

# **CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Denise Andréa Kist

**COMPORTAMENTO ATIVO E PASSIVO DAS CRIANÇAS DO ENSINO  
FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS DA ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO  
FUNDAMENTAL DONA LEOPOLDINA- SANTA CRUZ DO SUL, RS**

Santa Cruz do Sul

2016

Denise Andréa Kist

**COMPORTAMENTO ATIVO E PASSIVO DAS CRIANÇAS DO ENSINO  
FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS DA ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO  
FUNDAMENTAL DONA LEOPOLDINA- SANTA CRUZ DO SUL, RS**

Monografia em forma de artigo, apresentada ao Curso de Graduação em Educação Física, da Universidade de Santa Cruz do Sul como requisito parcial para obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Gilmar Fernando Weis

Santa Cruz do Sul

2016

UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

A COMISSÃO ORGANIZADORA, ABAIXO ASSINADA, APROVADA A  
MONOGRAFIA.

**COMPORTAMENTO ATIVO E PASSIVO DAS CRIANÇAS DO ENSINO  
FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS DA ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO  
FUNDAMENTAL DONA LEOPOLDINA- SANTA CRUZ DO SUL, RS**

ELABORADA POR  
DENISE ANDRÉA KIST

COM REQUISITO PARCIAL PARA OBTENÇÃO DE GRAU DE LICENCIADO EM  
EDUCAÇÃO FÍSICA

COMISSÃO EXAMINADORA:

---

Prof<sup>a</sup> Dra. Miria Suzana Burgos

---

Prof<sup>o</sup>. Ms. Gilmar Fernando Weis

---

Prof<sup>a</sup>. Ms. Cézane Priscila Reuter

## SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO.....	5
<b>CAPÍTULO I</b>	
<b>PROJETO DE PESQUISA.....</b>	<b>6</b>
1.JUSTIFICATIVA, DEFINIÇÃO DO PROBLEMA E OBJETIVOS.....	7
2. ATIVIDADE FÍSICA E ESTILO DE VIDA.....	9
3. MÉTODO DE INVESTIGAÇÃO.....	14
REFERÊNCIAS.....	15
<b>CAPÍTULO II</b>	
<b>ARTIGO.....</b>	<b>18</b>
<b>ANEXOS</b>	
ANEXO A- Instrumentos de coleta de dados.....	28
ANEXO B- Normas da revista.....	29

## **APRESENTAÇÃO**

O presente relatório se divide em dois capítulos. O capítulo I apresenta o projeto de pesquisa, incluindo-se a justificativa do projeto, o objetivo principal, a seguir constam o referencial teórico baseando-se em autores, o método utilizado para a realização da pesquisa, além dos dados principais dos sujeitos investigados, e descrição do instrumento para a coleta de dados.

No capítulo II, consta o artigo com os principais dados, de acordo com as normas da revista para publicação incluindo-se, introdução, referencial teórico, método de investigação, resultados e discussão, conclusão e referências. Além dos dois capítulos constam os anexos, que trazem os instrumentos de coletas de dados e as normas da revista para publicação.

**CAPÍTULO I**  
**PROJETO DE PESQUISA**

## **1 JUSTIFICATIVA, DEFINIÇÃO DO PROBLEMA E OBJETIVOS**

Diariamente escutamos nas mídias (televisão, rádio, jornal, revistas) a preocupação dos profissionais da área da saúde com os problemas relacionados ao excesso de peso corporal e obesidade. Estes distúrbios podem estar associados a diversos fatores, tais como a falta de atividade física, uma alimentação muito calórica e a falta de motivação. A diminuição da prática da atividade física, realizada pelas crianças e adolescentes na escola e comunidade, pode ser decorrente do aumento do tempo despendido diante da TV ou computador, e até mesmo dos celulares (TAVARES et al., 2014; VASCONCELLOS, ANJOS, VASCONCELLOS, 2013; MIELKE et al., 2015). A lei do menor esforço, segundo Gomes, Siqueira e Sichieri (2001), traz implicações sobre o padrão de doenças e saúde das pessoas de todas as faixas etárias.

O sedentarismo, em 2008, foi responsável por 13% das mortes no Brasil. É importante salientar que a falta de um estilo de vida mais ativo pode provocar a obesidade. Este distúrbio pode acarretar bullying dentro ou fora do espaço escolar pela falta de aceitação das outras crianças consideradas “normais”. Esta situação leva a criança a ter baixa autoestima, como consequência, ela se isola socialmente, brinca menos, sente-se envergonhada (CAMARGO et al., 2015; TAVARES et al., 2014).

As atividades recreativas se praticadas por mais tempo promove resultados mais positivos a médio e longo prazo e o professor de educação física tem um papel importante na promoção da saúde dos escolares e comunidade envolvida com a escola incentivando uma vida mais ativa ( BOCALETTO; VILARTA, 2007).

Assim sendo, é essencial que as aulas de Educação física sejam bem planejadas para atrair a atenção e o gosto das crianças para que sejam realizadas com prazer (GARCIA; WEIS; VALDIVIELSO, 2005). De acordo com Toseti (1977), as atividades recreativas devem manter a espontaneidade, serem criativas e prazerosas. O autor coloca ainda que as atividades recreativas tem como finalidade a diminuição de tensões e preocupações. O benefício que a recreação oferece segundo Silva (1971), é de ordem social, intelectual, cultural e afetiva. Assim estas atividades recreativas podem oferecer momentos de descanso, oportunidades de conhecer melhor nossos sentimentos e aprimorar a personalidade propiciando experiências novas.

Pereira (2005) ressalta ainda que as atividades físicas, além de promover a saúde e o bem-estar, minimizando os efeitos de doenças tais como: a obesidade, a hipertensão, a depressão, bem como diminuir o uso de medicamentos.

Diante do acima exposto, a presente pesquisa busca enunciar o seguinte **problema**: as atividades praticadas pelos escolares do ensino fundamental - anos iniciais apresentam um estilo de vida mais passivo ou mais ativo dentro e fora do ambiente escolar?

Assim, o estudo tem como **objetivo** verificar se as atividades praticadas pelos escolares do ensino fundamental - anos iniciais são mais passivas ou mais ativas, dentro e fora do ambiente escolar.

## **2 ATIVIDADE FÍSICA E ESTILO DE VIDA**

Para que as pessoas incorporem a atividade física para a vida toda, se faz necessário num primeiro momento que a escola e os pais incentivem as crianças a incorporarem desde cedo atividades mais ativas dentro e fora do ambiente escolar. Compete aos professores de Educação Física proporcionar atividades em forma de brincadeiras, tais como os jogos de estafetas com e sem bola tendo em vista que a brincadeira é fundamental na fase de crescimento (NEUTZLING et al., 2010).

Segundo Jóia (2010), o estilo de vida passou a ser um dos fatores determinantes para adquirir e manter a saúde da população. Investigações são publicadas com a finalidade de mostrar os benefícios de se adotar um estilo de vida saudável e serem incorporados pelas pessoas independentemente da faixa etária. O estilo de vida de acordo com Gonçalves e Vilarta (2004); Cavalcante, Freitas e Souza (2007); Silva (2011) inclui um conjunto de ações e procedimentos para se alcançar uma qualidade de vida adequada.

Para Burgos, Bigueline e Machado (2002), o estilo de vida é o conjunto de atitudes e valores incorporados no ambiente sociocultural. Defendem que o estilo de vida esta associado a situação financeira e o tempo livre das pessoas, isto é, variáveis que respeitem as características familiares, o tipo de habitação e as atividades habituais que as pessoas exercem.

Estudos realizados por O'Connor et al. (2013) e Nascimento et al. (2016) mostram que os pais tem papel fundamental para que a criança comece a praticar algum tipo de atividade física de forma sistemática e que poderá influenciar no comportamento das crianças, levando os filhos para passear em parques de diversões, pracinhas ou participando ativamente com elas nas brincadeiras. A tomada dessas atitudes por professores e pais poderá fazer com que haja maior probabilidade de que nas fases seguintes do crescimento as crianças se envolvam em programas que observem os princípios do treinamento físico, tais como: duração, frequência, intensidade e especificidade (CORDEIRO et al., 2016). Resultado encontrado em investigação realizado por Souza et al. (2013) apontou que é necessário pelo menos 30 minutos diários em cinco dias da semana de exercícios físicos para o fortalecimento muscular, resistência cardiovascular e flexibilidade. Já para Haskell et al. (2007), são necessários ao menos 30 minutos de exercício físico moderado, cinco vezes por semana, ou três vezes por semana, com 20 minutos de exercícios vigorosos, como suficientes para manter e promover a saúde.

Segundo Nahas (2003) a prática de atividade física durante a infância e adolescência promove a saúde esquelética, melhora a aptidão física, estimula o sistema neuromuscular, a coordenação motora e o equilíbrio, melhorando o aspecto psicológico. O mesmo autor ressalta que a inatividade tem efeito contrário, ocasionando debilidade, reduzindo a qualidade de vida e aumentando riscos cardiovasculares.

A investigação realizada com adolescentes por Ferreira e Chiapeta (2010), mostrou que se estes foram educados desde cedo a adotar hábitos saudáveis incluindo a atividade física, poderão impedir problemas relacionados à saúde tais como o diabetes, a obesidade e as doenças cardiovasculares quando adultos. Os mesmos autores colocam que o comportamento induzido por hábitos decorrentes dos confortos da vida moderna vem acarretando sérios problemas em um contexto geral.

As constatações do parágrafo acima são corroboradas na investigação realizada por Rossow e Rise (1994) com crianças e adolescentes na faixa etária compreendida entre os 10 e 17 anos e que tinha como objetivo verificar a influência sócio cultural representado pelos pais, amigos e professores de Educação Física para que estas incorporem a atividade física para a vida. Parece lógico deduzir daí que quando o entorno representado pelos pais existe a possibilidade das crianças se tornarem mais ativas. Da mesma forma enfatiza-se que, quando estas se tornarem adolescentes se torna mais difícil fazer com que estas se sensibilizem para incorporar uma vida mais ativa.

## **2.1 Comportamento mais ativo ou mais passivo**

Os comportamentos menos ativos já estão sendo incorporados por crianças a partir dos 5 anos. Esta nova realidade se deve a modernização do mundo virtual, como videogames, televisão, computadores, fazendo com que elas se tornem menos ativas (DUTRA et al., 2015).

Pesquisa realizada em 2010, pela Organização Mundial da Saúde (OMS), estima que 3,2 milhões de pessoas morrem em todo o mundo durante o ano, devido à falta de atividade física. Assim, o comportamento sedentário, que neste estudo será denominado atividades menos ativas tornou-se um risco para doenças crônicas. Para mudar esta realidade é importante incorporar atividades físicas para prevenir as enfermidades crônicas não transmissíveis (MONTERO et al., 2015).

É importante que os pais fiquem atentos ao dia a dia dos seus filhos, pois eles têm o controle mais efetivo sobre as atividades físicas das crianças, podendo influenciar

decisivamente na aquisição e na manutenção de comportamentos adequados. Ficar atento à prática de atividade física nos anos iniciais da escola irá contribuir para um estilo de vida saudável. Para isso se faz necessário que as crianças sejam orientadas e incentivadas desde cedo. O incentivo a essas práticas se faz necessário para que as crianças incorporem na sua rotina bons hábitos que, conseqüentemente, trarão resultados positivos na vida adulta (CORSO et al., 2012; JONG et al., 2013).

Torna-se importante modificar o ambiente oferecendo atividades físicas, pois está ocorrendo que, durante o período de lazer, as crianças estão em atividades sedentárias, como televisão, vídeos, computadores, tablets, celulares... que acabam muitas vezes por substituírem os jogos fisicamente ativos; o próprio deslocamento ativo a escola é uma boa alternativa para queima de calorias (SANTOS et al., 2013).

Segundo Guiselini (2004), os exercícios regulares servem para melhorar o condicionamento físico, evitando surgimento de doenças que aparecem por meio do sedentarismo.

### **2.3 Lazer e brincadeiras**

Tendo em vista o lazer, pode-se dizer que é muito difícil analisá-lo como algo isolado da vida humana, não se pode pensá-lo apenas por si próprio ou reduzi-lo a “atividades e ocupações no tempo livre” é necessário ampliar nosso entendimento e buscar compreender de forma global seus significados e especificidades dentro dos contextos de onde partem nossos olhares e percepções (SILVA, 2011). Segundo Nista-Piccolo (1999), a atividade própria das crianças é brincar. Para elas, é divertido, alegre e prazeroso brincar e, por isso, a atividade não precisa de nenhum objetivo que justifique sua prática. Não há como negar que, para a faixa etária infantil, brincar é uma necessidade. Basta deixarmos uma criança livre para fazer o que quiser e teremos como resultado uma brincadeira.

A infância e adolescência de acordo com Silva e Silva (2012) são os períodos mais críticos para estimular um estilo de vida ativo. Isto porque o autor coloca que a incorporação dos exercícios físicos vai fazer com que estes jovens se mantenham longe do sedentarismo e mais ativos durante a vida adulta.

Exaltando assim o potencial educativo proporcionado pelo lazer, ora como instrumento de educação (educação pelo lazer), ora como objeto de educação (educação para o lazer), não bastaria apenas garantir o acesso das pessoas, mas seria necessário produzir e

difundir uma cultura popular que, rompendo com as atitudes conformistas, proporcionaria condições a uma participação crítica e criativa, com vistas à instalação da nova ordem social (BACHELADENSKI; MATIELLO JÚNIOR, 2010).

O jogo, o esporte ou a atividade lúdico esportiva possuem características comuns, mediadas pelo espaço, pelas pessoas, buscando algum resultado, seja prazer pela participação, preservação da saúde, relações interpessoais. A prática do esporte propicia diversas intencionalidades, assim abrindo espaço para a recriação da participação, da técnica, dá forma, do espaço, se adaptando as necessidades de seus praticantes e contribuindo na promoção da saúde (BURGOS, 2004).

Os motivos pelos quais as crianças e adolescentes despertam para jogos e brincadeiras, oscilam desde a melhora das habilidades e divertir-se, fazer exercícios ou até mesmo formar equipes. Porém, com o avanço da idade, valorizam mais os aspectos relacionados com diversão e a eficiência. As crianças interagem através do jogo entre si, e isto é importante pois elas possuem visão similar. Na escolha do jogo precisamos ter cuidado para não escolher jogos difíceis e nem muito fáceis, desestimulando a criança a jogar (WEIS; POSSAMAI, 2008).

Quando oferecemos atividades com a finalidade de proporcionar entretenimento no tempo livre, a criança se relaciona com o mundo externo pelo simples fato de brincar. Na brincadeira a criança se desenvolve e as atividades proporcionam entretenimento e tem a finalidade de recrear, distrair, descansar, refletir a realidade, imaginar e criar, minimizando o estresse e recuperando energias, aspectos que podem gerar prazer, inquietação, tranquilidade e toda diversidade de sentimentos humanos (BURGOS et al., 2009).

A infância segundo Camargo (2010) é um momento de grande oportunidade para a aquisição de hábitos de vida saudáveis, em que o movimento assume um papel importante se tornando o centro da vida das crianças, sendo considerado desse modo, por oportunizar a criança autonomia nas mais simples vivências e situações do dia-a-dia e permitir-lhes assumir a inter-relação com o meio em que estão inseridos, agregando novas aprendizagens. As crianças assume um papel que possibilite um modo de se organizarem e se diferenciarem em relação ao mundo que as cerca, tudo isso através de movimentos que seu corpo experimenta durante as ações e da atuação com os objetos e com as pessoas que estão ao seu redor.

Todas as atividades favorecem a afirmação de si mesmo e a elaboração do esquema corporal uma vez que através disso a criança terá uma melhor noção de espaço e ampliará sua autonomia e suas relações sociais. Durante a brincadeira, o adulto deve intervir o menos possível, deixando que a criatividade e imaginação dominem o pensamento da criança, pois a

brincadeira além de prazerosa, traz felicidade, alegria e autoestima (SÁNCHEZ; MARTINEZ; PENALVER, 2003).

Para Smith (2006) a experiência do brincar para a criança é uma forma ideal para desenvolver diversas habilidades, para o autor é brincando que a criança experimenta livremente novas ideias no brincar criando novas histórias e inventando diferentes personagens, podendo se expressar a sua maneira sem se preocupar, elas apenas imaginam e vivem os personagens criados sem medo nem vergonha de se expor, para Moyles (2002) as crianças precisam se movimentar, e é impossível pensar e querer que permaneçam paradas.

A educação pré-escolar deve buscar na criança o que ela tem de melhor, valorizando seu corpo, assim como o movimento para se relacionar com o mundo evidenciando a importância dos aspectos lúdico-afetivos nas ações do cotidiano escolar, não podemos obrigá-las a buscar, e sim oferecer à a criança, oportunidade para que ultrapassem as barreiras da timidez ou da agressividade deixando que sejam livres para executar com prazer às atividades (RAMALHO, 2001).

Diante do acima exposto, Cunha (2001) considera importante que a criança brinque, sem medo de errar e que o conhecimento seja adquirido de forma espontânea. Este conhecimento vai fazer com que ela desenvolva a sociabilidade, aprendendo a se relacionar com o próximo, bem como trabalhar em equipe com prazer e aceitando as diferenças.

### **3 MÉTODO DE INVESTIGAÇÃO**

#### **3.1 Caracterização dos sujeitos da pesquisa**

A amostra do estudo contará com 59 crianças de ambos os sexos (24 masculino e 35 feminino) com idade entre 06 e 11 anos do ensino fundamental - anos iniciais de uma escola pública da rede municipal de ensino de Santa Cruz do Sul - RS.

#### **3.2 Abordagem metodológica**

Trata-se de um estudo de caráter descritivo exploratório. De acordo com **Gaya et al.** (2008), esta abordagem tem como finalidade analisar, definir fenômenos e seus pressupostos, identificando suas estruturas ou esclarecendo possíveis relações com outras variáveis.

#### **3.3 Procedimentos metodológicos**

O estudo será composto pelas seguintes etapas:

Etapa 1 - Definição do problema, do instrumento e local;

Etapa 2 - Autorização junto a direção da Escola para a realização da pesquisa;

Etapa 3 - Contato com os alunos e aplicação do questionário;

Etapa 4 - Digitação e análise dos dados;

Etapa 5 - Elaboração do artigo.

#### **3.4 Técnicas e instrumentos de coleta de dados**

Para a coleta de dados, foi empregado como instrumento de investigação um questionário criado por Camargo et al. (2015) denominado “Atividade física e comportamentos sedentários de crianças da pré escola até o quarto ano” adaptado pela autora para atender os objetivos do estudo. O inventário é composto por 19 questões sendo que 11 itens representam os comportamentos mais ativos e 8 itens os mais passivos. Em todas as questões as respostas eram dicotômicas: 1- sim e 2- não.

#### **3.5 Análise estatística**

A análise dos dados será realizada no programa SPSS v. 20.0, através de estatística descritiva (frequência e percentual).

## REFERÊNCIA

- BACHELADENSKI, M. S.; MATIELLO JUNIOR, E. Contribuições do campo crítico do lazer para a promoção da saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 15, n. 5, p. 2569-2579, 2010.
- BOCCALETTO, E. M. A.; VILARTA, R. Diagnóstico da alimentação saudável e atividade física em escolas municipais de Vinhedo/ São Paulo. Campinas, Ipes, 2007.
- BURGOS, M. S. Lazer: atividade Física na Promoção do esporte e da saúde. Cinergis, Santa Cruz do Sul, v. 5, n. 1, p. 17-37, jan. 2004.
- BURGOS, M. S. et al. Estilo de vida: lazer e atividades lúdico-desportivas de escolares de Santa Cruz do Sul. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 77-86, jan./mar. 2009.
- BURGOS, M. S.; BIGUELINI, G.; MACHADO, D. O. Jogo e lazer enquanto dimensões do estilo de vida: um estudo com crianças e adolescentes do projeto cestinha - UNISC. In.: BURGOS, M. S.; PINTO, L. M. S. de (Org.) *Lazer e estilo de vida*. Santa Cruz do Sul: EDUNISC, p. 65-93.
- CAMARGO, D. M. et al. Confiabilidad de un cuestionario para medir la actividad física y los comportamientos sedentarios en niños desde preescolar hasta cuarto grado de primaria. *Bio Médica*, Colombia, v. 35, n. 3 p. 347-56, 2015.
- CAMARGO, Vinícius Arnaboldi. *Estudo comparativo do nível de desempenho motor entre crianças pré-escolares praticantes e não praticantes de atividade física sistemática*. Dissertação-Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2010.
- CAVALCANTE, B. S., FREITAS, C. F., SOUZA, E. A., et al. Perfil do estilo de vida de acadêmicos recém ingressados no curso de educação física da Universidade Federal do Ceará. *Revista Científica*, Fortaleza, v. 1, n. 2, p. 1-6, 2007.
- CORDEIRO, J. P. et al. Hipertensão em estudantes da rede pública de Vitória/ ES: influência do Sobrepeso e obesidade. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, São Paulo, v. 22, n.1, p. 59-65, 2016.
- CORSO, A. C. T. et al. Fatores comportamentais associados ao sobrepeso e à obesidade em escolares do Estado de Santa Catarina. *Revista Brasileira dos Estudos de População*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 1, p. 117-131, jun. 2012.
- CUNHA, Nylse Helena Silva. *Brinquedoteca: um mergulho no brincar*. São Paulo: Vetor, 2001.
- DUTRA, G. F. et al. Hábito de assistir a televisão e sua influência sobre a atividade física e o excesso de peso infantis. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v.91, n.4, p. 346-351, 2015.
- FEREIRA, D. P.; CHIAPETA, S. M. S. V. Avaliação do nível de atividade física dos professores de Educação Física da cidade de Rio Pomba, MG. *Lecturas, Educação Física y Deportes*, Buenos Aires, v.15, n. 143, p. 1, abr. 2010.

FREITAS, R. W. J. et al. Prática de atividade física por adolescentes de Fortaleza, CE. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 63, n. 3, p. 410-415, 2010.

GONÇALVES, A.; VILARTA, R. *Qualidade de vida: concepções básicas voltadas à saúde*. 1. Ed. Manole, Barueri, 2004.

GAYA, A. C. et al. *Ciências do movimento humano: introdução à metodologia da pesquisa*. Porto Alegre: Artmed, 2008.

GARCIA, F. G; WEIS, G. F; VALDIVIELSO, M. N. Motivos de participación deportiva de niños brasileños atendiendo a sus edades. *Revista Apunts*, v. 80, n. 2, p. 29-36, 2005.

GOMES, V. B.; SIQUEIRA, K. S.; SICHIERI, R. Atividade física em uma amostra probabilística da população do Município do Rio de Janeiro, *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 17, n. 4, p. 969-976, 2001.

GUISELINI, Mauro. *Prescrição de exercícios para emagrecimento saudável*. São Paulo: Phorte, 2004.

HASKELL, W.; L. et al. Physical activity and public health. update recommendation for adults from the american college of sports medicine and the american heart association. *American Heart Association*, v. 116, n. 9, p. 1081-1093 ago. 2007.

JÓIA, L. C. Perfil do estilo de vida individual entre estudantes universitários. *Revista Movimenta*, v. 3, n. 1, p. 16-23, 2010.

JONG, E. et al. Association between TV viewing, computer use and overweight, determinants and competing activities of screen time in 4- to 13-year-old children. *International Journal of Obesity*, v. 37, n. 1, p. 47-53, 2013.

MIELKE, G. I. et al. Prática de atividade física e hábito de assistir à televisão entre adultos no Brasil: Pesquisa Nacional de saúde 2013. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, Brasília, v. 24, n. 2, p. 277-286, 2015.

MOYLES, JANET R. *Só brincar? O papel do brincar na educação infantil*. Porto Alegre: Artmed, 2002.

MONTERO, C. C. et al. Sedentarismo e inactividad física no son lo mismo!: una actualización de conceptos orientada a la prescripción del ejercicio físico para la salud. *Revista Médica Chile*, v. 143, n. 8, p. 1089-1090, 2015.

NAHAS, Markus Vinicius. *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. Londrina: Midiograf, 2003.

NASCIMENTO, M. M. R. et al. Percepção dos pais acerca da qualidade de vida relacionada à saúde de crianças e adolescentes com excesso de peso. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v. 92, n. 1, p. 65-72, 2016.

NEUTZLING, M. B. et al. Hábitos alimentares de escolares adolescentes de Pelotas, Brasil. *Revista Nutrição*, Campinas, v. 23, n. 3, p. 379-388, maio/ jun.2010.

- NISTA-PICCOLO, Lení Vilma. *Pedagogia dos esportes*. Campinas, São Paulo: Papyrus, 1999.
- O'CONNOR, T. M. et al. What hispanic parents do to encourage and discourage 3-5 year old children to be active: a qualitative study using nominal group technique. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, v. 10, n. 93, p. 1-9, 2013.
- PEREIRA, Gabriela. *A influência dos grupos de convivência na qualidade de vida dos idosos do município de Garopaba*. Florianópolis, 2005.
- RAMALHO, M. H. S. Revelando a ludicidade em sala de aula. *Cinergis*, Santa Cruz do Sul, v. 2, n. 2, p. 135-146, 2001.
- ROSSOW, I. RISE J. Concordance of parental and adolescent health behaviors. *Social Science e Medicine*, v. 38, n. 1, p. 85-92, 1994.
- SANCHEZ, Arnaiz P.; MARTINEZ, Marta R.; PENALVER, Iolanda V. *A psicomotricidade na educação infantil uma prática preventiva e educativa*. Artmed, 2003.
- SANTOS, A. et al. Fatores associados ao comportamento sedentário em escolares de 9-12 anos de idade. *Motriz*, Rio Claro, v. 19, n. 3, p. 25-34, jul. 2013.
- SILVA, D. A. S.; SILVA, R. J. S. Padrão de atividade física no lazer e fatores associados em estudantes de Aracaju-SE. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 13, n. 2, p. 94-101, 2012.
- SILVA, Tiago Felipe. Lazer, escola e educação física escolar: encontros e desencontros. *Licere*, Belo Horizonte, v. 14, n. 1, p. 1-17, mar. 2011.
- SILVA, N. Pithan. *Recreação*. 3 ed. São Paulo: Cia Brasil, 1971.
- SMITH, Peter K. *O brincar e os usos do brincar*. Porto Alegre: Artmed, 2006.
- SOUZA, C. A. et al. Prevalência de atividade física no lazer e fatores associados: estudo de base populacional em São Paulo, Brasil, 2008-2009. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 2, p. 270-282, fev. 2013.
- TAVARES, L. F. et al. Validade de indicadores de atividade física e comportamento sedentário da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar entre adolescentes do Rio de Janeiro, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 30, n. 9, p. 1861-1874, 2014.
- TOSETI, Solange. *A Educação Física*. 1. ed. Rio Grande do Sul: Edelbra, 1977.
- VASCONCELLOS, M. B.; ANJOS, L. A.; VASCONCELLOS, M. T. L. Estado nutricional e tempo de tela de escolares da Rede Pública de Ensino Fundamental de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 4, p. 713-722, 2013.
- WEIS, G. F; POSSAMAI, L. C. *O basquetebol: da escola à universidade*. 1. ed. Jundiaí, SP: Fontoura, 2008

**CAPÍTULO II**  
**ARTIGO**

**COMPORTAMENTO ATIVO E PASSIVO DAS CRIANÇAS DO ENSINO  
FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS DE UMA ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO  
FUNDAMENTAL DE SANTA CRUZ DO SUL, RS**

*Behavior assets and liabilities of elementary school children early years of a fundamental  
teaching municipal school Santa Cruz do Sul, RS*

Denise Andréa Kist\*  
Gilmar Fernando Weis\*\*

**RESUMO**

Este estudo descritivo-exploratório tem como objetivo verificar se as crianças do ensino fundamental dos anos iniciais apresentam um comportamento mais passivo ou ativo dentro e fora do ambiente escolar. Foram sujeitos deste estudo 59 crianças (24 do sexo masculino e 35 do sexo feminino), com idades entre 6 à 11 anos de uma escola municipal de ensino fundamental de Santa Cruz do Sul, RS. Para a coleta de dados os escolares responderam um questionário para avaliar a atividade física e comportamento passivo e ativo em pré-escolares de 1º ao 4º ano. Os resultados mostram que as meninas se envolvem mais em atividades passivas se comparados aos meninos fora do ambiente escolar. As atividades de tela são as preferidas entre os alunos com ligeiro predomínio das meninas. O hábito da leitura igualmente é mais comum entre as meninas. Nas atividades ativas, os resultados mostram que, jogar bola aparece entre aquela que é mais comum independentemente do sexo. Os meninos brincam mais sozinhos e dançam mais se comparados as meninas. Enquanto as meninas tem maior preferência por andar de bicicleta, jogar com amigas, vizinhos e jogar com bola. Nas atividades ativas (lúdico desportivas) dentro da escola a maioria das crianças de ambos os sexos não tem participado de nenhuma modalidade. O meio dos alunos se deslocarem para a escola de forma ativa é a pé ou de bicicleta. Os resultados mostram ainda que o ônibus é o meio de transporte mais utilizado pelos alunos e alunas.

**DESCRITORES:** Crianças, deslocamento, ativo e passivo.

---

\* Acadêmica do Curso de Educação Física da Universidade de Santa Cruz do Sul – UNISC, RS, Brasil.

\*\* Mestre em Desenvolvimento Regional, Docente do Departamento de Educação Física e Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul – UNISC, RS, Brasil.

## **ABSTRACT**

This descriptive exploratory study aims to determine whether the elementary school children in the early years have a more passive or active behavior inside and outside the school environment. Study participants were 59 children (24 male and 35 female), aged 6 to 11 years a fundamental teaching public school in Santa Cruz do Sul, RS. To collect school data a questionnaire to assess physical activity and active and passive behavior in preschool children from 1st to 4th year. The results show that girls engage more in passive activities compared to boys outside the school environment. The screen activities are preferred among students with a slight predominance of girls. The habit of reading is also more common among girls. In active activities, the results show that, play ball appears between that which is common regardless of gender. The boys play more alone and the girls dance more compared. While the girls have greater preference for biking, playing with friends, neighbors and play with ball. The active activities (sports recreational) within the school most children of both sexes has not participated in any mode. The medium of students moving to the school actively is on foot or by bike. The results also show that the bus is the means of transport most used by male and female students.

**KEY WORDS:** Children, displacement, active and passive.

## **INTRODUÇÃO**

Diariamente escutamos nas mídias (televisão, rádio, jornal, revistas) a preocupação dos profissionais da área da saúde com os problemas relacionados ao excesso de peso corporal e obesidade. Estes distúrbios podem estar associados a diversos fatores, tais como a falta de atividade física, uma alimentação muito calórica e a falta de motivação. A diminuição da prática da atividade física, realizada pelas crianças e adolescentes na escola e comunidade, pode ser decorrente do aumento do tempo despendido diante da TV ou computador, e até mesmo dos celulares (TAVARES et al., 2014; VASCONCELLOS, ANJOS, VASCONCELLOS, 2013; MIELKE et al., 2015). A lei do menor esforço, segundo Gomes, Siqueira e Sichieri (2001), traz implicações sobre o padrão de doenças e saúde das pessoas de todas as faixas etárias.

O sedentarismo, em 2008, foi responsável por 13% das mortes no Brasil. É importante salientar que a falta de um estilo de vida mais ativo pode provocar a obesidade. Este distúrbio pode acarretar bullying dentro ou fora do espaço escolar pela falta de aceitação das outras crianças consideradas “normais”. Esta situação leva a criança a ter baixa autoestima, como consequência, ela se isola socialmente, brinca menos, sente-se envergonhada (CAMARGO et al., 2015; TAVARES et al., 2014).

As atividades recreativas se praticadas por mais tempo promove resultados mais positivos a médio e longo prazo e o professor de educação física tem um papel importante na promoção da saúde dos escolares e comunidade envolvida com a escola incentivando uma vida mais ativa (BOCALETTO; VILARTA, 2007).

Assim sendo, é essencial que as aulas de Educação física sejam bem planejadas para atrair a atenção e o gosto das crianças para que sejam realizadas com prazer (GARCIA; WEIS; VALDIVIELSO, 2005). De acordo com Toseti (1977), as atividades recreativas devem manter a espontaneidade, serem criativas e prazerosas. O autor coloca ainda que as atividades recreativas tem como finalidade a diminuição de tensões e preocupações. O benefício que a recreação oferece segundo Silva (1971), é de ordem social, intelectual, cultural e afetiva. Assim estas atividades recreativas podem oferecer momentos de descanso, oportunidades de conhecer melhor nossos sentimentos e aprimorar a personalidade propiciando experiências novas.

Pereira (2005) ressalta ainda que as atividades físicas, além de promover a saúde e o bem-estar, minimizando os efeitos de doenças tais como: a obesidade, a hipertensão, a depressão, bem como diminuir o uso de medicamentos.

Para mudar esta realidade se faz necessário que os pais fiquem atentos ao dia a dia dos seus filhos, pois eles têm o controle mais efetivo sobre as atividades físicas das crianças, podendo influenciar decisivamente na aquisição e na manutenção de comportamentos adequados ao controle do peso corporal (CORSO et al., 2012; JONG et al., 2013, NASCIMENTO et al. 2016). Diante do acima exposto, o estudo tem como objetivo verificar se as atividades praticadas pelos escolares do Ensino Fundamental - anos iniciais são mais passivas ou ativas dentro e fora do ambiente escolar.

## **Método**

Neste estudo transversal foram avaliadas 59 crianças de ambos os sexos (mas. 24 e fem. 35) do 1º ao 4º ano do ensino básico, com idade entre 06 e 11 anos (  $M= 7,78$ ;  $DP= 1,28$ ). Para a coleta de dados dos sujeitos, foi aplicado um questionário construído e validado

por Camargo et al (2015), adaptado pela autora para atender os objetivos do estudo denominado “Atividades físicas e comportamentos ativos e passivos dentro e fora do contexto escolar”.

O questionário avalia questões relacionadas ao comportamento ativo e passivo das crianças do ensino fundamental anos iniciais. Para cada uma das questões, as crianças tinham que optar por uma das respostas “sim” ou “não”. Anteriormente à seleção e aplicação do questionário, houve contato com a direção da escola, posteriormente foi explicado aos alunos o objetivo do trabalho. O instrumento foi aplicado nas respectivas salas de aula. Para análise dos dados, foi utilizado o programa SPSS versão 20.0, através da frequência e percentual.

### Resultados e discussão

De forma geral se observa no quadro 1 que as meninas têm uma maior participação em “Atividades passivas fora do ambiente escolar” se comparados aos meninos. Independentemente do sexo as atividades de tela pela ordem (assistir televisão, computador, *Playstation*) apresentam maior número de alunos participantes, no entanto as meninas possuem maior participação do que os meninos. A leitura apresenta um equilíbrio, uma vez que 75,0% dos meninos contra 85,7% das meninas cultuam este hábito.

**Quadro 1-** Formas de deslocamento e atividades de lazer ativas e passivas dentro e fora do ambiente escolar - sexo

<b>A Atividades passivas fora do ambiente escolar</b>				
	<b>Masculino</b>		<b>Feminino</b>	
	<b>Sim</b>	<b>Não</b>	<b>Sim</b>	<b>Não</b>
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
1 Você assiste TV.	24 (100)	-	35 (100)	-
2 Você utiliza computador.	15 (62,5)	9 (37,5)	20 (57,1)	15 (42,9)
3 Você lê	18 (75,0)	6 (25,0)	30 (85,7)	5 (14,3)
4 Você faz algum tipo de curso (inglês)	-	24 (100)	2 (5,7)	33 (94,3)
5 Você faz algum tipo de curso de música	-	24 (100)	2 (5,7)	33 (94,3)
6 Brinca com Playstation e Nintendo	6 (25,0)	18 (75)	17 (48,6)	18 (5,4)
<b>B Atividades ativas fora do ambiente escolar</b>				
6 Você joga algum tipo de jogo com bola	23 (95,8)	1 (4,2)	33 (94,3)	2 (5,7)
7 Você caminha	19 (79,2)	5 (20,8)	29 (82,9)	6 (17,1)
8 Você costuma brincar sozinho	16 (66,7)	8 (33,3)	17 (48,6)	18 (51,4)
9 Você dança	15 (62,5)	9 (37,5)	9 (25,7)	26 (74,3)
10 Você anda de bicicleta	15 (62,5)	9 (37,5)	24 (68,6)	11 (31,4)
11 Você joga com amigos ou vizinhos	16 (66,7)	8 (33,3)	24 (68,6)	11 (31,4)

12 Você joga algum tipo de esporte com bola	14 (58,3)	10 (41,7)	31 (88,6)	4 (11,4)
<b>C Atividades ativas dentro do ambiente escolar</b>				
13. Participa de basquete	7 (29,2)	-	10 (28,6)	17 (70,8)
14. Participo do vôlei	-	-		-
15. Participo do futsal	-	-	2 (5,7)	-
16. Nenhuma das opções	17 (70,8)	-	23 (65,7)	-
<b>D Formas ativas de deslocamento para a Escola</b>				
17 Você se desloca caminhando	4 (16,7)	-	5 (14,3)	-
18 Você se desloca de bicicleta	-	-	2 (5,7)	-
19. Nenhuma das opções	20 (83,3%)	-	28 (80)	-
<b>E Formas passivas de deslocamento para a Escola</b>				
20 Você se desloca de Ônibus.	17 (70,8)	-	24 (68,6)	-
21 Você se desloca de Carro	4 (16,7)	-	6 (17,1)	-
22 Você se desloca de moto	-	-	1 (2,9)	-
23. Nenhuma das opções	3 (12,5)	-	4 (11,4)	-

Legenda: N= número de alunos; % = Percentual.

Em relação às “Atividades ativas fora do ambiente escolar” A variável que apresenta um percentual mais elevado independentemente do sexo é a q.6 “Você joga algum tipo de jogo com bola” com 95,8% entre as meninas e 94,3% entre os meninos que praticam algum jogo com bola. Os meninos participam mais nas atividades relacionadas ao brincar sozinho e as danças. Já as meninas têm uma maior participação nas questões relacionadas ao andar de bicicleta, jogar com amigos ou vizinhos e em esportes com bola (ver quadro 1).

Estes resultados são corroborados por estudo realizado com estudantes de Santa Cruz do Sul por Burgos, Biguelini e Machado (2002), que tinha como finalidade de traçar o estilo de vida de jovens estudantes fora do ambiente escolar mostrou que jogar futebol e andar de bicicleta estavam entre os principais atividades com e sem bola. Da mesma forma estudo realizado com escolares de POA demonstrou que entre as atividades preferidas estão jogar futebol e andar de bicicleta (GAYA; TORRES; PALETTO, 2002).

Da mesma forma estudo realizado por Gaya et al. (2006), com a finalidade de discorrer sobre o quadro atual da pedagogia relacionada à promoção da saúde no âmbito da Educação Física Escolar mostrou que, independentemente de pertencerem às escolas localizadas na zona rural ou urbana, 86% dos alunos, de ambos os sexos, apontaram a TV como a principal ocupação realizada em suas residências. Os resultados mostram que as principais atividades realizadas pelos alunos são: a) passear a pé 76,5%, b) andar de bicicleta 75,5%, c) jogar bola com 87% dos meninos e 60% das meninas. Foi constatado que na zona urbana 73% e na zona rural 85% dos meninos relataram não terem acesso a prática esportiva formal.

Nas questões relacionadas às “Atividades ativas dentro do ambiente escolar” o quadro 1 mostra que os alunos do sexo masculino e feminino participam apenas da modalidade de basquetebol respectivamente com 29,2% e 28,6%. Na análise do mesmo quadro se observa que 70,8% dos meninos e 65,7% não participam de nenhuma modalidade esportiva dentro do ambiente escolar. Estes resultados são compatíveis com a fase de desenvolvimento motor destas crianças tendo em vista que Barbosa Junior (2009) preconiza que os professores devem evitar aulas tradicionais com ênfase no esporte, em que o conteúdo central é a execução de fundamentos técnicos. O autor enfatiza ainda que a observação do professor em relação às fases em que se encontra o aluno vai proporcionar a criação de aulas mais atraentes.

Quanto às formas de deslocamento mais ativas se observa no quadro 1 que entre os alunos 16,7% e entre as alunas 20,3% se deslocam a pé ou de bicicleta. No mesmo quadro aparecem as formas de deslocamento para a escola de forma passiva onde 70,8% dos meninos e 68,6% das meninas se deslocam de ônibus. O deslocamento de carro é realizado apenas por 16,7% das meninas e 17,1% dos meninos. Nossos resultados se aproximam de investigação realizada por Pereira et al., (2014) com crianças moradoras do distrito de Braga com a finalidade de conhecer as formas de deslocamento para a escola detectaram que 21% delas se deslocam a pé. Já investigação realizada por Souza et al., (2013) com adolescentes apontaram que as formas mais comuns dos alunos se deslocarem para a escola foi a passiva com 77,8%, deste total 68,1% foi de automóvel.

## **CONCLUSÃO**

Nas atividades fora do contexto escolar os meninos mais do que as meninas são mais ativos. Dentro da escola as meninas são mais ativas se comparados aos meninos. O meio dos alunos se deslocarem para a escola de forma ativa é a pé ou de bicicleta. Os resultados mostram ainda que o ônibus é o meio de transporte mais utilizado por ambos os sexos.

## **REFERÊNCIAS**

BURGOS, M. S.; BIGUELINI, G. e MACHADO, D. O. Jogo e lazer enquanto dimensões do estilo de vida: um estudo com crianças e adolescentes do projeto cestinha - UNISC. In.: BURGOS, M. S.; PINTO, L. M. S. de (Org.) *Lazer e estilo de vida*. Santa Cruz do Sul: EDUNISC, 2002, p. 65-93.

BARBOSA JUNIOR, Alcino. Cuidado com a obesidade começa na infância. São Paulo: Caderno Ribeirão, 2009.

BOCCALETTO, E. M. A.; VILARTA, R. *Diagnóstico da alimentação saudável e atividade física em escolas municipais de Vinhedo/ São Paulo*. Campinas, Ipes, 2007.

CAMARGO, D. M. et al. Confiabilidade de un cuestionario para medir la actividad física y los comportamientos sedentarios en niños desde preescolar hasta cuarto grado de primaria. *Bio Médica*, Colombia, v. 35, n. 3, p. 347-56, 2015.

CORSO, A. C. T. et al. Fatores comportamentais associados ao sobrepeso e à obesidade em escolares do Estado de Santa Catarina. *Revista Brasileira dos Estudos de População*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 1, p. 117-131, jun. 2012.

GAYA, A. C. et al. *Ciências do movimento humano: introdução à metodologia da pesquisa*. Porto Alegre: Artmed, 2006.

GAYA A.; TORRES, L.; POLETTO, A. et al. Aptidão Física Relacionada à Saúde. Um Estudo Piloto sobre o Perfil de Escolares de 7 a 17 anos da Região Sul do Brasil. *Lecturas, Educación Física y Deportes*. Florianópolis, v. 6, n. 7, p. 50-60, 2002.

GARCIA, F. G; WEIS, G. F; VALDIVIELSO, M. N. Motivos de participação deportiva de niños brasileños atendiendo a sus edades. *Revista Apunts*, p. 29-36, 2005.

GOMES, V. B.; SIQUEIRA, K. S.; SICHIERI, R. Atividade física em uma amostra probabilística da população do Município do Rio de Janeiro, *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 17, n. 4, p. 969-976, 2001.

JONG E. et al. Association between TV viewing, computer use and overweight, determinants and competing activities of screen time in 4- to 13-year-old children. *International Journal of Obesity*, v. 37, n. 1, p. 47-53, 2013.

MIELKE, G. I. et al. Prática de atividade física e hábito de assistir à televisão entre adultos no Brasil: Pesquisa Nacional de saúde 2013. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, Brasília, v. 24, n. 2, p. 277-286, 2015.

NASCIMENTO, M. M. R. et al. Percepção dos pais acerca da qualidade de vida relacionada à saúde de crianças e adolescentes com excesso de peso. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v. 92, n. 1, p. 65-72, 2016.

PEREIRA, Gabriela. *A influência dos grupos de convivência na qualidade de vida dos idosos do município de Garopaba*. Florianópolis, 2005.

PEREIRA, B. O.; SILVA, A. N. Transporte ativo nas rotinas de vida das crianças: estudo em escola urbana. *Tribo da Ilha*. Florianópolis, v. 1 n. 1 p. 193-204, 2014.

SILVA, N. Pithan. *Recreação*. 3 ed. São Paulo: Cia Brasil, 1971.

SOUZA, C. A. et al. Prevalência de atividade física no lazer e fatores associados: estudo de base populacional em São Paulo, Brasil, 2008-2009. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 2, p. 270-282, fev. 2013.

TAVARES, L. F. et al. Validade de indicadores de atividade física e comportamento sedentário da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar entre adolescentes do Rio de Janeiro, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 30, n. 9, p. 1861-1874, 2014.

TOSETI, Solange. *A Educação Física*. 1. ed. Edelbra, Rio Grande do Sul, 1977.

VASCONCELLOS, M. B.; ANJOS, L, A.; VASCONCELLOS, M. T. L.; Estado nutricional e tempo de tela de escolares da Rede Pública de Ensino Fundamental de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 4, p. 713-722, 2013.

**ANEXOS**

**ANEXOS**

**ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTOS MAIS ATIVOS E MENOS ATIVOS  
DENTRO E FORA DO CONTEXTO ESCOLAR**

IDADE: \_\_\_\_\_ SEXO: F ( ) M ( )

ESCOLA \_\_\_\_\_ TURNO: Manhã ( ) Tarde ( ) Tempo integral ( )

ENSINO FUNDAMENTAL: Anos iniciais: 1º ( ) 2º ( ) 3º ( ) 4º ( )

**1 Como você se desloca para a escola...**

1.1 Caminhando: sim ( ) não ( ),

1.2 Bicicleta sim ( ) não ( )

**2 Você se desloca para a escola com algum tipo de transporte: Se sim. Qual**

2.1 Ônibus: sim ( ) não ( )

2.2 Carro sim ( ) não ( )

2.3 Moto sim ( ) não ( )

**3 Você participa de alguma esporte oferecido pela escola...**

3.1 Basquete: sim ( ) não ( )

3.2 Futsal: sim ( ) não ( )

3.3 Vôlei, sim ( ) não ( )

**4 Atividades de lazer mais ativas fora do contexto escolar**

4.1 Joga algum tipo de esporte com bola: sim ( ) não ( )

4.2 Caminha: sim ( ) não ( )

4.3 Dança: sim ( ) não ( )

4.4 Anda de bicicleta sim ( ) não ( )

4.5 Patins: sim ( ) não ( )

4.6 Joga com amigos ou vizinhos: sim ( ) não ( )

**5 Atividades de Lazer menos ativas fora do contexto escolar**

5.1 Você costura realizar leituras: sim ( ) não ( )

5.2 Faz algum tipo de curso de inglês: Sim ( ) Não ( ),

5.3 Você faz algum tipo de curso de música: sim ( ) não ( )

5.4 Você assiste TV: Sim ( ) Não ( )

5.5 Você brinca com o Playstation, Nintendo, etc. sim ( ) não ( )

## **NORMAS DA REVISTA EFDEPORTES**

### **Notas**

As notas devem desenvolver o tema em profundidade com um estilo claro e legível. O conteúdo deve estar de maneira original e mais inédito possível. Se for uma apresentação em um evento, indicar local, instituição e respectiva data. Os artigos são enviados sob um pseudônimo especialistas ou profissionais envolvidos revista da sua supervisão acadêmica.

O texto do artigo deve ser produzido em formato digital o mais neutro possível (.doc ou .rtf): Arial ou Times New Roman, espaço 1,5, sem espaçamento. Deve ser enviado para o nosso endereço de e-mail [efdeportes@gmail.com](mailto:efdeportes@gmail.com) anexado a uma mensagem. Deve ser corrigido sem erros de ortografia, gramática, estilo ou edição. Os Padrões de APA referências devem ser usados.

Ele pode ser escrito em qualquer língua, de preferência Espanhol, Português, Inglês, Francês ou catalão. Recomenda-se não exceder 3.900 palavras ou 10 páginas no total.

O texto deve ser acompanhado com: nome do autor e / ou autores, filiação (graus acadêmicos e instituições), palavras-chave e resumo do artigo. O título, palavras-chave e resumo em outro idioma (Inglês, Português ou outros) devem ser incluídos. Você também deve incluir telefone, endereço e e-mail para contato. Deve esclarecer-se, se você tem uma página pessoal na WWW.

Pode ser acompanhado de: fotografia do autor ou autores e ilustrações, imagens, gráficos, desenhos, idealmente em papel ou em formato digital (.jpg ou .gif) em cores ou preto e branco; também formado mp3 som, animação por computador em WMV, AVI ou outro formato compatível com o formato HTML.

Colaborações também são aceitas nos formatos acima que têm ligações com o conteúdo da revista (Ex. Ilustrações). O documento original enviado para a digitalização não são devolvidos.

Não será publicado: textos com conteúdo que promova qualquer tipo de discriminação social, racial, sexual ou religiosa; ou artigos já publicados em outros lugares na World Wide Web. Você deve ser submetido à aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa, se for o caso.

Uma vez que o texto seja aceito para publicação e, em seguida, publicado, republicado ou copiado para outro site, ou outro formato digital ou papel não é permitido.

### **Revisões**

As opiniões devem ser expressas em linguagem simples e, no caso de um ponto crítico, especificar o artigo e o autor de referência. Você não deve usar termos depreciativos.

## **Software e Publicações**

Enviar um livro ou programa, não uma demo. Inclua um comentário, instruções e outros detalhes. Além de todos os dados para entrar em contato com o autor e / ou distribuidor.

## **O desenvolvimento dos padrões das referências**

As normas da APA requer a elaboração de uma lista final de referências.

A lista de referências no final de uma obra deve fornecer as informações necessárias para identificar e recuperar as fontes utilizadas especificamente no preparação e justificação dos mesmos.

É imperativo que cada uma das citações que foram inseridas no texto é de referência correspondente na lista final e, inversamente, qualquer entrada na lista de referências deve ser citada no texto.

Uma vez que uma das finalidades da lista de referência é para permitir que o leitor recuperar e usar as fontes citadas, os dados de referência devem ser corretos e completos. Cada entrada geralmente contém os seguintes elementos: autor, ano de dados de publicação (localização e editoriais) publicação e título.

As seções a seguir são explicados em detalhes com alguns exemplos, características de estilo e pontuação prescrita para escrever referências literatura dos principais tipos de documentos.

## **Orientações Gerais**

- Os dados para escrever a citação tirada do documento original para o qual relacionam, e são atraídos, principalmente, da capa.
- Nomes pessoais devem ser abreviados, usando apenas as iniciais.
- Para obras anônimas, o primeiro elemento do evento será o título.
- Se o autor é uma entidade do mesmo nome pode ser indicada como aparece na fonte.
- Para escrever o título, os critérios para capitalização são respeitados na língua em que é dada a informação.
- Legendas podem ser incluídas após o título, separadas por dois pontos e espaço (:)

- Se nenhuma data aparece no documento podemos dar uma data aproximada. (precedida pela abreviatura de cerca de: ca). Exemplo: ca. 1957

### **Citando uma monografia**

Monografias, seguindo as orientações da APA são citadas de acordo com a seguinte esquema geral:

Nome (s), iniciais do nome. (Ano de publicação). Título do livro em itálico. Lugar Publicação: Editora.

Opcionalmente, podemos colocar a menção de edição, que vai entre parênteses após o título; e, se houver volume que vão em itálico.

### **Um único autor**

Exemplos:

Pennac, D. (1998). *Como um romance*. Barcelona: Anagrama.

Aldecoa, J. (1992). *História de um professor*. (7ª ed.) Barcelona: Anagrama.

### **Vários autores**

Se mais há mais de um autor deve indicar todos separados por vírgulas, exceto o último é precedida pela palavra "y" (e em Inglês).

Exemplos:

Bramwell, D., y Bramwell, Z. I. (1990). *Flores silvestres de las islas Canarias*. (3ª ed.) Madrid: Rueda.

Sears, F. W., Zemansky, M. W., y Young, H. D. (1988). *Física universitária*. Argentina: Addison-Wesley Iberoamericana.

García Marí, F., Costa Comelles, J., y Ferragut Pérez, F. (1994). *Las plagas agrícolas*. (2ª ed.) Valencia: Phytoma España.

### **Diferentes referências ao autor**

Quando se trata de compiladores, editores, coordenadores ou diretores devem especificar após o nome entre parênteses.

Exemplos:

Haynes, L. (comp.) (1989). *Investigación/acción en el aula*. Valencia: Generalitat Valenciana.

Fernández Berrocal, P., y Melero Zabal, M. A. (coords.) (1995). *La interacción social en contextos educativos*. Madrid: Siglo XXI.

### **Citando um capítulo de um livro**

Os capítulos de livros são citados de acordo com o seguinte esquema geral:

Nome (s), iniciais do nome dado. (Ano). Título do capítulo. A. A.  
 Nome (s) Editor de A, BB Nome (s) editor B, e C. Nome (s) editor C (Eds. Ou Comps.  
 etc.), Título do livro (pp. xxx-xxx). Local de publicação: Editora.

Exemplos:

### **Um autor**

Boekaerts, M. (2009). La evaluación de las competencias de autorregulación del estudiante. En C. Monereo (coord.), *PISA como excusa: repensar la evaluación para cambiar la enseñanza* (pp. 55-69). Barcelona: Graó.

### **Vários autores**

Alvarez, I., e Gomez, I. (2009). PISA, uma avaliação de projeto internacional verdadeira escuridão e luz. Em C. Monereo, *Pisa como uma desculpa* (coord.): *Repensar avaliação para mudar o ensino* (pp. 91-110). Barcelona: Grão.

Contribuições para Conferências, Simpósios ... são citados da mesma forma:

Exemplos:

Fraga González, C. (1982). Carpintería mudéjar en los archipiélagos de Madeira y Canarias. En *Actas del II Simposio Internacional de Mudejarismo: arte*. (pp. 303-313). Teruel: Instituto de Estudios Turolenses.

Aguilera Klink, F. (2003). Vigencia y necesidad de la nueva economía del agua. En P. Arrojo Agudo y L. del Moral Ituarte (coords.), *La directiva marco del agua: realidades y futuros: III Congreso Ibérico sobre Gestión y Planificación de Aguas* (pp. 175-184). Zaragoza: Universidad de Zaragoza.

### Como citar um artigo de jornal ou revista

Um artigo de jornal, seguindo as regras da APA, citado em conformidade com o seguinte esquema geral:

Nome (s), iniciais do nome dado. (Ano de publicação). Título artigo. Título da revista em itálico, número do volume (número de emissão colchetes), última página primeira página do artigo.

### Um único autor

Exemplos:

Torre Champsour, L. de la (2006). Documentos sobre la música en la catedral de Las Palmas. *El Museo Canario*, 61, 353-454.

Kelchtermans, G. (1996). Teacher vulnerability: Understanding its moral and political roots. *Cambridge Journal of Education*, 26 (3), 307-323.

### Dois a seis autores

Os nomes de todos eles, separados por vírgulas que indicam, a última precedida a conjunção "y" (& em Inglês).

Exemplos:

Kernis, M. H., Cornell, D. P., Sun, C. R., Berry, A., & Harlow, T. (1993). There's more to self-esteem than whether it is high or low: The importance of stability of self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1190-1204.

Llopis, E., Roselló, E., y Villaroya, J. (2009). "Fills de Kassim" un musical para educaren la convivencia cultural. *Eufonía: Didáctica de la música*, 47, 104-116.

### Mais de seis autores

O nome do primeiro seis será indicado, seguido por et al.

Exemplo:

Wolchik, S. A., West, S. G., Sandler, I. N., Tein, J., Coastworth, D., Lengua, L. et al. (2000). An experimental evaluation of theory-based mother-child programs for children of divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 843-856.

### **Resumo (ou abstrato) a partir de um artigo**

Quando a referência é um resumo da fonte original deve se colocar o resumo da palavra e depois o título:

Exemplo:

Woolf, N. J., Young, S. L., Fanselow, M. S., & Butcher, L. L. (1991). MAP-2 expression in cholinceptive pyramidal cells of rodent cortex and hippocampus is altered by Pavlovian conditioning [resumo]. *Society for Neuroscience Abstracts*, 17, 480.

### **Citando um recurso da Internet**

Os recursos disponíveis na Internet pode ter uma tipologia variada: revistas, monografias, portais, bases de dados ... Portanto, é muito difícil dar uma diretriz geral para servir por qualquer tipo de recurso.

Pelo menos uma referência de Internet deve ter o seguinte:

- Título e autores do documento.
- A data em que o documento foi consultado.
- Endereço (URL "uniform resource locator")

Agora, através de vários exemplos, como especificamente citar alguns tipos recursos eletrônicos.

### **Monografia**

A mesma forma de citação é usada para para monografias impressas. Mosto adicionar o URL e data em que o documento foi consultado.

Lau, J. (2004). *Directrices internacionales para la alfabetización informativa* [versão eletrônica]. México: Universidad Veracruzana. Página visitada em 21 de janeiro de 2009 de: <http://bivir.uacj.mx/dhi/DoctosNacioInter/Docs/Directrices.pdf>

### **Portais:**

UNESCO.org. Página visitada em 21 de janeiro de 2010 de: [http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL\\_ID=29011 & URL\\_DO = DO\\_TOPIC & URL\\_SECTION = 201.html](http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL_ID=29011&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html)

### **Jornal artigos:**

A mesma forma de citação é usado como para artigos de revistas impressas. Você deve adicionar o URL e data em que o documento foi consultado.

Exemplo:

Sabaté Bel, F. (2005). La isla-continente que quisieron convertir en continenteisla. *Rincones Del Atlántico*, 2. Página visitada em 28 de junho de 2011 de: <http://www.rinconesdelatlantico.com/num2/isla-continente.html>

Añel Cabanelas, E. (2009). Formación on-line en la universidad. *Pixel-Bit: Revista de Medios y Educación*, 33, 155-163. Página visitada em 19 de janeiro de 2010 de: <http://www.sav.us.es/pixelbit/pixelbit/articulos/n33/11.pdf>

### **Artigos de periódicos eletrônicos que estão em um banco de dados:**

Ele usa a mesma forma de citação para artigos de periódicos impressos, mas deve ser adicionado o nome do banco de dados, a data foi consultado pelo documento.

Exemplo:

Sánchez-Valle, I. (1997). Metodología de la investigación educativa de la profesión docente: (referencia a la Educación Secundaria). *Revista Complutense de Educación*, 7(2), 107-136.

Página visitada em 20 de janeiro de 2009 de: DIALNET,  
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=150203&orden=1&info=link>

Nota-se que não existe um ponto final quando uma referência termina com um URL.

### **Como citar documentos inéditos (teses, dissertações ...)**

Os documentos (como teses, dissertações ...) que não tenham sido publicados e que desconhecido publicação possível são citados de acordo com o seguinte esquema:

Nome (s) nome. (Ano). Título da obra em itálico. (Classe do documento inédito: Tese de doutorado não publicada, documento não publicado ...). Instituição acadêmica na qual apresenta. Localização.

Exemplos:

Ardevol González, J. F. (1990). *Flora y vegetación del municipio de Icod de los Vinos*. (Tese inédita). Departamento de Biología Vegetal. Universidad de La Laguna.

Almohalla Gallego, F. (1986). *El Señorío de Osuna en Archidona: 1831-1862*. (Licenciatura inédita). Universidad Nacional de Educación a Distancia. Ceuta.

Se o documento já foi publicado, foi citado como um estudo de caso na sequência da seguinte esquema:

Nome (s) Name. (Ano). Título da obra em itálico. (Tese de doutorado). Instituição acadêmica no que foi apresentado. Localização.

### **Citando informações da web social**

#### **Blog Mensagem**

Sobrenome, iniciais do nome. (Ano, mês, dia). Título entrada post. [Publicar um blog]. Retirado de <http://xxxxxxx.com>

#### **Youtube Vídeo**

Sobrenome, iniciais do nome. (Ano, mês, dia). Título do vídeo. [File Video]. Retirado de <http://www.youtube.com/URLespecifica>

**Tuit**

Usuário. (Ano, mês, dia). O tweet completo [Tweet]. Retirado de <http://twitter.com/usuario>

**Postado no Facebook**

Nome de usuário. (Ano, mês, dia). O post completo. [Update Facebook]. Retirado de <http://facebook.com>

**O email**

Citado no texto, não está na lista de referência. Inicial e último nome do remetente (comunicação pessoal, mês, dia, ano)

**Como ordenar as referências**

Nas referências escritas pelas normas da APA, o texto deve ser organizado com respeito à primeira linha de cada consulta.

Exemplos:

De Landsheere, G. (1985). *Diccionario de la evaluación y de la investigación educativa*. Barcelona: Oikos-Tau.

Vaquero Rico, J. (2008). *Navegación costera: problemas resueltos*. (6ª ed.) Madrid: Pirámide.

As referências devem ser apresentadas em ordem alfabética pelo sobrenome do autor, ou primeiro autor no caso de serem muitos. Se um autor tem várias obras serão classificados em ordem de aparecimento.

Exemplos:

De Landsheere, G. (1982). *La investigación experimental en educación*. París:UNESCO.

De Landsheere, G. (1985). *Diccionario de la evaluación y de la investigación educativa*. Barcelona: Oikos-Tau.

De Landsheere, G. (1986). *La recherche en éducation dans le monde*. Paris: P.U.F.

Se o mesmo autor, possuir várias referências no mesmo ano deve especificar os anos seguido de uma letra minúscula e ordenou em ordem alfabética.

Exemplos:

Freire, P. (1978a). *Pedagogía del oprimido*. Madrid: Siglo XXI.

Freire, P. (1978b). *Pedagogía y acción liberadora*. Madrid: Zero.

Freire, P. (1978c). *Cartas a Guinea-Bissau: Apuntes para una experiencia pedagógica en proceso*. Madrid: Siglo XXI.

Se são obras de um autor em colaboração com outros autores, a ordem será indicada pelo sobrenome do segundo autor, independentemente do ano de publicação.

Publicações individuais são colocadas antes das obras colaborativas.

Exemplos:

Stake, R. E. (1975a). *Evaluating the arts in education: a responsive approach*. Ohio: Merrill.

Stake, R. E. (1975b). Program Evaluation: particularly responsive evaluation. *Occasional Papers*, n. 5. Kalamazoo: University of Western Michigan.

Stake, R. E. (1978). The case study method in social inquiry. *Educational Researcher*, 7, 5-8.

Stake, R. E., & Easley, J. A.(comp.) (1978). *Case studies in science educations*, vol. 1,2. Illinois: CIRCE, University of Illinois.

Stake, R. E., & Gjerde, C. (1971). An evaluation of TCITY: The Twin City Institute for Talented Youth. *Occasional Papers*, n. 1. Kalamazoo: University of Western Michigan.