

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

HORMÔNIOS COMO TEMÁTICA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

Marcos Vinícius Marcelino de Oliveira¹; Ricardo Aparecido Avelino²

RESUMO

Este relato aborda nosso olhar sobre a experiência de se trabalhar com o tema “Hormônios” nas aulas de Educação Física no ensino médio em uma instituição de ensino federal, como parte do Programa Residência Pedagógica . O trabalho foi realizado e disponibilizado por meio de material digital na plataforma da própria instituição. Utilizamos como metodologia uma produção semanal de conteúdos para apresentar conceitos sobre o tema por meio de produções textuais e videoaulas disponibilizadas na plataforma para auxiliar os alunos nas aulas síncronas e assíncronas. Os resultados obtidos na conclusão da experiência a partir da avaliação realizada foram satisfatórios, concluindo o objetivo de apresentar a relação dos hormônios com a saúde e a prática de exercícios físicos.

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

1 INTRODUÇÃO

A Residência Pedagógica, articulada com os demais programas da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), tem como premissas básicas o entendimento de que a formação de professores nos cursos de licenciatura deve assegurar aos seus egressos habilidades e competências que lhes permitam realizar um ensino de qualidade nas escolas de educação básica (CAPES, 2020).

A partir das ações que o Programa Residência Pedagógica (RP) propõe aos seus residentes, apresentamos uma experiência realizada em uma instituição federal de ensino, na cidade de Muzambinho/MG. Assim, será relatada toda a metodologia utilizada para apresentar o tema "Hormônios" para alunos do ensino médio, bem como os resultados obtidos.

Neste sentido, durante quatro semanas do último bimestre de 2021, com dois encontros por semana, sendo um síncrono e um assíncrono, os residentes produziram um material digital na plataforma da instituição, o qual continha um texto de apoio e vídeos explicativos para a aula

¹ Licenciando em Educação Física, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais (IFSULDEMINAS) *Campus* Muzambinho. E-mail: mvnino28@gmail.com

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

assíncrona da semana. Para a aula síncrona, foram produzidos slides que eram apresentados aos alunos pelos residentes e o professor supervisor do estágio. Ao final, abríamos espaço para as perguntas e para tirar as dúvidas. Foi uma experiência positiva na qual conseguimos abordar um tema pertinente à faixa etária dos alunos, havendo muitas dúvidas da parte deles, as quais foram sanadas. A esse respeito, Coutinho (2011, p. 1) diz:

A adolescência compreende um complexo processo de maturação que transforma a criança em adulto. A puberdade reúne os fenômenos biológicos da adolescência, possibilitando o completo crescimento somático e a maturação hormonal que asseguram a capacidade de reprodução e de preservação da espécie.

Trabalhar com o tema hormônios é essencial nas aulas de Educação Física escolar e, a esse respeito, Guyton e Hall (1997, p. 1) destacam que “Todas as funções do corpo humano e dos vertebrados de uma maneira geral são permanentemente controladas em estado fisiológico por dois grandes sistemas que atuam de forma integrada: o sistema nervoso e o sistema hormonal”. Dessa forma, este trabalho tem como objetivo relatar uma experiência na qual contextualizamos a alunos do ensino médio a relação dos hormônios com a saúde, as emoções e os exercícios físicos.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A partir da proposta de se trabalhar a relação dos hormônios com a saúde e a prática de exercícios físicos, torna-se importante o conhecimento do que é um hormônio. Um hormônio é uma substância química secretada 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 (CANALI; KRUEL, 2001).

Schottelius e Schottelius (1978) reforçam que os hormônios são reguladores fisiológicos, eles aceleram ou diminuem a velocidade de reações e funções biológicas que acontecem mesmo na sua ausência, mas em ritmos diferentes, e essas mudanças de velocidade são fundamentais no funcionamento do corpo humano.

Por isso, Noakes (1987) afirma que as alterações hormonais são vistas como uma forma de monitorar o estresse imposto pelo organismo diante da rotina de exercícios físicos e em estados de sobretreinamento.

Complementando, Guyton e Hall (1997) asseveram que em relação à saúde os hormônios funcionam como intermediários entre a elaboração da resposta pelo sistema nervoso e a efetivação dessa resposta, melhorando o funcionamento do organismo. Portanto, considera-se o sistema hormonal um controlador das funções corporais.

3 MATERIAL E MÉTODOS

Para as aulas assíncronas, a construção do material textual foi realizada pelos estagiários por meio de um documento na plataforma Canva, e as videoaulas, gravadas como material de apoio, foram postadas no YouTube; todo esse material também foi postado na plataforma utilizada pela instituição. Para as aulas síncronas, os slides apresentados durante os encontros também foram produzidos na plataforma Canva e apresentados aos alunos em videochamada no Google Meet.

A comunicação entre os estagiários também foi realizada de maneira síncrona no Google Meet e, de maneira assíncrona, pelo WhatsApp. Após a finalização do material e antes de ser postado na plataforma da instituição ou ser apresentado para os alunos nos encontros semanais, o professor orientador do estágio avaliava e sugeria correções, quando necessário; após as devidas correções, o material era postado.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A Portaria nº 544, de 16 de junho de 2020, do Ministério da Educação “Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a situação de pandemia do novo coronavírus - Covid-19” autorizando, em caráter excepcional, a substituição das disciplinas presenciais por atividades utilizando recursos educacionais digitais em cursos regularmente autorizados (BRASIL, 2020).

Com isso, a manutenção das atividades de ensino durante a pandemia de Covid-19 em instituições de ensino básico exigiu adaptação pedagógica e replanejamento didático de disciplinas no ensino presencial (RIES; ROCHA; SILVA, 2020). Havendo uma preocupação em trazer um ótimo método de avaliação para os alunos, os resultados na conclusão da experiência foram obtidos por meio de uma avaliação na qual os estagiários discutiram e decidiram com o professor orientador que fosse realizada no site Wordwall, por meio de um questionário com uma série de perguntas de múltipla escolha.

A média de participação na avaliação foi de 70 % dos alunos; em relação às notas, a média foi de 80 % de acerto em relação às questões, superando nossas expectativas e concluindo o objetivo.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao refletir sobre a forma de se trabalhar durante a pandemia, a metodologia utilizada para introduzir o tema nas aulas foi positiva para um ensino remoto. O conjunto de resultados positivos nas aulas e na avaliação mostrou a potencialidade de ensino-aprendizagem e a possibilidade de adequações para os alunos considerando as limitações de cada um em participar das aulas.

Assim, diante do trabalho realizado e dos resultados obtidos, pode-se concluir que o objetivo

de se trabalhar o tema hormônios e sua relação com a saúde e a prática de exercício físico foi alcançado, mostrando para os alunos como esse tema está relacionado ao bom funcionamento do organismo e suas condições gerais.

AGRADECIMENTOS

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

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. Portaria N° 544, de 16 de junho de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a situação de pandemia do novo coronavírus - Covid-19, e revoga as Portarias MEC n° 343, de 17 de março de 2020, n° 345, de 19 de março de 2020, e n° 473, de 12 de maio de 2020. **Diário Oficial da União**, Poder Executivo, Brasília, DF, 17 jun. 2020. Seção: 1, p. 62.

CANALI, Enrico Streliaev; KRUEL, Luiz Fernando Martins. Respostas hormonais ao exercício. **Rev. Paul. Educ. Fís.**, v. 15, n. 2, p. 141-153, dez. 2001.

CAPES. **Programa de Residência Pedagógica**. 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/capes/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/educacao-basica/programa-residencia-pedagogica#:~:text=O%20Programa%20de%20Resid%C3%Aancia%20Pedag%C3%B3gica,segunda%20metade%20de%20seu%20curso..> Acesso em: 02 mar. 2022.

COUTINHO, Maria de Fátima Goulart. Crescimento e Desenvolvimento na Adolescência. **Revista de Pediatria Soperj**, v. 12, n. 1, p. 28-34, ago. 2011.

GUYTON, A.C.; HALL, J.E. **Tratado de fisiologia médica**. 9.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1997.

NOAKES, Timothy D.. Effect of exercise on serum enzyme activities in humans. **Sports Medicine**, v. 4, n. 4, p. 245-267, 1987. Springer Science and Business Media LLC. <http://dx.doi.org/10.2165/00007256-198704040-00003>.

RIES, Edi Franciele; ROCHA, Virginia Margareth Possatti; SILVA, Carlos Gustavo Lopes da. Avaliação do ensino remoto de Epidemiologia em uma universidade pública do Sul do Brasil durante pandemia de COVID-19. **SciELO Preprints**, v. 1, n. 1, p. 1-20, 28 ago. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/scielopreprints.1152>.

SCHOTTELIUS, B.A.; SCHOTTELIUS, D.D. **Textbook of physiology**. 18. ed. Saint Louis: C.V. Mosby, 1978.