



RECREIO CULTURAL: ANÁLISE DOS ESTILOS DE VIDA E ASPECTOS DA QUALIDADE DE VIDA EM CRIANÇAS

Robson de Melo Carvalho¹, Maria Josely Figueiredo Gomes², Kadydja Karla Nascimento Chagas³

¹ Graduando do 5º período do curso de Gestão Desportiva e de Lazer – Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do RN – IFRN. E-mail: robin_ho_27@hotmail.com

² Profa. Dra. em Atividade Física para a Saúde – Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do RN – IFRN. E-mail: josely.gomes@ifrn.edu.br

³ Mestre em educação pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN / E-mail: kadydja.chagas@ifrn.edu.br.

RESUMO

O presente estudo tem como finalidade analisar o nível de atividade física presente no projeto “recreio cultural”, desenvolvido na escola municipal Angélica de Almeida Moura, Natal/RN entre crianças do 4º ao 5º ano do ensino fundamental I durante o intervalo das aulas, avaliando como se dá a influência das atividades físicas, presente nas práticas de lazer durante o recreio. O estudo se encontra em desenvolvimento, mas se utilizará do método etnográfico, caracterizando uma abordagem qualitativa tendo como instrumento a observação assistemática da realidade das crianças dentro do projeto da referida escola. Em análise preliminar, constata-se que o projeto tem uma grande absorção por parte das crianças e que estas, por sua vez, são mais adeptas de jogos ativos como a queimada e o futebol. Estas atividades, por sua vez, são as que mais desempenham perda calórica nas crianças, por se tratarem de práticas que envolvem a corrida, o salto e a agilidade – de uma forma mais geral.

Palavras-Chaves: Lazer. Qualidade de Vida. Atividade Física.

¹ Graduando do 5º período do curso de Gestão Desportiva e de Lazer – Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do RN – IFRN. E-mail: robin_ho_27@hotmail.com

² Profa. Dra. em Atividade Física para a Saúde – Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do RN – IFRN. E-mail: josely.gomes@ifrn.edu.br

³ Mestre em educação pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN / E-mail: kadydja.chagas@ifrn.edu.br.



1. INICIAÇÃO CIENTÍFICA: PRIMEIROS PASSOS

O presente estudo faz parte de um projeto de iniciação científica, ganho em edital oferecido pelo Programa de Bolsa de Iniciação Científica (PIBIC) e pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte – IFRN em 2012. Onde o objetivo deste estudo é analisar o nível de atividade física presente no projeto “*recreio cultural*” que é desenvolvido na escola municipal Angélica de Almeida Moura, Natal/RN com crianças do 1º ao 6º ano do ensino fundamental I em ambos os turnos.

Nesse estudo específico, iremos apontar alguns dados introdutórios, a respeito de como as práticas de lazer (interesses físicos) realizadas no intervalo – direcionando a duas turmas, uma do 4º e outra do 5º ano da referida escola no turno vespertino – podem combater o sedentarismo.

O projeto “*recreio cultural*” incentiva à prática da atividade física, intelectual, social e cultural, assim como o uso dos preceitos básicos da informática às crianças do 1º ao 6º ano do ensino fundamental⁴ I durante o intervalo das aulas. Este projeto fora inserido na escola Angélica de Almeida Moura no ano de 2010 por iniciativa dos próprios professores da escola, que sentiram a necessidade de ocupar de uma forma mais educativa e produtiva as crianças na hora do intervalo.

Conforme o que foi dito anteriormente sobre o objetivo do projeto “*recreio cultural*”, que apesar de não ter o foco exclusivamente no estímulo das práticas de atividades físicas (AF), este tem como um dos objetivos diminuir o sedentarismo infantil, através do incentivo as práticas físicas, que gradativamente têm sido incorporadas ao estilo de vida destas crianças.

Sabe-se que o estilo de vida ocidental está ligado ao comodismo o que faz com que as práticas esportivas sejam deixadas de ser a preferência entre as escolhas das crianças, realizando assim, cada vez com mais frequência as atividades passivas (TV, games e etc). Entretanto, em posição contrária a esse estilo de vida, Nahas (*apud* VILARTA; GONÇALVES, 2004. p.46) chama a atenção para a vida saudável, destacando a ideia de que a prática da atividade física gera um estilo de vida positivo, ou seja, hábitos saudáveis, evitando males como a morbidade e a mortalidade. Compreende-se por hábitos saudáveis:

⁴ Séries com que a escola trabalha.



Vários são os hábitos e os comportamentos que contribuem para influenciar o estilo de vida das coletividades e, conseqüentemente, a qualidade das ações realizadas pelas pessoas integradas em seu meio. Entre todos os comportamentos saudáveis conhecidos, destacamos: hábitos alimentares que respeitem as necessidades biológicas [...]; praticar atividade física apropriada [...]; dedicar-se ao lazer não-sedentário, baseando em ações que envolvam atividade esportiva, hobbies ou trabalho voluntário. (VILARTA; GONÇALVES, 2004. P. 46-47).

Tomando como base a ideia de estilo de vida e vida saudável, este trabalho tem o importante objetivo de aferir o nível de atividade física de crianças praticada dentro da escola, haja vista, que o município de Natal/RN é considerado o mais sedentário do Brasil, segundo estudo do Instituto de Cardiologia (2010) e o sedentarismo tem conseqüências desastrosas a saúde tanto de adultos quanto de crianças.

Como metodologia, este estudo⁵ utilizará uma abordagem qualitativa, constituindo-se de entrevistas abertas com as crianças do 4º ao 5º ano do ensino fundamental I e com pais e professores. Utilizando-se também da estratégia do estudo de caso e da pesquisa etnográfica visando compreender através da observação assistemática como se dá o comportamento das crianças da escola municipal Angélica A. Moura referente às práticas físicas do projeto “*recreio cultural*”.

2. RECREIO CULTURAL

“Recreio Cultural”. Título de um projeto desenvolvido escola estadual Angélica de Almeida Moura, Natal/RN. O projeto fora inserido/desenvolvido na escola no ano de 2010 por iniciativa dos próprios professores, que sentiram a necessidade de ocupar de uma forma mais educativa e produtiva as crianças na hora do intervalo, criando assim, estratégias de aprendizado e diminuindo as atividades desorganizadas.

O projeto incentiva à prática da atividade física, intelectual, social e cultural, assim como o uso dos preceitos básicos da informática à crianças do 1º ao 6º ano do ensino fundamental I (séries com que a escola trabalha) durante o intervalo das aulas.

Como procedimento para a aplicação das brincadeiras e jogos, o “*recreio cultural*” divide as crianças por turmas em modalidades; momento leitor, esportivo, relaxante, lógico,

⁵ Estudo ainda está em processo de desenvolvimento.



dançante, livre e cultural. Embora, as atividades sejam designadas às crianças, a escolha do que fazer é pessoal, configurando assim a ideia de gratuidade do lazer proposta por Dumazedier em **Sociologia Empírica do Lazer**, não havendo assim uma obrigação de praticar determinada atividade.

As atividades da sociedade não mais são regradadas em sua totalidade por obrigações rituais impostas pela comunidade. Pelo menos uma parte destas atividades escapa aos ritos coletivos, especialmente o trabalho e o lazer. Este último depende da livre escolha dos indivíduos, ainda que os determinismos sociais se exerçam evidentemente sobre esta livre escolha. (DUMAZEDIER, 1974, p.28)

Esta iniciativa busca em si, o redirecionamento dos alunos para atividades tidas como “menos agressivas”, através de brincadeiras e jogos, como: queimada, futebol, xadrez, damas, entre outros, como por exemplo, os jogos eletrônicos educativos – jogos de raciocínio – desenvolvidos no laboratório de informática, além de incentivar condutas positivas em relação ao próximo e o resgate de valores morais.

3. ESTILO DE VIDA

Pode-se entender como conceito de estilo de vida, de acordo com Featherstone (*apud* Pinto 2002. p 09-10), que é uma expressão, modificada através da contemporaneidade em um conjunto não fixo de gostos e disposições, mas que se constrói de maneira dinâmica no cotidiano e com as experiências transitórias. Mas o conceito deste, numa visão diferenciada, pode ser também entendido como um “conjunto de adaptações biológicas e culturais que experimentamos durante a toda a vida” dependendo de como vivenciado, “pode refletir positivamente sobre os aspectos e as condições de saúde e bem-estar” (VILARTA, GONÇALVES, 2004, p.46).

Trazendo para o contexto das crianças, o mundo globalizado tem exigido cada vez mais delas, uma vez que muitos além da rotina escolar, em qualquer que seja o turno, têm mantido nos últimos anos um segundo período de atividades colegiais, a exemplo disso são as escolas de reforços, aulas de idiomas, informática e etc., o que acaba por impedir de vivenciar momentos agradáveis de lazer como jogos e brincadeiras com amigos e família. Essas exigências, associado a fatores como, a violência dos centros urbanos, a automação na



sociedade moderna, a falta de infra-estrutura adequada em escolas, são alguns dos motivos para o aumento do sedentarismo em muitas capitais.

Grandes concentrações urbanas, redução dos espaços livres, máquinas que nos poupam esforço e a glorificação da vida sedentária como símbolo de status social, criaram o cenário ideal para as doenças associadas a inatividade física, também referidas como doenças da civilização (NAHAS, 2001, p.24).

Com isso, o pouco tempo e espaço que lhes são concedidas para brincar, muitas crianças preferem aderir às várias formas de tecnologia e seus meios midiáticos como sendo as únicas práticas de lazer, por estas serem de mais fácil acesso, ou seja, dentro de casa (MARCELLINO, 1996, p.74). A exemplo disso estão; as TVs, os videogames, computadores e etc., apetrechos que substituem as tradições dos jogos e brincadeiras ao ar livre que outrora fora vivenciadas por seus pais e familiares. Pinto (2002, p.12 - 13) confirma que, “neste contexto, a mídia passou a ser não só meio para mudanças nos estilos de vida de lazer, mas a expressão de um dos principais ‘gostos’ culturais desta época, influenciador de modos e comportamentos sociais”.

Contudo, não se pode negar o valor dos aparatos tecnológicos para a humanidade, seja para a comunicação, transporte, entretenimento e etc., mas é preciso saber lidar com estes meios, para que não haja uma diminuição da qualidade de vida com as atividades menos ativas e que favoreçam a obesidade, ressaltando assim, mais uma vez a importância das atividades físicas para uma vida saudável (NAHAS, 2001, p. 25).

4. SEDENTARISMO x SAÚDE

Sob a influência das transformações sociais, os homens têm passado por mudanças em seus hábitos de vida, tornando-os cada vez mais inativos (MILANEZI e GREGO, 2004). Essa inatividade ou sedentarismo vem prejudicando a saúde da sociedade, com doenças como, hipertensão, diabetes e etc. que estão diretamente ligadas a uma alimentação ruim e/ou a falta de atividades físicas. Atualmente, tais problemas têm se percebido com uma grande frequência em crianças que adotam hábitos cada vez menos saudáveis.

Ao percorrer a literatura, pode-se entender que um indivíduo é sedentário, quando o mesmo em seu estilo de vida desempenha um gasto energético, seja com trabalho ou lazer, menor que 500 kcal (NAHAS, 2001). Desta forma, pode-se compreender que uma criança que



não corre, anda de bicicleta ou joga futebol com os amigos, – atividades estas normalmente desenvolvidas na rua, onde a maioria das crianças poderia brincar, mas que em função do crescimento desordenado das cidades elas não possuem mais esse equipamento de lazer – ela não consegue perder tais calorias necessárias para que não seja considerada uma criança sedentária.

De acordo com Milanezi e Grego (2004) a educação física escolar acaba se tornando um dos poucos momentos para realização das práticas esportivas, diante do currículo escolar, mas este também não proporciona o tempo hábil e nem dispõem de espaço adequado para o desenvolvimento motor e a promoção da saúde em crianças e jovens do ensino fundamental e médio.

Ainda conforme os mesmos autores, estes levantam questões referentes aos programas tradicionais de educação física (Ed.F.), onde tais programas se constituem em função quase que exclusiva dos esportes formais, ou seja, do esporte de rendimento. A problemática se dá em função de que a prática de algum esporte formal, gera desinteresse ou até mesmo exclusão de alunos tidos como menos aptos a tal esporte, alunos esses que poderiam se beneficiar com as atividades físicas (MILANEZI e GREGO, 2004, p.212).

Nesta perspectiva, Guiselini (*apud* Milanezi e Grego, 2004) afirma que:

o ideal é encontrar atividades prazerosas que não sejam prejudiciais à saúde física. Afinal, além de permitir melhoria no condicionamento físico (mais resistência, força, flexibilidade e menor porcentagem de gordura), a prática esportiva pode ser um meio de fazer novos amigos, de descobrir suas potencialidades e desenvolvê-las [...].

A prática de atividades físicas contribui significativamente para a obtenção e manutenção da saúde, pelo estilo de vida mais ativo que esta proporciona, independente da atividade (jogo, esporte ou uma brincadeira) deve-se praticar alguma atividade física.

5. METODOLOGIA

Os estudos nas ciências educacionais em que o homem é ao mesmo tempo sujeito e objeto de investigação científica necessitam de novas abordagens criativas que deem conta das subjetividades humanas que se manifestam nesse processo. Especificamente nesse estudo,



que se circunscreve no campo da prática educacional no ambiente escolar. Com esse olhar, aventuramo-nos em duas metodologias que se complementam, estudo de caso e a pesquisa etnográfica, abordagens circunscritas dentro do paradigma qualitativo.

O estudo de caso concentra sua pesquisa em um caso específico, dentro de um conjunto representativo, do qual neste refere-se à escola municipal Angélica A. Moura de Natal/RN. Procedendo, assim, de uma análise de dados registrados e campo. Entende-se etnografia como a pesquisa que visa compreender, na sua cotidianidade, os processos do dia-a-dia em suas diversas modalidades. É um modo natural de investigar, baseado em observação, cujo objetivo é combinar ideias (internas e externas), assim como descrever e interpretar a cultura (MARCONI e LACATOS, 2010).

Desta maneira, o presente estudo destina sua observação em torno das práticas físicas desenvolvidas no projeto “*recreio cultural*” na escola municipal Angélica A. Moura. O público alvo para a investigação será constituído inicialmente por alunos da 4º e 5º ano do ensino fundamental I, entre 5 a 8 anos e posteriormente com pais e professores.

Como a pesquisa está em andamento, foi se fazendo de maneira assistemática, algumas visitas e entrevistas abertas com alguns professores – mantendo sempre o olhar observador em relação ao objeto pesquisado – como também uma das coordenadoras do projeto. Contudo, este trabalho ainda está em andamento e para poder iniciar a análise do projeto “*recreio cultural*”, foi solicitado a uma das coordenadoras, uma cópia do projeto impresso, contendo a justificativa e o objetivo para que fosse possível a inserção e desenvolvimento do projeto na escola. Como dito, esta análise se encontra em fase de desenvolvimento.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como este estudo se encontra em andamento, os resultados são preliminares, estes baseados apenas na análise do projeto escrito e de algumas observações da prática do “*recreio cultural*” na escola.

Entretanto, durante o período de observação da prática, percebe-se que o envolvimento das crianças é grande e que há de fato a absorção das atividades proposta pela iniciativa do



projeto. Destaca-se entre as atividades realizadas: a queimada e o futebol. Estas atividades, por sua vez, são as que mais desempenham perda calórica nas crianças, por se tratarem de práticas que envolvem a corrida, o salto e a agilidade – de uma forma mais geral.

REFERÊNCIAS

DUMAZEDIER, Joffre. **Sociologia Empírica do Lazer**. São Paulo. Editora Perspectiva S.A, 1974.

GONÇALVES, A; VILARTA R. **Qualidade de Vida – Concepções Básicas Voltadas a Saúde** In: (Org.) GONÇALVES, Aguinaldo; VILARTA, Roberto. **Qualidade de Vida e Atividade Física; Explorando teoria e prática**. Barueri, SP: Manole, 2004.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de Metodologia Científica**. 7a. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

MELLO, Miriam Moreira. **O lúdico e o processo de humanização**. In: MARCELLINO, Carvallho. (Org.) **Lúdico, Educação e Educação Física**. Ijuí: UNIJUÍ, 1999.

MILANESI, J. Z; GREGO, L. G. **A Contribuição da Educação Física Escolar**. In: (Org.) GONÇALVES, Aguinaldo; VILARTA, Roberto. **Qualidade de Vida e Atividade Física; Explorando teoria e prática**. Barueri, SP: Manole, 2004.



NAHAS, Markus Vinicius. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida;** conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. Londrina. Midiograf. 2001.

OLIVEIRA, Sonia Cristina. GOMES, Cleomar Ferreira. **A abordagem de pesquisa etnográfica: Reflexões e contribuições.** 2005. Disponível em <http://www.psicopedagogia.com.br/artigos/artigo.asp?entrID=702>

PINTO, Leila Mirtes Santos Magalhães. **Lazer e Estilo de Vida: Reflexão e debate na perspectiva da “virada” da contemporaneidade.** In: (Org.) BURGOS, M. S. e PINTO, Leila M. S. M. **Lazer e Estilo de Vida.** 2002.

SILVA, Aline Fernandes Felix. SANTOS, Ellen Costa Machado. **A Importância do Brincar na Educação Infantil,** 2009. Disponível em: http://www.ufrj.br/graduacao/prodocencia/publicacoes/desafios-cotidianos/arquivos/integra/integra_SILVA%20e%20SANTOS.pdf. Acesso em: 27 de fev. 2012, 20:25:30.