

## PET + SAÚDE NA ESCOLA: A VIVÊNCIA DO PUNHOBOL

RÚBIA DA CUNHA GORZIZA GARCIA<sup>1</sup>; BRENDA DE PINHO BASTOS; FELIPE GUSTAVO GRIEP BONOW; JULIE HELLEN DE BARROS DA CRUZ; RITA DE CÁSSIA PANIZ BOTELHO<sup>2</sup>; MARIÂNGELA DA ROSA AFONSO<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – rubiagorziza@hotmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – breenda.bastos@gmail.com; felipe.bonow@hotmail.com; juliebcruzz@gmail.com; ritapanizb@hotmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas – mrafonso.ufpel@gmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

O Programa de Educação Tutorial (PET) propicia aos alunos integrantes do mesmo, sob a orientação de um professor tutor, a realização de atividades extracurriculares que englobam a tríade ensino, pesquisa e extensão, como forma complementar à formação acadêmica e de qualificar os cursos de graduação apoiados pelo programa. O grupo PET Educação Física da Universidade Federal de Pelotas é composto por 13 alunos e uma professora tutora que, em reuniões semanais, planejam as ações a serem desenvolvidas.

Sabe-se que a população vem sofrendo cada vez mais com doenças crônico-degenerativas. Estas, como doenças cardiovasculares, diabetes e obesidade, por exemplo, têm como maiores fatores causadores o estresse e o sedentarismo, segundo MACHADO (2006). Portanto, a adoção de um estilo de vida ativo está associada com a redução da incidência de várias doenças.

A Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte posicionou-se, de modo a mostrar que um maior nível de atividade física em crianças e adolescentes contribui para melhorar o perfil lipídico e metabólico, além de reduzir a prevalência de obesidade. Acredita-se que é mais provável que uma criança fisicamente ativa se torne um adulto também ativo; ou seja, promover a atividade física e hábitos saudáveis na infância pode significar a redução da prevalência do sedentarismo em adultos. Corroborando com isso, COSTA (2010) nos aponta, em seu estudo, a escola como um ambiente privilegiado para a promoção da saúde.

Com base nisso foi criado o evento “PET + Saúde na Escola”, que objetiva promover a saúde e incentivar bons hábitos de vida diários, além de estreitar os laços da Universidade com a comunidade. Essa aproximação acarreta em benefícios para ambas as partes, tanto no que diz respeito à promoção de experiências diversificadas nas escolas, através da prática de atividades que não são comumente vistas nas aulas de educação física; e o aprimoramento dos conhecimentos adquiridos pelos graduandos durante o curso, estendendo-os para além dos limites da graduação. Este evento foi idealizado com o intuito de prestar serviços à comunidade escolar (alunos, professores e demais funcionários), referentes aos cuidados básicos com a saúde, orientação quanto a prática de atividades e exercícios físicos, além de uma boa alimentação.

O PET + Saúde na Escola é realizado anualmente, em diferentes escolas, e conta com a participação dos petianos do grupo, junto com alguns outros estudantes da universidade convidados, alocados em diferentes funções. As funções são divididas em: coleta de dados com alunos, professores e funcionários; palestra e conversa de conscientização com professores e funcionários; e oficinas, divididas em estações, por onde passam os alunos.

O Punhobol, segundo a Confederação Brasileira de Desportos Terrestres, trata-se de uma modalidade esportiva coletiva de origem alemã, onde é praticado

de maneira organizada desde o ano de 1893. No Brasil, o registro mais antigo que se tem da sua existência é o ano de 1906, em Porto Alegre. Ao longo da sua existência no país muitas conquistas foram alcançadas, tornando o Punhobol, inclusive, a modalidade na qual o Brasil possui mais títulos. No entanto, ainda é pouco conhecido, tendo como um dos fatores responsáveis a ausência de seu ensino nas escolas. Tendo em vista o papel do professor de educação física e a importância de apresentar ao aluno diversas possibilidades da cultura corporal do movimento, além do alto potencial educacional que o Punhobol possui, a modalidade foi escolhida como uma das temáticas a serem abordadas nas oficinas ofertadas durante o evento.

Desta forma, o presente trabalho objetiva fazer um relato da experiência vivenciada com a oficina de Punhobol além dos resultados obtidos com a mesma.

## **2. METODOLOGIA**

O evento “PET + Saúde na Escola”, assim como todos os outros realizados pelo grupo, foi discutido em diversas reuniões, onde foram expostas ideias, até que o seu modelo fosse consolidado. Desta forma, o evento é realizado anualmente, em diferentes escolas. São realizadas ações como: coleta de dados com alunos, professores e funcionários; palestra e conversa de conscientização com professores e funcionários; e oficinas, divididas em estações, por onde passam os alunos. Na edição do evento realizada em dezembro de 2017, foram ofertadas oficinas de Ginástica Artística e Rítmica, Jogos Cooperativos, Lutas, Punhobol e Rugby. Já para a edição realizada em setembro de 2018, a oficina de Jogos Cooperativos foi substituída por Mini Atletismo.

Em relação, especificamente, a oficina de Punhobol, a mesma foi sugerida por uma das componentes do grupo em uma das reuniões administrativas, sendo aceita e ficando de responsabilidade da mesma a sua elaboração, organização e aplicação. Após isso, foram elaborados, apresentados e aprovados, planos de aula contendo brincadeiras e atividades adaptadas à cada faixa etária possível de ser encontrada na escola. Referente aos materiais necessários, levando em conta a fácil adaptação da modalidade a diferentes espaços, foi construída uma quadra móvel com canos de PVC; a fita oficial foi substituída por elástico; e as bolas utilizadas foram de voleibol, por serem mais facilmente encontradas nas escolas.

## **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O evento foi realizado pela primeira vez no dia nove de dezembro de 2017, na Escola Municipal de Ensino Fundamental Waldemar Denzer, localizada na zona rural do município de Pelotas/RS, contando com a participação de 61 alunos. Sua segunda edição aconteceu no dia primeiro de setembro de 2018, na Escola Municipal de Ensino Fundamental Geraldo Antônio Telesca, localizada no município de Canguçu/RS, e contou com a participação de 25 alunos. Vale ressaltar que a pouca adesão dos alunos na segunda edição da realização do evento foi decorrente das condições climáticas desfavoráveis.

A realização da oficina de Punhobol significou a possibilidade de oferecer e apresentar uma vivência diversificada para os alunos, contribuindo para que muitos deles se identifiquem e encontrem na modalidade uma prática que lhes proporcione prazer e os faça sentir vontade de realizar em seus cotidianos, contribuindo para modificar a problemática atual do sedentarismo. Isso se faz de muita importância à medida em que se pensa que a Educação Física, segundo BETTI (1992), deve formar o cidadão que irá produzi-la, reproduzi-la e transformá-

la, qualificando-o para desfrutar de jogos, esportes, danças, lutas e ginásticas, além de instiga-lo a envolver-se com diversas atividades.

Além disso, na maior parte do tempo a transmissão de conhecimento feita durante o curso de graduação é vinda do professor através de recursos audiovisuais. Segundo o que evidencia BECK (2017), é muito importante enxergar na prática como aplicar os ensinamentos transmitidos em sala de aula, assim como a experiência é fundamental para o processo de aprendizagem. Portanto, atividades como estas contribuem para a formação dos graduandos pois possibilitam a preparação e a experimentação da realidade que irá ser vivenciada após concluída a graduação através do ato de ministrar a oficina para diversos alunos.

Ainda, outro ponto positivo do evento possível de ser ressaltado foi a mobilização da comunidade escolar. Desde a idealização do evento ambas as escolas se mostraram bastante interessadas e dispostas a contribuir com o necessário, ao mesmo tempo que deram total liberdade para que o grupo organizasse como tudo ocorreria. Da mesma forma aconteceu no dia, durante a realização das atividades. Tudo isso contribui para que se crie e fortaleça o vínculo entre a Universidade, enquanto Escola Superior de Educação Física, e a comunidade escolar.

Para corroborar com os demais resultados foi realizada uma pequena pesquisa com os alunos ao final da segunda edição do evento. Para a coleta dos dados foi utilizado como instrumento uma adaptação do questionário denominado "Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)". Este questionário foi utilizado com o intuito de identificar o sentimento provocado nos alunos com a realização do evento; para isso, eram listados uma série de sentimentos e os alunos atribuíam respostas para cada um, conforme a intensidade em que os sentiram durante a participação no evento; as opções de resposta eram: "nada", "um pouco", "moderadamente", "bastante", "extremamente". Foram evidenciadas as seguintes respostas com o número de alunos que optou por cada uma, respectivamente: "interessado" – moderadamente (um), bastante (um), extremamente (23). "Angustiado" – nada (25); "Animado" – moderadamente (dois), extremamente (23). "Chateado" – nada (24), um pouco (um). "Forte" – moderadamente (um), bastante (seis), extremamente (18). "Culpado" – nada (25). "Assustado" – nada (22), um pouco (dois), moderadamente (um). "Hostil" – nada (14), um pouco (três), moderadamente (dois), bastante (dois), extremamente (quatro). "Entusiasmado" – moderadamente (dois), bastante (um), extremamente (22). "Orgulhoso" – nada (um), extremamente (24). "Irritado" – nada (17), um pouco (quatro), moderadamente (dois), bastante (dois). "Alerta" – nada (três), um pouco (dois), moderadamente (quatro), bastante (dois), extremamente (14). "Envergonhado" – nada (13), um pouco (dois), moderadamente (três), bastante (dois), extremamente (cinco). "Inspirado" – um pouco (um), moderadamente (quatro), bastante (cinco), extremamente (15). "Nervoso" – nada (10), um pouco (sete), moderadamente (três). "Determinado" – bastante (um), extremamente (24). "Atento" – bastante (dois), extremamente (23). "Agitado" – moderadamente (um), bastante (dois), extremamente (22). "Com medo" – nada (19), um pouco (dois), moderadamente (dois), extremamente (dois). "Confiante" – moderadamente (três), bastante (cinco), extremamente (17). "Surpreso" – um pouco (um), moderadamente (sete), bastante (três), extremamente (14). "Cansado" – nada (13), um pouco (seis), moderadamente (três), bastante (um), extremamente (dois). "Calmo" – nada (nove), moderadamente (três), bastante (cinco), extremamente (oito). "Entediado" – nada (23), um pouco (dois). "Ativo" – moderadamente (dois), bastante (quatro), extremamente (19). "Descontraído" –

nada (seis), um pouco (três), moderadamente (um), bastante (um), extremamente (14). Além disso, foram feitas três perguntas cujas opções iam de um a sete, onde “um” representava a opção “nada chata”, e “sete” “muito chata”. Sobre a prática dos jogos, 23 alunos marcaram a opção “um” e dois alunos marcaram a opção “dois”. Quando a pergunta foi “eu achei a prática dos jogos um pouco chata?” 21 alunos marcaram a opção “um” e o restante a opção “dois”. E referente a satisfação dos alunos quanto ao seu próprio desempenho, 24 marcaram a opção “um” e um aluno marcou a opção “dois”.

#### 4. CONCLUSÕES

O intuito de promover a saúde e incentivar bons hábitos de vida diários, através da prestação de serviços à comunidade escolar foi alcançado com sucesso, não só através da oficina de Punhobol, mas no evento como um todo. Além disso, houve uma troca de vivências e conhecimentos enriquecedora tanto para a comunidade escolar, com a vivência e conhecimento de diferentes práticas, quanto para os integrantes do grupo PET Educação Física enquanto acadêmicos, contribuindo para uma melhor e mais completa formação, atingindo assim a um dos principais objetivos do Programa de Educação Tutorial. Vale ressaltar também o estreitamento da proximidade com a comunidade, permitindo a saída para além dos limites da graduação.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

COSTA, F. F. **Hábitos Alimentares e de Atividade Física de Escolares de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil**. 2010. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina.

CUNHA, L. C. Punhobol: de uma prática desconhecida à popularização em escolas de Rio Grande/RS. **REDSIS – Revista Didática Sistemica**, Rio Grande, edição especial, p. 79-90, 2015.

JUNIOR, A. E. B. Educação Física na Promoção de Hábitos Saudáveis. In: **COLÓQUIO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO**, 4. Santa Catarina, 2011. Anais IV Colóquio Internacional de Educação. Santa Catarina: Editora UNOESC, 2011.

LAZZOLI, J. K.; NÓBREGA, A. C. L.; CARVALHO, T.; OLIVEIRA, M. A. B.; TEIXEIRA, J. A. C.; LEITÃO, M. B.; LEITE, N.; MEYER, F.; DRUMMOND, F. A.; PESSOA, M. S. V.; REZENDE, L.; ROSE, E. H.; BARBOSA, S. T.; MAGNI, J. R. T.; NAHAS, R. M.; MICHELS, G. Atividade Física e Saúde na Infância e Adolescência. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 4, n. 4, 1998.

Confederação Brasileira de Desportos Terrestres (CBDT). **O que é o Punhobol?** CBDT, Brasil. Acessado em 26 ago. 2018. Online. Disponível em: <https://www.cbdt.com.br/o-que-e-o-punhobol/>

MAMUT. **A Importância da Educação Física Escolar na Formação do Indivíduo**. MAMUT, Goiânia, 2018. Acessado em 04 set. 2018. Disponível em: <<http://www.mamutbr.com/importancia-da-educacao-fisica-escolar-na-formacao-do-individuo/>>