

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO: SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

Fábio Vieira Lima¹

Nair Rost de Lima²

RESUMO

Nos dias atuais a preocupação em saúde e qualidade de vida, vai além do controle de doenças ou aumento da expectativa de vida; não basta viver tem que ter qualidade. Se na educação a escola é reflexo da sociedade, nas aulas de Educação Física não poderia ser diferente. Este estudo teve por objetivo compreender os benefícios que as aulas de educação física têm na saúde e na qualidade de vida dos alunos do Ensino Médio. Trata-se de uma revisão bibliográfica sobre a Importância das aulas de educação física no ensino médio para a saúde e qualidade de vida, iniciando-se pela descrição histórica do surgimento da educação física como disciplina, seguindo o tópico da Educação física no Ensino Médio e na saúde finalizando com um comparativo entre três estudos realizados nas aulas de educação física no ensino médio analisando os benefícios das aulas de Educação Física sobre aptidão física voltada para a saúde. Os estudos mesmo com metodologias diferentes mostraram resultados positivos em relação aos alunos participantes das aulas de Educação Física. Evidenciou-se que ao participarem nas aulas apresentam uma melhora significativa nos aspectos que estão ligados a saúde e qualidade de vida.

Palavra Chave: Atividades Físicas, Participação, Benefícios.

¹ Acadêmica do curso de Educação Física Licenciatura no CEULJI.
² Professora adjunta do Curso de Educação Física – CEULJI/ULBRA

INTRODUÇÃO

Levando em consideração o momento que todos os olhos estão voltados para saúde e a importância de viver com qualidade, fez-se necessário a elaboração deste estudo que visa apontar os benefícios que as aulas de Educação Física têm na saúde e qualidade de vida dos alunos que estão cursando o Ensino Médio.

Descrição histórica do surgimento da educação física como disciplina

No ano de 1851 a Educação Física começa sua trajetória no Brasil com a reforma Couto Ferraz, mais só em 1920 chega nas escolas em alguns estados sobre o nome de ginástica. Com uma visão médica e militar que se prolongou até a metade do século XX.¹

Já na segunda metade do século XX a Educação Física passa a ter aspecto mais voltado para o esporte numa tentativa de tornar o Brasil uma potência olímpica juntando com o regime político da época contribuiu para mudanças no modelo pedagógico.^{1,2}

As aulas de Educação Física eram voltadas para o alto rendimento na intenção de produzir atletas. Como uma maneira de compensação usada pelo governo na tentativa de fazer a sociedade esquecer dos problemas que o Brasil enfrentava. Na década de 80 como o Brasil não se tornou uma potência esportiva houve uma perda de identidade na disciplina.^{1,2}

O foco foi direcionado para o desenvolvimento psicomotor do estudante, passando a vê-lo como seres humanos com sua complexidade e não mais como um atleta de alto rendimento em potencial. Os professores começam a ter um novo pensamento em relação ao conteúdo a ser aplicado nas aulas de Educação Física deixando a aula mais inclusiva.³ Enquanto isso, no meio acadêmico começa a ter investimentos no campo de pesquisa relacionado à área, aumentando os números de publicações científicas. Surgem novos cursos e os profissionais da área passam a dar continuidade nos estudos com programas de pós-graduação, mestrado e doutorado.³

Na atualidade com a evolução das pesquisas, os conceitos também se evoluíram dando uma nova concepção pedagógica, mais voltada para a saúde aproximando o humano do biológico com uma visão de vários ângulos. Levando em consideração as individualidades de cada um dentro do coletivo e do meio onde vive.³

A Educação Física tem um papel de suma importância na matriz curricular para o desenvolvimento físico, mental e social dos estudantes. Com diversidades de conteúdo trabalhado valorizando a aprendizagem em movimento, levando os alunos ao entendimento do seu corpo e aprimorando as relações com os outros.³

Educação física no Ensino Médio

As aulas de Educação Física no Ensino Médio, tem influência na transformação da vida do estudante, como ele se vê em sua individualidade e na sociedade. É preciso ter um cuidado maior para que os alunos não percam o interesse trazendo uma abordagem dinâmica, estimulante e interessante. Os conteúdos devem estar de acordo com a série e acompanhar o desenvolvimento motor, afetivo e cognitivo do estudante. Deve também haver uma coerência entre teoria e prática no método de ensino.⁴

O planejamento dos conteúdos deve levar em consideração o meio onde o aluno está inserido, o estilo de vida da sua comunidade, porém o mais importante é o professor saber qual é o objetivo de sua aula, “onde quer chegar”. Todo conteúdo trabalhado deve ser fundamentado e justificado teoricamente para ser desenvolvido e estudado.⁵

As aulas Educação Física são para todos, por isso, é necessário desenvolvê-la de maneira inclusiva, com participação de toda turma, entendendo a individualidade de cada um, sua capacidade; proporcionando uma melhora em sua qualidade de vida.⁶

O Parâmetro Curricular Nacional, já traz propostas de orientação ao professor para as aulas de Educação Física do Ensino Médio, recomenda o profissional trabalhar de forma lúdica e educativa, auxiliando o aluno na aprendizagem de diversos conteúdos e desenvolvimento de habilidade que serão utilizadas durante a sua vida.⁶

O professor de Educação Física deve levar em consideração a importância da proposta pedagógica da escola e desenvolver seu trabalho em consenso com ela, deixando claro o valor da disciplina dentro da grade curricular, tratando com

seriedade a formação acadêmica do aluno, exercendo seu papel de mediador, ajudando os estudantes aceitar as diferenças pessoais, corporais e culturais.⁶

O senso comum traz uma imagem equivocada da Educação Física escolar, tratando como se fosse um momento para jogar bola, brincar e relaxar das demais aulas entre outros. As aulas de Educação Física têm e devem ter, sem dúvida uma metodologia lúdica, mais sem perder o comprometimento com o desenvolvimento do aluno e objetivo da aula.⁷

O Ensino Médio requer um cuidado especial em suas aulas, pois a faixa etária atinge alunos adolescentes. Nesta etapa da vida eles estão passando por diversas transformações físicas, cognitivas e psicossociais. Nesta fase talvez por falta de entendimento dos professores, há uma dificuldade grande em se trabalhar e envolvê-los nas atividades de aula.⁸

Educação física e saúde

Na atualidade há uma evidência e uma preocupação com saúde e qualidade de vida. Os meios de comunicação são os principais divulgadores da necessidade das práticas de atividades física tanto na prevenção de doenças como na melhora da qualidade de vida. Mesmo a maioria da população sabendo que atividade física é de suma importância para manutenção da saúde, porém, o número de praticantes regulares de atividades físicas ainda é muito baixo.⁹

A conscientização da pratica da atividade física juntamente com uma alimentação balanceada, associado a outros fatores que contribui para uma boa saúde, como medicina preventiva, condições dignas de habitação e higiene, lazer entre outros, estão diretamente ligados a melhora da saúde.¹⁰

A acomodação e a vida com múltiplos compromissos condicionam as pessoas a não dar a devida importância para a pratica de atividade física. Há uma necessidade na mudança de hábitos para uma melhora da qualidade de vida, mais só a divulgação nos meios de comunicação não é o suficiente para alcançar uma mudança significativa nos hábitos da população.¹¹

O Brasil como país que tem uma extensão territorial e uma diversidade cultural, a melhor maneira de se alcançar a população em geral é através da escola. Se a escola conseguir desenvolver bons hábitos nos escolares mostrando a importância da atividade física, para a melhora na qualidade de vida e prevenção de doenças relacionadas ao sedentarismo, estas informações serão sem dúvidas levadas a toda a sociedade. Este fato evidencia a necessidade de investir num processo pedagógico onde fica evidente a importância da atividade física para saúde. Levar os adolescentes, a se apropriarem da ideia, que hábitos saudáveis combinados com atividade física podem oferecer uma vida mais saudável é uma via de solidificação de novos hábitos para os seus familiares.¹¹

Nesta revisão bibliográfica pode-se constatar que a prática de atividades físicas escolares, está diretamente relacionada à saúde e que está por sua vez está diretamente ligada ao papel da escola na sociedade. Os estudos que referenciam esta pesquisa, apontam que às aulas de educação física nas escolas tem uma parcela de responsabilidade na elaboração de conceitos e procedimentos ligados a saúde.¹²

O termo saúde pode ser usado de maneiras diferentes no decorrer de uma aula, podendo-se perceber abordagens diferentes utilizadas em aulas de Educação Física para se referir a saúde¹², porém este estudo teve por objetivo compreender os benefícios que as aulas de educação física trazem para a saúde e a qualidade de vida dos alunos do ensino médio.

MÉTODO

O presente estudo trata-se de uma revisão, onde foram buscados artigos relacionados aos seguintes temas: história da Educação Física no Brasil, Educação Física no Ensino Médio, aulas de Educação Física no Ensino Médio e saúde. A pesquisa foi realizada em duas etapas, na primeira etapa foi feita no sistema de pesquisa Google, onde foi encontrado, com relevância a temática em 114 artigos, e feito o download com a leitura do resumo foram selecionado 30 artigos para a leitura completa, já na segunda etapa a pesquisa foi feita nas seguintes bases de dados Directory Of Open Access Journals (DOAJ), Google Acadêmico, Periódicos CAPES, Scielo e Sistema De Bibliotecas UFMG onde também foi encontrado com relevância a temática em 62 artigos, e feito o download com a leitura do resumo foram

selecionados 23 artigos para a leitura completa, ao todo foram lidos 58 artigos, sendo citados e referenciados 15 artigos no estudo. Selecionou-se por critério de estudo realizado com alunos do ensino médio entre períodos de anos diferentes respeitando o período de 13 anos de intervalo e um estudo realizado no mesmo ano. Fez-se uma comparação de três estudos realizados com alunos de Educação Física do Ensino Médio. Um publicado em 2001 e os outros dois em 2014 os três com didática diferente no decorrer das aulas. Os testes que foram usados foram similares, o primeiro teste contava com uma amostra de 128 alunos e o segundo teste 40 alunos e por último o terceiro estudo com 88 alunos do ensino médio, com uma bateria de teste no início e outra no final da intervenção.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este estudo teve por objetivo compreender os benefícios que as aulas de educação física têm na saúde e na qualidade de vida dos alunos do ensino médio. Para evidenciar esta importância vamos ver dados de três estudos relacionados a qualidade de vida:

Primeiro estudo: realizado no Colégio Técnico Industrial “Isaac Portal Rondan”, UNESP, Campus de Bauru/SP no ano de 2001 por Zogheib Milanezi em sua tese de Doutorado. Indica o estudo feito com 128 alunos do sexo masculino entre 14 e 16 anos.¹³Os conteúdos desenvolvidos nas aulas foram as seguintes modalidades esportivas: futebol de campo, futsal, voleibol, basquetebol e tênis ou raquetão.¹³Foi realizada uma bateria de testes no início do ano letivo e outra no final. Os testes usados foram Medidas Antropométricas, Composição corporal, Flexibilidade, Força muscular, Resistência muscular localizada e Resistência aeróbica.¹³ No teste final os alunos que estava participando nas aulas de Educação Física tiveram uma evolução significativa em todos os testes. Com exceção do teste de força muscular.¹³

Segundo estudo: Estudo foi realizado numa escola da rede federal de ensino, estudo publicado no ano de 2014 por Marcel Anghinoni Cardoso, Flávio Medeiros Pereira, Mariângela da Rosa Afonso E Ivon Chagas da Rocha Junior. O estudo foi realizado com uma amostra de 40 alunos de duas turmas do 1º ano do Ensino Médio.¹⁴Conteúdo trabalhado nas aulas foi: Comportamento da Frequência Cardíaca (FC) em exercícios de deslocamento (corrida/caminhada); Comportamento da FC em exercícios ginásticos localizados (abdominais, apoios, etc). Efeitos do treinamento

sobre a FC de repouso; Conhecimento corporal: atuação do exercício sobre diferentes segmentos corporais, percepção de intensidade de esforços; Resistência Muscular Localizada: conceito, importância para a saúde, práticas adequadas; Flexibilidade: conceito, importância para a saúde, práticas adequadas; Resistência Aeróbia: conceito, importância para a saúde, práticas adequadas; Nutrição Básica: tipos de nutrientes, exemplos práticos, alimentação saudável; Política e Exercício Físico: espaços públicos, políticas regionais, ações governamentais; Barreiras que impedem a manutenção de um estilo de vida ativo: clima, meio ambiente, condições financeiras dentre outros; Exercício físico e cultura: a presença do exercício no cotidiano da comunidade, mudanças de hábitos populacionais ao longo dos anos; Revisão dos aspectos biológicos; Revisão dos aspectos políticos, culturais e ambientais.¹⁴ Usou-se três testes diferentes para avaliar a aptidão Física dos alunos: sentar e alcançar para a Flexibilidade; corrida de nove minutos para resistência aeróbia e resistência abdominal. Foi aplicada também uma prova teórica com oito questões, valendo de zero a 10 para avaliar os conceitos.¹⁴ Percebeu-se também, melhora na Flexibilidade Resistência muscular localizada e Resistência aeróbica, porém, as meninas tiveram um melhor desempenho em relação aos meninos no teste de Resistência aeróbica.¹⁴

Terceiro estudo: Estudo realizado numa escola da rede privada na cidade de Porto Alegre, estudo publicado no ano de 2014 por Luciane Canto Vargas de Oliveira. O estudo foi realizado com uma amostra de 88 alunos do ensino Médio.¹⁵ Nos conteúdos trabalhados nas aulas, foram planejadas ações para executar a flexibilidade, força e função cardiorrespiratória. Quanto aos esportes, ocorreu a prática de um esporte coletivo por bimestre.¹⁵ Observou-se um aumento no percentual de alunos na zona saudável nos dois sexos, nos seguintes testes: Força/resistência abdominal, Flexibilidade, Cardiorrespiratório. Índice de massa corporal apresentou um resultado negativo, onde três meninos e uma menina saíram da zona saudável e foram para zona de risco.¹⁵ Os testes utilizados foram os seguintes: Índice de massa corporal (IMC); sentar e alcançar para a Flexibilidade; corrida de nove minutos para resistência aeróbia; força/resistência abdominal.¹⁵

Para melhor ilustrar e comparar os dados dos estudos da pesquisa as informações pertinentes estão agrupadas no quadro a seguir.

Tabela comparativa dos estudos.¹³⁻¹⁵

Estudos	Primeiro	Segundo	Terceiro
Autor do estudo	Jorgeta zogheib milanezi	Marcel Anglinoni Cardoso, Flávio Medeiros Pereira, Mariângela da Rosa Afonso, Ivon Chagas Rocha Junior	Luciane Canto Vargas de Oliveira
Local	Colégio Técnico Industrial "Isaac Portal Rondan", UNESP, Campus de Bauru/SP	Escola Profissionalizante	Escola rede privada na cidade de Porto Alegre
Ano/ publicação	2001	2014	2014
Numero/ amostra	128	40	88
Sexo	Masculino	Masculino/Feminino	Masculino/Feminino
Idade	14 a 16	Média 14,5	
Cursando	Ensino Médio (1ª série)	Ensino Médio (1ª série)	Ensino Médio(1ª ,2ª e 3ª série)
Tempo do estudo	1 ano letivo	75 dias	1 ano letivo
Testes	Os testes usados foram Medidas Antropométricas, Composição corporal, Flexibilidade, Força muscular, Resistência muscular localizada e Resistência aeróbica.	Sentar e alcançar para a Flexibilidade; corrida de nove minutos para resistência aeróbia e resistência abdominal. Foi aplicada também uma prova teórica com oito questões, valendo de zero a 10 para avalia os conceitos.	Índice de massa corporal (IMC); Sentar e alcançar para a Flexibilidade; corrida de nove minutos para resistência aeróbia; força/resistência abdominal.
Aplicação /testes	Foi feito uma bateria de teste no início e outra no final	Foi feito uma bateria de teste no início e outra no final	Foi feito uma bateria de teste no início e outra no final.

<p style="text-align: center;">Conteúdo das aulas</p>	<p>Futebol De Campo, Futsal, Voleibol, Basquetebol e Tênis ou Raquetão.</p>	<p>Comportamento da Frequência Cardíaca (FC) em exercícios de deslocamento (corrida/caminhada); Comportamento da FC em exercícios ginásticos localizados (abdominais, apoios, etc). Efeitos do treinamento sobre a FC de repouso; Conhecimento corporal: atuação do exercício sobre diferentes segmentos corporais, percepção de intensidade de esforços; Resistência Muscular Localizada: conceito, importância para a saúde, práticas adequadas; Flexibilidade: conceito, importância para a saúde, práticas adequadas; Resistência Aeróbia: conceito, importância para a saúde, práticas adequadas; Nutrição Básica: tipos de nutrientes, exemplos práticos, alimentação saudável; Política e Exercício Físico: espaços públicos, políticas regionais, ações governamentais; Barreiras que impedem a manutenção de um estilo de vida ativo: clima, meio ambiente, condições financeiras dentre outros; Exercício físico e cultura: a presença do exercício no cotidiano da comunidade, mudanças de hábitos populacionais ao longo dos anos; Revisão dos aspectos biológicos; Revisão dos aspectos políticos,</p>	<p>Foram planejadas ações em que a flexibilidade, força e função cardiorrespiratória sejam executadas. Quanto aos esportes, ocorreu a prática de um esporte coletivo por bimestre.</p>
<p style="text-align: center;">Resultados</p>	<p>No teste final os alunos que estava participando nas aulas de Educação Física teve uma evolução significativa em todos os testes. Com exceção do teste de força muscular.</p>	<p>No teste final foi percebido melhora na Flexibilidade Resistência muscular localizada, Resistência aeróbica e no teste teórico. Porém as meninas teve um melhor desempenho em relação aos meninos no teste de Resistência aeróbica.</p>	<p>Foi observando um aumento no percentual de alunos na zona saudável nos dois sexos, nos seguintes testes: Força/resistência abdominal, Flexibilidade, Cardiorrespiratório. Índice de massa corporal apresentou um resultado negativo, onde três meninos e uma menina saíram da zona saudável</p>

Tabela: Comparação dos estudos.

Pode-se observar na comparação dos estudos os seguintes aspectos:

1. Metodologia: na metodologia trabalhada, no primeiro estudo o conteúdo é voltado especificamente para os esportes, no segundo estudo tem uma grade de conteúdo com aspectos voltado para melhorar fundamentos ligados a saúde e no terceiro estudo se aborda as duas linhas pedagógicas a práticas esportivas e os conteúdos voltados a saúde.
2. Testes: em relação aos testes usados, os três estudos mostram semelhanças com algumas particularidades entre eles. Primeiro estudo utilizou teste de Medidas Antropométricas, Composição corporal, Flexibilidade, Força muscular, Resistência muscular localizada e Resistência aeróbica. O segundo estudo utiliza o teste Sentar

e alcançar para a Flexibilidade; corrida de nove minutos para resistência aeróbia e resistência abdominal. Foi aplicada também uma prova teórica com oito questões, valendo de zero a 10 para avaliar os conceitos. O terceiro estudo utiliza o teste de Índice de massa corporal (IMC); Sentar e alcançar para a Flexibilidade; corrida de nove minutos para resistência aeróbia; força/resistência abdominal.

Em relação aos resultados os três estudos evidenciaram que os alunos participantes nas aulas de Educação Física têm uma melhora significativa nos aspectos que estão ligados à saúde e qualidade de vida. Salvo o teste de força muscular no primeiro estudo e Índice de massa corporal do terceiro teste.

CONCLUSÃO

Os estudos mostram que os alunos participantes das aulas de educação física regularmente têm uma melhora significativa no condicionamento físico em fatores que estão ligados com saúde e qualidade de vida. As atividades nas aulas de educação física atuam também na prevenção e no auxílio do tratamento das doenças congênitas, como acidente vascular cerebral, câncer, obesidade, osteoporose, diabetes, hipertensão e as cardiovasculares entre outras.

Com todos os benefícios que as aulas de Educação Física têm a oferecer para a vida dos alunos, vivemos num mundo que a atenção dos adolescentes está voltada para os meios de comunicação, redes sociais e jogos eletrônicos que acabam por tirar o interesse da prática de atividades físicas. Nos grandes centros temos outros fatores como: violência, falta de espaço adequado para prática de atividade física tornando-se a escola, a principal responsável para desenvolver a aptidão física dos alunos na disciplina de Educação física.

O professor de Educação Física deve desenvolver a autonomia dos alunos para que a prática da atividade física não fique só restrita às aulas e sim passa a fazer parte do seu dia-a-dia. Durante as aulas, os conteúdos desenvolvidos devem abranger todos os alunos da classe e trabalhar o maior número de vivências corporais.

REFERENCIAS

1. Claudemir GC, Evando CM. Práticas e representações da educação física escolar em diários de classe em Sinop-MT (1979-2009), J. Phys. Educ. v. 27,

- e2705 , 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S2448-24552016000100105&script=sci_abstract> Acessado: 12/03/2017
2. Arnaldo EBJ, Educação Física escolar no Brasil e seus resquícios históricos, Vol. 6 – Nº 13 - Janeiro - Julho 2011. Disponível em: <http://www.ideal.com.br/getulio/restrito/upload/revistasartigos/151_1.pdf> Acessado: 13/03/2017
 3. Adilson L dos S, Educação Física: evoluções contextual e pedagógica que contribuíram para o processo escolar da inclusão social em casos de atipicidade, 2007. Disponível em: <http://www.iptan.edu.br/publicacoes/saberes_interdisciplinares/pdf/revista01/educacao_fisica.pdf> Acessado: 12/03/2017
 4. Leo JTN, A participação nas aulas de Educação Física no Ensino Médio: motivações intrínsecas e extrínsecas, Porto Alegre 2012 Disponível em: <<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/70318/000875713.pdf?sequen>> Acessado: 12/03/2017
 5. Samya MABP, Educação Física no ensino Médio: uma proposta pedagógica, REVISTA E.F. Nº 04 - SETEMBRO DE 2002. Disponível em: <<http://www.confef.org.br/extra/revistaef/show.asp?id=3455>> Acessado: 13/03/2017
 6. Nathalia Z, Regiane CG, Educação Física no ensino Médio: concepções e reflexões, II Seminário de Estudos em Educação Física ..., 2008. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?q=Educa%C3%A7%C3%A3o+F%C3%A9sica+no+ensino+M%C3%A9dio:+concep%C3%A7%C3%B5es+e+reflex%C3%B5es%3B&hl=pt-BR&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart&sa=X&ved=0ahUKEwiEztajg6DUAhWCHpAKHeZ8ADcQgQMIITAA> Acessado: 17/03/2017
 7. Leisi FM, Educação Física no ensino Médio: possibilidades e Perspectivas, MOTRIZ - Volume 5, Número 2, Dezembro/1999. Disponível em: <http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/33123813/5n202Darido.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1496440068&Signature=H%2FFEBkJoXbim3H3nuUbgBduuVBQ%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DProfa._Mestre_membro_do_Laboratorio_de_E.pdf> Acessado: 13/03/2017
 8. Mara JB, Ernani JS, A Educação Física no ensino Médio relevante ou irrelevante?, Disponível em: <<http://www.posuniasselvi.com.br/artigos/rev03-02.pdf>> Acessado: 17/03/2017
 9. Rosane B, Os benefícios da atividade física aos adolescentes, 2008. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?q=Os+benef%C3%ADcios+da+atividade+f%C3%ADsica+aos+adolescentes&hl=pt-BR&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart&sa=X&ved=0ahUKEwje-eWbhqDUAhUCjJAKHUA5AcQQgQMIITAA> Acessado: 17/03/2017

10. Made JM, Educação Física e saúde na escola, estudos, Goiânia, v. 33, n.7/8, p. 643-653, jul./ago. 2006. Disponível em:
<<http://revistas.ucg.br/index.php/estudos/article/view/143>> Acessado:17/03/2017
11. Diogo ID, Walter RC, Educação Física no ensino Médio como objeto de estudo da produção acadêmico científica nos periódicos nacionais, Rev Bras Educ Fís Esporte, (São Paulo) 2013 Abr-Jun; 27(2):277-87. Disponível em:
<<http://www.periodicos.usp.br/rbefe/article/view/58567>>
12. Heraldo SF, Braulio NO, José JCS, Análise da percepção dos professores de educação física acerca da interface entre a saúde e a educação física escolar: conceitos e metodologias; Rev. Bras. Ciênc. Esporte, Florianópolis, v. 35, n. 3, p. 673-685, jul./set. 2013. Disponível em:
<<http://oldarchive.rbceonline.org.br/index.php/RBCE/article/view/1426>>
Acessado: 17/03/2017
13. Jorgeta ZM, Atividade física para saúde no ensino médio e no tempo livre: estudo quase-experimental em Bauru, SP, Campinas, SP: [s.n.], 2001. Disponível em: <<http://repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/275393>>
Acessado: 05/04/2017
14. Marcel AC, Flávio MP, Mariângela RA, Ivon CRJ, Educação física no ensino médio: desenvolvimento de conceitos e da aptidão física relacionados à saúde, Rev Bras Educ Fís Esporte, (São Paulo) 2014 Jan-Mar; 28(1):147-61. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/80775>> Acessado: 05/04/2017
15. Luciane CVO, Análise dos efeitos de um programa de Educação Física relacionado à promoção da saúde sobre a aptidão física de escolares, Porto Alegre, BR, RS, 2014. Disponível em:
<<http://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/104266>> Acessado: 05/04/2017

OBS:

O artigo foi formatado segundo as normas da revista ACTA, em anexo.