEF). Brasília, 2002. Disponível em:

http://www.saudeemmovimento.com.br/conteudos/conteudo_exibe1.asp?cod_noticia=605. Acesso em: 21 agosto de 2016.

Corseuil, H. X.; Corseuil, M. W. (2008). Avaliação da composição corporal por DEXA: uma revisão de estudos. Revista Digital, Buenos Aires, v. 13 – n. 121. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd121/avaliacao-da-composicao-corporal-por-dexa.htm>. Acesso em: 22 agosto de 2016.

Costa, R. F. (2001). Qual a melhor técnica da avaliação de composição corporal? Disponível em: http://www.sanny.com.br/downloads/mat_cientificos/melhor_tecnica_de_a.pdf. Acesso em 16 outubro de 2016.

DICIONÁRIO AURÉLIO ONLINE. Dicionário de Português. Disponível em: <https://dicionariodoaurelio.com/avaliar>. Acesso em 15 agosto de 2016.

Fambrini, D. L. (2015). Métodos de avaliação da composição corporal. Portal Ciência e Treinamento. Disponível em: <http://cienciadotreinamento.com.br/metodos-de-avaliacao-de-composicao-corporal/>. Acesso em 20 outubro de 2016.

Garganta, R; Seabra, A. (2010). Avaliação da Composição Corporal. Disponível em: <http://www.scielo.br>. Acesso em 20 agosto de 2016.

Mota, M. A. & Motta, R. (2016). Exercício Físico e Qualidade de Vida. Brasília: ASSEFE – Associação dos Servidores do Senado Federal. Disponível em: <http://acquatreino.com.br/site/artigos/exercicio-fisico-e-qualidade-de-vida/>. Acesso em 16 agosto de 2016.

Netto, M.H.T. (2009). A mente de 9 a 11 anos. Artigos de Psicologia, p.5. Disponível em <https://artigosdepsicologia.wordpress.com/page/5/>. Acesso em 24 de novembro de 2016.

OMS. Organização mundial da saúde. Disponível em: <http://www.brasil.gov.br/@@search?Subject%3Alist=OMS>: Acesso em 14 junho de 2016.

PORTAL EDUCAÇÃO. Composição corporal. 2015. Disponível em: <https://www.portaleducacao.com.br/nutricao/artigos/9372/composicao-corporal>. Acesso em 20 outubro de 2016.

Legislação

Decreto-lei nº 74/2006 de 24 de março.

APÊNDICE

Apêndice I – Planos de aula da Prática de Ensino supervisionada no 2º Ciclo do Ensino Básico - Português

		PLANO DE AULA Prática de Ensino Supervisionada		
Prof.ª Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (ª)/Educador(a) Cooperante: Marly da Conceição Garcez Costa		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: Português	Data: 14.09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 100 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
Gênero, Número e Grau do Adjetivo	- Identificar a flexão do adjetivo de acordo com o gênero, número e grau - Aplicar a flexão de adjetivo “gênero” na vivência do aluno	- Flexão do Adjetivo: Gênero	- Data show; - Quadro; - Pincel atômico.	- Participação dos alunos durante a realização das atividades
Metodologia / Sequência didática: <ul style="list-style-type: none"> • Exposição de slides sobre a flexão de adjetivo • Utilização de textos e exercícios para auxiliar na explicação do conteúdo • Avaliação participativa dos alunos 				
Sumário: Flexão do adjetivo, utilização de textos e avaliação participativa				

 PLANO DE AULA Prática de Ensino Supervisionada				
Prof.ª) Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (ª)/Educador(a) Cooperante: Marly da Conceição Garcez Costa		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: Português	Data: 16.09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 50 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
Gênero, Número e Grau do Adjetivo	- Identificar a flexão do adjetivo de acordo com o número e grau	- Flexão do Adjetivo: Número e grau	- Data show; - Quadro; - Pincel atômico.	- Participação dos alunos durante a realização das atividades
Metodologia / Sequência didática:				
<ul style="list-style-type: none"> • Exposição de slides sobre a flexão de adjetivo • Utilização de textos e exercícios para auxiliar na explicação do conteúdo • Avaliação participativa dos alunos 				
Sumário: Flexão do adjetivo “número e grau”, utilização de textos e avaliação participativa				

Apêndice II – Planos de aula da Prática de Ensino supervisionada no 2º Ciclo do Ensino Básico - Geografia

 <p style="text-align: center;">PLANO DE AULA Prática de Ensino Supervisionada</p>				
Prof.^(a) Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (a)/Educador(a) Cooperante: Silvio José da Silva Sousa		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: Geografia	Data: 14.09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 50 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
Relevo continental	- Identificar as diferentes formas de relevo brasileiro a fim de que possam reconhecer suas características e suas influências nas paisagens que formam a região	- Formas de relevo continental	- Data show; - Quadro; - Pincel atômico;	- Participação dos alunos durante a realização das atividades
Metodologia / Sequência didática:				
<ul style="list-style-type: none"> • Exposição de slides sobre o conteúdo a ser ministrado • Avaliação participativa dos alunos 				
Sumário: Relevo continental brasileiro, avaliação participativa				



PLANO DE AULA
Prática de Ensino Supervisionada

Prof.^(a) Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (a)/Educador(a) Cooperante: Silvio José da Silva Sousa		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: Geografia	Data: 15.09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 50 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
Relevo continental	- Compreender a várias formas de superfície terrestre e a sua representação	- Formas de relevo continental	- Data show; - Quadro; - Pincel atômico;	- Participação dos alunos durante a realização das atividades
Metodologia / Sequência didática:				
<ul style="list-style-type: none"> • Apresentação de vídeo sobre o relevo continental • Atividade de fixação de aprendizagem • Avaliação participativa dos alunos 				
Sumário: Relevo continental brasileiro, apresentação de vídeo, atividade de fixação e avaliação participativa				

		PLANO DE AULA Prática de Ensino Supervisionada		
Prof.ª Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (a)/Educador(a) Cooperante: Silvio José da Silva Sousa		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: Geografia	Data: 18.09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 50 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
- Relevo continental	- Relacionar os tipos de relevo brasileiro com as modificações causadas pela ação humana	- Formas Relevo continental	- Cartolina - Maquete	-Observação das apresentações do trabalho de pesquisa
Metodologia / Sequência didática:				
<ul style="list-style-type: none"> • Pesquisa sobre a forma de relevo onde moramos • Produção de maquetes 				
Sumário: Relevo continental brasileiro, pesquisa e elaboração de maquetes				

Apêndice III – Planos de aula da Prática de Ensino supervisionada no 2º Ciclo do Ensino Básico – Ciências da Natureza

 PLANO DE AULA Prática de Ensino Supervisionada				
Prof.ª Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (ª)/Educador(a) Cooperante: Deuzenir da Silva Sampaio Barros		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: Ciências da Natureza	Data: 17.09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 50 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
O lixo	- Identificar as formas de destino e tratamento adequados do lixo	- O destino do lixo	- Data show - Textos; - Quadro; - Pincel atômico;	- Participação dos alunos durante a realização das atividades
Metodologia / Sequência didática:				
<ul style="list-style-type: none"> • Leitura em grupo do texto sobre os destinos do lixo “ a coleta e o destino do lixo” • Discussão do texto através da apresentação em equipes • Apresentação de vídeo • Avaliação participativa dos alunos 				
Sumário: O destino do lixo, apresentação de vídeo, discussão de texto, avaliação participativa				

 PLANO DE AULA Prática de Ensino Supervisionada				
Prof.^(a) Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (a)/Educador(a) Cooperante: Deuzenir da Silva Sampaio Barros		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: Ciências da Natureza	Data: 18.09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 50 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
O lixo	- Conscientizar os alunos da problemática do lixo	- Consciência e ação	-Fita adesiva - Cartolina; - Quadro; - Pincel atômico;	- Participação dos alunos durante a realização das atividades
Metodologia / Sequência didática:				
<ul style="list-style-type: none"> • Dividir as problemáticas do lixo • Apresentação das soluções por grupo • Avaliação participativa dos alunos 				
Sumário: Consciência e ação sobre o lixo, solução de problemáticas, avaliação participativa				

		PLANO DE AULA Prática de Ensino Supervisionada		
Prof.^(a) Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (a)/Educador(a) Cooperante: Deuzenir da Silva Sampaio Barros		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II Disciplina: Ciências da Natureza		Data: .09.15		
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 50 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
O Lixo	- Despertar o interesse dos alunos pela reciclagem	- Reciclagem	- Materiais recicláveis	- Participação dos alunos durante a realização das atividades
Metodologia / Sequência didática: <ul style="list-style-type: none"> • Apresentação de objetos reciclados • Manuseio e visualização dos materiais utilizados na confecção dos objetos • Confecção de novos materiais 				
Sumário: Reciclagem, apresentação de objetos reciclados, manuseio e confecção de materiais, avaliação participativa				

Apêndice IV – Planos de aula da Prática de Ensino supervisionada no 2º Ciclo do Ensino Básico – História

		PLANO DE AULA Prática de Ensino Supervisionada		
Prof.ª Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (ª)/Educador(a) Cooperante: Adriana Gama de Araújo		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: História	Data: 17.09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 50 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
- Fenícios: Um povo navegante	- Analisar a civilização Fenícia e suas características	- Civilização Fenícia (território, cidades-estados)	- Data show; - Quadro; - Pincel atômico.	- Participação dos alunos durante a realização das atividades
Metodologia / Sequência didática: <ul style="list-style-type: none"> • Exposição de slides sobre a civilização fenícia • Avaliação participativa dos alunos 				
Sumário: Civilização Fenícia, avaliação participativa.				

		PLANO DE AULA Prática de Ensino Supervisionada		
Prof.ª Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (ª)/Educador(a) Cooperante: Adriana Gama de Araújo		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: História	Data: 18.09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 50 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
- Fenícios: Um povo navegante	- Analisar a civilização Fenícia e suas características	- Civilização Fenícia (alfabeto e religião)	- Data show; - Quadro; - Pincel atômico;	- Participação dos alunos durante a realização das atividades
Metodologia / Sequência didática:				
<ul style="list-style-type: none"> • Exposição de slides sobre a civilização fenícia • Avaliação participativa dos alunos 				
Sumário: Civilização Fenícia, avaliação participativa				

		PLANO DE AULA Prática de Ensino Supervisionada		
Prof.ª Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (ª)/Educador(a) Cooperante: Adriana Gama de Araújo		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: História	Data: .09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 50 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
- Fenícios: Um povo navegante	- Reconhecer a aprendizagem através da aplicação de questionário	- Civilização Fenícia	- Questionário	- Sondagem de aprendizagem
Metodologia / Sequência didática: <ul style="list-style-type: none"> • Aplicação de questionário • Sondagem de aprendizagem 				
Sumário: Civilização Fenícia, sondagem de aprendizagem				

Apêndice V – Planos de aula da Prática de Ensino supervisionada no 2º Ciclo do Ensino Básico – Matemática

 PLANO DE AULA Prática de Ensino Supervisionada				
Prof.^(a) Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (a)/Educador(a) Cooperante: Paulo Sergio Campos		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: Matemática	Data: 17.09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 100 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
- Números naturais	- Resolver situações problemas com números naturais que envolvam as operações matemáticas	- Adição e subtração com números naturais	- Livro; - Quadro; - Pincel atômico;	- Participação dos alunos durante a realização das atividades
Metodologia / Sequência didática: <ul style="list-style-type: none"> • Explicação geral sobre os números naturais • Solução de situações problemas através de jogos (adição e subtração) • Avaliação participativa dos alunos 				
Sumário: Adição, subtração, solução de situações problemas, avaliação participativa				



PLANO DE AULA
Prática de Ensino Supervisionada

Prof.ª Orientador(a): Dulcina Almeida		Prof. (ª)/Educador(a) Cooperante: Paulo Sergio Campos		
Aluno(a): Adailson Raimundo Moreira Garcez		Local de Estágio: UEB Sá Valle		
Nível de Ensino: Fundamental II		Disciplina: Matemática	Data: 18.09.15	
Série: 6º Ano – 64		Tempo: 50 min		
Tema	Objetivos	Conteúdos	Recursos	Avaliação
- Números naturais	- Resolver situações problemas com números naturais que envolvam as operações matemáticas	- Multiplicação e divisão com números naturais	- Jogos; - Quadro; - Pincel atômico;	- Participação dos alunos durante a realização das atividades
Metodologia / Sequência didática:				
<ul style="list-style-type: none"> • Solução de situações problemas através de jogos (multiplicação e divisão) • Avaliação participativa dos alunos 				
Sumário: Multiplicação e divisão, solução de situações problemas, avaliação participativa				

Apêndice VI - Questionário sobre os Fenícios aplicado com os alunos na disciplina de História

QUESTIONÁRIO SOBRE OS FENÍCIOS

1 – Localize geograficamente a antiga civilização fenícia?

Resposta:

2 – Como era a área geográfica onde os fenícios habitavam?

Resposta:

3 – Qual era a atividade econômica dos fenícios?

Resposta:

4 – Por que os fenícios não adentraram no continente?

Resposta:

5 – Por que as cidades fenícias se desenvolveram de modo independente umas das outras? Quais eram as cidades portuárias?

Resposta:

6 – Quais as principais características das cidades-estados fenícias?

Resposta:

7 – O que produziam os fenícios?

Resposta:

9 – Os fenícios compravam o que na Mesopotâmia

Resposta:

10 – Por que os fenícios eram temidos pelos gregos?

Resposta:

11 – O que foi permitido através da navegação fenícia?

Resposta:

12 – O que os fenícios criaram em relação à escrita?

Resposta:

Apêndice VII – Texto “O retrato” de Cecília Meireles, aplicado com os alunos na disciplina de português

"Eu não tinha este rosto de hoje,
assim calmo, assim triste, assim magro,
nem estes olhos tão vazios,
nem o lábio amargo.

Eu não tinha estas mãos sem força,
tão paradas e frias e mortas;
eu não tinha este coração
que nem se mostra.

Eu não dei por esta mudança,
tão simples, tão certa, tão fácil:
- Em que espelho ficou perdida
a minha face?"

Cecília Meireles

Apêndice VIII – Situação Problema de Matemática e Questão Desafio

SITUAÇÃO PROBLEMA

1. O professor Paulo decidiu fazer uma eleição para aluno líder da escola Sá Valle havia dois candidatos: Antônio Carlos da turma 63 e João Pedro da turma 64. Na tabela abaixo estão computados os votos dos eleitores da escola.

Candidatos	1ª Zona Eleitoral	1ª Zona Eleitoral
Antônio Carlos - T 63	8546	4294
João Pedro T - 64	5480	7352
Votos em branco	258	1086

- Quantos foram os votos em branco?
 - Quem ganhou a eleição?
 - Qual foi o total de eleitores da 1ª zona?
 - Qual foi o total de eleitores do Sá Valle?
2. No último jogo do Brasileirão da série B, o Sampaio Corrêa ganhou do Ceará, de 1x0, no estádio Castelão, em São Luís. Pedro é um torcedor do tricolor e levou seu filho Júlio para assistir ao jogo. Foi com 180 reais e gastou 146 com condução, ingresso, alimentação, bandeira. Quanto sobrou?
3. O estádio do Castelão em São Luís, tem a capacidade de 40.000 torcedores. No jogo Sampaio e Moto Clube o público pagante foi de 37894 pessoas. Quanto faltou para completar a capacidade do estádio só com pagantes?
4. Na tabela abaixo resume o número de matrícula da UEB Sá Valle, então responda:

SÉRIE	MANHÃ		TARDE	
	Meninos	Meninas	Meninos	Meninas
6º ANO	109	132	165	110
7º ANO	82	116	94	61
8º ANO	71	84	53	29
9º ANO	55	62	25	14

- Quantos meninos e meninas estão no 6º ano?
- Quantas meninas estão matriculadas a tarde?
- Em que período há mais meninos matriculados? E quantos?
- Qual o total de alunos?

QUESTÃO DESAFIO

5. O professor Paulo de Matemática do Sá Valle dá 40 aulas por semana. Quantas aulas ele dá em cinco semanas?

6. O professor de Matemática zangado com os alunos por não estudarem, preparou uma lista com oito trabalho para a classe fazer, ele decidiu repartir pelos 32 alunos da classe, cada grupo vai fazer um dos trabalhos. Quantos alunos vão ficar em cada grupo?

Apêndice IX – Termo de consentimento

TERMO DE CONSENTIMENTO

Termo de consentimento livre e esclarecido sobre o estudo comparativo de índice de massa corpórea e da atividade física entre crianças do sexo masculino e feminino em uma escola pública municipal de São Luís/MA

Você está sendo convidado (a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O documento abaixo contém todas as informações imprescindíveis sobre a pesquisa que está sendo efetivada. Sua colaboração neste estudo será de muita relevância, à medida que serão adquiridas as informações suficientes para o alcance dos resultados.

Eu, _____, residente e domiciliado na _____, portador da Cédula de identidade, RG _____, e inscrito no CPF _____ nascido (a) em ____ / ____ / _____, venho solicitar a autorização para desenvolver a pesquisa de campo, no intuito de respaldar o Relatório de Estágio da Prática de Ensino Supervisionada.

Estou ciente de que:

- I) A presente pesquisa tem como objetivo comparar o índice de massa corpórea e a atividade física com crianças de ambos os sexos com idade entre onze a treze anos;
- II) Após aceitação do termo de consentimento livre e esclarecido para o cálculo do índice de massa corpórea será aplicado à criança um questionário com perguntas sobre a prática de atividade física habitual e hábitos alimentares;
- III) A pesquisa terá como benefício avaliar a prevalência de excesso de peso nos alunos como forma de auxiliar no desenvolvimento de medidas de prevenção da obesidade. Além disso, como toda pesquisa este estudo virá a acrescentar mais conhecimentos a respeito deste assunto para a sociedade científica;
- IV) Os resultados obtidos durante este ensaio serão mantidos em sigilo; concordo que os resultados sejam divulgados em publicações científicas, desde que dados pessoais não sejam mencionados;
- V) Caso eu desejar, poderei pessoalmente tomar conhecimento dos resultados parciais e finais desta pesquisa.

Responsável

Apêndice X – Questionário de atividade física habitual e hábitos alimentares

QUESTIONÁRIO

Nome: _____ Data: ____/____/2016

Sexo: M () F () Idade: _____ anos Série: _____

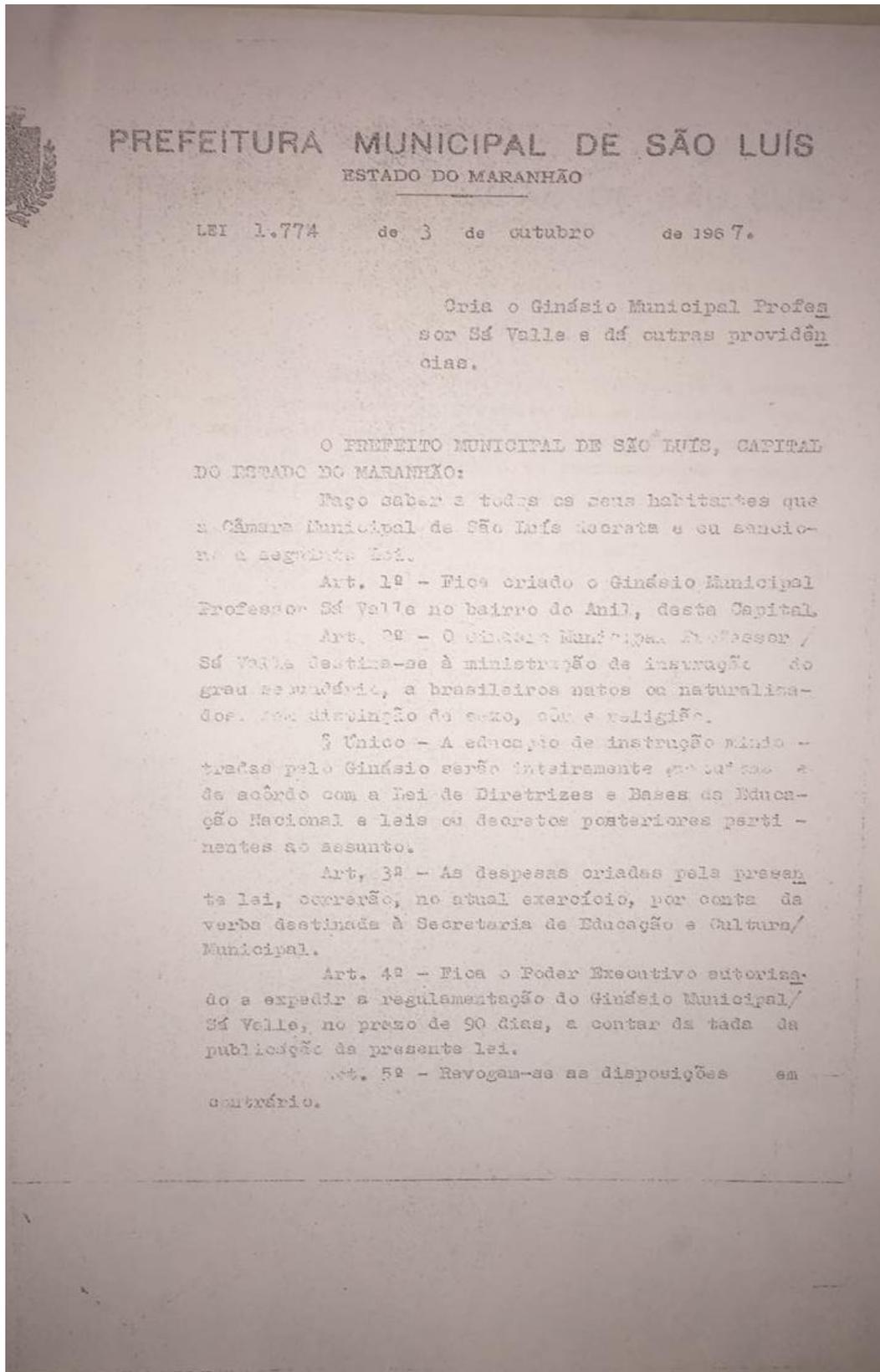
1. Qual a forma de deslocamento para a escola:
() Andando () Bicicleta () Carro () Outros transportes
2. Qual o tempo gasto com o deslocamento para a escola?
_____ minutos por dia
3. Com que frequência participa da aula de Educação Física
() 1 vez por semana () 2 vezes por semana () 3 vezes por semana
() Não participa da aula
4. Pratica outras atividades físicas fora da escola?
() Sempre () Algumas vezes () Nunca
5. Que atividade física pratica?
() Correr () Caminhar () Bicicleta () Natação () Outras
6. Quantas refeições faz por dia?
() 3 refeições () 4 refeições () 5 refeições () 6 refeições
7. Apesar da escola fornecer alimentação, com que frequência você leva lanche de casa?
() Todos os dias () 1 - 2 vezes na semana () 3 - 4 vezes na semana () Nunca
8. Com que frequência costuma comer frutas e verduras?
() Todos os dias () 1 - 2 vezes na semana () 3 - 4 vezes na semana () Nunca
9. Com que frequência costuma tomar refrigerante?
() Todos os dias () 1- 3 vezes na semana () 4 a 6 vezes na semana () Nunca

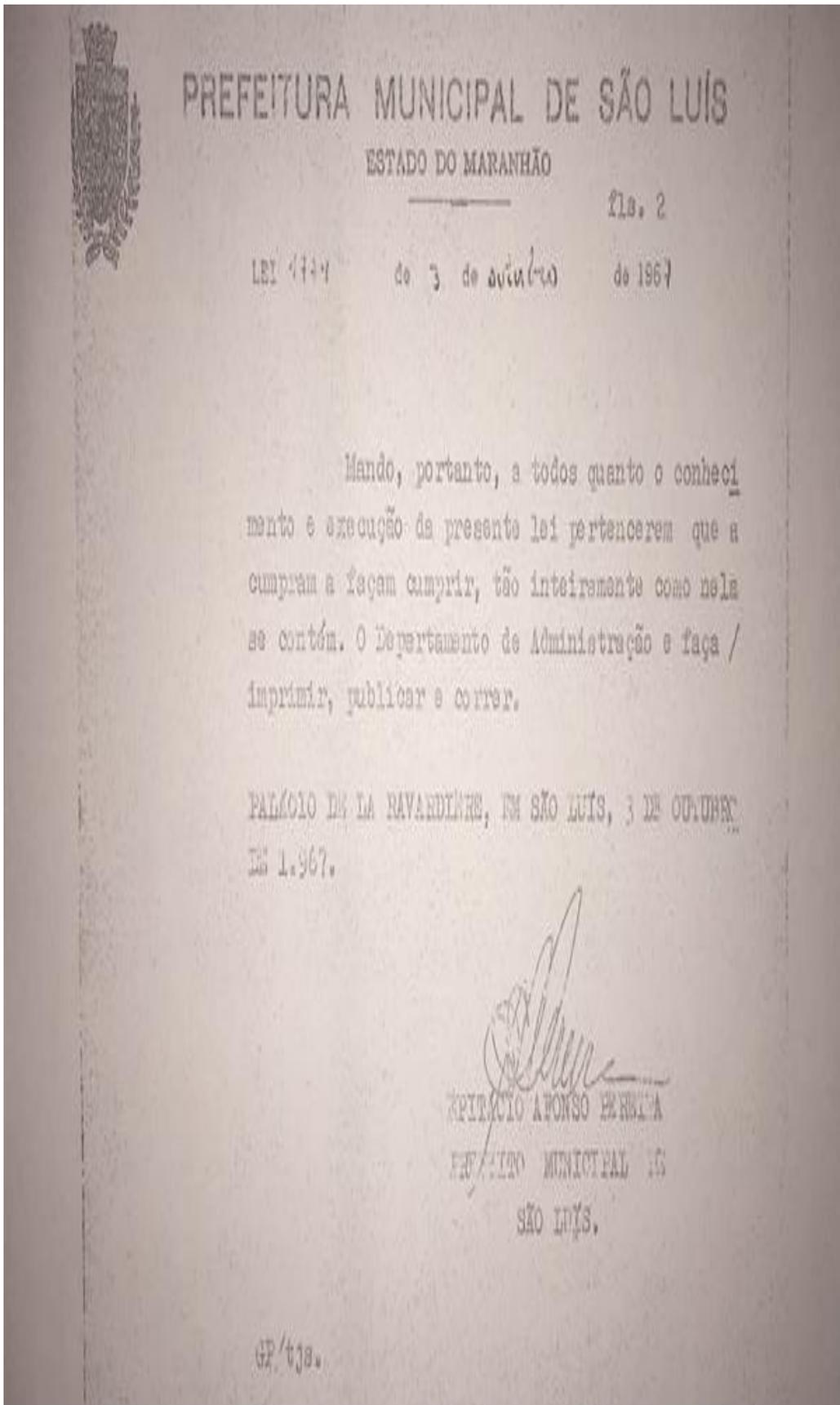
Apêndice XI – Protocolo de Avaliação

Protocolo de Avaliação	
Nome: _____	Idade: ____ anos
Sexo: M () F ()	Série: _____
Data da Avaliação: ____/____/2016	
Peso: ____ kg	Estatura: ____, ____ m
Cálculo:	
Peso (Kg)	
IMC = _____ = _____	
Estatura (m) x Estatura (m)	

ANEXO

Anexo 1 – Lei 1774/67 – Criação da UEB Sá Valle





Anexo 2 – Resolução CONFEF nº 046



RESOLUÇÃO CONFEF nº 046/2002

Dispõe sobre a Intervenção do Profissional de Educação Física e respectivas competências e define os seus campos de atuação profissional.

O PRESIDENTE DO CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA, no uso de suas atribuições estatutárias, conforme dispõe o inciso VII, do art. 40 e:

CONSIDERANDO a necessidade de definir as atividades próprias dos Profissionais de Educação Física, constante da Lei nº 9696/98;

CONSIDERANDO a conjuntura do mercado de trabalho dos Profissionais de Educação Física decorrente da pluralidade de competências próprias desses profissionais;

CONSIDERANDO que o exercício das atividades de Educação Física é prerrogativa dos Profissionais de Educação Física;

CONSIDERANDO a importância do Documento de Intervenção Profissional como mais um instrumento norteador das ações de fiscalização e organização do exercício da profissão;

CONSIDERANDO a contribuição do Documento de Intervenção Profissional, como um dos instrumentos orientadores para a elaboração das propostas curriculares dos Cursos de Formação na área da Educação Física;

CONSIDERANDO a Carta Brasileira de Educação Física; O Manifesto da Federação Internacional de Educação Física - FIEP 2000; a Agenda de Berlim (1999); a Declaração de Punta Del Este constituída na III Conferência Internacional de Ministros e Altos Funcionários Responsáveis pela Educação Física e o Esporte (III MINEPS UNESCO Punta Del Este 1999);

CONSIDERANDO as análises e propostas apresentadas pela Comissão Especial de Estudo das Intervenções Profissionais em Educação Física, do Conselho Federal de Educação Física - CONFEF;

CONSIDERANDO o deliberado na Reunião Plenária de 16 de dezembro de 2001;

RESOLVE:

Art. 1º - O Profissional de Educação Física é especialista em atividades físicas, nas suas diversas manifestações - ginásticas, exercícios físicos, desportos, jogos, lutas, capoeira, artes marciais, danças, atividades rítmicas, expressivas e acrobáticas, musculação, lazer, recreação, reabilitação, ergonomia, relaxamento corporal, ioga, exercícios compensatórios à atividade laboral e do cotidiano e outras práticas corporais -, tendo

como propósito prestar serviços que favoreçam o desenvolvimento da educação e da saúde, contribuindo para a capacitação e/ou restabelecimento de níveis adequados de desempenho e condicionamento físico corporal dos seus beneficiários, visando à consecução do bem-estar e da qualidade de vida, da consciência, da expressão e estética do movimento, da prevenção de doenças, de acidentes, de problemas posturais, da compensação de distúrbios funcionais, contribuindo ainda, para consecução da autonomia, da auto-estima, da cooperação, da solidariedade, da integração, da cidadania, das relações sociais e a preservação do meio ambiente, observados os preceitos de responsabilidade, segurança, qualidade técnica e ética no atendimento individual e coletivo.

Art. 2º - Fica aprovado o Documento de Intervenção Profissional que acompanha esta Resolução.

Art. 3º - Esta Resolução entra em vigor nesta data.

Jorge Steinhilber

Presidente

CREF 000002-G/RJ