

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, ATITUDES E VALORES:UM OLHAR ALÉM DO ESPORTE

Felipe da Cunha Viana Ramos¹ Guilherme Gomes Palmeira¹ Wellington Luis da Vitória Nascimento¹ Felipe Goncalves Dos Santos de Sa²

¹Aluno de graduação do curso de Educação Física Multivix Cariacica;

²Professor da Faculdade Multivix Cariacica;

Resumo: A Educação Física Escolar possui importante função de gerar e intervir sobre às atitudes e os valores durante às práticas corporais para a aprendizagem e desenvolvimento humano. Do objetivo geral deste trabalho é abordar como as aulas de Educação Física contribuem para a aprendizagem do tema para os alunos do ensino fundamental. Como metodologia usada revisão bibliográfica, efetuando levantamento de livros científicos, livro texto, periódicos e revistas científicas online e sites sobre a metodologia da Educação Física Escolar, atitudes e valores. Dos resultados encontrados, observou-se a existência de poucos estudos que investigassem a sistematização do tema nas aulas de Educação Física Escola para o ensino fundamental. Das considerações finais é que o professor elabore estratégias condizentes para promover mudanças nas atitudes dos alunos e ensinar valores com o objetivo de formar cidadãos. Essas estratégias precisam ser bem direcionadas e intencionadas para que realmente essas mudanças ocorram.

Palavras chave: Educação Física Escolar. Atitudes e valores. Além do Esporte.

Abstract: Keywords: School Physical Education has an important function to generate and intervene in attitudes and values during bodily practices for human learning and development. The general objective of this work is to approach how Physical Education classes contribute to the learning of the subject for elementary school students. As methodology used, bibliographic review, surveying scientific books, textbooks, online scientific journals and journals and websites on the methodology of School Physical Education, attitudes and values. From the results found, it was observed that there are few studies that investigated the systematization of the theme in Physical Education classes for elementary school. One of the final considerations is that the teacher develops suitable strategies to promote changes in students' attitudes and teach values with the objective of forming citizens. These strategies need to be well targeted and intentional for these changes to actually take place.

INTRODUÇÃO

A Educação Física e sua relação com o desenvolvimento de atitudes e valores vêm desde os tempos da Grécia Antiga, onde a ênfase da atividade física estava ligada a intelectualidade e a espiritualidade em forma de mitologia e filosofia de vida. Contudo e com o passar dos tempos, a Educação Física foi expandida para fins de formação militar, visando a aptidão física dos indivíduos para guerras, para habilidades esportivas e para cultos ao corpo nas escolas. Depois do fim de algumas guerras e com as mudanças nas propostas pedagógicas das instituições de ensino, o que passou a ser tradicional agora é libertador, a Educação Física, passou a ser uma disciplina escolar obrigatória, a priorizar não só desempenho nas práticas esportivas ou nas atividades física de lazer, mas como a formação do caráter, em processo atitudinal de ensino e aprendizagem dos alunos (NOVIKOF, COCCHIARALE, 2012; OLIVEIRA, 2004; PRAT et al. 2002).

Assim, a Educação Física com função importante de gerar definições de atitudes e valores nas tarefas e intervenções durante as aulas, os alunos começam a desenvolver essa temática na vida pessoal e social, com grandes significados dentro e fora do contexto escolar. Pensando nisso, o problema da pesquisa em questão é o que de fato é passado e aprendido nas aulas de Educação Física para os alunos do ensino fundamental sobre as atitudes e valores? Esse problema de investigação surgiu durante uma conversa em sala de aula na disciplina estágio supervisionado II do curso de Licenciatura em Educação Física sobre como os alunos tem aprendido sobre o tema na escola e nas aulas de Educação Física. E como justificativa para a inquietação surgida cita-se o fato de que a sistematização do conteúdo sobre atitudes e valores pelo professor possivelmente proporciona para os alunos do ensino fundamental, a formação do desenvolvimento social, com aprendizados significativos, que vão muito além da prática esportiva.

E como objetivo geral do presente trabalho é abordar como as aulas de Educação Física contribuem para a aprendizagem de atitudes e valores para os alunos do Ensino Fundamental. Dos objetivos específicos (1) apresentar o que de fato os alunos têm aprendido nas aulas de Educação Física Escolar sobre atitudes e valores; (2) explicar como a didática docente auxilia na aquisição de atitude e valores sistematizados nas aulas de Educação Física Escolar.

METODOLOGIA

A Metodologia desenvolvida nesse trabalho é um estudo de revisão bibliográfica sobre a metodologia educação física escolar, atitudes e valores. As informações foram obtidas a partir de livros científicos, livro texto, periódicos e revistas científicas online e também em sites. O trabalho desenvolvimento foi escrito como base da pesquisa bibliográfica que abrange a leitura, análise e interpretação de livros e periódicos. Baseado em Gil (2002) as pesquisas bibliográficas têm como principal finalidade desenvolver e conhecer diversos suportes que venha a contribuir para com as investigações de um determinado tema.

A pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, construído principalmente de livros e artigos científicos. Embora em quase todos os estudos seja exigidos algum tipo de trabalho dessa natureza, há pesquisas desenvolvidas exclusivamente a partir de fontes bibliográficos. (GIL, 2002, p. 44)

Nesse sentido, a pesquisa caracteriza-se como bibliográfica o levantamento de toda a bibliografia já publicada, em forma de livros, revistas, publicações avulsas e imprensa escrita na qual foram consultados artigos científicos que possuíam como temas educação física escolar, jogos cooperativos, o esporte na escola, o esporte da escola, competição, cooperação onde foram apresentadas suas diferenças, a importância dos jogos cooperativos, com o objetivo de agregar valor e sentido nas aulas de educação física escolar no ensino médio (MARCONI e LAKATOS,1992).

CONCEITUANDO ATITUDES E VALORES

Para entender os conceitos de atitude e valor, é necessário a compreensão de dois outros conceitos: o de ética e de moral. Houaiss & Villar (2001) definem ética como parte da filosofia que investiga o comportamento humano frente às normas e regras de conduta em sociedade. E a moral como um conjunto de normas e regras destinadas a regular as relações dos indivíduos em sociedade. Percebe-se,

analisando estas definições, que ambas se relacionam e que dizem a respeito da conduta humana, uma estabelece a regra para orientar os humanos em grupos sociais e a outra estuda essa regra.

Essa regulamentação do comportamento humano se relaciona com o valor a tudo aquilo que dá caráter positivo ou negativo, bom ou mau, útil ou inútil, em si mesmo ou coletivo. Mas do ponto de vista ética e moral “os valores são os fundamentos da moral, das normas e regras que prescrevem a conduta correta”. Ora, a noção subjetiva do valor é dado a pessoa pela necessidade de julgamento dos outros, e o valor público de uma pessoa é denominado dignidade, honra ou desonra (JAPIASSÚ E MARCONDES, 1996, p. 31).

Quanto a definição da palavra atitude, o homem possui uma orientação seletiva frente a qualquer situação e intimamente ligada a hábitos que se acredita e se julga ser melhor, e que dependem dos valores que se fundamentam, ou seja, a atitude está pautada totalmente nos valores. A atitude é “o projeto de opções porvindouras em face de certo tipo de situação (ou problema), ou como um projeto de comportamento que permita efetuar opções de valor constante diante de determinada situação” (ABBAGNANO, 2000, p.67).

A partir desses conceitos, surge a necessidade de compreender como são inseridos dentro das aulas de Educação Física Escolar de forma sistematizada, e como as intervenções ocorrem após certos comportamentos humanos, e de que forma mais significativa ocorrem no sentido de valorizar a autoestima, bem como o espírito de solidariedade, o espírito coletivo, o respeito às regras, entre outros vivenciados na prática corporal.

ATITUDES E VALORES NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Segundo a Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2018), a Educação Física para o Ensino Fundamental tematiza as práticas corporais nas suas múltiplas formas de significação e (re) significação social dos sujeitos ao longo da história. Estas práticas corporais (Brincadeiras e jogos; esportes; danças; lutas; ginásticas e práticas corporais de aventura) são abordadas de modo que os alunos ampliam sua consciência a respeito de seus movimentos e dos recursos para o cuidado de si e dos outros, desenvolvendo a autonomia física e mental para as mais diversas finalidades humanas e permitindo o acesso a um vasto universo de saberes. Esses saberes são vinculados aos conhecimentos

discutidos e vivenciados durante as práticas corporais, que possibilitam a aprendizagem de atitudes e valores associadas ao ato intencional do professor no processo de ensino aprendizagem. Ao legitimar essas práticas, a BNCC indica claramente do que os alunos devem saber e saber fazer sempre considerando a mobilização dos conhecimentos, das habilidades, das competências, das atitudes e dos valores para o pleno exercício da cidadania e do mundo do trabalho (BNCC, 2018, p. 13).

Abordar essa temática nas aulas de Educação Física nem sempre são pensadas e sistematizadas pelos docentes. Grande parte dos professores, abordam esse foco mediante a um conflito entre os alunos durante uma atividade proposta, foco embutido no chamado “currículo oculto”, ou seja, não foi planejado mais apareceu por acaso como conteúdo, e que grande parte do foco foi superficial pelo educador e por vezes sem feedback pelos alunos. E mesmo que o ensino de atitudes e valores já estão inseridos dentro das aulas de forma inesperada e no currículo oculto, é preciso discutir quais as atitudes e os valores que devem ser ensinados e como devem ser trabalhados pelos docentes de forma mais coerente e eficaz para que ocorra a significação dos conceitos e sua prática pelos educandos. (ARANHA, 2006; LA TAILLE, 2010)

Barreto e Gruppi (ANO?), abordam que algumas atividades físicas, como o esporte escolar, estão associados atitudes e valores, como cooperação, o respeito, a responsabilidade, a criatividade e a honestidade objetivando a aprendizagem numa perspectiva de socialização dos educandos. Porém, as instituições públicas são contraproducentes, pois tem implantado desporto escolar onde é necessário apurar bons resultados e por vezes, cobram das crianças para serem os melhores ou os campeões. Numa pesquisa realizada pelos autores, com aproximadamente 110 alunos e alunas de sexta e sétima séries do ensino fundamental. A primeira abordagem sobre atitudes e valores no esporte escolar, foi feito em sala de aula, com os alunos opinando e criticando sobre essa temática, mas pouco tempo depois os conceitos desta temática foram se ampliando para a quadra e na escola, mas jamais abandonaram o espírito de competição que parece está enraizado para sempre nos cérebros dos estudantes.

Ademais, este estudo sobre a percepção dos alunos sobre atitudes e valores nas atividades físicas demonstram claramente que se faz necessário planejar a temática e pô-la em ação, ampliam as possibilidades de mudanças de pensamentos,

com profundo diálogo sistematizado do professor com o aluno, a partir do que foi planejado e de como esses indivíduos percebem estas informações e como se relacionam e comunicam com o mundo através de suas posturas. É claro que o professor precisará respeitar as etapas do desenvolvimento e crescimento humano em seus planejamentos diários de aula com uma postura mais reflexiva e crítica no trabalho pedagógico para os objetivos que se deseja sobre os alunos em sua formação integral para fazer parte da sociedade, alterando essa obsessão em competir e ganhar que por tanto tempo vêm dominando o cenário da Educação Física Escolar.

PAPEL DA EDUCAÇÃO FÍSICA COMO INSTRUMENTO PEDAGÓGICO.

Pensar a Educação física como um instrumento pedagógico é tê-la em mente como ferramenta de formação, nesse enquadramento a educação física atua como um processo de formação do homem, que está presente em todas as sociedades humanas e é inerente ao homem como ser social e histórico. Sua existência está fundamentada na necessidade de formar gerações mais novas, transmitindo-lhes seus conhecimentos, valores e crenças e, com isso dando-lhes possibilidades para novas realizações, e necessário que o professor faça uma explanação do que é a Educação Física Escolar, pois até mesmo por serem crianças, elas têm a ideia de que é somente jogar bola. Devemos explicar todo o processo de como e uma aula de Educação Física Escolar, ressaltando o lado educacional tanto do corpo como do intelecto, explicar os processos de higiene, convivência em grupo (socialização), preconceitos (racial, religioso, social, sexual), mas sempre de uma forma alegre, que se adeque a sua linguagem. Segundo Barbosa (2001, p. 19).

E para isso cabe ao professor levar em consideração todos os fatores envolvidos, procurando um novo formato na elaboração das aulas, para mostrar o verdadeiro valor da Educação física no ambiente escolar, buscando estabelecer a qualidade no ensino, sendo esta busca pela qualidade o ponto de partida que estrutura uma ação pedagógica planejada, dando condições ao indivíduo de entender, interagir e transformar o seu contexto social. Para Marco (1995) a educação física dentro da escola serve como instrumento para o desenvolvimento do cidadão, tais como o desenvolvimento das capacidades e habilidades motoras, trabalhadas dentro das diversas maneiras metodológicas de ensino adotadas e também serve como sendo um espaço educativo privilegiado para promover as relações interpessoais, a

autoestima e autoconfiança valorizando-se aquilo que cada indivíduo é capaz de fazer em função de suas possibilidades e limitações pessoais.

A reflexão acerca da prática docente na disciplina é uma das ferramentas que podem auxiliar nesse processo, conforme afirma Piccolo (1993, p.15) refletir é necessário e aos resultados dessa reflexão radical e contextualizada devem ser socializados na perspectiva de desestruturar-se a ordem estabelecida para além, ainda segundo Piccolo (1993) o principal papel do professor, através de suas propostas, é o de criar condições aos alunos para tornarem-se independentes, participativos e com autonomia de pensamento e ação. Assim, poderá se pensar nunca educação física comprometida como a formação integral do indivíduo. Dessa forma, pode-se enfatizar o papel relevante que a educação física tem no processo educativo.

Por isso é necessário que o professor leve em consideração todos os fatores envolvidos, procurando um novo formato na elaboração de aulas, para mostrar o verdadeiro valor da educação física no ambiente escolar, nesse contexto a educação física atua como um processo de formação do homem, que está presente em todas as sociedades humanas e é inerente ao homem como ser social e histórico. Sua existência está fundamentada na necessidade de formar gerações mais novas, transmitindo-lhes seus conhecimentos valores e crenças e, com isso dando-lhes possibilidades para novas realizações.

DISCUSSOES

Para a pesquisa bibliográfica, efetuou-se um levantamento de artigos publicados em periódicos do banco de dados eletrônicos da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência da Saúde (LILACS) e no Scientific Electronic Library Online (SCIELO) no período de 2016 a 2021. Dos critérios estabelecidos para a seleção dos artigos científicos foram utilizar os seguintes descritores na língua portuguesa, atitudes, valores, valores humanos e educação física escolar. Foram encontrados 156 trabalhos científicos publicados.

Os procedimentos foram organizados na seguinte sequência: na primeira etapa, ocorreu a leitura de títulos e resumos dos 156 artigos, teses, dissertações, monografia, destes, apenas 20 trabalhos foram para etapa seguinte que ocorreu a leitura completa do texto e seleção criteriosa para a formação do quadro abaixo sistematizado, que no final restaram apenas 2 trabalhos. Grande parte dos trabalhos publicados e que foram descartados para essa pesquisa abordavam as atitudes e valores fora contexto escolar, a maioria referente a área médica, voltados para a saúde mental dos indivíduos jovens e adultos. Dos 2 trabalhos selecionados, todos voltados para o que de fato é passado e aprendido nas aulas de Educação Física Escolar sobre atitudes e valores no ensino fundamental no qual discorrimento.

REFERÊNCIA	OBJETIVO	METODOLOGIA	POPULAÇÃO
Souza (2016)	compreender como a dimensão atitudinal é desenvolvida no contexto de uma escola da rede pública do município de Vitória/ES, dando ênfase à Educação Física.	Estudo de caso	Alunos do ensino fundamental
Ginciene e Mattiesen. (2018)	Investigar a importância do ensino dos valores na escola, sistematizando algumas estratégias passíveis de utilização em aulas de Educação Física	Pesquisa ação	Alunos ensino fundamental

No estudo caso realizado por Souza (2016), em determinada escola de ensino fundamental do município de Vitória/ES, constatou que a efetivação sistematizada da abordagem de atitudes e valores nas aulas de Educação Física Escolar ocorrem de forma incidental, confirmando, portanto, a ausência de um planejamento por parte dos dois professores que participaram da pesquisa. Mesmo diante desta confirmação, o autor analisou as práticas desenvolvidas pelos professores da escola, através das três abordagens didáticas na dimensão atitudinal, são elas: exortativa, incidental e intrínseca. A exortativa que refere-se as atitudes e os valores por discursos e verbalização do professor, a incidental que define a intervenção docente frente a uma situação problemática durante a aula e a intrínseca por meio de vivência de alguma pratica corporal trabalhar as atitudes e os valores.

Após análise na evidência da abordagem didática da dimensão atitudinal tipo intrínseca, grande parte das atividades físicas desenvolvidas estão voltadas para os esportes coletivos, como o basquete, vôlei, handebol, futebol e futsal e para os jogos coletivos como a queimada, pique-bandeira. Tais esportes e jogos parecem estar ligados à compreensão de que os mesmos podem promover o desenvolvimento da

socialização, cooperação, do coletivo, o respeito às regras e ao próximo, autonomia, interação, responsabilidade, solidariedade, etc. Quanto ao tipo exortativo, os professores incentivavam verbalmente os alunos a não desistirem das jogadas, nos passes de bola e na atuação conjunta das equipes, o espírito de solidariedade e competição. Para o tipo incidental, supervisionavam as atitudes dos alunos diante de conflitos, intervindo quando os ânimos se excediam. Além disso, nota-se que os alunos “sabem ser e fazer”, isto é, são capazes de tomar decisões e fazer escolhas, no aspecto moral ou atitudinal, mesmo desprovidos de uma atividade consciente e reflexiva sobre às atitudes e os valores.

Dada a importância do planejamento sobre as atitudes e dos valores nas aulas de Educação Física, Ginciene e Mattiesen (2018) em sua pesquisa ação em conjunto com determinado professor de uma escola estadual de ensino fundamental da cidade de Rio Claro/SP, demonstraram que é necessário elaborar estratégias de ensino essenciais para que às atitudes e os valores apareçam de uma forma sistematizada nas aulas e não como fruto do acaso, com a finalidade de formar cidadãos conscientes de seus direitos e deveres. No primeiro momento da pesquisa, foram realizadas observações dos alunos para identificar comportamentos inadequados durante as aulas, tais como exclusão, desrespeito, brigas, conversas excessivas e outros. Após observações, planejamento e intervenções, houve positivamente uma drástica mudança de comportamento, conforme relatado anteriormente. Por fim, as autoras avaliam que para detectar mudanças efetivas no comportamento dos alunos dentro e fora da escola, recomendam que os professores façam continuamente planejamento e coloquem ação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo do desenvolvimento deste trabalho permitiu perceber a importância do tema na formação do indivíduo como cidadão consciente que vive harmoniosamente consigo e com o próximo. Constata-se que a disciplina de Educação Física possibilita uma infinita dimensão atitudinal durante as práticas corporais para os discentes, tais como a cooperação, participação, solidariedade, honestidade e outros, no entanto, é necessário que o professor elabore estratégias condizentes para promover mudanças nas atitudes dos alunos e ensinar valores com o objetivo de formar cidadãos. Essas estratégias precisam ser bem direcionadas e

intencionadas para que realmente essas mudanças ocorram, caso contrário, poderá levar para brigas, desrespeito e etc.

Dentre os objetivos propostos, todos foram alcançados. Apresentamos e evidenciamos como as aulas de Educação Física Escolar contribuem para a aprendizagem de atitudes e valores para os alunos do ensino fundamental, como e o que de fato os alunos têm aprendido e como didática docente é importante para as mudanças do comportamento humano. Especificamos os significados dos conceitos de atitudes e valores para uma melhor compreensão e como são abordados na educação física escolar para desenvolvimento afetivo e social crianças. Esses conceitos quando planejados de forma ciente, como já falamos, influenciam na formação do caráter de um indivíduo, cabendo ao professor a diversificação das propostas metodológicas para a eficiência do ensino.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABBAGANANO, N. **Dicionário de filosofia**. 4ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2000, .67;

ACEDO, L. M. **Valores e atitudes na prática pedagógica do professor de Educação Física**. Rio Claro: Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, 2009;

ARANHA, M. L. A. **Filosofia da Educação**. 3. ed. rev. e aum. São Paulo: Ed. Moderna, 2006;

BARBOSA, C. L. de A. **Educação Física Escolar: as representações sociais**. Rio de Janeiro: Shape, 2001;

BARRETO, N.S; GRUPPI, D.R. **O ESPORTE COMO PAPEL EDUCATIVO E SOCIAL**. Secretaria de Estado da Educação do Paraná, Programa de Desenvolvimento Educacional – PDE, ANO?. Disponível em: <<http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/1117-4.pdf>>;

CERVO, A. L.; BERVIAN, P. A.; DA SILVA, R. **Metodologia Científica**. 6ª ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007, p. 61;

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002;

GINCIENE, G; MATTHIENE, S.Q. **Estratégias para o ensino dos valores em aulas de educação física**. Pensar a Prática, Goiânia, v. 21, n. 1, jan. /mar. 2018;

HOUAISS, A.; VILLAR, M. S. **Dicionário Houaiss da língua portuguesa**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001;

JAPIASSÚ, H.; MARCONDES, D. **Dicionário básico de filosofia**. 3ª ed. Revisada e ampliada. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 1996, p. 31;

LA TAILLE, Y.; MENIN, M. S. S. (org.). **Crise de valores ou valores em crise?** Porto Alegre: Artmed, 2010;

LA TAILLE, Y. **Moral e ética: dimensões intelectuais e afetivas**. Porto Alegre: Artmed, 2006;

MARCO, A. **Pensando a educação motora**. São Paulo: Papirus, 1995;

MARCONI, M. A; LAKATOS, E. M. **Metodologia do trabalho científico: procedimentos básicos, pesquisa bibliográfica, projeto e relatório, publicações e trabalhos científicos**.-7 ed.- 7. reimpr. –São Paulo, 2012. p. 43;

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Base Nacional Comum Curricular - BNCC**, 2018, p. 13. Disponível em:<basenacionalcomum.mec.gov.br>;

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Curso de Formação Inicial de Agentes Comunitários de Saúde – 2012**. Secretaria de Estado da Saúde do Espírito Santo. 2012. Disponível em:< http://portal.saude.gov.br/arquivos/snee/Caderno_de_textos/Nucleoeducacaoformacaoasaude.pdf>;

NOVIKOF, C; COCCHIARALE, N.F.B.R. **Educação Física Escolar: na busca de valores e atitudes**. Buenos Aires: Revista Digital efdeportes, nº171, Agost. 2012. Disponível em: <<https://efdeportes.com/efd171/educacao-fisica-escolar-valores-e-atitudes.htm> acesso em 25/04/2020>;

OLIVEIRA, V.M. **O que é Educação Física**. 4ª reimpr. São Paulo: Brasiliense, 2004;

PRAT, M.; SOLER, S.; GARCIA, V.; PASCUAL, O. **OS valores da Educação Física e do desporto**. Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales, v. 6, p. 5-11, 2002. Disponível em:< <https://educrea.cl/la-educacion-en-valores-a-traves-de-la-educacion-fisica-y-el-deporte/> >;

PICCOLO, V. L.. **Educação física escolar: ser ___ ou não ter?**. Campinas: Ed. da UNICAMP, 1993. 136 p.;

SOARES, A.K.F. **Valores Humanos: um diálogo com a prática esportiva de adolescentes no Projeto Segundo Tempo – forças no esporte**. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Centro de Ciências da Saúde,

Departamento de Educação Física. Natal, RN. 2019. Disponível em :<
<https://monografias.ufrn.br/jspui/handle/123456789/8669>>

SOUZA, A.L. **Educação em valores no contexto escolar: um estudo de caso.** Universidade Federal do Espírito Santo, Centro de Educação Física e Desporto, Vitória, ES. 2016. Disponível em: <
<http://repositorio.ufes.br/handle/10/7311>>