
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DA MOTRICIDADE
ÁREA DE CONCENTRAÇÃO: ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE E EDUCAÇÃO**

**CURSO DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES VOLTADO A
REDUÇÃO DO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ESCOLARES DE UMA
ESCOLA MUNICIPAL DE RIO CLARO - SP: PROPOSTA DE IMPLEMENTAÇÃO**

ANGÉLICA BONOLO

**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DA MOTRICIDADE
ÁREA DE CONCENTRAÇÃO: ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE E EDUCAÇÃO**

**CURSO DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES VOLTADO A
REDUÇÃO DO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ESCOLARES DE UMA
ESCOLA MUNICIPAL DE RIO CLARO - SP: PROPOSTA DE IMPLEMENTAÇÃO**

ANGÉLICA BONOLO

Dissertação apresentada ao Instituto de Biociências do Câmpus de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestra em Ciências da Motricidade.

Orientador: Prof. Dr. Eduardo Kokubun
Coorientadora: Profa. Dra. Priscila Missaki Nakamura

**Rio Claro
2019**

B719c Bonolo, Angélica

Curso de formação de professores voltado a redução do comportamento sedentário em escolares de uma escola municipal de Rio Claro - SP : Proposta de implementação / Angélica Bonolo. -- Rio Claro, 2019

126 p. : tabs.

Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual Paulista (Unesp), Instituto de Biociências, Rio Claro

Orientador: Eduardo Kokubun

Coorientadora: Priscila Missaki Nakamura

1. Comportamento sedentário. 2. Formação de professores. 3. Escola. 4. Escolares. I. Título.

Sistema de geração automática de fichas catalográficas da Unesp. Biblioteca do Instituto de Biociências, Rio Claro. Dados fornecidos pelo autor(a).

Essa ficha não pode ser modificada.



UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA

Câmpus de Rio Claro



CERTIFICADO DE APROVAÇÃO

TÍTULO DA DISSERTAÇÃO: CURSO DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES VOLTADO A REDUÇÃO DO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ESCOLARES DE UMA ESCOLA MUNICIPAL DE RIO CLARO - SP: PROPOSTA DE IMPLEMENTAÇÃO

AUTORA: ANGÉLICA BONOLO
ORIENTADOR: EDUARDO KOKUBUN
COORIENTADORA: PRISCILA MISSAKI NAKAMURA

Aprovada como parte das exigências para obtenção do Título de Mestra em CIÊNCIAS DA MOTRICIDADE, área: Atividade Física, Saúde e Educação pela Comissão Examinadora:

Prof. Dr. EDUARDO KOKUBUN
Departamento de Educação Física / Instituto de Biociências de Rio Claro-UNESP

Prof. Dr. PAULO HENRIQUE DE ARAÚJO GUERRA
Universidade Federal da Fronteira Sul / Chapecó - SC

Prof. Dr. VALTER CORDEIRO BARBOSA FILHO
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará / Juazeiro do Norte / CE

Rio Claro, 19 de dezembro de 2019

AGRADECIMENTOS

Agradeço minha família pelo carinho, amor e força. Sou grata, especialmente, à minha tia-mãe Maria da Glória e meu pai Silvio que tanto lutaram pela minha educação e nunca me deixaram perder a fé. Vocês são meu alicerce.

Não posso deixar de dedicar um agradecimento especial a tia Gema e aos primos Regina e Francisco que sempre foram grandes incentivadores.

Ao meu orientador Eduardo Kokubun e minha co orientadora Priscila Missaki Nakamura, obrigada a todos os ensinamentos, orientação, broncas e por acreditarem em mim.

Ao professor Paulo Guerra e Valter Cordeiro-Filho, que compuseram a banca de qualificação e defesa, por me ajudarem com opiniões, ensinamentos e dicas, com o intuito da melhoria do trabalho e de meu crescimento profissional.

Ao laboratório Núcleo de Atividade Física, Esporte e Saúde (NAFES) e a todos que tive o prazer de conhecer e partilhar um pouco da vida, em especial Deisy, Daniela, Samuel, Erik, Wedson, Jean, Letícia e Guilherme, obrigada pelas risadas, reuniões, eventos, discussões e parceria, vocês tornaram os meus últimos 3 anos os mais divertidos. Foi um prazer fazer parte do NAFES.

A todos os alunos do Saúde Ativa projeto que levarei com todo carinho por toda minha vida, são 7 anos de história no qual tive a oportunidade de trabalhar, coordenar e tive o prazer de estar junto aos idosos, estagiários e bolsistas, trocando aprendizados e ensinamentos. Vocês foram a minha segunda família.

A todos os professores que passaram pela minha vida e me despertaram para a docência, obrigada por tantos ensinamentos e pelo incentivo de nunca abandonar os estudos.

A coordenação da escola que abriu os portões para que essa pesquisa fosse realizada, as queridas professoras que aceitaram participar desta pesquisa, cedendo seus tempos, auxiliando no meu aprendizado e na pesquisa, independentemente das dificuldades encontradas durante o processo.

A aos meus amigos de Ribeirão Preto, República Sem Floresta, amigos Unespianos e os amigos que fiz de Rio Claro, obrigada pelos inúmeros conselhos, frases de motivação e puxões de orelha. As risadas, que vocês compartilharam comigo nessa etapa tão desafiadora da vida acadêmica, também fizeram toda a diferença.

À Pós-Graduação em Ciências da Motricidade da UNESP.

Aos funcionários da Seção Técnica de Pós-Graduação, que sempre se dispuseram em ajudar, independente das dificuldades e imprevistos, em especial a Ivana que é um anjo dos pós-graduandos.

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.

Enfim, agradeço a todos que diretamente ou indiretamente acrescentaram algo de bom nessa fase tão importante da minha vida, muito obrigada.

“Cada pessoa que passa pela nossa vida é única. Sempre deixa um pouco de si e leva um pouco de nós – Antoine de Saint - Exupéry”

...ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou a sua construção (Paulo Freire, 1996).

RESUMO

A infância e adolescência são marcadas por diversas mudanças físicas, mentais e comportamentais. E é na adolescência também o período onde ocorre uma queda na prática e de atividade física e aumento de atividades sedentárias, então se estudar esse comportamento é de extrema relevância uma vez que a literatura já aponta a relação entre altos períodos de comportamento sedentário e malefícios para a saúde. Pensando no alcance de intervenções para essa faixa etária, a escola se configura como um ambiente ideal que pode favorecer seu desenvolvimento, há a possibilidade de envolvimento da família e professores ainda se mostra ideal, pela facilidade de veiculação de informação, auxiliando na aquisição de bons hábitos. Nesse contexto o professor possui papel fundamental, além de educador ele pode tratar temas de saúde durante suas aulas, para que isso seja possível, é importante que o professor esteja inserido em um processo que possibilite sua atualização, compreensão e aperfeiçoamento constante sobre a temática através da educação continuada, que é um processo importante capaz de promover a mudança no ensino-aprendizagem. Assim, o objetivo do presente estudo foi propor um curso de formação focado em estratégias didático-pedagógicas para reduzir o comportamento sedentário de escolares, realizado para professores da rede municipal de educação, uma escola da cidade de Rio Claro - SP. O presente estudo se caracteriza uma pesquisa-ação de caráter qualitativo, foi desenvolvido através de 14 encontros durante 3 meses, de frequência semanal e duração de 3 horas: 1 de apresentação, 3 de avaliação, 9 de conceitos teóricos práticos e 1 finalização do processo. Participaram do curso 4 professoras com $40 \pm 10,87$ anos, todas com formação em pedagogia, sendo que 2 possuem uma segunda graduação (Artes e Educação Física), com média de $14 \pm 7,83$ anos de atuação profissional e ministram aulas no ensino fundamental regular, Ensino de jovens e adultos (EJA) e EJA especial. As professoras responderam questionários de identificação e nível socioeconômico, foram realizados 3 grupos focais, com intenção de avaliar os conhecimentos para auxiliar na estruturação do curso e 3º avaliou a implementação do curso de formação após 5 meses. Como resultados, foi possível identificar que as ações foram bem-sucedidas e avaliadas. Foram apontadas algumas dificuldades em relação a realização do próprio curso, dificuldades na prática e por parte dos alunos. Em curto espaço de tempo, foi possível observar mudanças nas práticas das professoras bem como preocupação no excesso de tempo que os alunos passam sentados, incorporando assim, mais atividades práticas e temas de saúde em suas

aulas. Dessa maneira, a educação continuada se configurou uma importante ferramenta para melhorar a prática pedagógica, através da aquisição e atualização do conhecimento. Pois, muitas vezes a formação inicial não consegue suprir a demanda que eles encontrarão nas escolas. Então a participação nesses cursos permite que os professores se preparem para os diversos desafios encontrados na escola.

Palavras chaves: comportamento sedentário; formação de professores; escola; escolares.

ABSTRACT

Childhood and adolescence are marked by several physical, mental and behavioral changes. And adolescence is also the period when there is a decrease in practice and physical activity and an increase in sedentary activities, so if studying this behavior is extremely relevant since the literature already points out the relationship between high periods of sedentary behavior and harm to the health. Thinking about the reach of interventions for this age group, the school is configured as an ideal environment that can favor its development, there is the possibility of involving the family and teachers are still ideal, due to the ease of transmitting information, helping in the acquisition of good habits. In this context, the teacher has a fundamental role, in addition to being an educator, he can treat health issues during his classes, so that this is possible, it is important that the teacher is inserted in a process that allows his updating, understanding and constant improvement on the theme through of continuing education, which is an important process capable of promoting change in teaching and learning. Thus, the objective of the present study was to propose a training course focused on didactic-pedagogical strategies to reduce the sedentary behavior of students, conducted for teachers from the municipal education network, a school in the city of Rio Claro - SP. The present study is characterized by a qualitative research-action, developed through 14 meetings during 3 months, weekly frequency and duration of 3 hours: 1 presentation, 3 evaluation, 9 practical theoretical concepts and 1 finalization of the process. Four teachers participated in the course, 40 ± 10.87 years old, all with pedagogical training, 2 of whom have a second degree (Arts and Physical Education), with an average of 14 ± 7.83 years of professional experience and teach classes in teaching regular elementary school, Youth and adult education (EJA) and special EJA. The teachers answered questionnaires of identification and socioeconomic level, 3 focus groups were carried out, with the intention of evaluating the knowledge to assist in the structuring of the course and the 3rd evaluated the implementation of the training course after 5 months. As a result, it was possible to identify that the actions were successful and evaluated. Some difficulties were pointed out in relation to the realization of the course itself, difficulties in practice and by the students. In a short space of time, it was possible to observe changes in the practices of the teachers as well as concerns about the excess of time that the students spend sitting, thus incorporating more practical activities and health issues in their classes. In this way, continuing education has become an important tool to improve pedagogical practice, through the acquisition and updating of knowledge. Because, often the initial training fails to meet the demand that they will find in schools. So participation in these courses allows teachers to prepare for the various

challenges encountered at school.

Keywords: sedentary behavior; teacher training; school; schools.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Estrutura do curso de formação para professores “Comportamento Sedentário e Atividade Física: Implicações na saúde de escolares”.

Quadro 2: Avaliação das ações do curso de formação.

LISTA DE SIGLAS

ABEP - Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa

AF - Atividade Física

BNCC - Base Nacional Curricular Comum

DCNTs - Doenças Crônicas não Transmissíveis

CS - Comportamento Sedentário

EF - Ensino Fundamental

EJA - Educação de Jovens e Adultos

ESF - Estratégia Saúde da Família

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

IF - Inatividade Física

HTPC - Horário de Trabalho Pedagógico Coletivo

PENSE - Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar

PSE - Programa Saúde na Escola

TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

APÊNDICES

APÊNDICE 1 - Carta de apresentação de pesquisa à Diretoria de Ensino de Limeira S-P

APÊNDICE 2 - Carta de apresentação de pesquisa à Secretaria de Educação de Rio Claro S.P

APÊNDICE 3 - Relatório de aprovação do curso de extensão

APÊNDICE 4 - *Folder* de divulgação do curso

APÊNDICE 5 - Plano de ensino do curso de formação

APÊNDICE 6 - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

APÊNDICE 7 - Questionário de identificação dos professores

APÊNDICE 8 - Projeto Pedagógico

ANEXOS

ANEXO 1 - Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa

ANEXO 2 - Questionário de Classificação Econômica (Critério de Classificação Econômica Brasil - ABEP)

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	17
2. JUSTIFICATIVA	21
3. OBJETIVO	24
3.1 Objetivos Geral	24
3.2 Objetivos Específicos	24
4. HIPÓTESES	25
5. REVISÃO DE LITERATURA	26
5.1 Comportamento Sedentário	26
5.2 Prevalência do comportamento sedentário e da inatividade física e suas ações contrárias à atividade física	27
5.3 Intervenções de promoção de AF no contexto escolar	29
5.4 Educação continuada e formação de professores	32
6. MÉTODOS	35
6.1 Delineamento do estudo	35
6.2 Questões éticas	35
6.3 Descrição do Município	36
6.4 Criação do curso no sistema PROEX - UNESP	37
6.5 Sorteio da escola para participação na formação	37
6.6 Avaliação	43
6.7 Análise dos dados	45
7. RESULTADOS	47
7.1 Participantes	47

7.2 Implementação do curso de formação	47
7.3 Projetos Pedagógicos como estratégias de intervenção	57
7.4 Portfólio Demonstrativo experiências da formação	58
7.5 Pocesso de implementação	59
8. DISCUSSÃO	61
9. CONCLUSÃO	68
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	69
APÊNDICES	77
ANEXOS	119

1. INTRODUÇÃO

O Comportamento Sedentário (CS) é caracterizado como qualquer atividade realizada em posição sentada, inclinada ou deitada, onde haja o dispêndio de energia $\leq 1,5$ equivalente metabólico (MET) (TREMBLAY et al., 2017), incluindo o tempo sentado no trabalho, na escola, tempo no transporte e tempo despendido utilizando eletrônicos (assistir televisão, jogar vídeo game, uso do computadores e *tablets* durante o lazer) esse comportamento pode ser adotado desde a fase da infância até o envelhecimento (VICTORIAN HEALTH PROMOTION FOUNDATION, 2016).

É importante ressaltar que CS se distingue da inatividade física (IF), sendo que esta é entendida como o não cumprimento das recomendações de prática de atividade física (AF) propostas pela Organização Mundial de Saúde (WHO, 2010), que indica 60 min/dia de atividade moderada para crianças e adolescentes (SEDENTARY BEHAVIOUR RESEARCH NETWORK, 2012).

Analisando os efeitos do CS numa perspectiva de doenças, um estudo realizado por Tremblay e colaboradores (2011) com crianças e jovens de 05 a 17 anos, identificou que o volume diário de ≥ 2 horas de televisão é um potencial fator de risco à saúde, podendo estar associado ao aumento da composição corporal, diminuição da aptidão física, baixos escores, baixa autoestima e piora no desempenho acadêmico.

Em contrapartida, a revisão realizada por Chinapaw e colaboradores (2011) demonstrou que não há evidências para uma relação longitudinal entre tempo sedentário e índice de massa corporal (IMC), outros indicadores de gordura corporal, pressão arterial, perfil lipídico e massa óssea, apenas sendo percebida uma moderada relação negativa com a aptidão aeróbia.

Em relação a prevalência de CS no mundo, podemos ver em uma revisão realizada por Arundell e colaboradores (2016) na qual, foram selecionados 29 estudos desenvolvidos em diversos países (Estados Unidos, Canadá, Nova Zelândia, Reino Unido, Portugal, Irlanda e um conjunto de Bulgária, EUA e Taiwan), que as crianças passam de 41 - 51% do período pós escola em CS e seguido pelos adolescentes que passam 57%. Observamos também através de um relatório

realizado em 41 países da América do Norte e Europa que 56 - 65% dos escolares de 11, 13 e 15 anos passam mais de 2h assistindo *tv* por dia (WHO, 2012).

No Brasil esses valores são similares, visto que em média 60% dos escolares do 9º ano, entrevistados para a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar - PeNSE (IBGE, 2016), passam mais de 2h sentados assistindo *tv* durante a semana e 56,1% utilizam eletrônicos e ficam sentados por mais e 2h/dia.

A infância e adolescência são marcadas por diversas mudanças físicas, mentais e comportamentais. E é na adolescência também o período onde ocorre uma queda na prática e de AF e aumento de atividades sedentárias, então se estudar esse comportamento é de extrema relevância uma vez que a literatura já aponta a relação entre altos períodos de CS e malefícios para a saúde. Também é importante destacar que comportamentos adotados na infância e adolescência, tendem a acompanhar o indivíduo por toda a fase adulta (ALBERGA, et al., 2011; BARBOSA-FILHO, et al., 2014; GUILHERME, et al., 2015).

Pensando em atingir essas faixas etária, a escola pode se apresentar como a estratégia palpável pensando em aproximar crianças e adolescentes de temas de saúde associando a realidade dos alunos, professores e funcionários envolvidos nesse ambiente. É importante ressaltar que as propostas curriculares que são implementadas na escola, são alinhadas a Base Nacional Curricular Comum (BNCC), que é um documento norteador do currículo para as redes de ensino públicas e privadas em todos os níveis de ensino, e tem como objetivo de padronizar os currículos escolares e propostas pedagógicas, esta por sua vez coloca a tecnologia como eixo norteador, onde ela é entendida como ferramenta para auxiliar no processo de ensino-aprendizagem, e uma maneira de ofertar acesso desta aos alunos. Sendo assim, é necessário reconhecê-la como maneira de mobilizar a educação e acompanhar a constante evolução da sociedade, aproximando seu uso com fins didáticos (ANDRADE et al., 2019; BRASIL, 2018).

Ao falar de escola não temos como negar o papel das aulas de Educação Física pois, esta se configura um espaço importante para promover temas transversais, entre eles, os que são relacionados à saúde como também o aumento dos níveis de atividade física, aptidão física e outros componentes que se relacionam com saúde nas crianças e adolescentes (HEATH, et al., 2012; HOEHNER, et al., 2013).

As estratégias mais utilizadas atualmente apresentadas em uma revisão sistemática realizada por Biddle et al. (2013) são:

- a) Informação e cognitiva;
- b) Comportamentais: pré-planejamentos, lembretes de indicação de comportamento desejado, reforços de comportamento contingente, capacitações, recompensa por atingir metas e monitoramentos;
- c) Ambientais: essa estratégia aposta na mudança do ambiente, seja escola, casa e comunidade, facilitando a mudança de comportamento indesejado;
- d) estratégias de suporte social: que são as estratégias que envolvem o apoio dos pais ou cuidadores responsáveis pela criança ou adolescente (Biddle et al. 2013).

A escola então escola pode ser vista como um ambiente promotor de saúde e que apresenta em sua constituição a possibilidade desta ser apresentada como um ambiente ativo, então deve se levar e consideração a integração de diversos elementos que compõem a metodologia para que essa seja mais efetiva e viável de se aplicar (LANGFORD, et al., 2015).

Diversas estratégias que vem sido adotadas ao redor do mundo para se implantar políticas de promoção de saúde na escola, uma delas é a escola Promotora de Saúde, que aborda uma visão mais integral do ser humano, considera as pessoas dentro do seu ambiente familiar, comunitário e social. Suas ações são pautadas em três componentes principais: - Educação para saúde com enfoque integral; - Criação de entorno saudável; - Provisão de serviços de saúde. Por meio dessa estratégia, a saúde escolar tem chance de ampliar a sua concepção e práticas com uma visão mais ampla do ser humano, dentro do contexto comunitário, ambiental e político (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2007).

Deste modo, professores possuem papel bastante relevante, uma vez que trabalham os temas transversais em saúde e auxiliam na significação de temas e conteúdos de saúde ao currículo formal e informal. A sua importância com os alunos se dá a partir da facilidade de comunicação, pois estão envolvidos diariamente no contexto social dos alunos, sendo dessa maneira uma ponte entre informação e alunos. Nesse caso, é fundamental que possuam informações atualizadas sobre temáticas de saúde em especial, hábitos ativos e utilizem este conteúdo nas suas práticas de maneira interdisciplinar (DE OLIVEIRA, 2009), estimulando assim práticas saudáveis entre os escolares.

Porém, para que o professor seja capaz de identificar os problemas e criar estratégias para resolvê-los, estes devem ter o conhecimento considerado como

básico acerca da temática, e uma das maneiras de manter os professores atualizados é por meio da educação continuada. Esta por sua vez, para se obter mais sucesso, deve ser um processo dinâmico e participativo que facilite o seu desenvolvimento, de forma que os sujeitos se sintam crescendo como pessoa e assim, impulsionando a sua evolução e contribuindo para a evolução da sociedade (IERVOLINO; PELICIONI, 2005).

A proposta de construção de processos educativos tendo como intenção a educação continuada destes profissionais, objetiva-se em proporcionar a estes, a informação relevante para que possam modificar e ressignificar sua prática diariamente, frente a evidências e metodologias sistematizadas, condicionadas no processo formativo do indivíduo (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2002).

2. JUSTIFICATIVA

É importante dar atenção ao CS e a IF, pois estes são importantes fatores de risco no agravamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), câncer, problemas cardíacos e vasculares, (CHARANSONNEY, 2011; CHARANSONNEY; DESPRÉS, 2010) trombose venosa (MENEGUCI, et al., 2015), aumento da obesidade, mortalidade por diversas causas, diminuição na aptidão física, baixos níveis de autoestima e diminuição do desempenho escolar (TREMBLAY et al. 2011; GUALANO; TINUCCI, 2010). De acordo com a Organização Mundial de Saúde (WHO, 2011) as DCNTs devem aumentar 15% em todo o mundo entre 2010 e 2020.

Tais fatores são males prevalentes em todas faixas etárias, normalmente sendo a infância a mais exposta a certas causas. Somos levados a pensar que efeitos deletérios durante essa faixa etária implicam diretamente na saúde durante a fase adulta, sendo um exemplo disso, o estudo realizado por Dunstan et al. (2010), o qual demonstrou associações positivas entre tempo prolongado de visualização de televisão e todas as causas de DCNTs, câncer e mortalidade não cancerígena em adultos.

Diante a tantas mudanças no padrão comportamental, onde crianças e jovens estão se tornando menos ativos a cada ano, os estudos em relação ao CS vêm se reconhecendo como uma questão de saúde pública nos últimos 10 anos (HALLAL et al., 2012). Assim também, se faz necessário pensar em estratégias de intervenção visando a mudança desses comportamentos.

Pensando no alcance dessas estratégias e intervenções, podemos destacar a escola como um ambiente ideal que pode favorecer seu desenvolvimento, na escola há a possibilidade de envolvimento da família e professores para a redução desses comportamentos (GUERRA et al., 2014). A escola ainda se mostra ideal, pela facilidade de veiculação de informação, auxiliando na aquisição de bons hábitos. Nesse sentido ela assume um importante papel, influenciando na aquisição de valores e exercício da cidadania (BRITO et al., 2012; BARBOSA et al., 2016).

Na escola o professor além de ter o papel de educador também podem tratar de temas transversais como saúde, estilo de vida e comportamento sedentário de maneira integrada ao currículo escolar. Para que isso seja possível, é importante incorporar os valores e conceitos positivos de saúde como também possibilitar que o professor esteja inserido em um processo que possibilite sua atualização,

compreensão e aperfeiçoamento constante sobre a temática, através da educação continuada, que é um processo importante capaz de promover a mudança no ensino-aprendizagem (IERVOLINO, 2000).

Demonstrando a importância da educação continuada, podemos ver através dos resultados do estudo qualitativo realizado por Dora et al (2012) que 11 professores após terem participado de uma capacitação organizada em quatro módulos onde foram abordados questões como saúde, promoção de saúde, ações de prevenção de saúde e atividade física e saúde os professores participantes conseguiram apontar novos fatores determinantes para a saúde, incluindo a questão social, ampliaram sua visão em relação ao papel da escola e do professor na promoção da saúde dos escolares.

Um segundo estudo que se tratou também de uma capacitação para professores de ensino infantil e fundamental cujo objetivo era o desenvolvimento do processo de educação em saúde juntamente de seus alunos. Os resultados foram coletados através de questionário e grupo focal, sendo analisados qualitativa e quantitativamente, foi possível aos professores revisarem seus conceitos de saúde e educação em saúde, seu papel como agentes promotores de saúde e de prevenção de doenças e também foi possível capacitá-los para desenvolverem os temas trabalhados de maneira transversal durante as aulas (IERVOLINO; PELICIONI, 2005).

Saindo um pouco do contexto escolar, uma terceira intervenção teve como objetivo realizar uma capacitação de agentes comunitários de saúde, a fim de esclarecê-los sobre o seu papel no trabalho comunitário e elevar sua autoestima. Foram abordados temas sobre direitos, deveres, atribuições, comunicação, ética, trabalho em equipe, saúde da criança e idoso e violência doméstica, o estudo também utilizou abordagem qualitativa e encontrou resultados positivos, foi possível perceber que os agentes adquiriram novos conhecimentos/habilidades e sentiram-se mais valorizados quando os pesquisadores conseguiam integrar teoria e prática, tornando os ativos no processo de ensino -aprendizagem (CARDOSO et al., 2012).

Assim, podemos perceber que um processo de formação pautada em um referencial de impacto de abordagem cultural situada no contexto da realidade de seus participantes, pode ser apresentada como uma estratégia de promoção de saúde que visa habilitar os professores para o planejar, desenvolver, avaliar e reestruturar os serviços ao contexto que está inserido, em decorrência desse

processo, a comunidade escolar adquire novos conhecimentos e habilidades para o cuidado com a saúde (IERVOLINO; PELICIONI, 2005).

Sendo assim, o trabalho se justifica em realizar um curso de formação para professores, que tem por objetivo fornecer aos participantes conhecimentos que poderão ser utilizados durante sua prática diária docente e assim auxiliar na adoção de práticas mais ativas nas crianças, pautados em abordagens acerca do CS dentro do ambiente escolar.

3. OBJETIVO

3.1 Objetivos Geral

Propor um curso de formação para professores da rede municipal de educação que visou estratégias didático-pedagógicas para reduzir o comportamento sedentário de escolares e avaliar o seu processo de implementação em uma escola da cidade de Rio Claro - SP.

3.2 Objetivos Específicos

1. Estruturar e implementar um curso de formação para os professores acerca do comportamento sedentário, inatividade física, atividade física e seus resultantes;
2. Construir por meio dos professores propostas que viabilizem a redução do comportamento sedentário na escola;
3. Elaborar um portfólio demonstrativo com auxílio dos professores, contendo as experiências desenvolvidas para a possível vinculação na rede de ensino do município;
4. Descrever o processo de implementação do curso de formação bem como identificar as dificuldades e as sugestões, encontradas pelos professores durante e após as ações.

4. HIPÓTESES

- a) A partir do objetivo proposto do processo formativo, espera-se que a formação dos professores envolvidos evidencie melhorias nos níveis de conhecimentos e atuação com seus alunos;
- b) Espera-se que os professores consigam relacionar os temas do processo durante suas aulas;
- c) Os professores serão capazes de elaborar estratégias de forma multidisciplinar juntamente com outros professores para promover a redução do CS dos escolares;
- d) Os impactos acerca do desenvolvimento da intervenção serão positivos, relacionando a participação no curso os professores passarão a se considerar práticas didático-pedagógicas que reduzam o o tempo que os alunos passam sentados, incorporando assim, estratégias para quebrar o tempo de comportamento sedentário em sala de aula.

5. REVISÃO DE LITERATURA

5.1 Comportamento Sedentário

Nos últimos anos ocorreu um crescimento nas investigações sobre o tempo sedentário e o CS, na medida em que esses estudos foram aumentando, foi necessário se definir alguns conceitos pois por muito tempo sedentarismo e inatividade física foram utilizados como sinônimos, o que acabava dificultando realizar comparações entre os estudos, pois não se sabia se estava sendo avaliado o CS ou a IF. Assim então, foi publicado uma carta pela Rede de Pesquisa de Comportamento Sedentário (SBRN) propondo definir e esclarecer as diferenças entre o CS e IF e ainda sugerir que seja utilizado o termo comportamento sedentário para as atividades de baixo gasto energético realizadas sentadas, deitadas ou reclinadas (TREMBLAY et al., 2017).

Os indivíduos em CS podem seguir o padrão *Prolonger*, onde acumulam tempo sedentário por um longo período de tempo ou *Breaker*, que acumula tempo sedentário, mas realiza interrupções frequentes e em curtos períodos (TREMBLAY et al., 2017). Nosso comportamento se modifica ao longo dia, podemos realizar atividades de baixo gasto energético, intercalado com AF, com maior gasto energético, como mostra o modelo conceitual baseado nos comportamentos adotados para um período de 24h, adaptado por Kokubun et al (2019).

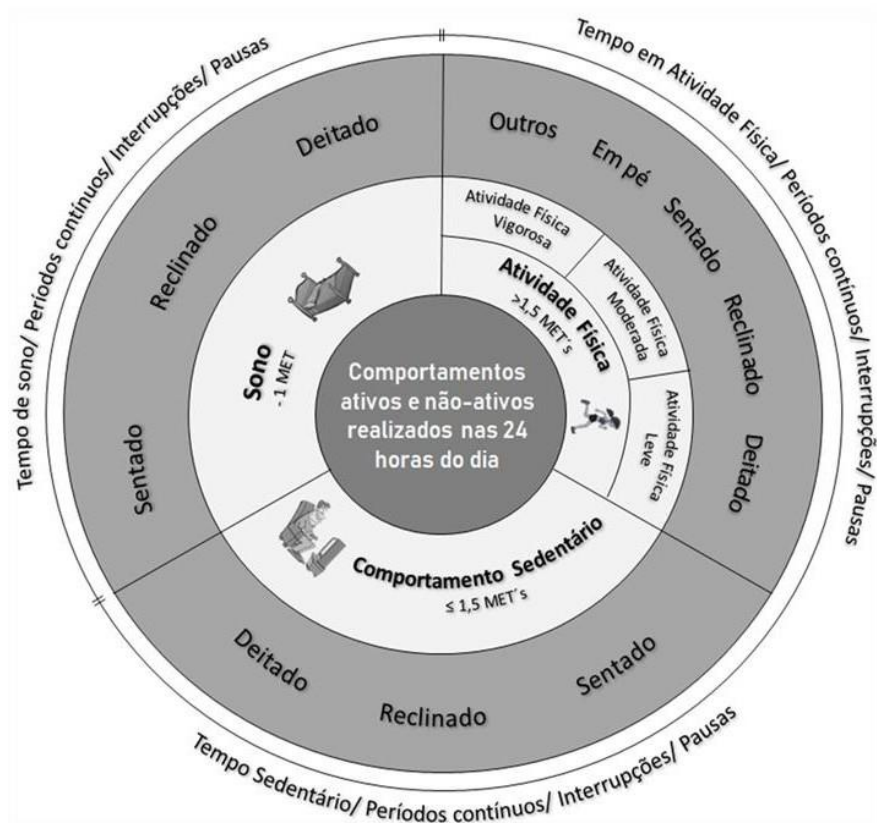


Figura 1. Modelo conceitual da terminologia baseada nos comportamentos adotados organizado em relação a um período de aproximadamente 24 horas (adaptado de SEDENTARY BEHAVIOR RESEARCH NETWORK, 2018).

Alguns fatores podem estar associados ao aumento do CS, como aponta um estudo realizado por Dias et al (2014) que investigou adolescentes de 10 a 17 anos, os resultados mostram associação positiva para o CS ser de classes econômicas mais elevadas, de escolas privadas, possuírem pais com elevada escolaridade, morar em cidades grandes, adolescentes mais velhos, maior massa corporal, ingestão de bebidas alcoólicas e cigarro, alimentação insatisfatória. Saber sobre associações é extremamente relevante para que se identifique precocemente os indivíduos que estão mais expostos a esse comportamento e assim elaborar estratégias de intervenção para esta população de maneira eficaz.

5.2 Prevalência do comportamento sedentário e da inatividade física e suas ações contrárias à atividade física

Os estudos sobre CS em crianças e adolescentes, usualmente são representado pelo tempo de exposição aos comportamentos de tela, que incluem

as televisões, videogame, *tablets*, celulares e computadores (PEARSON, BIDDLE, 2011), porém essas atividades representam apenas uma parte do tempo total que os jovens utilizam em comportamentos sedentários, podendo-se adicionar o tempo sentado na escola e no deslocamento, por exemplo (GUERRA, 2016).

Segundo a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (IBGE, 2016), 60% dos escolares brasileiros do 9º ano e 57,6% dos escolares com idade de 13-15 anos, possuem o hábito de assistir televisão por mais de 2 horas. Em relação ao tempo sentado durante um dia de semana comum jogando videogames, utilizando computadores ou fazendo outras atividades sentadas, foi verificado que 56,1% dos alunos de 9º ano e 52,7% dos jovens de 13-15 anos passam mais de 3 h sentados, já os escolares mais velhos, de 16 a 17 anos 53,3%, ou seja, metade dos escolares ultrapassam o limite de tempo em CS indicado pela American Academy of Pediatrics (2001) que é de 2hrs.

Em relação a prática de AF para crianças e jovens 5 a 17 anos a organização mundial de saúde (WHO 2010) recomenda o acúmulo de pelo menos 60 minutos de prática de intensidade moderada a vigorosa diariamente sendo de predominância atividades aeróbias. Essas atividades incluem jogos esportivos, brincadeiras, recreação e transporte, estas podem ser executadas no contexto familiar, escolar e comunitários. Porém as taxas de inatividade física na fase escolar são altas, quando questionados sobre a prática de AF 60,8% dos alunos do 9º ano e 34,4% dos jovens de 13-15 anos relataram não realizar 300 minutos de AF nos últimos 7 dias, quando comparado por sexo, enquanto 44,0% dos meninos relataram praticar 300 minutos ou mais de AF, as meninas tiveram um percentual pouco superior a 25,0%.

É importante saber, que a AF é um comportamento distinto do CS e pode ser categorizada de acordo com o gasto energético, são elas atividades leves, moderadas e vigorosas (AINSWORTH et al., 2011). Contrariamente ao comportamento sedentário, a AF oferta diversos benefícios à saúde para de crianças, jovens, adultos e idosos. Pode ser destacado seu papel fundamental no desenvolvimento físico, psicológico, mental, melhora na aptidão física, redução de gordura corporal, melhora na densidade mineral óssea, redução dos sintomas depressivos, prevenção de doenças cardíacas coronarianas, hipertensão, diabetes *mellitus* tipo 2, câncer de mama, mortalidade por todas as causas, diminui o declínio cognitivo, diminui a perda de massa muscular, diminui o risco de quedas e auxilia

positivamente na qualidade de vida e independência (SILVA et al., 2011; LOBO et al., 2015; WHO, 2010; LAZZOLI et al., 1998; US DEPARTMENT OF HEALTH, 2008; WARBURTON et al., 2010) ela pode ser definida como todo movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resulta em gasto energético acima dos níveis de repouso (CASPERSEN, 1985).

Importante ressaltar que esses dois comportamentos podem existir no cotidiano das pessoas em diferentes combinações, ou seja um indivíduo pode apresentar níveis de AF dentro da recomendação em certo domínio e ainda passar horas em comportamento sedentário (OWEN, et al., 2010).

5.3 Intervenções de promoção de AF no contexto escolar.

Uma revisão realizada por Heath et al. (2012) apontou que intervenções efetivas no mundo com intuito de aumento da AF vêm sendo desenvolvidas em diversos contextos, como no trabalho, serviços de saúde, comunidades e escolas, essas intervenções podem ser campanhas informativas, mensagens curtas motivando a prática, apoio social para a prática nas comunidades e ambientes de trabalho e em ambientes escolares. Pensando no contexto escolar, as aulas de educação de física se destacam por ser um ambiente efetivo para desenvolver estratégias de saúde, como o aumento do nível de atividade física (BARROS, 2008).

Assim, políticas mundiais que possuem como objetivo aumentar a prática de AF, e demais recomendações para a saúde, buscam garantir que a educação física de qualidade auxilie as crianças e jovens a desenvolverem padrões comportamentais que as mantenham ativas ao longo da vida (WHO, 2013).

Podemos destacar algumas estratégias que foram criadas e implementadas no contexto escolar que demonstraram ser efetivas, visando os ganhos para a saúde através das práticas de AF, redução de peso corporal e melhorias na dieta, como por exemplo a estratégia integradora Escolas Promotoras de Saúde, que através de suas atividades estimula o compromisso dos membros da comunidade com ações dirigidas para melhorar a saúde, a qualidade de vida e o desenvolvimento local, incluindo alunos, professores, funcionários e comunidade. Ela atua através de Políticas saúde; Mudanças no ambiente físico; Ambiente social; Currículo; Relação com a comunidade (BRASIL, 2007).

Outra iniciativa é o Saúde na Boa implementado em 2006 nas cidades de Recife - PE e Florianópolis - SC, essa estratégia tem por objetivo promover

mudanças positivas na prática de atividade física e comportamentos nutricionais em escolares de 1º e 2º ano do ensino médio noturno, e utiliza 3 tipos de intervenção: 1) Educação em atividade física e alimentação saudável; 2) Mudanças ambientais e organizacionais; e 3) Engajamento e treinamento de pessoal. Como resultado da efetividade da intervenção foram apontados aspectos positivos na mudança de comportamento relacionados à prática de AF e de alimentação saudável (NAHAS et al., 2014).

Na cidade de Pelotas - RS, acontece a Educação Física +Praticando Saúde Pelotas, que tem como objetivo promover atividade física e saúde em escolares da 5ª série do ensino fundamental ao 3º ano do ensino médio, suas principais ações foram oficina de formação de professores, entrega de material didático aos professores, entrega de cartazes ilustrativos. Para avaliação foram utilizados questionários de nível de AF e conhecimento no início e final da intervenção, para avaliar a adesão os professores passaram por três entrevistas, participaram ao todo 4418 alunos e 19 professores, em relação aos resultados não houve alteração no nível de AF, porém a média do conhecimento aumentou significativamente, assim os autores concluíram que a proposta é exequível e contribui para o aumento de conhecimentos em saúde entre os alunos (SPOHR et al., 2014).

O Programa Saúde na Escola (PSE) foi instituído Ministério da Educação e o Ministério da Saúde no ano de 2007, e, somente a partir do ano de 2013, passou a estar apto para todos os municípios do país, podendo participar todas as equipes de Atenção Básica, e se expandindo para creches e pré-escolas. A proposta visa à integração e articulação permanente da educação e da saúde, proporcionando melhoria da qualidade de vida da população brasileira. E suas principais estratégias de ação dão realizar avaliação clínica, nutricional e oftalmológica, promoção de alimentação saudável e atividade física, ações de educação permanente em saúde e inclusão das temáticas de educação no projeto político pedagógico (BRASIL, 2016). Na cidade de Fortaleza - CE em 2012, foi realizado a implementação do programa por uma equipe da Estratégia Saúde da Família (ESF) em uma escola pública, as atividades desenvolvidas incluíram seminário de implantação do PSE com os professores e integrantes da ESF, oficinas com os alunos, avaliação clínica e odontológica dos adolescentes e entrega de Cadernetas de Saúde do Adolescente, após a implantação concluíram que a aproximação entre escola e unidade de saúde contribuiu nas mudanças de comportamentos saudáveis de crianças e adolescentes, além de melhorar a percepção por parte de profissionais

da saúde em relação ao seu papel social no contexto em que está inserido (SANTIAGO et al., 2012).

Na Europa e América do Norte uma iniciativa da WHO buscou levantar dados através de questionário aplicados em sala de aula para escolares de 11 e 15 anos, através desses dados concluíram que faixa etária, sexo, nível socioeconômico, país de residência, família, ambiente escolar e vizinhança são fatores que influenciam o estado de saúde da criança, incluindo o seu nível de atividade física (WHO, 2016).

Uma outra proposta que busca além de utilizar estratégias para aumentar a AF e melhorar a dieta dos alunos, busca oferecer ferramentas aos professores para que eles realizem intervenções, como workshops, fornecimento de materiais didáticos (CD e livros), após 1 ano de intervenção foi verificado aumento no nível de atividade física e foi mais evidente entre os meninos. A falta de resultados no final do período de estudo sugeriu que o aumento nos níveis de atividade física durante o período escolar está relacionado com a motivação e o treinamento dos professores (MAGNUSSON et al., 2011).

Com o objetivo de reduzir os Índices de massa corporal, aumentar a AF, melhorar o desempenho acadêmico em escolares do ensino fundamental (2º e 3º ano) foi criada uma proposta nos Estados Unidos utilizando de ações como: Aumento do tempo de prática de atividade física moderada e vigorosa; Treinamento de 6h a cada ano letivo para os professores; Lições teóricas, obtiveram de resultado aumento da atividade física, porém não levou a diferenças significativas no IMC nos grupos. Foi constatado também que crianças que receberam a intervenção foram consideradas mais ativas nos finais de semana em comparação às do Grupo Controle (DONNELLY et al., 2009).

Outro programa que merece destaque é o Fortaleça sua Saúde, que acontece em Fortaleza, o programa foi criado baseado na teoria socioecológica que enfatiza os aspectos intrapessoais, interpessoais e ambientais. Suas ações são direcionadas para abordar esses níveis e também se baseia na estrutura de Promoção da Saúde na Escola, foram escolhidas três características dessa estrutura para formular o programa, sendo eles: Tópicos de educação em saúde no currículo formal; Valores de saúde, atitudes e oportunidades proporcionadas pela escola e envolvimento familiar, agências externas e a comunidade. Ainda, o programa foi estruturado em quatro principais componentes: a) treinamento e atividades no currículo; b) treinamento e atividades nas de educação física; c) oportunidades ativas dentro da escola; d) educação em saúde na comunidade

escolar, a sua aplicação durou 4 meses com crianças e adolescentes, seu principal objetivo identificar se as ações de mudanças estruturais no ambiente, discussões sobre saúde no currículo e educação em saúde para a comunidade seria capaz de aumentar a prática AF reduzir o CS no quesito tempo de tela e alterar os mediadores dessa variáveis nos alunos. como resultado o programa foi avaliado de maneira positiva em relação a aceitação, implementação e manutenção se configurando uma estratégia interessante para ser aplicada ao contexto escolar (BARBOSA-FILHO et al., 2015).

Mais uma ação importante citar é o programa Movimento que se baseou no programa Fortaleça sua Saúde, e é um programa de extensão e pesquisa sobre promoção estilo de vida ativo e saudável em adolescentes do ensino fundamental II de escolas públicas municipais da cidade de Florianópolis, desenvolvido pelo Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e saúde (NuPAF) e foi realizado em parceria com a Secretaria Municipal de Educação. Uma das ações do programa consiste em ofertar educação continuada para os professores das escolas participantes, com objetivo de apresentar alternativas para a atuação do professor em sala de aula, possibilitando discussões, estimular e orientar o adolescente sobre o estilo de vida ativo e saudável, são debatidos a importância da mediação do professor para que essas informações cheguem aos alunos, toda a proposta é auxiliada por material didático e suporte profissional durante todo o processo e realização das atividades ao longo do semestre (SILVA et al., 2016).

5.4 Educação continuada e formação de professores

A formação profissional de qualidade tem sido alvo de grandes preocupações, devido a desigualdades socioculturais que vivemos e os diversos desafios que encontraremos no futuro próximo, tais preocupações se agravaram, sendo a educação um processo que envolvem pessoas de níveis desiguais de conhecimentos, tendo que compartilhá-los (GATTI, 2016). Assim, se torna extremamente importante discutir a formação de quem vai ser responsável por este processo.

A ideia de educação continuada surge no Brasil na década de 1950 a partir da migração da população que saía do campo e ia para a cidade, dessa maneira houve uma necessidade de ampliar o sistema educacional público e por

consequência aumentar o número de professores, então foram criadas estratégias educacionais como palestras, reuniões pedagógicas, dentre outros, na intenção de sanar o déficit na formação inicial dos professores (LOPES, 2002; FUSARI, 1998). Então assim, surgiram as propostas da educação continuada de professores.

A educação continuada se refere à formação de professores, tem o conhecimento como tema central da formação tanto inicial quanto continuada; incentivo para pesquisa e valorização dos profissionais da educação e também auxílio na construção dos seus saberes (RANGEL-BETTI, 2001).

Essa educação continuada permite o professor refletir sua própria prática, reestruturando e ressignificando os conhecimentos adquiridos, na formação inicial como também na construção de novos conhecimentos (LOPEZ, 2002).

Muitas vezes a formação inicial não consegue contemplar tudo que um professor irá necessitar na sua prática, desta forma, capacitar o professor é de extremamente necessário, visto seu importante papel como articulador de informações e conhecimentos junto aos alunos e comunidade escolar, além do contato diário com os alunos o que facilita abordar temas relacionados à saúde, outro ponto a se destacar é a função formadora do professor, uma vez que estão em contato com crianças e adolescentes em fase de formação intelectual e também de hábitos, assim é relevante que o professor tenha uma base de conhecimentos acerca de saúde, desde doenças, alimentação e hábitos ativos (DORA et al., 2012) o que pode ser adquirido através dos processos de capacitação.

Pensando na saúde, a educação continuada se caracteriza uma excelente ferramenta, podendo habilitar os profissionais para planejar, desenvolver e avaliar intervenções, na escola permite o professor adquirir novos conhecimento e habilidades para o cuidado com a saúde, prevenção de doenças e situações de risco de alunos e comunidade escolar em geral, ainda a capacitação de professores para promover temas de saúde na escola deve ser permanente, ininterrupta e atualizada e não somente ser vista como uma maneira de diminuir a deficiência da formação inicial do professor durante a graduação (IERVOLINO; PELICIONI, 2005).

As ações de educação continuada se enquadram com a proposta da BNCC que entende que o ambiente escolar deva incluir programas e projetos onde a escola desenvolva ações inovadoras com o objetivo de assegurar a saúde e o bem-estar, particularmente da juventude. Também se enquadra como ação a ser

desenvolvida pela BNCC a disponibilidade de materiais de orientação para os professores, bem como também manter os processos permanentes de formação docente que possibilitem o aperfeiçoamento dos processos de ensino e aprendizagem. Além de contribuir diretamente com a Rede Nacional de Formação Continuada dos Profissionais do Magistério da Educação Básica Pública, que indica a importância de sistemas de ensino no apoio à formação de profissionais da educação básica (BRASIL, 2018a; BRASIL, 2018b).

6. MÉTODOS

6.1 Delineamento

A presente pesquisa trata-se de uma pesquisa-ação de caráter qualitativo que foi desenvolvido na cidade de Rio Claro-SP.

A pesquisa qualitativa se atenta a questões que não podem ser quantificadas, ela trabalha com significados, motivos, crenças, atitudes e valores, atingindo um espaço mais profundo das relações dos processos e fenômenos (MINAYO, et al., 2001).

6.2 Questões Éticas

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” Campus Rio Claro - SP, processo 2.606.576 (ANEXO 1).

Após a aprovação da pesquisa foi feito contato com a Secretária Estadual de Educação do Estado de São Paulo, Diretoria de Ensino de Limeira (diretoria responsável pelas escolas estaduais de Rio Claro) contendo uma carta de apresentação (APÊNDICE 1) a fim de obter o consentimento para desenvolvimento da pesquisa.

Posteriormente em reunião, foi relatado que para ser validado as horas do curso de extensão para Evolução Funcional dos professores (sistema que avalia indicadores de crescimento da capacidade potencial de trabalho do profissional do magistério) o curso deveria ser cadastrado através do Sindicato dos Professores do Ensino Oficial do Estado de São Paulo (APEOESP). Para realização desse cadastro toda a documentação deveria ser encaminhada para a diretoria estadual, situada em São Paulo, direcionando que após aprovação, este seria colocado no Diário Oficial convidando os professores a participar. Porém o curso apenas seria iniciado no próximo semestre, o que atrasaria o cronograma da pesquisa, o que conseqüentemente inviabilizaria seu desenvolvimento.

Outra possibilidade dada pela diretoria, seria conversar diretamente com algumas diretoras das escolas estaduais de Rio Claro e ver a possibilidade de

ministrar o curso para os professores de suas próprias escolas sem que valessem as horas, ele poderia entrar nas reuniões de HTPC (horário de trabalho pedagógico coletivo). Sendo assim, foram visitadas 5 escolas para apresentação do curso e devido a carga horária de 33 horas, as diretoras não autorizaram utilizar os horários de HTPC pois durante essas reuniões são realizados trabalhos importantes com a equipe, como discussões pedagógicas e planejamento de atividades desenvolvidas em horário curricular. A única possibilidade seria realizar o curso em um dia que os interessados tivessem livre, fora do horário de trabalho, como não contariam as horas, não houveram professores interessados.

Após essas tentativas, o estudo deixou de ser direcionado a escolas estaduais e foi realizado o contato com a Secretaria Municipal de Educação, pois as horas do curso valeriam para a rede municipal, e assim a pesquisa passou a ser direcionada a professores da rede municipal de educação.

Foi então enviada novamente uma carta de apresentação (APÊNDICE 2) juntamente com a aprovação do Comitê de Ética, e após análise, foi realizada uma reunião com o Coordenador Pedagógico da Educação Física, e em sequência a pesquisa foi aprovada. O coordenador então emitiu um e-mail para todas as escolas autorizando a pesquisa e informando que a pesquisadora entraria em contato com a escola sorteada.

6.3 Descrição do município

Rio Claro é uma cidade localizada no centro-leste do estado de São Paulo, pertence à região administrativa de Campinas, mesorregião de Piracicaba, aglomerado urbano de Piracicaba. Sua área territorial é de 498,422 Km² e densidade demográfica de 373,69 hab/Km² (IBGE, 2010). Com população residente em 2010 de 186.253 habitantes, e estimativa para o ano de 2018 de 204.797 habitantes (IBGE, 2018). O Índice de Desenvolvimento Humano Municipal (IDHM, 2010) é de 0,803 ocupando a 19^o posição dos municípios do estado.

No ano de 2018, o município apresentava 110 escolas, sendo 26 estaduais, 58 municipais e 26 privadas. Na rede municipal ocorreram 4.139 matrículas na creche, 3.940 pré-escola, 9.299 no ensino fundamental anos iniciais, 145 no ano finais, 600 na Educação Jovens e Adultos (INEP, 2018).

6.4 Criação do curso no sistema PROEX - UNESP

Para ocorrer o curso bem como sua certificação, este foi submetido e aprovado pela Pró - Reitoria de Extensão Universitária (PROEX) como curso de extensão na modalidade Difusão de Conhecimento.

Para a realização do trâmite foi submetido uma proposta de curso e ao seu final, foi redigido um relatório final descrevendo os resultados adquiridos e os participantes concluintes (APÊNDICE 3). Esse processo foi realizado através do Sistema de Extensão Universitária (SisPROEX) - Sistema Sentinela, esse acesso é exclusivo à docentes da UNESP, sendo assim todo o trâmite foi realizado pelo orientador. Após a sua aprovação, foi dado início ao processo de recrutamento de escola e participantes durante os meses de abril a junho de 2018.

6.5 Sorteio da escola para participação na formação

Foram listadas todas as escolas municipais da cidade, das 58 escolas apenas 25 foram incluídas no sorteio, pois estas possuíam o Ensino Fundamental que era o critério de inclusão.

Foi escolhido ensino fundamental I pois nessa fase escolar os alunos já possuem as componentes curriculares organizados em disciplinas (português, matemática, ciências, história, geografia, artes e educação física) assim os professores poderiam explorar o conteúdo de AF e CS durante as aulas.

Optou-se pela escolha do curso ser realizado de maneira presencial, então os professores que se inscreveram escolherem o dia e horário para os encontros que fossem viáveis para todos.

O sorteio da escola foi realizado através do software *Excel*®. A primeira escola sorteada foi excluída, pois não foi possível conversar com um responsável após 3 tentativas.

Na segunda escola sorteada foi agendada uma reunião com o diretor e a coordenadora pedagógica, após análise da proposta a pesquisa foi aceita pela escola.

Por ser localizada na região central da cidade a escola participante recebe alunos de diversos bairros, pela grande quantidade de alunos foi necessário utilizar

um segundo prédio para aloca-los, assim a escola participante possuía 2 unidades com equipe gestora distinta.

Ao tomar conhecimento da pesquisa e aceite pela unidade I, a diretora da Unidade II entrou em contato solicitando uma reunião para saber mais detalhes do curso e apresentar aos professores, assim esta unidade foi incluída na pesquisa.

6.5.1 Participantes

A população alvo da formação foram professores da rede municipal, de todas as disciplinas atuantes na escola sorteada na cidade de Rio Claro - SP.

Após sorteio e aprovação da pesquisa na escola, foi deixado na unidade I e unidade II um convite em formato de *folder* (APÊNDICE 4) confeccionado pela pesquisadora divulgando o curso e convidando todos os professores a participarem.

A fim de recrutar professores para o curso e tirar qualquer dúvida que pudesse surgir, a pesquisadora participou de 1 reunião de HTPC de cada unidade. Nesse momento já foram feitas as inscrições dos interessados e também foi levantado dia e horário que a maioria dos professores interessados podiam para a definição dos encontros, foi definido que os encontros seriam as segundas - feira das 17:30 às 19:00 na própria escola (Unidade I).

As duas unidades escolares possuíam ao todo 59 professores, distribuídos em 3 conveniados, 3 contratados e 41 efetivos, atuantes na educação básica I e II, projetos, educação especial e Educação Jovens e Adultos I e II.

Os horários de HTPC de uma unidade aconteciam às terças e de outra unidade as quartas e como alguns professores ministravam aulas em outras escolas acabou ficando difícil acertar um dia em comum para todos, então acabaram se inscrevendo no curso 10 pessoas.

6.5.2 Formação

O curso de formação foi elaborado, coordenado e desenvolvido pela pesquisadora responsável com orientação do professor orientador e os encontros ocorreram no prédio da unidade I da escola sorteada. Os encontros ocorreram no segundo semestre de 2018, no período de julho a setembro. A formação contou com 33h e atendeu professores do EF I, EJA e Educação Especial.

A formação buscou dar destaque ao envolvimento e engajamento dos professores participantes e aproximá-los da teoria para que pudessem colocar na prática de acordo com a necessidade de cada turma.

A Secretaria Municipal de Educação de Rio Claro aceita cursos de extensão com pelo menos 30h para que os professores utilizem a carga horária para sua evolução funcional. Foi definido também encontros presenciais de 1h30min para que não fosse muito longo, pensando que eles trabalham em mais de um período, e a 1h30min restantes foi deixado para que eles realizassem as atividades propostas durante o curso, sem que atrapalhasse a rotina escolar.

Assim, distribuindo os temas o curso contou com 14 encontros, que foram divididos em: 3 encontros de avaliação (pré curso, pós curso e após 5 meses de finalização do curso), 1 encontro de apresentação onde foi entregue o plano de ensino com o cronograma (APÊNDICE 5), 9 encontros de conceitos teóricos e atividades práticas sobre a temática, e 1 encontro extra para feedback do curso e confraternização.

Os encontros ocorreram semanalmente com duração de 3h, sendo 1h30min de atividade presencial realizadas na escola e 1h30min para a realização das atividades propostas, que poderiam ser destinadas as tarefas semanais. As avaliações tiveram carga horária de aproximadamente 1h cada e foi necessário adicionar um encontro para fazer o feedback e confraternização do grupo.

Os conteúdos e objetivos trabalhados em cada encontro está descrito no quadro a seguir:

Quadro 1: Estrutura do curso de formação para professores “Comportamento Sedentário e Atividade Física: implicações na saúde de escolares”.

ENCONTRO	TEMA	OBJETIVO	JUSTIFICATIVA
1	Avaliação	Investigar o que os professores sabiam saúde na escola e comportamento sedentário e como os professores desenvolvem esses temas em aula	Levantar o que os professores já sabiam sobre a temática, para auxiliar na montagem das aulas, partindo do conhecimento que eles já possuíam.
2	Apresentação	Apresentar o curso de formação e os participantes	-
3	• Como anda a	Discutir e refletir a evolução de	Para contextualizar os dados atuais

	<p>saúde do escolar?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Professor é importante na promoção de saúde na escola? 	saúde-doença, dados atuais sobre atividade física e comportamento sedentário dos escolares e o papel da escola nesse processo	sobre saúde, foi necessário discutir saúde e o papel do professor para melhorar esses dados na escola
4	<ul style="list-style-type: none"> • Qual a importância da Atividade Física para os alunos? • Quais as recomendações de Atividade Física para essa faixa etária? 	Compreender as diferenças e similaridades entre atividade física e exercício físico e práticas corporais e as recomendações atuais de atividade física nessa faixa etária	Entender o que é atividade física, exercício físico para então entender qual dessas atividade é abordado na escola e de qual maneira estimulá-la, em sala de aula e intervalos. Não deixando apenas a cargo do professor de educação física
5	<ul style="list-style-type: none"> • O que é Inatividade Física? O que ela acarreta para a saúde do escolar? O que é Comportamento Sedentário? Quais são suas consequências para a saúde? 	Compreender as diferenças e similaridades inatividade física e comportamento sedentário usualmente tratados como sinônimos pela sociedade. E a partir do entendimento do conceito de comportamento sedentário, diagnosticar o excesso desse comportamento e propor mudanças para diminuí-lo	Importante entender a diferença entre os conceitos para saber identificar qual/quais comportamentos são prevalentes em suas turmas, e então traçar estratégias para cada de maneira mais adequada
6	Revisão Inatividade Física e comportamento Sedentário	Compreender as diferenças e similaridades inatividade física e comportamento sedentário usualmente tratados como sinônimos pela sociedade. E a partir do entendimento do conceito de comportamento sedentário, diagnosticar o excesso desse comportamento e propor mudanças para diminuí-lo	No encontro anterior participaram apenas 2 professoras, sendo um dos temas principais do curso, foi decidido repetir o tema
7	Jogos, brinquedos e brincadeiras. E sua importância para as crianças.	Demonstrar a riqueza e a diversidade de jogos, brinquedos e brincadeiras. Refletir sobre questões de gênero em jogos, brinquedos e brincadeiras	Após o entendimento que todo movimento é considerado atividade física, e que não necessita de um professor de educação física para ministrara-la, as brincadeiras e jogos são uma maneira de aumentar a prática, mesmo durante as aulas, acabam se tornando assim uma maneira mais divertida de ensinar
8	Quais estratégias para reduzir o comportamento sedentário dos escolares? O que podemos fazer na escola para reduzir tal	Conhecer as principais estratégias que podem ser utilizadas na escola, para aumentar a atividade física e também para diminuir o comportamento sedentário. Compreender o conceito de Escola Ativa, identificar seus critérios e comparar com a sua escola de atuação	Demonstrar estratégias que ocorrem em outros países, e engajar a discussão se essas estratégias cabem a realidade brasileira

	comportamento?		
9	Como deixar minha aula mais ativa e diminuir o comportamento sedentário? (Atividades que contemplavam: português, artes e matemática)	Vivenciar brincadeiras como forma de ensinar os conteúdos de cada disciplina	Aulas práticas para demonstrar possibilidade de ensino com brincadeiras, auxiliando na construção de ideias de cada professora
10	(Continuação) Como deixar minha aula mais ativa e diminuir o comportamento sedentário? (Atividades que contemplavam: ciências, geografia e história)	Vivenciar brincadeiras como forma de ensinar os conteúdos de cada disciplina	Aulas práticas para demonstrar possibilidade de ensino com brincadeiras, auxiliando na construção de ideias de cada professora
11	Apresentação dos Projetos Pedagógicos, reflexão das atividades que foram desenvolvidas.	DISCUSSÃO TEÓRICA Entrega e apresentação dos projetos pedagógicos	Esse se configura um momento importante de troca entre o grupo, onde serão apresentados os projetos realizados, suas experiências durante a aplicação, dificuldades e aspectos positivos
12	Grupo focal de avaliação final.	Verificar se após o curso os professores conseguiram ampliar a visão sobre as temáticas e seu papel da promoção de hábitos ativos	Nesse momento foram levantadas questões sobre os temas do curso a fim de nortear as questões do próximo grupo focal onde seria levantado as mudanças realizadas a partir do curso
13	Encontro Extra Feedback do curso e confraternização.	Finalização do curso	-
14	Grupo focal de avaliação da intervenção.	Avaliação da implementação do curso de formação.	Nesse grupo focal foram levantadas questões sobre as mudanças, dificuldades e sugestões do curso a fim de servir de análise sobre a implementação do curso

Em todos os encontros ocorreram momentos de discussões, atividades individuais e em duplas e grupos, atividades práticas e também confecção de materiais informativos que foram anexados à um portfólio demonstrativo criado no processo da formação. Esse portfólio foi elaborado pela pesquisadora com a intenção de reunir todos os conteúdos, atividades, fotos e relatos desenvolvidos durante o curso. Ao final da formação o material foi entregue para as participantes e para as duas unidades escolares para que possam ser utilizados futuramente, proporcionando aos envolvidos a oportunidade de repensarem as suas práticas.

Durante a execução das atividades práticas foram realizadas fotos a fim de

compartilhar o material com o grupo para uso com os alunos. Essas mídias foram coletadas através de um aparelho celular (Motorola G5S plus) da própria pesquisadora.

Para o acompanhamento do processo formativo, foi utilizado o recurso metodológico de diário de campo a fim de acompanhar e evidenciar o processo de aprendizagem e não somente o produto final. Este segundo Minayo e colaboradores (2001) dentre os recursos de registro de dados se caracteriza um excelente instrumento que auxilia o pesquisador diariamente, é nele que o pesquisador registra percepções, questionamentos, críticas, diálogos e demais informações que não são coletadas através de utilização de outras técnicas.

Os encontros foram realizados em uma das unidades da escola. As aulas ocorreram na sala de reforço e pátio, e para a realização dos grupos focais foram utilizadas salas de reuniões, por serem mais silenciosas e assim não interferir nas gravações e também por serem mais confortáveis proporcionando um ambiente mais acolhedor aos participantes.

Todos os participantes do curso de formação assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (APÊNDICE 6), no qual trazia informações sobre as gravações e coleta de imagens. Foi explicitado neste documento que qualquer participante em caso de constrangimento teria a liberdade de se recusar a participar em qualquer momento do processo, tendo sua identidade, assim como a da escola preservada.

6.6 Avaliação

6.6.1 Avaliação dos participantes

Os professores participantes responderam o questionário de identificação (APÊNDICE 7), este questionário foi elaborado pela pesquisadora e continha questões de identificação, sobre a formação acadêmica e tempo de trabalho, responderam também e questionário socioeconômico desenvolvido pela Associação Brasileira de Estudos Populacionais (ABEP, 2018) (ANEXO 2) a fim de caracterizar os participantes.

Pré- curso:

Os professores participaram de um grupo focal uma semana antes do início da formação, qual teve como objetivo verificar o conhecimento dos professores sobre promoção de saúde na escola e CS e se os professores desenvolvem essas temáticas em suas aulas. Esse levantamento foi utilizado para direcionar as propostas pedagógicas a serem implementadas durante as aulas.

Pós - curso:

Esse segundo momento que aconteceu uma semana após o final do curso também foi realizado um segundo grupo focal, qual teve como objetivo verificar se durante a formação elas conseguindo relacionar os temas com as aulas e quais dificuldades foram encontradas.

Foi proposto a formulação de um projeto pedagógico como trabalho final (APÊNDICE 8), os professores deveriam desenvolver alguma estratégia para reduzir o comportamento sedentário dos alunos dentro de sala de aula, recreio, lazer ou ainda em formato de evento, podendo ser pontual ou contínuo. Deveria ser levado em consideração a realidade da escola e o conhecimento obtido durante o curso. Essas ações deveriam ser elaboradas a partir da observação e reflexão sobre

os hábitos de seus alunos. Esse projeto não precisava ser necessariamente aplicado.

6.6.2 Avaliação da formação e Pós 5 meses

Para a avaliação dos encontros foram adotadas estratégias específicas como demonstra o quadro a seguir:

Quadro 2: Avaliação das ações do curso de formação.

ENCONTRO	AVALIAÇÃO
1	Grupo focal
2	Não teve avaliação
3- 10	A avaliação se deu a partir da discussão do grupo em relação às atividades que elas trouxeram. Foi observado o aproveitamento das professoras a partir da discussão em grupo se elas entenderam a ideia geral da aula e conseguem relacionar com sua prática.
11	Os projetos pedagógicos foram apresentados e discutidos. Em cada projeto foi levantado as dificuldades e o grupo deu sugestões. A ideia era que os projetos fossem aplicados novamente no próximo ano, aproveitando as sugestões.
12	Grupo focal
13	Não teve avaliação
14	Grupo focal para avaliar as mudanças.

Para avaliar o processo de implementação da formação, foi realizado um grupo focal após 5 meses do curso, foram realizadas perguntas acerca dos temas que foram mais significativos, se foi possível utilizar os conteúdos em aulas, quanto a participação no curso alterou a prática de cada uma, dificuldades encontradas, se as participantes sentiam-se aptas a criar e desenvolver intervenções buscando promover hábitos ativos em seus alunos, se haviam aplicado os projetos pedagógicos e/ou criado novos projetos, se notaram mudanças nos comportamentos dos alunos após suas intervenções em aula e ainda sugestões sobre o curso.

A escolha de realizar o grupo focal se deu por ser uma técnica de pesquisa qualitativa que tem como objetivo a interação entre os participantes e o pesquisador e a coleta de dados se dá a partir da interação entre os indivíduos em uma discussão com foco em tópicos específicos. O que difere esse método de questionários fechados ou entrevistas individuais é que o indivíduo é convidado a emitir opiniões que talvez nunca tenha pensado, e acabam formando ou mudando suas próprias opiniões diante as opiniões alheias (IERVOLINO; PELICIONI, 2001).

As sessões de grupos foram compostas por no máximo 6 participantes e de um moderador/facilitador, que teve como objetivo direcionar as discussões, têm em média 1 hora e meia de duração. A função do moderador foi criar um ambiente favorável para que os diferentes pontos de vista venham a tona, sem que haja nenhuma pressão para os participantes como sugere IERVOLINO; PELICIONI (2001); GATTI, (2016).

6.7 Análise dos dados

Os dados coletados através do questionário de identificação e socioeconômico foram apresentados de maneira descritiva.

Os três grupos focais foram gravados por um Tablet modelo tab 3 Samsung, logo após esses áudios foram escutados e com auxílio do *Express Scribe Transcription Software* (versão gratuita) foram transcritos pela pesquisadora respeitando todas as falas e risadas.

A análise dos dados qualitativos do grupo focal 3 que trata da implementação do curso de formação, foi realizada a partir da proposta de análise de conteúdo (BARDIN, 2004). Para a autora esse tipo de análise possui função de explorar o conteúdo coletado e descobrir novos elementos e observar o surgimento de hipóteses que podem ser utilizadas para o direcionamento da pesquisa (BENITES et al., 2016).

O processo de análise foi realizado pela pesquisadora e constitui-se por três fases: pré-análise, exploração do material e o tratamento dos resultados, inferência e interpretação (BENITES et al., 2014).

Na pré-análise o objetivo foi organizar e sistematizar o material, foi realizada uma leitura flutuante para conhecer o documento de transcrição das falas, realizado anotações e assim se obteve as primeiras impressões, posteriormente realizou-se uma segunda leitura procurando conexões com as hipóteses e objetivos da pesquisa. Em seguida, ocorreu o recorte de trechos que podiam ilustrar o que se pretende discutir. ao final desta fase, surgiu o chamado corpus da pesquisa.

Na fase dois, o objetivo foi compreender o significado dado pelos envolvidos, observou-se a contagem de ideias repetidas, situações que apareceram mais de uma vez ou aquelas que foram ausentes, formulando assim as categorias que são comuns e as desiguais, nessa fase surgiram duas nomenclaturas da análise de conteúdo, as unidades de registro e as unidades de conteúdo.

A terceira e última etapa que é considerada o momento mais importante da análise, pois surgem as categorias de análise, onde são reunidas o maior número de informações e tem como intenção relacionar e organizar os fatos (BENITES et al., 2014).

7. RESULTADOS

7.1 Participantes

Se inscreveram no curso de formação 10 professores, 7 iniciaram o curso e apenas 4 finalizaram o processo. As perdas ocorreram por motivo de saúde familiar e surgimento de outro compromisso no horário do curso.

Chegaram ao final do processo, professoras com idade média $40 \pm 10,87$ anos, sendo todas do sexo feminino, todas com formação em pedagogia, sendo que 2 possuem uma segunda graduação (Artes e Educação Física), com média de $14 \pm 7,83$ anos de atuação profissional e classe econômica 1A, B1 e B2. Elas ministram aula para o ensino fundamental regular, Ensino de jovens e adultos (EJA) e EJA especial (alunos com deficiência).

7.2 Implementação da formação

Os registros aqui descritos foram realizados com o auxílio do diário de campo, realizado em todos encontros da formação, assim como atividades executadas e desenvolvidas durante a formação e imagens fotográficas feitas durante os encontros.

7.2.1 Encontro 1- Avaliação diagnóstica

No primeiro encontro foi realizado um grupo focal com o objetivo de levantar o que os professores já sabiam sobre os conteúdos que estavam planejados para o curso, dessa maneira auxiliando na elaboração das aulas, partindo do conhecimento que eles já possuíam.

Participaram 6 professoras e foram levantadas questões sobre qual a percepção de saúde delas, qual o papel dos professores na promoção de saúde na escola, se sabiam o que era CS, se e quais temas de saúde eram desenvolvidos em aula e se elas acreditavam que a participação no curso de formação ajudaria na prática delas.

Além dos temas disparadores para a discussão, surgiram outros assuntos como a tecnologia, e como ela poderia ser utilizada para a educação.

Finalizando o encontro, foi realizada juntamente as professoras, a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

7.2.2 Encontro 2 - Apresentação

O objetivo do encontro foi apresentar, a proposta do curso de formação assim como das metodologias utilizadas e das referências bases. Foi apresentado a responsável, assim como o auxiliar do processo.

Por se tratar do primeiro encontro do curso e de uma proposta com tema novo, as professoras se encontravam ansiosas com o curso algo que foi acompanhado durante o processo e registrado no diário de campo a partir de expressões ocorridas durante os encontros.

Ao final do encontro foi pedido que elas trouxessem para o próximo encontro a fim de iniciar com o debate e depois entrar com a discussão do dia, uma matéria atualizada sobre a saúde dos escolares e/ou uma observação dos seus alunos e fazer uma pequena observação de como elas lidariam com o problema encontrando (seu papel diante o problema).

7.2.3 Encontro 3 - Saúde do escolar

O encontro iniciou com a leitura e debate das matérias sobre saúde, foi possível observar que a visão de saúde das professoras era mais voltada para questão de alimentação e doenças.

Antes de iniciar a discussão teórica, foi proposto uma atividade prática em grupo onde elas deveriam escrever palavras chaves um papel o que elas entendiam por saúde, após a atividade foi iniciado a discussão teórica. O objetivo desse encontro foi discutir o conceito de saúde e sua evolução até os dias atuais, discutir os índices de prevalência da AF e do CS nos escolares, promoção de saúde na escola e o papel do professor nessa promoção.

Quando foi trabalhado o tema sobre o papel do professor na promoção de saúde, foi relatado o déficit na formação em saúde e segundo a visão de uma professora, ocorre também um déficit na formação para lidar com a inclusão. Elas acabam tendo que

trabalhar a inclusão sem saber como é que às vezes a criança sai prejudicada por não haver um foco no trabalho com elas. Foi comentado também sobre a necessidade e falta de espaços de formação para os temas que não são abordados na graduação.

Ao final foi pedido que elas retornassem as palavras chaves sobre saúde e ver se após a discussão elas adicionariam algo, foi possível perceber que a ideia de saúde se ampliou, não ficando focada só em doenças e alimentação como no início.

7.2.4 Encontro 4 - Importância da Atividade Física

Foi pedido no encontro anterior que elas trouxessem um levantamento sobre a prática de AF de seus alunos e quais tipos de atividades eles realizam, uma das professoras relatou que conversou com seus alunos sobre AF e que os que realizavam atividades praticavam futebol, mas que a maioria dizia não fazer nada em casa o que gerou uma preocupação para essa professora.

Ainda na mesma discussão uma segunda professora pedagoga que ministra aula para o EJA discutiu com seus alunos as atividades que eles já fizeram na infância e a maioria brincava muito e ela percebeu que os alunos que relataram ter brincado menos são os mesmos que possuem mais resistência para realizar as aulas práticas. Relatou também que essa semana propôs que no momento que o aluno fosse entregar uma atividade para ela, fizesse um movimento, ela iniciou para dar uma ideia. Então todos gostaram e participaram, ajudando a contar o número de repetições que os colegas faziam. Que foi uma maneira que ela encontrou de fazê-los se movimentar um pouco mais.

Uma outra professora observou que as meninas fazem menos atividade física, a professora de educação física complementou dizendo que as meninas parecem ter mais medo de praticar, talvez por serem mais superprotegidas pelos pais e que elas acabam realizando mais tarefas em casa (domésticas) do que nas aulas de educação física.

Ainda foi levantado que por muito tempo o EJA não tinha aulas de educação física, diminuindo assim as oportunidades de vivências dos alunos. Essa mesma professora tenta diversificar sua prática, adicionando conteúdos de esportes, lutas,

ginástica, entre outros. Levantou também a dificuldade do planejamento, que ele não funciona.

Ainda a professora de EF disse que esse ano tentou realizar o planejamento junto com outra professora, mas que esta não quis, então ela se baseou nos PCNs e criou umas apostilas com os conteúdos que ela queria trabalhar sem saber se estava certa, mas queria dar vivências diferentes aos seus alunos.

Nessa atividade foi possível perceber que as professoras começaram a se preocupar com a falta de prática dos alunos e começaram em criar estratégias que se fizessem os alunos a se movimentarem.

Após a discussão foi dado início ao tema do dia sobre a importância da AF e as recomendações, esse encontro teve como objetivo compreender as diferenças de atividade física, exercício físico e práticas corporais e as recomendações de prática.

Ao final do encontro, foi proposto uma prática de AF relaxante em duplas, atividade do “espelho”. Ao longo da atividade foi levantado sobre adaptações nessa atividade e situações que ela poderia ser utilizada fazendo-as pensar nas diversas utilizações de uma atividade e assim poder criar de acordo com a necessidade de cada aula.

7.2.5 Encontro 5 - Inatividade Física e Comportamento Sedentário

Como de costume foi discutida a atividade solicitada, que consistia em construir um folder sobre AF que poderia ser utilizada com os alunos. Uma das professoras construiu com os alunos um cartaz com recorte de figuras o que representava atividade e saúde para eles.

A partir da discussão de uma atividade anterior sobre o levantamento das práticas dos alunos, uma professora construiu um folder informativo pensando em atingir os pais, ela se demonstrou preocupada com o fato de 20 alunos apenas 7 relataram fazer atividades físicas, sejam brincadeiras ou esportes. Ela pediu para que eu levasse os panfletos de atividades da prefeitura, que ela iria passar para os pais e orientar sobre atividade física durante a reunião com os mesmos.

O objetivo do encontro foi compreender as diferenças entre CS e inatividade física usualmente tratados de sinônimos, a partir dessa compreensão diagnosticar o excesso desse comportamento e propor mudanças para diminuí-lo.

Durante a aula elas demonstraram não saber exatamente o que era comportamento sedentário, ao ser questionado sobre a diferença de comportamento sedentário e inatividade física, uma delas respondeu que poderia ser algo relacionado a alimentação.

Para finalizar a aula foi proposto uma oficina sobre comportamento sedentário que poderia ser utilizada para estudar a interpretação de texto, no momento de responder elas deveriam ficar em pé. Ao final elas demonstraram ter compreendido a diferença da inatividade física e comportamento sedentário e acharam divertido ter que levar do lugar para responder. Ficaram impressionadas como passamos tanto tempo sentados e nem percebemos. Apontaram preocupações com seus próprios hábitos e de seus alunos.

7.2.6 Encontro 6 - Revisão Inatividade Física e Comportamento Sedentário

No início foi discutido a criação dos *folders* sobre o CS e então foi realizada uma revisão sobre o tema do encontro anterior, pois a metade das professoras haviam faltado e por se tratar de um tema importante, a pesquisadora viu a necessidade de tratá-lo novamente.

Logo em seguida passamos para o objetivo do encontro que foi compreender as diferenças entre comportamento sedentário e inatividade física. A partir dessa compreensão diagnosticar o excesso do CS e tentar reduzi-lo. Foi então, levantado a questão da tecnologia e as professoras demonstraram ter um olhar positivo sobre ela principalmente por fins educacionais, como por exemplo relatado pela professora de EF que transforma jogos conhecidos pelos alunos em prática.

Ao final da discussão teórica foi proposto uma atividade prática, onde as professoras deveriam desenhar um mapa apontando os espaços para a prática de atividade, de maneira a despertar a consciência pelos espaços que não são percebidos normalmente o que foi bem interessante, pois elas começaram a

perceber locais que poderiam trabalhar além da sala de aula que antes não foram notados.

Durante a produção, seguiu a discussão de dar aula em ambientes diferentes da sala aula, e uma delas destacou a dificuldade que ela tem para desenvolvimento de atividades. Ela sempre gosta de usar locais diferentes, e os demais professores vêm a aula dela como “bagunça”, porém ela demonstrou ter muita confiança no que faz e propõe atividades diferentes e espaços diferentes para seus alunos independente das reclamações.

Foi pontuado que na escola existe uma regra que não pode correr no recreio, as crianças são “obrigadas” a ficarem mais parados durante o intervalo, o que gerava discordância por parte das professoras, pois é no intervalo que eles mais podem se movimentar.

Outro ponto importante que surgiu desse encontro foi a visão que a EF e artes, por exemplo, tem na escola. Muitos professores colocam os alunos de castigo e ameaçam tirar a aula de EF e artes, como maneira de punição pelo “mal comportamento” o que também gera alguns conflitos na escola.

Ao final do encontro foi possível perceber que elas conseguiram entender o tema central CS e conseguiram pensar em algumas maneiras simples de trabalhá-lo em sala.

7.2.7 Encontro 7 - Jogos, brinquedos e brincadeiras

A partir desse encontro não tiveram mais atividades a serem discutidas antes do tema central, pois as professoras não estavam conseguindo cumprir com as atividades por conta da demanda de trabalho. Optamos assim em realizar as atividades durante os encontros. Ficando as horas que faltavam direcionadas a confecção dos projetos pedagógicos.

O objetivo dessa aula foi demonstrar a riqueza e a diversidade de jogos, brinquedos e brincadeiras, refletir questões de gênero em jogos e como elas poderiam utilizar desses elementos para incentivar o movimento.

Elas relataram durante a discussão que a falta de brincar é um fator associado ao pouco desenvolvimento psicológico, as crianças brincam menos e ficam cada vez mais sentadas. Essa falta de prática também dificulta as crianças

com o aprendizado do ritmo, e que muitos dos alunos não conhecem as brincadeiras e cantigas antigas/tradicionais. Quando foi questionado sobre as atividades de meninas e meninos elas concordaram que essa divisão não deve existir. Segundo o relato da professora de EF as vezes as meninas não querem fazer aulas de EF, ficando cada vez mais sentadas.

Ao final foi levantado que as brincadeiras são uma boa estratégia para se ensinar alguns conteúdos e ainda para fazê-los se movimentarem durante as aulas.

7.2.8 Encontro 8 - Estratégias para reduzir o Comportamento Sedentário na escola

O objetivo desse encontro foi conhecer as principais estratégias que são utilizadas nas escolas para aumentar AF e também reduzir o CS. Compreender o conceito de escola ativa na perspectiva do Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD), identificar seus critérios e comparar com a sua escola de atuação.

No início da discussão sobre os temas, foi conversado sobre as estratégias para reduzir comportamento sedentário, quando falamos sobre o afastamento da tv e controle de tempo elas começaram a discutir sobre essas dificuldades. Uma vez que os pais não colocam limites aos alunos, que eles vêm para a escola sem limite e respeito nenhum e acabam achando que todos, inclusive o professor tem de fazer suas vontades. Assim inicia-se os conflitos entre alunos x professores.

Foram discutidas as estratégias e sempre tentando trazer para a realidade delas. Quando tratamos acerca do tema das escolas ativas, foi entregue às participantes da Escala de escola Ativa, pedindo para identificarem em qual classificação a sua escola se encaixaria. Frente às avaliações a escola foi encaixada no nível insuficiente – elementar.

Sobre as Escolas Ativas elas disseram que parecia ser uma realidade distante da que encontram diariamente em seu ambiente de trabalho. Foi pontuado a importância de discutir esses conceitos, de ter essa visão mais humana acerca da AF e sobre quais possibilidades que elas teriam de melhorar a condição das escolas delas na medida do possível.

Levantar a temática das escolas ativas buscando identificar suas proximidades com a escola que atuavam foi bem interessante. Mesmo que a mesma se encontra realidade bem distante do que é proposto pelo documento, foi possível pensar em possibilidades que se encaixam no ambiente escolar, como por exemplo mudar a disposição das carteiras das salas de aula.

7.2.9 Encontro 9 - Aulas mais ativas 1

Foi proposto para esse encontro atividades segundo as matérias de português, artes e matemática.

Para a atividade de português foi realizado uma atividade sugerida na apostila do Programa Movimente-se “Levante pelo vocabulário”. Foi selecionado um texto que já havia sido trabalhado sobre comportamento sedentário e inatividade física e algumas palavras do texto foram destacadas e quando essas palavras fossem citadas as professoras deveriam levantar da cadeira e permanecer em pé até que outra palavra destacada aparecesse.

Ao final dessa atividade foi discutido sobre sua aplicação em sala de aula, as professoras deram outras sugestões como por exemplo: Quando aparecerem palavras que rimam; para salas com alunos com necessidades especiais adaptar o levantar para levantar o braço.

A segunda e terceira atividade também foram retiradas da apostila Movimente-se e era uma sugestão de um break utilizando conteúdo da artes. Foi pedido que as professoras ficassem em pé e foi falado cores, então elas deveriam andar pela sala em busca da cor falada, assim que todas encontrassem um objeto era então dito o significado de cada cor. Como sugestão de adaptação dessa atividade as professoras sugeriram e apontaram que já utilizam a chama ativa/engraçada, onde cada aluno faz um movimento na sua vez. Na terceira atividade as professoras foram divididas em duplas e foi dada uma situação para cada, então elas tiveram um tempo para conversarem como fariam a encenação e posteriormente cada dupla se apresentou e a outra dupla tentava acertar. Durante a conversa dessa atividade foi sugerido por uma das professoras utilizar mímicas também.

A atividade de matemática foi proveniente do minicurso “Práticas transformadoras - Descobrimos novas formas de aprender e outros jeitos de ensinar” que foi nomeada pela pesquisadora “Oficina dos números”.

Foram dispostos 10 arcos em círculo no chão e dentro de cada arco havia um número que variava de 0 a 100, e em volta desses arcos haviam 4 arcos em volta onde eram as bases dos jogadores. A pesquisadora orientou que cada professora ficasse em um arco base e o objetivo era acertar com a bola o arco que continha o maior/menor número, a cada rodada as professoras trocavam de lugar. Foram feitas diversas variações dessa atividade.

Por ter sido uma aula com atividades práticas foi um dos encontros que elas mais demonstraram gostar e criaram sugestões de aplicação.

7.2.10 Encontro 10 - Aulas mais ativas 2

Foi iniciado pela atividade de geografia, que foi um “break sobre as regiões do Brasil” proposto também pela apostila do Movimento-se. Foi então pedido para que as professoras ficassem em pé e a partir de um modelo desenhassem o mapa do Brasil e posteriormente tiveram 1 minuto para colocarem as capitais.

Para a matéria de história foi feito um “break de perguntas e respostas”. Foram elaboradas algumas questões de história e também sobre o curso e foram colocadas em um saquinho sob a mesa do professor na frente da sala. A professora deveria se levantar ir até o saquinho tirar uma pergunta e escolher alguém para responder.

A terceira e última atividade foi a de ciências, que consistia em ressaltar hábitos saudáveis e ativos. Foi proposto que elas fossem os moldes do corpo humano, então elas se deitaram sobre o papel pardo e a colega desenhou o molde de seu corpo. Os dois moldes dos corpos foram colados na parede, um dos moldes foi o de “Bons Hábitos” e o outro dos “Maus Hábitos”.

Então elas tinham de pegar uma figura e colar em algum dos 2 corpos, haviam imagens de frutas, bolos, sucos, atividade física, comportamento sedentário, água, prato de alimentos variados. Ao final foi analisado as figuras e onde foram coladas.

Na roda final conversamos sobre todas as atividades e o que elas acharam, foram levantadas diversas sugestões, como de criar o mapa para a atividade 1 em EVA e os alunos realizariam andando essa atividade.

7.2.11 Encontro 11 - Apresentação dos Projetos Pedagógicos

Nesse encontro que foi destinado às apresentações dos projetos. Foram apresentados 2 projetos, pois as demais participantes haviam faltado.

Ao final foram dadas sugestões para cada projeto e uma das professoras relatou que vem utilizando o conteúdo do curso e aos poucos vem perdendo o medo de levar seus alunos para a quadra arriscando mais atividade práticas, que inclusive durante a semana que estava entrando ela havia organizado uma aula de matemática na quadra.

Foi possível notar com as apresentações que elas conseguiram perceber que não precisamos de grandes transformações para incentivar os alunos a se movimentarem mais, que pequenas ações podem ser interessantes para criar o hábito ativo.

7.2.12 Encontro 12 - Avaliação final

Esse segundo momento que aconteceu no final do curso também foi realizado um segundo grupo focal, qual teve como objetivo verificar se durante a formação elas conseguindo relacionar os temas com as aulas e quais dificuldades foram encontradas.

Ao final foi pedido para elas escreverem uma reflexão sobre como foi participar do curso destacando os pontos positivos e negativos.

7.2.13 Encontro 13 - Feedback e confraternização

Foi discutido o trabalho pedagógico das professoras que faltaram no dia da apresentação dos projetos, que já estava sendo realizado na escola em parceria das duas disciplinas/professoras. Elas veem esse trabalho de arte e educação física como essenciais, pois encontram muita resistência dos alunos em relação ao tocar

o outro, elas têm conseguido falar sobre o tocar com respeito, sentir o rosto e assim perceber as diferenças e respeitá-las.

Foi feito uma reflexão geral das participantes e uma reflexão da pesquisadora com agradecimentos e entrega de declaração de participação.

7.2.14 Encontro 14 - Avaliação da implementação do curso de formação

Esse encontro aconteceu após 5 meses após o término do curso. Nesse grupo focal foi levantada discussão sobre o próprio curso e as mudanças que ele gerou, tanto na prática pedagógica quanto no pessoal das professoras participantes. Foram levantadas as dificuldades que elas encontraram e as sugestões acerca de todo conteúdo e processo de implementação do curso.

Foi a partir do estudo deste grupo focal, que foi realizada a análise de conteúdo buscando responder ao processo de implementação do curso de formação.

7.3 Projetos Pedagógicos como estratégias de intervenção

Um dos objetivos específicos da pesquisa consistia na construção de propostas que viabilizassem a redução do CS, então dessa maneira foi sugerido a construção de um Projeto Pedagógico que deveria ter como objetivo reduzir o CS ou aumentar a AF.

Cada professora deveria realizar uma avaliação diagnóstica e de acordo com a sua realidade construir um projeto que poderia durar 1 dia ou mais, além de que o mesmo poderia ser aplicado ou não. Após a reflexão de cada uma foram então criados os projetos. Segundo Freire (2011), reflexão é fundamental para a formação continuada, pois assim abandona-se o conceito de formação como apenas processo de atualização, para adotar um conceito de formação que baseada na construção de conhecimentos e teorias sobre a prática docente.

Sendo assim, surgiram 3 projetos. O primeiro projeto consistiu em sintetizar uma atividade de integração que foi realizada na escola dias anteriores, tendo início em sala com a conscientização sobre o comportamento sedentário, estendendo a

outras salas conscientizando acerca da temática e então criaram a atividade de integração com o objetivo de os adolescentes se movimentarem.

O segundo projeto iniciou a partir de uma das atividades propostas durante o curso onde a professora percebeu que de 20 alunos apenas 7 praticam alguma atividade pós horário de escola, então ela começou a criar atividades para falar sobre a importância da atividade física, onde pediu para que eles desenhassem a rotina deles, combinou que a todo sinal eles deveriam levantar e fazer um alongamento. E foi criando diversas atividades a serem realizadas ao final do ano sobre atividade física, alimentação e intervenção com os pais na reunião. Foi criado também um livrinho onde cada aluno iria registrar suas atividades para comparar no final do ano.

O terceiro consistia em um projeto em conjunto da professora de artes e EF, que trazia a oportunidade do aluno se movimentar através de atividades artísticas e esportivas. Foram ofertadas oficinas para construção de brinquedos de cada cultura regional de seu país, bem como sua história, danças, vestimentas, brincadeiras e cantigas. Foram realizadas construções de máscaras, oficinas pedagógicas nas diferentes linguagens de expressão, construção de pipas, teatro, circo e coreografias. Essas professoras ainda desenvolveram um campeonato de futsal para os alunos do EJA no período noturno que foi um grande desafio.

Todos os projetos estão presentes no portfólio demonstrativo.

7.4 Portfólio Demonstrativo experiências da formação

Inicialmente foi proposto a criação de um portfólio com o intuito de realizar uma avaliação qualitativa com as professoras. mas com a dificuldade apontada de realização das atividades extraclasse, foi optado a criação de um portfólio demonstrativo, cujo objetivo foi reunir todas as atividades do curso, as próprias aulas, as atividades feitas em casa, as atividades que foram realizadas no início, fotos, reflexões e os projetos pedagógicos.

Este portfólio foi entregue a todas participantes juntamente com um material de apoio (alguns artigos mais utilizados durante o curso). Foi entregue uma versão para a escola (1 versão para cada unidade) Com o objetivo de eles consultarem quando quiserem retomar os conteúdos (Esse documento pode ser acessado

através do link
<<https://drive.google.com/open?id=1d28nJejsK2ytrU9iJilp2Q8RrAc84YMk>>).

7.5 Processo de implementação

Para essa avaliação foi utilizado o grupo focal realizado após 5 meses do término do curso, que teve como objetivo evidenciar as mudanças que o curso gerou na visão das professoras em relação a promoção de hábitos ativos, tanto na prática pedagógica quanto no pessoal. Buscou também identificar as barreiras para as práticas dificuldades e facilidades encontradas nos após o processo do curso de formação, além de sugestões ou críticas para melhorar a construção do processo como um todo.

As análises dos dados qualitativos da pesquisa foram realizadas a partir da proposta de análise de conteúdo (BARDIN, 2004). Após esse primeiro momento, a fim de analisar os conteúdos com mais profundidade, utilizou-se uma análise a partir de três fases: a pré análise, a exploração do material (codificação) e o tratamento dos resultados (categorização) (BENITES et al., 2016).

O grupo focal foi composto por 8 perguntas que serviram de temas disparadores, ou seja, temas para iniciar a discussão. O mesmo foi gravado e ao final de cada gravação, foi realizada a transcrição das informações apresentadas de acordo com as falas de cada participante.

Diante do processo realizado de tratamento dos dados qualitativos, foi possível identificar separadamente as expressões chaves, totalizando 84 expressões. A partir dessas expressões foram criadas as categorias de análise.

Categoria 1: Estruturais: Referente aos achados diretamente ligados a mudanças realizadas nas estruturas sendo os locais de aulas, planejamento e até mesmo as aulas.

Nesta categoria foram encontradas no total 16 expressões, a questão de mudanças nas aulas foi o que mais foi citado.

Categoria 2: Comportamentais: Referente às mudanças realizadas no âmbito do comportamento, seja dos alunos, prática profissionais das professoras ou pessoais das professoras.

Essa categoria apresentou 30 expressões sendo mais destacada as mudanças pessoais das professoras.

Categoria 3: Dificuldades: Referente às dificuldades encontradas em relação a própria prática pedagógica, dificuldade com os alunos e pessoais.

Essa categoria apresentou 19 expressões, sendo as dificuldades com os alunos a mais citada. Foram destacadas todas as dificuldades encontradas para a realização de atividades durante as aulas e também em relação cumprir o curso.

Categoria 4: Sugestões: Nessa categoria foram elencadas as expressões que se tratavam de sugestões para melhorar o processo de formação.

Em sugestões foram adicionadas 18 expressões que trataram de melhor dia e local para os encontros, pedido de inserção de mais atividades práticas e mais temas em um próximo curso.

8. DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo principal propor um curso de formação para professores da rede municipal de educação, visando reduzir o comportamento sedentário de escolares de uma escola municipal, utilizando a proposta da educação continuada. Essa estratégia se configura uma abordagem de educação continuada a qual pode ser considerada uma maneira conveniente de se tratar diversos temas dentro da escola, como saúde por exemplo. E a proposta de se trabalhar com os professores é interessante pois, eles estão em contato direto com os alunos, compreendem suas necessidades e possuem facilidade de diálogo, facilitam o acesso à informação, criam discussões acerca de comportamentos, identificar comportamentos e atitudes em relação à saúde, além de servirem de modelos influenciando o comportamento desses alunos (CARVALHO, 2015; BOCCALETTO, 200?).

Assim, podemos ver que diversas intervenções nas escolas adotaram a educação continuada como aporte metodológico da formação continuada como maneira atualizar os profissionais sobre temas como alimentação, doenças, prevenção de acidentes, higiene, promoção de saúde, ampliação do conceito de saúde, dentre outros visando mudanças nas suas práticas pedagógicas. Os resultados dessas intervenções consideram a formação continuada em saúde importante, pois a partir dela é possível trocar saberes e vivências entre os envolvidos (IERVOLINO; PELICIONE, 2005; ILHA, 2014; DORA, 2012; ALFING et al., 2016; OLIVEIRA et al., 2015).

Essa estratégia é comum também na área de Educação Física, podemos encontrar intervenções que ofertaram oficinas de capacitação para criação de materiais didáticos, para identificação, encaminhamento e atuação com alunos que apresentam distúrbios de comunicação, alimentação saudável e atividade física e todas demonstram bom aproveitamento (BICUDO, 200?; BRANDÃO, 2014; SOUSA et al., 2012).

Em específico buscando aumentar os níveis de AF, reduzir o comportamento sedentário e aumentar os níveis de conhecimentos dos professores pode citar o Programa Saúde na Boa, Educação Física+, Fortaleça sua Saúde e o Movimento. Todos os programas são realizados em escolas e possuem diversas ações, sendo

a educação continuada uma delas que em somatórias das demais demonstraram resultados positivos (NAHAS et al., 2014; SPOHR et al., 2014; BARBOSA-FILHO et al., 2015; SILVA et al., 2016).

A formação continuada se configura uma estratégia positiva a ser aplicada em diversos contextos inclusive na escola, seja em formato de ações dentro de programas ou como cursos de formação de curto prazo como a pesquisa em questão, assim considera-se que a proposta de formação é exequível e bem aceita pelos participantes.

A proposta resultou na criação de um portfólio o qual foram reunidas todas as atividades realizadas e um projeto pedagógico, o que foi bem interessante para acompanhar a evolução das professoras, ver o quanto o conteúdo começou a se fazer presente nas aulas delas, configura uma ferramenta de promissora de aprendizagem e avaliação, na educação por exemplo ele pode ser utilizado com a intenção de aprofundar o conhecimento sobre a relação ensino-aprendizagem, permitindo ao aluno e professor uma visão mais ampla do que foi ensinado, como aponta Vieira (2002).

Em relação aos encontros um dos problemas mais encontrados foi a falta de realização das atividades extraclases. As professoras que ministravam aulas em apenas um período conseguiam realizá-las, porém as demais que davam aulas em outros períodos relataram não possuir tempo para a realização, pois a carga de trabalho é grande então as atividades extras foram canceladas e as horas restantes foram direcionadas a realização do projeto pedagógico.

Todas as professoras relataram ter incluído à sua prática docente, conteúdos relacionados ao curso destacando que foram experiências positivas, como por exemplo a “chamada ativa” que consistia em ao invés do aluno responder apenas “presente” ele tinha que levantar e fazer um movimento. Foi possível perceber pequenas mudanças na rotina das professoras mesmo com algumas dificuldades e também que o curso proporcionou aumento nos níveis de conhecimento mesmo em curto período de tempo, indo de encontro aos achados do estudo de Spohr et al., (2014) que também relata que a metade dos professores participantes do projeto Educação Física + a conseguiu incluir conteúdos sobre saúde em sua prática docente e também apresentaram aumento nos níveis de conhecimento.

Foi solicitado que elaborassem projetos pedagógicos buscando evidenciar o que foi aprendido durante o curso. Foi possível notar que cada professora conseguiu pensar no seu próprio contexto de sala, levantaram os problemas que elas perceberam e criaram e propostas que visam a redução do CS e algumas foram além, abordando os temas que julgaram necessário.

A partir da análise e categorização das expressões oriundas do grupo focal, percebemos que na **Categoria 1: Estruturais**: Das 16 expressões que surgiram a que mais foi citada foram as mudanças em aula, que se tratavam de mudanças que elas conseguiram fazer nas suas aulas, elas citaram que foi possível transformar jogos eletrônicos em jogos de quadra, mesmo a adaptação das regras sendo uma das dificuldades encontradas, uma das professoras considera ter sido uma ação interessante, como podemos perceber na sua fala:

“Então isso foi bem bacana sabe essas mudanças, ao invés de ficar jogando no celular, transformar em jogo de quadra que assim fica super dinâmico né, foi bem legal, acho que mudou muito para eles também” - Professora A).

Até incluir alguns minutos de atividade prática durante as aulas como maneira de fazer a quebra do CS como afirma a professora:

“...mas pelo menos um tempinho assim uns 15 minutinhos 20 a gente fazia algo em pé de alguma forma” - Professora B).

Além de terem citado a realização de campeonato de futebol para a turma do EJA noturno, realiza atividades após o intervalo que eles já estavam agitados.

Esses resultados vão de encontro com os resultados do trabalho de Barbosa-Filho (2016) que realizou uma avaliação de implementação de uma intervenção com processo formativo, mostrou que 90% dos professores envolvidos aplicaram discussões em sala de aula pelo menos uma vez na semana, dados similares com a pesquisa em questão.

Algumas mudanças estruturais físicas também foram apontadas, como mudar a disposição das carteiras, tirar as carteiras da sala para fazerem atividade. Quanto ao planejamento elas desenvolveram e aplicaram os projetos pedagógicos, a professora de EF e artes conseguiram criar o projeto delas em parceria, explorando os conteúdos de artes e movimento.

Quando questionadas sobre o planejamento do próximo semestre, todas disseram que iriam incluir mais atividades práticas e brincadeiras como forma de ensinar, como também incluir aulas em locais públicos como por exemplo na praça próximo a escola, que é uma maneira de fazer as crianças andarem e conhecerem o bairro.

A **Categoria 2: Comportamentais** apresentou 30 expressões, das subdivisões a questão das mudanças pessoais foi a que mais foi citada, nela as professoras relataram que após a participação no curso começaram a ter mais atenção com os próprios hábitos também. Dentre as mudanças citadas a troca do carro por sair a pé foi uma das mais ditas, começaram a pensar no quanto ficavam em CS e o quanto isso poderia prejudicá-las, nota-se uma mudança de comportamento nesta fala em relação a sair do trabalho e ir para o curso:

(“eu achei o fato da gente se esforçar, já que a gente tem que sair do sedentarismo eu fiz uma força e tinha dia que eu queria ir embora tomar banho deitar no sofá” - Professora A).

Notou-se também uma mudança em relação a se sentirem aptas a propor mudanças com as colegas de trabalho como relata uma das professoras e também como conseguiram internalizar o conteúdo para utilização diária:

(“acho que hoje eu tenho coragem de ser essa pessoa que vai falar vamos levantar pessoal” - Professora A).

(“a gente acaba absorvendo um pouquinho alguma coisa fica que bom que a gente conseguiu começar terminar” - Professora A).

Dentre as mudanças comportamentais, em relação aos alunos foi destacado que eles haviam se habituado as novas práticas, quando não tinham atividades praticas eles cobravam, queriam sair da sala para realizar atividades ao ar livre, percebe-se que os alunos já estavam acostumados com as intervenções e já cobravam as professores quando não tinha pratica.

Ainda como mudanças comportamentais em relação a sua pratica elas citam que a participação no curso deu ânimo para realizar os projetos e incluir mais práticas. Inclusive mobilizou a gestão para incentivar até os professores que não participaram do curso realizarem mais praticas e utilizar mais os locais que não

eram utilizados da escola. Uma das professoras já possuía o hábito de mudar os locais da aula, e alguns professores se incomodavam por fazer uma certa bagunça, após o curso ela cita sobre muda o ambiente da aula:

“Então isso (sobre o curso) para mim veio acrescentar e afirmar que eu não estou tão errada assim” – Professora C)

Interessante ressaltar que na semana da consciência negra o material de apoio sugeria que fosse ensinado o maculelê, e que havia uma resistência da escola, mas a professora sabendo da importância do movimento adaptou a atividade

“(mas eu pus para dançar catira aí não teve problema, sempre existe uma resistência, antes tudo que eu fazia era mostrando só, eu fiz eles passarem pelo movimento esse ano... para mim eu acho que melhorei bastante minha prática” – Professora A).

A Categoria 3: Dificuldades

Na categoria sobre as dificuldades encontradas, foram encontradas 19 expressões, dentre as subdivisões foram categorizadas dificuldades na prática pedagógica, alunos e pessoais. A dificuldades em relação aos alunos foi a mais citada, foram levantadas questões como por exemplo: “os alunos estão ficando mais velhos e com menos vontade de se mexerem; moram em casas pequenas possuem pouco espaço para se mexerem; falta de participação dos alunos nas atividades propostas em aula; a questão financeira limita os alunos, que acabam passando mais tempo dentro de casa”.

Em relação as dificuldades da prática pedagógica elas demonstraram insegurança para aplicar atividades físicas por serem pedagogas, como demonstram nas falas:

(...há uma resistência de fazer atividades ao ar livre com nós pedagogas – Professora B)

Será que eu poderia estar fazendo tantas intervenções assim do movimento? – Professora B)

Essa inquietação se mostrou presente durante todo o curso, durante todos os encontros foi reforçado sobre a AF ser considerada qualquer tipo de movimento e que assim não haviam problemas em aplicarem atividades, muito pelo contrário era essa a ideia do curso, pensar no movimento fora da educação física.

Sobre as dificuldades pessoais foram elencadas que haviam muitas atividades do curso que não haviam sido feitas, como estava próximo ao final do ano letivo com a correria elas não conseguiram realiza-las.

A Categoria 4: Sugestões

A 4ª quarta e última categoria nos aborda os pontos que as professoras levantaram para que o curso fosse melhor.

Foi citado com mais ênfase que as atividades propostas poderiam ser realizadas no período do curso, porque como já foi apontado elas possuíam uma carga de trabalho densa; sugeriram que os cursos oferecidos a elas fossem durante os HTPCs que assim mais professores poderiam participar; foi apontado que o local onde foram realizados os encontros foi favorável, pois elas não precisam se deslocar para longe ou local desconhecidos em contrapartida levantaram que o local pode ter sido um fator que desmotivou os demais professores, se ele ocorresse nas dependências da UNESP eles dariam mais crédito ao curso; elas esperavam que o curso traria uma “fórmula” para elas aplicarem com os alunos, sentiram um pouco de dificuldade de assimilar os conteúdos e aplicar nas aulas, como também sentiram falta de mais atividades práticas como cita uma das professoras

(O pessoal pensa assim, vai com uma fórmula mais ou menos pronta que a gente que não tem a prática já vai pegar, porque uma professora de educação física que vai fazer e já vai usar entendeu cê entendeu, então chamaria mais atenção, para quem não tem isso, pensa eu vou chegar lá e vai ter uma coisa meio que formulado - Professora A).

Diante das falas das professoras, a participação no curso de formação foi positiva, conseguiram extrair conhecimentos para a sua prática e para sua própria

saúde. Alguns pontos ainda precisam ser levados em consideração, como a falta de participação dos demais professores e equipe gestora, para que em conjunto conseguissem apontar as limitações da escola e propor estratégias que atenda a todos da comunidade escolar. Identificar essa limitação indica um caminho para as próximas pesquisas, pautadas na construção de estratégias que englobe todos os profissionais da escola, onde cada um poderia aprender com o outro a partir do conhecimento de cada atuação como também transformá-los em sujeitos ativos na intervenção.

9. CONCLUSÃO

O presente trabalho teve como objetivo principal propor um curso de formação para professores da rede municipal de educação, visando reduzir o comportamento sedentário de escolares.

Diante os resultados encontrados durante o processo foi possível reconhecer que o curso de formação sobre comportamento sedentário, se mostrou uma estratégia possível de ser realizada, levando em consideração o ambiente e população estudados. Mesmo com as dificuldades elencadas pelas professoras, foi possível perceber que através da realização dos projetos pedagógicos e das intervenções realizadas em aula que foi positiva a participação no curso. Além de ter sido um disparador, pois a partir das discussões as professoras passaram a pensar em um tema que elas não tinham conhecimento e assim se atentaram mais aos comportamentos dos alunos além, de pensarem nos próprios comportamentos.

Sendo assim, a educação continuada se configurou uma importante ferramenta para melhorar a prática pedagógica, através da aquisição e atualização do conhecimento. Pois, muitas vezes a formação inicial não consegue suprir a demanda que eles encontrarão nas escolas. Então a participação nesses cursos permite que os professores se preparem para os diversos desafios encontrados na escola.

Por fim, a formação continuada deve ser uma ação constante na carreira do professor, para que seja possível refletir e modificar a sua prática dinamizando suas aulas. É importante ressaltar a necessidade de parceria entre secretaria de educação municipal e universidade, para que esse tipo de intervenção atenda um público maior, diminuindo a burocracia na participação, pois um dos maiores problemas é encontrar um horário em comum para todos, sendo uma proposta apoiada pela secretaria a tendência é aumentar a adesão.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABEP, ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS POPULACIONAIS (Rio de Janeiro). **ABEP**. 2018. Disponível em: <<http://www.abep.org/criterio-brasil>>. Acesso em: 21 mar, 2019.

AINSWORTH B. E. et al. Compendium of physical activities: a second update of codes and MET values. **Medicine and Science in Sports and Exercise**. v. 43, n. 8, p. 1575-1581. 2011.

ALFING, C. E. S.; SILVA, C. C. BOFF, E. T. O. A FORMAÇÃO CONTINUADA NOS PROGRAMAS DE SAÚDE ESCOLAR: RELATO DE EXPERIÊNCIA. Trabalho apresentado na modalidade Relato de experiência no XVII Jornada de Extensão.

AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS Committee on Public Education Children, Adolescents, and Television. **PEDIATRICS**, v. 107, n 2, February 2001.

ANDRADE, C. S. M.; FERNANDES, E. M. F.; SOUZA, M. A. AS TECNOLOGIAS COMO FERRAMENTAS NA EDUCAÇÃO LINGUÍSTICA: A BNCC E A VISÃO DOS PROFESSORES. **Texto Livre: Linguagem e Tecnologia, Linguagem e Tecnologia**, v. 12, n. 2, p.30-46, 2019.

ALBERGA, A. S.; SIGAL, R. J.; GOLDFIELD, G.; PRUD HOMME, D.; KENNY, G. P. Overweight and obese teenagers: why is adolescence a critical period? International Association for the Study of Obesity. **Pediatric obesity**, n. 7, p. 261-273, 2011.

ARUNDELL, L.; FLETCHER, E.; SALMON, J.; VEITCH, J.; HINKLEY, T. A systematic review of the prevalence of sedentary behavior during the after-school period among children aged 5-18 years. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, 13:93, 2016.DOI 10.1186/s12966-016-0419-1.

BARBOSA, S. C.; COLEDAM, D. H. C.; STABELINI NETO, A.; ELIAS, R. G. M.; OLIVEIRA, A. R. Ambiente escolar, comportamento sedentário e atividade física em pré-escolares. **Rev Paul Pediatr**. v. 34, n. 3, p. 301-306, 2016.

BARBOSA-FILHO, V. C.; CAMPOS, W.; LOPES, A. S. Epidemiology of physical inactivity, sedentary behaviors, and unhealthy eating habits among Brazilian adolescents: a systematic review. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 19, n. 1, p. 173-193, 2014.

BARBOSA-FILHO, V. C.; LOPES, A.; LIMA, A. B.; DE SOUZA, E. A.; GUBERT, F. do A.; SILVA, K. S.; VIEIRA, N. F.; TROMPIERI-FILHO, N.; DE ARAÚJO, T. S. DE BRUIN, P. F.; MOTA, J. Rationale and methods of a cluster-randomized controlled

trial to promote active and healthy lifestyles among Brazilian students: the "Fortaleza sua Saúde" program. **BMC Public Health**. v. 15, p. 1212, 7 dec 2015. doi: 10.1186/s12889-015-2543-2.

BARBOSA-FILHO, V. C.; SILVA, J. A.; BANDEIRA, A. D.; FERNANDES, B.; LUIZ, C. P.; CAMPOS, D.; SILVA, M. D.; GRIPA, L. T. Propostas e orientações sobre a discussão do tema saúde e estilo de vida ativo nas disciplinas curriculares do ensino fundamental II / Kelly Samara da Silva. Material de apoio para professores de disciplinas curriculares do ensino fundamental II. – **Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde – NuPAF/UFSC**.; Florianópolis, Santa Catarina, 2016.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2004.

BENITES, L. C.; DO NASCIMENTO, J. V.; MILISTETD, M.; FARIAS, G. O. Análise de conteúdo na investigação pedagógica em educação física: Estudo sobre estágio curricular supervisionado. *Rev. Movimento*, Porto Alegre, v. 22, n. 1, p. 35-50, jan/mar de 2016.

BENITES, L. C.; CYRINO, M.; BENITES, V. C. Algumas ideias sobre o uso da análise de conteúdo em pesquisas sobre formação de professores. II Congresso Nacional de Formação de Professores - XII Congresso Estadual sobre Formação de Educadores. Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Escolas promotoras de saúde : experiências do Brasil / **Ministério da Saúde, Organização Pan-Americana da Saúde**. – Brasília : Ministério da Saúde, 2007. 304 p. – (Série Promoção da Saúde; n. 6). Disponível em:
<http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/escolas_promotoras_saude_experien cias_brasil_p1.pdf>. Acesso em: 15 ago 2017.

BRASIL. Ministério da Educação. **Programa Saúde na Escola 2016**. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/programa-saude-da-escola/194-secretarias-112877938/secad-educacao-continuada-223369541/14578-programa-saude-nas-escolas>>. Acesso em: 10 mai 2019.

BRASIL. Base Nacional Curricular Comum: Educação Infantil, Ensino Fundamental e Ensino Médio. **MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. BNCC** - v.2.4-62 Brasília, 2018a. Disponível em:
<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf>. Acesso em: 03 nov, 2019.

BRASIL. Rede Nacional de Formação Continuada e Professores. **Ministério da Educação**. Brasília, 2018b. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/rede-nacional-de-formacao-continuada-de-professores>> Acesso em: 03 nov, 2019.

BARROS, M. V. G.; CUNHA, F. J. P.; SILVA JÚNIOR, A. G. Educação Física Escolar na Perspectiva da Promoção da Saúde: Um Estudo de Revisão. **Rev Corporis**. Ano II (02), p. 1-4, 2008.

BICUDO, S. F.; RODRIGUES, C. M. Oficina para Capacitação de Professores Conteudistas

BIDDLE, S. J. H.; PETROLINI, I.; PEARSON, N. Interventions designed to reduce sedentary behaviours in young people: a review of reviews. **Sports Med**, 0, p. 1–5, 2013. doi:10.1136/bjsports-2013-093078.

BRITO, A. K. A.; SILVA, F. I. C.; FRANÇA, N. M. Programas de intervenção nas escolas brasileiras: uma contribuição da escola para a educação em saúde. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 36, n. 95, p. 624-632, out./dez. 2012.

BOCCALETTO, E. M.A. Referenciais teóricos e práticas da Escola Promotora da Saúde e Qualidade de Vida. 200?.

CARDOSO, F. A.; CORDEIRO, V. R. N.; LIMA, D. B.; MELO, B. C.; MENEZES, R. N.; MOULAZ, A. L. S.; SÁ, G. B.; SOUZA, A. V. F. Capacitação de agentes comunitários de saúde: experiência de ensino e prática com alunos de Enfermagem. **Rev Bras Enferm, Brasília**. v. 64, n. 5, p. 968-73. set-out 2012.

CARVALHO, F. F. B. A saúde vai à escola: a promoção da saúde em práticas pedagógicas. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 4, p. 1207-1227, 2015.

CASPERSEN, Carl J. et al. Physical Activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health-Related Research. **Public Health Reports**, Vol. 100, n. 2, p. 126-131, March-April 1985.

CHARANSONNEY, O. L. Physical activity and aging: a life-long story. **Discovery Medicine**, v. 12, n. 64, p. 177–185, 2011.

CHARANSONNEY, O. L., & DESPRES, J. P. Disease prevention—should we target obesity or sedentary lifestyle? **Nature Reviews Cardiology**, v. 7, n. 8, p. 468–472, 2010. <http://doi.org/10.1038/nrcardio.2010.68>.

CHINAPAW, M. J. et al. Relationship between young peoples' sedentary behavior and biomedical health indicators: a systematic review of prospective studies. **Obesity Reviews**, v. 12, n. 7, p. 621-632, 2011.

DE OLIVEIRA, L. M. Promoção da saúde na Educação Física Escolar: concepções e propostas na perspectiva de Professores do Ensino Público Estadual da Região Centro-Oeste do Município de São Paulo. 2009. 142. **Dissertação (Mestrado em Ciências) - Escola Paulista de Medicina, UNIFESP**, São Paulo, 2009.

DIAS, P. J. P.; DOMINGOS, I. P.; FERREIRA, M. G.; MURARO, A. P.; SICHIERI, R.; GONÇALVES-SILVA, R. M. V. Prevalência e fatores associados aos comportamentos sedentários em adolescentes. **Rev Saúde Pública**. V. 48, n. 2, p. 266-274. 2014.

DORA, B. O.; MEDEIROS, R. F.; PICCININI, A. M.; CARPES, F. P.; MELO-CARPES, P. B. Formação continuada de professores para promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas na escola. **Biomotriz**, v. 6, n. 2. 2012 – ISSN 14679-8074.

DONNELLY, J. E.; GREENE, J.L.; GIBSON, C. A.; SMITH, B. K.; WASHBURN, R. A.; SULLIVAN, D.K. et al. Physical Activity Across the Curriculum (PAAC): a randomized controlled trial to promote physical activity and diminish overweight and obesity in elementary school children. **Prev Med**, v.49, n.4, p. 336-41, 2009.

DUNSTAN, D. W.; BARR, E. L. M.; HEALY, G. N.; SALMON, J.; SHAW, M. D.; BALKAU, B. MAGLIANO, D. J.; CAMERON, A.J.; ZIMMET, P. Z.; OWEN, N. Television viewing time and mortality: The Australian diabetes, obesity and lifestyle study (AusDiab). **Circulation**, v. 121, p. 384-391. January 25, 2010.

FREIRE, P. Pedagogia do oprimido. 50ª. Ed. Rio de Janeiro, **Paz e Terra**, 2011.

FUSARI, J. C. O Planejamento do Trabalho Pedagógico: Algumas Indagações e Tentativas de Respostas. **Artigo Série Idéias** n. 8. São Paulo: FDE, p. 44 – 53, 1998.

GATTI, B. A. Formação de professores: Condições e problemas atuais. **Rev Inter de Formação de Professores (RIFP)**, Itapetininga, v. 1, n.2, p. 161-171, 2016.

GUALANO, B.; TINUCCI, T. Sedentarismo, exercício físico e doenças crônicas. **Revista Brasileira Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 25, n. 37, p.37-43, dez, 2010.

GUERRA, P. H.; MIELKE, G. I.; GARCIA, L. M. T. Comportamento sedentário. **Revista Corpoconsciência**, Santo André, v. 18, n. 1, p. 23-36, jan/jun, 2014.

GUERRA, P. H.; FARIAS JÚNIOR, J. C.; FLORINDO, A. A. Comportamento sedentário em crianças e adolescentes brasileiros: revisão sistemática. **Rev Saúde Pública**, v. 50, p. 9, 2016.

GUILHERME, F. R.; MOLENA-FERNANDES, C. A.; GUILHERME, V. R.; FÁVERO, M. T. M.; DOS REIS, E. J. B.; RINALDI, W. Inatividade Física e medidas antropométricas em escolares de Paranavaí, Paraná, Brasil. **Rev Paul Pediatr**, v. 33, n. 1, p, 50-55, 2015.

HALLAL, P. C.; ANDERSEN, L. B.; BULL, F. C.; GUTHOLD, R.; HASKELL, W.; EKELUND, W. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **Lancet**, v. 380, p. 247–57, 2012.

HEATH, G. W.; PARRA, D. C.; SARMIENTO, O. L.; ANDERSEN, L. B.; OWEN, N.; GOENKA, S. et al. Evidence-based intervention in physical activity: lessons from around the world. **Lancet**, v. 380, n.9838, p. 272-81, 2012.

HOEHNER, C. M.; RIBEIRO, I. C.; PARRA, D. C.; REIS, R. S.; AZEVEDO, M. R.; HINO, A. A. et al. Physical Activity Interventions in Latin America: Expanding and Classifying the Evidence. **Am J Prev Med**, v. 44, n. 3, p. 31-40, 2013.

IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística). **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar: 2015**. Rio de Janeiro: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística; 2016.

IERVOLINO, S. A. Escola promotora da Saúde - Um projeto de qualidade de vida. São Paulo, 2000. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) - **Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo**, São Paulo, 2000.

IERVOLINO, S. A.; PELICIONI, M. C. F. A utilização do grupo focal como metodologia qualitativa na promoção da saúde. **Rev Esc Enf USP**, v. 35, n. 2, p.115-21, jun, 2001.

IERVOLINO S. A.; PELICIONI M. C. F. Capacitação de professores para a promoção e educação em saúde na escola: relato de uma experiência. **Rev Bras Cresc Desenv Hum**, v. 15, n. 2, p. 99-110, 2005.

INEP. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. **Censo Escolar 2018**. Disponível em: <<https://inepdata.inep.gov.br/analytics/saw.dll?Dashboard>>. Acesso em: 14 mar de 2019.

KOKUBUN, E.; UENO, D. T.; CHRISTOFOLETTI, A. E.M; BONOLO, A.; NAKAMURA, P. M. Inatividade física e sedentarismo: Os males do século XXI. In: ANTUNES, B. M.; ROSSI, F. E.; LIRA, F. S. Sedentarismo: Guia prático do diagnóstico a prescrição de exercício físico. São Paulo: **Clube de Autores**, 2019. P. 25-62.

LANGFORD, R.; BONELL, C.; JONES, H.; MURPHY, T. P. S.; WATERS, E.; KOMRO, K.; GIBBS, L.; MAGNUS, D.; CAMPBELL, R. The World Health Organization's Health Promoting Schools framework: a Cochrane systematic review and meta-analysis. **BMC Public Health**. n. 15, p. 130. 2015. DOI 10.1186/s12889-015-1360-y.

LAZZOLI, J. K.; DA NÓBREGA, C. L.; CARVALHO, T.; et al. Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte Posicionamento Oficial. Atividade física e saúde na infância e adolescência. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. v. 4, n. 4, Jul/Ago, 1998.

LOBO, R.; BATISTA, M.; DELGADO, S. C. Prática de atividade física como fator potenciador de variáveis psicológicas e rendimento escolar de alunos do ensino primário. **Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio Y el Deporte**. v. 10, n. 1, p.85-93, 2015. ISSN 1886-8576.

LOPES, M. S. L. Formação contínua e a construção do saber docente de professores de apoio pedagógico específico no ensino fundamental. Dissertação (Mestrado em Educação) - Faculdade Federal do Piauí, Piauí, 2002.

MAGNUSSON, K. T.; SIGURGEIRSSON, I.; SVEINSSON, T.; JOHANNSSON, J. Assessment of a two-year school-based physical activity intervention among 7-9-year-old children. **Int J Behav Nut Phys Act.** v. 8, n.138, p. 1-13, 2011.

MENEGUCI, J.; SANTOS, D. A. T.; SILVA, R. B.; SANTOS, R. G.; SASAKI, J. E.; TRIBESS, S.; DAMIÃO, R.; VIRTUOSO JÚNIOR, J. S. Comportamento sedentário: conceito, implicações fisiológicas e procedimentos de avaliação. **Motricidade**, v. 11, n. 1, p. 160-174, 2015.

MINAYO, M. C. S.; DESLANDES, S. F.; NETO, O. C.; GOMES, R., **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 21ª ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Texto de difusão técnico-científica: A promoção da saúde no contexto escolar. Projeto Promoção da Saúde Secretaria de Políticas de Saúde/Ministério da Saúde. **Rev Saúde Pública**, v. 36, n. 4, p. 533-5, 2002.

NAHAS, M. V.; BARROS, M. V. G.; ASSIS, M. A. A. The "Saúde na Boa" project in promoting a healthy lifestyle among high school students. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum**, v. 16(Suppl. 1), p. 5-8. 2014.

OLIVEIRA, V. J. M.; MARTINS, I. R.; BRACHT, V. Projetos e práticas em educação para a saúde na educação física escolar: Possibilidades. *Rev. Educ. Fís/UEM*, v. 26, n. 2, p. 243-255, 2. trim. 2015. DOI: 10.4025/reveducfis.v26i2.25600

OWEN, N.; HEALY, G. H.; MATTHEWS, C. E.; DUNSTAN, D. W. Too much sitting: The population-health science of sedentary behavior. **Rev Exerc Sport Sci**, v. 38, n. 3, p. 105-113, 2010.

RANGEL-BETTI, I. Os professores de educação física atuantes na educação infantil: intervenção e pesquisa. **Rev. Paul. Educ. Fís.**, São Paulo, supl.4, p.83-94, 2000.

SANTIAGO, L. M.; RODRIGUES, M. T. P.; OLIVEIRA JUNIOR, A. D.; MOREIRA, T. M. M. Implantação do Programa Saúde na escola em Fortaleza-CE: atuação de equipe da Estratégia Saúde da Família. **Rev bras Enferm** v, 65 n, 6 Brasília Nov./Dec. 2012.

SEDENTARY BEHAVIOUR RESEARCH NETWORK. Standardized use of the terms "sedentary" and "sedentary behaviours". *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, v. 37, n. 3, p. 540-542, 2012.

SILVA, P. V. C.; COSTA J. R, A. L. Efeitos da atividade física para a saúde de crianças e adolescentes. **Psicologia Argumento** v. 29, n. 64, p. 41-50, jan./mar 2011.

SOUSA, A. F. M.; NOGUEIRA, J. A. D.; REZENDE, A. L. G. Estratégias de capacitação de professores do ensino fundamental em atividade física e alimentação saudável. **Motriz, Rio Claro**, v.18, n.3, p.581-589, jul./set. 2012 582

SPOHR, C. F.; FORTES, M. O.; ROMBALDI, A. J.; HALLAL, P. C.; AZEVEDO, M. R. Atividade física e saúde na Educação Física escolar: efetividade de um ano do projeto “Educação Física +”. *Rev Bras Ativ Fis e Saúde*, Pelotas, RS, v. 19, n. 3, p. 300-313, mai, 2014.

TREMBLAY, M. S. et al. Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 8, p. 98, 2011.

TREMBLAY, M. S.; AUBERT, S.; BARNES, J. D.; SAUNDERS, T. J.; CARSON, V.; LATIMER-CHEUNG, A. E.; CHASTIN, S. F. M.; ALTENBURG, T. M.; CHINAPAW, M. J. M. Sedentary Behavior Research Network (SBRN) – Terminology Consensus Project process and outcome. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**. v. 14, n. 1, p. 75, 10 jun de 2017.

US DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES 2008. **Physical Activity Guidelines Advisory Committee report**. Disponível em: <<http://www.health.gov/paguidelines>> . Acessado em: sept 1, 2011.

VIEIRA, V. M. O. Portfólio: uma proposta de avaliação como reconstrução do processo de aprendizagem. **Psicologia Escolar e Educacional**, 2002 Volume 6 Número 2 149-153

VICTORIAN HEALTH PROMOTION FOUNDATION. **Physical activity and sedentary behavior. Evidence summary, 2016**. Disponível em: <<https://www.vichealth.vic.gov.au/-/media/ResourceCentre/PublicationsandResources/Physical-activity/2016-Physical-Activity-and-Sedentary-Behaviour.pdf?la=en&hash=8160ED742FB4886E90C2F7CC8A8A8EDCA87DC270>>. Acesso em: 20 mai, 2019.

WARBURTON, D. E.; CHARLESWORTH, S.; IVEY, A.; NETTLEFOLD, L.; BREDIN, S.S. A systematic review of the evidence for Canada’s Physical Activity Guidelines for Adults. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, 2010; 7: 39.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global recommendations on physical activity for health. Geneva, 2010. **World Health Organization**. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44399/9789241599979_eng.pdf;j

[sessionid=2018734F7783ACC662A794F162E94D57?sequence=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44579/1/9789240686458_eng.pdf?sequence=1)>. Acesso em: 15 abr, 2019.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global status report on noncommunicable diseases 2010. Geneva: **World Health Organization**, 2011.

Disponível em:

<http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44579/1/9789240686458_eng.pdf>.

Acesso em: Acesso em: 19 abr, 2019.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Social determinants of health and well-being among young people. Health behaviour in school-aged children (hbsc) study: International report from the 2009/2010 survey, 2012. **World Health Organization**. Disponível em:

Disponível em:

<http://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0003/163857/Social-determinants-of-health-and-well-being-among-young-people.pdf> Acesso em: 25 mar de 2019.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020. Geneva: **World Health Organization**, 2013. 103 p. Disponível em:

<http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/94384/1/9789241506236_eng.pdf?ua=1>.

Acesso em: 21 abr, 2019.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. World Health Statistics 2016:

Monitoring health for the SDGs. 2016. **World Health Organization**. Disponível em:

<file:///C:/Users/Win7/Desktop/9789241565264_eng.pdf>. Acesso em: 25 mai de 2019.

APÊNDICES

Rio Claro, 06 de Março de 2018

Senhor(a) Diretor(a),

Por meio desta apresento-me como a acadêmica **Angélica Bonolo**, (RG: 44.930.427-9), aluna de mestrado do Programa de Pós Graduação em Ciência da Motricidade da UNESP - Rio Claro, orientado pelo Prof. Dr. Eduardo Kokubun do curso de Educação Física e Pós-Graduação em Ciências da Motricidade da UNESP - Rio Claro e responsáveis pelo desenvolvimento da pesquisa intitulada: **“Efetividade de uma capacitação para professores de ensino médio para reduzir o comportamento sedentário de adolescentes de uma escola pública do município de Rio Claro - SP”**.

O objetivo Geral do estudo é desenvolver um curso de capacitação para professores de ensino médio para reduzir o comportamento sedentário dos adolescentes. E como objetivos específicos, encontram-se: a) Estruturar e implementar um curso de capacitação para os professores sobre o tema atividade física, inatividade física, comportamento sedentário e seus determinantes e resultantes. b) Elaboração estratégias e ferramentas que viabilizam a redução do comportamento sedentário na escola, pelos professores participantes. c) Elaboração de um Portfólio pelos professores, com as experiências desenvolvidas para a possível vinculação na rede de ensino do município. d) Avaliação da efetividade do curso de capacitação após 3 meses do final da intervenção, sobre o nível de conhecimento dos conteúdos nos professores bem como sua aplicação e dificuldades.

Como metodologia proposta, o presente estudo apresenta-se como intervenção de característica quase experimental, de cunho qualitativo que será realizado na cidade de Rio Claro-SP.

A população alvo do estudo abrange professores de ensino médio atuantes na rede pública de ensino na cidade de Rio Claro (SP). O processo de amostragem ocorrerá por

conveniência, na qual será escolhida uma escola que deverá, aceitar diante sua participação, a adesão dos professores de ensino médio.

A intervenção será pautada na capacitação dos profissionais para sua atuação com adolescentes na escola. A intervenção será composta por 13 encontros, sendo 3 encontros de avaliação (inicial, final e após 3 meses) e 10 módulos de estudos e discussão dos temas relacionados ao comportamento sedentário e atividade física. Cada módulo terá duração de 3h, que poderão ser divididos ao longo da semana de acordo com combinado com os professores. Como forma de avaliação, serão adotadas estratégias para avaliação de todos sujeitos envolvidos no processo, assim como a intervenção.

Queremos informar que a pesquisa em questão é financiada pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e realizada a partir do Núcleo de Atividade Física, Esporte e Saúde, (NAFES), Sediado na Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, a UNESP - Rio Claro.

Uma das metas para a realização deste estudo é o comprometimento do pesquisador em possibilitar, aos participantes, um retorno dos resultados da pesquisa. Solicitamos ainda a permissão para a divulgação desses resultados e suas respectivas conclusões, em forma de pesquisa, preservando sigilo e ética, conforme termo de consentimento livre que será assinado pelo participante. Esclarecemos que tal autorização é uma pré-condição. Evidenciamos que o Atual projeto encontra-se dentro de todos os parâmetros éticos, perante o comitê de ética da mesma instituição.

Vimos assim então, pedir ao responsável, a presente autorização para realização do estudo, que culminará na Dissertação de mestrado da referida aluna. Agradecemos vossa compreensão e colaboração no processo de desenvolvimento deste (a) futuro (a) profissional e da iniciação à pesquisa científica em nossa região. Em caso de dúvida você pode procurar pela supervisora da pesquisa ou o próprio pesquisador.

Pesquisador Responsável: Angélica Bonolo

Cargo/função: Pesquisador/ Pós-Graduanda

Instituição: Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” – UNESP Rio Claro

Núcleo de Atividade Física, Esporte e Saúde

Dados para Contato: fone (19) 99703-5760 e-mail: angelicabonolo@hotmail.com

Supervisor: Eduardo Kokubun

Cargo/função: Professora/ Pós-Doutorado

Instituição: Instituto de Biociências Unesp - Rio Claro

Dados para Contato: fone (19) 35264331 e-mail: ekokubun@gmail.com

Atenciosamente,

Profª Angélica Bonolo
Mestranda responsável pela pesquisa



Prof. Dr. Eduardo Kokubun
Orientador



Rio Claro 13 de Abril de 2018.

Ilmo Sr. Adriano Moreira
Secretaria Municipal de Educação

Eu, Angélica Bonolo e Prof. Dr. Eduardo Kokubun, responsáveis pelo projeto de mestrado intitulado **“Efetividade de uma capacitação para professores para reduzir o comportamento sedentário de alunos de uma escola do município de Rio Claro - SP”**, gostaríamos de solicitar a autorização para realização da pesquisa com as Escolas Públicas Municipais de Rio Claro - SP.

O objetivo Geral do estudo é desenvolver um curso de capacitação para professores da rede básica de educação visando reduzir o comportamento sedentário dos escolares. E como objetivos específicos, encontram-se: a) Estruturar e implementar um curso de capacitação para os professores sobre o tema atividade física, inatividade física, comportamento sedentário e seus determinantes e resultantes. b) Elaboração estratégias e ferramentas que viabilizam a redução do comportamento sedentário na escola, pelos professores participantes. c) Elaboração de um Portfólio com auxílio dos professores, contendo as experiências desenvolvidas para a possível vinculação na rede de ensino do município. d) Avaliação da efetividade do curso de capacitação após 3 meses do final da intervenção, sobre o nível de conhecimento dos conteúdos nos professores bem como sua aplicação e dificuldades.

Como metodologia proposta, o presente estudo apresenta-se como intervenção de característica quase experimental, de cunho qualitativo que será realizado na cidade de Rio Claro - SP.

A população alvo do estudo abrange professores atuantes no ensino infantil e fundamental 1 e 2 da rede pública de ensino na cidade de Rio Claro - SP. Uma escola será escolhida por conveniência para ser acompanhada pela pesquisadora, para auxiliar no desenvolvimento das atividades com os professores.

A intervenção será pautada na capacitação dos profissionais para sua atuação com os escolares de sua escola. A intervenção será composta por 13 encontros, sendo 3 encontros de avaliação (inicial, final e após 3 meses através de grupos focais) e 1 encontro de apresentação do curso e proposta de desenvolvimento de um Projeto Pedagógico e 9 encontros de estudos e discussão dos temas relacionados ao comportamento sedentário e atividade física. Cada encontro terá duração de 3h, sendo 1:30h presencial e 1:30 destinado à atividades decorrentes do curso, totalizando 33h. Os participantes



UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
“JÚLIO DE MESQUITA FILHO”
INSTITUTO DE BIOCÊNCIAS - RIO CLARO



que tiverem presença mínima de 70% receberão o certificado emitido pela própria universidade. Os encontros poderão ser realizados na UNESP, ou nos auditórios da Secretaria de Educação. A previsão de início é Junho de 2018, com inscrição em Maio via e-mail (capacitacao_unesp@hotmail.com).

Como forma de avaliação serão adotadas estratégias qualitativas para avaliação de todos sujeitos envolvidos no processo, assim como a intervenção. Durante o processo de intervenção a fim de acompanhar e evidenciar o processo de aprendizagem e não somente o produto final, serão utilizados diários de campo para registro das atividades desenvolvidas e participação dos professores durante os debates, além de recursos audiovisuais como fotografias e vídeos.

Queremos informar que a pesquisa em questão é financiada pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e realizada a partir do Núcleo de Atividade Física, Esporte e Saúde, (NAFES), Sediado na Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, a UNESP - Rio Claro.

Uma das metas para a realização deste estudo é o comprometimento do pesquisador em possibilitar, aos participantes, um retorno dos resultados da pesquisa. Solicitamos ainda a permissão para a divulgação desses resultados e suas respectivas conclusões, em forma de pesquisa, preservando sigilo e ética, conforme termo de consentimento livre e esclarecido que será assinado pelo participante. Esclarecemos que tal autorização é uma pré-condição. Evidenciamos que o Atual projeto encontra-se em avaliação pelo Comitê de Ética local, e está passando por avaliação, assim que sua aprovação for efetivada o comprovante será anexado ao processo desse pedido.

Vimos assim então, pedir ao responsável, a presente autorização para realização do estudo, que culminará na Dissertação de mestrado da referida aluna. Agradecemos vossa compreensão e colaboração no processo de desenvolvimento deste (a) futuro (a) profissional e da iniciação à pesquisa científica em nossa região. Em caso de dúvida você pode procurar pela supervisora da pesquisa ou o próprio pesquisador.

Importante ressaltar que temos o compromisso de manter todos os dados da pesquisa em sigilo, utilizando-os somente para fins de pesquisa.



UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"
INSTITUTO DE BIOCÊNCIAS - RIO CLARO



Desde já agradecemos a colaboração e nos colocamos a disposição para eventuais dúvidas.

Pesquisador Responsável: Angélica Bonolo

Cargo/função: Pesquisador/ Pós-Graduanda

Instituição: Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" – UNESP Rio Claro

Núcleo de Atividade Física, Esporte e Saúde (NAFES)

Dados para Contato: fone (19) 99703-5760 e-mail: angelicabonolo@hotmail.com

Supervisor: Eduardo Kokubun

Cargo/função: Professora/ Pós-Doutorado

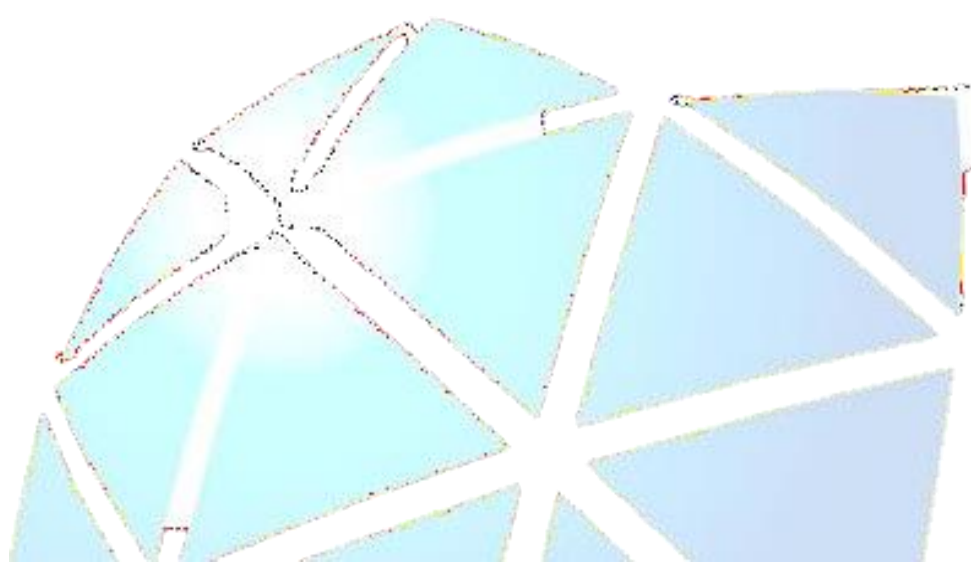
Instituição: Instituto de Biociências Unesp - Rio Claro

Dados para Contato: fone (19) 35264331 e-mail: ekokubun@gmail.com

Atenciosamente,

Prof^a Angélica Bonolo
Mestranda responsável pela pesquisa

Prof. Dr. Eduardo Kokubun
Orientador



Identificação

Ano base de realização: 2018
Tipo: Difusão de Conhecimento
Modalidade/Finalidade: Curso de Extensão Universitária - Presencial
Docente responsável: Eduardo Kokubun
Título: Comportamento Sedentário e Atividade Física, implicações na saúde de escolares.

Tipo da unidade: Unidade Universitaria
Unidade: Instituto de Biociências do Câmpus de Rio Claro - IB
Departamento/Seção: Departamento de Educação Física
Outras instituições: Escola da Rede de Ensino da Cidade de Rio Claro - SP.

Local de realização: Unesp campus de Rio Claro/Escola da rede de ensino da cidade de Rio Claro
Data de início prevista: 13/06/2018 00:00:00
Data de término prevista: 31/08/2018 23:59:59
Telefone(s) para contato: 3526-4331
Email para contato: angelicabonolo@hotmail.com

Grande Área: Ciências da Saúde
Área Temática: Saúde
Linha Programática: Esporte, Lazer e Saúde

Palavra-chave 1: Educação Física
Palavra-chave 2: Saúde Publica
Palavra-chave 3: Ensino-Aprendizagem

Projeto de extensão:

Evento de extensão:

Realização

Executado?	Sim
Data Início realizada:	18/06/2018 00:00:00
Data Fim realizada:	17/09/2018 00:00:00

Objetivos alcançados:

O curso de extensão na modalidade – difusão de conhecimento foi ofertado para professores da rede pública de ensino de forma gratuita com carga horária de 33 h. O curso faz parte da pesquisa de mestrado da aluna Angélica Bonolo (pesquisadora), que também foi a responsável por ministrar as aulas juntamente com o Prof. Dr. Eduardo Kokubun (orientador).

Seu objetivo foi proporcionar a aquisição de conhecimentos, compreensão e fomentar a discussão dos conceitos de atividade física, inatividade física e comportamento sedentário e sua relação com a saúde dos escolares, auxiliando-os na tomada de decisão sobre a adoção de comportamentos mais saudáveis e ativos. Era esperado que os professores participantes conseguissem relacionar durante suas aulas os temas propostos nas discussões do curso e que se sentissem aptos para elaborar estratégias de forma multidisciplinar para promover a redução do comportamento sedentário durante as aulas e ainda incentivar a prática de atividade física dos alunos na escola e no lazer e também era esperado que os professores ampliassem seus conhecimentos acerca da promoção de saúde nos eixos de atividade física, inatividade física e comportamento sedentário e a importância de discutir esses temas no contexto escolar.

Ao final do curso através de avaliação realizada por meio de grupo focal, foi possível perceber que a participação no curso foi fundamental para despertar a consciência para esse comportamento sedentário que vem crescendo na sociedade, e os malefícios que seu excesso causa. Conseguiram também introduzir os temas durante as aulas e até criaram maneiras criativas de reduzir esse comportamento, além de compreenderem temas que comumente fica a cargo do professor de educação física discutir, como conceitos de atividade física, inatividade física, exercício físico, promoção de saúde, hábitos ativos e seus papéis na escola.

Como forma de registrar as aulas, atividades desenvolvidas, tarefas e projetos realizados pelas professoras foi proposto a criação de um portfólio demonstrativo. Esse portfólio foi criado pela pesquisadora com todas experiências desenvolvidas durante o curso como também as aulas. O material foi impresso e entregue para a escola para utilização posterior, também foi entregue uma cópia para cada participante em PDF para auxiliá-las no planejamento das atividades.

Justificativa da diferença de vagas, inscritos e concluintes:

Foram ofertadas 50 vagas para professores do infantil e do fundamental 1 e 2 de todas as disciplinas atuantes em escolas da cidade de Rio Claro. Posteriormente o cadastro do curso, foi definido pela pesquisadora e o orientador que o mesmo seria oferecido à apenas uma escola, pois seria difícil encontrar um dia e horário para todos participarem presencialmente e um grupo menor facilitaria o contato e participação nas atividades. Como também seria possível a presença da pesquisadora em outros horários na escola para auxiliar na execução de atividades propostas pelas professoras às suas turmas. Essa escola foi definida através de sorteio, sendo assim todos os professores da escola sorteada receberam o convite para participar.

Dez pessoas se inscreveram, após definição de dia e horário, apenas sete iniciaram o curso. E por fim, quatro professoras o concluíram, duas professoras atingiram o número máximo de faltas e assim acabaram abandonando a turma e a terceira teve problemas de saúde na família e

teve que se ausentar.

A falta de horário compatível com todos foi o maior problema para o preenchimento das vagas, alguns trabalhavam em outras escolas, outros davam aulas a noite, outros faziam seus horários de HTPC.

Aspectos positivos:

O curso ter sido presencial;
Tema novo, desconhecido pelas professoras;
Conscientização sobre a importância do movimento durante as aulas e no lazer das crianças;
Trabalhos desenvolvidos durante as aulas a partir do conhecimento gerado durante o curso;
Apoio da equipe gestora da escola (Diretor, Diretora, Vice Diretora, Coordenadora Pedagógica);
Aplicação das aulas na própria escola.

Dificuldades encontradas:

Algumas professoras davam aulas em outras escolas, e realizam seus horários de HTPC em dias diferentes, então encontrar um horário que fosse bom para todas foi um desafio;
Baixo número de participantes;
Falta de tempo das professoras para realizar as atividades propostas extra curso durante a semana.

Material produzido:

Foi criado um Portfólio Demonstrativo, onde foi reunido todas as atividades, aulas, alguns trabalhos realizados durante o curso em casa, algumas fotos e trabalhos desenvolvidos pelos alunos das professoras participantes.

Estrutura

Questão

Resposta

Fundamentação teórica

Os últimos anos ficam marcados por mudanças sociais significativas, ocasionando dentre diversas mudanças, a redução da prática da atividade física gerando um grande impacto sobre o comportamento de crianças e jovens. Essa mudança além de alterar o padrão de comportamento para as práticas de atividade física, evidenciou o comportamento sedentário, termo que atualmente é utilizado para caracterizar qualquer atividade realizada sentada ou em pé, onde haja baixo dispêndio de energia, incluindo o tempo sentado no trabalho, na escola, tempo no carro e tempo despendido utilizando eletrônicos (assistir televisão, jogar vídeo game e uso do computador por lazer). O ambiente escolar é um lugar ideal para promoção de saúde, pois é influenciadora na aquisição de valores e exercício da cidadania. E também, a mais acessível na veiculação de informações para crianças e adolescentes, sendo a saúde um dos elementos a serem ensinados, visto que muitas famílias não possuem informações necessárias sobre essa temática. Dessa maneira, os professores exercem uma importante função e podem fazer relações do conteúdo que estão sendo trabalhados com a promoção da atividade física e saúde, uma vez que apresentam similaridade na comunicação e estão envolvidos no contexto social dos alunos, podem ser uma ponte de fácil acesso à informação aos alunos. Sendo assim, é importante que independente da disciplina que ministram, é fundamental que possuam informações atualizadas sobre promoção de saúde e utilizem este conteúdo em suas práticas de maneira interdisciplinar estimulando assim práticas saudáveis entre os escolares. Para que o professor seja capaz de identificar os problemas e criar estratégias para resolvê-los, estes devem passar pela educação continuada, esta ainda deve ser um processo dinâmico e participativo que facilite o seu desenvolvimento, de forma que que este sinta que está crescendo como pessoa e assim, impulsionando sua evolução e contribuindo para a evolução da sociedade.

Objetivo(s) do curso

Proporcionar a aquisição de conhecimentos, compreensão e fomentar a discussão dos conceitos de atividade física, inatividade física e comportamento sedentário e sua relação com a saúde dos escolares, auxiliando-os na tomada de decisão sobre a adoção de

Questão	Resposta
	comportamentos mais saudáveis.
Coerência entre objetivos e Fundamentação Teórica	<p>A partir da literatura estudada, nota-se a importância de se promover saúde na escola, para que isso seja possível há a necessidade de preparar os professores, visto que muitos não tiveram essa preparação para educação em saúde na formação acadêmica, como aponta Iervolino e Pelicione (2005).</p> <p>Dessa maneira, o presente curso traz consigo a oportunidade de formação e atualização nos temas propostos, buscando a autonomia do professor para aplicar os conhecimentos adquiridos de forma transversal durante suas aulas.</p>
Justificativa	<p>De acordo com a Organização Mundial de Saúde as mortes relacionadas às doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) tendem a aumentar 15% em todo o mundo entre 2010 e 2020. E dentre os fatores associados podemos destacar a inatividade física. Outro fator de risco comportamental que agravam as DCNTs, é comportamento sedentário, esse tipo de comportamento quando adotado durante a infância e adolescência, têm muitas chances de acompanhar o indivíduo pela fase adulta, podendo trazer complicações com doenças.</p> <p>A prática regular de atividade física tem associações positivas com a melhor aptidão física, controle de peso, saúde mental e qualidade de vida na fase adulta, no entanto evidências demonstram o aumento da prevalência de inatividade física na adolescência, decorrente da diminuição do tempo destinado às práticas de atividade física. Sendo assim o ambiente escolar é um lugar ideal para promoção de saúde, pois é influenciadora na aquisição de valores e exercício da cidadania. E também, a mais acessível na veiculação de informações para crianças e adolescentes, sendo a saúde um dos elementos a serem ensinados, visto que muitas famílias não possuem informações necessárias sobre essa temática.</p>
Metodologia	<p>O curso será presencial, com metodologia colaborativa buscando evidenciar a importância dos hábitos ativos para os adolescentes. Os encontros serão constituídos por temas relacionados a atividade física, inatividade física e comportamento sedentário, estratégias para aumentar a atividade física durante as aulas e no lazer, utilização de ambientes públicos, como também discussões, oficinas práticas para elaboração de aulas e de materiais auxiliares como os folders.</p>

Questão	Resposta
Cronograma de atividades	<p>Encontro - Atividade - Previsão de data (1 semana para ser marcado o dia do encontro de acordo com disponibilidade dos participantes)</p> <p>Encontro 1 - Grupo focal 1: 13-16/06 Encontro 2 - Início do curso presencial e atividade 1 - 18-23/06 Encontro 3 - Encontro presencial e atividade 2 - 25-30/06 Encontro 4 - Encontro presencial e atividade 3 - 02-07/07 Encontro 5 - Encontro presencial e atividade 4 - 09-14/07 Encontro 6 - Encontro presencial e atividade 5 - 16-21/07 Encontro 7 - Encontro presencial e atividade 6 - 23-28/07 Encontro 8 - Encontro presencial e atividade 7 - 30-04/08 Encontro 9 - Encontro presencial e atividade 8 - 06-11/08 Encontro 10 - Encontro presencial e atividade 9 - 13-18/08 Encontro 11 - Encontro presencial de encerramento do curso - 20-25/08 Encontro 12 - Avaliação final (Grupo focal 2) - 27-31/08</p>
Material didático a ser utilizado	Os materiais didáticos serão produzidos e/ou selecionados pelos responsáveis pelo curso e serão disponibilizados aos participantes.
Bibliografia	<p>-Educação Física Escolar na Perspectiva da Promoção da Saúde: Um Estudo de Revisão. Rev Corporis. BARROS, M. V. G.; CUNHA, F. J. P.; SILVA JÚNIOR, A. G.</p> <p>-Interventions designed to reduce sedentary behaviours in young people: a review of reviews. BIDDLE, S. J. H.; PETROLINI, I.; PEARSON, N.</p> <p>-Programas de intervenção nas escolas brasileiras: uma contribuição da escola para a educação em saúde. BRITO, A. K. A.; SILVA, F. I. C.; FRANÇA, N. M.</p> <p>-Capacitação de professores para a promoção e educação em saúde na escola: relato de uma experiência. IERVOLINO S. A.; PELICIONI M. C. F.</p>
Resultados esperados	Ao final do curso é esperado que os professores consigam relacionar durante suas aulas os temas propostos nas discussões do curso; Espera-se que os professores se sintam aptos para elaborar estratégias de forma multidisciplinar para promover a redução do comportamento sedentário e incentivar a prática de atividade física dos alunos na escola; E que os professores ampliem seus conhecimentos acerca da promoção de saúde e sua importância no contexto escolar.
Referências	<p>-BARROS, M. V. G.; CUNHA, F. J. P.; SILVA JÚNIOR, A. G. Educação Física Escolar na Perspectiva da Promoção da Saúde: Um Estudo de Revisão. Rev Corporis. Ano II (02), p. 1-4, 2008.</p> <p>-BARBOSA-FILHO, V. C.; CAMPOS, W.; LOPES, A. S. Epidemiology of physical inactivity, sedentary behaviors, and unhealthy eating habits among Brazilian adolescents: a systematic review. Ciência e Saúde Coletiva, v. 19, n. 1, p. 173-193, 2014.</p> <p>-BIDDLE, S. J. H.; PETROLINI, I.; PEARSON, N. Interventions designed to</p>

Questão	Resposta
	<p>reduces sedentary behaviours in young people: a review of reviews. <i>Sports Med</i>, 0, p. 1–5, 2013. doi:10.1136/bjsports-2013-093078.</p> <p>-BÓGUS, C. M.; BICUDO PEREIRA, I. M. T.; WESTPHAL, M. F. Educação em saúde na escola: como está a formação de professores de 1ª a 4ª série do 1º grau. <i>Rev Bras Saúde Esc</i>, v. 1, p. 14-6, 1990.</p> <p>-BUSS, P. M. Promoção da saúde e qualidade de vida <i>Ciência & Saúde Coletiva</i>, 5(1):163-177, 2000.</p> <p>-BRASIL. Ministério da Saúde. Escolas promotoras de saúde : experiências do Brasil / Ministério da Saúde, Organização Pan-Americana da Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2007. 304 p. – (Série Promoção da Saúde; n. 6). Disponível em:</p> <p>-BRITO, A. K. A.; SILVA, F. I. C.; FRANÇA, N. M. Programas de intervenção nas escolas brasileiras: uma contribuição da escola para a educação em saúde. <i>Saúde em Debate</i>, Rio de Janeiro, v. 36, n. 95, p. 624-632, out./dez. 2012.</p> <p>-CHINAPAW M.J. et al. Relationship between young peoples' sedentary behavior and biomedical health indicators: a systematic review of prospective studies. <i>Obesity Reviews</i>, v. 12, n. 7, p. 621-632, 2011.</p> <p>-DORA, B. O.; MEDEIROS, R. F.; PICCININI, A. M.; CARPES, F. P.; MELOCARPES, P. B. Formação continuada de professores para promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas na escola. <i>Biomotriz</i>, v. 6, n. 2. 2012.</p> <p>-GUERRA, P. H.; MIELKE, G. I.; GARCIA, L. M. T. Comportamento sedentário. <i>Revista Corpoconsciência</i>, Santo André, v. 18, n. 1, p. 23-36, jan/jun, 2014.</p> <p>-GUERRA, P. H.; FARIAS JÚNIOR, J. C.; FLORINDO, A. A. Comportamento sedentário em crianças e adolescentes brasileiros: revisão sistemática. <i>Rev Saúde Pública</i>, v. 50, p. 9, 2016.</p> <p>-ILHA, P. V.; DE LIMA, A. P. S.; ROSSI, D. S.; SOARES, F. A. A. Intervenções no ambiente escolar utilizando a promoção de saúde como ferramenta para a melhoria do ensino. <i>Revista Ensaio</i>, Belo Horizonte, v. 16, n. 03, p. 35-53, set-dez 2014.</p> <p>-OMS. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global recommendations on physical activity for health. Geneva, 2010. World Health Organization. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf>.</p>

Questão

Resposta

inatividade física e comportamento sedentário e sua relação com a saúde dos escolares, auxiliando-os na tomada de decisão sobre a adoção de comportamentos mais saudáveis. Para que isso seja possível este buscará evidenciar a importância dos hábitos ativos nessa faixa etária. Nesse sentido, a capacitação colaborativa busca a aproximação do professor e pesquisador e que juntos possam melhorar suas ações a partir da sua própria prática, aproximando as evidências e aprendizagens das questões teóricas, a partir de ações e compartilhamento de experiências obtidas durante o processo de capacitação, visando a construção de um conhecimento participativo e coletivo.

Características

Questão	Resposta
Articulações do curso com o ensino e/ou pesquisa e com demandas sociais	<p>A participação no curso oportunizará aos professores discutir conceitos de saúde como atividade física e comportamento sedentário, como também sua relação com a saúde dos escolares, o que muitas vezes não é contemplado na sua formação inicial. A capacitação colaborativa promove a participação do docente focado no desenvolvimento de uma consciência crítica, que leva em consideração suas diferentes experiências profissionais e pessoais, assim motivando sua aprendizagem.</p> <p>Através dessas ações é possível contribuir para o empoderamento dos professores para que eles se sintam estimulados e aptos para alavancar temáticas de saúde em sala de aula e na comunidade escolar.</p>
Acessibilidade	<p>O curso é direcionado a professores da rede de ensino de Rio Claro que atuem em no ensino básico infantil e fundamental 1 e 2 que aceitem participar do curso. Os professores serão estimulados a pensarem no seu ambiente de trabalho e espaços públicos da região para a realização das atividades propostas durante o curso.</p>
Informações complementares	n.a.d

Vagas e Inscrição

Nro total de vagas:	50
Nro total de vagas gratuitas:	50
Perfil dos candidatos ao curso:	Professores do infantil e do fundamental 1 e 2 de todas as disciplinas atuantes em escolas da cidade de Rio Claro.

Condições para inscrição e Critérios de seleção:	Professores que atuem com o infantil e no fundamental 1 e 2.
Local de inscrição:	Via e-mail (capacitacao_unesp@hotmail.com) e secretaria da Educação.
Início das inscrições:	14/05/2018 08:00:00
Término das inscrições:	04/06/2018 18:00:00
Taxa de inscrição:	R\$ 0,00
Arrecadamento estimado:	R\$ 0,00

Recursos - Resumo

Mínimo de inscrições para viabilizar o curso: 0

Inscrições	(+)	R\$ 0,00	R\$ 0,00
Captado governamental	(+)	R\$ 0,00	R\$ 0,00
Captado não governamental	(+)	R\$ 0,00	R\$ 0,00
Despesas/Custos	(-)	R\$ 0,00	R\$ 0,00
Verba da Unidade	(-)	R\$ 0,00	-
TCDU	(-)	R\$ 0,00	-

Recursos Detalhados

Participantes - Resumo

Angélica Bonolo	Mestrando	Pós-Graduando(a)	Colaborador	Não
Eduardo Kokubun	Pós-Doutorado	Docente	Coordenador	Não

Participantes Detalhados

Nome: Angélica Bonolo	CH Prevista: 33
Lattes: http://lattes.cnpq.br/3330848353692966	CH Ministrada: 16
Tipo: Pós-Graduando(a)	CH Outras Ativ.: 17
Função: Colaborador	Período Previsto: 13/06/2018 00:00:00 à 31/08/2018 23:59:59
Nível: Mestrando	Período Real: 18/06/2018 00:00:00 à 17/09/2018 00:00:00

Atividade Ministrando o curso juntamente com o orientador; Selecionar os materiais a serem apresentados e discutidos durante o curso sob supervisão do professor orientador; Realizar as avaliações dos professores sob supervisão do professor orientador.	Atividade Ministrou o curso juntamente com o orientador; Selecionou os materiais a serem apresentados e discutidos durante o curso sob supervisão do professor orientador; Auxiliou e montou as aulas; Realizar as avaliações dos professores sob supervisão do professor orientador.
--	--

Nome: Eduardo Kokubun	CH Prevista: 33
Lattes: http://lattes.cnpq.br/3650843918755682	CH Ministrada: 17
Tipo: Docente	CH Outras Ativ.: 16
Função: Coordenador	Período Previsto: 13/06/2018 00:00:00 à 31/08/2018 23:59:59
Nível: Pós-Doutorado	Período Real: 18/06/2018 00:00:00 à 17/09/2018 00:00:00

Atividade Ministrando o curso juntamente com a aluna de pós graduação; Orientar a aluna de pós graduação na seleção dos materiais a serem apresentados e discutidos durante o curso; Participar nas avaliações dos professores.	Atividade Ministrou o curso juntamente com a aluna de pós graduação; Orientar a aluna de pós graduação na seleção dos materiais a serem apresentados e discutidos durante o curso; Corrigiu as aulas; Ministrou aulas; Participar nas avaliações dos professores.
--	--

Plano de Aulas - Resumo

Conteúdo Programático:	<p>Encontro 1: Grupo focal de avaliação inicial, aplicação do questionário de identificação e TCLE.</p> <p>Encontro 2: Tema: a) Apresentação do curso e atividade a) Explicação da Proposta dos Projetos Pedagógicos a serem desenvolvidos na realidade escolar local.</p> <p>Encontro 3: Presencial e atividade Tema: a) Como anda a saúde do escolar? b) professor é importante na promoção de saúde na escola?</p> <p>Encontro 4: Presencial e atividade Tema: a) Qual a importância da Atividade Física para os alunos? b) Quais as recomendações de Atividade Física para essa faixa etária?</p> <p>Encontro 5: Presencial e atividade Tema: a) O que é Inatividade Física? b) O que ela acarreta para a saúde do escolar?</p> <p>Encontro 6: Presencial e atividade Tema: a) O que é Comportamento Sedentário? b) Quais são suas consequências para a saúde?</p> <p>Encontro 7: Presencial e atividade Tema: a) Quais estratégias para reduzir o comportamento sedentário dos escolares? b) O que podemos fazer na escola para reduzir tal comportamento? c) Discutir sobre o andamento dos Projetos Pedagógicos.</p> <p>Encontro 8: Presencial e atividade Tema: a) Como deixar minha aula mais ativa e diminuir o comportamento sedentário?</p> <p>Encontro 9: Presencial e atividade Tema: a) Atividade física e comportamento sedentário, atividades independentes ou não? b) Quem é ativo pode ter um comportamento sedentário?</p> <p>Encontro 10: Presencial e atividade Tema: a) Organização da produção de experiências pedagógicas realizadas durante o curso, com a colaboração dos professores.</p> <p>Encontro 11: Presencial e atividade Tema: Encerramento do curso e apresentação dos Projetos Pedagógicos</p> <p>Encontro 12: Grupo focal de avaliação final</p>
CH Presencial Total:	33 hora(s)
CH Total:	

Tópico	Responsaveis	
Encontro 1	1	2 hora(s)
Encontro 2	2	3 hora(s)
Encontro 3	2	3 hora(s)
Encontro 4	2	3 hora(s)
Encontro 5	2	3 hora(s)
Encontro 6	2	3 hora(s)
Encontro 7	2	3 hora(s)
Encontro 8	2	3 hora(s)
Encontro 9	2	3 hora(s)
Encontro 11	2	3 hora(s)
Encontro 12	1	1 hora(s)
Encontro 10	1	3 hora(s)

Tipo					Participantes
Coordenador	17	52,00 %	17	52,00 %	Eduardo Kokubun
Docentes UNESP	0	0,00 %	0	0,00 %	
Alunos Graduação	0	0,00 %	0	0,00 %	
Alunos Pós-Graduação	16	48,00 %	16	48,00 %	(48,00%) Angélica Bonolo
Técnico Administrativo	0	0,00 %	0	0,00 %	
Participante Externo	0	0,00 %	0	0,00 %	

Plano de Aulas				
Tópico		Responsáveis		
		Nome	CH.P Prev.	CH.P Real
Encontro 1 CH.Presencial: 2 CH.Distancia: 0		CH.Total: 2		
Grupo focal de avaliação inicial, aplicação do questionário de identificação e TCLE.		Eduardo Kokubun	2	2
Encontro 2 CH.Presencial: 3 CH.Distancia: 0		CH.Total: 3		
Tema: a) Apresentação do curso e atividade		Eduardo Kokubun	2	2
b) Explicação da Proposta dos Projetos Pedagógicos a serem desenvolvidos na realidade escolar local.		Angélica Bonolo	1	1
Encontro 3 CH.Presencial: 3 CH.Distancia: 0		CH.Total: 3		
Presencial e atividade		Angélica Bonolo	1	1
Tema: a) Como anda a saúde do escolar?		Eduardo Kokubun	2	2
b) professor é importante na promoção de saúde na escola?				
Encontro 4 CH.Presencial: 3 CH.Distancia: 0		CH.Total: 3		
Presencial e atividade		Eduardo Kokubun	1	1
Tema: a) Qual a importância da Atividade Física para os alunos?		Angélica Bonolo	2	2
b) Quais as recomendações de Atividade Física para essa faixa etária?				
Encontro 5 CH.Presencial: 3 CH.Distancia: 0		CH.Total: 3		
Presencial e atividade		Angélica Bonolo	1	1
Tema: a) O que é Inatividade Física?		Eduardo Kokubun	2	2
b) O que ela acarreta para a saúde do escolar?				
Encontro 6 CH.Presencial: 3 CH.Distancia: 0		CH.Total: 3		
Presencial e atividade		Angélica Bonolo	1	1
Tema: a) O que é Comportamento Sedentário?		Eduardo Kokubun	2	2
b) Quais são suas consequências para a saúde?				

Tópico		Responsáveis		
		Nome	CH.P Prev.	CH.P Real
Encontro 7 CH.Presencial: 3 CH.Distancia: 0	CH.Total: 3			
Presencial e atividade		Angélica Bonolo	2	2
Tema: a) Quais estratégias para reduzir o comportamento sedentário dos escolares? b) O que podemos fazer na escola para reduzir tal comportamento? c) Discutir sobre o andamento dos Projetos Pedagógicos.		Eduardo Kokubun	1	1

Tópico		Responsáveis		
		Nome	CH.P Prev.	CH.P Real
Encontro 8 CH.Presencial: 3 CH.Distancia: 0	CH.Total: 3			
Presencial e atividade		Eduardo Kokubun	1	1
Tema: a) Como deixar minha aula mais ativa e diminuir o comportamento sedentário?		Angélica Bonolo	2	2

Tópico		Responsáveis		
		Nome	CH.P Prev.	CH.P Real
Encontro 9 CH.Presencial: 3 CH.Distancia: 0	CH.Total: 3			
Presencial e atividade		Angélica Bonolo	1	1
Tema: a) Atividade física e comportamento sedentário, atividades independentes ou não? b) Quem é ativo pode ter um comportamento sedentário?		Eduardo Kokubun	2	2

Tópico		Responsáveis		
		Nome	CH.P Prev.	CH.P Real
Encontro 11 CH.Presencial: 3 CH.Distancia: 0	CH.Total: 3			
Presencial e atividade		Angélica Bonolo	2	2
Tema: Encerramento do curso e apresentação dos Projetos Pedagógicos		Eduardo Kokubun	1	1

Tópico		Responsáveis		
		Nome	CH.P Prev.	CH.P Real
Encontro 12 CH.Presencial: 1 CH.Distancia: 0	CH.Total: 1			
Grupo focal de avaliação final		Eduardo Kokubun	1	1

Tópico		Responsáveis		
		Nome	CH.P Prev.	CH.P Real
Encontro 10 CH.Presencial: 3 CH.Distancia: 0	CH.Total: 3			
Presencial e atividade		Angélica Bonolo	3	3
Tema: a) Organização da produção de experiências pedagógicas realizadas durante o curso, com a colaboração dos professores.				

Alunos

Taxa de inscrição:	R\$ 0,00
Total de vagas:	50(50 gratuitas)
Alunos cadastrados:	4
Inscrições gratuitas:	0

Método de Avaliação:	Por Conceito
Freq. Mín. para aprovação:	70.00 %

A avaliação da aprendizagem das participantes foi processual, foi levado em consideração a participação de cada indivíduo em cada encontro nas discussões, na interação durante a aula, nas atividades dentro e fora de curso. Ainda, foi pedido ao final do curso uma projeto pedagógico, onde os participantes deveriam criar um evento, atividade ou até mesmo uma aula, onde abordariam as questões do comportamento sedentário e atividade física. A partir desse projeto e também nas discussões em grupo foi possível perceber que todas conseguiram entender os temas, a importância de se discutir essas questões na escola, e o mais importante como o professor é essencial nesse contexto.

Foi possível notar que além da mudança de conhecimento, houve conscientização por parte das professoras, elas conseguiram perceber o quanto o ambiente escolar precisa mudar, perceberam que ao inserir o movimento durante as aulas se mostrou mais interessante e mais divertido para os alunos.

E destaca-se as pequenas iniciativas que cada professora realizou em suas aulas, mostrando que é importante fazer aquilo que está ao seu alcance, pensando sempre o que podemos mudar para melhorar a vida dos alunos.

Ao final foi criado um Portfólio Demonstrativo reunindo todas as atividades realizadas durante o curso, desenhos dos alunos, fotos e as aulas ministradas.

Renata Hellmeister Momenté Dias de Oliveira	90,00 %	APROVADO
Paula Cometi Stocco	85,00 %	APROVADO
Rita de Cássia Bastos da Silva	80,00 %	APROVADO
Adriana Cristina Fabbris	80,00 %	APROVADO

Critérios de Avaliação

Critério de Avaliação

Manifestação

1. Composição do Corpo Docente do curso	O curso faz parte do projeto de mestrado da aluna de pós graduação Angélica Bonolo e será ministrado 51,52% pelo coordenador professor Eduardo Kokubun e 48,48% pela aluna sob a orientação e supervisão do coordenador.
2. Qualificação do Corpo Docente	O corpo docente será composto pelo coordenador Professor Doutor Eduardo Kokubun, docente titular no curso de Educação Física e da pós graduação em Ciência da Motricidade na Unesp Rio Claro e pela aluna Angélica Bonolo, formada na mesma instituição nas modalidades licenciatura e bacharelado em Educação Física, atualmente matriculada no mestrado acadêmico no programa Ciências da Motricidade.
3. Justificativa para a realização do curso	O ambiente escolar é um lugar ideal para promoção de saúde, pois é influenciadora na aquisição de valores e exercício da cidadania. E também, a mais acessível na veiculação de informações para crianças e adolescentes, sendo a saúde um dos elementos a serem ensinados, visto que muitas famílias não possuem informações necessárias sobre essa temática. A escola além de seu papel pedagógico possui grande potencial transformador no comportamento social, relacionada ao exercício da cidadania e ao acesso às oportunidades de desenvolvimento e aprendizagens, razões que justificam as ações no contexto escolar concretizando as propostas de promoção de saúde. Para o sucesso com os programas de promoção em saúde no ambiente escolar é necessário que haja a preparação dos professores, instrumentalizando-os para a transformação de sua realidade e de si mesmo. Nesse contexto o professor tem um papel fundamental como educador para a promoção de saúde na escola, sendo importante incorporar os valores e conceitos positivos de saúde como também possibilitar que o professor esteja inserido em um processo que possibilite sua atualização, compreensão e aperfeiçoamento constante sobre a temática, através da educação continuada, que é um processo importante capaz de promover a mudança no ensino aprendizagem.
4. Estrutura do curso	O curso será realizado de forma presencial, e contará com 12 encontros totalizando 33 horas, sendo 2 encontros de avaliação (inicial e final através de grupos focais, priorizando qualitativamente o aprendizado). A metodologia utilizada será colaborativa, buscando evidenciar a importância dos hábitos ativos para os escolares. Os encontros serão constituídos por temas relacionados a atividade física, inatividade física e

<i>Critério de Avaliação</i>	<i>Manifestação</i>
	comportamento sedentário como também, estratégias para aumentar a atividade física durante as aulas, utilização de ambientes públicos, como também discussões, oficinas práticas para elaboração de aulas e de materiais auxiliares como os folders.
5. Abrangência do curso	Professores que atuem no ensino básico da cidade de Rio Claro.
6. Processo de avaliação do curso	A avaliação do curso será contínua, ocorrendo durante todo os 10 encontros de curso. O professor cursista, terá que realizar as atividades propostas no decorrer das semanas e discutir com os demais professores e ministrantes suas experiências. Por se tratar de um curso de extensão universitária de difusão de conhecimentos, não haverá atribuição de notas aos cursistas. Porém, será necessário que as atividades tenham sido concluídas e a presença mínima de 70% seja realizada para obtenção do certificado de participação no curso. Um último encontro que será realizado 3 meses após o final do curso, terá como objetivo a avaliação da efetividade, este será realizado através de grupo focal, onde serão feitas perguntas pré-elaboradas e pontuais a respeito da viabilidade de colocar na prática o que foi aprendido durante o curso, dificuldades e sugestões. Também será levantado nesse momento se algum dos professores aplicou o projeto proposto durante o curso, e como foi a sua experiência.

Parecer Local

Enquadramento como curso de Extensão Universitária	Enquadra-se como curso de Extensão Universitária.	Resposta: Sim
---	---	-------------------------

1. Composição do Corpo Docente do curso	Bem elaborado.	Pontuação: 9
2. Qualificação do Corpo Docente	De alta qualidade.	Pontuação: 5
3. Justificativa para a realização do curso	Interesse dos alunos.	Pontuação: 10
4. Estrutura do curso	Muito boa.	Pontuação: 9
5. Abrangência do curso	Até nacional.	Pontuação: 10
6. Processo de avaliação do curso	Muito bom	Pontuação: 9
Soma da Pontuação:		52

Parecer do Relator: Curso relevante e de interesse da comunidade acadêmica. Parecer favorável a sua aprovação.

Manifestação: Aprovado na 458ª Reunião Ordinária do Conselho Departamental em 24/04/2018

Enquadramento como curso de Extensão Universitária	Enquadra-se como curso de extensão universitária	Resposta: Sim
---	--	-------------------------

1. Composição do Corpo Docente do curso	O curso será ministrado pelo prof. Eduardo Kokubum e por uma aluna de mestrado	Pontuação: 10
2. Qualificação do Corpo Docente	Muito boa	Pontuação: 10
3. Justificativa para a realização do curso	Para o sucesso com os programas de promoção em saúde no ambiente escolar é necessário que haja a preparação dos professores, instrumentalizando-os para a transformação de sua realidade e de si mesmo. Nesse contexto o professor tem um papel fundamental como educador para a promoção de saúde na escola, sendo importante incorporar os valores e conceitos positivos de saúde como também possibilitar que o professor esteja inserido em um processo que possibilite sua atualização, compreensão e aperfeiçoamento constante sobre a temática, através da educação continuada, que é um processo importante capaz de promover a mudança no ensino aprendizagem.	Pontuação: 10
4. Estrutura do curso	Excelente	Pontuação: 10
5. Abrangência do curso	Curso abrangente, abordando os principais itens sobre saúde no ambiente escolar.	Pontuação: 8
6. Processo de avaliação do curso	Adequado	Pontuação: 10
Soma da Pontuação:		58

Parecer do Relator: Curso muito interessante e importante para a formação e orientação de recursos humanos sobre a temática.

Manifestação: Aprovo Ad Referendum da Comissão Permanente de Extensão em 09/05/2018
em 09/05/2018

Manifestação: Delegação de Competência à CPEU.
em 09/05/2018

Parecer Local - Relatório Final

Parecer do Relator: O curso transcorreu como previsto. Contou com a participação de quatro alunos inscritos gratuitamente, os quais receberam conceito de aprovação. O Plano de Aulas foi cumprido de acordo com o planejado, assim como a avaliação dos participantes. Tendo em vista o exposto recomendo a aprovação.

Manifestação: Relatório devidamente aprovado na 467ª reunião ordinária do Conselho do Departamento de Educação Física
em 14/02/2019

Parecer do Relator: O curso transcorreu como previsto e atingiu seus objetivos, Sendo assim, posiciono-me favorável a aprovação do curso realizado, como aprovado pelo Conselho do Departamento de Educação Física.

Manifestação: Aprovado pela CPEU na 241ª Reunião Ordinária realizada em 26/03/2019.
em 26/03/2019

Manifestação: Delegação de Competência à CPEU.
em 26/03/2019

Tramitação

12/04/2018 20:53:04	13/04/2018 16:41:43	Curso em cadastramento
13/04/2018 16:41:43	17/04/2018 09:44:34	Nomear relator do departamento
17/04/2018 09:44:34	20/04/2018 21:56:59	Parecer do relator departamento
20/04/2018 21:56:59	27/04/2018 10:05:22	Manifestação do departamento
27/04/2018 10:05:22	03/05/2018 10:22:56	Nomear relator CPEU
03/05/2018 10:22:56	04/05/2018 10:34:50	Parecer do relator CPEU
04/05/2018 10:34:50	09/05/2018 09:01:03	Manifestação da CPEU
09/05/2018 09:01:03	09/05/2018 09:01:22	Manifestação da congregação
09/05/2018 09:01:22	15/01/2019 01:59:18	Curso em execução
15/01/2019 01:59:18	15/01/2019 17:30:20	Nomear relator do departamento - RELATÓRIO FINAL
15/01/2019 17:30:20	18/01/2019 13:39:07	Parecer do relator departamento - RELATÓRIO FINAL
18/01/2019 13:39:07	14/02/2019 11:27:28	Manifestação do departamento - RELATÓRIO FINAL
14/02/2019 11:27:28	15/02/2019 09:23:12	Nomear relator CPEU - RELATÓRIO FINAL
15/02/2019 09:23:12	22/03/2019 13:44:43	Parecer do relator CPEU - RELATÓRIO FINAL
22/03/2019 13:44:43	26/03/2019 16:03:31	Manifestação da CPEU - RELATÓRIO FINAL
26/03/2019 16:03:31	26/03/2019 16:10:23	Manifestação da congregação - RELATÓRIO FINAL
26/03/2019 16:10:23		Relatório Final Aprovado

**COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO
E ATIVIDADE FÍSICA,
IMPLICAÇÕES NA SAÚDE DE
ESCOLARES**

MODALIDADE: Presencial

PÚBLICO ALVO: Professores atuantes no ensino infantil e fundamental.

OBJETIVO: Proporcionar a aquisição de conhecimentos, compreensão e fomentar a discussão dos conceitos de atividade física, inatividade física e comportamento sedentário e sua relação com a saúde dos escolares, auxiliando-os na tomada de decisão sobre a adoção de comportamentos mais saudáveis.

PERÍODO DE INSCRIÇÃO: 14/05/2018 - 04/06/2018

INSCRIÇÃO: Enviar e-mail para:
(capacitacao_unesp@hotmail.com)
Contendo: Nome completo e telefone de contato.

SEM TAXA DE INSCRIÇÃO

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 13/06/2018 - 31/08/2018*

CARGA HORÁRIA: 33h com certificação

PROFESSORES RESPONSÁVEIS: Prof. Dr. Eduardo Kokubun e Profa. Angélica Bonolo –
(19) 99703-5760
angelicabonolo@hotmail.com.





unesp

PLANO

DE ENSINO DO CURSO



1- IDENTIFICAÇÃO	
Curso	Comportamento Sedentário e Atividade Física: Implicações na saúde de escolares.
Carga horário total	33h
Professora/Pesquisadora	Angélica Bonolo

2- JUSTIFICATIVA DO CURSO
<p>De acordo com a Organização Mundial de Saúde as mortes relacionadas às doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) tendem a aumentar 15% em todo o mundo entre 2010 e 2020. E dentre os fatores associados podemos destacar a inatividade física. Outro fator de risco comportamental que agravam as DCNTs, é comportamento sedentário, esse tipo de comportamento quando adotado durante a infância e adolescência, têm muitas chances de acompanhar o indivíduo pela fase adulta, podendo trazer complicações com doenças. A prática regular de atividade física tem associações positivas com a melhor aptidão física, controle de peso, saúde mental e qualidade de vida na fase adulta, no entanto evidências demonstram o aumento da prevalência de inatividade física na infância e adolescência, decorrente da diminuição do tempo destinado às práticas de atividade física. Sendo assim o ambiente escolar é um lugar ideal para promoção de saúde, pois é influenciadora na aquisição de valores e exercício da cidadania. E também, a mais acessível na veiculação de informações para crianças e adolescentes, sendo a saúde um dos elementos a serem discutidos.</p>

3- OBJETIVO DO CURSO
<p>Proporcionar a aquisição de conhecimentos, compreensão e fomentar a discussão dos conceitos de atividade física, inatividade física e comportamento sedentário e sua relação com a saúde dos escolares, auxiliando-os na tomada de decisão sobre a adoção de comportamentos mais saudáveis.</p>

4- CONTEÚDO PROGRAMÁTICO TEÓRICO PRÁTICO
<ul style="list-style-type: none">- Saúde dos escolares- Atividade Física- Inatividade Física- Comportamento Sedentário- Aulas ativas

5- CARACTERIZAÇÃO GERAL DA METODOLOGIA DE ENSINO
<p>O trabalho metodológico proposto será pautado em aulas expositivas e dialogadas, trabalhos individuais e duplas, situações problematizadoras e atividades práticas.</p>

6- CRONOGRAMA DE DESENVOLVIMENTO		
ENCONTRO	DATA	TEMA/ATIVIDADE
1	18/06	Grupo focal de avaliação inicial e Termo de consentimento livre e esclarecido.
2	25/06	Preenchimento do questionário de identificação, apresentação do curso e explicação do portfólio e da Proposta dos Projetos Pedagógicos. <u>Tarefa 1:</u> Trazer uma matéria atualizada sobre a saúde dos escolares e/ou uma observação dos seus alunos e fazer uma pequena observação de como você como professor lidaria com o problema encontrando (seu papel diante o problema).
-	02/07	Jogo do Brasil
-	09/07	FERIADO E RECESSO
3	16/07	Como anda a saúde do escolar? Professor é importante na promoção de saúde na escola? <u>Tarefa em aula: Conceituar com palavras chaves saúde.</u> <u>Tarefa 2 pedida: Levantamento sobre a prática de atividade física dos alunos, quais tipos de atividades eles realizam.</u>
4	23/07	Qual a importância da Atividade Física para os alunos? Quais as recomendações de Atividade Física para essa faixa etária? <u>Tarefa em aula: atividade para diferenciar AF e EF e espelho.</u> <u>Tarefa 3 pedida: Elaboração de folder sobre AF.</u>
5	30/07	O que é Inatividade Física? O que ela acarreta para a saúde do escolar? O que é Comportamento Sedentário? Quais são suas consequências para a saúde? <u>Tarefa em aula: Oficina sobre CS.</u> <u>Tarefa 4 pedida: Elaboração de folder sobre IF e CS.</u>
6	06/08	Revisão Inatividade Física e comportamento Sedentário.

		<p><u>Tarefa em aula: Construção de um mapa de locais saudáveis na escola</u></p> <p><u>Tarefa 5 pedida: Construção de mapa de locais para a prática de AF com os alunos.</u></p>
7	13/08	<p>Jogos, brinquedos e brincadeiras. E sua importância para as crianças.</p> <p><u>Tarefa 6 pedida: Propor alguma brincadeira de outra cultura ou material com os alunos.</u></p> <p>(Tarefa cancelada)</p>
8	20/08	<p>Quais estratégias para reduzir o comportamento sedentário dos escolares? O que podemos fazer na escola para reduzir tal comportamento?</p> <p>*Discutir sobre o andamento dos Projetos Pedagógicos.</p>
9	27/08	<p>Como deixar minha aula mais ativa e diminuir o comportamento sedentário? (Atividades que contemplavam: português, artes e matemática)</p> <p>Atividades práticas</p>
10	03/09	<p>(Continuação) Como deixar minha aula mais ativa e diminuir o comportamento sedentário? (Atividades que contemplavam: ciências, geografia e história)</p> <p>Atividades práticas</p>
11	10/09	<p>Apresentação dos Projetos Pedagógicos, reflexão das atividades que foram desenvolvidas e encerramento do curso.</p>
12	17/09	<p>Grupo focal de avaliação final.</p>
13	01/10	<p>Encontro Extra Feedback do curso e confraternização.</p>
14	Fevereiro	<p>Grupo focal de avaliação da intervenção.</p>

7- MODALIDADES E CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM

A avaliação do nível de conhecimento sobre promoção de saúde na escola, atividade física e comportamento sedentário será realizado através de grupo focal a fim de direcionar a estruturação das aulas.

A avaliação do processo de aprendizado será processual, levando em consideração a participação de cada indivíduo em cada encontro.

Será adotado o uso do Portfólio como maneira de reunir todas as atividades realizadas durante o curso, como também a construção de um projeto pedagógico.

Por se tratar de um curso de extensão universitária de difusão de conhecimentos, não haverá atribuição de notas. Porém, será necessário que as atividades tenham sido concluídas e a presença mínima de 70% seja realizada para obtenção do certificado de participação no curso.

8- BIBLIOGRAFIA BÁSICA E COMPLEMENTAR

- BÓGUS, C. M.; BICUDO PEREIRA, I. M. T.; WESTPHAL, M. F. Educação em saúde na escola: como está a formação de professores de 1ª a 4ª série do 1º grau. Rev Bras Saúde Esc, v. 1, p. 14-6, 1990.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Escolas promotoras de saúde experiências do Brasil / Ministério da Saúde, Organização Pan-Americana da Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2007. 304 p. (Série Promoção da Saúde; n. 6)
- GUERRA, P. H.; MIELKE, G. I.; GARCIA, L. M. T. Comportamento sedentário. Revist Corpoconsciência, Santo André, v. 18, n. 1, p. 23-36, jan/jun, 2014.
- GUERRA, P. H.; FARIAS JÚNIOR, J. C.; FLORINDO, A. A. Comportamento sedentário em crianças e adolescentes brasileiros: revisão sistemática. Rev. Saúde Pública, v. 50, p. 9, 2016.
- ILHA, P. V.; DE LIMA, A. P. S.; ROSSI, D. S.; SOARES, F. A. A. Intervenções no ambiente escolar utilizando a promoção de saúde como ferramenta para a melhoria do ensino. Revista Ensaio, Belo Horizonte, v. 16, n. 03, p. 35-53, set-dez 2014.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - (TCLE)

(Conselho Nacional de Saúde, Resolução 466/12)

PROFESSORES

Meu nome é Angélica Bonolo (RG: 44.930.427-9), Mestranda, aluna do Programa de Pós Graduação em Ciência da Motricidade da UNESP - Rio Claro, orientada pelo Prof. Dr. Eduardo Kokubun do curso de Educação Física da Universidade Estadual Paulista campus de Rio Claro e Pós-Graduação em Ciências da Motricidade da UNESP - Rio Claro e convidamos você a participar da pesquisa intitulada:

“Efetividade de uma capacitação para professores para reduzir o comportamento sedentário de alunos de uma escola do município de Rio Claro – SP”.

O objetivo Geral do estudo é desenvolver um curso de capacitação para professores da rede básica de educação para reduzir o comportamento sedentário dos escolares. E como objetivos específicos, encontram-se: a) Estruturar e implementar um curso de capacitação para os professores sobre o tema atividade física, inatividade física, comportamento sedentário e seus determinantes e resultantes. b) Elaboração estratégias e ferramentas que viabilizam a redução do comportamento sedentário na escola, pelos professores participantes. c) Elaboração de um Portfólio pelos professores, com as experiências desenvolvidas para a possível vinculação na rede de ensino do município. d) Avaliação da efetividade do curso de capacitação após três meses do final da intervenção, sobre o nível de conhecimento dos conteúdos nos professores bem como sua aplicação e dificuldades.

Você está sendo convidado(a) por ser professor da rede básica de ensino, atuante em escola pública na cidade de Rio Claro. Sua participação não é obrigatória. A qualquer momento, você poderá desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa, desistência ou retirada de consentimento não acarretará prejuízo.

A realização desse estudo contribuirá com o avanço do conhecimento científico auxiliando demais pesquisadores a implantarem intervenções de base escolar e você se beneficiará da pesquisa, a medida que terá contato com temas de saúde que poderão acrescentar no seu trabalho em sala de aula, tanto para aconselhamentos aos alunos como para desenvolver estratégias e intervenções em conjunto com demais professores e comunidade escolar, atendendo a necessidade do ambiente que está inserido. Este estudo apresenta risco mínimo, que não se refere a lesões, metodologias invasivas, ou risco maiores. As estratégias para que este não se realize serão tomadas durante o período da pesquisa de acordo com as necessidades. Sua participação não será remunerada e não implicará em gastos.

Sua participação nesta pesquisa consistirá em:

- a) Preenchimento dos questionários de identificação e nível sócio econômico;
- b) Presença nos três grupos focais como forma de avaliação pré e pós de conhecimentos sobre promoção de saúde na escola e comportamento sedentário e como os temas são abordados nas aulas e um último após três meses, com intuito de levantar a efetividade de aplicação do conhecimento gerado através do curso durante a sua o prática. Os grupos focais serão realizados em pequenos grupos com duração aproximada de 1h cada e será conduzido pela pesquisadora e com auxílio de pesquisadores do Núcleo de Atividade Física, Esporte e Saúde (NAFES - UNESP). Estes encontros serão registrados por meio de áudios e imagens, preservando a identidade de todos os participantes, os dados coletados serão utilizados

apenas para fins acadêmicos. Caso algum participante se sinta desconfortável, será utilizado apenas as gravações de áudio;

- c) Participação no curso de capacitação com presença mínima de 70% para certificação e elaboração de um projeto pedagógico final.

Essa capacitação ocorrerá quatro vezes por mês, cada encontro com duração de 3h, sendo 1:30h presencial e 1:30h destinada a realização de tarefas propostas durante o curso que poderão ser realizadas ao longo da semana. O processo contará com dez encontros de estudos totalizando 30h, sendo um de apresentação, oito de discussão teórica e prática sobre temas de Atividade Física, Comportamento Sedentário e seus resultantes na saúde dos escolares e um último de encerramento do curso e apresentação dos Projetos Pedagógicos.

Esses encontros serão realizados na própria escola ou na UNESP com os horários a serem definidos com os participantes. Durante esses encontros as atividades realizadas e discussões também serão registradas por meio de diários de campo, imagens e vídeos. Caso algum participante não se sinta confortável com esses métodos, sua participação será reportada apenas no diário de campo, lembrando que esses dados são confidenciais e serão apenas utilizados para fins da pesquisa e nenhum participante será identificado de forma individual, visando assegurar o sigilo de sua participação.

A pesquisadora responsável se compromete a tornar públicos nos meios acadêmicos e científicos os resultados obtidos de forma consolidada sem qualquer identificação de indivíduos ou instituições participantes.

Após as explicações e leitura deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, se alguma dúvida ainda persistir ou se você julgar necessário informações adicionais sobre qualquer aspecto deste projeto de pesquisa, sinta-se à vontade para que possa esclarecer de forma satisfatória, entre em contato com a Angélica Bonolo, pelo e-mail (angelicabonolo@hotmail.com) ou Eduardo Kokubun pelo e-mail (ekokubun@gmail.com).

Se você se sentir suficientemente esclarecido sobre essa pesquisa, seus objetivos, eventuais riscos e benefícios, convido-o (a) a assinar este Termo, elaborado em duas vias, sendo que uma ficará com o Sr(a) e outra com a pesquisadora.

Dados sobre a Pesquisa:

Título do Projeto: Efetividade de uma capacitação para professores para reduzir o comportamento sedentário de alunos de uma escola do município de Rio Claro – SP”.

Pesquisadores Responsáveis: Angélica Bonolo

Cargo/função: Pesquisador/ Pós-Graduando

Instituição: Universidade Estadual Paulista - Júlio de Mesquita Filho (UNESP - Rio Claro)

Núcleo de Atividade Física, Esporte e Saúde

RG: 44.930.427-9

Dados para Contato: fone (19) 99703-5760 e-mail: angelicabonolo@hotmail.com

Supervisor: Eduardo Kokubun

Cargo/função: Professor Doutor/ Livre Docente

Instituição: Universidade Estadual Paulista - Júlio de Mesquita Filho - UNESP campus de Rio Claro

RG: 7.825.618

Dados para Contato: fone (19) 35264331 e-mail: ekokubun@gmail.com

Dados sobre o sujeito da Pesquisa:

Local: _____ Data: ____/____/____

Nome: _____

Documento de Identidade: _____

Sexo: _____ Data de Nascimento: ____/____/____

Endereço: _____

Telefone para contato: _____

Declaro que entendi os objetivos, riscos e benefícios de minha participação na pesquisa, e que concordo em participar.

Rio Claro, ____ de _____ de 2018.

Assinatura do(a) participante: _____

Assinatura da pesquisadora: _____

Assinatura do orientador:



QUESTIONÁRIO DE IDENTIFICAÇÃO DOS PROFESSORES

Prezado(a) Professor(a),

Este instrumento tem como objetivo avaliar o seu interesse em participar do curso de capacitação “Comportamento Sedentário e Atividade Física, implicações na saúde de escolares”.

Sua ajuda é fundamental para validar este processo a fim de aplicar um programa mais direcionado para a realidade da sua escola.

IDENTIFICAÇÃO			
Nome completo:			
Data de Nascimento: / /	Sexo: Mas. () Fem. ()		
Estado civil: Solteira(o) ()	Casada(o) ()	Divorciada(o) ()	Viúva(o) ()
Endereço:			
Bairro:		Cidade:	
Telefone fixo:		Telefone Celular:	
CPF (Para elaboração de certificado):			
E-mail:			
FORMAÇÃO ACADÊMICA			
Curso de formação acadêmica:			
Ano de formação:			
Possui pós-graduação? () Sim () Não –Se sim, preencha o quadro abaixo:			
() Especialização	() Mestrado	() Doutorado	
Área:			
Nome do programa/Instituição:			

Ano de obtenção de título:

ATUAÇÃO PROFISSIONAL

Escola onde atua:

Disciplina (s) que ministra/fase escolar que atua:

Tempo que ministra aulas nesta escola:

Tempo de atuação profissional:



ORIENTAÇÕES PARA ELABORAÇÃO DO PROJETO PEDAGÓGICO

Tema Geral: Comportamento Sedentário e Atividade Física, implicações na saúde de escolares.

Título do Projeto: Conter a ideia central do projeto que será desenvolvido.

Duração do Projeto: Esse tempo deve contemplar o processo todo, pode durar um dia, uma semana, quinze dias, um mês...

Público alvo: Faixa etária que se pretende aplicar o projeto.

Justificativa: A justificativa serve como introdução, nela é necessário responder questões como: Por que é importante realizar o projeto? Quem irá se beneficiar? Coloque os motivos que despertaram o seu interesse em desenvolver o projeto, fale das suas perspectivas.

Objetivos: Foco principal do projeto, que pode ser alcançado por meio das atividades específicas, algumas questões podem ser o motivo de reflexão como: o que se pretende alcançar com o projeto? Que impacto ele terá sobre os alunos?

Procedimentos metodológicos: Maneira como o professor irá introduzir o tema em sala de aula ou no contexto escolar, oferece detalhes de como será a aplicação do projeto e quais atividades serão desenvolvidas. Especifique as atividades centrais fazendo uso de questionamentos do tipo:

- O quê? (Especifique a atividade)
- Com quem? (Esclareça as habilidades que pretende desenvolver)
- Como? (Esclareça os métodos)
- Quando? (Organize o tempo que esse projeto deve durar)
- Onde? (Quais espaços pretende ocupar)
- Quem? (Quem são os envolvidos)
- Com o que? (Quais recursos/ materiais que pretende utilizar)

É importante que a metodologia seja:

- Colaborativa: que haja participação de todos os sujeitos;
- Integrativa: que envolva todos os participantes de maneira articulada e harmoniosa;
- Multidisciplinar: que envolva diversas disciplinas;
- Abrangente: que (se possível) envolva diferentes turmas.



Avaliação: Qual maneira será realizada a avaliação do processo.

Dicas:

- Estar sempre interagindo com os alunos;
- Dinamizar ao máximo as atividades;
- Incentivar a participação de todos os envolvidos no projeto;
- Explicar detalhadamente cada atividade;
- Acompanhar sistematicamente o desenvolvimento do projeto.

ANEXOS

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: EFETIVIDADE DE UMA CAPACITAÇÃO PARA PROFESSORES DE ENSINO MÉDIO PARA REDUZIR O COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE RIO CLARO - SP.

Pesquisador: Angélica Bonolo

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 83637518.7.0000.5465

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA JULIO DE MESQUITA FILHO

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.606.576

Apresentação do Projeto:

Trata de um projeto de pesquisa desenvolvido pela aluna de mestrado Angélica Bonolo, sob orientação do Prof. Dr. Eduardo Kokubun, junto ao PPG Ciências da Motricidade, do Instituto de Biotecnologia, UNESP, Campus de Rio Claro. O presente estudo apresenta uma proposta de capacitação de professores visando a redução e comportamento sedentários de uma escola da cidade de Rio Claro.

Objetivo da Pesquisa:

O presente projeto de pesquisa tem como objetivo desenvolver um curso de capacitação para professores de ensino médio para reduzir o comportamento sedentário de adolescentes.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Foi informado que a participação na pesquisa pode gerar risco mínimo e que durante o período da pesquisa, caso necessário, medidas serão tomadas para minimização dos mesmos de acordo com as necessidades.

Foi informado que a realização desse estudo contribuirá com o avanço do conhecimento científico auxiliando demais pesquisadores a implantarem intervenções de base escolar e o participante se beneficiará da pesquisa a medida que terá contato com temas de saúde que poderão acrescentar no seu trabalho em sala de aula, tanto para aconselhamentos aos alunos como para desenvolver

Endereço: Av.24-A n.º 1515

Bairro: Bela Vista

CEP: 13.506-900

UF: SP

Município: RIOCLARO

Telefone: (19)3526-9678

Fax: (19)3534-0009

E-mail: cepib@rc.unesp.br

Continuação do Parecer: 2.606.576

estratégias e intervenções em conjunto com demais professores e comunidade escolar, atendendo a necessidade do ambiente que está inserido.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O presente projeto de pesquisa envolverá uma intervenção com característica quase-experimental com caráter qualitativo a ser desenvolvido em uma escola da cidade de Rio Claro. A escola ainda não foi definida. A participação dos participantes se dará por conveniência, quando ocorrer o aceite dos mesmos. A intervenção consistirá na criação e implementação de um curso de capacitação colaborativa em atividade física e comportamento sedentário para professores do ensino médio e posterior atuação com os adolescentes sob a responsabilidade do mesmo. A avaliação dos professores será processual, ocorrendo uma avaliação antes, durante e após a intervenção. Inicialmente um questionário de identificação e informação sobre o nível socioeconômico (ABEP) será aplicado. Ao longo da intervenção será levantado o nível de conhecimento sobre promoção da saúde na escola e comportamento sedentário e como os professores desenvolvem esse tema nas respectivas aulas. Após o final da capacitação, será realizada avaliação sobre o curso de formação, com a utilização de perguntas pré-elaboradas e pontuais sobre a viabilidade de aplicação do conteúdo desenvolvido.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Nas IBPs:

- informa os riscos da pesquisa como mínimo, porém apenas menciona que caso necessários medidas serão tomadas conforme a necessidade, sem qualquer especificação das mesmas;
- informa os benefícios de forma pertinente e adequada para justificar a realização do estudo;
- apresenta previsão de envolvimento de 20 participantes (professores) no estudo;
- Informa os procedimentos de forma adequada e pertinente, com o número de encontros e duração dos mesmos. Informa que os procedimentos de avaliação serão desenvolvidos de acordo com a realização das reuniões;
- apresenta cronograma de forma pertinente e o mesmo é exequível;
- informa que a escola será definida por conveniência.

No TCLE

- O TCLE está escrito e direcionado aos participantes de forma acessível;
- Os benefícios são apresentados e descritos aos participantes;
- Foi mencionado risco mínimo e que se necessário medidas serão tomadas para minimização do mesmo;

Endereço: Av.24-A n.º 1515

Bairro: Bela Vista

CEP: 13.506-900

UF: SP

Município: RIOCLARO

Telefone: (19)3526-9678

Fax: (19)3534-0009

E-mail: cepib@rc.unesp.br

Continuação do Parecer: 2.606.576

- apresenta no início, o nome e RG do pesquisador e/ou do aluno/pesquisador;
- apresenta o título e objetivo do estudo;
- Apresenta informação sobre endereço e contato do orientador e aluno/pesquisador;
- Os procedimentos estão apresentados de forma clara ao participante.

Recomendações:

nenhuma recomendação.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

O CEP REFERENDA O PARECER DO RELATOR:

"Considerando a proposta apresentada, com as devidas alterações, o parecer é pela aprovação da mesma".

Considerações Finais a critério do CEP:

O projeto encontra-se APROVADO para execução. Pedimos atenção aos seguintes itens:

- 1) De acordo com a Resolução CNS nº 466/12, o pesquisador deverá apresentar relatório final.
- 2) Eventuais emendas (modificações) ao protocolo devem ser apresentadas, com justificativa, ao CEP de forma clara e sucinta, identificando a parte do protocolo a ser modificada.
- 3) Sobre o TCLE: caso o termo tenha DUAS páginas ou mais, lembramos que no momento da sua assinatura, tanto o participante da pesquisa (ou seu representante legal) quanto o pesquisador responsável deverão RUBRICAR todas as folhas , colocando as assinaturas na última página.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BASICAS_DO_PROJETO_1074305.pdf	04/04/2018 11:57:41		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_corrigeo_professores.pdf	04/04/2018 11:56:52	Angélica Bonolo	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura	PROJETO_DE_MESTRADO.pdf	09/02/2018 20:48:43	Angélica Bonolo	Aceito

Endereço: Av.24-A n.º 1515

Bairro: Bela Vista

CEP: 13.506-900

UF: SP

Município: RIOCLARO

Telefone: (19)3526-9678

Fax: (19)3534-0009

E-mail: cepib@rc.unesp.br

UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL



Continuação do Parecer: 2.606.576

Investigador	PROJETO_DE_MESTRADO.pdf	09/02/2018 20:48:43	Angélica Bonolo	Aceito
Folha de Rosto	folha_de_rosto.pdf	09/02/2018 20:30:48	Angélica Bonolo	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

RIO CLARO, 18 de Abril de 2018

Assinado por:
Flávio Soares Alves
(Coordenador)

Endereço: Av.24-A n.º 1515

Bairro: Bela Vista

CEP: 13.506-900

UF: SP

Município: RIOCLARO

Telefone: (19)3526-9678

Fax: (19)3534-0009

E-mail: cepib@rc.unesp.br

QUESTIONÁRIO DE CLASSIFICAÇÃO ECONÔMICA
(Critério de Classificação Econômica Brasil – ABEP, 2018)

Agora vou fazer algumas perguntas sobre itens do domicílio para efeito de classificação econômica. Todos os itens de eletroeletrônicos que vou citar devem estar funcionando, incluindo os que estão guardados. Caso não estejam funcionando, considere apenas se tiver intenção de consertar ou repor nos próximos seis meses.

1. Qual a quantidade existente dos itens a seguir em sua residência?

ITENS DE CONFORTO	Quantidade de Itens				
	0	1	2	3	4 ou +
Quantidade de automóveis de passeio exclusivamente para uso particular					
Quantidade de empregados mensalistas, considerando apenas os que trabalham pelo menos cinco dias por semana					
Quantidade de máquinas de lavar roupa (excluindo tanquinho)					
Quantidade de banheiros					
DVD, incluindo qualquer dispositivo que leia DVD e desconsiderando DVD de automóvel					
Quantidade de geladeiras					
Quantidade de <i>freezers</i> independentes ou parte da geladeira duplex					
Quantidade de microcomputadores, considerando computadores de mesa, laptops, notebooks e netbooks e desconsiderando tablets, palms ou smartphones					
Quantidade de lavadora de louças					

Quantidade de fornos de micro-ondas					
Quantidade de motocicletas, desconsiderando as usadas exclusivamente para uso profissional					
Quantidade de máquinas secadoras de roupas, considerando lava e seca					

2. Com relação à água utilizada neste domicílio.

Proveniente de:	
1	Rede geral de distribuição
2	Poço ou nascente
3	Outro meio

3. Com relação ao trecho da rua de seu domicílio.

Você diria que a rua é:	
1	Asfaltada/Pavimentada
2	Terra/Cascalho

4. Qual o grau de instrução do chefe da família? Considere como chefe de família a pessoa que contribui com a maior parte da renda do domicílio.

Grau de Instrução	
Analfabeto/ Fundamental I Incompleto (Primário Incompleto)	
Fundamental I Completo/ Fundamental II Incompleto (Primário completo/ Ginasial incompleto)	



Fundamental Completo/ Médio Incompleto (Ginásio completo/ Colegial incompleto)	
Médio Completo/ Superior Incompleto (Colegial Completo/ Superior incompleto)	
Superior completo	

Total de pontos: _____

Classificação: _____