

Não ao sedentarismo, sim à saúde: contribuições da Educação Física escolar e dos esportes

No to sedentarianism, yes to health: contributions of school physical education and sports

No al sedentarismo, sí a la salud: contribuciones de la educación física en la escuela y de los deportes

*Ubiratan Silva Alves**

RESUMO: Um dos grandes problemas enfrentados pelos povos no mundo se refere ao sedentarismo. Associado a ele, a obesidade, as cardiopatias, a diabetes e tantas outras doenças aparecem com índices muito preocupantes principalmente nas populações de jovens em idade escolar. A tecnologia parece agravar mais ainda este quadro. Entretanto, a prática da atividade física regular, com orientação, com vestimenta e espaços adequados, associada a uma alimentação saudável pode contribuir para diminuir estes índices. Devido aos riscos enfrentados pelas populações urbanas no que tange à violência, a escola parece ser ainda um dos únicos senão o único reduto e local para esta prática nos dias de hoje. Estas práticas na escola merecem ser mais bem planejadas a fim de que o maior número de alunos possa usufruir de seus benefícios. As propostas de práticas escolares devem ir além de uma especialização esportiva tentando invadir o campo da novidade no sentido de apresentar outras atividades que não só o esporte mas também a dança, a ginástica, as atividades rítmicas entre outras. Não obstante, quando se focar no esporte, a Educação Física escolar deve ampliar a gama de possibilidades práticas pois assim possivelmente conseguiremos minimizar este quadro tão doloroso para a saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Educação física escolar. Esportes. Sedentarismo.

ABSTRACT: One of the great problems faced by people in the world relates to the sedentarianism. Obesity, cardiac troubles, diabetes and many other diseases associate with this, and their emergence have very worrying rates mainly in young populations in school age. Technology seems to aggravate even more this situation. However, the regular practice of physical activities, with orientations, adequate clothes and spaces, associated to a healthful feeding can contribute to reduce these rates. Due to the risks faced by urban populations regarding violence, school still seems to be one of the few if not the only refuge and place for these practices nowadays. These practices in school deserve to be more planned so that the biggest number of pupils can benefit from them. The proposals of school practices must go beyond a sport specialization and try to enter the field of newness in the sense of presenting other activities: not only sports but also dancing, gymnastics, rhythmic activities among others. Even then, when having sports as its focus, Physical Education in the school must extend the gamma of practice possibilities for this way will we possibly to minimize this so painful picture for health.

KEYWORDS: Physical education school. Sports. Sedentarism.

RESUMEN: Uno de los grandes problemas que enfrenta la gente en el mundo moderno se relaciona con el sedentarismo. La obesidad, los apuros cardiacos, la diabetes y muchas otras enfermedades se asocian a esto, y su aparición produce mucha preocupación principalmente en poblaciones jóvenes en edad escolar. La tecnología sí parece agravar aún más esta situación. Sin embargo, la práctica regular de actividades físicas, con orientaciones, ropas adecuadas y espacios, asociada a una alimentación saludable puede contribuir para reducir estos problemas. Debido a los riesgos que enfrentan las poblaciones urbanas respecto a la violencia, la escuela todavía parece ser uno del pocos si no el único refugio y lugar para estas prácticas hoy en día. Estas prácticas en la escuela merecen ser previstas de modo que el número más grande de pupilos pueda se beneficiar de ellas. Las ofertas de las prácticas en la escuela deben ir más allá de una especialización de deportes e intentar se incorporar el campo de la novedad en el sentido de presentar otras actividades: no solamente deportes pero también bailar, gimnástica, actividades rítmicas entre otras. Incluso en esos casos, al tener los deportes como su foco, la educación física en la escuela debe ampliar la gamma de las posibilidades de la práctica pues de esta manera nosotros posiblemente lograremos reducir al mínimo este cuadro tan doloroso para la salud.

PALABRAS LLAVE: Educación física en la escuela. Deportes. Sedentarismo.

* Doutor em Educação Física pela Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP. Mestre em Educação pela Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo – USP. Especialização em Educação Motora pela Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP. Graduado em Educação Física pela Escola de Educação Física da Universidade de São Paulo – USP. Coordenador do Curso de Educação Física do Centro Universitário São Camilo de São Paulo. E-mail: ubiratan@scamilo.edu.br

Introdução

A Educação Física no Brasil ainda sofre resquícios de um entendimento que a tinha como “[...] elemento de extrema importância para forjar aquele indivíduo forte, saudável [...]” (Castellani Filho, 1988, p. 39) quando observamos alguns locais de prática de atividade física onde o praticante pretende efetivamente ficar “mais forte” ou “aumentar seu tamanho”, talvez como intuito de surpreender o grupo em que está inserido, ou apenas se destacar entre indivíduos. Infelizmente, alguns destes praticantes se utilizam de meios extremamente inadequados para que possam atingir o “tamanho” desejado num curto período de tempo, muitas vezes com a conivência e com a interferência de um profissional da Educação Física.

Podemos supor que estes acontecimentos, via de regra, ocorrem em locais fora da escola, até por que grande parte das escolas (principalmente as públicas) não oferece espaços para uma prática de atividade regular que atinja os gostos e anseios de todos os seus alunos. Este pode ser um dos principais fatores que leva os alunos buscar locais alternativos para prática, como, por exemplo, as academias, escolinhas de esporte, clubes, entre outros espaços que oferecem ginásticas, treinamentos, trabalhos com aparelhos ou piscinas que poucas escolas têm condição de ter e de manter, tendo, como consequência direta, um

esvaziamento das aulas regulares de Educação Física.

De acordo com Borges (1998), estas evidências têm suas raízes nos anos 70 e vêm crescendo suas forças nas últimas duas décadas com a inserção do paradigma de saúde e aptidão física, bem como da ampla divulgação via mídia de modismos das diferentes práticas, o que ampliou os espaços de intervenção fora da escola.

Da mesma maneira que os planos de saúde entram na nossa sociedade pela falta de condições médicas oferecidas pelos órgãos públicos, e que os cursos pré-vestibulares surgem para suprir a carência deixada pela formação e preparação do aluno no ensino médio para o ensino superior, acreditamos que as academias e as escolinhas de esportes vêm preencher uma lacuna deixada pela escola no que tange ao oferecimento de práticas de atividades físicas adequadas para nossa população. Conforme aponta Godoy (1995), este contexto explicita o distanciamento que a escola faz da comunidade e, como consequência, afasta o aluno do contexto educacional.

Assentimos a Cortella (2004, p. 16) na emergência que a escola tem em se atentar para a escolha de seus conteúdos, tornando-os sempre atualizados e com aderência, a fim de que “[...] possibilitem aos alunos uma compreensão de sua própria realidade e seu fortalecimento como cidadãos, de modo a serem capazes de transformá-la na

direção dos interesses da maioria social”.

As aulas de Educação Física escolar vêm perdendo sua essência por vários motivos, inclusive com uma certa cumplicidade dos educadores que atuam, visto que os problemas parecem entrar num “círculo vicioso” sem volta que se inicia quando o professor percebe a cada ano que não consegue atingir os objetivos¹ propostos pela disciplina. Posteriormente, o professor se depara com alunos indisciplinados², desinteressados³ pelas suas propostas e arredios às mudanças que porventura o docente tente apresentar.

Ainda neste círculo, ele sofre certa discriminação, às vezes velada, às vezes explícita, por parte dos dirigentes e colegas que o impedem de fazer inovações e ainda inviabilizam materiais, espaços, entre outros componentes desta rede. Soma-se a este círculo uma certa acomodação diante do quadro salarial, que, em princípio, não se altera perante sua atuação, seja ele ousado ou tímido, empreendedor ou reproduzidor, “arcaico” ou “moderno”, “esportivista” ou “alternativo”⁴.

O quadro apresentado por este círculo se torna muito triste e o professor, muitas vezes, se entrega e não mais consegue buscar forças para desenvolver seu trabalho nem sair desta situação. A comunidade diretamente envolvida no processo (professores, escola, pais e alunos) passa a encarar o fato como algo

1. Ressalta-se que estes objetivos são estabelecidos por ele mesmo, ou seja, ele não atinge os objetivos que ele mesmo estabelece. Entretanto, há um alibi para o professor que nem sempre é percebido e nem mesmo utilizado, visto que em quase todas as instituições de ensino o planejamento deve ser feito antes do início dos trabalhos sem que o docente conheça quem serão seus alunos, bem como suas expectativas e afinidades, tendo que, subjetivamente, montar um plano baseado quase que exclusivamente na idade dos discentes. Neste sentido concordamos com Shigunov (1993, p. 55), que apresenta estudos nesta linha: “[...] Hardy e Rejeski (1989) e McAuley e Duncan (1989) sugerem que as expectativas e as aspirações dos alunos são fator importante na determinação da satisfação e sucesso nas atividades físicas.”

2. Em relação à indisciplina, Cortella (2004, p. 116) aponta que “[...] fica cada vez mais evidente que parte substancial do desinteresse (e da ‘indisciplina’) encontrados em muitos alunos pode ser atribuído ao distanciamento dos conteúdos programáticos em relação às preocupações que os alunos trazem para a escola.”

3. Pierón (1988) citado por Shigunov (1993) aponta que uma das grandes frustrações do professor de Educação Física escolar é a “luta” estabelecida constantemente com os alunos para terem comportamentos aceitáveis e, consequentemente, tornar o trabalho mais agradável.

4. Chamamos de professor “arcaico” aquele que mantém seus planos e programas há muitos anos independentemente das mudanças ocorridas na área, no mundo e principalmente nos seres humanos. Consideramos “moderno” aquele que sempre está inovando e muitas vezes não é compreendido pelos grupos por trazer propostas que necessariamente traria algum ônus, seja financeiro ou pessoal. Já o “esportivista” se utiliza do esporte como um fim e praticamente transforma a aula de Educação Física escolar num treinamento desportivo, e o “alternativo” é aquele que se utiliza do esporte como um meio, não único, bem como de outras manifestações culturais para alcançar seus objetivos, como a dança, a recreação, a ginástica, entre outras.

normal, e tudo fica girando neste círculo: “o salário é ruim, meus alunos não querem nada, a escola não me apóia, eu não tenho condições de espaço e material, portanto a aula será deste jeito”.

Quando se chega a esta situação, o professor realmente entrega os planos e praticamente deixa que os alunos façam o que quiserem, como quiserem, quando quiserem e o que é pior: se quiserem “não fazer nada”, também é permitido. Sendo assim, nesta ocorrência, a aula de Educação Física escolar passa a ser concebida apenas para parte do grupo, o que em termos educacionais é extremamente inaceitável.

Para referendar uma posição em relação à Educação Física escolar, endossamos as referências de Piccolo (1995, p. 12), quando aponta que: “A Educação Física escolar deve objetivar o desenvolvimento global de cada aluno, procurando formá-lo como indivíduo participante; deve visar à integração deste aluno como ser independente, criativo e capaz, uma pessoa verdadeiramente crítica e consciente, adequada à sociedade em que vive; mas esse objetivo deve ser atingido através de um trabalho também consciente do educador, que precisa ter uma visão aberta às mudanças necessárias do processo educacional.”

Sedentarismo

Quando vamos discutir sedentarismo atualmente, vemos a necessidade de atrelar esta situação à tecnologia. Marx inaugura uma idéia de tecnologia inserida em modalidades complexas (abrangendo

processos de produção, de valorização, trocas e circulação), sendo que a criação tecnológica não se resume aos meios de produção, mas se estende, também, aos objetos sociais produzidos, como o DVD, o cd-rom, o disquete gravado, a página impressa. Há, também, o conceito de hipertexto, de ciberespaço, de realidade virtual que são considerados produtos tecnológicos com novos significados na esfera da cultura.

Ao considerar a força tecnológica como sendo contemporânea da revolução industrial, sua gênese está na própria relação de ruptura com o artesanato. A tecnologia é, em si, uma abstração de todas as artes específicas indicando que o tecnológico é uma forma pela qual a espécie organiza e estrutura um conjunto de procedimentos sociais diversificados, vinculados a ações de produção cultural e material. Como decifrou Marx, tecnologia é um saber social objetivado.

Em princípio, a tecnologia é criada com fins de ser um facilitador da sociedade e, ainda, como uma ferramenta para se economizar tempo nas ações. Num mundo em que as informações chegam a nós de maneira instantânea e quase que tudo que temos acesso é dito “ao vivo”, em tese as pessoas deveriam ter mais tempo para cuidar de outras coisas, como por exemplo, de sua saúde. Incoerente com este quadro, na prática, isso não ocorre. Pelo contrário, percebemos que quanto mais tecnologia é criada menos tempo as pessoas têm para se dedicar à manutenção de sua saúde.

Por conta disso, o sedentarismo passa a ser uma grande preocupação de praticamente todas as gran-

des nações do mundo, pois designa o estilo de vida moderno, em que o ser humano, devido ao grande avanço da tecnologia, precisa de pouco ou de quase nada de esforço físico para conseguir meios necessários para a manutenção de sua vida. Além disso, o sedentarismo está ligado ao mesmo tempo com o consumo e avanços tecnológicos na produção de alimentos, antes inexistentes na história da humanidade, como é o caso dos hipercalóricos (produtos industrializados), que aumentam consideravelmente o sobrepeso das pessoas. Neste mundo em que “tudo é fast”⁵, principalmente em alimentação, devemos nos atentar aos riscos que estas condições podem nos levar.

Neste sentido, o pouco ou nenhum esforço físico atrelado com o consumo contínuo de alimentos hipercalóricos leva a sérios problemas de saúde. Este modo de vida se torna altamente prejudicial à saúde, já que o homem precisa colocar em funcionamento e exercitar todas as suas células, tecidos, órgãos e sistemas, a fim de evitar doenças e atrofias.

O sedentarismo já tem índices considerados alarmantes. Na verdade, trata-se de um comportamento induzido por hábitos decorrentes dos confortos da vida moderna e que, com a evolução da tecnologia e a tendência cada vez maior de substituição das atividades ocupacionais que demandam gasto energético por facilidades automatizadas, o ser humano adota cada vez mais a lei do menor esforço, reduzindo, assim, o consumo energético de seu corpo. Como vemos, este cenário sinaliza quase que como única possibilidade

5. Este termo “fast” está associado à velocidade em que as coisas acontecem, a rapidez. Pessoas dizem que não têm mais tempo e se apavoram ao ver a ampulheta de um microcomputador dizendo de forma camuflada: “Calma, estou trabalhando para te atender.” As informações e as mudanças ocorrem numa rapidez que parece sempre estarmos atrás de algo, como se numa eterna corrida contra o tempo. Não queremos ficar para trás, daí sempre estarmos atrás de algo. Um exemplo deste “fast” é o “Fast Food” (refeição rápida), que é uma possibilidade de alimentação que invadiu nossas cidades de maneira muito intensa; podemos ver várias redes de lanchonetes atuando nesta vertente. O indivíduo consegue fazer uma refeição de forma rápida em pouco tempo. Outro exemplo do “fast” vem dos Estados Unidos onde se criaram velórios “drive thru” para que se “não perdesse tempo” e apenas passasse com o carro próximo ao cadáver, retornando rapidamente as atividades, pois, de acordo com Cortella, as pessoas dizem que não têm mais tempo para pensar em coisas como a morte e se não têm tempo, então esquecem, como se a ausência da reflexão evitasse o fenômeno.

da prática de atividades físicas dos nossos jovens ser feita dentro da escola.

Entretanto, no Brasil, Silva e Malina (2000) chegaram a índices que mostram que quase a metade dos escolares não tem aulas regulares de Educação Física. Este estudo, realizado em escolas públicas do Rio de Janeiro, apresenta um índice de sedentarismo de 85% entre adolescentes do sexo masculino e de 94% nos do sexo feminino. Além deste estudo, Barros e Naja (2001), em pesquisa com trabalhadores industriais no sul do Brasil, demonstraram prevalência de inatividade física de 68,1%. Monteiro e colaboradores (2003) observaram que apenas 3,3% de brasileiros desenvolviam mais de meia hora diária de AFL (Atividade Física ou Lazer) durante cinco dias da semana. Em Pelotas, Rio Grande do Sul, Hallal e seus colaboradores (2003) observaram prevalência de inatividade física entre 38% e 41% de indivíduos para a faixa etária entre 20 e 65 anos de idade.

Dois estudos seccionais e longitudinais, o de Malina (2001) e o de Janz (2000), nos chamaram a atenção nesta temática, pois indicam que a prática da atividade física geralmente declina de 1% a 20% por ano. Este dado pode ser associado ao próprio professor de Educação Física, que, em tese, tem como seu produto de “venda” a prática da atividade física regular, até porque ninguém contesta que “praticar atividade física de forma regular, com orientação profissional, num local adequado e com vestimenta corretas, associado a uma alimentação balanceada, traz benefícios para saúde”.

Soma-se, ainda, a esse postulado o fato de que todo ser humano pode praticar atividade física, des-

de que adequada e adaptada a sua individualidade, bem como seus objetivos. Normalmente, o perfil do indivíduo que busca a formação superior na Educação Física tem alguma afinidade com a prática da atividade física, seja por meio do esporte, da dança ou de outras afins. Cabe que no início da formação superior, o discente ainda consegue conciliar sua prática com as suas obrigações acadêmicas.

Não obstante, aos poucos o discente passa a se envolver cada vez mais com as implicações universitárias, tendo, ainda, como coadjuvante de encerramento de sua prática de atividade física regular a grande facilidade e rapidez de inserção no mercado de trabalho da Educação Física, que, muitas vezes, ocorre logo nos primeiros semestres de formação. O estudante, então, se vê obrigado a optar por uma atuação profissional ou pela sua prática de atividade física regular. Indicamos que, provavelmente, até para poder manter os custos acadêmicos⁶ da sua formação, o estudante pára de praticar atividades físicas regulares.

Posto isso, caímos numa armadilha! Vejamos a incoerência: se é o profissional de Educação Física que lida com a prática de atividades físicas e tem como seu “produto de venda” as diferentes culturas corporais de movimento, é até certo ponto discordante que este profissional não faça uso do “produto” que ele próprio põe à venda dizendo fazer bem para a saúde dos usuários. Infelizmente, com o passar dos anos, parte dos que atuam profissionalmente na área deixam de praticar atividades físicas regulares, sendo que este dado pode ser objeto de uma pesquisa. Sem querer justificar esta postura, também deve existir médicos cardiologistas que fumam, farmacêuticos que se

“auto-medicam”, nutricionistas “obesas” entre outros da área da saúde. O fato que se refere à Educação Física é a divergência do discurso proferido pelos que atuam com a sua própria atuação e uso.

Se é o profissional de Educação Física que “vende” este produto chamado prática de atividade física (seja ela qual for) e os índices de sedentarismo estão se elevando, ousamos afirmar que o profissional desta área não está conseguindo exercer um de seus grandes papéis, que é o de conscientizar a população da importância da prática da atividade física regular.

Esta conscientização, não temos dúvida, deve ser iniciada nas aulas de Educação Física escolar, até por que pode ser que estas aulas sejam a única possibilidade de parte da nossa população em ter acesso a estas práticas regulares. Os hábitos e os significados criados pelos indivíduos durante a adolescência, ou seja, até o final do ensino médio, são aqueles que permanecerão por toda sua vida desde que tenham significado.

A participação em atividades físicas declina consideravelmente com o crescimento, especialmente do adolescente que ingressa na idade adulta. Alguns estudos identificam alguns fatores de risco para o sedentarismo, como por exemplo, pais inativos fisicamente, escolas sem atividades esportivas, sexo feminino, residir em área urbana, TV e aparelhos eletrônicos no quarto da criança entre outros. Todo este contexto nos leva a crer que a Escola, que tem obrigatoriedade na educação básica constituindo-se como um direito universal, econômico e social reiterado pela Constituição Brasileira e por diversos documentos internacionais, tais como a Declaração do Milênio e o

6. Estes custos são a mensalidade da Instituição (lembrando que as Instituições públicas não têm este custo), o transporte, a alimentação, a vestimenta, os livros, cursos extras, a moradia (quando necessário for).

Marco de Dacar, é, também, a base para a realização de outros direitos, como saúde, liberdade, segurança, bem-estar econômico, participação social e política.

No caso da atividade física, se temos um local obrigatório de se frequentar até em média 18, 19 ou 20 anos, esse local é a escola. A escassez de espaços públicos para a prática impossibilita cidadãos com poder aquisitivo baixo de frequentar locais privados, ou seja, a Educação Física escolar tem que fazer valer seu papel e seduzir seus alunos numa prática da atividade física regular, pois, assim, poderemos realizar um de nossos principais direitos, como fora citado: direito à saúde.

Quando a Educação Física for efetivamente utilizada na escola com fins de ampla divulgação das culturas corporais de movimento, poderemos contribuir diretamente na diminuição dos índices de sedentarismo. Quanto maior for a gama de possibilidades apresentadas para os alunos na escola com fins de prática, maior será o número de indivíduos que descobrirão alguma atividade que possa lhe dar prazer e, conseqüentemente, torná-la um hábito. Quanto mais limitado for o número de propostas de atividade física na escola, menor será o número de alunos que conseguirão ser abarcados, o que causa um aumento brusco do número de sedentários.

Considerações finais

Não é de se estranhar que a Educação Física na escola tenha como seu principal conteúdo os esportes, pois, quando observamos os currículos das Instituições de ensino superior que têm cursos de Educação Física, é quase que incontinente haver na sua grade alguns esportes. Predominantemente vemos o Futebol, Vôlei, Basquete, Handebol, Ginástica e Natação⁷. Aos poucos, vemos incluir nas grades disciplinas esportivas de lutas, esportes de aventura, de raquete, entre outros que tentam se destacar neste mundo dominado pelos esportes coletivos com bola de quadra. Conseqüentemente, o professor de Educação Física tem um bom alibi para justificar sua intervenção na escola apenas com estes esportes, afinal foi assim que fora formado.

As propostas apresentadas pelos blocos de conteúdos nos Parâmetros Curriculares Nacionais de Educação Física incluem, além dos esportes, os conhecimentos sobre o corpo, os jogos, as lutas, a ginástica, as atividades rítmicas e expressivas. Entretanto, quando se propõem os esportes nas aulas de Educação Física escolar, o foco geralmente fica em torno das modalidades já mencionadas: Futebol, Vôlei, Basquete e Handebol, limitando a

atuação dos alunos, pois, quando não se tem apreço pelas modalidades apresentadas e não se tem outra opção, o aluno é quase que obrigado a não participar da aula e, conseqüentemente, não utiliza o curto e pequeno espaço que a escola oferece para a prática da atividade física regular.

Entretanto, tratando-se de modalidades esportivas, só as Olímpicas compõe um rol de 39⁸ diferentes. Além destas, ainda temos, no mundo, cerca de 60 modalidades esportivas⁹ com características diversas.

As escolas de Educação básica no Brasil têm em média entre uma e três aulas de Educação Física semanais. O número de aulas semanais vem caindo principalmente quando se ingressa no ensino médio, fato este que deve ser levado em consideração pela fase de preocupações com o vestibular e entrada no ensino superior, quando as escolas priorizam áreas de conhecimento que serão cobradas nestes exames de forma direta¹⁰. Não obstante, ressaltamos que quando o aluno pratica atividades físicas de forma regular, tem maior tendência a suportar o stress destas longas provas, bem como ter seu estado de prontidão e alerta mais apurados, o que indica um possível melhor resultado, ou seja, podemos enfatizar que a Educação Física participa dos exames vestibulares de forma indireta.

7. Algumas faculdades de Educação Física estão abolindo as disciplinas que se utilizam do meio líquido, tendo como justificativa que, por se tratar de um curso de Licenciatura, formando professores para escola, e que estas em sua maioria não possuem piscinas, não há necessidade de uma disciplina dessa natureza. Além disso, os custos de uma piscina para um curso são elevados, o que também inviabiliza seu uso. Cabe que nosso país tem uma costa de mais de 10.000 mil quilômetros, além dos rios e lagos, e não é prudente que os habitantes da nossa nação não saibam se deslocar no meio líquido, até por uma questão de sobrevivência.

8. Os dados das modalidades Olímpicas foram retirados do Atlas do esporte no Brasil. São elas: Atletismo, Beisebol, Badminton, Basquete, Boxe, Canoagem (slalom), Canoagem (velocidade), Ciclismo (estrada), Ciclismo (mountain bike), Ciclismo (pista), Esgrima, Futebol, Ginástica (artística), Ginástica (rítmica desportiva), Ginástica (trampolim acrobático), Handebol, Hipismo (adestramento), Hipismo (concurso completo de equitação), Hipismo (saltos), Hóquei na Grama, Judô, Levantamento de Peso, Lutas (livre e greco-romana), Natação, Natação Sincronizada, Pentatlo Moderno, Pólo Aquático, Remo, Saltos Ornamentais, Softbol, Taekwondo, Tênis, Tênis de Mesa, Tiro, Tiro com Arco, Triatlo, Vela, Vôlei, Vôlei de Praia.

9. O Atlas do esporte no Brasil também apresenta as modalidades não olímpicas: Acqua Ride, Acrobacia aérea, Aeromodelismo, Arvorismo, Automobilismo, Balonismo, Bike Trials, Bocha, Pesca, Bodyboard, Boia-Cross, Boliche, Bungee Jump, Canionismo, Canoagem Havaiana, Capoeira, Carrovelismo, Corrida de Aventura, Corrida de Orientação, Culturismo e Musculação, Disco não Frisbee, Enduro a pé, Esqui Aquático, Flag Football, Frescobol, Futebol Americano, Futebol, Halterofilismo, Hóquei sobre Patins, Jet Ski, Jiu-Jitsu, Kabaddi, Kart, Karatê, Kitesurfe, Kung Fu, Luta de Braço, Mergulho, Motociclismo, Paintball, Pára-quedismo, Patinação Artística, Prancha Vela, Punhobol, Rafting, Rapel, Rugby, Sandboard e Skimboard, Sepaktakraw, Skatê, Rally, Squash, Surfe, Tamboréu, Tchoukball, Tiroleza, Trekking, Turfe, Ultraleve, Vão Livre, Wakeboard, Xadrez, Zorbing. Por conta da criatividade do ser humano e de suas necessidades de Lazer, sempre surgem novas modalidades. Hoje em dia temos evidenciado o surgimento do "Bossa Ball", que mistura principalmente as habilidades do vôlei, capoeira, futebol.

10. As áreas de conhecimento predominantemente cobradas no vestibular de forma direta giram em torno da lingüística e da matemática. Imaginem se a área de Educação Física fosse cobrada nos exames de vestibular. Quais seriam as questões a serem aplicadas: Regras dos esportes? Funcionamento dos sistemas orgânicos? Nome de ossos ou músculos? História da Educação Física?

Temos clareza que neste curto período de tempo disponível para as aulas de Educação Física regular seria quase que impossível fazer com que os alunos aprendessem a praticar alguma modalidade esportiva de forma eficiente. Neste caso, começa a se explicitar a distância entre aquilo que o professor ensina e efetivamente aquilo que o aluno aprende. Felizmente, como é o professor que organiza e planeja suas atividades deve pagar pelo ônus do não cumprimento de seus planos, principalmente quando objetiva fazer com que seus alunos aprendam a praticar algum esporte.

Posto isso, a Educação Física poderia apresentar a seus alunos todas estas modalidades esportivas, a fim de que pudessem conhecer, experimentar, tomar contato, gos-

to, escolher e, por fim, praticá-la de maneira regular fora das aulas de Educação Física, na própria escola ou em alguma Instituição que as desenvolva de forma sistematizada. Quando limitamos estas apresentações às quatro modalidades coletivas de quadra com bola (Futebol, Vôlei, Basquete e Handebol), limitamos também o número de alunos que por ventura se interessariam por outras opções, afinal, não são todos que apreciam as modalidades citadas.

Este tipo de atuação requer do professor de Educação Física um grande esforço, até porque, muitas vezes, nem mesmo ele conhece alguma destas modalidades, o que necessitaria de uma busca de novas informações. Todavia, este esforço poderia ser recompensado com um

número maior de alunos praticantes de esportes, sejam eles quais forem, pois se o esporte é tão motivante e atrativo, a Educação Física não deveria se limitar a apresentar apenas uma pequena quantidade de modalidades.

Finalmente, se a Educação Física utilizar somente os esportes¹¹ nas aulas, poderia contribuir para a diminuição do sedentarismo e, conseqüentemente, teríamos a médio e longo prazo praticantes de outras modalidades esportivas, talvez até em alto nível no Brasil, pois achamos ser um desperdício revelarmos apenas grandes atletas principalmente no Futebol e no Vôlei, especialmente tratando-se de um país com as dimensões como são as nossas, com um grande potencial para o esporte.

11. Se a Educação Física se utilizar apenas dos esportes como conteúdo da área escolar, que o faça de maneira mais ampla. Lembramos que os esportes fazem parte apenas de um dos conteúdos da área, mas não o único.

REFERÊNCIAS

- Castellani Filho L. Educação física no Brasil: a história que não se conta. Campinas: Papirus; 1988.
- Barros MV, Nahas MV. "Health risk behaviors, health status self-assessment and stress perception among industrial workers". Rev Saúde Pública 2001; 35: 554-63.
- Borges CMF. O professor de educação física e a construção dos saber. Campinas: Papirus; 1998.
- Cortella MS A escola e o conhecimento: fundamentos epistemológicos e políticos. 8ª ed. São Paulo: Cortez; 2004.
- Costa L. Atlas do esporte no Brasil – atlas do esporte, educação física e atividades físicas de saúde e lazer no Brasil. Rio de Janeiro: Shape; 2005.
- Godoy JFR. "Educação física não escolar". In: Piccolo VLN, organizador. Educação física escolar: ser ... ou não ter. 3ª ed. Campinas: Edunicamp; 1995.
- Hallal PC, Victoria CG, Wells JCK, Lima RC. "Physical inactivity: prevalence and associated variables in Brazilian adults". Med Sci Sports Exerc.;35: 1894-900.
- Janzs KF, Dawson JD, Mahoney LT.. "Tracking physical fitness and physical activity from childhood to adolescence: the Muscatine study." Med Sci Sports Exer. 2000; 32: 1250-7.
- Malina RM. "Physical activity and fitness: pathways from childhood to adulthood". Am J Hum Bio. 2001; 13:162-72.
- Monteiro CA, Conde WL, Matsudo SM, Matsudo VR, Bonsenor IM, Lotufo PA. "A descriptive epidemiology of leisure time physical activity in Brazil". Rev Panam Salud Publica 2003;14:246-54.
- Parâmetros Curriculares Nacionais: educação física. Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC/SEF; 1997.
- Piccolo VLN, organizador. Educação física escolar: ser ... ou não ter. 3ª ed. Campinas: Edunicamp; 1995.
- Silva RCR, Malina RM. "Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil." Cad. Saúde Pública 2000; 16:1091-7.
- Shigunov V. Pedagogia da educação física: o desporto coletivo na escola – os componentes afetivos. São Paulo: Ibrasa; 1993.

Recebido em 18 de maio de 2007

Aprovado em 30 de junho de 2007