

## FORMAÇÃO DE PROFESSORES PARA A EDUCAÇÃO SUSTENTÁVEL: INTEGRANDO OS ODS NA PRÁTICA EDUCACIONAL

# EDUCAÇÃO FÍSICA COMO FERRAMENTA PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE NUMA ESCOLA ESTADUAL DO ALTO SERTÃO PARAIBANO: UM OLHAR SOBRE O ODS 3

Jamile Ariele Cruz de Aquino<sup>1</sup>, João Pedro Pessoa Oliveira<sup>2</sup>, Elany Edmajan de Abreu<sup>3</sup>, Maria Eduarda Lacerda de Sousa<sup>4</sup>, Thiago Mateus Batista Pinto<sup>5</sup>, Fabio Thiago Maciel da Silva<sup>6</sup>

### Resumo

**Introdução:** A Educação Física escolar é uma ferramenta fundamental para promover a saúde entre os estudantes, por meio da prática de atividades físicas. **Objetivo:** Avaliar como a Educação Física escolar contribui para a promoção da saúde entre os estudantes. **Metodologia:** Tratou-se de uma abordagem quantitativa, com a aplicação da versão adaptada do questionário GLOBAL STUDENT HEALTH SURVEY. O levantamento foi realizado na E.E.E.F.M. Izidra Pacífico de Araújo, no Núcleo Habitacional I, São Gonçalo, Sousa-PB. Amostra composta por 19 estudantes do 8º ano. **Resultados:** Os dados evidenciam que, 52,6% são do sexo feminino, 73,7% idade menor de 14 anos. Com relação as atividades físicas, 78,9% realizam regularmente algum tipo de atividade física, 36,8% disseram que, a prática de esporte é a atividade de lazer de sua preferência, 42,1% mostram que as opiniões se dividem igualmente entre concordar totalmente e concordar em partes sobre gostar de atividades físicas, 36,8% consideram fisicamente ativo há mais de 6 meses, 31,6% realizam atividades físicas moderadas a vigorosas os 7 dias, considerando uma semana típica ou normal, 31,6% realizaram 2 dias de atividades físicas moderadas a vigorosas nos últimos 7 dias, 42,1% dos estudantes utilizam a bicicleta para se deslocar a escola, 79% andaram a pé ou de bicicleta para ir e voltar a escola nos últimos 7 dias. **Conclusão:** A maioria realiza atividades físicas regularmente e prefere o esporte como forma de lazer, embora as opiniões sobre gostar de atividades físicas estejam divididas. O deslocamento ativo até a escola é comum entre eles.

**Palavras-chave:** Educação Física na Escola, Atividades Físicas, Objetivo de Desenvolvimento Sustentável.

### Introdução

A Educação Física escolar desempenha um papel central na formação integral do indivíduo, indo muito além da prática de exercícios físicos. Historicamente, essa disciplina se constituiu como um espaço destinado ao desenvolvimento motor e esportivo, mas, com o avanço das discussões pedagógicas, passou a ser compreendida como componente fundamental para a promoção da saúde, da socialização, da criticidade e da cidadania (DARIDO; RANGEL, 2005). Nesse cenário, a escola surge como ambiente privilegiado para estimular hábitos saudáveis e reflexões acerca da importância da atividade física e da alimentação equilibrada, aspectos que se

<sup>1</sup> aquino.jamile@academico.ifpb.edu.br.

<sup>2</sup> pessoa.oliveira@academico.ifpb.edu.br

<sup>3</sup> elany.abreu@academico.ifpb.edu.br.

<sup>4</sup> lacerda.sousa@academico.ifpb.edu.br.

<sup>5</sup> thiago.pinto@ifpb.edu.br.

<sup>6</sup> fabio.maciell@ifpb.edu.br.



## FORMAÇÃO DE PROFESSORES PARA A EDUCAÇÃO SUSTENTÁVEL: INTEGRANDO OS ODS NA PRÁTICA EDUCACIONAL

interligam diretamente às metas globais de desenvolvimento sustentável propostas pela Organização das Nações Unidas (ONU).

Entre os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030, destaca-se a ODS 3 (Saúde e Bem-Estar), que dialogam de forma direta com a realidade escolar e com a Educação Física. A ODS 3 enfatiza a necessidade de assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todas as idades, sendo a prática regular de atividade física um dos pilares para a prevenção de doenças crônicas e a melhoria da qualidade de vida (WHO, 2020). Nesse contexto, a Educação Física escolar se constitui como um espaço estratégico de intervenção, pois possibilita o contato direto com crianças e adolescentes em fase de formação de hábitos e valores. Segundo Guedes e Guedes (2011), a prática corporal sistemática na infância e adolescência contribui não apenas para o desenvolvimento físico, mas também para a prevenção de enfermidades relacionadas ao sedentarismo, como obesidade, hipertensão e diabetes tipo 2. Tais condições, quando associadas a uma alimentação inadequada, podem comprometer a saúde a curto e longo prazo. Ao mesmo tempo, observa-se que a alimentação de grande parte dos jovens ainda é marcada pelo consumo elevado de alimentos ultraprocessados e pela baixa ingestão de frutas, verduras e legumes, realidade confirmada por pesquisas nacionais (SILVA *et al.*, 2020).

A escola, portanto, tem a responsabilidade de atuar como promotora de educação alimentar e nutricional, estimulando escolhas mais conscientes que favoreçam não apenas a saúde individual, mas também a sustentabilidade ambiental. Esse aspecto se torna ainda mais relevante quando se considera que práticas alimentares saudáveis podem contribuir para a redução de impactos ambientais associados à produção industrial de alimentos. Dessa forma, a articulação entre Educação Física, saúde e alimentação sustentável ganha relevância, pois integra dimensões biológicas, sociais e ambientais, reforçando a importância de uma abordagem interdisciplinar.

A disciplina deixa de ser vista apenas como espaço de prática corporal para se consolidar como campo pedagógico capaz de estimular a adoção de hábitos saudáveis e responsáveis, alinhados às demandas sociais contemporâneas e às metas da Agenda 2030. Portanto, compreender como a Educação Física escolar pode contribuir para a promoção da saúde e da alimentação sustentável é fundamental para pensar novas estratégias pedagógicas que fortaleçam a formação de sujeitos ativos, críticos e comprometidos com seu próprio bem-estar e com a construção de uma sociedade mais justa e sustentável.

### Metodologia

O estudo caracterizou-se como transversal, de campo, exploratório e descritivo, fundamentado em uma abordagem quantitativa. Para a coleta de dados, foi utilizada a versão adaptada do Global Student Health Survey (GSHS), instrumento amplamente reconhecido para avaliar aspectos relacionados à saúde de escolares. A pesquisa foi desenvolvida na Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Izidra Pacífico de Araújo, situada no Núcleo Habitacional I, em São Gonçalo, município de Sousa-PB, envolvendo especificamente estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental. A amostra foi composta por 19 alunos, selecionados conforme a disponibilidade e autorização para participação no estudo.



## FORMAÇÃO DE PROFESSORES PARA A EDUCAÇÃO SUSTENTÁVEL: INTEGRANDO OS ODS NA PRÁTICA EDUCACIONAL

Após a coleta, os dados foram inicialmente organizados em uma planilha do Microsoft Excel 2021, sendo posteriormente importados e processados no Software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 27. A análise estatística adotou procedimentos descritivos simples, tais como frequência absoluta, frequência relativa e medidas de tendência central, de modo a caracterizar o perfil dos participantes e os principais resultados. O nível de significância estatística foi estabelecido em 5% ( $p < 0,05$ ), assegurando rigor metodológico na interpretação dos achados.

---

### Resultados e discussão

Os dados coletados na Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Izidra Pacífico de Araújo revelam um perfil predominante de estudantes adolescentes, sendo 52,6% do sexo feminino, 73,7% com idade inferior a 14 anos, todos solteiros, e 52,6% autodeclarados de cor parda. A maioria, 82,4%, nunca foi reprovada, indicando uma boa taxa de aprovação escolar. Em relação à prática de atividades físicas, 78,9% dos estudantes afirmaram realizar regularmente algum tipo de exercício, e 36,8% apontaram o esporte como sua atividade de lazer preferida. As opiniões sobre gostar de atividades físicas estão divididas: 42,1% concordam totalmente e 42,1% concordam em partes. Além disso, 36,8% se consideram fisicamente ativos há mais de seis meses, enquanto 31,6% praticam atividades moderadas a vigorosas todos os dias em uma semana típica, e outros 31,6% realizaram esse tipo de atividade em dois dias na última semana. O deslocamento ativo também é comum: 42,1% utilizam a bicicleta para ir à escola e 79% caminharam ou pedalararam para ir e voltar da escola nos últimos sete dias.

Quanto aos hábitos alimentares, os dados indicam padrões variados. Cerca de 26,3% dos estudantes dividiram suas respostas entre consumir frutas uma vez por dia e cinco vezes ou mais por dia nos últimos 30 dias. Já 31,6% tomaram suco natural de frutas menos de uma vez por dia, e o mesmo percentual relatou consumir verduras e hortaliças pelo menos uma vez ao dia. Outros 31,6% afirmaram comer frutas ou tomar suco natural três vezes por semana, enquanto 36,8% não comeram verduras em nenhum dia da semana. Esses resultados apontam para a necessidade de ações educativas voltadas à melhoria dos hábitos alimentares, reforçando o papel da Educação Física como ferramenta para promover saúde e alimentação sustentável, em consonância com o Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3.

### Conclusões/Considerações Finais

Os resultados mostram que a maioria dos participantes são adolescentes do sexo feminino, menores de 14 anos, com alta taxa de aprovação escolar. Grande parte realiza atividades físicas regularmente e prefere o esporte como forma de lazer, embora as opiniões sobre gostar de



## FORMAÇÃO DE PROFESSORES PARA A EDUCAÇÃO SUSTENTÁVEL: INTEGRANDO OS ODS NA PRÁTICA EDUCACIONAL

atividades físicas estejam divididas, demonstrando um perfil positivo em relação a prática de atividades físicas, evidenciado pelo alto índice de adesão ao exercício físico e ao deslocamento ativo. O deslocamento ativo até a escola é comum entre eles.

Em relação à alimentação, observou-se baixo consumo regular de frutas, verduras e sucos naturais, indicando a necessidade de melhorias nos hábitos alimentares. Os hábitos alimentares ainda apresentam grande fragilidade, reforçando a necessidade de intervenções educativas que promovam escolhas saudáveis e conscientes. Nesse quesito, a Educação Física assume um papel fundamental, não apenas no estímulo à prática corporal, mas também como aliada na formação de valores relacionados à saúde, bem-estar e sustentabilidade, alinhando-se às metas propostas pelos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, especialmente o 3 (Saúde e bem-estar).

### Agradecimentos

Agradeço o apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (Capes) pelo apoio concedido por meio do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (Pibid). Reconhecemos a importância das bolsas oferecidas pelo programa, que estão nos proporcionando acesso a recursos, formação acadêmica e oportunidades de prática docente essenciais ao nosso desenvolvimento profissional.

### Referências

DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Atividade física, aptidão física e saúde. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 16, n. 1, p. 13-19, 2011.

SILVA, F. R. et al. Alimentação saudável e escola: práticas e desafios para a promoção da saúde. Ciência & Saúde Coletiva, v. 25, n. 10, p. 3981-3990, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). GI

