

OBSERVAÇÃO DOS NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA, CONTEXTO DAS AULAS E COMPORTAMENTO DO PROFESSOR EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO MÉDIO DA REDE PÚBLICA

Originalis



ADRIANO AKIRA FERREIRA HINO^{1,2}
RODRIGO SIQUEIRA REIS^{1,2}
CIRO ROMÉLIO RODRIGUEZ AÑEZ^{1,2}

¹ Pontifícia Universidade Católica do Paraná

² Grupo de Pesquisa em atividade física e qualidade de vidas

Resumo

Palavras-Chave
Aulas de Educação Física; Níveis de Atividade física; Adolescentes.

Objetivos: As aulas de Educação Física (EF) possuem um importante papel no auxílio do aumento dos níveis de Atividade Física (AF) em crianças e adolescentes. Portanto o objetivo do estudo foi analisar as características das aulas de Educação Física de acordo com os níveis de atividade física, o contexto das aulas e comportamento dos professores. **Metodologia:** Participaram do estudo 4 escolas de diferentes regionais de Curitiba-PR. Foram avaliadas 16 aulas por meio de um instrumento baseado na observação direta (SOFIT) desenvolvido e validado para avaliação de aulas de EF. Os dados referentes aos níveis de AF durante as aulas foram tratados por meio da estatística descritiva em valores relativos referentes à proporção das aulas. **Resultados e conclusões:** A maior parte do tempo os alunos permaneceram em pé (45,5%), seguidos de 26,3% da aula caminhando, 17,9% sentados, e uma menor parte do tempo sendo muito ativos (8,67%) e deitados (1,5%). As meninas demonstraram permanecer mais tempo em atividades sedentárias enquanto que os meninos passaram mais tempo caminhando e sendo muito ativos. Elevada proporção das aulas foi atribuída a jogos (53,3%) e aproximadamente 10% para gerenciamento das atividades. Durante um grande período das aulas os professores permaneceram observando (37,9%) e realizando outras tarefas não pertinentes (37,5%) ao conteúdo da EF. Os dados indicam que reduzida proporção das aulas de EF apresenta altos níveis de AF.

Abstract

Keywords
Physical Education Classes; Physical Activity Levels; adolescents

OBSERVATION OF PHYSICAL ACTIVITY LEVELS, CLASSES CONTEXT E TEACHER'S BEHAVIORS DURING PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN PUBLIC HIGH SCHOOLS

Objective: Physical Education Classes (PE) have an important role to help on increase of physical activity levels (PA) in children and adolescents. Therefore the aim of this study was to analyze the PE characteristics according with PA, class context and teacher behavior. **Methodology:** Participated of the study 4 schools from different regions of Curitiba-PR. Sixteen classes were observed through an instrument based on the direct observation (SOFIT) specifically developed and validated for PE classes assessment. The data were treated by descriptive statistics in relative values of the proportion of the classes. **Results and conclusions:** The most part of the evaluated time, the students remained standing (45.5%), followed by 26.3% of the classes walking, 17.9% seats, and a smaller part of the time being very active (8.67%) and lied (1.5%). The girls showed to remain most of the time in sedentary behaviors while boys were more enrolled in walking and being very actives. A higher proportion of the classes was attributed to playing games (53.3%) and approximately 10% to managing activities. During a large period of the classes the teachers remained observing (37.9%) and performing another task not related to students on classes. The data showed that a reduced proportion of the PE classes with high levels of PA.

Introdução

Apesar dos benefícios da prática regular de atividade física sobre a saúde física e mental de adultos já estar bem evidenciado na literatura há algum tempo (FLETCHER et al, 1992), em crianças e adolescentes tal relação tem se confirmado mais recentemente com a publicação de estudos de revisão sobre a literatura existente (STRONG et al., 2005).

Segundo Strong et al. (2005), as atuais evidências comprovam os benefícios da atividade física durante a idade escolar sobre a saúde músculo-esquelética, diversos componentes da saúde cardiovascular, redução da adiposidade em jovens com sobrepeso, pressão sangüínea, melhora nos níveis de lipídios e lipoproteínas, auto-eficácia, diminuição da ansiedade, e sintomas de depressão. Dentre as conclusões obtidas pelos autores acima citados, as atuais recomendações de que toda criança e adolescente deve ser fisicamente ativa por no mínimo 60 minutos na maioria dos dias da semana, são suportadas por suficientes evidências científicas.

Hallal et al. (2006), com uma ampla revisão da literatura, concluíram ainda que, além dos benefícios da atividade física sobre a saúde, principalmente óssea e mental, existem consistentes evidências que a prática de atividade física na adolescência é positivamente associada com os níveis de atividade física na idade adulta (AZEVEDO et al, 2007).

Apesar das recomendações existentes, crianças e adolescentes não têm atingido níveis de atividade física recomendados. Reis et al. (2006), ao investigarem adolescentes escolares da rede pública da cidade de Curitiba-PR, encontraram uma prevalência de inatividade física de 42,6%, sendo esta, maior entre as meninas (57,1%) do que entre os meninos (22,3%).

O período da adolescência tem sido considerado como um período crítico no qual ocorre uma acentuada redução nos níveis de atividade física (TELAMA; YANG, 2000). Diante da redução dos níveis de atividade física durante esta fase, estudiosos da área têm investigado os fatores associados à prática de atividade física em crianças e adolescentes. Sallis et al. (2000), identificaram que entre adolescentes, o gênero, prévia participação em ati-

vidades físicas, competência percebida, intenção de ser ativo, participação em grupos esportivos, suporte de pessoas importantes e oportunidades para se exercitar foram positivamente associados à prática de atividade física.

De acordo com tais achados, as evidências existentes as quais atribuem à escola e principalmente as aulas de Educação Física um importante papel sobre a formação de indivíduos fisicamente ativos (LE MASURIER; CORBIN, 2006), são teoricamente suportados, uma vez que durante as aulas de Educação Física crianças e adolescentes adquirem habilidades básicas para a realização de atividades físicas, desenvolvem sua auto-estima, conhecem os benefícios desta prática, se envolvem em grupos esportivos e são oportunizados a se exercitar (FAIRCLOUGH; STRATTON., 2005).

Outro importante fato a ser ressaltado, é que crianças e adolescentes permanecem a maior parte do seu tempo na escola, com exceção de suas próprias casas, o que aumenta a responsabilidade desta instituição em oferecer programas adequados que ajudem aos jovens a atingirem os níveis de atividade física recomendados (SALLIS et al., 1997).

Em países desenvolvidos, programas de Educação Física têm sido aplicados objetivando aumentar a quantidade e a intensidade da atividade física realizada dentro e fora das aulas de Educação Física, sendo freqüentemente nomeados de programas de Educação Física relacionados à saúde (PATE, R. R. et al., 2006). Dentre os resultados obtidos nestes programas, tem se observado, aumento nos níveis de atividade física durante as aulas de Educação Física (MCKENZIE. et al., 1996) (SALLIS; MCKENZIE., 1997), aumento na quantidade de tempo sendo vigorosamente ativos diariamente, melhora na aptidão cardiorrespiratória (MCKENZIE. et al., 1996), aptidão músculo-esquelética em meninas (SALLIS; MCKENZIE., 1997) e redução do sobrepeso e risco de sobrepeso em meninas (DATAR; STURM., 2004) .

No Brasil pouco se sabe sobre a qualidade dos programas de Educação Física em relação à promoção da atividade física. Darido (2004 p.61), ao investigar a participação de 1.172 alunos de 5ª série a 1ª ano do ensino médio da cidade de Rio Claro-SP, conclui que: “há um progressivo afas-

tamento dos alunos das aulas de Educação Física e da prática de atividade física fora da escola, além de um aumento do número de alunos que não freqüentam/participam/apreciam as aulas regularmente”. Ao verificar a intensidade, duração e freqüência da atividade física realizada por alunos de Londrina-PR durante aulas de Educação Física, Guedes e Guedes (2001), observaram que a intensidade e duração da atividade física realizada durante as aulas de Educação Física é insuficiente para promover benefícios à saúde. Diante dos benefícios que podem ser obtidos por bons programas de Educação Física escolar, identificar as características das aulas atualmente ministradas torna-se de grande relevância, principalmente para que futuras intervenções realizadas nas escolas sejam eficazes. Portanto o objetivo do atual estudo foi analisar as características das aulas de Educação Física de escolas da rede pública de Curitiba segundo os níveis de atividade física, o contexto das aulas e comportamento dos professores.

Materiais e Métodos

Participantes

A unidade principal de análise foi a aula de Educação Física, sendo que para a seleção das aulas foram considerados participantes da pesquisa as escolas públicas da cidade de Curitiba, localizadas em 4 das nove regionais da cidade, tendo sido selecionadas as regionais: Matriz, Cajuru, Boqueirão e Portão. Para a seleção, optou-se em selecionar as escolas com maior número de alunos matriculados no ensino médio de cada regional.

Após a seleção de uma escola por regional, realizou-se a visita as escolas para a verificação da disponibilidade para participação da pesquisa, assim como determinar o número de turmas disponíveis e agendamento das aulas que foram avaliadas.

Para cada escola, foram avaliadas quatro aulas de Educação Física sendo uma turma de 1º ano e outra de 2º ano avaliada em duas ocasiões com um intervalo mínimo de duas semanas entre cada ocasião, totalizando 16 aulas avaliadas. Todas as aulas observadas tinham duração de 50 minutos e uma freqüência de duas vezes semanais. As turmas ob-

servadas possuíam em média 30 alunos (mínimo 24 e máximo 35).

Devido à ausência, participação facultativa por parte dos alunos ou existência apenas no contra turno, as aulas de Educação Física do 3º ano do ensino médio não foram avaliadas.

Instrumentos

Para avaliação das aulas utilizou-se um instrumento baseado na observação direta desenvolvido especificamente para avaliação de aulas de Educação Física.

O SOFIT é uma ferramenta criada para avaliar variáveis associadas com os níveis de atividade dos estudantes e as oportunidades destes estarem ativos durante aulas de Educação Física. Este instrumento foi desenvolvido por (MCKENZIE; SALLIS, 1991) especialmente para quantificar fatores que se acredita promover atividade física relacionada à saúde (contexto da aula e comportamento do professor). O SOFIT requer a observação de aulas de Educação Física enquanto variáveis referentes ao (a) nível de atividade física dos alunos, (b) contexto da aula, e (c) comportamento do professor são registradas em um formulário próprio para esta finalidade.

O SOFIT, portanto, utiliza um sistema composto por três fases de tomada de decisão que examina (a) quão ativo está o aluno, (b) como o tempo da aula está organizado de acordo com as tarefas e objetivos, e (c) como o professor utiliza seu tempo durante a aula. Segundo o protocolo proposto pelos autores McKenzie e Sallis (1991), a fase 1 consiste em julgar o nível de atividade física de um aluno alvo previamente selecionado. O nível de engajamento do aluno na aula servirá para estimar a intensidade da atividade física e esta é registrada utilizando um sistema de códigos para classificar os gestos motores.

Os códigos de 1 a 4 descrevem a posição corporal do estudante (1 = deitado, 2 = sentado, 3 = em pé, 4 = caminhando), e o código 5 (muito ativo) identifica quando o estudante realiza alguma atividade física que gaste mais energia que durante uma caminhada. Caso no momento do registro o aluno esteja transitando entre duas posições, deve-se marcar o código da categoria mais elevada.

A fase 2 consiste em codificar o contexto da aula, para tal, considera-se o envolvimento da maioria dos alunos (mais que 51%). Nesta fase, consideram-se as seguintes opções: Conteúdo geral quando o tema da aula envolve conteúdos não relacionados à Educação Física, ou conteúdos de Educação Física. Se estiver ocorrendo um conteúdo de Educação Física, uma nova decisão deve ser feita, determinando se o foco é sobre um conteúdo de conhecimento ou um conteúdo motor. O conteúdo de conhecimento envolve situações em que os alunos estão envolvidos com conteúdos da Educação Física, contudo não existe intenção de realizar movimento físico (história dos esportes, benefícios da prática da AF, regras, etc...). Porém, se o conteúdo motor for codificado, mais uma decisão sobre o tipo de atividade deve ser feita podendo ser: Atividades de aptidão física quando o contexto da aula envolve atividades com o objetivo de desenvolver a aptidão física dos alunos (ex: exercícios de alongamento, força, resistência cardiovascular), prática de habilidades (ex: arremesso na cesta de basquete, passes de handebol, chute a gol, etc...), jogos estruturados (vôlei, futebol, queimada, basquete, etc...) e jogos livres, sendo este último assinalado quando não há obrigatoriedade do aluno participar da atividade ou intervenção do professor na organização da atividade (ex: os alunos organizam um jogo de basquete sem que o professor intervenha ou haja obrigatoriedade dos outros alunos participarem).

A fase 3 consiste em codificar o comportamento do professor durante a aula. O comportamento do professor é classificado dentro de seis categorias que são: promovendo aptidão, demonstrando atividade, instruções gerais, organização, observando, e outras tarefas. Promovendo aptidão é registrado quando o professor está incentivando o desenvolvimento de alguma atividade ou aptidão, podendo ser verbal ou apenas um gesto como um sinal de positivo após um movimento. No ato de demonstração de uma atividade ou um gesto motor a opção demonstrando atividade é registrada (ex: o professor demonstra um saque manchete ou como realizar um movimento corporal corretamente). O registro da opção instruções gerais é assinalada quando o professor oferece informações sobre as atividades da aula como regras, orientações e explicações. Já o gerenciamento é assinalado quan-

do o professor está organizando a turma para atividades da aula (ex: organizando uma fila, separando os times, conduzindo a turma para outra quadra, realizando a chamada, etc...). Quando o professor apenas observa a aula sem a realização de intervenções a opção observando é registrada e quando o professor realiza tarefas não pertinentes à aula a opção outras tarefas é assinalada (ex: lendo jornal, conversando com outro professor, corrigindo trabalho, etc...)

Para estimar o nível de AF durante as aulas, de acordo com o protocolo do instrumento, quatro alunos são aleatoriamente selecionados no momento em que entram no espaço observado mantendo mesma proporção de meninos e meninas, ou seja, dois meninos e duas meninas. Os alunos avaliados são observados alternadamente e de forma cíclica durante períodos de 4 minutos mantendo sempre a mesma ordem de observação. As informações fornecidas por estes quatro alunos serão consideradas representativas do nível de atividade física da turma. Para o registro das informações observadas utiliza-se um CD ou fita cassete gravados que funcionam como um timer para indicar o período de tempo em que o avaliador deve observar o que ocorre na aula e com o aluno alvo (10 segundos) e o período de tempo disponível para registro das informações (10 segundos). A gravação também fornece a cada 4 minutos um visor para que outro aluno seja observado. As informações referentes ao nível de AF dos alunos, contexto da aula e comportamento do professor são registrados em formulário próprio. No presente estudo utilizou-se um CD player para execução da gravação a qual pode ser obtida com os desenvolvedores do instrumento por (MCKENZIE; SALLIS, 1991).

Análise dos dados

Os dados referentes aos níveis de atividade física durante as aulas, contexto das aulas e envolvimento do professor foram descritos através da distribuição de frequências referentes à proporção das categorias de análise nas aulas. Para determinar a associação entre o nível de atividade física e o gênero do aluno e entre características das aulas e gênero do professor foi utilizado o teste de proporções Qui-quadrado. Todas as análises foram realizadas utilizando o pacote estatístico SPSS v.11.0.

Resultados

Dentre as aulas observadas, a maior proporção do tempo os alunos permaneceram em pé (45,5%), seguido de 26,3% da aula caminhando, 17,9% sentados, e uma menor parte do tempo sendo muito ativos (8,7%) e deitados (1,5%) (**Tabela 1**).

Ao analisar o nível de atividade física durante as aulas de acordo com o gênero (**Tabela 1**), é observado que as meninas permanecem uma maior proporção das aulas deitadas (3,2%) e sentadas (22,5%), enquanto os meninos permanecem mais tempo em pé (47,1%), caminhando (29,5%) e sendo muito ativos (10,0%).

Ao observar a proporção do tempo da aula destinado aos diferentes contextos das aulas de Educação Física (**Tabela 2**), nota-se que, 9,5% das aulas foram atribuídas para o gerenciamento, 2,0% para atividades voltadas ao desenvolvimento das aptidões físicas, 53,3% destinadas para o desenvolvimento de jogos estruturados e 35,2% para jogos livres.

Considerando o gênero dos professores, os homens destinaram uma maior proporção de suas aulas a jogos livres (68,1%), seguido de jogos estruturados (28,9%) e gerenciamento (3,0%). As professoras atribuíram 13,0% do tempo para o gerenciamento da aula, 3,0% para o desenvolvimento de aptidões, 66,0% para jogos estruturados e 17,9% para jogos livres.

Ao analisar o comportamento do professor nas aulas de Educação Física (**Tabela 3**), constatou-se que os professores permaneceram uma maior parte do tempo observando (37,9%) e realizando outras tarefas (37,5%), seguido por 8,1%, 7,7%, 6,4% e 2,3% da aula motivando, gerenciando, fornecendo instruções gerais e demonstrando respectivamente.

As professoras passaram maior proporção da aula observando (45,9%) e realizando outras tarefas (36,4%) e os professores realizando outras tarefas (39,8%), motivando (23,3%) e observando (22,4%).

Tabela 1

Proporção do tempo das aulas de Educação Física nas categorias de Atividade física.

Atividade física	Meninos	Meninas	Todos
Deitado	0,0	3,2	1,6
Sentado	13,3	22,5	17,9
Em Pé	47,1	43,9	45,5
Caminhando	29,5	23,1	26,3
Muito Ativo	10,0	7,3	8,7
X ²	43,01		
p	0,00		

Tabela 2

Proporção do tempo das aulas de Educação Física de acordo com o contexto das aulas.

Contexto da aula (%)	Professores	Professoras	Todos
Gerenciamento	3,0	13,0	9,5
Conhecimento específico	0,0	0,0	0,0
Movimento	0,0	0,0	0,0
Aptidão	0,0	3,0	2,0
Prática de Habilidades	0,0	0,0	0,0
Jogos estruturados	28,9	66,1	53,3
Jogos livres	68,1	17,9	35,2

Tabela 3

Proporção do tempo das aulas de Educação Física de acordo com o envolvimento do professor

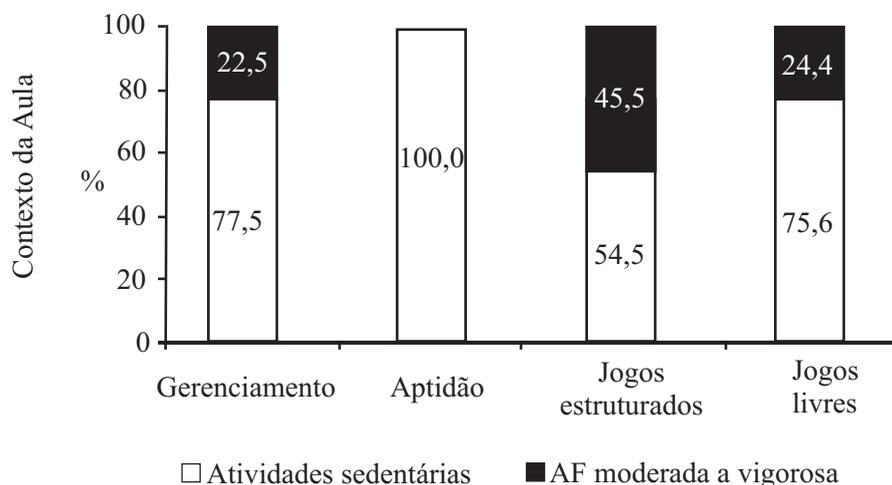
Comportamento do professor (%)	Professores	Professoras	Todos
Motivando	23,4	0,1	8,1
Demonstrando	6,7	0,0	2,3
Instruções gerais	3,2	8,1	6,4
Gerenciando	4,4	9,4	7,7
Observando	22,4	45,9	37,9
Outras tarefas	39,8	36,4	37,5

Observa-se que o contexto de aula em que os alunos permaneceram mais envolvidos em AF de intensidade moderada a vigorosa (AFMV) foi durante a realização de jogos estruturados 45,5% (Figura 1).

Durante a realização de jogos livres, 24,4% do tempo os alunos permaneceram em AFMV, e durante o gerenciamento 22,5%.

Figura 1

Atividade física de intensidade moderada e vigorosa de acordo com o contexto da aula



Atividades sedentárias = soma da proporção do tempo dos alunos deitados, sentados e em pé.

AF moderada a vigorosa = soma da proporção do tempo dos alunos caminhando e sendo muito ativo.

Atividades sedentárias = soma da proporção do tempo dos alunos deitados, sentados e em pé.

AF moderada a vigorosa = soma da proporção do tempo dos alunos caminhando e sendo muito ativo.

Ao analisar o engajamento em AF de acordo com o comportamento do professor (Figura 2), observa-se que o maior envolvimento em AFMV ocorreu durante as instruções gerais dos profes-

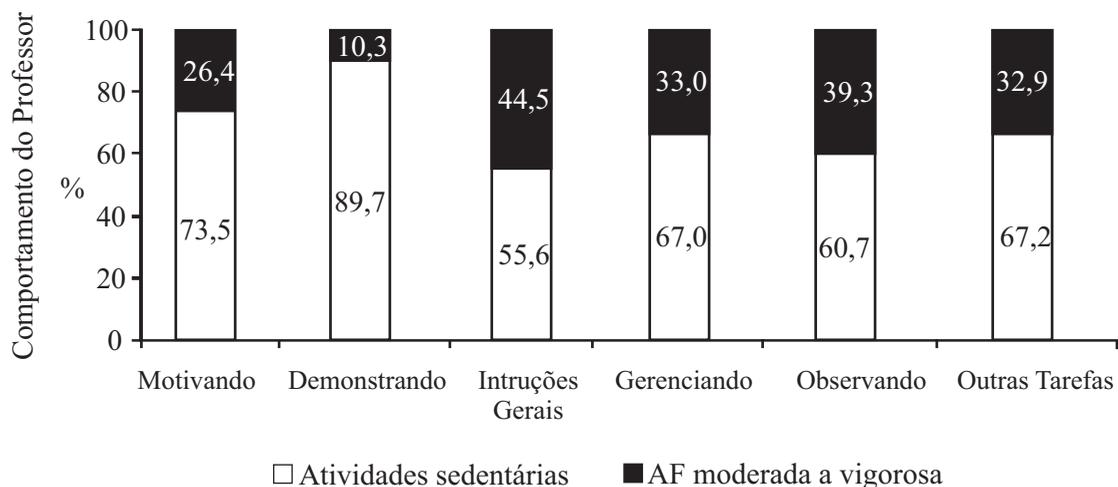
res (44,5%), seguido pela observação (39,3%). O menor envolvimento em AFMV ocorreu durante a demonstração dos professores (10,3%).

Atividades sedentárias = soma da proporção do tempo dos alunos deitados, sentados e em pé.

AF moderada a vigorosa = soma da proporção do tempo dos alunos caminhando e sendo muito ativo.

Figura 2

Atividade física de intensidade moderada a vigorosa de acordo com o comportamento do professor



Atividades sedentárias = soma da proporção do tempo dos alunos deitados, sentados e em pé.

AF moderada a vigorosa = soma da proporção do tempo dos alunos caminhando e sendo muito ativo.

Discussão

Entre as aulas observadas no presente estudo, identificou-se que os alunos permanecem uma pequena proporção da aula em atividades de intensidade moderada como uma caminhada (26,3%) e sendo muito ativos (8,7%). As aulas de Educação Física foram conduzidas em grande parte pela realização de jogos estruturados (53,3%) e jogos livres (35,2%) com os professores observando e realizando outras tarefas em grande parte das aulas (37,9 e 37,55% respectivamente).

Diante dos benefícios à saúde física e mental obtidos por meio da prática regular em atividades físicas (STRONG et al, 2005), tem se atribuído as aulas de Educação Física um importante papel para que crianças e adolescentes atinjam níveis recomendados de atividade física (MCKENZIE. et al., 1996). No entanto de acordo com os resultados obtidos, parece que as aulas de Educação Física podem não estar sendo efetivas na promoção da AF entre os adolescentes. Ao considerarmos a proporção do tempo no qual os alunos permaneceram deitados, sentados ou em pé como envolvidos em atividades sedentárias, mais da metade das aulas de Educação Física (65%) os alunos permaneceram em atividades sedentárias.

Estudos os quais procuraram verificar o nível de atividade física durante aulas de Educação Física são escassos no Brasil, no entanto, Guedes e Guedes (1997), ao investigarem 43 aulas de Educação Física do ensino médio da rede estadual de Londrina-PR, identificaram por meio da frequência cardíaca dos alunos durante as aulas, que os estudantes permaneceram 16,3% da aula em atividades de moderada intensidade e 15,8% em atividades de intensidade elevada.

Dentre as conclusões do estudo realizado por Guedes e Guedes (1997), constatou-se que o tempo NO QUAIS adolescentes permaneceram em atividades moderadas e vigorosas É INSUFICIENTE para promover alterações positivas para a saúde.

Em países desenvolvidos, programas têm sido administrados para auxiliar no aumento dos níveis de atividade física durante as aulas de Educação Física (SALLIS et al., 1997; PATE et al., 2005), similarmente aos dados encontrados no presente estudo, em escolas norte americanas a proporção das aulas em que os alunos permanecem em atividades moderadas a vigorosas foi de aproximadamente 37%, no entanto após programas de intervenção,

esta proporção subiu para 51% (MCKENZIE et al., 1996).

A maior participação dos meninos em atividades moderadas e vigorosas durante as aulas observadas no presente estudo vem de encontro com os relatos de outros trabalhos encontrados na literatura. Ao avaliar aulas de Educação Física para adolescentes de 11 a 14 anos utilizando o mesmo instrumento, Fairclough e Stratton, (2005), verificaram que os meninos permaneceram 39,4% das aulas em atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa, enquanto as meninas permaneceram 29,1%. O maior engajamento em atividades moderadas e vigorosas por parte dos meninos não é observado somente nas aulas de Educação Física, em atividades diárias os meninos também demonstram ser mais ativos (GAVERRY et al., 2003). Entre os adolescentes de escolas públicas do Rio de Janeiro, os meninos apresentaram menores índices de comportamentos sedentários e maiores níveis de atividade física (SILVA; MALINA, 2000).

Para que se consiga maximizar o tempo em que os alunos permanecem fisicamente ativos, o contexto da aula deve ser devidamente organizado, principalmente com tarefas de características motoras (SALLIS; MCKENZIE, 1997). Dentre as aulas observadas mais da metade das aulas foram destinados à prática de jogos estruturados (53,3%) e 35,2% jogos livres. De acordo com o proposto pelo protocolo sugerido pelo instrumento, o contexto jogos livres deve ser atribuído ao período de tempo para atividades as quais não há instrução do professor e os alunos escolhem participar ou não. Diante desta definição parece existir um descaso por parte do professores do gênero masculino uma vez que 68,1% das suas aulas foram atribuídos a jogos livres.

Foi constatado que em nenhum momento das aulas foi abordado conhecimento teórico sobre os benefícios da atividade física para saúde. Tal achado pode ser atribuído a falta de representatividade das aulas observadas, no entanto, deve-se ressaltar que este conteúdo é de grande importância no auxílio para a formação de indivíduos fisicamente ativos uma vez que o conhecimento destes benefícios e maior orientação têm sido associados à maior participação em atividades físicas (SALLIS et al., 2000). De fato, autoridades no assunto têm sugerido conteúdos os quais possam oferecer subsídios suficientes para que os alunos adquiram há-

bitos mais saudáveis e principalmente fisicamente ativos (NAHAS et al., 1995). Guedes e Guedes (1993, p.22), ressaltam que entre outros, o papel do professor é “promover entre as crianças e jovens uma maior compreensão do papel da atividade física e seus efeitos para a saúde, procurando fazer com que os alunos se tornem simplesmente pessoas ativas durante e após o período de escolarização”.

Maior envolvimento em atividades físicas tem sido freqüentemente associado a um maior incentivo de pessoas próximas, principalmente amigos e professores (SALLIS et al., 2000). Diante desta premissa, os dados deste estudo indicam que os professores necessitam repensar sua postura durante as aulas de Educação Física uma vez que apenas 8,1% do tempo das aulas eles motivaram seus alunos e, ao analisarmos as professoras, esta proporção cai para 0,1%. Mais da metade das aulas os professores apenas observaram a aula e realizaram outras tarefas não pertinentes ao conteúdo da Educação Física. Darido (2004) ao verificar os motivos pelos quais escolares se afastam das aulas de Educação Física conclui que “os professores que se mantiverem rígido em atividades que não despertem qualquer interesse dos alunos termina por afastá-los da disciplina” (DARIDO; 2004, p.78). Tal conclusão foi obtida pela observação que o afastamento das aulas ocorridos a partir do ensino fundamental até o ensino médio por parte dos alunos é acompanhando pela redução no número de estudantes os quais consideram que o professor motiva os alunos e o aumento na proporção dos que consideram que o professor não exige nada.

De acordo com os achados, observou-se que maiores níveis de AFMV foram obtidos durante a prática de jogos estruturados o que vem de encontro com os achados de Guedes e Guedes, (1997), no qual observou que as maiores médias de frequência cardíaca localizaram-se durante a prática de Futebol, Basquetebol e Handebol. No entanto, parece que os professores não tiveram grande influência sobre a participação em AFMV uma vez que a maior proporção do tempo despendido nestas atividades moderadas foi obtida durante a realização de instruções gerais (44,5%) e observação dos professores (39,3%).

Dentre as limitações do estudo, o pequeno número de aulas observadas podem não representar toda proposta e contexto das aulas e dos profes-

sores ao longo do ano, e em posteriores estudos, sugere-se que uma maior quantidade de aulas seja avaliada e que as avaliações sejam feitas com intervalos mensais para uma melhor representatividade das aulas. No entanto o fato de um único avaliador ter realizado as observações diminui a chance de erros intra-avaliadores.

Ainda, ressaltamos que apesar do treinamento QUE OS avaliadores que utilizam este instrumento devem passar, existe a possibilidade de erro devido às diferenças na interpretação do que vem a ser o nível de AF que esta sendo realizado pelo aluno. Este erro torna-se mais evidente quando há uma grande e rápida variação nos níveis de AF dos alunos constituindo uma limitação do instrumento.

Apesar dos professores não terem sido informados sobre o que exatamente estava sendo avaliado, existe a possibilidade dos mesmos mudarem o seu comportamento ao saberem que estão sendo observados limitando a precisão da avaliação.

Conclusão

Diante dos resultados encontrados, o tempo despendido nas aulas de Educação Física em níveis de atividade física de intensidade moderada a vigorosa foi baixo. Somente em 8,7% das aulas os

alunos se mantiveram em atividades de intensidade vigorosa.

As aulas foram predominantemente conduzidas pela prática de jogos estruturados e jogos livres tendo se atribuído uma pequena proporção para o desenvolvimento de atividades as quais tenham como objetivo principal o desenvolvimento da aptidão física dos alunos, sendo que em nenhum momento desenvolveram-se atividades voltadas à prática de habilidades ou conhecimento teórico sobre aptidão física, atividade física ou saúde.

Os professores destinaram uma pequena proporção da aula motivando os alunos e grande parte do tempo à observação da aula e realização de outras tarefas não pertinentes ao contexto. De fato, a elevada parte do tempo dos professores atribuída a outras tarefas indica certo descaso com a aula de Educação Física por parte destes.

Sugere-se que novas pesquisas sejam realizadas com amostras de aulas e escolas maiores e representativas da cidade, para posteriormente elaborar programas de intervenção com o objetivo de melhorar a qualidade das aulas de Educação Física uma vez que a importância de bons programas sobre a saúde e formação de indivíduos fisicamente ativos esta evidenciado na literatura.

Referências Bibliográficas

- AZEVEDO, M. R. et al. Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. **Revista de Saúde Pública**, v.41, n.1, p.69-75, Feb., 2007.
- DARIDO, S. C. 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, Jan./Mar., 2004.
- DATAR, A; STURM, R. Physical education in elementary school and body mass index: evidence from the early childhood longitudinal study. **American Journal of Public Health**, v.94, n.9, p.1501-6, Sep., 2004.
- FAIRCLOUGH, S; STRATTON, G. "Physical education makes you fit and healthy". Physical education's contribution to young peoples people's physical activity levels. **Health education Research**, v.2, n.1, p.14-23, Feb., 2005.
- FLETCHER, G. F. et al. Statement on exercise. Benefits and recommendations for physical activity programs for all Americans. A statement for health professionals by the Committee on Exercise and Cardiac Rehabilitation of

- the Council on Clinical Cardiology, American Heart association. **Circulation**, v.86, n.1, p.340-4, Jul., 1992.
- GAVARRY, O; GIACOMONI, M; et al. Habitual physical activity in children and adolescents during school and free days. **Medicine Science Sports and Exercise**, v.35, n.3, p.525-31, Mar., 2003.
- GUEDES, D. P. ; GUEDES, J. E. R. P. Educação física escolar: uma proposta de promoção da saúde. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v.8, n.14, p.16-23, Jan.,1993
- GUEDES, J. E. R. P.; GUEDES, D. P. Características dos programas de educação física escolar. **Revista Paulista de Educação Física**, v.11, n.1, p.49-62, Jan./Jun., 1997.
- GUEDES, D. P; GUEDES, J. E. R. P. Esforço físico nos programas de educação física escolar. **Revista Paulista da Educação Física**, v.15, n.1, p.33-44, Jan./Jun., 2001.
- HALLAL, P. C. et al. Adolescent physical activity and health: a systematic review. **Sports Medicine**, v.36, n.12, p.1019-1030, 2006.
- LE MASURIER, G. C; CORBIN, C. B. Top 10 reasons for quality physical education. **Journal of physical education, recreation and dance**, v.77, n.6, p.44-52, Aug., 2006.
- MCKENZIE, T. L. et al. School physical education: effect of the Child and Adolescent Trial for Cardiovascular Health. **Preventive Medicine**, v.25, n.4, p.423-431, Jul./Aug., 1996.
- MCKENZIE, T. L; SALLIS, J. F. SOFIT: System for observing fitness instruction time. **Journal of Teaching in Physical Education**, v.11, p.195-205, 1991.
- NAHAS, M. V. et al. Educação Para Atividade Física e Saúde - Implementação de Proposta Curricular Experimental. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Londrina, PR, v. 1, n. 1, p. 57-65, 1995.
- PATE, R. R. et al. Promotion of Physical Activity Among High-School Girls: A Randomized Controlled Trial. **American Journal of Public Health**, v.95, p.1582-1587, Sep., 2005.
- PATE, R. R. et al. Promoting physical activity in children and youth: a leadership role for schools: a scientific statement from the American Heart Association Council on Nutrition, Physical Activity, and Metabolism (Physical Activity Committee) in collaboration with the Councils on Cardiovascular Disease in the Young and Cardiovascular Nursing. **Circulation: Journal of the American Heart Association**, v.114, n.11, p.1214-24, Sep., 2006.
- REIS, R S. et al. Prevalência de inatividade física em escolares do ensino médio em escolas públicas de Curitiba-PR. **Caderno de Resumos: PIBIC-PUCPR / Pontifícia Universidade Católica do Paraná.**, p.106, 2006.
- SALLIS, J. F. et al. The effects of a 2-year physical education program (SPARK) on physical activity and fitness in elementary school students. **Sports, Play and Active Recreation for Kids. American Journal of Public Health**, v.87, n.8, p.1328-1334, Aug., 1997.
- SALLIS, J. F. et al. A review of correlates of physical activity of children and adolescents. **Medicine Science Sports and Exercise**, v.32, n.5, p.963-975, May., 2000.
- STRONG, W. B. et al. Evidence based physical activity for school-age youth. **Journal of Pediatrics**, v.146, n.6, p.732-737, Jun., 2005.
- TELAMA, R; YANG, X. Decline of physical activity from youth to young adulthood in Finland. **Medicine Science Sports and Exercise**, v.32, n.9, p.1617-22, Sep., 2000.

Endereço

Rd. Guglielmo Marconi 870, casa 11, Bairro Alto
 CEP 82820-250 - Curitiba - PR
 e-mail: akira_manaca@yahoo.com.br