



Educação Física e EJA: caminhos para a melhoria da saúde e da qualidade de VIDA: uma revisão integrativa da literatura

Physical Education and Youth and Adult Education: pathways for improving health and quality of life – an integrative literature review

Recebido: 00/00/2025 | Aceito: 00/00/2025 | Publicado: 00/00/2025

DOI: 00.000.0000/000

Flávia Jamily Silva de Oliveira

Graduanda do Curso de Educação Física do Centro Universitário do Norte (Manaus/AM)

E-mail: flaviajdeoliveira03@gmail.com

Ma. Alessandra Bárbara César de Freitas Boaventura

Docente dos Cursos de Educação Física do Centro Universitário do Norte (Manaus/AM)

E-mail: profbarbaraboaventura@gmail.com

Esp. Joaquim Albuquerque Viana

Docente dos Cursos de Ciências da Saúde do Centro Universitário do Norte (Manaus/AM)

E-mail: joaquimaviana@gmail.com

Resumo

Este estudo teve como objetivo analisar os benefícios da prática da Educação Física na Educação de Jovens e Adultos (EJA), com ênfase na promoção da saúde física e mental, na qualidade de vida e na permanência escolar. A pesquisa, de abordagem qualitativa, fundamentou-se em uma revisão integrativa da literatura, reunindo produções publicadas entre 2018 e 2024 nas bases SciELO, Google Acadêmico e Portal de Periódicos da CAPES. Foram selecionados dez estudos que abordaram diferentes dimensões da relação entre Educação Física e EJA, evidenciando contribuições expressivas para o bem-estar físico, psicológico e social dos estudantes. Os resultados indicam que a Educação Física atua como instrumento de inclusão e cidadania, favorecendo o desenvolvimento integral e a valorização da cultura corporal, embora ainda enfrente desafios estruturais, curriculares e políticos que limitam sua efetividade. Conclui-se que a consolidação da Educação Física na EJA requer políticas públicas específicas, metodologias pedagógicas contextualizadas e formação docente contínua, de modo a promover práticas mais inclusivas, críticas e emancipatórias.

Palavras-chaves: Educação Física; Educação de Jovens e Adultos; Saúde; Qualidade de Vida; Inclusão.

Abstract

This study aimed to analyze the benefits of Physical Education in Youth and Adult Education (EJA), focusing on the promotion of physical and mental health, quality of life, and school retention. The research adopted a qualitative approach based on an integrative literature review, including publications from 2018 to 2024 found in the SciELO, Google Scholar, and CAPES databases. Ten studies were selected, addressing multiple dimensions of the relationship between Physical Education and EJA, revealing significant contributions to students' physical, psychological, and social well-being. The findings indicate that Physical Education functions as an instrument of inclusion and citizenship, fostering integral development and the appreciation of body culture, although structural, curricular, and political challenges still constrain its full implementation. It is concluded that consolidating Physical Education within EJA requires specific public policies, contextualized pedagogical methodologies, and continuous teacher training to promote more inclusive, critical, and emancipatory educational practices.

Keywords: Physical Education; Youth and Adult Education; Health; Quality of Life; Inclusion.



1. Introdução

A Educação de Jovens e Adultos (EJA) representa uma modalidade de ensino essencial para a inclusão educacional de indivíduos que, por diferentes fatores, não concluíram a escolarização na idade regular. Nesse contexto, a Educação Física assume papel de destaque ao contribuir para a promoção da saúde e da qualidade de vida dos estudantes, por meio de práticas corporais voltadas às suas necessidades específicas.

A trajetória da EJA no Brasil reflete uma luta histórica pelos direitos educacionais, consolidada na Constituição Federal de 1988 (Pereira, 2013). Entretanto, essa conquista nem sempre se traduziu em políticas públicas eficazes que respondessem às particularidades desse público. A implementação de programas voltados à EJA enfrenta desafios estruturais e pedagógicos que dificultam tanto o acesso quanto à permanência escolar. O público atendido caracteriza-se pela diversidade: trabalhadores, jovens, adultos e idosos que encontram na educação uma oportunidade de melhoria de vida e realização pessoal. Esses estudantes trazem consigo uma bagagem rica de experiências e saberes prévios, que precisam ser valorizados no processo de ensino-aprendizagem (Freitas, 2007; Oliveira, 2007; Soares & Venâncio, 2007).

Nesse cenário, a Educação Física mostra-se fundamental ao possibilitar o contato com a cultura corporal de movimento, favorecendo a cidadania, o bem-estar e a socialização. Além disso, a disciplina contribui para a formação ética, estética e crítica, incentivando hábitos saudáveis e a participação ativa dos alunos na sociedade (Gonçalves & Wittizorecki, 2023; Silva, 2017). Contudo, sua inserção na EJA ainda é marcada por lacunas. Embora a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional — LDBEN nº 9.394/96 — preveja a facultatividade da Educação Física em cursos noturnos (Brasil, 1996), sua relevância para a saúde e o desenvolvimento integral não pode ser negligenciada. Muitos estudantes, após longas jornadas de trabalho, encontram na prática corporal um espaço para relaxamento, redução do estresse e melhoria da qualidade de vida.

A ausência de diretrizes específicas para a EJA na Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2018) também reforça os desafios para a efetivação dessa disciplina, uma vez que o documento não contempla de forma particular as demandas desse público. Essa lacuna aponta para a necessidade de práticas pedagógicas que valorizem a Educação Física como direito e como meio de ampliação da participação social e escolar.

Diante desse cenário, tornou-se necessário compreender como a prática da Educação Física impactou a saúde e a qualidade de vida dos estudantes da EJA, especialmente considerando a heterogeneidade de perfis, os desafios estruturais, os horários noturnos, a falta de infraestrutura adequada, o estigma e a desvalorização da disciplina. A investigação justificou-se pela relevância em identificar as barreiras e potencialidades da oferta da Educação Física, destacando fatores que favoreceram sua prática,



como a motivação discente, o apoio institucional, a adoção de metodologias participativas e a valorização da cultura corporal.

Nesse contexto, o estudo teve como objetivo geral analisar os benefícios da prática de atividades físicas para a saúde física e mental dos estudantes da EJA. Para alcançar esse propósito, buscou-se identificar os principais benefícios voltados à saúde física, compreender a contribuição da Educação Física como estratégia de promoção da qualidade de vida e incentivo à permanência escolar, além de examinar, por meio de revisão integrativa da literatura, as evidências científicas sobre os impactos dessa prática na saúde mental dos estudantes.

A partir dessas diretrizes, a pesquisa aprofundou a compreensão sobre os impactos da Educação Física na EJA, ressaltando sua importância como componente curricular que ultrapassou a dimensão biológica, atuando também como ferramenta de inclusão, cidadania e desenvolvimento integral. Sendo assim, este estudo adotou uma abordagem qualitativa, fundamentada em revisão bibliográfica e em revisão integrativa da literatura, por possibilitar uma compreensão aprofundada do fenômeno investigado no contexto da Educação de Jovens e Adultos (EJA) (Minayo, 2012).

Assim, foram selecionados artigos publicados em língua portuguesa entre 2018 e 2024, disponíveis nas bases SciELO, Google Acadêmico e Portal de Periódicos da CAPES, utilizando como descritores “Educação Física”, “EJA” e “Saúde”. Os critérios de inclusão contemplaram estudos que abordassem a Educação Física na EJA com ênfase em saúde, bem-estar e permanência escolar, enquanto os de exclusão eliminaram trabalhos sem foco principal na disciplina, com metodologia pouco clara ou que não discutem aspectos relacionados à saúde e à qualidade de vida dos estudantes. A triagem dos artigos seguiu as etapas propostas por Whittemore e Knafl (2005), garantindo sistematização e rigor na análise, conforme defendido por Mendes, Silveira e Galvão (2008), o que permitiu reunir, avaliar criticamente e sintetizar evidências acerca dos impactos da Educação Física na saúde física e mental, na qualidade de vida e na permanência escolar de estudantes da EJA.

2. Metodologia

Este estudo adotou uma abordagem qualitativa, fundamentada em revisão bibliográfica e em revisão integrativa da literatura. A escolha pela pesquisa qualitativa justifica-se por possibilitar uma compreensão aprofundada do fenômeno investigado, considerando as especificidades do público da EJA, bem como os contextos nos quais a Educação Física se insere (Minayo, 2012). Nesse sentido, a revisão integrativa configurou-se como o percurso metodológico mais adequado, uma vez que permite não apenas a síntese do conhecimento disponível, mas também a análise crítica dos resultados de pesquisas anteriores, reunindo evidências que sustentam a prática e a produção científica na área (Mendes, Silveira, & Galvão, 2008).



Para atender a esses propósitos, foram selecionados artigos científicos publicados em língua portuguesa entre os anos de 2018 e 2024, disponíveis nas bases SciELO, Google Acadêmico e Portal de Periódicos da CAPES. Além disso, utilizaram-se como descritores de Ciências da Saúde (DeCS/MeSH) os termos: Educação Física, EJA e Saúde, de modo a garantir precisão na busca e relevância na seleção do material.

Os **critérios de inclusão** foram estabelecidos de forma a assegurar a pertinência dos estudos ao objetivo da pesquisa. Dessa forma, foram incluídos artigos que: (a) estivessem publicados integralmente em língua portuguesa, dentro do recorte temporal definido (2018–2024); (b) apresentassem em seu título, resumo ou palavras-chave a relação direta entre a Educação Física e a EJA; e (c) tivessem como foco central aspectos relacionados à saúde física, saúde mental, qualidade de vida ou permanência escolar de estudantes da EJA.

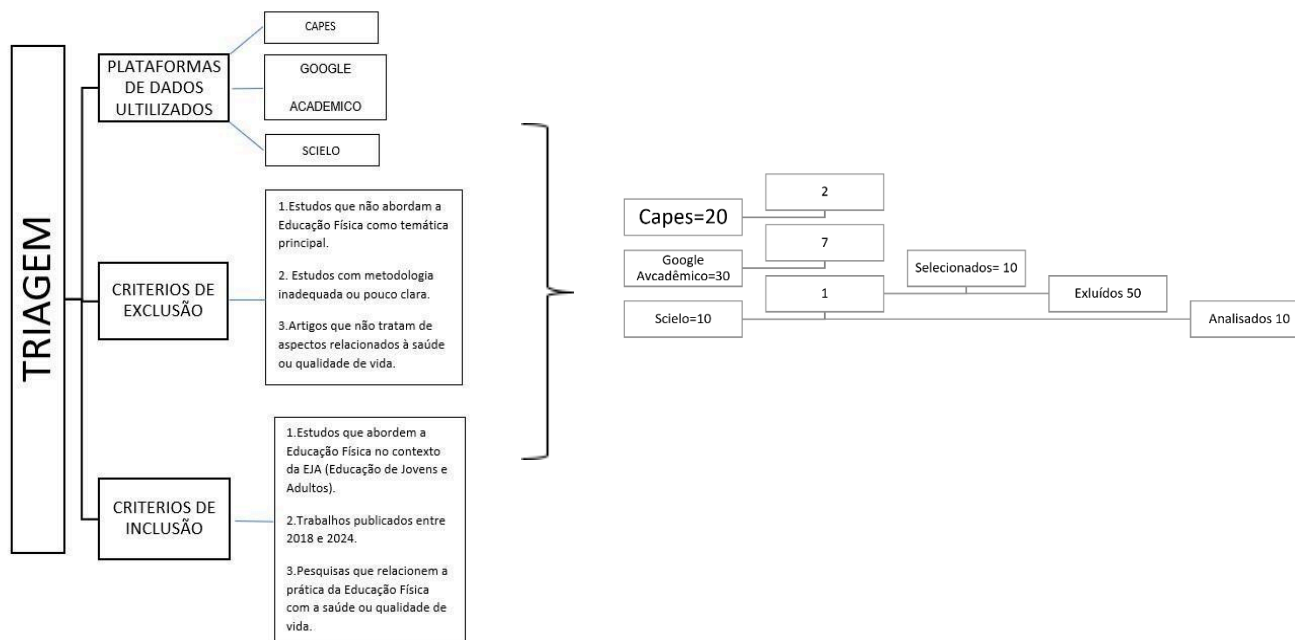
Por outro lado, os **critérios de exclusão** buscaram eliminar estudos com limitações metodológicas ou que não dialogassem diretamente com a temática. Assim, foram excluídos trabalhos que: (a) não tinham a Educação Física como eixo principal de análise, tratando-a apenas de forma tangencial; (b) apresentavam metodologias pouco claras, inconsistentes ou inadequadas para responder às questões de pesquisa; e (c) não abordavam variáveis relacionadas à saúde, ao bem-estar ou à qualidade de vida dos estudantes, restringindo-se a enfoques administrativos, legislativos ou de gestão escolar.

Adicionalmente, a triagem dos artigos seguiu as etapas propostas por Whittemore e Knafl (2005) para revisões integrativas, as quais envolveram: identificação do problema de pesquisa, definição dos critérios de inclusão e exclusão, seleção dos estudos, extração das informações relevantes, análise crítica dos resultados e, por fim, síntese dos achados. Essa sistematização garantiu rigor metodológico e alinhamento com os objetivos do estudo, priorizando evidências científicas capazes de sustentar a análise dos impactos da Educação Física na saúde física e mental, bem como na qualidade de vida e na permanência escolar dos estudantes da EJA.

O fluxograma apresentado sistematiza o processo de triagem dos estudos incluídos na revisão integrativa, evidenciando as etapas de busca, seleção e análise dos materiais científicos. Inicialmente, foram utilizadas três plataformas de dados acadêmicos — CAPES, Google Acadêmico e SciELO —, nas quais se procedeu à identificação e à filtragem dos artigos conforme critérios previamente definidos. Os critérios de exclusão eliminaram produções que não abordavam a Educação Física como temática central, apresentavam metodologia pouco clara ou tratavam de temas desvinculados da saúde e qualidade de vida. Já os critérios de inclusão concentraram-se em estudos publicados entre 2018 e 2024, relacionados à Educação Física no contexto da EJA e às interfaces entre prática corporal, saúde e qualidade de vida. Após a aplicação desses critérios, dos 60 estudos inicialmente encontrados, 10 foram selecionados e analisados, conforme

demonstrado no fluxograma, que sintetiza de forma visual o percurso metodológico da seleção das fontes científicas (Autores, 2025).

Imagem 1- Fluxograma com o delineamento metodológico



Fonte: Autores (2025)

A partir daí, formulou-se a Tabela 1, a qual sintetiza os dez estudos selecionados para a revisão integrativa, contemplando produções nacionais publicadas entre 2018 e 2024. Os artigos analisados apresentam diversidade de objetivos, contextos e metodologias, incluindo desde investigações voltadas à saúde e aptidão física até pesquisas que problematizam concepções, percepções e desafios relacionados ao ensino da Educação Física na EJA. Essa sistematização possibilitou compreender não apenas a multiplicidade de enfoques atribuídos ao tema, mas também as potencialidades e lacunas existentes, oferecendo um panorama consistente das contribuições científicas que embasam a análise desenvolvida neste estudo.

Tabela 1 – Síntese dos estudos analisados na revisão integrativa sobre Educação Física e EJA (2018–2024)

Autores	Título	Objetivo	Participantes	Instrumentos	Principais Resultados
Fábio Soares da Costa et al.	Inclusão das diferenças de forma e aptidão física na EJA: a educação física e a educação somática como possibilidades	Explorar novas formas de educar pelo movimento na EJA com base na Educação Somática	12 alunos	Observação, diário de bordo e entrevistas	A EF pode incluir diversidades corporais e fortalecer a relação entre corpo e educação.



Vanilson Batista Lemes et al.	Efeitos da Educação Física nos níveis de aptidão cardiorrespiratória e no índice de massa corporal na EJA	Verificar o efeito das aulas de EF na aptidão cardiorrespiratória e no IMC	8 sujeitos (16–52 anos)	Testes PROESP-Br	Houve melhora nos níveis de aptidão cardiorrespiratória; a EF pode apoiar a saúde na EJA.
Kátia Regina Xavier da Silva et al.	Uma abordagem sobre saúde em aulas de educação física para a EJA	Refletir sobre saúde nas aulas de EF da EJA	57 estudantes + 4 colaboradores	Autoavaliação (3 questões)	Boa receptividade aos conteúdos de saúde; abordagem crítica e contextualizada favorece práticas saudáveis.
Tatiana Silva da Conceição et al.	A educação física na educação de jovens e adultos: a concepção dos estudantes de um município do interior da Bahia	Analisar a concepção de EF por alunos do segundo segmento da EJA	128 estudantes	Questionário (4 questões)	Reconhecem importância da EF para saúde, mente e esporte; 82% já tiveram contato e 76% desejam obrigatoriedade.
Nairana Cristina Santos Freitas et al.	O treinamento funcional como uma atividade para alunos da EJA em Belém-PA no combate ao sedentarismo	Analisar efeitos do treinamento funcional no combate ao sedentarismo	12 alunos (5 homens, 7 mulheres)	IPAQ (Questionário Internacional de Atividade Física)	41,6% foram classificados como sedentários.
Ana Luiza Barbosa Anversa et al.	EJA: percepção de autonomia dos alunos nas aulas de educação física	Analisar como a EF apoia o desenvolvimento de autonomia dos alunos da EJA	150 estudantes (CEEBJA)	Questionário de Clima de Aprendizagem	Alunos percebem autonomia, mas professores devem reconhecer expectativas e experiências prévias.
Sérgio Henrique Noblat de Andrade Júnior et al.	O ensino da educação física na EJA: uma análise a partir de falas dos professores	Analisar o ensino da EF na EJA a partir das falas de professores	8 professores	Entrevistas semiestruturadas (análise de conteúdo)	Necessário priorizar experimentação corporal e considerar a realidade escolar.
Wagner César Pinheiro Costa et al.	Educação física escolar e educação de jovens e adultos: desafios da docência no ensino remoto emergencial	Apresentar desafios do ensino de EF no ERE na EJA	3 professores	Entrevistas semiestruturadas (análise de conteúdo)	Grandes dificuldades no ensino remoto e exclusão de alunos da EJA.
Clarissa Gimenes Balaguer et al.	Educação física no ensino médio da EJA: possibilidades pedagógicas sobre o corpo	Compreender percepções dos alunos sobre corpo e EF	13 alunos	Entrevistas	Pouco envolvimento prévio com temas do corpo; necessidade de repensar abordagem pedagógica.
Patrick da Silveira Gonçalves et al.	O que pretende a Educação Física na Educação de Jovens e Adultos?	Compreender saberes docentes sobre EF na EJA	2 professores (turmas com 53% homens e 47% mulheres)	Entrevistas	A EF é esquecida nos currículos, sendo vista como esforço físico exaustivo.



3. Resultados e Discussões

Esta seção apresenta a síntese interpretativa dos achados obtidos na revisão integrativa, articulando evidências empíricas e reflexões teóricas sobre o papel da Educação Física na Educação de Jovens e Adultos (EJA). A análise foi organizada em quatro eixos temáticos — saúde física, saúde mental e bem-estar psicossocial, qualidade de vida e estilo de vida ativo, e permanência escolar e inclusão educacional —, permitindo compreender a amplitude das contribuições e desafios dessa área no contexto da EJA. A partir da leitura crítica dos estudos selecionados, foi possível identificar tanto os efeitos positivos das práticas corporais sobre os aspectos fisiológicos e sociais dos estudantes quanto às limitações estruturais e pedagógicas que ainda restringem o alcance dessas ações. Assim, os resultados a seguir evidenciam como a Educação Física, quando concebida de forma inclusiva e contextualizada, pode atuar como um importante instrumento de promoção da saúde, autonomia e permanência escolar.

3.1 Impactos na saúde física

A relação entre Educação Física e saúde física dos estudantes da EJA é evidenciada de forma complementar nos diferentes estudos. Para Conceição et al. (2020), os alunos reconhecem a disciplina como promotora de saúde (28%) e prática esportiva (20%), sobretudo associada ao futebol, o que revela uma concepção fortemente vinculada ao bem-estar corporal. De modo semelhante, Freitas e Diego (2020) analisaram o treinamento funcional e constataram que, embora 41,6% dos estudantes permanecessem sedentários, o programa contribuiu para estimular maior engajamento nas práticas corporais.

Esses resultados dialogam com a pesquisa de Lemes et al. (2019), que demonstrou efeitos positivos da Educação Física na aptidão cardiorrespiratória e no índice de massa corporal, evidenciando ganhos fisiológicos mensuráveis. Em contrapartida, Frazão et al. (2020) alertam para a persistência de índices elevados de sedentarismo, sinalizando que a simples oferta de atividades não garante adesão plena.

Além disso, Costa et al. (2018) ampliam a discussão ao propor a Educação Somática como alternativa para a inclusão de diferentes corporalidades, defendendo uma concepção mais plural de saúde. Nessa mesma direção, Balaguer et al. (2022/2023) destacam o baixo envolvimento prévio dos alunos com a temática do corpo, o que exige repensar práticas pedagógicas que dialoguem com seus contextos socioculturais.

Assim, enquanto alguns estudos evidenciam benefícios fisiológicos diretos (Conceição et al., 2020; Lemes et al., 2019), outros apontam limitações associadas ao sedentarismo e ao distanciamento cultural (Frazão et al., 2020; Balaguer et al., 2022/2023), indicando a necessidade de práticas pedagógicas mais inclusivas e contextualizadas (Costa et al., 2018).

3.2 Saúde mental e bem-estar psicossocial

Os impactos psicossociais da Educação Física na EJA são ressaltados sob diferentes perspectivas. Silva et al. (2019) destacam a boa receptividade dos estudantes a conteúdos relacionados à saúde, demonstrando que estratégias pedagógicas contextualizadas favorecem a autoestima e o engajamento. Esses achados convergem com os de Anversa et al. (2020), que identificaram que as aulas são percebidas como promotoras de autonomia, ainda que exijam maior aproximação dos docentes com as experiências de vida dos alunos.

Por outro lado, Gonçalves e Gonçalves (2024) problematizam o “esquecimento curricular” da disciplina na EJA, frequentemente reduzida a uma visão de esforço físico compensatório, o que limita seu potencial para a promoção do bem-estar. Essa perspectiva crítica soma-se às observações de Costa e Conceição (2021), que, ao analisarem o ensino remoto emergencial, evidenciaram dificuldades de engajamento e exclusão de estudantes.

Dessa forma, enquanto alguns estudos valorizam a Educação Física como promotora de autoestima, integração e autonomia (Silva et al., 2019; Anversa et al., 2020), outros revelam limitações estruturais e curriculares que reduzem tais efeitos (Gonçalves & Gonçalves, 2024; Costa & Conceição, 2021). Portanto, a efetividade dos ganhos psicossociais depende da valorização institucional da disciplina e da qualidade das práticas pedagógicas implementadas.

3.3 Qualidade de vida e estilo de vida ativo

A Educação Física na EJA aparece como potencial catalisadora na adoção de hábitos saudáveis e na construção de estilos de vida ativos. Lemes et al. (2019) apontam melhorias na aptidão cardiorrespiratória e no IMC, enquanto Silva et al. (2019) reforçam que práticas contextualizadas aproximam os conteúdos de saúde da realidade discente, incentivando o autocuidado.

Contudo, Frazão et al. (2020) destacam que grande parte dos alunos permanece sedentária, revelando dificuldades na conversão das práticas escolares em mudanças efetivas de estilo de vida. Na mesma linha, Balaguer et al. (2022/2023) evidenciam o baixo envolvimento dos estudantes com questões corporais, reforçando a necessidade de maior integração entre Educação Física e realidades socioculturais.

Nesse contexto, a proposta da Educação Somática apresentada por Costa et al. (2018) surge como alternativa inovadora para a promoção de hábitos saudáveis, uma vez que valoriza as diferenças corporais e promove inclusão simbólica e intelectual. Assim, verifica-se que, enquanto alguns autores enfatizam resultados fisiológicos positivos (Lemes et al., 2019), outros ressaltam barreiras sociais e culturais (Frazão et al., 2020; Balaguer et al., 2022/2023), evidenciando que a promoção de estilos de vida ativos na EJA exige estratégias pedagógicas que sejam, ao mesmo tempo, inclusivas e contextualizadas.

3.4 Permanência escolar e inclusão educacional

Por fim, a quarta categoria aborda a Educação Física como fator de permanência e inclusão escolar. Conceição et al. (2020) evidenciam que 76% dos alunos desejam que a disciplina seja obrigatória na EJA,



destacando seu potencial de engajamento e motivação. Esse resultado converge com a análise de Noblat de Andrade Júnior et al. (2021), em que os professores defenderam a necessidade de metodologias diversificadas e experimentação corporal, de modo a tornar as aulas mais significativas e conectadas à realidade escolar.

Em contrapartida, Gonçalves e Gonçalves (2024) apontam que a invisibilidade curricular da disciplina, muitas vezes reduzida a práticas compensatórias, pode desestimular a participação discente. De forma complementar, Anversa et al. (2020) destacam que, embora os alunos percebam autonomia nas aulas, os docentes ainda precisam se aproximar das expectativas e vivências dos estudantes para fortalecer o vínculo escolar.

Adicionalmente, Costa e Conceição (2021) evidenciam as dificuldades de inclusão durante o ensino remoto emergencial, que agravam a exclusão dos alunos da EJA. Nessa mesma direção, Balaguer et al. (2022/2023) ressaltam que a ausência de abordagens pedagógicas próximas ao contexto sociocultural contribui para o afastamento e a desmotivação dos estudantes.

Assim, enquanto alguns estudos reforçam a Educação Física como elemento de engajamento e permanência (Conceição et al., 2020; Noblat de Andrade Júnior et al., 2021), outros evidenciam barreiras estruturais e curriculares (Gonçalves & Gonçalves, 2024; Costa & Conceição, 2021), apontando para a necessidade de políticas públicas consistentes e metodologias inclusivas que consolida a disciplina como instrumento de inclusão educacional na EJA.

4. Considerações Finais

Os resultados desta revisão integrativa permitem afirmar que a Educação Física desenvolvida no âmbito da Educação de Jovens e Adultos (EJA) exerce papel fundamental na promoção da saúde física, do bem-estar psicossocial e da qualidade de vida, além de contribuir significativamente para a consolidação da permanência escolar. As evidências reunidas indicam avanços relevantes tanto em aspectos fisiológicos — como a melhoria da aptidão cardiorrespiratória e a redução do sedentarismo — quanto em dimensões subjetivas, relacionadas ao fortalecimento da autonomia, da autoestima e da integração social dos estudantes. Tais constatações reforçam o potencial da disciplina como espaço formativo voltado ao desenvolvimento integral, à aprendizagem significativa e à valorização das experiências corporais e socioculturais dos sujeitos da EJA.

Apesar desses avanços, os estudos analisados evidenciam desafios persistentes que comprometem a efetividade das práticas pedagógicas. Entre os principais entraves, destacam-se a invisibilidade curricular da Educação Física na EJA, a ausência de políticas públicas específicas voltadas a essa modalidade, as limitações estruturais presentes nas escolas e as barreiras socioculturais que dificultam o engajamento dos estudantes nas atividades corporais. Esses elementos revelam a necessidade de repensar o papel da disciplina



no currículo, promovendo sua valorização institucional e o investimento em políticas educacionais que assegurem condições materiais adequadas, bem como formação continuada para os docentes que atuam com esse público.

Dessa forma, compreende-se que a Educação Física na EJA deve ultrapassar a perspectiva estritamente biológica e tecnicista tradicionalmente associada às práticas corporais, assumindo uma dimensão inclusiva, crítica e emancipatória. Para tanto, torna-se indispensável o desenvolvimento de metodologias pedagógicas contextualizadas, capazes de dialogar com as trajetórias de vida, as identidades e as diversidades dos estudantes, estimulando o protagonismo e a reflexão crítica sobre o próprio corpo e o contexto social. O reconhecimento das múltiplas corporalidades e saberes construídos pelos sujeitos da EJA constitui um passo essencial para o fortalecimento da autonomia e para a consolidação da disciplina como um espaço de expressão, pertencimento e transformação social.

Por fim, reitera-se que o fortalecimento da Educação Física na EJA demanda ações integradas entre poder público, instituições de ensino e profissionais da área, visando à construção de práticas pedagógicas mais democráticas, inclusivas e transformadoras. A efetiva valorização da disciplina contribuirá não apenas para a promoção da saúde e da qualidade de vida, mas também para o acesso equitativo, a permanência e o sucesso escolar dos jovens e adultos. Assim, reafirma-se a Educação Física como componente curricular indispensável à formação cidadã, à inclusão social e à consolidação de uma educação verdadeiramente humanizadora e emancipadora.

Referências Bibliográficas

- Balaguer, C. G., Silva, R. M., & Santos, F. P. (2022/2023). *Educação física no ensino médio da EJA: possibilidades pedagógicas sobre o corpo*. Educação e Pesquisa, 48, 1–17.
- Brasil. (1996). *Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional – LDBEN nº 9.394/96*. Brasília: MEC.
- Conceição, T. S., Souza, R. P., & Nascimento, A. L. (2020). *A educação física na educação de jovens e adultos: a concepção dos estudantes de um município do interior da Bahia*. Itinerarius Reflectionis, 16(2), 1–15.
- Costa, F. S., Oliveira, L. M., & Rodrigues, A. P. (2018). *Inclusão das diferenças de forma e aptidão física na EJA: a educação física e a educação somática como possibilidades*. Anais do IV SIPASE, Maranhão.
- Costa, W. C. P., & Conceição, W. L. (2021). *Educação física escolar e educação de jovens e adultos: desafios da docência no ensino remoto emergencial*. Revista Não Informada, 10(2), 1–12.
- Freitas, N. C. S., & Diego, R. A. (2020). *O treinamento funcional como uma atividade para alunos da EJA em Belém-PA no combate ao sedentarismo*. South American Journal of Basic Education, Technical and Technological, 7(2), 85–97.
- Freitas, M. C. (2007). *Educação de jovens e adultos: políticas e práticas pedagógicas*. São Paulo: Cortez.
- Frazão, J. S., Andrade, F. C., & Silva, M. T. (2020). *Práticas corporais na EJA e os desafios do sedentarismo*. Revista Brasileira de Educação de Jovens e Adultos, 8(1), 45–62.
- Gonçalves, P. S., & Gonçalves, C. M. R. (2024). *O que pretende a Educação Física na Educação de Jovens e Adultos?* USF Horizontes, 12(1), 25–40.
- Gonçalves, P., & Wittizorecki, E. S. (2023). *Educação física, cultura corporal e inclusão social: reflexões críticas*. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, 37(2), 221–235.



- Lemes, V. B., Martins, A. R., & Rocha, L. P. (2019). *Efeitos da Educação Física nos níveis de aptidão cardiorrespiratória e no índice de massa corporal na EJA*. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 33(1), 59–70.
- Minayo, M. C. S. (2012). *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde* (12ª ed.). São Paulo: Hucitec.
- Mendes, K. D. S., Silveira, R. C. C. P., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*, 17(4), 758–764.
- Noblat de Andrade Júnior, S. H., Almeida, C. R., & Silva, J. R. (2021). *O ensino da educação física na EJA: uma análise a partir de falas dos professores*. *Movimento*, 27, 1–18.
- Oliveira, M. K. (2007). *Educação de jovens e adultos: desafios da contemporaneidade*. Rio de Janeiro: DP&A.
- Pereira, J. E. (2013). *Educação de jovens e adultos e a Constituição de 1988: conquistas e desafios*. *Revista Brasileira de Política e Administração da Educação*, 29(2), 331–344.
- Silva, A. C. (2017). *Educação física e saúde: interfaces pedagógicas*. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 39(3), 217–225.
- Silva, K. R. X., Souza, P. M., & Venâncio, R. F. (2019). *Uma abordagem sobre saúde em aulas de educação física para a EJA*. *Temas em Educação Física Escolar*, 24(2), 59–72.
- Soares, L., & Venâncio, M. (2007). *Educação de jovens e adultos: concepções e práticas pedagógicas*. Belo Horizonte: Autêntica.
- Whittemore, R., & Knaf, K. (2005). The integrative review: Updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, 52(5), 546–553.