

A importância da educação física no ensino fundamental, na perspectiva da promoção da saúde.

Resumo: O objetivo deste estudo foi analisar a importância da Educação Física no ensino fundamental, na perspectiva da promoção da saúde. Caracteriza-se como uma revisão de literatura efetuada nas bases de dados LILACS e SciELO, utilizando os descritores Educação Física, ensino fundamental e promoção da saúde. No geral, os resultados apontaram no sentido de que os escolares, especialmente as meninas, têm níveis insuficientes de atividade física para conseguirem benefícios a sua saúde. Assim, a Educação Física assume um papel fulcral, tanto na conscientização das crianças e jovens acerca da importância da atividade física para a sua qualidade de vida, como na promoção de programas de atividade física, no sentido do reforço desse comportamento positivo à saúde de todos.

Palavras-chave: Educação física; Ensino fundamental; Promoção da saúde

1. INTRODUÇÃO

A Educação Física no ensino fundamental, objetivando a promoção da saúde, tem um enfoque em tendências renovadoras da disciplina, proporcionando ao discente uma prática efetiva na sua melhora e manutenção da saúde. Os estudos epidemiológicos e experimentais têm evidenciado uma relação positiva entre a atividade física e a diminuição da mortalidade na população. Tal atividade é um fator que evita os riscos de enfermidades cardiovasculares, tem efeito positivo no perfil dos lipídeos plasmáticos, na manutenção da densidade óssea, na redução das dores lombares e oferece melhores perspectivas no controle de enfermidades respiratórias crônicas. Portanto, 'ser ativo' parece ser tão importante para a saúde quanto manter uma alimentação equilibrada, não fumar e não usar álcool e outras drogas (BRASIL, 2001).

De acordo com Bigras e Costa (2007), no tocante à qualidade de vida de crianças e adolescentes, proteção e promoção representam desafios, cuja amplitude e complexidade ultrapassam aqueles que as agências de saúde pública estabelecem como sendo solução. Isto é importante, do ponto de vista social, por entendermos que essa população é mais vulnerável, sendo constituída por indivíduos imaturos, que não têm condições de enfrentarem sozinhos as exigências do ambiente em que habitam.

Sendo o público de crianças e jovens, os sujeitos do estudo, sabemos que os mesmos estão enquadrados no ambiente escolar, logo, aulas de Educação Física podem dar uma importante contribuição, mediante o conhecimento de estratégias associadas à prática da atividade física e que estão ligadas à melhoria e à manutenção das condições de saúde e do bem-estar físico e social dos indivíduos, preparando-os para um futuro responsável de cidadãos atuantes na sociedade (DARIDO, 2004).

Assim, o presente estudo pretende analisar a importância da Educação Física no ensino fundamental, na perspectiva da promoção da saúde dos escolares, trazendo uma revisão da literatura nacional.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

O estudo caracteriza-se como uma revisão de literatura, tipo de pesquisa que utiliza como fontes de dados a literatura sobre um determinado tema (THIOLLENT, 1992). Seu desenvolvimento teve como ponto de partida a pergunta: "Qual a importância da Educação Física no ensino fundamental, na perspectiva da promoção da saúde?" A revisão da literatura

foi efetuada utilizando as bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO), por apresentarem produções científicas vinculadas à área das ciências da saúde em geral. De modo a delimitar a pesquisa, restringindo-se à questão em foco, foram digitados nos campos da busca avançada, de forma combinada através do operador booleano AND, os seguintes descritores em ciências da saúde (DeCS): "educação física", "promoção da saúde", "ensino fundamental".

A pesquisa incluiu apenas estudos originais de base empírica, disponíveis na íntegra, com estrutura padrão, detalhes metodológicos aprofundados e avaliação por pares, em língua portuguesa e inglesa, realizados no Brasil, entre os anos de 2001 e 2016, caracterizando uma revisão dos artigos relacionados com o tema publicados no país com a chegada do novo século até os dias atuais (a preocupação com a promoção da saúde no século XXI inspirou o tema da 4ª Conferência Internacional sobre a Promoção da Saúde em Jakarta, 1997). Foram excluídos da pesquisa monografias, dissertações de mestrado, teses de doutorado, artigos de revisão, comentários, ensaios ou resenhas, bem como estudos realizados no estrangeiro, em outros idiomas (espanhol, francês), envolvendo outros níveis de ensino da educação básica (educação infantil, ensino médio).

A busca nas referidas bases de dados, realizada pelos dois pesquisadores em simultâneo, acusou inicialmente 2.942 artigos, dos quais, a partir da leitura criteriosa, primeiro de seus títulos, em seguida, dos resumos, por último, do texto completo, foram selecionados para a análise final os estudos que se enquadraram nos critérios estabelecidos. Do processo de análise resultaram dois quadros: a primeira apresenta as cidades, os objetivos propostos, os instrumentos utilizados e a descrição dos sujeitos de cada um dos estudos; e a segunda, onde se encontram a metodologia utilizada, assim como os principais resultados encontrados nesses mesmos estudos. Os quadros integram o tópico dos resultados e discussão a seguir, embasados em métodos de análise propostos por Betti (1991).

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para uma melhor visualização dos resultados da revisão, bem como para facilitar a discussão desses resultados, foram elaborados os quadros a seguir que apresentam uma síntese dos estudos analisados, destacando as cidades onde foram concretizados, objetivos propostos, instrumentos utilizados, descrição dos sujeitos (Quadro 1), bem como a metodologia utilizada e os principais resultados encontrados (Quadro 2).

Quadro 1 - Objetivos, instrumentos e sujeitos dos estudos selecionados.

AUTORIA	CIDADE	OBJETIVOS	INSTRUMENTOS	SUJEITOS
Hallal et al. (2010)	Cidade não identificada	Descrever a prática de atividade física em adolescentes.	Questionário.	Escolares do 9º ano do ensino fundamental.
Guedes e Guedes (2001)	Londrina	Analisar a intensidade, a duração e a frequência dos Esforços físicos.	Monitoração da frequência cardíaca e observação direta.	288 escolares, 144 de cada sexo.
Nunes et al. (2014)	Uruguaiana	Identificar o perfil físico, bem como os níveis de ansiedade, motivação e atenção.	Avaliações antropométricas, escalas e testes psicológicos.	22 estudantes do sexo masculino, compreendendo uma faixa-etária de 10 à 12 anos de idade, com baixo

				rendimento escolar
Spohr et al. (2012)	Santa Maria	Verificar o nível de atividade física e a sua correlação com comportamentos Sedentários.	Questionários.	273 crianças (131 meninos e 142 meninas) com idade média de 6,33 anos de 12 escolas (5 estaduais, 4 municipais e 3 particulares).
Cavalcanti et al. (2012)	Brasília	Verificar efeitos de uma intervenção, para a promoção do estilo de vida saudável, em relação aos hábitos alimentares em escolares da rede pública de ensino.	Avaliações antropométricas e questionário.	461 escolares de 7 a 11 anos de idade em duas escolas. Sendo 232 da escola controle e 229 da escola experimental.
Ferreira, Jardim e Peixoto (2013)	Goiânia	Avaliar programa de promoção de atividade física e de escolhas alimentares entre adolescentes.	Questionário.	911 adolescentes de 13 a 18 anos de idade, de escolas públicas de Goiânia, GO, em 2010.
Kremer, Reichert e Hallal (2012)	Pelotas	Avaliar a intensidade e a duração dos esforços físicos em aulas de Educação Física no ensino fundamental e médio.	Observação, questionário, avaliações antropométricas e acelerometria.	272 estudantes (avaliados três vezes cada um).
Andreasi et al. (2010).	Botucatu	Analisar a associação da aptidão física relacionada à saúde com os indicadores demográficos e antropométricos.	Avaliações antropométricas e de aptidão física.	988 escolares do ensino fundamental, do 2º ao 9º ano (faixa etária de 7 a 15 anos).
Ribeiro e Florindo (2010)	São Paulo	Descrever a metodologia e as características iniciais dos adolescentes participantes de uma intervenção promotora de atividade física.	Questionário.	69 adolescentes de 12 a 14 anos.

Fonte: Quadro elaborado pelos autores (2017).

É notável nos estudos mencionados, que os objetivos relacionam-se no ponto de vista de investigação de níveis de aptidão e características fisiológicas mensuráveis na atividade física, sendo as amostras constituídas de escolares, através de instrumentos como questionários e monitoramento de qualidades físicas e seus comportamentos.

Quadro 2 - Metodologia e resultados dos estudos selecionados.

AUTORIA	METODOLOGIA	RESULTADOS
Hallal et al. (2010)	Pesquisa quantitativa, descritiva com delineamento transversal.	Baixa prevalência de jovens ativos, e elevada prevalência de comportamento sedentário, especialmente em relação às meninas.

Guedes e Guedes (2001)	Pesquisa quantitativa, descritiva com delineamento transversal.	Nível de intensidade e a duração dos esforços físicos administrados aos escolares foram menores que o limite mínimo necessário para que possam ocorrer benefícios à saúde.
Nunes et al. (2014)	Pesquisa quantitativa, descritiva com delineamento transversal.	Alunos apresentaram um risco para sobrepeso corporal, um alto nível de insatisfação com a imagem corporal, uma baixa motivação e um grande déficit nos níveis de atenção.
Spoehr et al. (2012)	Pesquisa quantitativa, descritiva com delineamento transversal.	Baixo nível de atividade física e não houve diferença significativa entre as redes de ensino.
Cavalcanti et al. (2012)	Pesquisa quantitativa, experimental com delineamento longitudinal.	Propostas e programas, com maior alcance e que contemplem toda a comunidade no ambiente escolar e familiar.
Ferreira, Jardim e Peixoto (2013)	Pesquisa quantitativa, descritiva com delineamento transversal.	A maioria dos adolescentes foi identificada como inativa ou insuficientemente ativa, sem diferenças significativas entre os grupos de intervenção e controle, com maior prevalência nas meninas. Pouco mais da metade dos adolescentes consumiam alimentos protetores da saúde em cinco ou mais dias da semana.
Kremer, Reichert e Hallal (2012)	Pesquisa quantitativa, descritiva com delineamento transversal.	Estudantes que se envolvem em atividade física fora das aulas tiveram maior participação em atividades físicas moderadas e vigorosas nas aulas de Educação Física.
Andreasi et al. (2010)	Pesquisa quantitativa, descritiva com delineamento transversal.	O sexo feminino mostrou-se mais propenso à inaptidão de força/resistência abdominal, enquanto que a obesidade e a hiperadiposidade abdominal predis põem os escolares à inaptidão de força/resistência abdominal e resistência aeróbica.
Ribeiro e Florindo (2010)	Pesquisa quantitativa, experimental com delineamento longitudinal.	Resultados positivos apresentados reforçam a hipótese de que a escola é o local ideal para promover atividade física e saúde em adolescentes.

Fonte: Quadro elaborado pelos autores (2017).

Observamos os métodos e os resultados do estudo, respectivamente, como grande maioria estudos de abordagem qualitativa, seguidos de estudos experimentais e longitudinais. Já os resultados, consideramos como tangíveis a perspectiva da promoção da qualidade de vida, expressados através da realidade que jovens inseridos no ensino fundamental estão cada vez menos ativos, em especial as meninas, segundo Hallal et al (2010) e Andreasi et al(2010), sendo elas as que se encontram com os maiores riscos de doenças relacionadas ao sobrepeso. Sendo os valores de aptidão física mensurados qualificados como abaixo do mínimo para a manutenção da saúde. Entretanto, os alunos do ensino fundamental que realizam alguma atividade física fora das dependências da escola, são os que tem uma busca por prática de atividades de intensidade moderada nas aulas de Educação Física, sendo a escola considerada como um local ideal para a pratica de atividades que contemplem a melhora da qualidade de vida.

Os baixos níveis de atividade física em crianças e adolescentes têm merecido atenção, já que a prática de atividades físicas nesta faixa etária é um importante preditor do comportamento ativo na idade adulta (SPOHR et al., 2012).

Neste sentido, o controle e o acompanhamento dos níveis de prática da atividade física em populações jovens tornam-se de fundamental interesse à área da saúde pública, não apenas por estarem associados ao aparecimento e ao desenvolvimento de fatores de risco que podem

predispor a uma maior incidência de distúrbios metabólicos e funcionais (BLAIR et al., 1989), mas também, em função de sua possível influência na participação futura do adulto em programas regulares de exercícios físicos. Assim, o aluno do ensino fundamental que não tem uma prática assídua de exercícios e motivação para a mesma, tendem a tornarem-se adultos sedentários.

Ao observar os quadros 1 e 2, percebe-se que, exceto o estudo de HALLAL et al. (2010) envolvendo adolescentes de diferentes regiões do Brasil, as pesquisas realizadas incidiram no sul do país. De uma forma geral, esses estudos tinham como objetivo analisar os níveis de atividade física dos escolares. Participaram das pesquisas estudantes do ensino fundamental das redes privada e pública, meninas e meninos entre 7 e 18 anos de idade. Em relação à metodologia e aos instrumentos utilizados, percebeu-se a predominância da abordagem quantitativa, temporalidade transversal, bem como a utilização de questionários.

Guedes e Guedes (2001), através do monitoramento da frequência cardíaca de 288 estudantes, 144 de cada sexo, utilizando um sistema de telemetria portátil para desenvolver uma análise quanto à intensidade, duração e frequência dos esforços físicos, chegaram ao seguinte resultado: os níveis de intensidade e duração dos esforços físicos administrados aos escolares foram menores que o limite necessário para que possam ocorrer benefícios à saúde. Um resultado preocupante na medida em que a prática de atividade física na adolescência está relacionada com benefícios à saúde tanto a curto como a longo prazo, seja através dos efeitos diretos, seja em função dos efeitos indiretos ligados a uma maior probabilidade de prática de atividade física na vida adulta (HALLAL et al., 2010).

Antes dos anos 1940 se tinha a concepção da tendência higienista, situada temporalmente entre as décadas finais dos anos 1800 e seguindo até 1930, onde o ideal de saúde era pautado pela medicina e pela eugenia. Possuía como característica a utilização da ginástica calistênica, os professores eram da área médica, não havia interação entre alunos e professor, os mais fracos e doentes eram excluídos das aulas e não havia nenhuma interação com as questões pedagógicas da escola (SOARES, 1994).

Nos anos de 1940 no Brasil, com o fim do período ditatorial instaurado na década anterior, começa a ampliar-se a discussão de uma nova concepção do processo saúde e doença numa época em que tinha lugar o sanitarismo desenvolvimentista, o qual coexistia com um movimento político populista e que permitiu a criação de novas propostas de trabalho em saúde, uma vez que esse caráter higienista e de busca pela saúde e logo em seguida pelo esporte teve sua queda e assim, a Educação Física passou a ser compreendida nos seus valores de aptidão física e historicidade a partir da década de 1980 (MELLO, 1987).

Segundo Darido e Rangel (2005) esta concepção possuía como preocupação principal os hábitos de higiene e saúde, valorizando tanto o desenvolvimento físico quanto o moral, a partir do exercício.

Ao discutir sobre a Educação Sanitária, que começou junto com a tendência higienista, Rocha (2003) argumenta que esta foi concebida em um cenário que privilegiava um conjunto de práticas voltadas para o disciplinamento da infância.

Ao longo dos anos, a Educação Física aparece relacionada à idéia de saúde. Para Ghiraldelli (1992), a Educação Física, é encarada como atividade capaz de assegurar a aquisição e a manutenção do status de saúde individual. É necessária uma crítica ao pensamento predominante na área, que se baseia na relação causal atividade física-saúde, para tanto revisitamos a história da Educação Física enquanto disciplina escolar. Uma das maiores críticas sobre as abordagens pedagógicas são que o professor não as usa no seu dia-dia de trabalho. A partir da década de 1990, ocorre a existência de uma abordagem da Educação Física Escolar voltada para as questões da saúde, não apenas repetindo os conceitos da tendência Higienista, mas ampliando essa discussão, para tendências que visam além da aptidão física (DARIDO, 2003).

Logo, nessa época sugere-se a superação de tendências tradicionais e a tendência voltada para Promoção da Saúde surge como uma marco que faz com que a Educação Física amplie-se além da aptidão física e partindo para o contexto de discussão histórica e superadora.

Cursos de graduação em Educação Física formam profissionais especializados na análise, estudos e execução das atividades físicas objetivando o desenvolvimento da educação e da saúde das pessoas. Assim, as diferentes atribuições desse profissional, tem por objetivo promover o bem-estar e a qualidade de vida, contribuindo para a melhoria dos aspectos físicos, da auto-estima e da integração dos indivíduos no ambiente e na comunidade onde vivem (SPOHR et al, 2008).

Diante dessa discussão, a Organização Mundial da Saúde (OMS) sugere que os programas de exercícios físicos deveriam contemplar o aspecto lúdico, agradável, de forma que tais atividades se tornem mais atraentes, levando à formação desses hábitos saudáveis para toda a vida. Portanto, a escola é sem dúvida o principal (e talvez o mais acessível) veículo de formação para as crianças e adolescentes, e deve cumprir seu papel de educar para esses fins, podendo ajudar as famílias, tendo em vista que elas não possuem as informações necessárias sobre esses aspectos.

Com o surgimento da Lei 9394/96, intitulada de Leis de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDBEN), a Educação Física passou a ser componente curricular obrigatório da educação básica (BRASIL, 1996). Associando vários conhecimentos que oriundos dos meios sociais, em relação à cultura corporal de movimento. Sendo conhecimentos considerados muito importantes para a cultura do movimento do lazer, e também para expressar os sentimentos, as emoções, recuperar e manter a saúde do indivíduo (BRASIL, 1997).

A escola se apresenta como um espaço privilegiado para que se direcione a educação para saúde, sendo a Educação Física o fio condutor desse processo pedagógico, já que as aulas de Educação Física são diferentes do simples ato de brincar no quintal de casa porque elas têm caráter instrutivo. Dessa forma, o ideal seria que as crianças tivessem mais do que apenas uma ou duas aulas de Educação Física na escola por semana (MIRANDA, 2006).

Deste modo, o professor deve contextualizar as atividades à realidade de seus alunos, no sentido de torná-los críticos frente às suas condições de vida, analisando as principais dificuldades do aluno, suas necessidades e desempenho. Logo, a realização de esforços físicos adequados na infância e na adolescência promove benefícios imediatos, e as experiências positivas associadas à prática de atividades físicas se caracterizam como importantes atributos no desenvolvimento de habilidades, atitudes e hábitos que podem auxiliar futuramente na adoção de um estilo de vida ativo na idade adulta (GUEDES; GUEDES 1997). Por meio da Educação Física a criança recebe, além de benefícios físicos, apoio na sua formação social cidadã.

Segundo Betti e Zuliani (2002), a Educação Física escolar é uma disciplina que oferece a oportunidade de integrar os alunos a diversas culturas do movimento corporal, formando um cidadão mais preparado para viver na sociedade e um cidadão que sabe valorizar o esporte e as danças, entre outras atividades físicas, em benefício da saúde e da qualidade de vida.

Nessas circunstâncias, emerge a importância da Educação Física escolar, não somente no combate ao sedentarismo, mas naquelas aulas ministradas principalmente no nível de ensino fundamental, melhorando o comportamento dos alunos em vários aspectos sociais, como responsabilidade, no relacionamento com os pais, autoconfiança, assiduidade às aulas e diminuição do uso de drogas (SOUZA, 2008).

Hallal et al. (2010), na sua pesquisa com estudantes do nono ano do ensino fundamental, utilizando questionário, encontraram uma baixa prevalência de jovens ativos e elevada prevalência de comportamento sedentário, especialmente em relação às meninas.

O estudo de Cavalcanti et al. (2011), utilizando medidas antropométricas e um questionário modificado sobre o estilo de vida de estudantes entre os 7 e os 11 anos, com o objetivo de verificar os efeitos de uma intervenção para a promoção de um estilo de vida saudável em relação aos hábitos alimentares, concluiu que as propostas e programas devem ter maior alcance contemplando toda a comunidade no ambiente escolar e familiar.

Ferreira, Jardim e Peixoto (2013) avaliaram um programa de promoção de atividade física e escolhas alimentares no ano de 2010, com 911 estudantes de 13 a 18 anos de idade de escolas públicas de Goiânia. Os estudantes foram divididos em dois grupos: o da intervenção, com estudantes das escolas participantes do projeto vida saudável; e o grupo controle. Foram considerados como atividade física: deslocamento, aulas de Educação Física na escola, atividade física fora da escola e no lazer. Os estudantes tidos como ativos eram os que acumulassem 300 ou mais minutos de atividade física por semana.

Quanto às escolhas alimentares, foi classificado como adequado o consumo de alimentos protetores em cinco ou mais dias da semana. O estudo concluiu que a maioria dos adolescentes foi identificada como inativa ou insuficientemente ativa, sem diferenças significativas entre os grupos de intervenção (65,7%) e controle (65,2%), com prevalência maior entre o sexo feminino. Pouco mais da metade dos adolescentes consumiam alimentos protetores da saúde em cinco ou mais dias da semana, sendo 56,6% e 50,4%, respectivamente, nos grupos de intervenção e controle ($p = 0,373$).

No estudo realizado por Nunes et al. (2014), os estudantes dos anos iniciais com baixo rendimento escolar, apresentaram um risco para sobrepeso corporal, um alto nível de insatisfação com a imagem corporal, uma baixa motivação e um grande déficit nos níveis de atenção. Com estes resultados os autores reforçaram a relevância da atuação de profissionais da saúde na escola, especialmente do professor de Educação Física, a fim de influenciar positivamente sobre questões físicas e psicossociais na vida da criança, minimizando os problemas relacionados com a aprendizagem.

Ribeiro e Florindo (2010) analisaram a metodologia utilizada num estudo de intervenção para promover atividades físicas e saúde, envolvendo 69 estudantes do 8º ano do ensino fundamental, entre os 12 e os 14 anos. Participaram do estudo três escolas públicas, onde os alunos estavam matriculados. Duas delas compuseram os grupos de intervenção (grupo 1 - educação em atividade física e saúde; grupo 2 - esportes/exercício físico), a outra, o grupo controle. A intervenção do grupo 1 foi planejada para afetar os padrões de atividade física e os hábitos alimentares adotados na adolescência.

As estratégias utilizadas com este grupo incluíram discussões, debates, dinâmicas de grupo e sessões de atividades físicas. A intervenção do grupo 2 incluiu o desenvolvimento dos fundamentos de quatro modalidades esportivas e a participação em jogos pré-desportivos para elevar o nível de atividade física dos participantes. A atividade física dos adolescentes foi avaliada através de um questionário coletando informações sobre o nível de atividade física semanal e anual.

Os autores verificaram que apesar das poucas sessões, o programa proposto para o grupo 1 foi bem aceito pelos adolescentes, assim como não foram identificados problemas no desenvolvimento da intervenção do grupo 2, o que reforça a hipótese de que a escola é o local ideal para promover atividade física. Esses resultados vão ao encontro das conclusões de Malta *et al* (2009), que reforçam o sucesso de programas de atividade física na escola na redução do sedentarismo.

Kremer, Reichert e Hallal (2012) observaram 272 estudantes e avaliaram três vezes cada, a intensidade e a duração dos seus esforços físicos em aulas de Educação Física e

concluíram que estudantes que se envolvem em atividade física fora das aulas têm uma maior participação em atividades físicas moderadas e vigorosas nas aulas de Educação Física.

4. CONCLUSÃO

Os estudos analisados revelaram uma baixa prevalência de crianças e jovens ativos, e elevada prevalência de comportamento sedentário nos escolares do ensino fundamental. Além do sedentarismo, nesta revisão, surgiram outros fatores como o risco aumentado para o sobrepeso corporal, predisposição à inaptidão física, baixa prevalência de hábitos alimentares protetores da saúde e também alguns transtornos de ordem psicossocial.

Por isso, é de se reforçar o trabalho de conscientização junto às crianças e adolescentes no ambiente oportuno, que é a escola, acerca da importância da atividade física na sua saúde, bem como a criação de programas de atividade física para além das aulas de Educação Física dentro da escola, com o objetivo de promover uma maior frequência de atividade física na vida dos escolares do ensino fundamental. Nesse sentido, o professor de Educação Física tem um importante papel a desempenhar, especialmente no ensino fundamental, para que essas crianças e adolescentes possam atingir e manter, dentro e fora da escola, níveis regulares de atividade física com a entrada no ensino médio e levar esse hábito para além da sua formação escolar para viverem uma vida com mais qualidade.

Esta revisão evidenciou a realização de pesquisas envolvendo o tema em questão predominantemente no sul do Brasil, levando a sugerir que sejam efetuados estudos para que se possa conhecer e intervir na realidade de outras regiões do país. Entretanto, o estudo conseguiu atingir seu objetivo proposto, e, além do mais, expressar a realidade que a Educação Física no ensino fundamental se encontra, evidenciando a necessidade de uma motivação que gere a promoção da saúde dos discentes.

REFERÊNCIAS

ANDREASI, Viviane et al. **Aptidão física associada às medidas antropométricas de escolares do ensino fundamental**. Rio de Janeiro. 2010.

BETTI, Mauro. **Educação física e sociedade**. São Paulo, Movimento, 1991.

BETTI, Mauro; ZULIANI, Luiz Roberto. Educação Física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte** - Ano 1, Número 1, p. 75 2002.

BLAIR, Steven N. et al. Exercise and fitness in childhood: implications for a lifetime of health. In: Gisolfi, C.V.; Lamb, D.R. **Perspectives in exercise science and sports medicine Youth, exercise and sport**. Indianapolis, Benchmark, v.2, p.401-30.1989.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Brasília: MEC/SEF, 1997.

CAVALCANTI, Leonardo Almeida et al. Efeitos de uma intervenção em escolares do ensino fundamental I, para a promoção de hábitos alimentares saudáveis. **R. bras. Ci. e Mov**; v5, n2, p13- 20, jul, 2012.

COSTA, Com, BIGRAS, M. Mecanismos pessoais e coletivos de proteção e promoção da qualidade de vida a infância e adolescência. **Ciênc Saúde Coletiva** 2007 out; 12(5):1101-9.

DARIDO, Suraya Cristina. **Educação Física na escola: questões e reflexões**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição; A. **Educação física na escola**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

DARIDO, Suraya Cristina. **Educação Física De 1a. A 4a. Série: Quadro atual e as implicações para a formação profissional em Educação Física**. São Paulo: UNESP/Rio Claro. 2004.

DUMITH, Samuel de Carvalho; SILVEIRA, Raquel Moreira. Promoção da saúde no contexto da educação física escolar: uma reflexão crítica física escolar: uma reflexão crítica. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. V. 9, n. 1, p. 03-14, 2010.

OLIVEIRA FERREIRA, Jovino; BRANDÃO VEIGA JARDIM, Paulo César; GONDIM PEIXOTO, Maria do Rosário. Avaliação de projeto de promoção da saúde para adolescentes. **Revista Saúde Pública**, vol. 47, núm. 2, pp. 257-265, abril, 2013.

GHIRALDELLI JUNIOR, Paulo. **Educação Física Progressista**. 4.ed. São Paulo: Edições Loyola, 1992.

GUEDES, Dartagnan Pinto; GUEDES, Joana. Elisabete. R. Pinto. Esforços Físicos nos programas de Educação Física escolar. São Paulo: Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo. **Revista Paulista de Educação Física**, v.15, n.1, p. 33-44, 2001.

GUEDES, Dartagnan Pinto; GUEDES, Joana. Elisabete. R. Pinto. Características dos programas de Educação Física escolar. São Paulo: Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo. **Revista Paulista de Educação Física**, v.11, n.1. p.49-62, 1997.

KREMER, Marina Marques; REICHERT, Felipe Fossati; HALLAL, Pedro Curi. Intensidade e duração dos esforços físicos em aulas de Educação Física. **Rev Saúde Pública**, n246: v 2, p320-6. Pelotas, Out 2012.

HALLAL, Pedro Curi et al. Prática de atividades físicas em adolescentes brasileiros **Ciência & Saúde Coletiva**, v15, n2, p3035-3042, Pelotas, Jun 2010.

MALTA, Deborah Carvalho. et al. A política nacional de promoção da saúde e a agenda da atividade física no contexto do SUS. **Epidemiologia e serviço de saúde**, v.18, n.1, p.79-86, Brasília. Jan-Mar, 2009.

MELLO, Joaquim Alberto Cardoso. **Educação Sanitária: uma visão crítica**. São Paulo: Cortez Editora, Caderno CEDES (4), p 28-43, 1987.

MINISTERIO DA SAÚDE. **Agita Brasil - guia para agentes multiplicadores**. p. 8-10 Jul.2001.

MIRANDA, Made Júnior. Educação física e saúde na escola. **Revista UCG**, Goiânia, v. 33, n. 7/8, p. 643 – 653, jul./ago. 2006.

NUNES, Laís de Cassia et al. Perfil de estudantes dos anos iniciais com baixo rendimento escolar: importância da educação física na escola. **R. Bras. Ci. e Mov.** v.22, n.2. p. 36-46, Uruguaiana. Mai 2014.

ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD. **Memoria de la Cuarta Reunión de la Red Latinoamericana de Escuelas Promotoras de la Salud**. Serie Promoción de la Salud no 11. Washington, D.C.: OPS, p. 50, 2006.

RIBEIRO, Evelyn Helena Corgosinho; FLORINDO, Alex Antônio. Efeitos de um programa de intervenção no nível de atividade física de adolescentes de escolas públicas de uma região de baixo nível socioeconômico descrição dos métodos utilizados. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Florianópolis, v. 15, n. 1, p. 28-34, 2010.

ROCHA, Heloísa Helena Pimenta. **Educação escolar na higienização da infância**. Caderno Cedes, Campinas, v. 23, n. 59, p. 39-56, abril, 2003.

ROSEN, George. **Da Polícia Médica à Medicina Social**. Graal, Rio de Janeiro. 1979.

SOARES, Carmem. **Educação Física: raízes européias e Brasil**. Campinas: Autores Associados, 1994.

SOUZA Junior. A importância da atividade física na promoção da saúde da população infanto-juvenil. **Revista Digital Efedepportes**, Buenos Aires, Ano 13, n. 119, 2008.

SPOHR, Carla. F. et al. **A Educação Física e a Promoção da Qualidade de Vida na Escola: Desafios na Saúde de Comunidades Escolares**. Estela Marina Alves Boccaletto (orgs.). - Campinas, SP: IPES, 2008.

THIOLLENT, M. **Metodologia da pesquisa-ação**. São Paulo, Cortez/Autores Associados, 1992.

The importance of physical education in the elementary education from the perspective of health promotion.

Abstract: The point of this case was analyze the importance of sports in elementary school in the perspective of health promotion. It's characterized by a literary revision affected by the information of LILACS and SciELO using the description of physical training, fundamental teach, healthy promotion. In general, the results pointed out that schoolchildren, especially girls, have insufficient levels of physical activity to achieve health benefits. Against that reality, physical education plays a central role in the awareness of children and young people about the importance of physical activity for their quality of life and the promotion of programs of physical activity in the sense of reinforcing this positive behavior to the health of all.

Keywords: Physical education; Elementary education; Health promotion.

La importancia de la educación física en la enseñanza primaria en la perspectiva de la promoción de la salud.

Resumen: El objetivo de este estudio fue analizar la importancia de la educación física en el ensino fundamental de la perspectiva de la promoción de la salud. Se realizó una revisión de la literatura en las bases de datos LILACS y SciELO utilizando los descriptores educación física, ensino fundamental y promoción de la salud. En general, los escolares, especialmente las niñas, tienen niveles insuficientes de actividad física para que consigan beneficios para su salud. De este modo, la educación física asume un papel importante, tanto en la concientización de los niños y jóvenes acerca de la importancia de la actividad física para su calidad de vida como en la promoción de programas de actividades físicas en el sentido del refuerzo de ese comportamiento positivo a la salud de todos.

Palabras clave: Educación física; Enseñanza fundamental; Promoción de la salud.