

MODALIDADE: () PIBID (X) Residência Pedagógica () Pró-Licenciatura () Demais licenciaturas

O ESTUDO DOS HORMÔNIOS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: relato de experiência de uma bolsista

Ana Flávia Bueno Reis¹; Ricardo Aparecido Avelino²

RESUMO

O Programa Residência Pedagógica foi criado para promover aos graduandos de licenciatura a integração na educação básica, proporcionando experiências e conhecimentos acerca da prática docente. Portanto, este trabalho tem como objetivo relatar a vivência de uma bolsista do curso de educação física no programa, com atuação no ensino médio do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais *Campus* Muzambinho. Durante o bimestre, foi desenvolvido o estudo sobre Hormônios e a sua relação com o desenvolvimento corporal: o que eles fazem; o que é sistema hormonal; o desenvolvimento e a maturação; a relação com a saúde física, emoções e exercícios físicos. O conteúdo foi ministrado pelos residentes responsáveis por cada turma e pelo professor preceptor, de forma remota devido ao afastamento das aulas presenciais ocasionado pela pandemia da Covid-19. Deste modo, o relato apresenta as percepções acerca do tema trabalhado nas aulas, a percepção dos alunos e a exposição dessa experiência em ensino remoto.

Palavras-chave: Educação Física escolar; Ensino médio; Residência Pedagógica.

1 INTRODUÇÃO

O intuito do Programa Residência Pedagógica (RP) é integrar a Política Nacional de Formação de Professores, tendo como objetivo oportunizar aos alunos dos cursos de Licenciatura, ainda na graduação, a vivência na educação básica, incluindo regência de sala de aula e intervenções acompanhadas do professor preceptor. Sendo assim, o Programa proporciona aos estudantes habilidades e competências que lhes permitam realizar um ensino de qualidade nas escolas de educação básica.

A disciplina Educação Física tem como propósito inserir o educando no universo da cultura corporal, relacionando a teoria com a prática, todavia o trabalho busca apresentar a realidade das aulas durante o período de ensino remoto ocasionado pela pandemia da Covid-19.

O surgimento da Covid-19 levou as autoridades dos países a implementar medidas de proteção, com o intuito de diminuir a propagação do vírus. Sendo assim, a medida mais difundida pelas autoridades foi a prática do distanciamento social (BEZERRA *et. al*, 2020), essa medida fez com que a população mudasse os hábitos diários, como os de estudo, além disso, a maioria dos trabalhos passou a ser em formato remoto, a necessidade de adaptação à nova realidade não foi diferente para o ensino da Educação Física escolar. Desse modo, este relato tem como objetivo apresentar a experiência vivenciada por uma bolsista do Programa de Residência Pedagógica, atuante no curso de Licenciatura

¹ Licencianda em Educação Física, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais (IFSULDEMINAS) *Campus* Muzambinho. E-mail: anaflaviab72@gmail.com

² Docente IFSULDEMINAS *Campus* Muzambinho. E-mail: ricardoavelino.muz@ifsuldeminas.edu.br

em Educação Física, em relação ao estudo sobre os hormônios e a sua relação com o desenvolvimento corporal: o que eles fazem; o que é sistema hormonal; o desenvolvimento e a maturação; a relação com a saúde física, emoções e exercícios físicos.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Conforme Sousa e Barroso (2019) apontam, é no momento de imersão na escola que o licenciando poderá aproximar-se da realidade de sua área de formação, produzindo experiências formativas, que o ajudarão a compreender o “ser docente”, estabelecendo uma relação entre teoria e prática, que o direciona para o exercício profissional no futuro.

Em consequências da nova realidade do ensino escolar e suas mudanças, devido à pandemia da Covid-19, Miragem e Almeida (2021) pontuam que as mudanças provocadas por esse cenário nos convocam a assumir o nosso protagonismo e estimularmos nossa capacidade de reaprender a ver a EF a partir de um entendimento ou redefinição das especificidades deste componente curricular “no mundo”, na produção do conhecimento e nas práticas pedagógicas (FENSTERSEIFER, 2006).

Diante do tema planejado para as aulas, é conceituado pelos autores Canali e Kruehl (2001) que os hormônios são substâncias químicas secretadas por células especializadas ou glândulas endócrinas para o sangue, para o próprio órgão ou para a linfa, em quantidades normalmente pequenas e que provocam uma resposta fisiológica típica em outras células específicas. Os hormônios são reguladores fisiológicos, eles aceleram ou diminuem a velocidade de reações e funções biológicas que ocorrem mesmo na sua ausência, mas em ritmos diferentes, e essas mudanças de velocidade são fundamentais no funcionamento do corpo humano (SCHOTTELIUS; SCHOTTELIUS, 1978).

2 MATERIAL E MÉTODOS

Este relato foi desenvolvido em uma instituição federal de ensino, na cidade de Muzambinho/MG, com as turmas de 1º e 2º anos do ensino médio técnico integrado, na disciplina de Educação Física. O tema proposto pelo professor regente foi hormônios e sua relação com o desenvolvimento corporal, tema esse muito instigante para a idade em que os alunos estão, devido ao período de maturação.

Os materiais utilizados nas aulas foram produzidos pelos residentes, constituíram-se de apostilas e vídeos, os quais deram um suporte ao conteúdo das apostilas, para melhor aprofundamento dos estudos. Os conteúdos presentes nas apostilas foram: introdução ao sistema hormonal e a sua relação com o desenvolvimento corporal (o que são; o que fazem e o desenvolvimento corporal); desenvolvimento e maturação (os hormônios e as nossas fases da vida); hormônios (sua relação com a saúde física, as emoções e exercícios físicos; relação com o exercício físico). Todas as apostilas foram disponibilizadas na plataforma virtual da instituição e nos grupos de WhatsApp, para que os alunos pudessem fazer a leitura das propostas tematizadas e discuti-las em sala de aula no Google Meet semanalmente.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Houve um aceitamento muito grande sobre o tema tratado, tendo em vista que o estudo sobre os hormônios é muito relevante e tem uma busca ainda maior no período da adolescência. Os hormônios são essenciais às nossas vidas, exercem ações fundamentais em todas as fases, no crescimento, no desenvolvimento, desde a vida intrauterina, na diferenciação e maturação sexual, na capacidade de reprodução, no armazenamento e mobilização das nossas reservas energéticas, entre outros (CAVALCANTI, 2020).

Durante as aulas remotas, no estudo das apostilas e dos vídeos, foi questionada pelos alunos a relação dos hormônios com o emagrecimento, a qual foi explicada pelo professor de acordo com as fundamentações obtidas ao longo da formação dele. Esse questionamento nos fez refletir muito, pois esse é um processo muito procurado, ainda mais na adolescência, quando eles começam a se preocupar mais com a aparência física, tendo em vista os padrões ditados pela sociedade.

Com isso, durante a aula, fizemos um breve comentário relacionando os benefícios de práticas saudáveis em busca de um corpo esteticamente bonito e não padronizado, além da busca de uma saúde melhor. Há diversos estudos que apontam a importância dos indivíduos se manterem ativos e seus efeitos positivos na saúde física, mental e social. Conforme Hallal *et al.* (2010), a prática de atividade física na adolescência está relacionada com benefícios tanto a curto quanto a longo prazo para a saúde. Além dos efeitos diretos sobre a saúde, a atividade física na adolescência está relacionada com a maior probabilidade de prática de atividade física na idade adulta, gerando um efeito indireto sobre a saúde futura.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se neste relato que é possível uma boa adaptação das aulas de Educação Física escolar para o ensino remoto, motivando os alunos com temáticas pertinentes ao conteúdo da disciplina. Todos esses ganhos trouxeram benefícios aos residentes, que ampliaram suas experiências formativas durante o período de isolamento social.

O resultado do trabalho foi positivo, abrangendo o conhecimento dos alunos em relação ao seu próprio corpo e a reflexão em termos fisiológicos, muitas vezes, desconhecidos. Além disso, a Educação Física escolar deve abordar a cultura corporal, da fisiologia do exercício, oportunizando uma aprendizagem aos alunos que os tornem seres humanos críticos, como relatado nessa experiência.

AGRADECIMENTOS

Bolsista do Programa Institucional de Residência Pedagógica – RP, da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – CAPES – Brasil.

REFERÊNCIAS

BEZERRA, Anselmo César Vasconcelos; SILVA, Carlos Eduardo Menezes da; SOARES, Fernando Ramalho Gameleira; SILVA, José Alexandre Menezes da. Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 25, n. 1, p. 2411-2421, jun. 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232020006702411&script=sci_arttext. Acesso em: 30 jan. 2022.

CANALI, Enrico Streliaev; KRUEL, Luiz Fernando Martins. Respostas Hormonais ao Exercício. **Revista Paulista Educação Física**, v. 15, n. 2, p. 141-153, jul./dez. 2001. Disponível em: https://atividadefisicaesaudebh.webnode.com/_files/200000075-3623d371dd/ARTIGO%207%20-%20Respostas%20Hormonais%20ao%20Exerc%C3%ADcio.pdf. Acesso em: 06 mar. 2022.

CAVALCANTI, Ney. Os hormônios e as nossas fases da vida. **Folha de Pernambuco**, Pernambuco, 04 jan. 2020. Disponível em: <https://www.folhape.com.br/noticias/os-hormonios-e-as-nossas-fases-da-vida/126714/>. Acesso em: 30 jan. 2022.

HALLAL, Pedro Curi; KNUTH, Alan Goularte; CRUZ, Danielle Keylla Alencar; MENDES, Maria Isabel; MALTA, Deborah Carvalho. Prática de atividade física em adolescentes brasileiros. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 15, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/hQTGBQxmpTKMQg7p4X7gSKh/abstract/?lang=pt&format=html#>. Acesso em: 30 jan. 2022.

MIRAGEM, Antônio Azambuja; ALMEIDA, Luciano de. Potencialidades e limitações da Educação Física no ensino remoto: o efeito da pandemia no componente curricular. **Movimento**, v. 27, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/mov/a/HQ3q73vVQhWtWdBH5YS5cnD/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 30 jan. 2022.

SOUZA, Daiane Araújo de; BARROSO, Mateus Lemos. A formação inicial docente em Educação Física a partir do Programa de Residência Pedagógica: um relato de experiência. **PEMO**, v. 1, n. 2, p. 1-15, 2019. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/revpemo/article/view/3570/3125>. Acesso em: 30 jan. 2022.