

Revista Multidisciplinar

O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA
PROMOÇÃO DA SAÚDE ESCOLAR: ESTRATÉGIAS E DESAFIOS

Anderson de Melo Costa



Fonte: <https://independente.com.br/federacao-da-educacao-fisica-diz-que-reducao-de-carga-horaria-afeta-saude-dos-alunos-e-emprego-dos-professores/>

PERIÓDICO CIENTÍFICO INDEXADO INTERNACIONALMENTE

DOI: 10.5281/zenodo

DOI: 10.69720/Crossref

ISSN

International Standard Serial Number

2966-0599

www.ouniversoobservavel.com.br

**O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA PROMOÇÃO DA
SAÚDE ESCOLAR: ESTRATÉGIAS E DESAFIOS**

Anderson de Melo Costa

Revista o Universo Observável
DOI: 10.5281/zenodo.12797345
[ISSN: 2966-0599](https://doi.org/10.5281/zenodo.12797345)

RESUMO

A promoção da saúde escolar é uma questão de suma importância no contexto educacional atual, visando não apenas o desenvolvimento físico, mas também o bem-estar integral dos alunos. Nesse sentido, o papel do professor de Educação Física é fundamental, pois ele atua como agente-chave na implementação de estratégias que visam fomentar hábitos saudáveis e promover o bem-estar físico, mental e social dos estudantes.

Ao longo deste texto, exploramos diversas abordagens e metodologias utilizadas pelo professor de Educação Física para promover hábitos saudáveis entre os alunos. Desde a prática de atividades esportivas e exercícios físicos até a adoção de estratégias lúdicas e participativas, o professor dispõe de um vasto leque de recursos pedagógicos para estimular a adoção de comportamentos saudáveis entre os estudantes. A diversificação das práticas pedagógicas é fundamental para engajar os alunos e promover uma vivência significativa da Educação Física como promotora da saúde.

Palavras-chave: Professor de Educação Física, Promoção da Saúde Escolar, Estratégias Pedagógicas, Integração Interdisciplinar, Envolvimento da Comunidade Escolar.

ABSTRACT

The promotion of school health is a matter of paramount importance in the current educational context, aiming not only at physical development but also at the overall well-being of students. In this sense, the role of the Physical Education teacher is fundamental, as they act as key agents in implementing strategies aimed at fostering healthy habits and promoting the physical, mental, and social well-being of students. Throughout this text, we have explored various approaches and methodologies used by Physical Education teachers to promote healthy habits among students. From practicing sports activities and physical exercises to adopting ludic and participative strategies, teachers have a wide range of pedagogical resources to stimulate the adoption of healthy behaviors among students. Diversifying pedagogical practices is essential to engage students and promote a meaningful experience of Physical Education as a promoter of health.

Keywords: Physical Education Teacher, School Health Promotion, Pedagogical Strategies, Interdisciplinary Integration, Involvement of the School Community.

1. INTRODUÇÃO

Na contemporaneidade, o papel do professor de Educação Física na promoção da saúde escolar emerge como uma questão central no contexto educacional. A atuação desse profissional transcende a mera transmissão de conhecimentos sobre atividades físicas, ganhando contornos mais amplos e complexos. Através de estratégias variadas e enfrentando desafios significativos, o professor de Educação Física desempenha um papel crucial na promoção de hábitos saudáveis entre os estudantes, contribuindo assim para seu desenvolvimento integral.

Nesse contexto, é fundamental destacar a importância do Programa Saúde na Escola (PSE), uma iniciativa que busca promover a integração entre saúde e educação, visando a melhoria da qualidade de vida dos estudantes. O PSE oferece um ambiente propício para que o professor desenvolva suas atividades de forma articulada com outros profissionais da educação e da saúde, potencializando assim os resultados em termos de promoção da saúde (Cavalcanti et al., 2021).

A formação continuada também se revela como um aspecto relevante na capacitação do profissional de Educação Física para atuar na promoção da saúde escolar. O estudo de Soares e Ferreira (2023) demonstra que iniciativas de formação continuada têm impacto significativo na qualificação dos professores, possibilitando a atualização de conhecimentos e o desenvolvimento de novas habilidades pedagógicas, o que, por sua vez, se reflete de maneira positiva na sua prática profissional.

É importante considerar as tensões e possibilidades que permeiam as interações entre educação física, saúde e sociedade. As reflexões propostas por Palma et al. (2020) apontam para a necessidade de uma abordagem interdisciplinar e contextualizada, capaz de reconhecer as complexidades inerentes às questões de saúde e promover ações efetivas no ambiente escolar.

No combate à obesidade infantil, a Educação Física escolar desponta como uma importante aliada. As contribuições apontadas por Brito et al. (2024)

revelam que a prática regular de atividades físicas, aliada a uma alimentação balanceada e ações de conscientização, pode contribuir significativamente para a prevenção e o controle desse problema de saúde pública.

É relevante também destacar a atuação do educador físico na Educação de Jovens e Adultos (EJA). Costa, Souza e Carvalho (2020) ressaltam que, nesse contexto, o professor desempenha um papel fundamental na promoção da saúde, uma vez que muitos dos alunos dessa modalidade de ensino apresentam hábitos de vida sedentários e estão expostos a diversos fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1. IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE ESCOLAR

No contexto educacional contemporâneo, a Educação Física emerge como um componente curricular de extrema relevância, desempenhando um papel significativo na promoção da saúde escolar. As práticas desenvolvidas nessa disciplina não se limitam apenas ao aspecto físico dos estudantes, mas também têm impacto direto em sua saúde mental e emocional. Através de uma abordagem holística, a Educação Física contribui para o bem-estar geral dos alunos, sendo essencial para uma educação integral.

A importância dessa disciplina na promoção da saúde escolar é amplamente reconhecida pela comunidade científica. Diversos estudos têm evidenciado o impacto positivo das práticas de Educação Física na saúde física dos estudantes. Antunes, Knuth e Damico (2020) ressaltam que a participação regular em atividades físicas promove o desenvolvimento motor, a melhoria da aptidão física e a prevenção de doenças relacionadas ao sedentarismo, como a obesidade e as doenças cardiovasculares.

Além dos benefícios físicos, a prática física escolar também desempenha um papel fundamental na saúde mental e emocional dos estudantes. Estudos

têm demonstrado que a prática regular de atividades físicas está associada a uma redução dos níveis de estresse, ansiedade e depressão, além de contribuir para o aumento da autoestima e da sensação de bem-estar (Pinheiro Filho & Fávaro, 2021). Através de jogos, brincadeiras e atividades lúdicas, a Educação Física proporciona um ambiente propício para o desenvolvimento emocional e social dos alunos, promovendo a integração, o trabalho em equipe e a solidariedade.

Soares et al. (2022) destacam que, além de desenvolver habilidades físicas e motoras, a disciplina também contribui para o desenvolvimento cognitivo e socioafetivo dos alunos. Através das práticas de Educação Física, os estudantes têm a oportunidade de vivenciar valores como o respeito, a cooperação, a responsabilidade e a ética, fundamentais para sua formação como cidadãos críticos e participativos.

A legislação brasileira reconhece a importância da Educação Física como componente obrigatório da educação básica. Segundo Pinheiro Filho & Fávaro (2021), a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) estabelece que a Educação Física deve integrar o currículo escolar em todos os níveis de ensino, assegurando aos alunos o acesso a conhecimentos e práticas que contribuam para o desenvolvimento integral de sua saúde. Dessa forma, a Educação Física se torna um direito de todos os estudantes e uma ferramenta essencial para a promoção da saúde escolar.

A interdisciplinaridade é um aspecto importante a ser considerado na promoção da saúde escolar através do exercício. Dos Anjos et al. (2022) destacam a importância da integração entre diferentes áreas do conhecimento, como a saúde e a educação, para o desenvolvimento de ações eficazes e abrangentes. A colaboração entre professores de Educação Física, enfermeiros, nutricionistas e outros profissionais da saúde permite uma abordagem mais completa e integrada das questões relacionadas à saúde dos estudantes, promovendo a prevenção de doenças e a promoção de estilos de vida saudáveis.

Da Silva & Veneziano (2021) destacam que a prática regular de atividades físicas é fundamental para o controle do peso e a melhoria da qualidade de vida

desses alunos. Através de programas de atividade física adaptados e acompanhamento profissional especializado, a Educação Física pode contribuir significativamente para a promoção da saúde e o bem-estar desses estudantes.

A Educação Física, enquanto disciplina curricular, possui um vasto leque de possibilidades para ser abordada na promoção da saúde escolar. Suas práticas não se limitam apenas às atividades esportivas convencionais, mas abrangem também uma gama diversificada de conteúdos e metodologias que podem contribuir significativamente para o bem-estar dos alunos. Nesse sentido, é essencial explorar diferentes abordagens e estratégias que permitam integrar a disciplina de forma efetiva e abrangente na promoção da saúde escolar.

Uma das maneiras de abordar a prática física na promoção da saúde é através da inclusão de conteúdos relacionados à saúde e ao bem-estar nos currículos e planos de aula. Isso envolve não apenas o ensino de técnicas e habilidades esportivas, mas também a promoção de conhecimentos sobre nutrição, prevenção de lesões, higiene pessoal, primeiros socorros e outras questões relacionadas à saúde física e mental dos alunos. Ao incorporar esses conteúdos de forma transversal e contextualizada, pode ajudar os estudantes a adquirir conhecimentos e habilidades essenciais para a promoção de sua própria saúde e bem-estar (Nascimento et al., 2021).

Outra abordagem importante é a promoção de estilos de vida saudáveis através da prática de exercício. Os professores podem utilizar as aulas como oportunidade para incentivar os alunos a adotarem hábitos saudáveis, como a prática regular de atividades físicas, a alimentação balanceada, o sono adequado e a redução do sedentarismo. Isso pode ser feito através da realização de atividades físicas variadas, que estimulem o interesse e a participação dos alunos, bem como da discussão de temas relacionados à saúde e ao bem-estar durante as aulas (Soares et al., 2022).

Através de atividades lúdicas, jogos cooperativos, técnicas de relaxamento e práticas de mindfulness, os professores podem ajudar os estudantes a desenvolver habilidades de autocontrole, gestão do estresse e resiliência emocional. Essas práticas não apenas contribuem para o bem-estar

psicológico dos alunos, mas também para a prevenção de problemas como a ansiedade, a depressão e o bullying (Anjos et al., 2022).

Os professores devem buscar garantir que todas as atividades propostas sejam inclusivas e adaptadas às necessidades individuais dos alunos, levando em consideração questões como gênero, idade, habilidades motoras e condições de saúde. Isso inclui a adaptação de exercícios e atividades, a oferta de alternativas para alunos com restrições físicas ou cognitivas, e a promoção de um ambiente seguro e acolhedor para todos os estudantes (Da Silva & Veneziano, 2021).

Além das atividades realizadas durante as aulas, também pode contribuir para a promoção da saúde escolar através de projetos e eventos extracurriculares. Os professores podem organizar campeonatos esportivos, corridas de rua, aulas abertas à comunidade, palestras e workshops sobre temas relacionados à saúde e ao bem-estar. Essas iniciativas não apenas proporcionam oportunidades adicionais para os alunos se envolverem em atividades físicas e aprenderem sobre saúde, mas também promovem a integração entre a escola, a família e a comunidade em geral (Antunes et al., 2020).

A parceria entre a escola e outros setores da comunidade também é fundamental para o sucesso das iniciativas de promoção da saúde através do exercício. Os professores podem estabelecer parcerias com profissionais de saúde, academias, clubes esportivos, organizações não governamentais e outras instituições para oferecer atividades e serviços complementares, como avaliações físicas, orientação nutricional, aulas de dança, entre outros. Essa colaboração interdisciplinar e interinstitucional amplia o alcance das ações de promoção da saúde e proporciona aos alunos acesso a uma variedade de recursos e oportunidades (Do Nascimento et al., 2021).

Os professores devem ser exemplos de hábitos saudáveis, demonstrando comprometimento com a prática regular de atividades físicas, alimentação equilibrada, cuidados com a saúde e bem-estar emocional. Além disso, eles devem estar sempre atualizados em relação às melhores práticas e orientações

na área da saúde e do esporte, buscando constantemente aprimorar suas habilidades e conhecimentos para oferecer o melhor para seus alunos (Antunes et al., 2020).

2.2. DESAFIOS ENFRENTADOS PELO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

No contexto escolar contemporâneo, o professor de Educação Física se depara com uma série de desafios que podem impactar significativamente sua prática e eficácia na promoção da saúde entre os alunos. Esses desafios são multifacetados e refletem tanto questões estruturais e organizacionais quanto aspectos sociais e culturais que permeiam o ambiente educacional. Identificar e compreender esses obstáculos é fundamental para que se possa desenvolver estratégias eficazes que visem superá-los e garantir que o trabalho do professor contribua de maneira efetiva para o bem-estar e o desenvolvimento integral dos estudantes.

Um dos principais desafios enfrentados é a falta de recursos adequados para o desenvolvimento de suas atividades. Recursos materiais, como equipamentos esportivos, materiais didáticos e espaços adequados para a prática de atividades físicas, muitas vezes são escassos ou inexistentes nas escolas, o que limita as possibilidades de trabalho do professor e compromete a qualidade das aulas oferecidas aos alunos (Antunes et al., 2020).

A falta de investimento em infraestrutura e recursos materiais adequados é um obstáculo que pode dificultar a implementação de iniciativas de promoção da saúde escolar e comprometer os resultados alcançados. Muitas escolas não contam com espaços apropriados para a prática de atividades físicas, como quadras poliesportivas, campos de futebol ou pistas de atletismo, o que limita as possibilidades de realização de atividades diversificadas e compromete a qualidade do ensino oferecido. A falta de espaços adequados para a prática de atividades físicas pode desestimular a participação dos alunos e dificultar o

desenvolvimento de habilidades motoras e sociais (Pinheiro Filho & Fávares, 2021).

A sobrecarga de trabalho pode comprometer a qualidade do ensino oferecido e gerar estresse e exaustão no professor, afetando sua motivação e seu desempenho profissional (Soares et al., 2022).

A falta de reconhecimento e valorização da disciplina de Educação Física dentro do ambiente escolar pode contribuir para a sobrecarga de trabalho do professor, uma vez que suas atividades muitas vezes não são consideradas prioritárias pelos gestores escolares e pela comunidade acadêmica (Anjos et al., 2022).

A desvalorização da disciplina dentro do sistema educacional é um problema que afeta não apenas o trabalho do professor, mas também a qualidade da educação oferecida aos alunos. Muitas vezes, a Educação Física é vista como uma disciplina secundária, sem a mesma importância atribuída a outras áreas do conhecimento, o que pode resultar em falta de investimento em infraestrutura, recursos materiais e formação continuada para os professores (Da Silva & Veneziano, 2021).

Diante desses desafios, é fundamental que o professor busque estratégias criativas e inovadoras para superá-los e garantir que seu trabalho contribua de maneira efetiva para a promoção da saúde escolar. Isso pode incluir a busca por parcerias com outros profissionais da área da saúde, a utilização de recursos alternativos e a adaptação das atividades às condições e necessidades específicas de cada contexto escolar. Além disso, é importante que se engaje em processos de formação continuada, buscando sensibilizar gestores escolares, autoridades públicas e a comunidade em geral sobre a importância da Educação Física na promoção da saúde e no desenvolvimento integral dos alunos (Do Nascimento et al., 2021).

A falta de recursos, infraestrutura inadequada, sobrecarga de trabalho e desvalorização da disciplina são apenas alguns dos desafios enfrentados pelo professor. Por trás desses obstáculos, há uma série de questões estruturais, organizacionais e sociais que impactam diretamente o trabalho desse

profissional e, por consequência, a eficácia das iniciativas de promoção da saúde escolar. É importante, portanto, analisar mais a fundo como esses desafios se manifestam e de que forma eles influenciam o cotidiano do professor e o ambiente escolar como um todo.

2.3. ESTRATÉGIAS PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE ESCOLAR:

No contexto da educação, a promoção da saúde escolar emerge como um dos pilares fundamentais para o desenvolvimento integral dos alunos. Nesse sentido, o papel do professor ganha destaque como agente-chave na implementação de estratégias que visam fomentar hábitos saudáveis e promover o bem-estar físico, mental e social dos estudantes. Através de abordagens e metodologias diversificadas, aliadas à integração com outras disciplinas e à participação ativa da comunidade escolar e da sociedade em geral, é possível potencializar os resultados e efetivar a promoção da saúde no ambiente educacional.

Diante desse contexto, é essencial explorar as diversas abordagens e metodologias utilizadas pelo professor para promover hábitos saudáveis entre os alunos. Desde a prática de atividades esportivas e exercícios físicos até a adoção de estratégias lúdicas e participativas, o professor dispõe de um vasto leque de recursos pedagógicos para estimular a adoção de comportamentos saudáveis entre os estudantes. Como destacado por Antunes, Knuth e Damico (2020), a diversificação das práticas pedagógicas é fundamental para engajar os alunos e promover uma vivência significativa da Educação Física como promotora da saúde.

A interdisciplinaridade permite uma abordagem mais ampla e holística das questões relacionadas à saúde, possibilitando a articulação de conhecimentos e a realização de ações conjuntas entre diferentes áreas do saber. Nesse sentido, as legislações educacionais desempenham um papel importante ao destacar a importância da integração entre as diversas disciplinas no currículo escolar (Pinheiro Filho & Fávaro, 2021).

A comunidade escolar e a sociedade como um todo também desempenham um papel crucial na promoção da saúde escolar. O envolvimento dos pais, responsáveis, gestores escolares, profissionais de saúde e demais membros da comunidade é essencial para criar um ambiente favorável à adoção de hábitos saudáveis e para promover a cultura da saúde dentro e fora da escola. Como destacado por Soares et al. (2022), a formação continuada dos professores de Educação Física e a promoção de parcerias com outros profissionais e instituições são estratégias importantes para fortalecer a atuação do professor e potencializar os resultados das iniciativas de promoção da saúde escolar.

O trabalho conjunto entre enfermeiros e professores de Educação Física pode proporcionar uma abordagem mais abrangente e integrada da saúde dos alunos, permitindo a identificação precoce de problemas de saúde e a implementação de ações preventivas e de promoção da saúde. Como relatado por Dos Anjos et al. (2022), a atuação interprofissional é fundamental para garantir uma abordagem integral e efetiva da saúde escolar.

O educador físico desempenha um papel crucial na promoção da atividade física e na adoção de hábitos saudáveis entre as crianças obesas, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e para a prevenção de complicações associadas à obesidade. Como apontado por Da Silva e Veneziano (2021), o incentivo à prática regular de exercícios físicos e a promoção de uma alimentação saudável são fundamentais para o manejo da obesidade infantil e para a promoção da saúde desses alunos.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da complexidade e da importância da promoção da saúde escolar, é evidente que o papel do professor de Educação Física é fundamental para o desenvolvimento integral dos alunos. Ao longo deste texto, exploramos diversas abordagens e metodologias utilizadas pelo professor para promover hábitos saudáveis entre os estudantes, destacando a importância da integração entre

Educação Física, saúde e outras disciplinas, bem como o envolvimento da comunidade escolar e da sociedade como um todo.

Ficou claro que o educador físico dispõe de um vasto leque de recursos pedagógicos para estimular a adoção de comportamentos saudáveis entre os alunos. Desde a prática de atividades esportivas e exercícios físicos até a adoção de estratégias lúdicas e participativas, as possibilidades são diversas e podem ser adaptadas de acordo com as características e necessidades de cada grupo de alunos. É fundamental que o professor esteja sempre em busca de novas metodologias e abordagens, buscando aprimorar sua prática pedagógica e garantir a eficácia das iniciativas de promoção da saúde escolar.

A integração entre Educação Física, saúde e outras disciplinas é essencial para potencializar os resultados da promoção da saúde escolar. A interdisciplinaridade permite uma abordagem mais abrangente e holística das questões relacionadas à saúde, possibilitando a articulação de conhecimentos e a realização de ações conjuntas entre diferentes áreas do saber. É importante que os professores trabalhem em colaboração com outros profissionais e instituições, promovendo parcerias e compartilhando recursos e experiências.

O envolvimento da comunidade escolar e da sociedade como um todo também é fundamental para o sucesso das iniciativas de promoção da saúde escolar. Gestores escolares, pais, responsáveis, profissionais de saúde e demais membros da comunidade devem estar engajados e comprometidos com a criação de um ambiente escolar favorável à adoção de hábitos saudáveis e ao bem-estar dos alunos. O trabalho conjunto entre diferentes atores e setores é essencial para fortalecer as ações de promoção da saúde e promover uma cultura de saúde dentro e fora da escola.

4. REFERÊNCIAS

ANTUNES, Diogo SH; KNUTH, Alan G.; DAMICO, José Geraldo. **Educação Física e promoção da saúde: uma revisão de perspectivas teórico-metodológicas no Brasil.** *Educación Física y Ciencia*, v. 22, n. 1, p. 116-116, 2020.

BRITO, Lianne et al. **Contribuições da Educação Física escolar em relação à obesidade infantil. Uma revisão de literatura.** *Lecturas: Educación Física y Deportes*, v. 28, n. 309, 2024.

CAVALCANTI, Olga Maria da Silva Bezerra; DE PAIVA NETO, Francisco Timbó; RECH, Cassiano Ricardo. **Programa saúde na escola, promoção da saúde e contribuições da educação física: uma revisão integrativa.** *Pensar a Prática*, v. 24, 2021.

COSTA, Julio Cesar Gomes da; SOUZA, Cláudia Teresa Vieira de; CARVALHO, Rosa Malena de Araújo. **Atuação docente em Educação Física escolar na Educação de Jovens e Adultos (EJA): ações de Promoção da Saúde.** *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 42, p. e2045, 2020.

DA SILVA, Willian Vieira; VENEZIANO, Leonardo Squinello Nogueira. **A importância da educação física na vida de crianças obesas.** *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 7, n. 10, p. 2404-2421, 2021.

DO NASCIMENTO, Jonathan Willams et al. **Relato de experiência sobre a importância da intersectorialidade e interprofissionalidade para a promoção da saúde em um projeto de extensão, Pet-saúde interprofissionalidade.** *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 1, p. 560-578, 2021.

DOS ANJOS, Jussara Soares Marques et al. **A importância do enfermeiro na promoção da saúde de adolescentes no âmbito escolar: relato de experiência.** *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 15, n. 6, p. e10491-e10491, 2022.

PALMA, Alexandre et al. **Tensões e possibilidades nas interações entre educação física, saúde e sociedade.** WACHS, F.; LARA, L.; ATHAYDE, P. *Ciências do Esporte, Educação Física e Produção do Conhecimento em*, v. 40, p. 15-27, 2020.

PINHEIRO FILHO, Wilson Roberto; FÁVARO, Fabricio Luiz. **Importância da educação física escolar: considerações a partir das legislações.** *Revista científica eletrônica de ciências aplicadas da FAIT*, n. 1, 2021.,

SOARES, Stela Lopes et al. **Formação continuada em educação física e práticas de promoção de saúde: Estudos relacionados.** Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação, p. 1958-1976, 2022.

SOARES, Stela Lopes; FERREIRA, Heraldo Simões. **A formação continuada em Educação Física no interior do Ceará.** Boletim de Conjuntura (BOCA), v. 16, n. 47, p. 549-566, 2023.

TORINO, Luciana Garcia; DE SOUSA, Keilor da Silva; RODRIGUEZ, Jesus Alves. **AS CONTRIBUIÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR PARA A FORMAÇÃO DOS INDIVÍDUOS.** Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 10, n. 3, p. 2337-2347, 2024.