



# VIII Colóquio Internacional São Cristóvão/SE/Brasil

## “Educação e Contemporaneidade” 18 a 20 de setembro de 2014

ISSN 1982-3657



### **ALIAÇÃO FÍSICA: POSSIBILIDADES DE UTILIZAÇÃO PELOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**SÉ WILDSON DOS SANTOS[i]**

#### **CO 20: EDUCAÇÃO E ENSINO DE MATEMÁTICA, CIÊNCIAS EXATAS E CIÊNCIAS DA NATUREZA**

##### **SUMOS**

Busca por níveis ótimos de saúde tornou-se uma preocupação de dimensões globais, visto que governos mundiais estão conscientes que o investimento em educação para saúde é menos onerosa que gastos para recuperação de cidadãos sedentários em estado mórbido. Sendo assim, cabe então ao profissional de educação física na execução de sua função, considerando ainda seus mais distintos locais de intervenção fazer uso devido de diferentes protocolos, elencando aqueles que melhor se adequem à realidade de seu público-alvo. Devem eles utilizarem a avaliação física enquanto ferramenta para diagnóstico de níveis de condicionamento físico e ou problemas de saúde que poderiam ser agravados com a prática do exercício físico, buscando obter através da aplicação deste o máximo de benefícios, diminuindo ou dirimindo as possibilidades de malefícios que podem ser irremediados com a sua não correta utilização.

Search for optimal levels of health has become a concern of global dimensions, as world governments are aware that investing in health education is less costly than spending for the recovery of sedentary citizens in morbid state. If so, then it is up to the physical education professional in performing their function, even considering its most distinctive local intervention due to use of different protocols, listing those that best fit the reality of your target audience. Should they use physical assessment as a tool for diagnosing levels of fitness and health problems that could be aggravated by physical exercise, trying to get through practice this maximum benefits, reducing or settling the possibilities of harm that can be posed with their non correct use.

##### **INTRODUÇÃO**

É sabido da máxima de que Saúde pode ser definida como “[...] um estado de completo bem-estar físico, mental, social e espiritual, e não somente a ausência de doenças ou enfermidades.” (NIEMAN, 1999, p. 4). Ao mesmo tempo sabemos da dificuldade em estarmos com todos os componentes do *continuum* da saúde em níveis sempre ótimos, portanto cabe-nos desenvolver a capacidade de enfrentar os diversos desafios da vida temporânea procurando manter a saúde em equilíbrio.

Vamos nos centrar na discussão sobre recursos para melhorarmos nossa qualidade de vida, convém ressaltar alguns elementos intrínsecos à temática Saúde. A aptidão física, que pode estar relacionada a dois grupos: o da Saúde, e o do Esporte. Se pensarmos na Saúde teremos a Endurance Cardiorrespiratória (Resistência Cardiorrespiratória), a Composição Corporal e a Aptidão Musculoesquelética (Flexibilidade Articular, Vigor e

urance Muscular) (ACSM, 2011, p. 3); já os componentes voltados para o Esporte são Agilidade, Velocidade, ência, Equilíbrio, Coordenação e Tempo de Reação (NIEMAN, 2011, p. 33). Devemos no entanto subentender e os componentes da Aptidão Física para a Saúde devem prevalecer sobre os do Esporte, pela simples lução lógica de que mesmo na prática esportiva necessita-se de atletas no mínimo saudáveis.

ssa proposta é de promovermos um discussão dentro da temática da promoção da saúde - expressão essa e ganhou notoriedade a partir da década de 1970 “[...] como a ciência e a arte de ajudar as pessoas a difíceis seus estilos de vida, direcionando-as a um estado de saúde ideal.” (IDEM, p. 3), buscando recursos, i em específico a avaliação física, para melhorar os níveis de saúde dos praticantes de exercícios físicos.

ndo assim, não deveriam as instituições de trato com o condicionamento físico ou promotoras de discussões a o desenvolvimento da cultura para a Saúde (a Escola, por exemplo) fazerem uso dos mais diferentes ursos para obterem ao máximo ganhos nos níveis de saúde dos seus adeptos e praticantes, ao mesmo tempo e procurem diminuir ao máximo ou dirimirem as possibilidades de malefícios que podem ser promovidos com a tica do exercício físico?

o deveriam os professores de Educação Física, sejam eles bacharéis ou licenciados, estarem muito atentos à a realidade?

será que já o fazem?

si entra então a valiosa contribuição a qual estamos certos que pode ser prestada pela utilização da ramenta Avaliação Física - em especial para a Saúde, a qual pode fornecer várias informações para a melhoria e níveis de saúde dos nossos educandos ou clientes (dependerá obviamente da realidade a qual estamos eridos, seja nas escolas ou em instituições de condicionamento físico, sejam licenciados ou bacharéis). vém ressaltar que a avaliação física, e a médica, caso se faça necessária, “[...] não é dispensável de maneira huma.” (SABA, 2008, p. 9), devendo ser entendida como uma intervenção cíclica e periódica, pois a avaliação é a melhor ferramenta para identificar procedimentos a serem corrigidos e melhorados” (IDEM, p. i. No caso da escola, a avaliação física realizada nos momentos iniciais do ano letivo colaboraria e muito para planejamento voltado para o desenvolvimento dos níveis de Saúde e quem sabe até evitando situações de o para os discentes.

ito se tem produzido na área da Avaliação Física para estimar os níveis de aptidão física, seja para melhorar níveis de saúde de seus adeptos, seja ´para aprimorar a performance esportiva em atletas. Pois segundo man, 2011,

As avaliações de saúde são processors essenciais para se identificar precocemente indivíduos que apresentem alto risco de problemas cardíacos causados por exercícios, para que, em seguida, sejam encaminhados a um tratamento médico adequado. Apesar das evidências relacionadas aos benefícios das avaliações, os esforços para avaliar novos membros que se matriculam em instalações de saúde/fitness são limitados e inconsistentes. (NEIMAN, 2011, p. 48)

ndo assim, cabe ao profissional de educação física, inserido seja na escola ou em academias/clubes esportivos curar qual protocolo melhor atende a necessidade do seu público-alvo, seja para saúde ou para o rendimento ortivo.

## **SAÚDE DO BRASILEIRO E ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

ito tem-se falado nos dias atuais sobre a preocupação em manter a Saúde em níveis ótimos, visto a nologia e o aumento da renda terem proporcionado, supostamente, melhorias na qualidade de vida das isosas, aqui em específico, a nós brasileiros. Pois segundo Saba, 2008

Assistindo à televisão, frequentemente ouvimos falar em vida saudável, viver com

saúde. Aliás, não só a TV, mas a imprensa toda trata do assunto: as revistas, os jornais, o rádio, e também a internet, seja em sites e portais jornalísticos, seja em sites específicos sobre saúde. (SABA, 2008, p. 30).

contrapartida a esta afirmação, convém ressaltar que os mesmos elementos que promoveram mais conforto e aumento da renda das pessoas também são os mesmos que lhes tiram o que lhes é mais elementar: o vimento. Atualmente os níveis de patologias e óbitos advindos do sedentarismo e da má alimentação são maiores que os da desnutrição. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, IBGE, Brasil, 2010, que publicou os dados referentes a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF 2008-2009), os quais mostram que o peso dos brasileiros tem aumentado significativamente nos últimos anos.

A tabela a seguir encontra-se esses dados tabelados e de fácil interpretação:

**Tabela 01:** Dados por faixa etária da POF, IBGE, Brasil, 2010

FAIXA ETÁRIA E SEXO	ANO	EXCESSO DE PESO	OBESIDADE	
5 A 9 ANOS	1989	15	4,1	
	&9794; 2008-2009	34,8	16,6	
	&9792;	1989	11,9	2,4
		2008-2009	32	11,8
9 A 11 ANOS	1989	7,7	1,5	
	&9794; 2008-2009	21,7	5,9	
	&9792;	1989	13,9	2,2
		2008-2009	19,4	4,0
=> 20 ANOS	1989	29,9	5,4	
	&9794; 2008-2009	50,1	12,4	
	&9792;	1989	41,4	13,2
		2008-2009	48	16,9

**Fonte:** BRASIL, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2010.

De então aos profissionais da educação e saúde, como os professores de educação física são, promoverem medidas de intervenção para estimular a adoção de um estilo de vida mais saudável: alimentação saudável e prática de exercícios físicos, visto a Constituição Federal em seu Art. 6º defender enquanto direitos

“[...] a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição. (BRASIL, 1988, p. 07).

que se refere à escola, alguns documentos oficiais orientam os profissionais de educação física em seu trabalho na promoção da saúde dentro da comunidade escolar. A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, LDB nº 9394/96 (Brasil, 1997), inclui a disciplina de Educação Física enquanto elemento curricular obrigatório da educação básica (Ensinos Fundamental e Médio). Já os Parâmetros Curriculares Nacionais, em todos os seus volumes voltados para a Educação Física ou para o tema transversal Saúde, apontam para a necessidade de desenvolver dentro da escola uma cultura de promoção da Saúde.

Recordamos então com o que o PCN dos Temas Transversais ao afirmar que

A escola cumpre papel destacado na formação dos cidadãos para uma vida saudável, na medida em que o grau de escolaridade em si tem associação comprovada com o nível

de saúde dos indivíduos e grupos populacionais. Mas a explicitação da educação para a Saúde como tema do currículo eleva a escola ao papel de formadora de protagonistas — e não pacientes — capazes de valorizar a saúde, discernir e participar de decisões relativas à saúde individual e coletiva. Portanto, a formação do aluno para o exercício da cidadania compreende a motivação e a capacitação para o autocuidado, assim como a compreensão da saúde como direito e responsabilidade pessoal e social. (BRASIL, 1997b, p. 28).

PCN's de Educação Física para o ensino fundamental II (BRASIL, 1998), orienta-nos que a Educação Física é a área do conhecimento que introduz e integra o aluno na cultura corporal de movimento<sup>[ii]</sup>, tornando-o ativo desse processo, instrumentalizando-o para o usufruto das mais diversas manifestações corporais, visando melhorias para sua qualidade de vida

PCN's para o ensino médio apontam que “[...] uma Educação Física atenta aos problemas do presente não lerá de eleger, como uma das suas orientações centrais a da educação para a Saúde.” (BRASIL, 1999, 58), e vão além enfatizando ainda que os programas escolares devem valorizar

“[...] o aprendizado e a prática de exercícios de elevação e manutenção da frequência cardíaca em limites submáximos, alongamento e flexibilidade, relaxamento e compensação com o objetivo profilático desencadearão, conseqüentemente, uma melhor qualidade de vida.” (IDEM, p. 71).

Quando nos referir às academias de ginástica e aos clubes esportivos convém nos apoiarmos nos documentos do NFEF – Conselho Federal de Educação Física para estabelecermos uma discussão sobre a atuação do profissional de educação física nesses estabelecimentos. Em seu Código de Ética dos Profissionais de Educação Física, expressa no seu XI item norteador que

A preservação da saúde dos beneficiários implica sempre responsabilidade social dos Profissionais de Educação Física, em todas as suas intervenções. Tal responsabilidade não deve nem pode ser compartilhada com pessoas não credenciadas, seja de modo formal, institucional ou legal; (BRASIL, 2013, p. 02)

Continua em seu capítulo III, ao falar das Responsabilidades de Deveres elencando as obrigações dos profissionais de educação física em seu fazer pedagógico:

Art. 6º - São responsabilidades e deveres do Profissional de Educação Física:

I - promover a Educação Física no sentido de que se constitua em meio efetivo para a conquista de um estilo de vida ativo dos seus beneficiários, através de uma educação efetiva, para promoção da saúde e ocupação saudável do tempo de lazer, (IDEM, p.03).

Notamos que por questões legais, os profissionais da educação física ingressos a partir de 2002 passaram a ter funções diferenciadas para intervenções distintas, mas em ambos os casos são profissionais da educação que atuam na perspectiva de desenvolvimento da saúde, ou simultaneamente nas duas. Pois conforme enuncia Libâneo, 2002,

Sabemos que são muitas as práticas educativas e elas acontecem em vários lugares: no trabalho, na rua, na família, nos consultórios médicos, nas fábricas, na lavoura, nos meios de comunicação, nas academias de ginástica, nos clubes e, claro, também nas escolas. (LIBÂNEO, 2002, p. 120).

to dessa maneira, como não entender que a atuação de um profissional de educação física numa academia ou em clube esportivo apesar de não ser um meio formal de educação, tal intervenção não deixa de ser um ato didático-pedagógico para promoção seja ela da saúde, performance ou estética?

Informa o Conselho Nacional de Educação da Câmara De Educação Superior, sob a resolução nº 7, de 31 de março de 2004, em seu Art 4º, define especificamente as duas diferentes formações e atuações dos profissionais de educação Física no território brasileiro: o licenciado, qualificado para ministrar aulas em escolas da educação básica; e o bacharel, formado para intervir em academias, clubes esportivos e também nas NASF's (Núcleos de Apoio à Saúde da Família). As referidas formações e atuações estão descritas na Lei abaixo:

O curso de graduação em Educação Física deverá assegurar uma formação generalista, humanista e crítica, qualificadora da intervenção acadêmico-profissional, fundamentada no rigor científico, na reflexão filosófica e na conduta ética.

§ 1º O graduado em Educação Física deverá estar qualificado para analisar criticamente a realidade social, para nela intervir acadêmica e profissionalmente por meio das diferentes manifestações e expressões do movimento humano, visando a formação, a ampliação e o enriquecimento cultural das pessoas, para aumentar as possibilidades de adoção de um estilo de vida fisicamente ativo e saudável.

§ 2º O Professor da Educação Básica, licenciatura plena em Educação Física, deverá estar qualificado para a docência deste componente curricular na educação básica, tendo como referência a legislação própria do Conselho Nacional de Educação, bem como as orientações específicas para esta formação tratadas nesta Resolução. (BRASIL, 2004, p. 01).

## **PROBLEMÁTICA DA AVALIAÇÃO FÍSICA, SEJA NA ESCOLA OU EM ACADEMIAS DE GINÁSTICAS / CLUBES ESPORTIVOS**

A escola, conforme aponta o Colégio Americano de Medicina do Esportes (Apud NIEMAN, 2011, p. 37) seria a instituição que deveria promover nos jovens a prática da Saúde, estimulando-os para o hábito de se exercitarem diariamente cerca de 60' minutos ou mais com atividades físicas moderadas a intensas. Mas pesquisas realizadas nos Estados Unidos apontam que o benefício ou risco dos exercícios ao coração depende de quem é a pessoa, e que [...] As avaliações de saúde são processos essenciais para se identificar precocemente indivíduos que apresentam alto risco de problemas cardíacos causados por exercícios, para que, em seguida, sejam encaminhados a um tratamento médico". (NIEMAN, 2011, p. 48).

Por esses conhecimentos devemos considerar o item Avaliação Física enquanto recurso fundamental para promover a saúde não só no interior da escola, mas nos mais plurais locais de contato com o movimento humano e condicionamento físico. Devemos estar cientes também que a prática do exercício físico pode trazer riscos à saúde quando não devidamente pensado e utilizado, acreditamos então que com a utilização da Avaliação Física poderemos reduzir significativamente ou dirimir as possibilidades de malefícios para os adeptos da prática de exercícios físicos e/ou os discentes em idade escolar.

Quando pensamos em avaliação física devemos então entender quais elementos e quais os protocolos devem ser utilizados para realização da mensuração dos níveis de condicionamento físico do público ao qual estamos realizando a intervenção. Para Charro et al, "Medir o movimento não é uma tarefa simples. Todas as formas de medir o movimento devem ser defendidas pelos avaliadores com respeito à sua validade e fidedignidade." (CHARRO ET ALL, 2010, p. 17).

Devemos também aqui ressaltar que a expressão atividade física, enquanto prática de qualquer movimento corporal que

mova um gasto calórico maior que nos níveis de repouso e que as vezes é confundida com o exercício, não foi vitaremos utilizá-las por defendermos a expressão exercício físico, o qual significa a prática de atividades cas realizadas de forma planejada e que tenha um objetivo a ser alcançado. Sendo assim, todo exercício físico ma atividade física, mas nem toda atividade física é um exercício físico (SABA, 2008).

a o Colégio Americano de Medicina do Esporte (ACSM, 2008), os grupos de menor risco para a prática de rcícios físicos, supostamente são os mais jovens e que não apresentam fatores de risco diagnosticados com a ização do PAR-Q[[iii]], não necessitando assim de avaliação médica. Já as pessoas dos grupos de risco, de mais de, com grandes quantidades de gordura corporal, que tenham problemas cardíacos ou que por ventura ham marcado um sim em qualquer um dos itens do Questionário de Prontidão para Atividade Física, devem encorajados a buscarem orientação e ou liberação médica para a prática de exercícios físicos.

a o ACSM (2011), os componentes da Avaliação Física que devem ser mensurados são: a Composição poral – entendida como a porcentagem de cada um dos componentes corporais e sua inter-relação e riscos a a saúde; a aptidão Cardiorrespiratória – capacidade de extração de oxigênio para o trabalho muscular, que simples palavras pode ser compreendida como resistência aeróbica; e Aptidão Muscular – Força e Resistência scular (respectivamente a capacidade do músculo em exercer uma pressão contra uma gravidade específica, e esistência enquanto a capacidade desse músculo realizar essa pressão por repetidas vezes), e Flexibilidade icular (propriedade elástica dos elementos articulares, músculos e bursas em distenderem-se o máximo isível e sem risco de lesões).

direcionarmos a Avaliação Física para os componentes voltados para a aptidão física relacionada ao Esporte, ão avaliaremos: Agilidade, Velocidade, Potência, Equilíbrio, Coordenação e Tempo de Reação (NEIMAN, 99).

a Guedes & Guedes, 2006, a avaliação física deve ser uma preocupação natural e prioritária dos profissionais educação física, que devem procurar compreender epistemologicamente o significado de “testar – verificar empenho, medir – descrever fenômeno, e avaliar – interpretar dados quantitativos e qualitativos” (GUEDES & EDES, 2006, p. 01)

a ação do professor de Educação Física é uma intervenção pedagógica, portanto essa deve ser baseada e gada para o alcance dos objetivos, sejam estes unilaterais (por exemplo: o professor quer que seus discentes npreendam a capacidade física Flexibilidade e seu desenvolvimento como um fator relevante para manutenção ; níveis ótimos de saúde) ou bilaterais (onde determinado aluno numa instituição de condicionamento físico seja melhorar sua aptidão física), sendo assim ambas as intervenções devem se basear em procedimentos áticos e pedagógicos. Didáticos por serem previamente elencados e vislumbrados para a apropriação deste ihecimento, e pedagógicos por anteciparem os caminhos a serem percorridos para o alcance dos objetivos eajados. Pois “A pedagogia e a educação física têm muito a oferecer uma à outra porque se há uma dimensão ca da educação, há uma dimensão pedagógica da educação física.” (LIBÂNEO, 2002, p. 118).

nte do exposto, cabe aos profissionais de educação física procurarem os métodos de avaliação que mais se xquem a realidade de seu público alvo – seja na escola ou em clubes e academias, procurando oferecer ao ximo os benefícios advindos da prática regular de exercícios físicos pensada racionalmente, evitando assim os lefícios que também podem ser desencadeados através desta.

## **NSIDERAÇÕES FINAIS**

e estudo, caracterizado enquanto pesquisa bibliográfica, procurou discutir com os autores da área sobre o or da avaliação física nas mais diferentes áreas de trato com o movimento humano, como também a atuação ; profissionais de educação física em suas mais diversas áreas de intervenções.

endemos que a avaliação é de fundamental importância para diagnosticar níveis de condicionamento físico e a tir deste prescrever exercícios para promoção da saúde e/ou aprimoramento da performance esportiva, no

o da escola, prevenir situações de riscos para os discentes e maior credibilidade para a Educação Física na sala de aula.

Esperamos que com o desenvolvimento desse trabalho tenha colaborado para despertar a discussão frente a necessidade da inserção, se é que ainda já não o fizemos, da avaliação física enquanto recurso para diagnosticar e prognosticar níveis de condicionamento físico, riscos à saúde e programas de exercícios físicos voltados para a saúde ou performance.

## REFERÊNCIAS

ASIL, Colégio Americano de Medicina do Esporte. **Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua interpretação.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

ASIL, Colégio Americano de Medicina do Esporte. **Manual do ACSM para avaliação da aptidão física relacionada a saúde.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

ACHT, V. A prática pedagógica da educação física: conhecimento e especificidade. In: \_\_\_\_\_. **Educação Física & ciência: cenas de um casamento (in)feliz.** Ijuí: Ed. Unijuí, 1999. p. 41-54

ASIL. **Constituição Federal do Brasil.** Brasília: 1988.

Disponível em:

[http://](http://www.planalto.gov.br)

[www.](http://www.planalto.gov.br)

[planalto.gov.br](http://www.planalto.gov.br)

[sistema03/constituicao/constituicao.htm](http://www.planalto.gov.br/sistema03/constituicao/constituicao.htm)

Acessado em 01/11/2013.

ASIL. Senado Federal. **Lei de diretrizes e bases da educação nacional: Lei 9394/96 de 20 de dezembro de 1996.** Brasília: SENADO FEDERAL, 1997.

ASIL. Secretaria de Ensino Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: temas transversais.** Brasília: MEC, 1997b.

ASIL, Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física.** Brasília: MEC / SEF, 1998.

ASIL. Secretaria de Educação Média e Tecnológica. **Parâmetros curriculares nacionais: linguagens, códigos e suas tecnologias.** Brasília: MEC, 1999.

ASIL, Ministério da Educação. **Resolução nº 7, de 31 de março de 2004.**

Disponível em:

[http://](http://portal.mec.gov.br)

[portal.mec.gov.br](http://portal.mec.gov.br)

[arquivos/pdf/2007/rces007\\_07.pdf](http://portal.mec.gov.br/arquivos/pdf/2007/rces007_07.pdf)

Acessado em 05/11/2013.

ASIL, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística –IBGE. **POF – Programa de orçamentos familiares 08-2009**. 2010.

Disponível em:

<http://>

[w.](http://)

[e.gov.br](http://)

[me/estatistica/populacao/condicaoodevida/pof/2008\\_2009\\_encaja/default.shtm](http://www.inec.gov.br/estatistica/populacao/condicaoodevida/pof/2008_2009_encaja/default.shtm)>.

Acessado em 01/11/2013.

ASIL. Conselho Federal de Educação Física. **Código de ética dos profissionais de educação física**. Brasília: CONFEF, 2013.

Disponível em:

<http://>

[w.](http://)

[cfe.org.br](http://)

[tra/resolucoes/conteudo.asp](http://www.cfe.org.br/resolucoes/conteudo.asp)

[\\_resol=326&textoBusca=>](http://www.cfe.org.br/resolucoes/conteudo.asp?_resol=326&textoBusca=>).

Acessado em 02/11/2013.

ARRO, M. A. ET ALL. **Manual de avaliação física**. São Paulo: Phorte Editora, 2010.

ASP - Canadian Society for Exercise Physiology. **PAR-Q – Physical Activity Readiness Questionnaire, 2002**.

Disponível em:

<http://>

[w.](http://)

[p.ca/cmfiles/publications/parq/par-q.pdf](http://www.csc.ca/cmfiles/publications/parq/par-q.pdf)

Acessado em 20/10/2013.

EDES, D. P. & GUEDES. J. E. R. P. **Manual prático para avaliação em educação física**. Barueri: Manole, 2006.

FRANCO, J. C. **Didática: novos e velhos temas**. Goiânia: Edição do Autor, 2002.

FRANCO, D. C. **Exercício e saúde: como se prevenir de doenças usando o exercício como elemento**. São Paulo: Manole, 1999.

FRANCO, D. C. **Exercício e saúde: testes e prescrição de exercícios**. São Paulo: Manole, 2011.

FRANCO, V. ET ALL. **Pollock: fisiologia clínica do exercício**. São Paulo: Manole, 2013.

FRANCO, F. **Mexa-se: atividade física, saúde e bem-estar**. São Paulo: Phorte Editora, 2008.

---

Professor da rede pública estadual de Sergipe, graduado em Educação Física pela UFS, especialista em Educação Física pela UNIT, especialista em Gestão de Políticas Públicas com Foco em Gênero e Raça pela UFS, ESPECIALISTA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS PELA UFS. Email: [josewildson@uol.com](mailto:josewildson@uol.com)

O termo “cultura corporal de movimento” foi proposto por Valter Bracht e Paulo Betti e se refere a todo o

hecimento corporal e simbólico, ligado à educação, lazer ou rendimento produzido, acumulado e devidamente transformado pelo ser humano em seu transcorrer histórico. Segundo BRACHT (1999, p. 45) “o movimentar-se [ui] é entendido como forma de comunicação com o mundo que é constituinte e construtora de cultura, mas também possibilitada por ela”.

| O PAR-Q – *Physical Activity Readiness Questionnaire* - que possui uma versão em língua portuguesa, foi desenvolvido pelo ministério da saúde do Canadá para indivíduos entre 15 e 69 anos de idade e tem por finalidade identificar a presença de risco para a prática de exercícios físicos (RASO ET ALL, 2013, p. 7).

Recebido em: 14/07/2014

Aprovado em: 15/07/2014

Editor Responsável: Veleida Anahi / Bernard Charlort

Método de Avaliação: Double Blind Review

E-ISSN:1982-3657

Doi: