

A RELEVÂNCIA DO ENSINO HÍBRIDO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR COMO FERRAMENTA DE CONHECIMENTOS E PRÁTICAS DE ATIVIDADES FÍSICAS: relato de experiência

**GEYSIMARA PEREIRA TEIXEIRA DE SOUZA
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Baiano – IF BAIANO**

**PRISCYLLA TEIXEIRA LIMA
Universidade Federal de Goiás - UFG**

**MARIA MEIRE ATAÍDE BRANDÃO
Colégio Estadual de Urandi - CEU**

**KELLY DAYANE MARTINS MALHEIROS
Colégio Arco-Íris - CAI**

Resumo

O objetivo deste trabalho é discutir a relevância do ensino híbrido na Educação Física escolar, descrevendo as experiências realizadas em um colégio estadual da rede pública de ensino, durante Pandemia da COVID-19, tendo em vista que, durante este período, os estudantes apresentaram um quadro de sedentarismo, por ficar um longo período em isolamento. As aulas aconteceram na modalidade a distância, de forma síncronas, em turmas do 2º ano do ensino médio, no curso Formação Geral, no turno matutino, com alunos da faixa etária dos quinze aos dezessete anos de idade. Nesse sentido, as atividades propostas tiveram o intuito de oferecer subsídios – teóricos e práticos, que favorecessem o aprendizado dos conteúdos, de modo significativo, por meio de debates on-line e vivências, com o objetivo de gerar mudanças no estilo de vida, através da abordagem Saúde Renovada. Concluiu-se que o ensino a distância teve uma relevância social impactante, pois permitiu que muitos estudantes tivessem acesso ao conteúdo didático do ano letivo, já que não poderiam frequentar o espaço escolar. Além disso, a proposta do ensino híbrido pode e deve ser levada para o ensino presencial, como uma ferramenta de enriquecimento de estudo através de pesquisas científicas, com a finalidade de ampliar cada vez mais o acervo de conhecimento dos estudantes.

Palavras-chave: Atividades Físicas. Educação Física Escolar. Ensino híbrido.

Abstract

The objective of this work is to discuss the relevance of hybrid teaching in school Physical Education, describing the experiences carried out in a state school of the public education network, during the COVID-19 Pandemic, considering that, during this period, the students presented a sedentary lifestyle, due to being in isolation for a long period. The classes took place in the distance modality, synchronously, in classes of the 2nd year of high school, in the General Training course, in the morning shift with students in the age group of fifteen to seventeen years of age. In this sense, the proposed activities aimed to offer theoretical and practical subsidies that would favor the learning of the contents, in a significant way, through online debates and experiences, with the objective of generating changes in lifestyle, through the Renewed Health approach. It was concluded that distance learning had an impactful social relevance, as it allowed many students to have access to the didactic content of the school year, since they could not attend the school space. In addition, the proposal of blended learning can

and should be taken to face-to-face teaching, as a tool for enriching study through scientific research, in order to increasingly expand the students' body of knowledge.

Keywords: Physical Activities. School Physical Education. Hybrid teaching.

Introdução

Nos últimos três anos, a sociedade mundial passou por um período obscuro, ocasionado pela Pandemia da COVID -19 que afetou os modelos de ensino educacional, tanto nas redes públicas de ensino quanto nas particulares. Essa situação levou a comunidade acadêmica a refletir sobre as propostas pedagógicas de ensino em relação ao trato com o conhecimento, que deve ser organizado a partir da relevância social do conteúdo e simultaneidade, baseado com os dados da realidade vigente.

O cenário obscuro, vivido pela sociedade durante a Pandemia da COVID – 19, resultou nas suspensões das aulas presenciais nos âmbitos escolares, em todo o mundo. Conforme Alves, 2020; Nunes; Dutra, 2020, essa decisão foi uma das medidas de isolamento e distanciamento social adotadas por todos os países que foram afetados, pois, até aquele momento, não havia solução para o problema. Assim, a população passou a adotar rígidas regras de isolamento em casa, o que fez refletir na paralisação de distintos serviços e atividades, inclusive no meio educacional, que afetou mais de 1.5 bilhões de crianças, adolescentes e universitários de 165 países (Presse, 2020; Unesco, 2020).

Diante desse cenário, o Ministério da Educação publicou Portarias (nº 343, nº 345, nº 356 e nº 473) de caráter emergencial para a atualização das atividades no âmbito escolar da Educação Básica e Superior, indicando a educação a distância (Brasil, 2020). O termo se refere às práticas pedagógicas mediadas por recursos tecnológicos, ferramentas e plataformas digitais, com a utilização de aplicativos, tais como: Google Meet, Google Class e Teams (Microsoft), onde são realizadas aulas em tempo real, chamada de aulas síncronas (Gomes, 2020).

Nesse viés, a LDB nº 9.394, estabelece as Diretrizes e Bases da Educação para todos os níveis de ensino e coloca o ensino a distância como modalidade utilizada para complementação da aprendizagem ou em situações emergenciais. Assim, o ensino híbrido foi utilizado como suporte pedagógico de inclusão e apropriação do mundo digital.

No Brasil, a educação a distância foi regulamentada por intermédio do decreto de nº 5.622/05, que caracteriza a modalidade educacional como o processo de ensino e aprendizagem

que utiliza as tecnologias de informação e da comunicação, desenvolvendo atividades de cunho educativo em lugares ou tempos diferenciados (Oliveira *et al.*, 2019).

Desse modo, a Educação Física escolar, como área que trata dos conhecimentos da cultura corporal de movimento (Darido, 2012), deve se adequar à nova realidade, com a utilização de tecnologias digitais. Diante da velocidade das informações que chegam de forma quase instantânea, o universo pedagógico não poderia ficar à parte dessas mudanças. Compreendemos que a inserção de recursos digitais em salas de aula é um processo necessário, que já vem sendo implantado aos poucos pelas instituições de ensino. Esses recursos são ferramentas que podem ser utilizadas e reutilizadas em diferentes situações, tornando-se alternativas flexíveis para conteúdos didáticos.

Entre as competências gerais propostas pela BNCC (2017), encontramos a “Cultural Digital”, que propõe compreender, utilizar e criar tecnologias digitais de forma crítica, significativa e ética. Diante disso, a citada competência tem como objetivo proporcionar a comunicação, o acesso à produção de informações e de conhecimentos que abrange, tanto a pesquisa, aplicação, como a produção de textos expositivos e argumentativos que circulam no meio escolar.

Atualmente, a área da Educação Física escolar possui diversas abordagens pedagógicas que direcionam o professor de Educação Física a escolhê-la conforme às suas necessidades encontradas em sala de aula. Isso é imprescindível na prática pedagógica, uma vez que o docente é o responsável pelo planejamento e condução de suas aulas, tendo em vista a função social da escola, adequando os conteúdos a serem trabalhados (Darido, 2012).

Entre as diversas abordagens pedagógicas da Educação Física, destacamos a Abordagem Saúde Renovada, cujo objetivo é proporcionar uma formação integral aos estudantes por meio de promoção, prevenção e atenção à saúde do corpo, uma vez que a prática de atividades físicas deve ser incentivada desde a infância, justamente, para que se crie hábitos de vida saudáveis, que podem ser levados para a vida adulta, e, conseqüentemente, prevenir várias doenças relacionadas ao sedentarismo.

Nessa perspectiva, o trabalho teve como objetivo discutir a relevância do ensino híbrido na Educação Física escolar, descrevendo as experiências realizadas em um colégio estadual da rede pública de ensino, no período da Pandemia da COVID-19. Os estudantes envolvidos faziam parte da turma do 2º ano do Ensino Médio e os conhecimentos trabalhados foram acerca das práticas de atividades físicas e alimentação balanceada como meio de promoção e prevenção da saúde do corpo, em um Colégio Estadual da rede pública de ensino.

Educação Física escolar e o ensino híbrido

Com a rapidez com que as informações chegam e com todas as demais mudanças que a tecnologia trouxe ao mundo, é preciso adequar o conteúdo escolar para que atenda a nova realidade em que a sociedade está inserida.

Durante a Pandemia da COVID – 19, aconteceram muitas transformações na educação. Milhares de professores tiveram que se reinventar para integrarem-se no meio on-line e nas plataformas educacionais e, no componente curricular Educação Física, não foi diferente. Porém, o desafio foi bem maior, pois além de apresentar as habilidades cognitivas, ainda tinham que trabalhar as habilidades motoras e sociais dos estudantes, sem o contato presencial. Então, o professor de Educação Física escolar teve elaborar uma proposta de ensino que contemplasse informações, pesquisa, diálogos e atividades físicas, além de buscar promover experiências pedagógicas que permitam aos estudantes reconhecerem a importância de ter hábitos de vida saudáveis, fazendo com que se adequem a essa nova realidade. Obviamente, as condições do isolamento social interferiam no cotidiano dos adolescentes, alterando seu estilo de vida, alimentação, saúde e comprometendo sua qualidade de vida.

6059

Diante de todas essas mudanças educacionais, ocorridas em meio a Pandemia da COVID - 19, o ensino híbrido tornou-se algo mais flexível. Esse modelo buscou possibilitar ao aluno aprender, tanto dentro, quanto fora do ambiente de ensino formal, de maneira contínua.

Nessa perspectiva, as aulas de Educação Física devem proporcionar atividades individuais, que apresentem situações que conduzam à aprendizagem e o desenvolvimento individual e social, trazendo-lhe experiências e conhecimentos, mesmo com as dificuldades encontradas em relação ao espaço e os recursos /materiais (fita adesiva, baldes, garrafas de plástico e entre outro) presentes em casa.

Consequentemente, as propostas pedagógicas ganharam uma diversidade de adaptações para permitir que estudantes, com diferentes níveis de habilidades, participassem, ao máximo, das vivências, mesmo tendo suas dificuldades.

O ensino a distância por meio da tecnologia digital

É de conhecimento geral que o século XXI foi marcado pelas tecnologias digitais da informação e comunicação, que estão cada vez mais presentes em quase todas as classes sociais

da sociedade, permitindo aos usuários se conectarem e se comunicarem, mesmo estando em diferentes locais. Essa forma de comunicação, segundo Moran, 2015 foi potencializada pela democratização do acesso à internet, que possibilitou o aumento do fluxo de informações, através de trocas de experiências entre usuários das mais diversas partes dos continentes.

Diante desses avanços, diversos ambientes modificaram e ampliaram a forma de comunicação, alterando a maneira de recepção e acesso às informações. Nesse aspecto, foi que o Brasil se apropriou do decreto de regulamentação da educação a distância, fazendo com que ocorresse uma transformação na educação, no sentido de uma maior reflexão sobre as tendências educacionais, mudanças que tornaram o ensino mais flexível, digital e híbrido.

Durante a Pandemia de COVID – 19, o docente teve como suporte os recursos de tecnologia da informação e da comunicação para oferecer conhecimentos aos alunos, que se encontravam no isolamento social, por meio do ensino híbrido, que, conforme Moran (2015), apresenta diversos valores, com competências amplas e uso de metodologias ativas, além de possuir uma infraestrutura tecnológica sofisticada. Reforçando essas ideias, Kraviski (2020) afirma que:

O ensino híbrido é muito mais do que o ensino semipresencial, comumente conhecido nas instituições de ensino. Refere-se a combinações de atividades, com diferentes propostas, baseadas em deixar o aluno no centro de sua aprendizagem. O professor, nesse caso, deixa de ser um mero transmissor do conteúdo, função que exerce tradicionalmente (p. 7).

6060

Com essa metodologia de ensino, o estudante se torna responsável pelo seu aprendizado, cabendo ao professor um papel de mediador desta ação, fazendo com que o modelo de ensino tradicional tenha enormes desafios pela frente, como, por exemplo, a reorganização do currículo, as metodologias de ensino, o tempo e os espaços destinados para aprendizagem (Moran, 2015). Outro grande desafio que se apresenta é realizar mudanças que proporcionem a cada ser a oportunidade de aprender em seu ritmo, pois, nem todos têm o mesmo nível de conhecimento e acesso a aparelhos digitais. A tecnologia traz para o ensino a integração de espaços e tempos, possibilitando que o ensinar e o aprender aconteçam simultaneamente (Silva, 2017).

Durante esse período, as escolas particulares e públicas tiveram a necessidade de utilizar o ensino híbrido como forma de ensino e aprendizagem no sistema educacional, pois trata-se de uma metodologia que utiliza o ensino on-line e o ensino tradicional para dar conta das demandas do aluno contemporâneo. Esse modelo é uma extensão da ampliação da sala de aula formal, com o auxílio - *presenciais/blended/online* - que se reúnem em individual ou em grupo (Moran, 2015).

Christensen, Horn e Staker (2013, p. 3-4) elucidam a vantagem de um ensino híbrido na escola:

Em muitas escolas, o ensino híbrido está emergindo como uma inovação sustentada em relação à sala de aula tradicional. Esta forma híbrida é uma tentativa de oferecer “o melhor de dois mundos” — isto é, as vantagens da educação online combinadas com todos os benefícios da sala de aula tradicional.

Nesse sentido, o ensino híbrido propõe ao aprendiz a oportunidade de ter acesso aos dois tipos de ensino, que pode lhe proporcionar várias maneiras de aprender, permitido que os alunos aprendam, tanto na sala do ambiente escolar, quanto no ambiente on-line, complementando o ensino tradicional (Christensen; Horn; Staker, 2013).

Portanto, por mais que tenha gerado tantas críticas a respeito do ensino a distância nestes últimos anos, ele foi de extrema importância para a aprendizagem de milhares de estudantes, sejam eles da rede pública ou particular de ensino, onde milhares de alunos puderam ter acesso ao conteúdo dos componentes curriculares, de forma mais flexível e contínua.

A abordagem Saúde Renovada no contexto educacional

A Educação Física escolar, ao longo da história, teve vários objetivos de inclusão no seu percurso, enquanto componente curricular. No Brasil, por exemplo, a Educação Física exerceu grande influência sobre a sociedade, onde foi vista como a “síntese perfeita da educação e da saúde”, contribuindo para a formação de indivíduos produtivos, robustos e saudáveis (Bracht, 1999). Posteriormente, ela serviu a preceitos militaristas (1930 a 1945), ao competitivismo voltando-se à técnica e ao desempenho (1964), e, a partir da década de 1980 e 1990, incorporou discursos das áreas humanas e sociais, possibilitando a abertura de uma postura mais crítica (Silva, Ludorf, Silva e Palma, 2009).

Nesse contexto, na década de 80, a área da Educação Física passou a ser estudada por diversos pesquisadores em busca de alternativas para definições de modelos, linhas, perspectivas, concepções, tendências e abordagens pedagógicas no contexto educacional. Foi a partir dessas pesquisas que surgiram as abordagens pedagógicas da Educação Física. Assim, destacamos a abordagem Saúde Renovada, que é fundamental em auxiliar na recuperação, aquisição e manutenção da saúde do corpo (Darido, 2012).

De acordo com Guedes e Guedes (1996), uma das principais preocupações dos pesquisadores na área da Educação Física e da saúde pública eram buscar alternativas que contribuíssem na diminuição dos distúrbios orgânicos, associados à falta de atividade física.

Diante disso, a proposta das aulas de Educação física é colaborar com o conhecimento sobre comportamentos saudáveis, qualidade de vida e a prática regular de atividades físicas, com o intuito de impedir o avanço de hábitos pouco saudáveis, que poderiam levar ao sedentarismo e à obesidade dos estudantes. Vale ressaltar que atividade física é todo e qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética, que resulta em gasto energético acima dos níveis de repouso (Pitanga, 2010).

Para Nahas (2017), os programas tradicionais de Educação Física têm sido organizados exclusivamente em torno de esportes formais, pois ressupõe-se que a prática esportiva, por si só, conduzirá aos benefícios educacionais esperados na Educação Física, tais como: desenvolvimento de habilidades motoras, aptidão física e um estilo de vida ativo. Porém, o esporte passa a ser considerado como um fim em si próprio, resultando no desinteresse ou mesmo exclusão de um grande número de alunos pouco habilidosos, o que acaba não contribuindo na manutenção da saúde.

Nesse sentido, Nahas (1997), ressalta a importância das informações e conceitos relacionados à aptidão física e saúde no âmbito escolar, visto que, é preciso adotar novas estratégias de ensino que contemplem a abordagem de conceitos e princípios teóricos que forneçam subsídios aos estudantes sobre hábitos saudáveis, através da prática de atividade física. No mais, é preciso procurar atender a todos os públicos, especialmente aqueles mais necessitados, como, estudantes com deficiência, obesos e os com baixa aptidão física. Assim, a prática de atividades físicas, durante as aulas de Educação Física promoverá melhorias nos componentes da aptidão física. Dentre eles estão: flexibilidade, equilíbrio, resistência, velocidade, coordenação e força muscular.

Através desses argumentos, faz-se necessário priorizar a prática de atividades físicas no segundo ano do Ensino Médio, visto que, os estudantes possuem instrução teórico-prática, assim, dando ênfase aos conceitos sobre atividade física, aptidão física e saúde (Nahas, 2017).

Estratégias Metodológicas

Este trabalho teve como suporte pedagógico a abordagem Saúde Renovada, tendo em vista a forma de lidar com nova realidade, o isolamento social, visando as possibilidades do ensino híbrido na aula de Educação Física escolar no Ensino Médio, já que os adeptos desta abordagem afirmam:

Se um dos objetivos é fazer com que os alunos venham a incluir hábitos de atividades físicas em suas vidas, é fundamental que compreendam os conceitos básicos relacionados com a saúde e a aptidão física, que sintam prazer na prática de atividades físicas e que desenvolvam um certo grau de habilidade motora, o que lhes dará a percepção de competência e motivação para essa prática. Esta parece ser uma função educacional relevante e de responsabilidade preponderante da Educação Física escolar (Nahas, 2017, p.170).

Essa abordagem pedagógica é compreendida por defender a promoção e manutenção da saúde através de práticas de atividades físicas, desde o período da adolescência. Conforme a WHO (2010), recomendam – se que adolescentes em idade escolar, pratiquem pelo menos 60 minutos por dia de atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa, devendo incluir atividades de resistência muscular, força e alongamento, pelo menos, três dias por semana. Visto que, esse público possui comportamentos de risco que devem merecer maior atenção, pelo fato de fazer uso de alimentação inadequada – como o consumo de álcool, drogas, alimentos ricos em gorduras saturadas e sódio, aliada à falta de atividade física contínua, entre outros.

Nessa perspectiva, a prática da atividade física de intensidade moderada a vigorosa, auxilia na melhoria da saúde esquelética, no controle da pressão sanguínea, na obesidade, na memória e no comportamento em sala de aula, entre outros benefícios (Tenório; Tassitano; Bezerra, 2009).

Diante disso, a seguir, relatamos as experiências com aulas teóricas e práticas sobre os elementos que compõem a aptidão física e alimentação balanceada, de acordo com a pirâmide alimentar, considerando-as como materiais pedagógicos de interesses individuais e coletivos dos estudantes.

As experiências foram realizadas em um colégio estadual da rede pública de ensino. As aulas aconteceram nas turmas do 2º ano do ensino médio, no curso Formação Geral, no turno matutino, com alunos da faixa etária dos quinze aos dezessete anos de idade. Logo abaixo, apresentamos alguns exemplos das aulas de Educação Física que foram realizadas na modalidade a distância, com aulas síncronas em todas as turmas do 2º ano do ensino médio.

Na primeira aula foi proposta a realização de uma prática de alongamentos e relaxamento, por meio do Google Meet. Inicialmente foi reproduzida uma música instrumental, com o intuito de que os alunos compreendessem a importância de conectar o corpo e a mente, principalmente naquele momento. Com as câmeras ligadas, iniciamos a conversa, logo depois, começamos a fazer os alongamentos, primeiramente membros superiores e depois membros inferiores, ao terminarmos foi solicitado que todos se deitassem, de forma que fosse confortável. Neste momento, foram proferidas palavras que tentassem fazer com que os alunos tivessem

consciência do seu corpo, com o intuito de buscar o equilíbrio entre corpo e mente. A finalização foi através de uma roda de conversa, cujos alunos expuseram como foi a experiência vivenciada, com relatos de sensação de bem-estar.

A segunda aula foi teórica, com indicação de práticas de atividades sobre as capacidades físicas: Agilidade e Velocidade. Inicialmente, ocorreu uma apresentação, com projeção do conteúdo através de slides e explicação simultânea. Para facilitar a compreensão de todos, foram gravados dois vídeos com a realização das atividades propostas. Em seguida, foi apresentado o primeiro vídeo, mostrando um circuito com materiais adaptados. Esse circuito foi realizado três vezes, cronometrando o tempo, com o objetivo de verificar qual era o menor tempo gasto em cada volta dada no circuito. Depois, no segundo vídeo, foi projetada uma apresentação de dança com o bambolê, com o tempo cronometrado. Essa atividade tinha como objetivo saber qual o maior tempo que o/a participante ficaria dançando com o aro na cintura, sem deixá-lo cair. Diante disso, foi solicitado que os alunos reproduzissem as mesmas atividades que foram postas, observassem os seus limites e avanços, além de gravar as realizações das atividades por meio de um celular. Dias depois, as atividades foram encaminhadas, via WhatsApp, para a professora visualizar os limites e avanços individuais.

Na terceira aula, foi proposta uma aula prática de ginástica aeróbica, com a durabilidade de 50 minutos, por meio do Google Meet. A primeira parte foi iniciada com um aquecimento de 10 minutos, com o objetivo de aquecer as principais articulações, foram realizados movimentos que iniciavam lentos e aumentavam, gradativamente, a intensidade, em seguida, foram realizados alongamentos. Assim, o corpo foi preparado para atividades mais intensas, também foi evidenciado o ritmo e a coordenação. Logo em seguida, a parte principal, com a duração de 30 minutos, enfatizando os elementos da aptidão física, tais como: o equilíbrio, a flexibilidade e força muscular. Nessa parte da aula, foram realizados exercícios em diferentes posições, como em pé, deitado e sentado. Os movimentos dos exercícios foram feitos de forma consciente, com o acompanhamento musical, com a finalidade de respeitar as diferenças da coordenação motora de cada estudante. Depois, na parte final, com o relaxamento muscular, com a durabilidade de 10 minutos, para a volta aos padrões fisiológicos do início da aula.

Na quarta aula, foi proposta uma aula teórica de Educação Física, com a temática: Educação Física e Nutrição, com o objetivo compreender a pirâmide alimentar e qual sua função na vida das pessoas e identificar os hábitos alimentares inadequados vivenciados pelos estudantes em seu dia a dia. Inicialmente, ocorreu uma apresentação com slides do conteúdo, explicando-o, simultaneamente. Em seguida foi apresentado o documentário *“Super Size Me:*

a dieta do palhaço”, para a classe assistir. Depois, foi solicitado que fizessem uma lista do que costumavam ingerir durante um dia e classificassem esses alimentos, de acordo com a pirâmide alimentar. A dieta foi avaliada, tendo como parâmetro as necessidades diárias, conforme a faixa etária de cada um dos estudantes. Logo em seguida, foi proposta outra atividade: a criação de um *Quiz* da alimentação para um público específico, tais como: criança, adolescente, jovem, adulto, idoso e atleta.

Neste contexto, as atividades propostas para estudantes foram realizadas com sucesso em todas as turmas do 2º ano do ensino médio, visando o reconhecimento dos benefícios à saúde, a prática de atividade física regular e a alimentação balanceada.

A avaliação ocorreu de forma contínua, pois, segundo Darido (2005), o processo de ensino-aprendizagem se dá em momentos de reflexões conjuntas entre a turma e o professor. Diante disso, foram avaliados os interesses e a motivação dos estudantes em participar dos debates on-line sobre os conteúdos, e, também, suas expectativas em realizarem as atividades propostas, feitas através dos vídeos enviados.

Considerações Finais

As atividades propostas e desenvolvidas por meio do ensino híbrido, na disciplina Educação Física, durante a Pandemia da COVID – 19, proporcionaram uma aprendizagem significativa aos estudantes do colégio público, demonstrados através das participações, dos trabalhos e vídeos produzidos e postados por eles. A experiência com o ensino híbrido e a educação a distância tiveram como objetivo gerar mudanças no estilo de vida de cada estudante, visto que, no período da Pandemia da COVID - 19, os alunos apresentaram um quadro de sedentarismo, por ficar um longo período em isolamento. Além disso, eles deixaram de ter uma vida social, como frequentar os espaços de lazer, os locais de atividades físicas, a escola, entre outros ambientes.

As realizações dos debates on-line, com subsídios teóricos e práticos a respeito de cada conteúdo, foram suficientes para ter uma compreensão de que os estudantes tinham pouco conhecimento sobre os benefícios da prática regular de atividades físicas, que poderiam ser praticadas em qualquer espaço, e sobre a importância de uma alimentação balanceada para a sua saúde. Em relação à alimentação, eles relatam o consumo de muitos alimentos gordurosos e salgados, doces e produtos industrializados, tais como refrigerantes e bebidas alcoólicas.

Diante disso, a abordagem Saúde Renovada assume um papel importante no âmbito escolar, norteando os professores de educação física para a área da saúde, com a finalidade de educar os estudantes para o futuro, por meio do interesse pela prática regular de atividade física, o que não se restringe ao período escolar, mas durante toda a vida.

Em relação às dificuldades encontradas, chama-se a atenção a existência de uma pequena parcela dos estudantes que não possuíam computadores ou notebooks em casa, assim, eles assistiam as aulas através do aparelho celular. Diante disso, algumas estratégias foram utilizadas para minimizar este problema, como a proposta de gravar as atividades realizadas pelo aparelho celular, assim, eles poderiam assistir mais vezes e em outros momentos, preparando-se melhor para executar o trabalho solicitado e encaminhá-lo para a professora.

Portanto, o ensino híbrido como ferramenta educacional, teve uma relevância social impactante, pois permitiu que muitos estudantes tivessem acesso ao conteúdo didático do ano letivo, já que não poderiam frequentar o espaço escolar. Além disso, a proposta do ensino híbrido pode e deve ser levada para o ensino presencial, como uma ferramenta de enriquecimento de estudo através de pesquisas científicas, com a finalidade de ampliar cada vez mais o repertório de conhecimento dos estudantes.

Referências

ALVES, Lynn. Educação remota: entre a ilusão e a realidade. *Interfaces Científicas - Educação*, v. 8, n. 3, p. 348-365, 2020. Disponível em:
<https://periodicos.set.edu.br/educacao/article/view/9251/4047> Acesso em: 05 set. 2023.

BRACHT, V. A. Constituição das teorias pedagógicas da educação física. *Caderno Cedes*. Campinas, SP, v. 19, n. 48, (pp. 69-88), 1999.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular – Educação é a Base. Brasília: MEC, 2017. Disponível em:
http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf
Acesso em: 06 out. 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. Portaria nº 473, de 12 de maio de 2020. Brasília, DF, 2020. Disponível em: <https://abmes.org.br/arquivos/legislacoes/Portaria-mec-473-2020-05-12.pdf>
Acesso em: 05 out. 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. Diretrizes Curriculares Nacionais da Educação Básica. Brasília, 2013. Disponível em: <https://bit.ly/2YDr1PV> Acesso em: 06 out. 2023.

BRITO, M. S. A Singularidade Pedagógica do Ensino Híbrido. *EaD em Foco*, V.10, e 948, 2020. Disponível em:

<https://eademfoco.cecierj.edu.br/index.php/Revista/article/view/948/537> Acesso em: 10 out. 2023.

CHRISTENSEN, C.; HORN, M., & STAKER, H. Ensino Híbrido: uma Inovação Disruptiva: Uma introdução à teoria dos híbridos, 2013. Disponível em: https://s3.amazonaws.com/porvir/wpcontent/uploads/2014/08/PT_Is-K-12-blended-learning-disruptive-Final.pdf Acesso em: 16 out. 2023.

DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. **Educação Física na Escola**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

DARIDO, S. C. **Educação física na escola: realidade, aspectos legais e possibilidades**. In: UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA. Prograd. Caderno de formação: formação de professores didática geral. São Paulo: Cultura Acadêmica, p. 21-33, v. 16, 2012.

GOMES, Helton. Como o Google quer fazer você esquecer do Zoom para videoconferências. Publicado em 29 de abril, 2020. Disponível em: <https://www.uol.com.br/tilt/noticias/redacao/2020/04/29/como-o-google-quer-fazer-voce-esquecer-do-zoom-para-fazer-videoconferencias.htm>
<https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/19/17/educacao-a-distancia-no-mundo-e-no-brasil> Acesso em: 10 out. 2023.

GUEDES, D. P; GUEDES, J. E. R. P. Associação entre variáveis do aspecto morfológico e desempenho motor em crianças e adolescentes. **Revista Paulista de Educação Física**, n. 10, v. 2, p. 99-112, 1996. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/rpef/article/view/138523> Acesso em: 23 out. 2023.

6067

KRAVISKI, M. R. **Ensino híbrido**. Curitiba (PR): Editora: Contentus, 2020.

NAHAS, M. V. Educação Física no Ensino Médio: educação para um estilo de vida ativo no terceiro milênio. - **Anais do IV Seminário de Educação Física Escolar** / Escola de Educação Física e Esportes, p. 17-20, 1997.

Nahas, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida** : conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 7. ed. Florianópolis, Ed. do Autor, 362 p. 2017.

NUNES, R. C. A.; DUTRA, C. M. Ensino remoto para alunos do Atendimento Educacional Especializado. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 11, e64291110060, 2020 (CC BY 4.0) | ISSN 2525-3409 | DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i11.10060> Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/10060/9191/141021> Acesso em: 17 out. 2023.

MORAN, J. Mudando a educação com metodologias ativas. In: SOUZA, C. A.; MORALES, O. E. T. (orgs). **Coleção Mídias Contemporâneas**. Convergências Midiáticas, Educação e Cidadania: aproximações jovens. *Ponta Grossa: UEPG/PROEX*. V. 2, P. 15 – 33, 2015. Disponível em: http://www2.eca.usp.br/moran/wp-content/uploads/2013/12/mudando_moran.pdf Acesso em: 23 out. 2023.

OLIVEIRA, A. F. *et al.* Educação a Distância no mundo e no Brasil. **Revista Educação Pública**, v.19, nº17, 20 de agosto, 2019.

PITANGA, F. J. G. **Epidemiologia da atividade física, do exercício e da saúde**. 3.ed. São Paulo: Phorte, 2010.

PRESSE, France. Unesco: metade dos estudantes do mundo sem aulas por conta da Covid-19. Publicado 18 mar. 2020. Disponível na URL:
<https://g1.globo.com/educacao/noticia/2020/03/18/unesco-metade-dos-estudantes-do-mundo-sem-aulas-por-conta-da-covid-19.ghtml> Acesso em: 10 out. 2023.

SILVA, A. C.; LÜDORF, S. M. A.; SILVA, F. A. G. da; PALMA, A. A Visão De Corpo na Perspectiva de Graduandos em Educação Física: Fragmentada ou Integrada?. **Movimento**, [S. l.], v. 15, n. 3, p. 109–126, 2009. DOI: 10.22456/1982-8918.3036. Disponível em:
<https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/3036> Acesso em: 25 out. 2023.

SILVA, J. B. O contributo das tecnologias digitais para o ensino híbrido: o rompimento das fronteiras espaço-temporais historicamente estabelecidas e suas implicações no ensino. **ARTEFACTUM – Revista de Estudos em Linguagem e Tecnologia**, ANO IX – Nº 02, 2017. <http://artefactum.rafrom.com.br/index.php/artefactum/article/view/1531> Acesso em: 14 out. 2023.

TENÓRIO, M. C. M; TASSITANO, R.M.; BEZERRA, J. **Atividade Física e Adolescentes**. Recife: Edupe, 2009.

UNESCO. Organização das Nações Unidas para Educação, Ciência e Cultura. A UNESCO reúne organizações internacionais, sociedade civil e parceiros do setor privado. Publicado em 26 mar, 2020. Disponível em: <https://pt.unesco.org/news/unesco-reune-organizacoes-internacionais-sociedade-civil-e-parceiros-do-setor-privado-em-uma> Acesso em: 17 out. 2023.

6068

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global recommendations on physical activity for health. Geneva; 2010.

Autora 1:



Geysimara Pereira Teixeira de Souza

Mestra em Educação (UESB), Especialista em Atividade Física, Saúde e Sociedade - UNEB - Campus XII, Especialista em Metodologia e Didática do Ensino Superior - Faculdade Católica de Ciências Econômicas da Bahia (FACCEBA), Licenciatura em Educação Física - UNEB/DEDC - Campus XII - Guanambi – BA. Atualmente é professora do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Baiano (IF Baiano) - Campus Itapetinga.

geysimara@hotmail.com

<http://lattes.cnpq.br/4315110534678181>

<https://orcid.org/0000-0002-4112-3790>

Autora 2:



Priscylla Teixeira Lima

Pós- graduanda em Educação Física Escolar – FEFD – UFG. Especialista em Linguagens, suas Tecnologias e o Mundo do Trabalho pela Universidade Federal do Piauí, 2022. Especialista em Atividade Física, Saúde e Sociedade – Pós - Graduada *lato sensu* – UNEB – Campus XII - Guanambi /BA. Graduada em Licenciatura Plena em Educação Física – UNEB – Campus XII – Guanambi/ BA.

tpriscylla4@gmail.com

<http://lattes.cnpq.br/580964584769885>

<https://orcid.org/0000-0002-9308-7779>

Autora 3:



Maria Meire Ataíde Brandão

Especialista em Atividade Física, Saúde e Sociedade – Pós - Graduada *lato sensu* – UNEB – Campus XII - Guanambi /BA. Graduada em Licenciatura Plena em Educação Física – UNEB – Campus XII – Guanambi/ BA. Atualmente, é professora efetiva na Secretaria de Educação do Estado da Bahia, atuando no Colégio Estadual de Urandi.

meirebb2@yahoo.com.br

<http://lattes.cnpq.br/5989042586492018>

<http://orcid.org/0000-0002-8210-7172>

6069

Autora 4:



Kelly Dayane Martins Malheiros

Especialista em Atividade Física, Saúde e Sociedade – UNEB - Campus XII, Graduada em Licenciatura em Educação Física - UNEB/DEDC - Campus XII - Guanambi – BA. Atualmente, é professora efetiva de Educação Física do Colégio Arco-Íris – Guanambi/BA.

kmartinsmalheiros@gmail.com

<http://lattes.cnpq.br/0488249301337499>

<https://orcid.org/0000-0002-3376-8222>