

## Proposta de ensino de conceitos de saúde nas aulas de Educação Física pela abordagem da teoria social cognitiva

### RESUMO

Objetiva-se apresentar o processo de construção e avaliação de uma ferramenta educacional destinada a inserir estratégias autorregulatórias, durante a aprendizagem de conteúdos conceituais relacionados ao tema transversal saúde, no currículo de Educação Física do Ensino Médio. Trata-se de uma pesquisa-ação, quali-quantitativa, desenvolvida em um curso de mestrado profissional. Professores da Educação Básica, profissionais da educação e profissionais da saúde, selecionados e instrumentalizados em um curso de extensão, responderam um questionário de avaliação sobre a ferramenta. Os dados quantitativos oriundos das perguntas fechadas desse questionário foram analisados por estatística descritiva. Os dados qualitativos extraídos do espaço para inserção de comentários foram analisados pela análise de conteúdo de Bardin. Os resultados sugerem a aplicabilidade da ferramenta educacional, a potencialidade para melhorar práticas pedagógicas e promover processos autorregulatórios nas aulas da Educação Básica, destacando-se a clareza da linguagem, a organização e os debates possíveis a partir de conteúdo do tema transversal saúde.com maiúscula no início.

**PALAVRAS-CHAVE:** Materiais de ensino; Educação em saúde; Educação física escolar; Estilo de vida saudável

### Bruno dos Santos Gouvêa

Mestre em Educação Básica  
Colégio Pedro II  
Departamento de Educação Física (*Campus* Tijuca II)  
Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil  
bruno.dgouvea20@gmail.com.br  
<https://orcid.org/0000-0003-3991-9797>

### Kátia Regina Xavier da Silva

Pós-Doutorado em Ciências Médicas  
Colégio Pedro II  
Departamento de Educação Física (*Campus* Engenho Novo II) e Docente no Programa de Mestrado Profissional em Práticas de Educação Básica  
Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil  
katiarxsilva@globocom  
<https://orcid.org/0000-0003-3178-2693>

## **Teaching health concepts in Physical Education classes by means of a social cognitive theory perspective**

### **ABSTRACT**

The study aims to present the development and assessment of an educational kit, designed to foster self-regulatory skills, while teaching concepts of health as a transversal theme in the High School Physical Education curriculum. This is a qualitative and quantitative action research developed throughout a professional master's degree course. School teachers, education and health professionals, who took part in an extension course, assessed the kit through a survey. Quantitative data from closed-end questions of the survey were assessed by means of statistical descriptive analysis. Qualitative data from a designated space allowing respondents to make comments were analyzed by Bardin's content analysis. The results suggest the feasibility of the educational kit, regarding its potential both to improve teaching practices and to promote self-regulatory processes in Basic Education. The respondents highlighted its language transparency, its pedagogical organization, and the debates that arise from contents regarding health as a transversal theme.

**KEYWORDS:** Teaching materials; Health education; School physical education; Healthy lifestyle

## **Propuesta de enseñanza sobre conceptos de salud en las clases de Educación Física escolar bajo una mirada desde la teoría social cognitiva**

### **RESUMEN**

El artículo presenta la construcción y evaluación de un material didáctico destinado a insertar estrategias autorreguladoras, durante el aprendizaje de contenidos conceptuales del tema transversal salud, en el currículo de Educación Física de la Escuela Secundaria. Esta es una pesquisa-acción, cuali-cuantitativa desarrollada en una Maestría Profesional. Maestros de Educación Básica, profesionales de educación y profesionales de la salud, seleccionados y capacitados por un curso de extensión, respondieron una encuesta de evaluación acerca de dicho recurso. Los datos cuantitativos recogidos por preguntas cerradas del cuestionario se analizaron por estadística descriptiva. Los datos cualitativos extraídos de los espacios para insertar comentarios se analizaron bajo análisis de contenido de Bardin. Los resultados apuntan la aplicabilidad del recurso educativo, respecto a su potencialidad para mejorar prácticas pedagógicas y promover procesos autorreguladores durante las clases de Educación Básica, señalando el lenguaje claro, la organización y los debates posibles en torno al tema transversal salud.

**PALABRAS-CLAVE:** Materiales de enseñanza; Educación en salud; Educación física escolar; Estilo de vida saludable

## INTRODUÇÃO

O presente texto resulta de uma dissertação desenvolvida no contexto do curso de Mestrado Profissional em Práticas de Educação Básica do Colégio Pedro II. Trata-se de uma pesquisa de caráter quali-quantitativo, classificada como pesquisa-ação. O estudo deu origem a um *kit* educacional composto por dois materiais: o *website* intitulado “As escolhas de Augustinho”<sup>1</sup> e o “Caderno de atividades com orientações ao professor” (GOUVÊA, 2017b). Este artigo tem como objetivo apresentar o processo de construção e avaliação de uma ferramenta educacional que tem como foco a inserção de estratégias autorregulatórias, durante a aprendizagem de conteúdos conceituais relacionados ao tema transversal saúde, no currículo de Educação Física do Ensino Médio.

Apresentamos as potencialidades dessa ferramenta educacional que se alinha a autores que têm defendido que o ensino para a saúde na Educação Física Escolar (EFE) e o combate ao sedentarismo não devam ser tratados como se fossem uma decisão exclusiva do indivíduo (FERREIRA, 2001). Ferreira (2001) afirma que nós, professores de Educação Física, ao aceitarmos o uso de estratégias exclusivamente individuais para o combate ao sedentarismo, perdemos a chance de utilizar conteúdos de saúde para conscientizar as pessoas e acabamos por legitimar a despolitização do cotidiano, perpetuando, assim, o *status quo*. O professor de EFE, nessa perspectiva, deve contextualizar o ensino de saúde de acordo com a realidade dos alunos, para que eles compreendam os diversos fatores que afetam sua condição de saúde (DEVIDE, 2003). Sendo assim, a EFE não se resume a incentivar a adoção de alimentação saudável e a prática de atividades físicas, mas também tem a função de fornecer informações, de forma crítica e dialógica, a respeito dos benefícios desses hábitos saudáveis e de refletir sobre as desigualdades de acesso a equipamentos de lazer e a infraestrutura de atendimento básico de saúde.

A saúde, na ótica transversal aqui adotada, refere-se a um conceito ampliado, indo além do aspecto biológico, envolvendo questões econômicas, sociais, culturais e históricas. O trato pedagógico sobre a saúde, portanto, deve:

Instrumentalizar os alunos para a crítica diante dos desafios que lhes serão apresentados de maneira crescente em suas relações sociais e com o meio ambiente, no enfrentamento de situações adversas, de opiniões grupais negativas para a saúde ou diante da necessidade de transformar hábitos e reavaliar crenças e tabus, inclusive na dimensão afetiva que necessariamente trazem consigo. (BRASIL, 1997, p.69)

---

<sup>1</sup> Disponível em: <http://escolhasaugustinho.wixsite.com/escolhasdeaugustinho> . Acesso em: 10 de outubro de 2017a.

O texto deste artigo foi organizado em três seções. A primeira aborda algumas contribuições da Teoria Social Cognitiva (TSC) para o ensino de conceitos de saúde tematizado pedagogicamente nas aulas de EFE. A segunda seção descreve o percurso metodológico utilizado para a avaliação da ferramenta educacional e apresenta alguns dados quantitativos e qualitativos que indicam o potencial de aplicabilidade do material no segmento e série a que se destina, segundo o olhar dos professores avaliadores. A terceira seção aponta caminhos possíveis para o ensino de conteúdos conceituais relacionados à saúde por meio da referida ferramenta.

## **Algumas contribuições da Teoria Social Cognitiva (TSC) para o ensino de conceitos de saúde**

Consideramos a TSC um potente subsídio teórico para orientar os professores no processo de planejamento, implementação e avaliação de temas que abordem hábitos saudáveis na escola. Segundo Bandura (1998), idealizador da TSC, essa teoria apresenta uma estrutura causal multifacetada, na qual o constructo da autoeficácia atua em conjunto com metas, expectativas de resultado, barreiras ambientais percebidas pelos indivíduos na regulação da motivação humana, ação e bem-estar. A saúde é considerada uma questão social, que não depende apenas do indivíduo, dado que as pessoas estão sujeitas a algumas barreiras para a adoção de uma vida saudável. Assim, intervenções eficazes para a promoção de hábitos saudáveis devem estar centradas em determinantes que circunscrevem esses hábitos, tais como o acesso a bons sistemas de saúde e de saneamento básico.

Segundo Silva e Alves (2016, p.53), “a produção de Bandura deriva, em sua origem, das teorias ‘estímulo-resposta’, porém avança significativamente em relação a elas, por dar destaque ao lugar predominante das interações sociais e do contexto no processo de desenvolvimento e ação humanos”. Isso significa que o reforço aparente não é, na visão de Bandura, uma condição para a mudança de comportamento do indivíduo. De acordo com essa abordagem, o indivíduo é produto e produtor do meio em que vive, sendo capaz de influenciar intencionalmente seus cursos de ação por meio da capacidade humana de planejar ações, antecipar resultados e estabelecer julgamentos pessoais sobre as metas traçadas (BANDURA, 2008).

Bandura (2004) menciona que programas de prevenção de saúde voltados para crianças e adolescentes devem ter quatro componentes centrais: i) providenciar informações sobre os riscos e os benefícios da adoção de um estilo de vida saudável; ii) desenvolver habilidades sociais e de autocuidado; iii) desenvolver crenças de autoeficácia; iv) listar e criar fontes de ajuda social.

Com relação à informação sobre os riscos e os benefícios de um novo estilo de vida,

Bandura (2004) afirma que o conhecimento é uma pré-condição para a mudança de hábitos de saúde, criticando a abordagem de promoção de saúde que amedronta as pessoas, ao informá-las sobre os graves riscos de saúde, em função da adoção de hábitos não saudáveis. Menciona que tratar apenas sobre os riscos de saúde não é suficiente para resolver o problema.

As crenças de autoeficácia são o principal constructo para explicar a TSC e podem ser definidas como as percepções que temos acerca das nossas próprias capacidades para realizar determinadas metas em atividades específicas (BANDURA, 2004). Segundo Bandura (1998), as crenças de autoeficácia regulam o alcance de metas e a motivação, ao determinar as metas pessoais estabelecidas, o nível de comprometimento em cumpri-las e os resultados esperados pelo esforço desempenhado.

O desenvolvimento de habilidades sociais e de autocuidado para transformar informações sobre hábitos saudáveis em aplicação prática também deve estar presente em programas de prevenção e de promoção de saúde na escola. Esse componente pode ser promovido por meio do processo de autorregulação, que envolve um sistema de controle realizado pelo próprio indivíduo para direcionar suas ações rumo ao estabelecimento, ao monitoramento e ao alcance de determinada meta (BANDURA, 1991).

A ajuda ou suporte social é outro componente identificado em pesquisas de intervenção que utilizam a TSC aplicada à saúde. Bandura (1998, 2004) afirma que a ajuda social de parentes, amigos e especialistas colabora para reduzir o estresse, a fim de promover as mudanças de comportamento de saúde desejadas.

Um dos argumentos que perpassa alguns estudos sobre a promoção da saúde na escola se refere ao fato de a Educação Física ser considerada uma disciplina na qual é possível ensinar conceitos de hábitos saudáveis, sobretudo aqueles relativos à adoção de alimentação saudável e de atividade física (MARTIN; KULINNA, 2005; IAOCHITE; NETO, 2015; KULINNA, 2013). Esse argumento, por vezes, está atrelado a preocupações de saúde pública referentes ao aumento da obesidade juvenil e doenças associadas ao aumento de peso (RAMIREZ; KULINNA; COTHAN, 2012).

Alguns autores afirmam que a EFE é um cenário adequado para encorajar alunos a se tornarem fisicamente ativos (MARTIN; KULINNA, 2005). Dados de Martin e Kulinna (2005) sugerem, no entanto, que a maioria dos professores mantém seus alunos sentados em vários momentos da aula de EFE enquanto aguardam as instruções para realizarem as atividades. Esses autores acrescentam que a simples intenção de dar aulas nas quais os alunos estejam fisicamente ativos não é condição suficiente para engajá-los na prática, pois alguns fatores como o número de alunos por turma e a escassez de recursos materiais disponíveis podem afetar essa intenção

negativamente. A pouca disseminação da TSC para capacitar os professores a lecionarem na perspectiva que eles propõem é outra limitação por esses autores.

Em alguns estudos acerca de intervenções sobre saúde na escola fundamentadas na TSC, a participação da EFE tende a estar associada a práticas de atividade física (MARTIN; KULINNA, 2005; RAMIREZ; KULINNA; COTHRAN, 2012). O tema alimentação saudável, por sua vez, costuma ser atribuição de especialistas de nutrição (KULINNA, 2013; IAOCHITE; NETO, 2015). Em alguns casos, as pesquisas são experiências pontuais com grupos específicos, com número de sessões determinados e com aplicação por pesquisadores (MARTIN; KULINNA, 2005). O lugar do professor da Educação Básica, nesses casos, costuma ser aquele de um indivíduo que é capacitado por meio de cursos de pequena duração para utilizar uma metodologia prevista na pesquisa, sem necessariamente propor alternativas para modificar sua realidade pedagógica. Tendo em vista o lugar que a EFE ocupa nas pesquisas supramencionadas, defendemos a participação ativa do professor dessa disciplina no ensino de conceitos de saúde e na produção de materiais educacionais destinados ao ensino desse tema, sob as lentes da TSC.

## **MATERIAIS E MÉTODOS: percurso para a avaliação da ferramenta educacional**

Este estudo constitui um subprojeto da pesquisa intitulada Qualificando a prática pedagógica: casos de ensino e estratégias de autorregulação como promotores de aprendizagem significativa<sup>2</sup>, e envolveu dois grupos de pesquisa, sendo um na área do Ensino e outro na área da Saúde pertencentes a uma escola pública federal e a uma universidade estadual pública situadas no Rio de Janeiro.

Em termos de metodologia, a presente investigação classifica-se como uma pesquisa-ação (BARBIER, 2002), na qual o pesquisador deve adotar uma nova postura, aberta a observar e a participar do processo de pesquisa, que tem como foco a mudança de uma realidade prática. Quanto aos procedimentos, o estudo foi realizado em três etapas. Na etapa um, houve a caracterização e análise do cenário por meio do levantamento bibliográfico acerca do tema; ocorreu a construção de um produto educacional e a experimentação deste no contexto da prática de sala de aula e em encontros de formação continuada com professores de EFE, a fim de apresentar a estrutura do material e refletir sobre seu conteúdo. Na etapa dois, foi planejado e oferecido um curso de extensão, para dar subsídios teóricos acerca dos constructos da TSC, de modo que os participantes

---

<sup>2</sup> Aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Pedro Ernesto, sob o CAAE 30848614.0.0000.5259

pudessem colaborar no processo de avaliação da ferramenta educacional. O curso teve duração total de 30 horas divididas em duas partes complementares e interdependentes: aulas presenciais compostas por dois encontros de quatro horas cada uma, e uma parte *on-line*, com carga horária de 22 horas, realizada na Plataforma *Moodle*. Na etapa três, os dados coletados no curso foram interpretados e analisados, o que contribuiu para promover novos ajustes na ferramenta.

Do total de inscritos no curso de extensão, 23 participantes cumpriram os critérios de inclusão (realizaram todas as atividades propostas com, no mínimo, 75% de frequência e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) e foram eleitos como avaliadores da ferramenta educacional. Em relação à variável sexo, 3 eram do sexo masculino e 20 do sexo feminino. Quanto à formação inicial, 1 participante é graduado em Pedagogia e os demais são licenciados em diferentes áreas do conhecimento: Educação Física (3), Química (1), Letras (7), Ciências Sociais (1), História (2), Física (1), Matemática (1) e Filosofia (1). Havia um licenciando em Educação Física, 3 participantes formados em Psicologia com atuação na área do ensino e 1 participante informou ser da área da saúde, porém não especificou a formação. Em termos da formação em nível de pós-graduação, 5 participantes declararam não possuir pós-graduação, 10 possuem especialização, 2 concluíram curso de Mestrado, 2 possuem especialização e cursam mestrado, 2 são mestrandos e 1 possui pós-doutorado.

Com respeito ao nível de escolaridade e/ou modalidade de ensino em que os avaliadores atuam ou já atuaram, a distribuição das respostas foi abrangente, pois alguns dos respondentes parecem atuar em mais de uma modalidade ou segmento de ensino. Conforme Moreira (2016) salienta, a diversidade de formação dos avaliadores do produto educacional pode ser encarada como um fator positivo, tendo em vista que possibilita um olhar abrangente sobre a viabilidade e aplicabilidade do material didático e instrucional no contexto da sala de aula. Outra vantagem diz respeito à possibilidade de receber comentários acerca da viabilidade de problematização do tema transversal saúde em diferentes segmentos de ensino, uma vez que, de acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1997), esses temas são de responsabilidade de todos os professores da Educação Básica.

Os participantes, ao final do curso, responderam o questionário de avaliação sobre a aplicabilidade da ferramenta educacional intitulada “As Escolhas de Augustinho”<sup>3</sup>, por meio de um link do software *SurveyMonkey* e disponibilizado na plataforma *Moodle* no período de março a abril de 2017. O formulário de avaliação tinha 25 itens, que tratavam sobre quatro aspectos: i) aparência, organização e estrutura; ii) clareza e inteligibilidade; iii) implicações para o currículo e para o

---

<sup>3</sup> Disponível em: <<http://escolhasaugustinho.wixsite.com/escolhasdeaugustinho>>. Acesso em: 10 de outubro de 2017a.

planejamento; iv) potencial para favorecer processos de autorregulação. As respostas foram apresentadas sob a forma de escala tipo Likert de cinco pontos, com os seguintes pesos: concordo plenamente (5), concordo em parte (4), não concordo nem discordo (3), discordo em parte (2) e discordo totalmente (1).

Os dados quantitativos oriundos desse instrumento de avaliação foram analisados por meio de estatística descritiva. O grau de concordância referente à categoria aparência, organização e estrutura do material didático e instrucional variou entre 4,65 (mínimo) e 4,96 (máximo), valor bem próximo a 5, o que sugere uma primeira fonte de evidência da aplicabilidade do produto educacional. Com relação à categoria clareza e inteligibilidade, os avaliadores também apresentaram alto grau de concordância (média de 4,82) em relação aos itens propostos. Quanto à categoria implicações para o currículo e o planejamento, o grau médio de concordância entre as quatro declarações dessa categoria foi de 4,82. A última categoria objeto de análise se refere ao potencial que o material tem para favorecer processos de autorregulação. Assim como nas categorias anteriormente discutidas, os avaliadores, em sua maioria, mostraram elevado grau de concordância em relação aos itens que deviam ser julgados. Os valores mínimo e máximo de concordância foram 4,61 e 4,96, respectivamente.

De uma maneira geral, com base nos dados quantitativos provenientes do questionário de avaliação, é possível sugerir que os avaliadores demonstraram alto grau de concordância em relação à maioria dos itens apresentados. De maneira semelhante ao estudo de Moreira (2016), o caráter heterogêneo dos avaliadores viabilizou um olhar abrangente e que parece considerar a ferramenta educacional com potencial de ser aplicado no contexto da Educação Básica. Considerando-se os critérios de avaliação estabelecidos na pesquisa, os graus de concordância mínimo e máximo entre todos os 25 itens julgados foram 4,61 e 4,96, respectivamente, sugerindo a aplicabilidade do material. Os itens 2, 14, 16, 17 e 21 revelaram maiores graus de concordância, com médias ponderadas acima de 4,91. Esses itens se referem, respectivamente, à organização do material, ao potencial do material em ensinar o tema Educação em saúde, ao potencial do material em levar os alunos a refletir sobre suas crenças motivacionais, ao potencial do material em guiar o aluno a estabelecer metas e planejamentos estratégicos e, por fim, ao potencial que o material tem de instrumentalizar os alunos com estratégias de aprendizagem. Cabe salientar que nenhum dos 25 itens recebeu julgamento inferior a 4,6.

Ao analisar a avaliação das categorias utilizando apenas as respostas dos 4 professores de Educação Física, chegamos a um resultado semelhante ao apresentado com todos os participantes da pesquisa. O valor mínimo de concordância atribuído por esse grupo de participantes foi de 4,25 referente ao item 24 da categoria potencial para favorecer processos de autorregulação, que indaga



o avaliador se o material apresentado tem o potencial de favorecer a participação ativa dos estudantes no processo de aprendizagem, por meio da escuta atenta, do debate crítico e da disposição de se colocar no lugar do outro. Em relação às categorias aparência, organização e estrutura, bem como na categoria clareza e inteligibilidade os avaliadores concordaram totalmente com os itens propostos. Na categoria implicações para o currículo e o planejamento, os avaliadores apenas não concordaram totalmente com os itens 8 e 13, conferindo 4,75 como grau de concordância. O item 8 pedia que o juiz avaliasse se os problemas, as atividades e os exercícios apresentados no caderno do professor são coerentes com os conteúdos e conceitos que se deseja desenvolver a partir do material avaliado. No item 13, o sujeito devia avaliar se a forma como o material apresentado fornece elementos para análise de situações didáticas sob o ponto de vista interdisciplinar.

Esses dados sugerem que o produto educacional parece ser aplicável na prática pedagógica, tendo em vista os critérios de avaliação adotados nesta pesquisa. Ainda assim, reconhecemos as limitações que um estudo com uma amostra de 23 sujeitos tem em propor extrapolações sobre os resultados obtidos, por isso empregamos a técnica de análise de conteúdo, a fim de ampliar o olhar a respeito dos julgamentos feitos no instrumento de avaliação da ferramenta educacional.

Utilizamos a técnica de análise de conteúdo de Bardin (2011) para examinar as falas dos avaliadores nos espaços relativos a comentários e esclarecimentos do questionário, bem como para investigar os sentidos explícitos e latentes derivados da questão dissertativo-argumentativa acerca das percepções dos avaliadores sobre o curso de extensão. Os participantes podiam comentar, em caráter facultativo, acerca dos itens avaliados referentes ao material didático e instrucional. Em função de não ser uma tarefa obrigatória, nem todos os realizaram comentários ou esclarecimentos a respeito dos itens com os quais eles não concordaram em cada categoria avaliada.

Na análise do questionário de avaliação, adotamos um procedimento de categorização misto das unidades de sentidos. Ao fazer a leitura flutuante de todos os registros de comentários acerca das categorias avaliadas, foi possível notar que nem todos os trechos de esclarecimentos realizados pelos avaliadores estavam relacionados diretamente às categorias nas quais eles foram inseridos. Assim, na fase de exploração do material, iniciamos a codificação, a partir das categorias de análise estabelecidas *a priori*: aparência, organização e estrutura do material; clareza e inteligibilidade; implicações para o currículo e planejamento; e potencial para favorecer processos autorregulatórios. Depois, acrescentamos categorias que emergiram das falas dos avaliadores, dentre as quais destacamos: pontos positivos do material; pontos negativos do material; sugestões para orientar professores e alunos; e potencial para favorecer a autorregulação via tecnologias e mediação docente.

Em relação à categoria pontos positivos, há menções referentes à aparência, organização e estrutura do material. Nota-se que os avaliadores elogiaram a apresentação do material no formato de *website* como um aspecto interessante que o aproxima do cotidiano dos estudantes aos quais se destina. Além disso, os avaliadores valorizaram a facilidade de uso e de manuseio da ferramenta educacional. A estrutura de pontuação com a inserção de respostas imediatas, bem como a clareza da linguagem adotada ao longo das narrativas são outros pontos fortes relatados pelos avaliadores.

Quanto aos pontos negativos comentados sobre o material, foram destacados aspectos referentes à extensão das narrativas, considerada longa por alguns avaliadores. Um, em particular, sugeriu que para contornar esse entrave é necessário haver a mediação do professor durante a utilização da ferramenta educacional. Na categoria sugestões para orientar professores e alunos na utilização do material, houve uma proposta semelhante sobre a necessidade de mediação do professor para utilizar essa ferramenta, uma vez que o material não foi planejado para que o aluno realize as atividades, de forma autônoma, em sua casa, embora alguns participantes possam ter tido essa impressão.

Alguns autores salientam que o ensino direto e explícitos favorece a aprendizagem e o uso consciente de estratégias autorregulatórias, de modo que os alunos saibam por que e quando utilizá-las (VEIGA SIMÃO, 2004a; ROSÁRIO, NÚNEZ e GONZÁLEZ-PIENDA, 2007; ZIMMERMAN, 2002). Assim, na proposta da ferramenta educacional apresentada neste artigo, partimos da premissa de que o aluno aprenderá conceitos de alimentação saudável e de atividades físicas de forma autorregulada, com a mediação do professor, que fornecerá subsídios para que ele consiga aprender a estabelecer metas, planejar estrategicamente como alcançá-las, bem como compreender formas de automonitorar seus progressos.

No que se refere à categoria potencial para promover a autorregulação: tecnologias e mediação docente, há comentários sobre a riqueza de conceitos da TSC na história e no caderno de orientações ao professor, bem como questionamentos acerca da clareza de alguns enunciados de questões e da dificuldade de aplicação do material na ausência de equipamentos tecnológicos.

Considerando os dados quantitativos e qualitativos, os avaliadores parecem ter apontado o potencial e a aplicabilidade do material educacional. A análise quantitativa proveniente do questionário de avaliação serviu como ferramenta de ilustração da concordância dos avaliadores em relação aos itens das categorias de avaliação da ferramenta educacional. A análise de conteúdo de Bardin (2011) ampliou e esclareceu o olhar sobre os resultados quantitativos, à luz dos dados qualitativos obtidos no curso de extensão com professores e profissionais da Educação Básica. Trata-se de um confronto, um diálogo entre as falas dos participantes do curso de extensão em relação à ferramenta educacional e as reflexões descritas no diário de campo do pesquisador.

Realizamos análises de conteúdo das falas de professores de Educação Física separadamente e fizemos comparações entre os dados dos participantes externos e dos membros dos grupos de pesquisa das instituições envolvidas, o que nos permitiu concluir que os comentários específicos da disciplina de Educação Física não diferem daqueles dos demais participantes, o que corrobora a justificativa de que a ferramenta educacional ora apresentada pode ser utilizada por professores de diferentes disciplinas, adequando o que for necessário para ensinar seus conteúdos específicos. Essa conclusão pode ser corroborada por Moreira (2016) e Veiga Simão (2004a), que defendem o ensino de estratégias de autorregulação da aprendizagem como um conhecimento transversal e, portanto, comum às diversas disciplinas curriculares. Além da autorregulação da aprendizagem como um conteúdo transversal, há no material didático o tema transversal saúde como outro conteúdo curricular a ser discutido dentro de uma lógica pautada nos PCN's (BRASIL, 1997) na qual a saúde deve ser responsabilidade de toda a comunidade escolar.

## **INTERFACES ENTRE O TEMA TRANSVERSAL SAÚDE, A TSC E A FERRAMENTA EDUCACIONAL “AS ESCOLHAS DE AUGUSTINHO”: caminhos possíveis para o ensino de conteúdos conceituais de saúde nas aulas de educação física**

O material didático intitulado “As Escolhas de Augustinho” tem como finalidade servir como suporte para o desenvolvimento de estratégias de autorregulação para a adoção de hábitos saudáveis em adolescentes. Esta ferramenta educacional foi idealizada para turmas do Ensino Médio, para tratar pedagogicamente sobre o tema ginástica e sociedade, que viabiliza análises sobre: alimentação saudável e obesidade; atividade física, seus benefícios e acesso a equipamentos de lazer; corpo ideal e mídia; corpolatria; transtornos alimentares. O material é caracterizado como um *kit*, composto por uma história digital, disponibilizada em um *website*, e por um caderno com sugestões de atividades a serem desenvolvidas pelos professores. O quadro 02 apresenta a estrutura teórica do tema transversal saúde no material em questão em três planos: individual, interpessoal e comunitário.

Quadro 02 - Estrutura teórica do tema transversal saúde no material didático “As Escolhas de Augustinho” (Planos de ação e indicadores)

<i>Tema Transversal Saúde</i>	<i>Subtema: Alimentação e Obesidade</i>		
<i>Planos de ação</i>	<i>Individual</i>	<i>Interpessoal</i>	<i>Comunitário</i>
<i>Indicadores</i>	Escolhas feitas por Augustinho	Professores de Educação Física e/ou de Biologia ensinam noções sobre dieta.	Estado (escola) → acesso a alimentos saudáveis ou não na escola; ações sobre o marketing

	Pais e amigos colaboram na dieta e ajudam a lidar com frustrações ( <i>coping</i> ).	de alimentos (indicação nutricional em produtos).
--	--	---

**Fonte:** GOUVÊA, 2017c.

Essa esquematização do tema transversal saúde se fundamenta em três referenciais teóricos: Bandura (1998), PCN (BRASIL, 1997) e Busquets et al. (2001). Em comum, esse corpo teórico adota uma visão que enfoca a saúde, com olhar não apenas biológico, mas também psicossocial. A saúde é tematizada pedagogicamente na ferramenta educacional com a inclusão de conceitos sobre os seguintes tópicos: cuidado com o corpo; alimentação e obesidade; prática de exercícios e aparência corporal.

A estrutura teórica da ferramenta educacional deriva das pesquisas de intervenção com narrativas propostas por Rosário, Núñez e González-Pienda (2012). O constructo da modelação se refere às experiências aprendidas pela observação de modelos sociais que tenham características parecidas com as do observador, que cria, com isso, a sensação de que também é capaz de se comportar como o modelo (BANDURA, 1998). No quadro 03, Augustinho é ilustrado como um modelo para os leitores do material nos dois temas e Ryani é um modelo para Augustinho, pois revela ter conseguido perder peso utilizando estratégias autorregulatórias. A ferramenta educacional intitulada “As Escolhas de Augustinho” tem por objetivo viabilizar um diálogo interativo em aula, mantendo o caráter lúdico da EFE.

Quadro 03 - Estrutura teórica da TSC na ferramenta educacional “As Escolhas de Augustinho”

<b>9 trechos em cada um dos dois temas: alimentação e obesidade e atividade física</b>					
<b>Modelo PLEA</b>	<i>Narrativa</i>	<i>Modelação</i>	<i>Aspectos do processo autorregulatório</i>	<i>Critérios de pontuação</i>	
	Registro informal	Augustinho	Autoeficácia		Parâmetros da OMS
		Ryani	Metas		
			Automonitoramento		
			Busca de ajuda social		

**Fonte:** GOUVÊA, 2017b.

A narrativa tem um registro informal para se aproximar da linguagem do público-alvo e tornar a leitura do texto leve. Augustinho, protagonista da história, é um adolescente de 16 anos de uma escola pública do Rio de Janeiro que enfrenta dilemas típicos dessa faixa etária: sofre por amor, adora jogar videogames, come alimentos gordurosos e não costuma praticar atividades físicas<sup>4</sup>. Ele tem de fazer escolhas referentes a dois temas (alimentação e obesidade e atividade

<sup>4</sup> A noção de dilemas típicos dessa faixa etária não foi usada com a intenção de estereotipar o comportamento do adolescente. Segundo dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (IBGE, 2016), 56,1% dos adolescentes investigados revelaram ficar mais de três horas sentados jogando videogames, utilizando o computador ou fazendo

física), nos quais Augustinho observa e toma decisões sobre a própria saúde. Estratégias de autorregulação para a saúde são inseridas, de modo implícito e explícito, ao longo da narrativa de cada um dos temas. O personagem Ryani aparece como um exemplo de ajuda social para o protagonista alcançar suas metas de alimentação e de atividade física. No decorrer da leitura interativa, os estudantes não só se envolvem com a história, buscando refletir sobre os próprios hábitos de saúde e os do seu grupo a partir das aventuras de Augustinho e de seus companheiros, como também aprendem informações sobre saúde com base nos parâmetros da OMS. O modelo PLEA<sup>5</sup> estrutura cada etapa. Foi estabelecido um sistema de pontuação, a fim de induzir os alunos a fazer uma leitura atenta da narrativa para captarem as estratégias de autorregulação contidas na história. Dados da OMS servem como parâmetros para as escolhas de saúde do personagem Augustinho e para a pontuação máxima (de 1 a 3). Cada resposta é explicada textualmente e recomendações de leituras são dadas, via *hyperlinks*. Ao final, o aluno avalia suas escolhas e há uma lista de definições sobre os conceitos da TSC presentes na história.

Essa história foi escrita em um *website*<sup>6</sup>. Na tela inicial, há informações relativas ao objetivo da história, aos critérios de pontuação e à maneira pela qual o usuário do material deverá interagir com a ferramenta educacional. A partir dessa tela, o leitor será encaminhado a uma página que explicará quem é o protagonista Augustinho. Depois, o usuário escolherá o tema que deseja explorar, dando início, assim, à leitura interativa de nove trechos referentes ao tema optado. Na seção “espaço do professor”, há uma síntese da estrutura teórico-metodológica que fundamentou a construção da história, com a apresentação de quadros-resumo (Quadro 04), que detalham os constructos da TSC e os subtemas do tema transversal que estão presentes em cada trecho dos temas alimentação e obesidade e atividade física. Além disso, há um *link* para que os professores acessem o Caderno de Atividades com orientações ao professor que acompanha a história digital. Nesse Caderno são fornecidas cinco sugestões de atividades teórico-práticas que são mencionadas ao longo das narrativas da história-ferramenta e que podem ser vivenciadas, preferencialmente, antes da leitura da história. Há duas atividades sugeridas para o tema alimentação e obesidade e três

---

outras atividades. Além disso, a maioria dos adolescentes brasileiros pesquisados nessa pesquisa, 60,8%, foi classificada como insuficientemente ativa e 4,8% como inativa.

<sup>5</sup> Nesse modelo, há três fases cíclicas de planejamento (PL), de execução (E) e de avaliação (A), que se sobrepõem. Na fase de planejamento, o estudante define por que e o que deseja aprender e escolhe estratégias de aprendizagem para alcançar a meta. Na fase de execução, o aluno implementa seu plano, aplicando as estratégias previstas referentes à tarefa em questão, e monitora sua capacidade de alcançar a meta proposta. Na fase de avaliação, o discente analisa se as tarefas de aprendizagem desenvolvidas funcionaram como previsto, comparando a discrepância entre o resultado e as metas traçadas. Essa avaliação serve como subsídio para elaborar um novo planejamento, com estratégias para alcançar a meta estabelecida, a fim de minimizar a distância entre o que se deseja alcançar e o resultado efetivo (ROSÁRIO; TRIGO; GUIMARÃES, 2003).

<sup>6</sup> Disponível em: <<http://escolhasaugustinho.wixsite.com/escolhasdeaugustinho>>. Acesso em: 10 de outubro de 2017a.

propostas para o tema atividade física, que são descritas com o formato de plano de aula com a inclusão de: objetivos, duração estimada, materiais utilizados e procedimentos sugeridos.

Quadro 04 - Quadro-resumo da fase de execução do subtema atividade física no material didático “As Escolhas de Augustinho”

<i>Trecho da História</i>	<i>Constructos da TSC</i>	<i>Tema Transversal Saúde</i>
<b>Monitoramento objetivo</b>	<i>Automonitoramento, ajuda social</i>	<i>Benefícios da atividade física</i>
<b>Monitoramento subjetivo</b>	<i>Coping, crenças de autoeficácia</i>	<i>Adesão à atividade física</i>
<b>Momento preventivo de o Augustinho evitar lesões</b>	<i>Refazer o PLEA</i>	<i>Benefícios da atividade física e estética corporal</i>

Fonte: GOUVÊA, 2017b.

É importante salientar que, ao tratar sobre benefícios da atividade física na fase de execução do subtema atividade física (Quadro 04), o protagonista resolve gerar um debate, dizendo que está fazendo exercício para benefícios de saúde, não para ficar com o corpo esbelto pautado em parâmetros midiáticos. Nas palavras do protagonista Augustinho: “O meu [corpo] é gordinho, mas confiro meus índices de saúde frequentemente, para saber se está tudo certo. Será que todas as pessoas fazem isso? Não tenho a resposta certa. Só sei que me sinto feliz com o corpo que eu estou”<sup>7</sup>. Augustinho também se questiona sobre a forma que os corpos femininos são representados na mídia, refletindo se esses corpos representam a diversidade brasileira. Esses questionamentos do protagonista são estratégias para levar os alunos a pensar sobre os próprios hábitos de saúde, de modo a torná-los autônomos e equipados teoricamente para fazer escolhas conscientes sobre saúde, argumentos que se fundamentam em Bandura (1998) e em Rosário, Núñez e González-Pienda (2007).

Nas propostas sugeridas no Caderno de Atividades com orientações ao professor, os alunos são convidados a refletir sobre metas de alimentação e de atividade física, por meio da utilização de diários de nutrição e de monitoramento da atividade física semanal. Essas tarefas de autorregulação de comportamentos de saúde poderão ser mediadas pelo professor, levando os alunos a refletir sobre questões como: acesso a equipamentos de lazer adequados para a prática de atividades físicas; relação entre o estabelecimento de dietas e disparidades de renda e de acesso à alimentação saudável; e estabelecimento de dietas e influências midiáticas. Como apontam Rosário, Núñez e González-Pienda (2007), a ação docente em intervenções de autorregulação com narrativas contribui para a aprendizagem por uma série de razões: a) serve para dar voz e responsabilidade aos alunos; b) autonomia e capacidade de transpor os conhecimentos aprendidos para outras esferas da

vida; c) ensinar para a vida com exemplos cotidianos. Essas três contribuições ajudam a esclarecer alguns aspectos da ferramenta educacional.

No caso da ferramenta educacional descrita neste texto, cuja utilização tem como cenário as aulas de Educação Física, entende-se que para dar voz e responsabilidade aos alunos, a realização da leitura coletiva é uma estratégia didática interessante, com um debate posterior sobre as respostas assinaladas e sobre a opinião dos estudantes a respeito dos dilemas enfrentados pelo personagem. A autonomia está associada à capacidade de ler a história e relacionar situações enfrentadas pelo protagonista à vida deles, enquanto adolescentes. A escolha desse personagem adolescente tem o propósito de trazer exemplos cotidianos para ensinar os alunos para a vida, aprendendo aspectos da saúde que podem contribuir para a adoção consciente de hábitos saudáveis.

Ao propor essas atividades teórico-práticas em conjunto com a leitura da história, pretende-se que os alunos desenvolvam condições de agir ativamente na tomada de decisões em relação à adoção de estilos de vida saudáveis. Esse reconhecimento do aluno como um indivíduo capaz de atuar na modificação de seu próprio destino, a partir de informações e de estratégias autorregulatórias de saúde, é uma das potencialidades do material aqui proposto, que avança em relação a outros recursos didáticos que sugerem atividades de problematizações conceituais sobre o tema saúde, sem necessariamente ensinar estratégias autorregulatórias práticas para que os discentes consigam modificar seus comportamentos de saúde.

Na ferramenta educacional aqui proposta, a EFE deve ser entendida como uma disciplina na qual podem ser ensinados conteúdos de saúde, de maneira lúdica e teórico-prática, apresentando um olhar que não se restringe à dimensão da aptidão física, corroborando as propostas de autores que defendem uma abordagem multidimensional para o ensino de saúde (FERREIRA, 2001; DEVIDE, 2003; FERREIRA; OLIVEIRA; SAMPAIO, 2013). Escreve-se aqui do lugar de professores-pesquisadores da Educação Básica que compreendem que a disciplina EFE tem um escopo abrangente, englobando campos do conhecimento das áreas da saúde, da educação e das humanidades (BETTI, 1994).

Nesse sentido, a escolha da TSC se justifica pelo interesse em abordar a saúde, nas aulas de EFE, de forma ampla, entendendo que o indivíduo pode fazer escolhas intencionais e conscientes para a adoção de hábitos saudáveis, dentro de um modelo teórico que reconhece a influência entre o sujeito (fatores cognitivos, afetivos e biológicos) e o meio que o cerca (ambiente, ajuda social e infraestrutura disponível). Além disso, esse tipo de abordagem multidimensional da saúde está em consonância com os Parâmetros Curriculares Nacionais – PCN (BRASIL, 1997). Alguns estudos que abordam o tema transversal saúde nas aulas de EFE na Educação Básica costumam empregar estratégias didático-pedagógicas como o uso de vídeos associados a atividades práticas e a debates

(KNUTH; AZEVEDO; RIGO, 2007; SILVA, 2011). Ao propor atividades que levem os alunos a refletir sobre a infraestrutura disponível para a prática de atividades físicas e o tipo de alimentação ofertada na merenda escolar, utiliza-se como fundamentação o conceito de determinantes socioestruturais previsto no modelo de Bandura (1998, 2004). Esse tipo de proposta se deve à preocupação de evitar transformar as aulas sobre esse tema em uma mera teorização da prática, apropriando-nos das palavras de Betti (1994).

Ao elaborar uma ferramenta educacional a ser utilizada nas aulas de Educação Física, pretende-se ensinar conteúdos conceituais sobre saúde para alunos adolescentes, partindo da premissa advogada por Bandura (1998) de que o conhecimento puro e simples da importância de hábitos saudáveis não é condição suficiente para modificar os hábitos dos alunos. O autor defende que é importante ensinar os alunos o conhecimento sobre saúde articulado a estratégias autorregulatórias para que eles consigam promover o autocuidado para uma vida mais saudável.

Defende-se, portanto, o potencial da ferramenta educacional apresentada neste artigo como um instrumento pedagógico capaz de fomentar os níveis de autoeficácia dos alunos, a fim de que adotem estilos de vida saudáveis. Nesse sentido, concordamos com Bandura (1998), quando sugere que a função de um especialista (professor ou nutricionista) é de apontar as mudanças e indicar o que ainda precisa ser modificado, para que o indivíduo consiga atingir a meta de saúde almejada. A vantagem desse tipo de proposta de intervenção é trabalhar com a autoeficácia dos indivíduos para que eles direcionem seus esforços em mudar seus hábitos de saúde.

Na referida ferramenta educacional a inclusão do protagonista adolescente Augustinho tem a função de viabilizar que os alunos se identifiquem com características desse personagem, de modo a aumentar ou a desenvolver as crenças de autoeficácia de que também poderão adotar hábitos de alimentação saudável e de prática de atividades físicas. Ao longo da história, o protagonista utiliza estratégias de autorregulação como o estabelecimento de metas, de planejamentos estratégicos e o uso de instrumentos para automonitorar seus progressos (diários de alimentação e de atividade física). A mediação do professor é importante no sentido de ensinar explicitamente essas estratégias autorregulatórias aos alunos, de modo que os discentes saibam quando e por que utilizá-las. Além disso, a escolha de opções de hábitos saudáveis para o protagonista da história tem o potencial de desenvolver nos alunos adolescentes que utilizarão o material o senso de confiança de que também serão capazes de aplicar esses conteúdos aprendidos à vida cotidiana.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**



É possível dizer que a construção da ferramenta educacional “As Escolhas de Augustinho” representa uma proposta inovadora e que busca suprir uma lacuna referente à produção de materiais didáticos voltados ao ensino conceitual de saúde na EFE. É inovadora, porque, via de regra, o que se observa nas aulas desta disciplina são iniciativas propondo reflexões conceituais sobre o caráter multidimensional da saúde. Pela abordagem da saúde por meio da TSC, ressaltamos a necessidade de se incluir como pauta dos debates no campo da EFE, o protagonismo do estudante, como alguém capaz de olhar para a própria saúde, identificar suas fraquezas e fortalezas e selecionar estratégias autorregulatórias adequadas para a adoção de um estilo de vida saudável. Dados do IBGE (2016) ajudam a corroborar a relevância desse tipo de iniciativa, pois, ainda hoje, há um número significativo de adolescentes que têm comportamentos sedentários e que estão sujeitos a uma merenda escolar, em escolas públicas e privadas, constituída por alimentos considerados pouco saudáveis.

A aprendizagem de conceitos de saúde, na perspectiva da TSC, tem como pano de fundo constructos teóricos propostos por Bandura (1991, 1998 e 2004), entendendo a saúde por um viés psicossocial, que enxerga o indivíduo como alguém capaz de influenciar e ser influenciado pelo meio que o cerca. Além disso, defendemos o ensino de saúde na disciplina de EFE deve ir além de apresentar informações sobre os riscos e os benefícios da adoção de uma vida saudável, reconhecendo a existência de barreiras socioestruturais e a necessidade de buscar ajuda social quando for estabelecer suas metas de saúde. Dessa forma, propomos que sejam desenvolvidos estudos futuros a partir da implementação da história “As Escolhas de Augustinho” como um programa de intervenção destinado a ensinar estratégias autorregulatórias de aprendizagem de conceitos de saúde na escola, com o objetivo de fomentar conhecimentos referentes a hábitos saudáveis, tendo como conteúdo programático curricular o tema transversal saúde.

Tradicionalmente, as pesquisas acadêmicas que abordam o conceito de saúde na escola têm sido desenhadas para servir como modelos de intervenção, cujos protagonistas são os pesquisadores profissionais que atuam nas universidades. A pesquisa que deu origem a este artigo busca retornar para o “chão da escola”, intervindo na prática pedagógica. Devido à natureza do mestrado profissional em ensino, cujo foco é a formação de professores para as práticas de ensino e para a pesquisa, um dos desafios por nós assumidos, enquanto professores-pesquisadores, é apropriarmos de estudos, pesquisas, metodologias, para elaborar materiais didáticos que possam atender às demandas da prática docente. Em função disso, adotamos uma certa flexibilização na busca de estudos e de métodos empregados nos trabalhos com foco nos modelos de intervenção de caráter científico e adaptamos alguns desses modelos com vistas ao desenvolvimento de estratégias didáticas. Reconhecemos as limitações quanto à possibilidade de extrapolação dos resultados

científicos encontrados, mas nossa intenção está em promover materiais, reflexões e ações que tenham potencial para impactar o chão da escola. Trata-se de um caminho metodológico no qual pretendemos, enquanto professores-pesquisadores, utilizar a pesquisa para a prática pedagógica, entendendo a função da pesquisa científica como meio pedagógico e não como fim de comunicação de resultados acadêmicos somente.

A abordagem de Bandura (2004) nos têm servido para refletir sobre o processo de ensino em Educação Física e investir na tematização pedagógica da saúde, com base nos componentes centrais estabelecidos por esse autor: o provimento de informações confiáveis sobre riscos e benefícios dos diferentes estilos de vida; o ensino de estratégias autorregulatórias relacionadas a adoção de hábitos saudáveis; o desenvolvimento de crenças de autoeficácia; a criação de redes de apoio na busca de uma vida mais saudável .

Por fim, salientamos que o objetivo principal da presente pesquisa foi construir e avaliar a aplicabilidade da referida ferramenta educacional para utilizá-la no “chão da escola”, a fim de promover o ensino de hábitos saudáveis por meio da autorregulação nas aulas de Educação Física Escolar. Sendo assim, não se trata de um propósito exclusivamente acadêmico, mas sim um esforço de ampliar as formas de ensinar o conteúdo conceitual saúde na Educação Básica, a partir de um olhar que reconhece o indivíduo como agente da própria mudança, sem desconsiderar as responsabilidades do Estado em providenciar a infraestrutura adequada para a prática de atividades físicas e para a alimentação saudável nas escolas.

## REFERÊNCIAS

BANDURA, Albert. A Teoria Social Cognitiva na perspectiva da agência. In: BANDURA, Albert.; AZZI, Roberta. G; POLYDORO, Soely. **Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: Artmed, p. 69- 98, 2008.

BANDURA, Albert. Health promotion by social cognitive means. **Health Education & Behavior**, v.31, n.2, p.143-164, 2004.

BANDURA, Albert. Health promotion from the perspective of social cognitive theory. **Psychology and Health**, v.13, n.4, p.623-649, 1998.

BANDURA, Albert. Social cognitive theory of self-regulation. **Organization Behavior and Human Decision Processes**, v. 50, n.2, p.248-287, 1991.

BARBIER, René. **A pesquisa-ação**. Brasília: Liber Livro Editora, 2007.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BETTI, Mauro. Valores e finalidades na Educação Física Escolar: uma concepção sistêmica. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v.16, n.1, p.14-21, 1994.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais**: apresentação dos temas transversais, saúde/ Secretaria de Educação Fundamental. – Brasília: MEC/SEF, v.9, 1997. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro092.pdf>. Acesso em: 08 de fevereiro de 2016.

BUSQUETS, Maria Dolors. et al. **Temas transversais em Educação**: bases para uma formação integral. 6a. Edição. São Paulo: Editora Ática. 2001.

DEVIDE, Fabiano Pries. Educação física escolar como via de educação para a saúde. In: BAGRICHEVSKY, Marcos; PALMA, Alexandre; ESTEVÃO, Adriana. (Org.). **A saúde em debate na Educação Física**. Blumenau: Edibes, 2003.

FERREIRA, Heraldo Simões.; OLIVEIRA, Braulio Nogueira de; SAMPAIO, José Jackson Coelho. Análise da percepção dos professores de Educação Física acerca da interface entre a saúde e a educação física escolar: conceitos e metodologias. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 35, n.3, p.673-685, 2013.

FERREIRA, Marcos Santos. Aptidão física e saúde na Educação Física Escolar: ampliando o enfoque. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 22, n. 2, p. 41-54, jan. 2001.

GOUVÊA. Bruno S. **Caderno de atividades com orientação para o professor**: As escolhas de Augustinho: uma história ferramenta para discutir conceitos de saúde na escola. Mestrado Profissional em Práticas de Educação Básica – Colégio Pedro II. Rio de Janeiro, 2017b.

GOUVÊA. Bruno S. **Ensinar conceitos de saúde na escola**: o processo de construção de uma história-ferramenta fundamentada na autorregulação. 207 f. 2017. Dissertação (Mestrado Profissional em Práticas de Educação Básica) – Colégio Pedro II. Rio de Janeiro, 2017c.

GOUVÊA. Bruno S. **Uma história ferramenta sobre autorregulação para a saúde “As escolhas de Augustinho”**. 2016. Disponível em: <http://escolhasaugustinho.wixsite.com/escolhasdeaugustinho>. Acesso em: 10 de outubro de 2017a.

IAOCHITE, Roberto Tadeu.; NETO, Samuel de Souza. O ensino de hábitos saudáveis na escola: compartilhando experiências de um projeto PIBID em Educação Física. **XII EDUCERE, III SIRSSE, V SIPD. Cátedra UNESCO e IX ENAEH, 2015, Curitiba, PR. XII EDUCERE, III SIRSSE, V SIPD. Cátedra UNESCO e IX ENAEH**. Curitiba, PR: PUCPR, 2015. p. 28845-28857.

IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar**, 2015/IBGE, Coordenação de População e Indicadores Sociais. Rio de Janeiro: IBGE, 2016. Disponível em: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv97870.pdf> . Acessado em 21 de abril de 2017.

KNUTH, Alan Goularte; AZEVEDO, Mario Renato; RIGO, Luiz Carlos. A inserção de temas transversais em saúde nas aulas de Educação Física. **Revista Brasileira de Atividades Físicas e Saúde**, v. 12, n.3, p.73-78, 2007.

KULINNA, Pamela Hodges. School-based physical activity and health behaviors among adolescents. **Kinesiology Review**, v.2, n.1, p.55-60, 2013.

MARTIN, Jeffrey; KULINNA, Pamela. A social cognitive perspective of physical-activity-related behavior in Physical Education. **Journal of Teaching Physical Education**, v.24, n.3, p.265-281, 2005.

MOREIRA, Marcelle R. **Aprender a aprender - Estratégias de autorregulação da aprendizagem para a melhoria da compreensão leitora**. 2016. 224 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Práticas de Educação Básica) – Colégio Pedro II, Rio de Janeiro, 2016.

RAMIREZ, Ernesto; KULINNA, Pamela; COTHRAN, Donetta. Constructs of physical activity behaviour in children: the usefulness of social cognitive theory. **Psychology of sport and exercise**, v. 13, n.3, p. 303-310, 2012.

ROSÁRIO, Pedro; NÚNEZ, José C.; e GONZÁLEZ-PIENDA, Júlio. **Auto-Regulação em Crianças Sub-10: Projecto Sarilhos do Amarelo**. Porto Editora, 2007.

ROSÁRIO, Pedro; NÚNEZ, José; GONZÁLEZ-PIENDA, Júlio. **Cartas do Gervásio ao seu Umbigo: comprometer-se com o estudar na educação superior**. São Paulo: Almedina, 2012.

ROSÁRIO, Pedro; TRIGO, João; GUIMARÃES, Carina. Estórias para estudar, histórias sobre o estudar: narrativas auto-regulatórias na sala de aula. **Revista Portuguesa de Educação**, v.16, n.2, p.117-133, 2003.

SILVA, Angélica. Tematizando o discurso da mídia sobre saúde com alunos do Ensino Médio. **Motrivência**, ano XXIII, n. 37, p.115-122, 2011.

SILVA, Katia R. X. P.; ALVES, Verônica P. O sujeito que aprende na perspectiva da Teoria Social Cognitiva (TSC). In: SILVA, Katia R. X. P.; e MOREIRA, Marcelle R. (Org.). **Teoria Social Cognitiva e a formação do professor pesquisador: reflexões, pesquisas e práticas**. Curitiba: CRV, 2016, p. 53-67.

VEIGA SIMÃO, A. M. (Org.). **Aprendizagem auto-regulada pelo estudante: perspectivas psicológicas e educacionais**. Porto: Porto Editora, 2004b, p.96-106.

## NOTAS DE AUTOR

### AGRADECIMENTO

Ao Programa de Mestrado Profissional em Práticas de Educação Básica do Colégio Pedro II do Rio de Janeiro que viabilizou a execução deste trabalho.

### CONTRIBUIÇÃO DE AUTORIA

**Concepção do manuscrito:** B. S. Gouvêa, K. R.X. Silva

**Coleta de dados:** B. S. Gouvêa, K. R.X. Silva

**Análise de dados:** B. S. Gouvêa, K. R.X. Silva

**Discussão dos resultados:** B. S. Gouvêa, K. R.X. Silva

**Produção do texto:** B. S. Gouvêa

**Revisão e aprovação:** K. R.X. Silva

## FINANCIAMENTO

Não se aplica.

## CONSENTIMENTO DE USO DE IMAGEM

Não se aplica.

## APROVAÇÃO DE COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

Aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Pedro Ernesto, sob o CAAE 30848614.0.0000.5259.

## CONFLITO DE INTERESSES

Não se aplica.

## LICENÇA DE USO

Os autores cedem à **Motrivivência - ISSN 2175-8042** os direitos exclusivos de primeira publicação, com o trabalho simultaneamente licenciado sob a [Licença Creative Commons Attribution Non-Comercial ShareAlike](#) (CC BY-NC SA) 4.0 International. Esta licença permite que **terceiros** remixem, adaptem e criem a partir do trabalho publicado, desde que para fins **não comerciais**, atribuindo o devido crédito de autoria e publicação inicial neste periódico desde que adotem a mesma licença, **compartilhar igual**. Os **autores** têm autorização para assumir contratos adicionais separadamente, para distribuição não exclusiva da versão do trabalho publicada neste periódico (ex.: publicar em repositório institucional, em site pessoal, publicar uma tradução, ou como capítulo de livro), com reconhecimento de autoria e publicação inicial neste periódico, desde que para fins **não comerciais e compartilhar com a mesma licença**.

## PUBLISHER

Universidade Federal de Santa Catarina. Programa de Pós-Graduação em Educação Física. LaboMídia - Laboratório e Observatório da Mídia Esportiva. Publicado no [Portal de Periódicos UFSC](#). As ideias expressadas neste artigo são de responsabilidade de seus autores, não representando, necessariamente, a opinião dos editores ou da universidade.

## EDITORES

Mauricio Roberto da Silva, Giovani De Lorenzi Pires, Rogério Santos Pereira.

## HISTÓRICO

Recebido em: 08 de outubro 2018.

Aprovado em: 25 de março de 2019.