



**CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO
LICENCIADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

SÂMIA RODRIGUES DE MACÊDO

**A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA SAÚDE E PROMOÇÃO DA
QUALIDADE DE VIDA DE ESCOLARES**

ICÓ – CEARÁ

2021



SÂMIA RODRIGUES DE MACÊDO

**A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA SAÚDE E PROMOÇÃO DA
QUALIDADE DE VIDA DE ESCOLARES**

Trabalho de conclusão do curso submetida à disciplina de TCC II ao curso de Educação Física do Centro Universitário Vale do Salgado – (UNIVS) como pré-requisito para obtenção do título de Licenciatura em Educação Física

Orientadora: Profa. Ms. Edna Ferreira Pinto

ICÓ – CEARÁ

2021



SÂMIA RODRIGUES DE MACÊDO

**A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA SAÚDE E PROMOÇÃO DA
QUALIDADE DE VIDA DE ESCOLARES**

Trabalho de conclusão do curso submetida à disciplina de TCC II ao curso do Centro Universitário Vale do Salgado (UNiVS), como pré-requisito para obtenção do título de Licenciatura em Educação Física.

Aprovado em: 13 /12 / 2021

BANCA EXAMINADORA

Orientadora Prof.^a Ms. Edna Ferreira Pinto
Centro Universitário Vale do Salgado – UNiVS

Prof.^a Cicero Cleber Brito Pereira

Membro I

Prof.^a Marcos Antônio Araújo Bezerra

Membro II

ICÓ – CEARÁ

2021

RESUMO

Introdução: A prática esportiva desenvolvida no âmbito escolar é essencial para o desenvolvimento físico, social, mental e intelectual dos discentes, dessa forma proporciona a aprendizagem dos cuidados com o corpo e com a saúde. **Objetivo:** revisar importância da educação física na saúde e promoção da qualidade de vida de escolares. **Materiais e Métodos:** trata-se de uma Revisão Narrativa de Literatura, com abordagem qualitativa e de caráter descritivo, desenvolvida no período de março a outubro de 2021. **Resultados:** os benefícios mostraram a relevância da Educação Física no cotidiano dos alunos como proporcionar prazer, bem-estar, motivação, prevenção de vários tipos de doenças tais como: obesidade, hipertensão arterial, doenças respiratórias e tem ação direta na qualidade de vida dos escolares. **Conclusão:** Educação Física é de extrema importância, assegurando melhorias para a saúde e promoção da qualidade de vida dos discentes oriundos da prática esportiva de um modo geral.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Saúde escolar. Educação física.

ABSTRACT

Introduction: The practice of sports developed in the school environment is essential for the Physical, social, mental and intellectual development of students, thus providing the Learning how to care for the body and health. **Objective:** review the importance of Physical education in health and promoting the quality of life of schoolchildren. **Materials and methods:** It is a Narrative Literature Review, with a qualitative approach and descriptive character, developed from March to October 2021. **Results:** the benefits showed the relevance of Physical Education in the daily lives of students as provide pleasure, well-being, motivation, prevention of various types of diseases such as: obesity, high blood pressure, respiratory diseases and has a direct effect on quality of life of schoolchildren. **Conclusion:** Physical Education is extremely important, ensuring improvements for the health and promotion of the quality of life of students coming from sports practice in general.

Keywords: Quality of life. School health. Physical education.

Sumário

1 INTRODUÇÃO	6
2 DESENVOLVIMENTO.....	8
Quadro 1. Processo de seleção de estudo.....	8
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO	9
Quadro 2. Os benefícios da EF na saúde e promoção da qualidade de vida dos escolares.	9
4 CONCLUSÃO	12
5 REFERÊNCIAS.....	13

1 INTRODUÇÃO

Ao longo dos anos a Educação física (EF) sofre grandes modificações em relação as suas tendências. Segundo (BETTI; ZULIANI, 2002) relata que na década de 1920, a Educação Física vinha sendo situada como uma atividade complementar e relativamente isolada nos currículos escolares, com objetivos em treinar pré-militar e preparação de atletas; foi somente no século XVIII que a (EF) começa destaca a formação de criança e adolescente onde passa a ser contemplado como uma educação integral – corpo, mente e espírito, como desenvolvimento pleno da personalidade (BOCCALETTO; MENDES, 2019).

A (EF) é uma área importante para o desenvolvimento humano e social, através de uma visão de educação continuada que proporciona a melhoria do saber corporal e nos domínios cognitivos, afetivo e motor desde a criança ao idoso (COSTA *et al.*, 2018). É um conjunto de atividades que envolvem vários aspectos da vida humana. Destacando nas práticas de atividades física favorecendo a melhoria do benefício físico, psicológico, qualidade de vida (QV) e o bem-estar geral dos estudantes.

Tendo em vista, os fatores positivos proporcionados por meio da EF, sendo uma disciplina imprescindível do currículo, ainda na maioria das vezes é desvalorizada na grade curricular, pois na maioria das escolas não possui um espaço adequado para a realização das práticas pedagógicas, paga o profissional de forma inadequada entre outros fatores (COSTA *et al.*, 2018). Apesar de mecanismos quem inserem, adaptam e englobam os discentes nas práticas corporais de movimento, fazendo com que o estudante produza, reproduza e transforme, conceituando-o para uma ótima aprendizagem ao que se referem às áreas temáticas (jogos, esportes, danças, lutas, ginásticas e práticas corporais de aventuras). Dessa forma possibilita aos alunos vivenciar aspectos relacionados a uma boa QV (BRASIL, 1998; OLIVEIRA, SARTORI, LAURINDO, 2014). Nahas (2006) afirma que QV, é a percepção de bem-estar que reflete um conjunto de parâmetros individuais, socioculturais e ambientais que caracterizam as condições em que vive o ser humano. Em suma a QV refere-se a um contexto bem mais amplo, onde abrange a sensação do bem-estar dos indivíduos no ambiente familiar e escolar (ASSIS, 2017).

Este é um termo amplo que explica aspectos fundamentais para o dia a dia dos escolares, diante disso, a alimentação, o transporte, a segurança, o lazer, o exercício físico, as práticas esportivas e principalmente ao que se refere à saúde dos indivíduos (SANTOS *et al.*, 2018). No termo saúde estudos relatam que, as práticas esportivas são fatores que estão

relacionados positivamente para melhoria do bem-estar dessa população (COSTA *et al.*, 2018).

Ao que se refere à promoção da QV, no ambiente escolar pode ser levado em conta um espaço apropriado para a elaboração de projetos e atividades que possibilitem aos alunos esse tipo de vivência. É na escola que os discentes passam grande parte do seu tempo, ressaltando que de forma sentada, isso pode trazer vários malefícios para a vida destes, como o sedentarismo podendo desenvolver vários tipos de doenças. Sem contar que a tecnologia também influencia muito, pois os adolescentes ao invés de procurarem fazer alguma atividade ou exercício físico seja brincar, correr, dentre outros, preferem ficar sentado e/ou reclinado, isto é, atividades com movimentação mínima, bem como, nas redes sociais ou jogos online (ASSIS *et al.*, 2017).

Nos últimos anos é notório o estilo de vida sedentário de crianças e adolescentes, devido aos fatores que foram citados acima, tecnologia, por exemplo, é uma forma dos estudantes estarem expostos ao sedentarismo, ou seja, falta de atividade dentre outros fatores (ASSIS *et al.*, 2017). O sedentarismo impacta na QV, pois favorece o desenvolvimento de doenças como: obesidade, hipertensão arterial, diabetes, doenças cardiovasculares entre outros aspectos que são nocivos à saúde e a qualidade de vida (COSTA *et al.*, 2018). A partir disso, até que ponto a escola pode proporcionar aos alunos práticas corporais e expressivas que amenizem o impacto causado devido à diminuição da atividade física?

Portanto, é relevante o presente estudo, pois a EF contribui para a vida dos discentes através da promoção e o conhecimento corporal, além dos saberes cognitivos, afetivos, motores, vivências e atitudes, favorecendo a melhoria do bem-estar geral dos escolares. Este estudo teve como objetivo revisar a importância da Educação Física para promoção da qualidade de vida de escolares.

2 DESENVOLVIMENTO

Para este estudo realizou-se uma pesquisa de revisão integrativa sobre a temática de educação física e a qualidade de vida de escolares, desenvolvida no período de Março a Outubro de 2021, o estudo foi realizado a partir das bases, Portal BVS, PubMed, Scielo, Scientific Eletronic, Science Direct e Google acadêmico. Foram considerados os estudos dos anos (2012-2018), textos completos, nos idiomas português e inglês.

Segundo (PRONDANOV; FREITAS, 2013) esse tipo de pesquisa se caracteriza por artigos disponíveis que já foram realizadas em livros, artigos científicos, relatório de pesquisa, monografia, dissertações e teses.

O levantamento do material bibliográfico foi realizado por meio dos descritores ‘qualidade de vida’, ‘saúde’ e ‘escolares’ disponíveis nos descritores em ciências da saúde (DECS). Posteriormente, ocorreu a análise das informações colhidas e o confronto dos resultados obtidos nos estudos.

A amostra inicial foi composta por 22 publicações que atenderam aos critérios da busca, sendo excluídos as publicações que não apresentam concordância ao objetivo desta revisão, dessa maneira, a amostra final foi composta por 8 publicações que serão apresentadas e discutidas no caminhar do estudo.

Quadro 1. Processo de seleção de estudo

Bases de dados	Número de artigos selecionados	Número de Artigos excluídos	Número de Artigos selecionados para o estudo
<i>Pub Med (n=0); Scielo (n=0); Portal BVS (n=2); Scientific Eletronic (n=0); Scince Diretc (n=0); Google Acadêmico (n=17)</i>	15	7	8

Fonte: Elaborado pela autora.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quadro 2. Os benefícios da EF na saúde e promoção da qualidade de vida dos escolares.

Autor	Objetivos	Resultados
Krug et al. (2012)	Analisar as contribuições da Educação Física Escolar para a adoção de um estilo de vida ativo pelos alunos da 3ª Série do Ensino Médio de uma Escola Estadual do município de Cruz.	A EF escolar auxilia para a adesão de um estilo de vida ativo na vida dos escolares para melhora da saúde, condicionamento físico, bem-estar e a pratica desportiva.
Severino; Silva (2014)	Apresentar um ponto de vista sobre os aspectos relacionados à contribuição da Educação Física escolar como uma prática corporal voltada à promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida.	Para que os escolares criem hábitos rotineiros da prática de atividade física com benefício à saúde, os professores de EF não deve se ater apenas nas práticas desportivas, mais também as práticas voltadas para a saúde.
Viera (2015)	Propor um plano de intervenção para estimular á pratica de atividade física e hábitos saudáveis de vida nos escolares da área de abrangência da ESF Floriano de S. Castro.	Tanto a escola como os docentes de EF devem oportunizar um ambiente e tempo necessário para atividade física e exercícios bastante motivadores e atrativos para os alunos
Melo et al. (2016)	Analisar, dentro do meio social no qual está inserido a escola, a relevância do tema da pesquisa e o impacto que está exerce na comunidade.	Ao tratar de saúde e QV nas escolas, notou-se que os docentes tem o conhecimento da temática mais não valorizam, muitas vezes não realizam as aulas por falta de recursos didáticos.
Assis et al. (2017)	Avaliar a percepção da qualidade de vida em escolares do ensino médio da cidade de Fortaleza Ceará.	A percepção da QV escolar em relação à faixa etária entre todas as idades, maior porcentagem afirma ter uma boa QV.
Costa et al. (2018)	Compreender como os conteúdos relacionados à saúde e à QV são desenvolvidos nas aulas de Educação Física escolar no ensino básico a partir do suporte teórico que as tendências e abordagens pedagógicas da Educação Física escolar oferecem.	A escola favorece a educação através da construção de conhecimento e sabres interdisciplinares enquanto locus de cuidado em saúde e QV fundamentada pelas aulas de EF.
Souza; Nascimento; Fensterseifer (2018).	Investigar os componentes constituintes da cultura escolar de duas realidades escolares vivenciadas pela professora colaboradora e relacioná-los com a intencionalidade e a efetividade da atuação docente.	Os docentes de EF estão submetidos disseminarem entre um polo de investimento pedagógico ou de desinvestimento pedagógico com permanência ou não.
Maldonaldo et al. (2019)	Analisar as principais dificuldades para a Efetivação da prática pedagógica em educação Física percebida por professores dessa disciplina que atuavam nas escolas municipais de São Paulo.	Os maiores fatores que dificultam a prática de EF são as dimensão Sociopolítica/Cultural.

Fonte: Elaborado pela autora.

O presente estudo teve como objetivo analisar a importância da Educação Física para promoção da qualidade de vida de escolares. São notáveis os benefícios que a atividade física proporciona no dia a dia dos estudantes tais como: domínios cognitivos, afetivo, motor, desenvolvimento integral e a socialização facilitando o desenvolvimento da saúde e qualidade de vida dos discentes. Enquanto aos aspectos fisiológicos amenizam as condições de doenças como obesidade, hipertensão arterial, doenças respiratórias, onde tem ação direta nas condições de saúde dos alunos (VIEIRA, 2015).

Na pesquisa de Assis *et al.* (2017) a percepção da qualidade de vida dos adolescentes compreendeu-se assim como nos estudos de Vieira (2015) que as atividades de educação no ambiente escolar são práticas de promoção da saúde indutoras a uma boa qualidade de vida. A vista disso torna-se compreensivo que a escola deve-se privilegiar em toda a educação básica o ensino da prática de atividade física associando a saúde, mostrando a importância desses hábitos e no cotidiano dos educandos.

O estímulo da atividade física deve-se iniciar desde cedo, pois pesquisas mostram que adolescentes que praticam algum tipo de atividade ou exercícios físicos regularmente, tendem a ter menos riscos de doenças na fase adulta. Krug e Costa (2010) relatam que a EF escolar contribui para que os alunos tenham um estilo de vida ativo, pois as práticas auxiliam nos seguintes benefícios: melhoria a saúde, aumento do condicionamento físico, o bem-estar, a prática desportiva e a estética, afirmando o quanto é importante para a qualidade de vida e a promoção da saúde como foi citados anteriormente.

No estudo de Melo *et al.* (2016) sobre a saúde e qualidade de vida dos escolares nas aulas de educação física, os professores têm conhecimento dos conteúdos, mas não valorizam, os docentes procuram de alguma forma chamar a atenção dos alunos, porém acabam encontrando obstáculos. Isso acontece na maioria das escolas por falta de recursos didáticos, consequentemente optam, muitas vezes, por uma metodologia obsoleta (em desuso) assim dificultando a prática da atividade física na escola e as aulas podendo ser desmotivantes. Para isso não acontecer, os professores devem mudar as aulas, trazer novas ideias que motivem, dessa forma tornando seres ativos dentro da temática a ser trabalhada. Os docentes podem estar trazendo jogos, atividades, aulas de alongamento, atividades com exercícios, yoga, danças dentre outros.

A EF é considerada uma disciplina importante no currículo, entretanto, ainda é desvalorizada, na maior parte das escolas não possui um espaço adequado para a realização

das práticas pedagógicas, os profissionais são remunerados de forma inadequada ou não possui um profissional formado na área, entre outros fatores que afetam a atividade física no contexto escolar. Com isso os professores se acomodam e não procuram novos meios de realizar a prática segura dentro da escola (COSTA *et al.*, 2018).

Na análise de Maldonado *et al.* (2019) os docentes foram questionados sobre o que poderia influenciar ou dificultar a prática pedagógica dos professores de educação física. Os docentes relataram uma grande quantidade de causas sociais, políticas e de caráter institucional, por exemplo: o pagamento do profissional de forma inferior as outras, alteração da função social da escola; postura dos alunos com os estudos são alguns dos fatores que complicam a prática pedagógica, mesmo concordando que é de extrema importância a EF na vida dos alunos.

As condições de trabalho acabam afetando de forma intensa, fazendo com que os profissionais da educação física escolar abandonem os seus objetivos educacionais dificultando o ensino e a aprendizagem dos escolares e o sucesso das aulas (SOUZA; NASCIMENTO; FENSTERSEIFER, 2018). A importância da EF na vida dos jovens é evidenciada na literatura, mesmo assim há fatores negativos que afetam as práticas de a atividade física assim como afirma Melo *et al.* (2016) e Costa *et al.* (2018).

A EDUCAÇÃO FÍSICA tem uma importante contribuição no desenvolvimento e nas capacidades físicas dos alunos, assim proporciona o bom controle e funcionamento de suas potencialidades física, motora, psíquica e cognitiva. De acordo com os autores Costa *et al.* (2018) o ambiente escolar, é considerado um locus de cuidado de educação, saúde e qualidade de vida, proporcionando a educação por meio da construção, do conhecimento e saberes disciplinar. É através da construção da cultura escolar que considera a prevenção, a promoção da saúde e o bem-estar dos alunos com a importância do currículo fundamentada pelas aulas de educação física.

Quando se fala educar para a saúde autores defendem que a prática desportiva e um exemplo a ser adotado, destacando ainda que o esporte ensina valores como honestidade e dignidade, ressaltando também que trabalha os aspectos motores, físicos, mentais dos alunos e diminuem os riscos de doenças assim englobando conceitos pesquisados relacionados com saúde e qualidade de vida. É no ambiente escolar que os discentes aprendem a relevância de ter hábitos de uma vida ativa e saudável estável. Os docentes simboliza um papel fundamental para promoção de uma vida saudável e ativa dos escolares.

No estudo de Severino e Silva (2014) discorda com o questionamento a cima que as aulas de educação física escolar não necessitam ater-se apenas aos conteúdos práticos associados aos esportes e jogos, pois devem proporcionar aos escolares experiências que abordem a visualização e a adoção das práticas de atividades físicas com benefícios a saúde. Identifica-se que a educação física escolar tem importante papel em incentivar os discentes a praticarem regularmente a atividade física, assim proporcionando momentos únicos que colaboram com saúde, bem-estar e promoção à qualidade de vida.

4 CONCLUSÃO

Portanto, a Educação Física Escolar é relevante ao que se refere à saúde e qualidade de vida dos discentes, não apenas em relação ao esporte, mas para prevenção de vários tipos de doenças, proporcionando prazer, bem-estar, motivação, e também aos aspectos fisiológicos, prevenindo o aparecimento de fatores desenvolvidos pela falta de atividade física.

As escolas junto com os profissionais de EF devem promover ações que mostrem aos discentes a importância de buscarem aprendizagem e o desenvolvimento, incentivando a prática de atividades físicas, exercícios físicos e atividades corporais e expressivas dentro do âmbito escolar, fazendo com que os alunos se tornem seres mais ativos induzindo a uma melhora de sua QV. A partir desse estudo, outros trabalhos podem ser desenvolvidos buscando responde a importância da EF para a promoção da QV de escolares, pois possui poucos estudos sobre essa temática.

5 REFERÊNCIAS

- ALVES, Marta Teixeira. **O exercício físico na melhoria da saúde do escolar**. 2014.
- BOCCALETTO, Estela Marina Alves et al. **Alimentação, atividade física e qualidade de vida dos escolares do município de Vinhedo/SP**. Campinas: IPES Editorial, 2009.
- CAMARGO, Edina et al. Facilitadores para a prática de atividade física no lazer em adolescentes. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 22, n. 6, p. 561-567, 2017.
- DA COSTA, Fábio Soares et al. Educação disica escolar, saúde e qualidade de vida: contribuições epistemológicas do campo e a emergência de ressignificações curriculares=. **Anais do IV SIPASE [recurso eletrônico]: Seminário Internacional Pessoa Adulta, Saúde e Educação: a construção da profissionalidade docente: a pessoa em formação, 2018, Brasil, 2018**. Disponível em: https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/14371/2/Educacao_disica_escolar_saude_e_qualidade_de_vida_contribuicoes_epistemologicas_do_campo_e_a_emergencia_de.pdf Acesso em: 10/10/2021.
- DARIDO, Suraya Cristina. A educação física na escola e o processo de formação dos não praticantes de atividade física. **Revista brasileira de educação física e esporte**, v. 18, n. 1, p. 61-80, 2004.
- DE ASSIS, Thibério Lima; DOS SANTOS MARTINS, Jéssica; DA SILVA, Francisco Girleudo Coutinho. Percepção da qualidade de vida em escolares do ensino médio da cidade de Fortaleza, Ceará. **Ciência em Movimento**, v. 19, n. 38, p. 39-46, 2017. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-ipa/index.php/RS/article/view/302> Acesso em: 10/10/2021.
- DE SOUSA, Janekeyla Gomes et al. Atividade física e hábitos alimentares de adolescentes escolares: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE), 2015. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 13, n. 77, p. 87-93, 2019.
- DOS SANTOS BARROS, Gilhevysson; DE OLIVEIRA, Paulo Sérgio Pimentel; DO ROSÁRIO, Victor Hugo Rodrigues. **Educação física e esporte: contribuições ao esporte da escola**. Semioses, v. 12, n. 1, p. 56-65, 2018.
- DUMITH, Samuel de Carvalho; SILVEIRA, Raquel Moreira. Promoção da saúde no contexto da educação física escolar: uma reflexão crítica. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 9, n. 1, p. 3-14, 2010.
- Fundamentos de metodologia científica** 1 Marina de Andrade Marconi, Eva Maria Lakatos. - 5. ed. - São Paulo: Atlas 2003.
- HALLAL, Pedro Curi et al. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de idade. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 6, p. 1277-1287, June 2006.
- IRACEMA LENHART, J.; SANFELICE, G. R.; BRANCA MORON, V.; BOLZAN BERLESE, D.; DA SILVA PINTO, A Concepções dos docentes sobre o tema saúde e sua relação com os saberes e experiências profissionais. **Revista Tempos e Espaços em Educação**, v. 12, n. 30, p. 47-64, 8 ago. 2019.
- KRUG, R. de R.; MARCHESAN, M.; ACOSTA, M. A. A contribuição da educação física escolar para um estilo de vida ativo. **Revista Linhas**, Florianópolis, v. 13, n. 2, p. 200 - 214, 2012. Disponível em: <https://www.revistas.udesc.br/index.php/linhas/article/view/> . Acesso em: 18 out. 2021.

LEAL, Adália Maria Dias Palma; FLÓRIO, Flávia Martão; ZANIN, Luciane. Relação entre qualidade de vida e felicidade subjetiva de adolescentes escolares. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 33, 2020.

MALDONADO, Daniel Teixeira; DOS SANTOS SILVA, Sheila Aparecida Pereira. Análise de fatores que dificultam a prática pedagógica dos professores de educação física nas escolas da rede municipal de São Paulo. **Corpoconsciência**, p. 15-30, 2019. Disponível em: <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/> Acesso em: 22/10/2021.

MELO, EDUARDO DE LIMA; NETO, VALMIR ARRUDA DE SOUSA. A relevância da temática saúde e qualidade de vida nas aulas de educação física do ensino médio em uma escola de comunidade carente de Fortaleza. **REDFOCO**, v. 3, n. 1, 2016.

PEREIRA, Giselle Patricia et al. Insônia: O benefício do exercício físico em adolescentes com excesso de peso. **Journal of Health & Biological Sciences**, v. 6, n. 4, p. 377-382, 2018.

PRODANOV, Cleber Cristiano. **Metodologia do trabalho científico** [recurso eletrônico] métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico / Cleber Cristiano Prodanov, Ernani Cesar de Freitas. – 2. ed. – Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

REFATI, Crislaine Mokwa. **A importância do esporte no processo educativo: práticas realizadas no Distrito Federal**. 2019.

RIBEIRO, Ana Claudia Silveira et al. Qualidade de vida no ambiente escolar como componente da formação do cidadão: desejos e carências no espaço físico. **Revista Monografias Ambientais**, v. 8, n. 8, p. 1850-1857, 2012.

RIBEIRO, Luana dos Santos; TRIANI, Felipe da Silva A obesidade na infância e o protagonismo da educação física escolar. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 14, n. 1, p. 79-88, 2016. Disponível em: <http://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/article> Acesso em: 17 Out. 2021.

SANTOS, Ana Lúcia Padrão dos; SIMÕES, Antonio Carlos. Educação física e qualidade de vida: reflexões e perspectivas. **Saúde e sociedade**, v. 21, p. 181-192, 2012.

SANTOS, Renan Pereira dos. **Análise da importância da Educação Física escolar voltada para a promoção da saúde**.

Disponível: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/13092>.

Acesso em: 17 /10/2021.

SEVERINO, Cláudio Delunardo; SILVA, Bianca Maria. Educação física escolar e a promoção da saúde: um ponto de vista. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 12, n. 2, p. 77-86, 2014. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/article> Acesso em: 23/10/2021.

SOUZA, Sinara Pereira; NASCIMENTO, Paulo Rogério Barbosa; FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. Atuação docente em educação física escolar: entre investimento e desinvestimento pedagógico. **Motrivivência**, v. 30, n. 54, p. 143-159, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view> Acesso em 22/10/2021.

THOMAS, J.R; NELSON, J.K; SILVERMAN, S.P. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2015.