

A INFLUÊNCIA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE O LAZER ATIVO

Ana Karoline Ferreira Ronconi Bianchi¹, Carlos Eduardo Vasco¹, Silvestre Barbosa Ferreira da Silva¹, Simone Alves de Almeida Simões²

1 - Acadêmico do curso de Educação Física Licenciatura

2 - Doutora – Docente Multivix Cariacica

RESUMO

O presente trabalho teve como objetivo analisar qual a influência das aulas de Educação Física escolar no tempo de lazer ativo praticado pelos adolescentes e jovens fora do âmbito escolar. As atividades desenvolvidas nas aulas de educação física permitem aos alunos a vivência das práticas corporais através da diversidade cultural, dos esportes e do amplo leque de conteúdos que a BNCC apresenta como base para o ensino. Além disso, é o local ideal para compartilhar experiências com essas práxis. Impactando no aumento do lazer ativo fora do ambiente escolar, esse fator, além de contribuir para inclusão social, visa promover qualidade de vida e também o aumento do lazer ativo, favorecendo a saúde em todos os seus aspectos. A metodologia usada para essa pesquisa caracteriza-se por uma pesquisa básica, qualitativa e descritiva, baseada na revisão da literatura em artigos científicos, livros e revistas. Resultados: observou-se que jovens e adolescentes que se inserem no mercado de trabalho muito cedo, entre outras responsabilidades, têm o seu tempo livre diretamente comprometido, diminuindo o tempo dedicado ao lazer ativo e conseqüentemente aumentando o tempo de lazer passivo. Concluiu-se que a interação nas atividades físicas das aulas de Educação Física escolar corroboram positivamente na influência da prática do lazer ativo fora da escola, uma vez que ainda dentro do processo de ensino é o único momento onde os estudantes são estimulados à realização das práticas corporais sobre orientação profissional, principalmente no ensino fundamental II e no Médio.

Palavras-Chave: lazer ativo; lazer passivo; educação física escolar; práticas corporais.

1 INTRODUÇÃO

O lazer é considerado o momento em que o indivíduo tem fora de suas obrigações, sejam elas operações de trabalho, atividades ou obrigações domésticas. Por muito tempo, o termo “tempo livre” esteve condicionado à oposição de trabalho, principalmente durante a revolução industrial. Mas falar sobre lazer não é algo fácil, envolve diversos pensamentos sobre cultura, política, religião, esportes e saúde (FERNANDES, HÚNGARO e ATHAYDE, 2022).

Podemos dizer que o lazer é dividido em ativo e passivo. No lazer ativo o indivíduo é protagonista sobre suas ações, têm maior contato com a natureza, com o convívio social, suas práticas contribuem para a manutenção da saúde e o maior gasto energético. Já o lazer passivo está relacionado ao consumismo, o indivíduo somente consome algum tipo de produto seja ele assistir um filme no cinema ou jogar videogame. Portanto, o tempo livre dedicado ao lazer ativo precisa ser maior do que ao lazer passivo (UBIRATAN SILVA ALVES). É perceptível e preocupante o volume pequeno de lazer ativo na sociedade em geral, principalmente para adolescentes.

Na escola, a Educação Física é a disciplina que por meio das práticas corporais aborda sobre lazer, atividades físicas e exercícios físicos, além do conhecimento cultural. Na escola o indivíduo experimenta diversas práticas corporais, vivenciando fenômenos culturais e que estes refletem sobre seu cotidiano (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO).

A participação nas aulas de educação física possibilita aos alunos maior contato com o lazer ativo, introduzindo saberes importantes para realização de atividades nos momentos de lazer e proporcionando prazer. Outro fator interessante, é a quantidade de conteúdos presentes na BNCC a serem apresentados pelo professor e que os mesmos possibilitam a identificação com determinada prática ou esporte. Dessa forma, a probabilidade do aluno praticar atividades físicas, exercendo o lazer ativo, são maiores. (UBIRATAN SILVA ALVES). Pensando no cenário atual, onde o contato com a tecnologia e o período de isolamento social intensificou o uso de tecnologias, a escolha e aceitação pelo lazer passivo é muito maior do que o lazer ativo. Toledo (2021) apontou que adolescentes e jovens estão cada vez mais conectados às ferramentas digitais e isto é algo que traz grande preocupação à sociedade. Diante disso, realizar uma busca na literatura sobre como está o lazer ativo de adolescentes é de grande importância para guiar

os pesquisadores, levando-os das premissas às conclusões. Assim, o objetivo do estudo é avaliar a influência das aulas de Educação Física escolar no lazer ativo de adolescentes fora da escola.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 LAZER COMO CONTEÚDO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA BNCC

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) é um currículo unificado que vem com o objetivo de melhorar a qualidade de ensino nas escolas brasileiras, além de trazer equidade, buscando ofertar as mesmas condições de ensino para todos; levando em consideração as condições e a realidade dos estudantes. Já era um mecanismo previsto a muito tempo dentro dos parâmetros da Constituição Federal em 1998, assim como nas Leis e Diretrizes de Bases da Educação (LDB) responsáveis pela Educação do Brasil (EMERSON PEREIRA BRANCO).

A BNCC foi desenvolvida após diversos debates, por diferentes pessoas da área da educação e da sociedade. Entre outubro de 2015 e março de 2016 foi lançada a primeira versão. Logo em seguida, pela coleta das informações de especialistas, membros da comunidade acadêmica, e pesquisadores da Universidade de Brasília (UnB) e da Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-RJ) foi possível elaborar uma segunda proposta em maio de 2016 (BRASIL, 2018).

Somente em 20 de dezembro de 2017, após a examinação de especialistas brasileiros e estrangeiros, professores, especialistas e associações científicas, a versão final da BNCC foi homologada pelo Ministro da Educação, Mendonça Filho. Em 22 de dezembro de 2017 a CNE (Conselho Nacional de Educação) apresentou a resolução CNE/CP nº2 para a implantação da BNCC. (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2018).

A Educação Física sempre teve ligação direta com os esportes, em seu contexto histórico é notório que as práticas corporais estavam interligadas com jogos ou atividades competitivas. No Brasil, a Educação Física sofreu diversas influências, econômicas, políticas e sociais que resultaram na inserção dentro do contexto escolar. É a área de conhecimento ligada às práticas corporais, inserida no campo das linguagens uma vez que em seus componentes há as possibilidades de

diversas formas de interação, levando em consideração não só o movimento corporal mas a cultura apresentada no mesmo. BNCC:

A Educação Física é o componente curricular que tematiza as práticas corporais em suas diversas formas de codificação e significação social, entendidas como manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, produzidas por diversos grupos sociais no decorrer da história. Nessa concepção, o movimento humano está sempre inserido no âmbito da cultura e não se limita a um deslocamento espaço-temporal de um segmento corporal ou de um corpo todo (BRASIL, 2018).

A educação física, assim como os demais componentes curriculares, tem como objetivo garantir e oportunizar o direito à aprendizagem e o desenvolvimento, “os quais ocorrerão por meio dos seguintes princípios: éticos, políticos e estéticos, os quais devem ser observados e concretizados em todas as etapas da educação básica.” (Telma Adriana Pacifico Martineli, 2016). As práticas corporais na escola são de extrema importância na formação dos alunos, por mais que haja adaptações e mude um pouco da estrutura original, experimentar as atividades corroboram para a aquisição de capacidades e potencialidades importantes para a formação da criança, além de desenvolver o pensamento reflexivo.

O lazer, aparece como conteúdo da educação física vinculado às práticas de atividades corporais “...fora das obrigações laborais, domésticas, higiênicas e religiosas, nas quais os sujeitos se envolvem em função de propósitos específicos, sem caráter instrumental.” (BRASIL, 2018 P 213) práticas essas práticas que poderão gerar respostas afetivas positivas e satisfação. Segundo Carlos Alberto Fonseca (2021) a educação física, por meio da multidisciplinaridade, tem maior destaque comprando as demais disciplinas. Sendo assim, as aulas de educação física influenciam nas atividades realizadas dentro e fora das escolas.

Ser competente em uma prática corporal é apresentado no texto no sentido de poder dar conta das exigências colocadas no momento de sua realização no contexto do lazer. Trata-se de um grau de domínio da prática que permite ao sujeito uma atuação que lhe produz satisfação.(BRASIL, 2018)

Nas unidades temáticas, as propostas de atividade corroboram para o conhecimento cultural por meio dos jogos, brincadeiras, esportes, danças, lutas, práticas corporais de aventura e ginásticas; fornecendo ao professor maneiras diferentes de oferecer a seus alunos aquilo que é de direito. Além disso, trabalhar atividades que os alunos vivenciam fora da escola faz com que o aluno tenha maior

interesse pelas aulas. A partir disso, é possível construir vínculo entre escola e aluno, tornando as relações mais próximas e possibilitando que o aluno pratique atividades físicas em ambientes externos (VOLL, 2022).

Para Hélder Ferreira Isayama (2009) a educação física é uma área de conhecimento dentro do campo da saúde, o ensino ou desenvolvimento das práticas corporais facilita a inserção de hábitos saudáveis, consciência corporal, reflexão sobre qualidade de vida, entre outros; contribuindo para a promoção da saúde. Educação Física, saúde e lazer estão diretamente ligadas, sendo assim é importante que os alunos participem das aulas para que por meio da experimentação e da prática o aluno possa aprender novas formas de linguagens e novos conteúdos. Quando levamos em consideração o conceito de saúde a Organização Mundial de Saúde define saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades” (OMS, 2018.), o bem - estar é importante quando estamos falando de educação física e lazer, afinal o bem estar é o resultado da soma dos produtos como de atividades físicas/ exercícios físicos, práticas corporais com o lazer.

Outro fator preocupante é o número de jovens no ano de 2021 com problemas de saúde relacionados ao trabalho (CCN Brasil). Segundo a pesquisa “72% dos jovens profissionais sentem que a pandemia prejudicou o aprendizado de habilidades comportamentais, como a comunicação e a inteligência emocional.” Esses dados trazem a reflexão sobre a importância das aulas de educação física no ensino médio.

No Ensino Médio, além da experimentação de novos jogos e brincadeiras, esportes, danças, lutas, ginásticas e práticas corporais de aventura, os estudantes devem ser desafiados a refletir sobre essas práticas, aprofundando seus conhecimentos sobre as potencialidades e os limites do corpo, a importância de se assumir um estilo de vida ativo, e os componentes do movimento relacionados à manutenção da saúde. É importante também que eles possam refletir sobre as possibilidades de utilização dos espaços públicos e privados que frequentam para desenvolvimento de práticas corporais, inclusive as aprendidas na escola, de modo a exercer sua cidadania e seu protagonismo comunitário. Esse conjunto de experiências, para além de desenvolver o autoconhecimento e o autocuidado com o corpo e a saúde, a socialização e o entretenimento, favorece o diálogo com as demais áreas de conhecimento, ampliando a compreensão dos estudantes a respeito dos fenômenos da gestualidade e das dinâmicas 16 sociais associadas às práticas corporais. (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2018)

Sendo assim, nessa etapa onde o jovem está sendo inserido ao mercado de trabalho e tendo mais relações com os direitos e deveres sociais, abordar reflexões

sobre o lazer ativo e seus benefícios é papel do profissional de educação física. (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2018). Contudo, para que crianças, adolescentes e jovens possam desfrutar dos conhecimentos que lhe são por direito e adquirir qualidade de vida e saúde, as aulas de educação física escolar são essenciais uma vez que impactam positivamente em seus momentos de lazer ativo e passivo. A BNCC, em seu âmbito nacional, irá favorecer para em todas as escolas as oportunidades e possibilidades sejam as mesmas e assim ampliando o conhecimento cultural voltado às aulas de educação física, corroborando para a manutenção da saúde, para iniciativas políticas de lazer fora do ambiente escolar e na promoção da saúde pública. (Carlos Alberto Fonseca).

2.2 LAZER ATIVO E PASSIVO

O Lazer corresponde ao tempo de folga, de passatempo, de ócio, de descanso ou distração, é normalmente definido como uma série de atividades que podemos praticar no tempo livre, ou seja, naquele momento em que não estamos trabalhando, em tarefas familiares, religiosas ou sociais, e que lhe proporcionam prazer.

Segundo Bramante (1998) conceituar lazer é de extrema complexidade, alterna-se entre vários autores nacionais e estrangeiros com diferentes abordagens. Há dificuldade de compreender desde sua etimologia até sua raiz latina: *licere* (lazer), *schole* (escola), *otiu* (ócio), dentre outros. Em países vizinhos de língua espanhola, não existe a palavra lazer é tratada por “tempo livre”.

Marcellino (2021) afirma: “Até mesmo na denominação de órgãos públicos, a utilização da palavra “lazer” não obedece aos critérios definidos”.

Bramante (1998, p.10) declara que: “O lazer vem sendo também, ao longo do tempo, conceitualmente confundido com outros derivativos, tais como recreação, jogo, esporte, etc.”

No contexto histórico, o período da revolução industrial foi um marco importante para a definição do lazer. Os operários passaram a ter jornadas de trabalho exaustivas, essa exploração dos trabalhadores despertou neles intensas lutas sociais para reduzir a jornada de trabalho e aumentar regularmente o tempo livre.

O tempo livre passa a ser realidade do trabalhador e era preciso novas estratégias para administrar o tempo livre onde a igreja, escola, e família contribuem para esse controle do tempo livre (FERNANDES, HÚNGARO e ATHAYDE, 2022).

Nasce, então, o lazer, para se contrapor aos hábitos doentios da ociosidade, estendendo-se para toda a população como o modo de vida presente nas formas de entretenimento e diversão. (FERNANDES, HÚNGARO e ATHAYDE, 2022 p. 2)

De acordo com Fernandes, Húngaro e Athayde (2022) “a definição de lazer acaba se confundindo com a noção de ócio, pois desde o Pensamento Clássico até o início da Idade Moderna a concepção de ócio teve vários significados”.

O lazer não pode ser atribuído somente aos finais de semana, festas e viagens, vai muito além disso. De acordo com Marcellino (2021) “A classificação mais aceita é a que distingue seis áreas fundamentais: os interesses artísticos, os intelectuais, os físicos, os manuais, os turísticos e sociais”.

Os interesse artísticos está relacionado às emoções e sentimentos, os intelectuais está relacionado a explicações racionais, os físicos por sua vez está relacionado à práticas esportivas, movimentos ou exercícios físicos, os manuais remete a capacidade de manipulação, os turístico está relacionado aos passeios e viagem e por fim os sociais que está diretamente ligado ao relacionamento e contato face a face. (MARCELLINO, 2021).

Os estudos comprovam a importância do lazer e os benefícios trazidos para a vida em vários aspectos.

A perspectiva positivista de lazer, sempre predominante, desenvolve-se de tal forma que fortalece instituições e práticas de lazer permeadas por um discurso de distinção entre as boas práticas para o tempo livre e as supostas práticas degradantes. Em outras palavras, o tempo livre do trabalhador deve ser preenchido por ações que auxiliem na construção das almeçadas disciplina, educação e saúde para o trabalho e para a vida harmoniosa em sociedade. Deve, portanto, estar limpo de práticas nocivas, como os jogos de azar, o uso de drogas, o ócio, entre outros usos do tempo livre que não contribuíram para o fortalecimento da sociedade emergente. (ANTUNES, NEVES e FURTADO, 2018 p. 7)

Vale lembrar que o lazer é aquilo que remete prazer, mas não necessariamente são exercícios de práticas ativas, podendo então ser classificado como lazer ativo e passivo. Onde Lazer passivo é o lazer que quase não tem gasto energético como por exemplo assistir TV ou ir ao teatro e o Lazer ativo é o lazer onde as atividades desenvolvidas requerem movimento e esforço físico com

criatividade e que contribuem para a melhora da qualidade da vida e da saúde das pessoas.

O grande vilão do momento é o sedentarismo. O “bom lazer” é aquele que contribui para que no tempo livre as pessoas estejam ativas, realizando atividades físicas, distantes do ócio, do uso de drogas e, supostamente, cuidando de sua saúde. (ANTUNES, NEVES e FURTADO, 2018 p. 8)

Segundo TONELLO “*et al*” “entendemos que o incentivo ao lazer ativo seja o primeiro passo para que indivíduos adotem um estilo de vida mais saudável, propiciando condições iniciais, para que procurem orientações adequadas para a prática do exercício físico sistematizado”

A prática do lazer ativo traz inúmeros benefícios como melhoria da saúde, da socialização, resultando na formação de hábitos saudáveis e conseqüentemente no estilo de vida mais saudável. Nahas “*et al*” (2010 p. 261) afirma:

A mensagem do Lazer Ativo é “Na matemática da vida: 5 + 5 + 5 = Mais Saúde” e veicula uma ideia simples, de que pequenas modificações em fatores do estilo de vida podem trazer significativos benefícios à saúde e qualidade de vida das pessoas.(NAHAS, et al, 2010)

2.3 BENEFÍCIOS DO LAZER PARA A SAÚDE

No início do século XX surgem as primeiras preocupações com o lazer no Brasil, quando a mudança da economia brasileira estava passando por um período de desenvolvimento econômico pré-industrial, esse processo vinha prejudicando as condições de vida dos colaboradores. Para amenizar os efeitos dessa problemática foram construídos equipamentos públicos de recreação, tendo em vista melhorar a saúde da população, restabelecendo o empenho da classe trabalhadora (BACHELADENSKI E JUNIOR, 2007).

Embora tenha ganhado novas roupagens, seu fundamento parece se manter, ou seja, o controle do tempo livre visando disciplina, saúde e educação funcionais à lógica das relações sociais de produção e melhor ordenamento do modo de produção capitalista. Entretanto, as mudanças ocorridas ao longo do século XX apresentaram novas demandas a serem enfocadas nos tempos e espaços de lazer para o bom uso do tempo livre, em oposição aos costumes e atividades consideradas degradantes, que são questionadas, banidas ou normatizadas. O grande vilão do momento é o sedentarismo. O “bom lazer” é aquele que contribui para que no tempo livre as pessoas estejam ativas, realizando atividades físicas, distantes do ócio, do uso de drogas e, supostamente, cuidando de sua saúde. (ANTUNES; NEVES E FURTADO, 2018 p.11)

A definição de saúde, segundo a OMS (2006), é que “Saúde é um estado completo de bem-estar físico, social e mental e não apenas a ausência de doença”.

Encontramos na literatura uma variedade de concepções acerca da saúde, de acordo com Bacheladenski e Junior (2008, p. 2570): “A concepção moderna de promoção da saúde perpassa a compreensão que se tem do processo saúde-doença, revelando que o mesmo, além de não ser dicotômico em si, ainda extrapola os limites do campo estritamente sanitário”.

Surdi e Tonello (2008 p. 220) afirma que “A busca pelo lazer ideal e pela saúde plena é confundida diretamente desde os conceitos em que são esboçados itens, como bem-estar físico e emocional, tempo livre, opções e escolha, indiretamente ligadas a inúmeros aspectos da sociedade, trabalho, alimentação, cultura, educação, entre outros”. Sobre Buscar aproximações entre lazer e saúde Surdi e Tonello afirma que:

O lazer e a saúde são tratados como fins de um ciclo e poderiam ser compreendidos como meios para uma qualidade de vida. É certo que eles dependem de outros fatores para que possam ser usufruídos da melhor maneira e por todos, porém, também, são indispensáveis para outros fatores. Não há como separá-los em nosso cotidiano, pois sem um não teremos o outro em pleno vigor, sem saúde como realizaremos nosso lazer e sem lazer como estaremos com a saúde perfeita? Nossa vida é uma corrente, em que muito se aprende e nada se desprende (SURDI E TONELLO, 2008).

Pesquisas em ciências da saúde apontam que a atividade física praticada no tempo de lazer pode prevenir uma série de doenças, dentre elas a obesidade, doenças cardiovasculares, distúrbios do sono e osteoporose. No entanto, apesar dos inúmeros benefícios para a saúde, estudos mostram que existem outros fatores que levam a prática da atividade física como relações sociais, satisfação pessoal e também uma oportunidade para interação (SILVA E COSTA JR, 2010).

Saúde e educação é, sem sombra de dúvida, o alicerce de uma grande nação, para compreender melhor essa questão Surdi e Tonello (2008, p. 2015), afirmam que:

Dessa forma, a Promoção e a Educação para a Saúde aparecem incorporadas e são traduzidas pelo conjunto de todas as atividades educativas que concorrem para atingir a finalidade social de desenvolvimento individual e comunitário, como forma de promover o bem-estar. É por meio da apropriação dos conteúdos informativos e formativos das atividades educativas e das aprendizagens, intencionalmente desenvolvidas na escola, que se promovem capacidades condizentes à autonomia e ao sentido de responsabilidade social dos cidadãos, habilitando-os a intervir em si próprios e na relação com os outros de forma construtiva. (SURDI E TONELLO, 2008)

Surdi e Tonello (2008, p. 223) “Se não formos educados com um estilo de vida no qual a busca pela saúde seja prioridade, como fica nosso bem-estar? As

preocupações com a saúde devem ser as mesmas, seja qual for o nível de 12 ensino”. O autor enfatiza a importância da escola na contribuição do processo de aprendizagem e desenvolvimento da criança, incluindo a promoção da saúde, do bem-estar e da qualidade de vida.

Para Batista; Ribeiro; Junior (2012, p. 04) o conjunto de valores que traça linhas com a promoção de saúde vai muito mais além da educação:

São muitas as diretrizes que norteiam e delimitam seu conceito: habitação, equidade, educação, alimentação, renda, ecossistema estável, justiça social, qualidade de vida, saúde, desenvolvimento, participação, entre outros. E refere-se, ainda, a uma série de ações estratégicas para a efetivação de seu processo: deve-se envolver o Estado (políticas públicas), a comunidade, os indivíduos, o sistema de saúde e as parcerias intersetoriais. Pela ampliação do termo, a promoção da saúde passa a não ser apenas responsabilidade exclusiva do setor de saúde, extrapola os limites do estilo de vida saudável e caminha na direção de um bem-estar global. (BATISTA, RIBEIRO E JUNIOR, 2012)

Como bem nos assegura Surdi e Tonello (2008), não há como separar saúde e lazer de forma que deixamos de lado o nosso cotidiano, pois sem saúde como colocamos em prática nosso lazer e sem lazer como alcançaremos o bem estar, a vida saudável. Portanto, ter um tempo dedicado ao lazer ativo aumenta a expectativa de vida da sociedade, contribuindo na manutenção de saúde e prevenção de doenças.

3 METODOLOGIA

Para o desenvolvimento do trabalho foi realizada uma pesquisa bibliográfica, por meio da investigação e da compreensão dos artigos e publicações. Esta pesquisa corroborou para basear-nos a respeito do conteúdo escolhido para ser abordado. Foram utilizados artigos, livros, revistas entre outros; como base fundamental para a construção de pensamentos e conceitos ricos em informações verídicas para uma abordagem assertiva.

Buscando identificar a influência que as aulas de Educação Física têm no tempo de lazer ativo de adolescentes e jovens, presentes na introdução e no referencial teórico, foi realizada a coleta de dados baseada na revisão destes artigos e publicações em diferentes períodos, trazendo maior embasamento dentro do contexto histórico. Sendo assim, algumas publicações foram feitas entre 2002 e 2022. O acesso a esses conteúdos se deu por meio do Google Acadêmico, web site, portal do Ministério da Educação.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Levando em consideração que os adolescentes e jovens, estudantes do ensino médio, estão inserindo-se no mercado de trabalho mais cedo através de estágios além de fazer cursos profissionalizantes no contra turno e entre outras atribuições, o tempo dedicado ao lazer ativo tem diminuído e, pela facilidade de acesso a tecnologia, tem aumentado o lazer passivo. Segundo a pesquisa feita por Patrícia Figueiredo para o G1, o grupo feminino pratica menos atividades físicas do que o masculino. Ainda segundo Figueiredo, esse desinteresse pelas práticas de atividade física e esportivas pelo grupo se dá pela falta de oferta e ações que tornem as modalidades atrativas. (G1, 2021).

Outro grande fator que pode ser considerado o vilão do lazer ativo é o avanço tecnológico e mundo digital onde o tempo gasto com os eletrônicos como por exemplo celulares, videogame, jogos onlines e redes sociais subtrai o tempo de participação em lazer ativo.

Portanto, para que haja uma intervenção assertiva quanto ao estímulo de atividades físicas, principalmente aos jovens, é necessário uma abordagem direcionada para uma resposta afetiva positiva entre os alunos e as práxis, como Martinelli aborda quando fala sobre a importância das práticas corporais nas aulas de educação física escolar. (MARTINELLI, Telma Adriana Pacifico, 2016)

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dessa pesquisa, baseada em artigos científicos, foi possível refletir sobre como a Educação Física Escolar favorece o desenvolvimento de habilidades importantes que influenciam sobre o lazer ativo dos alunos. Levando em consideração que durante o período acadêmico há a redução de práticas corporais dentro da grade curricular da educação física, principalmente no ensino médio, desenvolver o lazer ativo estimula a busca pela prática de atividade física, seja no campo esportivo ou pela própria manutenção da saúde.

Entretanto, em comparação ao lazer passivo, é necessário intervenções maiores para que haja a mudança no cenário entre lazer ativo e passivo. É fundamental que os profissionais de educação física nas escolas, principalmente

aqueles que estão no fundamental II e no ensino médio, promovam aulas que despertem o interesse dos alunos, estimulando sua participação. Além disso, são necessárias políticas públicas para que esse grupo de jovens e adolescentes tenham oportunidades fora do ambiente escolar, possibilitando que estes dediquem seu tempo livre ao lazer ativo.

6 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, Ubiratan S. Lazer e saúde: **discussões sob a ótica da Educação Física**. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 18, Nº 189, Febrero de 2014. Disponível em: <https://efdeportes.com/efd189/lazer-e-saude-sob-a-educacao-fisica.htm> Acesso em 01/06/2022.

ANTUNES, Priscila C. et al. **O LAZER EM AÇÕES DO MINISTÉRIO DA SAÚDE: ênfase no lazer ativo**. Revista Brasileira de Estudos do Lazer. Belo Horizonte, v. 5, n. 2, p. 3-19, mai./ago. 2018.

BRANCO, Pereira E. et al. **BNCC: A Quem Interessa O Ensino De Competências E Habilidades?**. Universidade Federal de Alagoas. Vol. 11 | Nº. 25 | Set./Dez. | 2019.

BACHELADENSKI, Miguel S. et al. **Contribuições do campo crítico do lazer para a promoção da saúde**. Santa Cruz. Guarapuava PR. Universidade Federal de Santa Catarina. Jan/2008.

BRASIL. Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Brasília: MEC, 2018.
BRAMANTE, Antonio C. **Lazer: Concepções e Significados**. Licere, Belo Horizonte, v 1, n 1, p. 9-17, 1998. BATISTA, Janir C; et al. Lazer e promoção de saúde: uma aproximação conveniente. Licere, Belo Horizonte, v 15, n 2, Jun/2012.

FIGUEIREDO, Patrícia . G1. 2019. Apenas 15% dos adolescentes brasileiros se exercitam o suficiente, diz OMS. Acessado em 02/06/2023 <https://g1.globo.com/ciencia-e-saude/noticia/2019/11/21/apenas-15percent-dos-adolescentes-brasileiros-se-exercitam-o-suficiente-diz-oms.ghtml>

FERNANDES, Erick R. et al. Lazer, trabalho e sociedade: **Notas introdutórias sobre o lazer como um direito social**. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 16, Nº 155, Abril de 2011. <http://www.efdeportes.com/>.

FONSECA, Carlos A; et al. A Base Nacional Comum Curricular (BNCC): Onde Está **O Lazer?**. **Comunicações Piracicaba** | v. 28 | n. 1 | p. 171-196 | Jan.-Abr. 2021. Filosofia na escola 23 de agosto de 2019. Disponível em: <https://filosofianaescola.com/conhecimento/metodo-hipotetico-dedutivo/> Acesso em: 14 de jun. de 2022.

GIL, Antônio C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**: 4. ed. p. 42- São Paulo São Paulo: Atlas, 2002.

ISAYAMA, Hélder F. **Atuação do Profissional de Educação Física no âmbito do Lazer: a Perspectiva da Animação Cultural**. Motriz, Rio Claro, v.15, n.2,

p.407-413, abr./jun. 2009.

JANONE, Lucas. **Estudos relacionam problemas de saúde físicos e mentais com o home office**. 01/11/2021. CNN Brasil. Rio de Janeiro. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/estudos-relacionam-problemas-de-saude-fisicos-e-mentais-com-o-home-office/#:~:text=O%20estudo%20ainda%20traz%20que,tamb%C3%A9m%20s%C3%A3o%20percebidos%20pelos%20terapeutas>. Acessado em 01/06/2022

MARCELLINO, Nelson C. **Lazer e esporte: políticas públicas** – 3ª ed. – Campinas, SP: Autores Associados, 2021. <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=GnQ-EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT6&dq=o+que+%C3%A9+lazer&ots=XUNPe-CQqe&sig=RBn-Dh9TjxiKWlyQpXql-ckXy1c#v=onepage&q=o%20que%20%C3%A9%20lazer&f=false>

MARCELLINO, Nelson C. **Estudos do lazer: uma introdução** – 5 ed. – Campinas, SP: Autores Associados, 2021. https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=VtZSEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT6&dq=diferen%C3%A7a+lazer+ativo+e+passivo&ots=cTHch_QSuo&sig=-Asgyksee5H5CNqoZdT2B7krCl#v=onepage&q&f=false

MARTINELLI, Telma A. P. et al. **A Educação Física na BNCC: concepções e fundamentos políticos e pedagógicos**. Motrivivência v. 28, n. 48, p. 76-95, setembro/2016.

MACIEL, SLAINE. **Home office compromete a saúde mental do trabalhador**. Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. 03/05/2021. Disponível em: <https://sites.usp.br/psicousp/home-office-compromete-saude-mental-do-trabalhador/> Acesso em 01/06/2022.

Metodologia Científica - Disponível em:

<https://www.metodologiacientifica.org/tipos-de-pesquisa/pesquisa-aplicada/>: Acesso em: 14 de jun. de 2022.

Ministério da Saúde. **Dia Nacional da Saúde**. Biblioteca Virtual. Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br/05-8-dia-nacional-da-saude/> Acesso em 01/06/2022.

PROETTI, Sidney. **AS PESQUISAS QUALITATIVA E QUANTITATIVA COMO MÉTODOS DE INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA: UM ESTUDO COMPARATIVO E OBJETIVO**. Cf. **Como se faz uma tese**. 19. ed. São Paulo: Perspectiva, 2004.

SURDI, Aguinaldo C; et al. **Lazer e saúde: algumas aproximações em direção à melhoria da qualidade de vida das pessoas**. Visão Global, Joaçaba, v 10, n 2 p. 201-228 Jul/dez. 2007.

SILVA, Paulo V; et al. **Efeitos da atividade física para a saúde de crianças e adolescentes**. Universidade de Brasília (UnB), Curitiba, v. 29, n. 64, p. 41-50 jan./mar. 2011.

TONELLO, Maria G. M. et al. **O lazer ativo e a promoção de saúde: uma revisão sistemática da literatura**. 05 Janeiro 2017.

TOLEDO. **Estudo Alerta que o Lazer Passivo Precisa Ser Monitorado.** Jornal Oeste. Acesso em 02/06/2023
<https://www.jornaldoeste.com.br/variedades/estudo-alerta-que-o-lazer-passivo-precisa-ser-monitorado/>

VOLL, Sports Job. 24/05/2022. **A Importância da Educação Física Escolar na Formação do Indivíduo.** Disponível em:
<https://sportsjob.com.br/a-importancia-da-educacao-fisica-escolar-na-formacao-do-individuo/> Acesso em 01/06/2022.

XIMENES, Julia. **LEVANTAMENTO DE DADOS NA PESQUISA EM DIREITO -a técnica da análise de conteúdo.** V 2, 2011.