

## A UTILIZAÇÃO DE HISTÓRIA-FERRAMENTA COMO ESTRATÉGIA PEDAGÓGICA NA APLICAÇÃO DO TEMA SAÚDE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.

Bruno Rodrigues Dias<sup>1</sup>  
Bruno Gouvêa dos Santos<sup>2</sup>  
Kátia Regina Xavier da Silva<sup>3</sup>  
Thais Porto Amadeu<sup>4</sup>

### RESUMO

Este texto é um relato de experiência de recorte de uma pesquisa de Doutorado que avalia o impacto de um produto educacional (PE), intitulado “As Escolhas de Augustinho”, sobre os níveis de confiança (autoeficácia) de adolescentes para aderir à prática de atividades físicas (AF). Trata-se de um relato de experiência, com a utilização de oito trechos da história-ferramenta do PE como estratégia pedagógica na aplicação do tema AF e saúde nas aulas regulares de Educação Física em três turmas do primeiro ano do Ensino Médio em uma instituição pública federal. A estruturação das aulas seguiu as orientações previstas no PE, que teve quatro subtemas: estilo de vida saudável; avaliação da Atividade Física (AF); monitoramento objetivo e subjetivo da AF; avaliação do cumprimento das metas de AF. O principal referencial do PE é a Teoria Social Cognitiva (TSC) e a ação pedagógica teve nas estratégias autorregulatórias suporte para promover discussões sobre aspectos biológicos, psicológicos e sociais da AF. Os encontros foram presenciais, durante dez semanas entre os meses de abril e julho de 2022, com duração de quarenta minutos cada tempo de aula, sendo dois tempos semanais em cada turma. A divisão dos encontros foi realizada da seguinte maneira: em um primeiro momento, um trecho da história-ferramenta era apresentado, em seguida o tema saúde era aplicado, ao final de cada encontro era realizada uma roda de conversa para se analisar o que foi vivenciado. Como resultados, os estudantes realizaram ações de mapeamento das áreas de lazer disponíveis em seus bairros, monitoramento e percepção da intensidade realizada na AF, construção de um diário de bordo durante três semanas para identificar os próprios níveis de AF e, como culminância, realizou-se a leitura completa da história-ferramenta. Conclui-se que a experiência gerou reflexões interessantes nos participantes devido às discussões e aos questionamentos sobre o corpo na pandemia, o sedentarismo e a atividade física.

**Palavras-chave:** Autorregulação, estratégia pedagógica, educação física, história-ferramenta, saúde.

<sup>1</sup> Mestrando em Educação Básica no Curso Mestrado Profissional em Práticas de Educação Básica (MPPEB) do Colégio Pedro II - RJ, [bruno.dias.1@cp2.g12.br](mailto:bruno.dias.1@cp2.g12.br);

<sup>2</sup> Doutorando em Ciências Médicas pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências Médicas da Universidade do Estado do Rio de Janeiro - UERJ, [bruno.gouvea.1@cp2.edu.br](mailto:bruno.gouvea.1@cp2.edu.br);

<sup>3</sup> Professora Orientadora: Pós-Doutora. MPPEB – Colégio Pedro II – RJ, [katia.silva.1@cp2.edu.br](mailto:katia.silva.1@cp2.edu.br)

<sup>4</sup> Professora Coorientadora: Professora Adjunta na Faculdade de Ciências Médicas da Universidade do Estado do Rio de Janeiro – UERJ, [tpamadeu@gmail.com](mailto:tpamadeu@gmail.com)

## INTRODUÇÃO

Saúde é um Tema Contemporâneo Transversal fundamental a ser discutido nas aulas de educação física na educação básica. Colaborar com a compreensão de um estilo de vida saudável e ter melhor relação com hábitos e práticas de atividade física regular promove maior envolvimento e participação dos estudantes nas aulas e entendimento da importância dessas práticas e aplicabilidade em seu cotidiano.

Com o objetivo de se refletir sobre os níveis de confiança (autoeficácia) de adolescentes para aderir a prática de Atividades Físicas (AF), utilizaram-se histórias-ferramenta como estratégia pedagógica para dialogar com os estudantes e levantar material sobre os subtemas propostos, a saber: estilo de vida saudável; avaliação da Atividade Física (AF); monitoramento objetivo e subjetivo da AF; avaliação do cumprimento das metas de AF.

Para este trabalho, utilizaram-se oito trechos da história-ferramenta como estratégia pedagógica na aplicação do tema Saúde nas aulas regulares de Educação Física em três turmas do primeiro ano do Ensino Médio de uma Instituição Pública Federal. Tais dados são um recorte de uma pesquisa em nível de **doutorado** em andamento, que avalia o impacto de um Produto Educacional (PE), intitulado “As Escolhas de Augustinho” no cotidiano dos adolescentes.

A aplicação do plano e a ação pedagógica tiveram nas estratégias autorregulatórias suporte para promover discussões sobre aspectos biológicos, psicológicos e sociais da AF, com base na Teoria Social Cognitiva - TSC (BANDURA, 2004), como referencial teórico.

O desenvolvimento das ações possibilitou verificar com os estudantes o mapeamento das áreas de lazer disponíveis em seus bairros, monitoramento e percepção da intensidade realizada na AF e a construção de um diário de bordo para identificar os próprios níveis de AF.

## METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)

A pesquisa utilizou como estratégia pedagógica a aplicação de histórias-ferramenta em um grupo controle a fim de se refletir sobre os níveis de confiança (autoeficácia) de adolescentes para aderir a prática de Atividades Físicas (AF), envolvendo os subtemas:

- Estilo de vida saudável;



- avaliação da Atividade Física (AF);
- monitoramento objetivo e subjetivo da AF;
- avaliação do cumprimento das metas de AF.

A aplicação contou com a participação do professor-regente das turmas. Todas decisões sobre as etapas de desenvolvimento da pesquisa foram feitas em colaboração com os estudantes. Ao todo, participaram deste estudo, 98 estudantes do Ensino Médio, sendo 34 deles do turno da manhã e 64 do turno da tarde. É importante mencionar que esses estudantes compõem três turmas, duas delas do curso técnico (Administração e Desenvolvimento de Sistemas) e uma do curso regular, considerando que os estudantes do curso técnico possuem carga horária integral e a turma regular tem carga horária parcial.

Todos os participantes consentiram compor a pesquisa e assinaram o TALE (Termo de assentimento de livre esclarecimento) e seus responsáveis autorizaram o TCLE (Termo do consentimento de livre esclarecimento).

As etapas para a utilização da história-ferramenta foram, primeiramente, com uma reunião entre pesquisador e professor-regente para apresentação da história-ferramenta “As escolhas de Augustinho: história-ferramenta sobre autorregulação para a saúde”. Após a avaliação das possíveis aproximações e dos distanciamentos do Tema Saúde com os conteúdos trimestrais das turmas, o pesquisador e o professor-regente organizaram o cronograma de aplicação da história-ferramenta nas aulas de Educação Física.

Cabe mencionar que a história foi dividida em oito tópicos de aula, para que o tema pudesse ser trabalhado em dois tempos de aula. Durante as oito semanas, o professor-regente da turma apresentou parte da história-ferramenta e a relacionava ao conteúdo Saúde.

A aplicação das etapas direcionou o planejamento e a organização da aula, de modo que a estrutura contou com três momentos, sendo que, semanalmente, as aulas se iniciavam com a explanação dos objetivos do encontro para seguir com a aplicação da história-ferramenta e, ao final, alunos e professor participavam de roda de conversa.

Dos oito tópicos de aula, dois foram planejados para serem desenvolvidos em até três semanas já que dependiam de tarefas com atividade externa. Dentre as atividades a serem desenvolvidas, vale ressaltar as seguintes:

- Construção de uma pesquisa de campo no bairro onde os alunos residem, com a investigação sobre espaços públicos de lazer disponíveis para a prática de atividade física;
- Elaboração de um diário de bordo sobre as tarefas realizadas durante três semanas, com a inclusão da prática de alguma atividade física.



Ao final da aplicação dos oito tópicos de aula, os estudantes realizaram a leitura completa da história-ferramenta e participaram de uma roda de conversa onde puderam avaliar os encontros a partir dos seguintes questionamentos: Você se identificou com algum personagem da história? Qual o grau de importância que a história tem na sua avaliação da sua rotina de vida? Você recomendaria essa história para incentivar algum colega seu?

## REFERENCIAL TEÓRICO

A história-ferramenta tem como principal objetivo criar situações de ensino, em que os estudantes possam criar certa identificação com os personagens da história e compreenderem os conteúdos trabalhados por meio dessa identificação; nesse caso, o personagem da história serve como um modelo a ser seguido pelos estudantes. Os pressupostos que fundamentam a utilização da história como estratégia pedagógica se encontram em Gouvêa, 2017:

Rosário e Polydoro (2014): a) narrativa (maneira informal e descontraída de aprender conteúdos e um bom instrumento de transmissão cultural); b) constructo da modelação (criação de um personagem adolescente, Augustinho, que enfrenta dilemas dessa faixa etária); c) modelo PLEA de Pedro Rosário (2004) estruturando cada tema da história.

Com o decorrer da história, os estudantes vão realizando as tarefas propostas pelos mediadores do processo e, por conseguinte, aumentam seus níveis de confiança (autoeficácia) em relação aos temas e conteúdos trabalhados no processo ensino-aprendizagem.

O presente estudo tem como referencial a história-ferramenta “As escolhas de Augustinho: história-ferramenta sobre autorregulação para a saúde”. O critério de escolha da história ocorreu devido à aproximação entre o tema abordado e o conteúdo trabalhado no primeiro trimestre das turmas de primeiro ano do Ensino Médio regular e técnico, a saber: “Sedentarismo e tecnologia, suas aplicações na prática de atividade física e estilo de vida”. Além da proximidade entre os temas, o trabalho realizado com os discentes para que pudessem aumentar seus níveis de confiança para aderirem a prática de atividade física foi de fundamental importância. É importante, também, destacar maior autorregulação da aprendizagem para aprenderem sobre o Tema Contemporâneo Transversal Saúde. De acordo com Boruchovitch e Gomes (2019), a autorregulação comportamental depende da auto-

observação do próprio desempenho (comportamento) e do ajustamento estratégico dos modos de ação visando ao êxito.

Utilizando-se dessa teoria, o principal ponto a ser referenciado é a autorregulação da aprendizagem. Esse ponto vai ajudar a se entenderem os níveis de aprendizagem e da regulação dos sentimentos desses estudantes após o contato com os conteúdos aplicados nas aulas. Conforme é mencionado por Boruchovitch e Gomes (2019, p.23), “(...) a autorregulação interna dos pensamentos, sentimentos, e crenças ocorre por meio da auto-observação, monitoramento, controle e utilização de estratégias tais como imagens mentais positivas acerca das condições ambientais e das possibilidades de ação.”

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A organização da pesquisa seguiu o modelo PLEA, de Rosário (2004) que consiste na organização das fases de autorregulação em: Planejamento, Execução e Avaliação. Tais parâmetros contribuíram com a atuação do professor-regente ao gerar subsídios para privilegiar a escuta e participação ativa dos estudantes, favorecendo, de maneira significativa, as trocas de experiências. As tarefas foram planejadas e propostas pelo professor-regente durante as aulas, entretanto, foram consideradas para o planejamento seguinte, as expectativas trazidas pelos estudantes ao final das discussões.

A apresentação inicial dos trechos da história foi fator fundamental para despertar o interesse dos estudantes e participação nas atividades. Alguns alunos manifestaram o desejo de ler a história-ferramenta integralmente, entretanto, com o passar dos encontros e das demandas geradas por outras disciplinas no retorno presencial pós-pandêmico, esse desejo deixou de ser prioridade e seguiu-se o cronograma planejado. De acordo com o planejamento da aula, os estudantes puderam, ao final de cada encontro, relatar suas percepções da aula, suas angústias, suas dificuldades e suas realizações, procedimento adotado como forma de interagir com os alunos durante todos os encontros presenciais.

Os encontros aconteceram semanalmente, com previsão de entrega das tarefas na semana seguinte. Isso facilitou a realização dessas atividades, de acordo com relatos dos estudantes, ao longo dos encontros. Outro fator positivo apresentado por eles foi a realização de tarefas fora do ambiente escolar e a variedade de atividades propostas pelo docente. Alguns encontros foram realizados fora do ginásio destinado às aulas de Educação Física com o objetivo de os alunos recém-chegados à escola conhecessem todo o espaço físico.

O mapeamento dos espaços públicos destinados à prática de atividade física e lazer próximo aos lares desses alunos foi uma atividade que gerou preocupação já que, como bem se sabe, a cidade do Rio de Janeiro e Região Metropolitana possuem áreas dominadas pelo narcotráfico. Dentro desse quadro, as atividades foram realizadas por quase todos os estudantes e nenhum tipo de problema foi relatado.

A construção de um diário de bordo a partir do mapeamento teve a duração de três semanas. Nesse período, os participantes deveriam anotar, sem maiores detalhes, a sua rotina diária com a inclusão de alguma prática de atividade física. Poderia ser uma atividade de relaxamento, alongamento, dança, luta, condicionamento físico, ganho de massa muscular ou lazer.

Mesmo sendo considerados por muitos um prazo muito extenso, boa parte dos alunos participaram da tarefa e muitos deles conseguiram programar em sua rotina a adesão a algum tipo de prática de atividade física. Embora alguns estudantes tenham demonstrado certa resistência no início da proposta, realizaram a tarefa e, com o passar do tempo, foram absorvendo a nova rotina. Um pequeno número de alunos que não realizou a tarefa, alguns por afastamento de saúde e um grupo menor por desinteresse. Ao final da realização dessa tarefa, houve um encontro em que todos os participantes da pesquisa realizaram a leitura prévia da história-ferramenta e responderam a algumas perguntas realizadas pelo professor.

As respostas apresentadas pelos estudantes variaram de acordo com as possibilidades vivenciadas por eles, a partir de suas características individuais, sociais e de compreensão de vida. Em sua maior parte, as respostas foram relacionadas a experiências positivas, sejam elas do campo social, físico e, mesmo, emocional. Algumas falas foram bem marcantes: “Depois da aula do Professor, percebi que estava muito fora de forma. Comecei a descer dois pontos de ônibus antes do meu para caminhar um pouco mais.”, “Comecei a dançar todas as tardes, no início conseguia no máximo duas ou três músicas, hoje se eu não me controlar esqueço do tempo”, “Chegava em casa muito cansada por conta das atividades da escola; por conta do trabalho passei a caminhar com o meu cachorro. Fui percebendo uma melhora no meu físico”, “Eu não gosto de fazer atividade física, mas por conta da atividade passei a caminhar com minha prima. Foi ótimo! Retomamos a nossa amizade que estava meio distante”, e, por último, uma fala que trouxe grande emoção. “Depois que passei a anotar minha rotina, percebi o quanto estava isolada no meu quarto e sem conversar com os meus familiares. Precisei de um trabalho da escola para perceber que estava meio ansiosa e deprimida”.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos relatos dos estudantes participantes é possível considerar a relevância da utilização de histórias-ferramentas como estratégia pedagógica. Outro ponto que chama atenção é o Tema Contemporâneo Transversal Saúde. As possibilidades de se trabalhar, de maneira crítica, a utilização dos espaços públicos destinados à prática de atividade física e ao lazer, contribuir com uma aprendizagem mais autorregulada dos estudantes, proporcionando maior nível de autoconhecimento, favorecer a apreensão dos conteúdos relacionados à saúde física, emocional e social além, é claro, servirem como modelos a serem seguidos por seus familiares e colegas de bairro foram destaques positivos do projeto.

Nota-se, por meio do exposto, que os dados obtidos após a realização das rodas de conversa foram positivos e os conteúdos trabalhados durante as aulas contribuíram para a autoavaliação desses estudantes em relação aos níveis de prática de atividade física em que se encontram e a compreensão da importância da prática de atividade em seu cotidiano. Mesmo os estudantes matriculados nos cursos técnicos, que são cursos integrais e com grande carga horária, relataram que a inclusão de uma atividade física em sua rotina durante o período de anotações em seus diários de bordo, foi importante para a organização de suas rotinas, observando diferenças consideráveis em suas percepções sobre condicionamento físico e características físicas.

Cabe salientar que os dados indicam um caminho para se ampliar a investigação, pois os dados obtidos denotam maior percepção de autoeficácia em relação à prática de atividade física, avanços na organização da rotina diária, uma perceptível compreensão de questões relacionadas aos seus corpos e ao condicionamento físico, além do maior entendimento sobre a busca por espaços de lazer públicos próximos às suas residências.



## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia de atividade física para a população brasileira [recurso eletrônico]** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_atividade\\_fisica\\_populacao\\_brasileira.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf)

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, 2018.

<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/>.

**PROJETO POLÍTICO PEDAGÓGICO INSTITUCIONAL – COLÉGIO PEDRO II.** 2017 - 2020. Educação Física, p – 234 – 259.

AZZI, G. Roberta; **Introdução à teoria social cognitiva**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014.

BORUCHOVICTCH, E; GOMES M. A MARIA (org). **Aprendizagem autorregulada: Como promovê-la no contexto escolar?** Petrópolis, Rio de Janeiro. Ed. Vozes, 2019.

BANDURA, Albert. **Health Promotion by Social Cognitive Means**. Stanford, Califórnia, 2004.

GOUVEA, B dos Santos. SILVA, K. R. X da. **As escolhas de Augustinho: história-ferramenta sobre autorregulação para a saúde (caderno de atividades com orientações ao professor)**. Rio de Janeiro: CPEI/Mestrado Profissional em Práticas de Educação Básica; 2017.