



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

Documento Técnico de Estruturação e Funcionamento do Programa de Atividade Física Regular para Adultos e Idosos – “Corpo em Ação”

1. Apresentação

A Secretaria de Esportes do Município de São Bernardo do Campo tem, como parte de seu organograma institucional a Seção de Educação e Formação Esportiva (Sesp-111) que é composta por Programas de atividades físicas e esportes destinados ao atendimento aos munícipes da cidade. Estes Programas contemplam o atendimento de todas as especificidades e necessidades das demandas dos munícipes como: o atendimento a diferentes faixas etárias, condição física, mental e cultural das pessoas por meio de Práticas corporais, aquáticas, meditativas, práticas de atividade física adaptada a pessoas com deficiência, de esportes e lazer.

Este documento se propõe a realizar a estruturação e fundamentação do Programa de Atividade Física Regular para Adultos e Idosos – **“CORPO EM AÇÃO”**.

O Corpo em Ação é um Programa multifacetado composto por várias práticas corporais e culturais que seguem a fundamentos e premissas que são comuns a todas essas práticas (Ginástica, Alongamento, Alongamento em Cadeia Muscular, Pilates, Yoga, Meditação, Tai Chi, Chi Kung, Ai Ki Do, Canto Coral, Dança, Hidroginástica, Hidroginástica Inclusiva Adaptada, Natação e Esportes para Adultos, Corridas e Artesanato) tendo como norte a busca da melhora da qualidade de vida das pessoas, fazendo com que as mesmas consigam organizar suas vidas em torno de objetivos, metas e planos, consigam otimizar o tempo livre, criar novos vínculos de amizade, compreender seu corpo e seu papel na sociedade. Além de promover eventos e encontros, ao longo do ano, com o intuito de mobilizar, entreter, criar novas oportunidades e principalmente fazer com que as pessoas possam se inter-relacionem.

Nesta perspectiva, o domínio do corpo e a compreensão da vida e de suas relações, são produtos de um aprendizado individual e coletivo ao mesmo tempo, ambos frutos da interação social com o outro.

É na convivência com o outro que me reconheço, me desperto e transformo o mundo. Na convivência e na possibilidade de conversar e ações significativas para mim e para o outro que contribuo e exercito minha cidadania.

O Programa tem como premissa estimular as pessoas a adotarem um estilo de vida mais ativo fisicamente, mais saudável, elegendo a atividade física como uma conduta importante e crucial do ponto de vista da qualidade de vida, agindo de forma proativa pela conquista do bem-estar físico, psicológico e social.

A questão a que se propõe a Secretaria de Esportes do Município de São Bernardo do Campo é definitivamente ampliar as possibilidades da atividade física e a partir dela compreender a integralidade do ser, formando indivíduos com maior nível de criticidade a respeito de si mesmo e de sua relação com o mundo, e principalmente indivíduos ativos.

Ao avançar, evoluir para novas percepções, a Secretaria de Esportes que enxerga o ser humano como indivíduo, ou seja, o que não pode ser dividido, e desta forma só pode estabelecer uma relação Integral consigo mesmo, a partir de um corpo que se movimenta, ao mesmo tempo em



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

que pensa, sente, se relaciona. O SER HUMANO INDIVÍSIVEL, que se desenvolve e evolui por inteiro, está dando mais um passo na direção deste Protagonismo.

Este é o desafio a que se propõe a Secretaria de Esportes do Município de São Bernardo do Campo, através de seus servidores e munícipes: Fomentar o Programa CORPO EM AÇÃO – que se propõe a ser uma nova forma de exercitar a Atividade Física, contemplando formas diferenciadas de viver o Humano Integral.

2. Justificativa

Com esse intuito faz-se necessário uma análise e um bom planejamento da prática de atividade física a ser oferecida, dada sua importante relação com eventos de saúde e qualidade de vida da população.

"A EG/OMS recomenda "que os indivíduos adotem níveis adequados de atividade física durante toda a vida. Diferentes tipos e quantidades de atividade física são necessários para obter diferentes resultados na saúde". (Barreto et al. 2005)

Ainda com referência aos apontamentos da OMS, no Brasil, vivemos em um cenário de aumento da expectativa de vida e crescimento expressivo da população idosa. Entretanto, se principalmente os órgãos públicos não acompanharem o investimento na prevenção, promovendo uma adesão à prática de atividade regular precocemente e, investirem em promoção de saúde dos indivíduos proporcionalmente a maior expectativa de vida da população, pode resultar em aumento de anos vividos com doenças crônicas não transmissíveis e incapacidades. Assim, a possibilidade de prevenção ou reversão de limitações funcionais mediante atividade física e exercício deve ser um assunto de grande interesse para a Saúde Pública nacional em todas as esferas. (Barreto et al. 2005)

Ainda conforme citado por Gorski et al (2012) é de extrema importância que existam discussões a respeito de novas perspectivas no sentido de promover saúde e prevenir doenças. Atualmente demandas de saúde pública têm exigido com que o olhar de múltiplas áreas do conhecimento se volte cada vez mais para ações de caráter preventivo, à cerca do sedentarismo, por exemplo, que é um fator de risco para diversas enfermidades crônicas como diabetes, obesidade, hipertensão, osteoporose e algumas formas de câncer.

3. Público Alvo

O público alvo do programa é a pessoa com idade superior aos 17 anos. Seja o adulto jovem, de meia ou da melhor idade, todos são convidados a ingressar e participar das atividades propostas, sempre respeitando as particularidades de cada um, sob o olhar criterioso dos profissionais envolvidos.



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

A equipe de profissionais também está preparada para atender as pessoas com deficiência, em vulnerabilidade social e, especialmente, pessoas que precisam da prática regular de atividade física para a melhoria das suas condições de saúde.

4. Objetivo Geral

Promover a saúde a partir da prática regular da atividade física, em consonância com as orientações da Organização Mundial da Saúde (2019), compreendendo a saúde enquanto “um estado completo de bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades”.

5. Objetivos Específicos

- Melhorar as condições fisiológicas e posturais dos participantes;
- Contribuir para uma menor incidência e controle das doenças crônicas não transmissíveis como: doença cardiovascular, diabetes, hipertensão, câncer, obesidade, osteoporose, etc.;
- Promover o bem-estar psicológico dos participantes, contribuindo para uma menor incidência e/ou controle nos quadros de Ansiedade e Depressão;
- Gerar uma percepção ampliada de seu corpo e de seus potenciais;
- Contribuir para o desenvolvimento do hábito da prática regular de atividade física e do protagonismo dessa prática;
- Proporcionar um modelo de vida para seus descendentes, gerando uma nova cultura dessa prática regular.
- Promover maior interação social contribuindo para o desenvolvimento de comportamentos e ações elencados aos valores sociais e à cidadania;
- Gerar oportunidades de expressão artística, de ideias e de ações sociais.

6. Fundamentação legal, científica e social

O movimento de regulamentação da profissão se iniciou ainda na década de 1940, a partir da iniciativa das Associações de Professores de Educação Física do Estado do Rio de Janeiro, no entanto, o movimento ganhou abrangência nacional e respaldo legal a partir dos anos de 1980, sendo concretizado somente no final dos anos de 1990¹.

O município de São Bernardo do Campo, no entanto, sempre reconheceu a importância do profissional de Educação Física para a população, mantendo em seu quadro de servidores da área. O primeiro ato legal que dispomos é a Lei nº 768/1959² que criou o Conselho Municipal de Esportes,

¹ Conforme disponível em página oficial do Conselho Federal de Educação Física:
<https://www.confef.org.br/confef/conteudo/16>

² Disponível em: <http://leismunicipa.is/gsnkq>



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

naquele momento, com profissionais ligados à área esportiva e da Educação Física, então nomeados diretamente pelo Prefeito para exercer as atribuições correlatas e difundir as práticas no município.

Anos depois, temos a primeira reforma administrativa, Lei 2240/1976³, já trazia em seu bojo a preocupação em oferecer programas de educação física, naquele momento, ainda com profissionais vinculados a Secretaria de Educação, Cultura e Esportes. Por se tratar de uma legislação específica, dois anos depois, foram criadas através da Lei 2363/1978⁴ as 36 cargos de Técnico de Educação Física, submetidos à Divisão de Esportes da Secretaria de Educação, Cultura e Esportes. Naquela data, já se estabeleceu como requisito o Ensino Superior em Educação Física.

No ano de 1981, a Lei 2446/1981⁵ estabeleceu as competências do Departamento de Esportes, e criou os cargos de chefia e encarregados do departamento, todos com a obrigatoriedade do curso superior em Educação Física. Os programas de atendimento foram crescendo gradativamente e, em 1987, em atenção também as diretrizes da nova Constituição que se consolidava, o Município através da Lei Ordinária 2970/1987⁶, criava então uma estrutura que, posteriormente, seria a base da atual Secretaria de Esportes e Lazer.

Foram criadas as funções de Administrador de Centro Recreativo e Esportivo, Técnico Desportivo, assim como, foram também criadas as carreiras de Técnico de Educação Física e Agente de Esportes. Naquele momento, foram criadas 80 vagas para os Técnicos de Educação Física. No ano seguinte, no entanto, foi promulgada a Lei 3056/1988⁷ que disciplinou a Organização do Magistério, lembrando que nesse momento, ainda não existia a Secretaria de Esportes, mas sim, uma divisão dentro da Secretaria de Educação.

Somente com a Lei 4473/1997⁸, temos a criação da Secretaria de Esportes em 1997 e a esperada autonomia administrativa, no entanto, tal reconhecimento aconteceu pouco antes de um grande momento para a profissão, que foi seu reconhecimento em 1º de Setembro de 1998, a partir da promulgação da Lei Federal nº 9.696. Os impactos da promulgação dessa lei são diversos, e vão desde a forma de organização do Sistema Nacional do Esporte e do Lazer, até impactos no desenvolvimento dos trabalhos dos profissionais no âmbito das entidades privadas.

Segundo o professor José Maria de Camargo Barros⁹ os impactos da regulamentação permeiam todo o processo que envolve a prática de atividade física, partindo da formação acadêmica do profissional, ainda nos cursos de graduação, passando pela sua vida profissional, formação continuada e, especialmente, as relações que estabelecem no âmbito da prestação de serviço, que deve ser cada vez mais reconhecida enquanto relevante para a sociedade, primando pela ética e qualidade técnica.

Importante salientar, desde já, a valorização que o município de São Bernardo do Campo dedica ao tema, realizando nos últimos anos, dois concursos públicos para a contratação de profissionais de Educação Física, exigindo como requisito, além da formação em nível superior na

³ Disponível em: <http://leismunicipa.is/aohqs>

⁴ Disponível em: <http://leismunicipa.is/eqsio>

⁵ Disponível em: <http://leismunicipa.is/oshiq>

⁶ Disponível em: <http://leismunicipa.is/eokqs>

⁷ Disponível em: <http://leismunicipa.is/ksogq>

⁸ Disponível em: <http://leismunicipa.is/imgso>

⁹ Em artigo “Educação Física, Profissão Regulamentada”, disponível em: <http://revista.cbce.org.br/index.php/RBCE/article/view/792/464>



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

área, também o registro profissional no respectivo Conselho, valorizando assim o trabalho, demonstrando compromisso social e ético com a profissão.

Além das mudanças na legislação, devemos observar que as mudanças na ciência e os significativos avanços na área da saúde, especialmente no século passado, não ficam restritos apenas a melhoria nos medicamentos e tratamentos das doenças, pelo contrário, como já alertava a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 1946, no ano de sua criação, o entendimento de saúde não deve ficar restrito a simples ausência de doenças, mas sim, no entendimento de que a pessoa deva apresentar um estado de bem estar biológico, psicológico e social.

Tal orientação nos remete a preocupação com a prevenção das diferentes enfermidades que, cada vez mais tem demandado as políticas públicas da área da saúde em todo mundo. Nesse sentido, a relevância do conceito de Promoção da Saúde tem ganhado espaço, especialmente por consolidar seu trabalho na prevenção, e não somente no tratamento.

Em termos legislativos, nosso país reconheceu em 2006, na Política Nacional de Saúde, a importância do profissional de Educação Física enquanto parte de um corpo de profissionais responsáveis pelo bom funcionamento do Sistema Nacional de Saúde, especialmente, para contribuir com a diminuição das diferentes doenças oriundas do sedentarismo e da falta de prática de atividade física regular¹⁰.

Em 2008, a partir da Portaria nº 154/2008¹¹, do Ministério da Saúde, são criados os Núcleos de Apoio à saúde da Família (NASF) e em 2011, a portaria 719 do mesmo ministério cria as Academias da Saúde, com o compromisso de promover o conhecimento e a educação para a adoção de hábitos saudáveis e estilo de vida ativo.

Todo esse movimento mobilizou os diferentes setores da sociedade, em especial, as Secretarias Municipais de Esporte, como em nosso município, que observou nos últimos anos, uma procura cada vez maior pelos cursos regulares de ginástica, natação, hidroginástica e outras práticas, sempre com o objetivo de melhorar a qualidade de vida das pessoas.

Ainda que muito se tenha avançado nos últimos anos, a demanda tem se mostrado cada vez maior, especialmente para as atividades destinadas a adultos, idosos e pessoas com deficiência. Estudos internos apresentam um crescimento de 12 a 15% em média na procura por atividades físicas a cada ano em nossos Centros Esportivos.

Tal fato está alinhado com a crescente presença de conteúdos vinculados à saúde nos grandes meios de comunicação, além das campanhas promovidas pelo poder público, entidades privadas e também do terceiro setor para disseminar conceitos de vida saudável e adesão a programas de prática regular de atividade física.

Além do movimento social em busca da adoção de novos hábitos relacionados à prática de atividade física regular, importante salientar que a Constituição Federal de 1988¹² prevê em seu artigo 217 o *“Dever do Estado em fomentar as práticas desportivas formais e não formais como direito de cada um”*. Tal determinação está diretamente vinculada com o progressivo movimento de

¹⁰ Disponível em <http://www.crefpr.org.br/noticias/o-profissional-de-educacao-fisica-na-saude>

¹¹ Disponível em: <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=3368>

¹² Disponível em http://www2.camara.leg.br/atividade-legislativa/legislacao/Constituicoes_Brasileiras/constituicao1988.html



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

incorporação dos direitos sociais no Ocidente e, conforme nos ensina Bobbio¹³, trata-se de um direito de 3ª geração.

Outro aspecto relevante é o alinhamento do texto constitucional com a Declaração Universal dos Direitos Humanos¹⁴, datada em 1948, que possibilitou uma mudança gradativa, especialmente nas sociedades ocidentais, no que diz respeito a ampliação dos direitos sociais.

Ainda que a produção legal tenha mostrado avanços, especialmente no século passado, ainda existe muito avançar nesse tema, pois, por se tratar de um direito social e por ser fundamentado essencialmente em aspectos subjetivos, para sua efetivação, depende fundamentalmente de políticas públicas e estas se estruturam e se consolidam a partir das escolhas realizadas nos momentos eleitorais ou pela mobilização da sociedade em torno dos interesses que ela julga como relevantes, ficando assim, vulnerável as mudanças de gestores públicos e planos de governo.

Neste sentido, merece destaque o Município de São Bernardo do Campo enquanto referência na implementação de ações políticas perenes, como por exemplo, a criação da Secretaria de Esportes ainda no século passado e a manutenção de um quadro de profissionais de Educação Física efetivos, assegurando assim a continuidade do trabalho ao longo dos anos.

Por fim, salientamos que segundo a Organização Mundial de Saúde, citado em Barreto et al. 2005, em uma perspectiva mais atual da avaliação das condições de saúde, devemos compreender aspectos comportamentais, influentes na mudança do quadro de saúde individual e coletivo.

A seguir algumas revisões bibliográficas que justificam a importância da Atividade Física na vida da população em geral e fundamentam a relevância do Programa Desenvolvido.

6.1 Sedentarismo e incidência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis

Fechio e Malerbi (2004), fundamentam sobre o sedentarismo apontando o fato de que, mesmo a população tendo o conhecimento das diversas vantagens que a prática regular a atividade física proporciona, uma grande parte dela é inativa ou se exercita em níveis insuficientes para alcançar resultados satisfatórios para a saúde. Aproximadamente 50% dos indivíduos que iniciam um programa de exercício interrompem-no nos primeiros seis meses. A literatura tem ainda apontado que a maioria das desistências ocorre durante os três meses iniciais com resultados semelhantes em todas as faixas etárias, independentemente do sexo.

O sedentarismo já é considerado a doença do próximo milênio. Na verdade, trata-se um comportamento induzido por hábitos decorrentes dos confortos da vida moderna. Com a evolução da tecnologia e a tendência cada vez maior de substituição das atividades ocupacionais que demandam gasto energético por facilidades automatizadas, o ser humano adota cada vez mais a lei do menor esforço reduzindo assim o consumo energético de seu corpo. (BARROS, 1997).

¹³ BOBBIO, N. **A Era dos Direitos**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2004.

¹⁴ Documento elaborado pela Assembleia Geral da Organização das Nações Unidas em 10 de dezembro de 1948, disponível em: <https://nacoesunidas.org/wp-content/uploads/2018/10/DUDH.pdf>.



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

Na década de 90, o sedentarismo já atingia cerca de 70% da população brasileira o que justificou, campanhas públicas de conscientização e índices preocupantes de doenças degenerativas e hipocinéticas. (Rego et al, 1990)

Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde os diferentes enfoques dados ao sedentarismo pela sociedade configura-se como algo complexo pois, o estilo de vida engloba a forma como as pessoas vivem e as escolhas que fazem. Nesse contexto, inserem-se os hábitos e comportamentos adotados que recebem influência da cultura, da religião, das crenças e das condições socioeconômicas da sociedade na qual estão inseridos. (Oliveira Duarte, 2008)

Na literatura, há mais de uma década, estudos epidemiológicos já demonstram há uma diminuição do risco de incidência de doenças crônicas não transmissíveis, da mortalidade geral e por doenças cardiovasculares quando é adotado tanto o estilo de vida ativo como um condicionamento aeróbico moderado. (Barreto et al. 2005)

Países desenvolvidos, por meio de instituições e organizações, têm concentrado seus esforços na área da saúde pública e na prevenção de várias doenças como as coronarianas e hipertensão. Para tanto, tem sido dada grande ênfase à prática de atividades físicas orientadas. Apesar de campanhas e mídias veicularem todos os dias uma avalanche de informações acerca do tema, o número de inativos é extremamente alto. Em países desenvolvidos menos de 15% da população adulta pratica exercícios físicos regularmente.

Na região metropolitana de São Paulo, um estudo realizado em 1990 por Rego et al já estimava que 69,3% dos adultos eram sedentários, problema maior entre as mulheres (80,2%) que entre homens (57,3%), tendo como perfil de quem menos se exercita são mulheres, com baixo grau de instrução, entre a faixa etária de 45 a 60 anos.

Em uma pesquisa realizada recentemente pela Agência Nacional de Saúde Suplementar (Vigitel 2018), demonstrou crescimento considerável de excesso de peso entre a população brasileira. No Brasil, mais da metade da população, 55,7% tem excesso de peso. Um aumento de 30,8% quando comparado com percentual de 42,6% registrado no ano de 2006.

Por outro lado, também aumentou a adoção de hábitos saudáveis no país: a prática de alguma atividade física no tempo livre, pelo menos 150 minutos na semana, cresceu 25,7% (de 2009 a 2018) no Brasil, saindo de 30,3%, em 2009, para 38,1% em 2018. Nesta mesma pesquisa verificou-se que, São Paulo tem o pior índice de adesão à prática de atividade física regular, sendo que, a frequência de adultos que praticam atividade física suficiente no tempo livre foi maior no sexo masculino (20,0%) do que no sexo feminino (13,4%), números muito aquém do desejado.

O grande aumento demográfico, o aumento na expectativa de vida e a grande concentração nas áreas urbanas, o grande desenvolvimento econômico e do trabalho são consequência da mudança de estilo de vida que as pessoas foram submetidas. Por um lado, esse panorama provocou um aumento das doenças crônicas não transmissíveis e a baixa adesão a prática regular de atividade física, entretanto, fez com que as questões relativas ao estilo de vida ganhassem destaque, tanto na área de saúde pública quanto nas políticas de lazer e houvesse a valorização da promoção da saúde e, por extensão, das áreas acadêmicas e profissionais que tratam desse tema. (Nahas e Garcia 2010)

Existem cada vez mais dados demonstrando que o exercício, a aptidão e a atividade física estão relacionados com a prevenção, com a reabilitação de doenças, com as melhoras fisiológicas, bem como com a qualidade de vida, além de estar associada positivamente com aspectos psicológicos refletindo na saúde mental (Soares de Araújo, 2000)



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

Schilder (1999) citado em Turtelli (2003) enfatiza ainda a importância da ação motora no reconhecimento e construção da imagem corporal, dizendo que tanto o movimento faz-se necessário para a percepção do corpo, quanto o conhecimento das partes do corpo é necessário para a realização de qualquer movimento.

Nesta óptica, Rolim (2005) fundamenta que muitos são os benefícios que a prática da atividade física proporciona ao organismo e sua prática regular pode influenciar tanto nas variáveis fisiológicas quanto nas psicológicas e sociais.

Sob essa perspectiva, o programa de atividade física deve ter uma visão integral do ser humano visando uma abordagem mais ampla e voltada para a melhora da qualidade de vida e da promoção de saúde.

6.2 Promoção de Saúde

Na Conferência Internacional de Promoção de Saúde organizada pela OMS em 1986, a Carta de Ottawa, definiu-se Promoção de Saúde:

“Promoção de saúde é o processo de capacitação das pessoas para aumentar seu controle sobre e melhorar a sua saúde. Para atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social, um indivíduo ou grupo deve ser capaz de identificar e realizar aspirações, satisfazer necessidades e transformar ou lidar com os ambientes. Saúde é, portanto, vista como um recurso para a vida cotidiana, não o objetivo da vida. Trata-se de um conceito positivo enfatizando recursos sociais e pessoais, assim como capacidades físicas. Portanto, promoção de saúde não é apenas responsabilidade de um setor e vai além dos estilos de vida saudáveis para o bem-estar.” (Fleury, et al. 2008)

Esse conceito de promoção da saúde, foi, mais recentemente revisto e atualizado por O'Donnell (2008) citado em Nahas e Garcia 2010. Segundo o autor, promoção da saúde é:

“Promoção de saúde é a ciência e a arte de ajudar as pessoas a mudar seus estilos de vida no sentido de um estado de saúde ideal, que se constitui num processo de engajamento em busca de um equilíbrio dinâmico entre as dimensões física, emocional, social, espiritual e intelectual e a descoberta da sinergia entre os seus aspectos mais positivos. A mudança de estilo de vida deve ser facilitada pela combinação de esforços para informar, motivar, construir conhecimentos e, principalmente, oferecer oportunidades para práticas positivas em saúde”

A promoção da saúde, portanto, compreende ações individuais e comunitárias e o compromisso e comprometimento das instituições e dos governos na busca de uma vida mais saudável para o indivíduo e para todos. Mais do que curar ou prevenir doenças, o foco da promoção da saúde é a qualidade de vida, no seu sentido mais holístico, determinado por fatores



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

socioambientais (condições de vida) e fatores pessoais (estilo de vida), conforme definição de Nahas (2006).

Segundo Nahas e Garcia, 2010, para que o processo de promoção da saúde aconteça é necessário o desenvolvimento de políticas públicas que se fundamente e se traduza por educação, motivação, criação de oportunidades e intervenções para mudanças de comportamento. Mas para isso as pessoas devem ser informadas e inseridas para que possam compreender os benefícios da mudança comportamental e, a partir daí, realizarem a manutenção desse novo comportamento e disseminar esse conceito pela comunidade.

Segundo A OMS alguns aspectos são cruciais para o desenvolvimento de estratégias efetivas de promoção da saúde na população geral:

- A maioria dos fatores de risco opera durante o curso de vida dos indivíduos, em intensidades variáveis;
- Mudanças positivas no estilo de vida têm retorno direto sobre a saúde, em qualquer estágio da vida ou condição preexistente de saúde;
- A simples difusão de conhecimento é um fator insuficiente para mudanças sustentáveis no estilo de vida e hábitos da população e dos setores envolvidos com a prestação de serviços em saúde, no país;
- O comportamento e o estilo de vida dos indivíduos e grupos sociais são largamente determinados pelo ambiente físico, socioeconômico e cultural;
- Medidas de intervenção comunitária para mudanças no estilo de vida e adoção de padrões mais saudáveis devem ser sustentáveis no longo prazo, ademais de incluir todos os grupos sociais e por idades, especialmente aqueles com menores possibilidades de escolha em razão da pobreza e da exclusão social;
- Intervenções sustentáveis necessitam da parceria dos atores sociais e econômicos, locais e nacionais, que, direta ou indiretamente, determinam ou condicionam o modo de vida dos indivíduos e grupos segundo o gênero e as diversas idades, ambientes, profissões e culturas.

A efetividade de políticas de promoção de vida saudável requer a participação dos diversos setores e atores sociais responsáveis e comprometidos com a saúde e a qualidade de vida da população brasileira. (Barreto et al. 2005).

6.3 Aderência à prática da atividade Física, Auto percepção e Pertencimento

Com relação à aderência consciência na prática da atividade física é uma possibilidade que pode transformar o nível de aderência das pessoas aos programas oferecidos por esta Secretaria. Dentro deste panorama a Secretaria de Esportes do Município de São Bernardo do Campo entende ser o trabalho com adultos e idosos, fundamental na formação da cidadania bem como um meio de promover a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida dos munícipes desta cidade.



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

A questão da motivação e adesão ao exercício é, portanto, multidimensional como: experiências anteriores na prática desportiva e de exercícios físicos; conhecimento sobre exercício físico; acesso a instalações e espaços adequados à prática de exercícios físicos; apoio do cônjuge e de familiares; aconselhamento médico; aspectos biológicos/fisiológicos; automotivação para a prática do exercício; disponibilidade de tempo; condição socioeconômica; questões que permeiam valores e princípios, ou mesmo, crenças e fatores sociais. (Ferreira e Najjar, 2005)

Esses fatores podem contribuir com o nível de aderência em atividades corporais e, comprovadamente influenciam na participação dos munícipes nos programas oferecidos.

O conhecimento das representações sociais dos indivíduos reforça a necessidade de participação da população no desenvolvimento, realização e avaliação dos programas de forma a alcançar uma coerência entre as expectativas dos indivíduos e os propósitos do programa oferecido.

Entende-se por representações sociais como o "saber do senso comum" que surge com o intuito de atender necessidades de cunho prático, decorrentes de modificações nas condições sociais de vida da população, o que ocasionaria a reelaboração dos objetos sociais. (Wagner 2000)

Deslandes (1997) cita que a teoria das representações sociais desponta como uma nova maneira de interpretar o comportamento dos indivíduos e dos grupos sociais.

Moscovici (2003) sugere que existe um pensamento social resultante das experiências, das crenças e das trocas de informações presentes na vida cotidiana, podendo ser considerada uma forma de saber prático. O estudo das representações sociais veio mostrar que o processo saúde/doença é permeado de elementos culturais, sociais e econômicos, sendo compreendido e vivenciado diferentemente pelos vários atores que dele participam. O sucesso ou não de determinado serviço pode estar ligado à correspondência de valores entre a comunidade e os profissionais.

O primeiro passo é entender a própria existência como algo que me pertence, ao contrário de entender-me como alguém a ser servido, ampliar meu olhar para alguém que modifica a própria vida, tornando-nos seres protagonistas de nossa própria história. Isso é conseguido através da decodificação dos estímulos visuais, auditivos, olfativos, gustativos, táteis e proprioceptivos, no córtex cerebral, e da experimentação e vivências motoras e ações, que vamos gradativamente criando imagens, simbolizações e representações do nosso próprio corpo e do mundo com o qual nos relacionamos. (PUGA BARBOSA et al, 2008).

Dessa maneira o nosso corpo vai se conformando através da ação e da consciência, oriundas das percepções sensoriais, criando assim nossa história pessoal (familiar e cultural), como fruto de um processo contínuo de humanização gerado no convívio social. Processo esse, que tem como base as relações e experiências vividas em contato com a sociedade e como produto final, a construção de nossa corporeidade. A autora acrescenta que, esta corporeidade é resultado de um processo contínuo de transformação e, que sua construção se dá pela relação estabelecida entre a imagem corporal que criamos de nós mesmos e que externamos a outras pessoas, com a imagem refletida pelo grupo social, perpassando assim, pela aceitação ou não da mesma, podendo gerar transformação em nossa própria imagem e apresentação. (KOLYNIK, 2005).

6.4. Aprendendo a partir do vínculo afetivo e construção social



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

Segundo Toro (2008) educar é criar situações de aprendizagem para que as pessoas sintam prazer por estar vivo, através de métodos vivenciais onde todo o corpo aprende. É uma construção a partir de vínculos afetivos onde as estruturas cognitivas são fortemente impulsionadas quando se estabelece um vínculo de afetividade entre os protagonistas da aprendizagem (educador e educando).

Henry Wallon traz a ideia que, tanto a corporeidade quanto a identidade do sujeito são frutos da indissociabilidade entre motricidade, cognição e afetividade e implica na superação de uma visão dicotômica do homem, que considera corpo e mente como pertencentes a dimensões distintas, embora inter-relacionadas, quando, na verdade, motricidade, cognição e afetividade constituem-se reciprocamente. (KOLINIÁK FILHO, 2002).

Segundo Toro (2007), não se faz mobilização social com heroísmo. As mudanças são construídas no cotidiano por pessoas comuns, que se dispõem a atuar coletivamente, visando alcançar propósitos compartilhados.

Entendemos o papel da Secretaria de Esportes como um fomentador de práticas que visam construir para o desenvolvimento, para a liberdade e a autonomia de uma sociedade, aceitando como seu fundamento a diversidade e a diferença, possibilitando escolhas a partir da consciência. Incrementando a capacidade de criar e escolher uma forma de viver, capaz de fazer possível a vida digna para todos.

Oferecer oportunidades diversificadas, oferecer momentos de reflexão e construção de conhecimento a partir da convivência, da oposição de ideias e também através da informação, passa a ser uma obrigação de órgãos que decidam apostar no fomento ao Protagonismo em oposição ao vitimismo, à passividade que espera do poder público que lhe ofereça oportunidades, ao invés de ser o agente catalisador de suas próprias oportunidades.

Deste ponto de vista desejamos mobilizar os indivíduos a serem protagonistas de escolhas a partir da consciência, da responsabilidade, do comprometimento e da ação, e assim sendo desejamos promover, além das atividades físicas, o que historicamente oferecemos por anos, também oferecer a oportunidade do desenvolvimento Integral, queremos oferecer-lhes a oportunidade de serem Agentes Ativos de mudanças significativas em suas ações de cidadania – Assim nasce o Programa CORPO EM AÇÃO – sugerindo em sua premissa básica que corpo, pensamento, emoção devem agir juntos por um desenvolvimento completo.

Por se tratar de um Programa composto de várias técnicas e práticas corporais, a seguir faremos uma explanação de cada uma dessas vertentes com suas especificidades e fundamentações.

7. Desenvolvimento e metodologia do trabalho

A Secretaria de Esportes do Município de São Bernardo do Campo oferece o Programa CORPO EM AÇÃO que realiza o atendimento de indivíduos de ambos os sexos a partir dos 17 anos.

Algumas práticas corporais necessitam que os praticantes sejam separados por faixa etária, para melhor adequação da exigência física nos exercícios. Desta maneira, o Programa contempla turmas de Adultos com praticantes de 17 a 59 anos e turma de idosos com praticantes que possuam mais de 60 anos.



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

São oferecidas aulas e oficinas de práticas corporais, além de musicalidade, coral e artesanato que variam de 50 a 80 minutos de duração, dependendo da prática oferecida, com uma frequência de 1 a 2 aulas semanais.

O Programa engloba várias práticas corporais com o objetivo de atender aos anseios e as necessidades dos munícipes com relação à prática de Atividade física. Desta maneira busca atender os indivíduos das mais variadas condições físicas e níveis de condicionamento físico e performance.

Atualmente ele é composto por aulas de Ginástica com toda sua gama de trabalho das qualidades físicas básicas e variáveis metabólicas, aulas de Alongamento, Alongamento em Cadeia Muscular, Pilates, Yoga, Meditação, Tai Chi, Chi Kung, Ai Ki Do, Coral e Musicalidade, Dança, Hidroginástica, Natação e Esportes para Adultos, Corridas e Artesanato.

O ingresso às turmas é feito por meio de inscrição prévia em data determinada e, caso o número de inscrições ultrapasse o número de vagas, as mesmas são disponibilizadas mediante sorteio. A duração dos cursos é anual e, em todo início de ano é aberto novo processo de inscrição e ingresso. Os indivíduos que por ventura não sejam sorteados inicialmente, irão compor uma lista de espera para chamamento posterior tão logo houver o surgimento de vagas que forem sendo desocupadas. O método de ingresso segue um processo transparente, cujo sorteio das vagas é feito por meio eletrônico e o processo pode ser acompanhado por qualquer munícipe que tenha esse interesse.

Todo o sistema de ingresso e permanência ao serviço, que o Programa oferece, desde a inscrição até as aulas propriamente ditas seguem uma filosofia que permeiam as ações de maneira a garantir, aos participantes, a tranquilidade com relação a idoneidade de todo o processo pois, irão conhecer as regras, poder acompanhá-las e ter a certeza que o respeito é o pilar central de todas as ações.

Esse mesmo respeito permeia as aulas, oficinas, encontros, jogos, eventos e permite que os praticantes possam ir construindo um vínculo afetivo respeitoso com seus professores e agentes. Dessa maneira, vai sendo construída a coletividade com suas particularidades, fruto da interação social, da convivência e das adaptações individuais e coletivas ao meio, que essas relações interpessoais vão construindo.

Algumas práticas corporais necessitam que os praticantes sejam separados por faixa etária, para melhor adequação da exigência física nos exercícios. Desta maneira, o Programa contempla turmas de Adultos com praticantes de 17 a 59 anos e turma de idosos com praticantes que possuam mais de 60 anos.

O Programa Corpo em Ação é multifacetado e apresenta várias modalidades que o compõe. Segue abaixo uma breve descrição dessas modalidades, proporcionando uma explanação das particularidades de cada uma delas e como acontecem na prática.

7.1 Pilates e Alongamento em Cadeia Muscular¹⁵

Objetivos:

¹⁵ Fisioterapeutas responsáveis pelo texto: Simone Maria Luglio Salum e Simone Portioli Bilachi



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

Vivenciar práticas corporais e proporcionar reflexões sobre: a influência da prática corporal desenvolvidas nas atividades cotidianas, melhora da postura e alongamento muscular, respiração adequada, estimular a atenção, controle e coordenação do movimento, auto percepção e autoestima.

Descrição das atividades desenvolvidas nas práticas com Pilates e Alongamento em Cadeia Muscular:

O programa desenvolve ações utilizando a prática corporal (cinesioterapia), exercícios do Método Pilates (solo e bola) e exercícios de alongamento em cadeia muscular como recursos e proporciona vivenciar momentos de reflexão sobre a prática corporal e sua influência na vida cotidiana do indivíduo com o objetivo de vivenciar práticas corporais e proporcionar reflexões sobre a influência da prática corporal desenvolvida nas atividades. Bem como: melhora da postura e alongamento muscular, respiração adequada, estimular a atenção, controle e coordenação do movimento, autoestima e reflexão sobre a influência da atividade corporal no cotidiano. As atividades são desenvolvidas por Fisioterapeutas nos seguintes locais atualmente: Crec Lavínia, Crec Baetinha, Capela Jardim Hollywood, Clube Nacional da Vila Vivaldi. Essas atividades já foram realizadas em anos anteriores nos seguintes Centros Esportivos: Assunção, Paulicéia e Clube dos Meninos. Atualmente temos 15 (quinze) grupos com 20 participantes em cada grupo totalizando 300 participantes nos grupos de Pilates e Alongamento em cadeia muscular. No início das atividades entregamos um questionário com perguntas sobre saúde para melhor identificar as necessidades dos participantes em relação a melhora corporal.

7.2. Pilates¹⁶

Objetivos:

Promover um estilo de vida ativo e saudável, proporcionar bem estar geral ao indivíduo, através do ganho de força, flexibilidade, boa postura, controle, consciência e percepção do movimento, reabilitando e condicionando o corpo, além de gerar bem estar mental aos praticantes.

Descrição das atividades desenvolvidas nas aulas de Pilates:

Os profissionais de Educação Física possuem uma base teórica e prática que permite que o Método seja aplicado não somente em Studio e aulas de Pilates, mas seja expandido para a esfera pública contribuindo para melhorar a qualidade do serviço prestado aos munícipes. No início do ano letivo, o aluno é apresentado ao método, aprendendo sobre os seis princípios que o regem, devendo ser capaz de ao longo das aulas, aplicá-los aos exercícios. É exigida a entrega de atestado médico, com as devidas recomendações e restrições médicas. O número de alunos nas turmas é de aproximadamente 30 alunos, podendo variar de acordo com o Centro Esportivo e disponibilidade de materiais no local, assim como a duração da aula que pode ser de 50 até 70 minutos e a frequência é de uma aula semanal. Os exercícios são realizados no solo, podendo

¹⁶ Professoras responsáveis pelo texto: Kamilla, Gabriela, Karina Santos, Kátia e Priscila Daniele



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

acrescentar algum acessório como bola suíça, bastão, elásticos, bola de borracha pequena, entre outros. As aulas são montadas de forma progressiva, para incentivar e até mesmo desafiar os alunos, a cada ciclo o professor vai aumentando a dificuldade dos exercícios. A respiração e a ativação do Power House são as principais partes do aquecimento das aulas, trabalhando ao longo das mesmas, exercícios que compreendam as regiões da cintura escapular, cintura pélvica e tronco, nos três planos de movimento (sagital, frontal e transversal), nas diferentes posições, em pé, sentado, 4 apoios, decúbito dorsal, ventral e lateral, mobilizando a coluna nas diferentes direções, diversificando sempre os movimentos e trazendo novos desafios a cada aula, bem como adaptando os exercícios de acordo com a possibilidade de execução de cada aluno. As atividades são desenvolvidas pelas professoras atualmente CREC Vila Marlene, CRI, Aquacentro, CREC Orquídeas, CREC Taboão e Clube dos Meninos

7.3. Natação¹⁷

Objetivos

O Programa de Natação tem por objetivo primordial, favorecer a melhoria da qualidade de vida da população por meio da democratização e acessibilidade à prática esportiva em meio aquático. Mais do que a aprendizagem de uma nova modalidade esportiva, o programa procura oferecer ao munícipe, a capacidade de diversificação e qualificação do seu tempo livre de lazer por meio do conhecimento adquirido, bem como a ampliação de seu círculo de convívio social.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática da Natação:

Atualmente as aulas de natação são ministradas por professores do quadro de funcionários da SESP e estagiários em três equipamentos esportivos: o complexo esportivo Prefeito Geraldo Faria Rodrigues – Baetão, o Centro Recreativo Gentil Antiqueira - CREC Pauliceia, e o Centro Recreativo Esportivo Especial Luiz Bonício - CREEBA - localizado no Bairro Assunção oferece atividades para pessoas portadoras de deficiências intelectual, auditiva, física e cognitiva. O público atendido é distribuído em turmas de 30 alunos, divididos por faixas etárias. Seguindo a organização das turmas do programa, os alunos entre 17 e 59 anos compõem as turmas de adultos e os maiores de 60 anos, compõem as turmas da chamada “terceira idade”. O curso é anual e as aulas acontecem duas vezes por semana nos períodos da manhã, tarde e noite, com duração aproximada de 40min. Os alunos, uma vez distribuídos nas turmas, são classificados de acordo com o grau de aprendizagem apresentado. Dois níveis de aprendizagem são observados inicialmente: os alunos sem prévia experiência no meio líquido são classificados como Iniciantes, e os alunos que alcançam ou já apresentam esse nível de proficiência motora e vivência na natação, são classificados como integrantes da fase 2 na qual as aulas concentram-se na aprendizagem dos nados culturalmente reconhecidos enquanto modalidade esportiva como o *crawl*, costas, borboleta e peito, seu aperfeiçoamento e eventual treinamento para performance. Além das aulas propriamente dita, fazem parte do programa atividades visando o aumento do convívio social e diversificação de experiências como festivais internos (entre turmas),

¹⁷ Professores responsáveis pelo texto: Cristina Shintani, Paulo Passerani, Sheila Sierra, Liz Imyra e Karina Santos.



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

abertos (entre centros esportivos), competições, festividades, encontros e atividades lúdicas diversas.

7.4 Hidroginástica¹⁸

Objetivos:

Promover a melhora dos indicadores de saúde da população atendida dentro de uma perspectiva biopsicossocial. Promover a melhora física (mobilidade), fisiológicos e metabólicos relacionados à saúde. Promover experiências corporais que contribuam para a autoestima, autoconfiança e imagem corporal dentro de uma perspectiva positiva de si. Evidenciar conhecimentos e saberes para que possam estabelecer hábitos de vida saudáveis. Promover melhoras nas condições cardiorrespiratórias, das capacidades físicas, melhora da postura corporal, promover reeducação respiratória e promover relaxamento.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática da hidroginástica:

As atividades são desenvolvidas por professores nos seguintes locais: CREC Paulicéia, Baetão, Aquacentro e CREEBA. O número de alunos das turmas varia de acordo com o local onde acontecem as aulas, podendo ir de 35 a 45 pessoas e na adaptada de 30 a 34 (entre alunos e acompanhantes). As turmas realizam a atividade com frequência de 2 vezes por semana, sendo a duração da aula de 45 a 50 minutos. No início do ano, entregamos um questionário avaliativo aos alunos para uma anamnese inicial e, estes são orientados e responsáveis pela entrega de atestado médico aos seus professores. São realizados exercícios físicos no meio aquático como meio e um fim de desenvolver a capacidade cardiopulmonar, aumento da resistência e força muscular, melhorar o equilíbrio e a postura como elo importante de integrar e evoluir os aspectos social, cognitivo, afetivo e emocional do munícipe. O Programa atende diferentes públicos, sendo idosos, adultos, gestantes, adolescentes e pessoas com deficiência, contemplando assim também turmas inclusivas. Os materiais que possibilitam aos alunos ampliarem o aspecto motor e que são utilizados: Bolas, espaguete, pranchas, halteres e bastão. Sendo assim, a atividade de hidroginástica é de extrema importância para o desenvolvimento integral do ser humano pois além de desenvolver aspectos individuais pontuais dos nossos alunos, a mesma vem proporcionar o bem-estar e melhorar a qualidade de vida, seja do social ao biológico.

7.5. Aikido¹⁹

Objetivos:

Vivenciar o Aikido, aprender sobre a cultura do Aikido e através dessas práticas desenvolver senso crítico sobre a motricidade humana e sua influência no cotidiano do cidadão.

¹⁸ Professores responsáveis pelo texto: Ademar Eli, Agnes, Juliana.

¹⁹ Professor responsável pelo texto: Flávio Herrmann



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

Descrição das atividades desenvolvidas na prática do Aikido:

As aulas de Aikido são divididas em uma primeira parte para o aquecimento do corpo e preparação para as técnicas de treino. O aquecimento é constituído por exercícios de alongamento e fortalecimento dos músculos e articulações. Além disso, são praticados exercícios educativos para quedas, movimentação de base e torções. Após esse momento iniciamos o treino das técnicas específicas do Aikido, que podem ser com mãos livres, bastão de madeira ou Tantô (faca de madeira) essas técnicas têm o intuito de desenvolver o autoconhecimento, coordenação e defesa pessoal. O Aikido possui técnicas de queda, torções e estrangulamentos. Seu treino é sempre focado no respeito mútuo entre os participantes e segue os preceitos do Budo: Respeito, Coragem, Justiça, Honra, Benevolência, Honestidade e Lealdade. Durante as aulas todos estes aspectos são trabalhados entre o os colegas de treino, entre o Sensei (professor) e alunos e são discutidos estes aspectos com relação à vida cotidiana.

7.6. Tai Chi ²⁰

Objetivos

Vivenciar o Tai Chi, aprender sobre a cultura do Tai Chi e através desta prática desenvolver senso crítico sobre a motricidade humana e sua influência no cotidiano do cidadão.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática do Tai Chi:

As aulas de Tai Chi são divididas em uma parte inicial de exercícios respiratórios integrados aos movimentos lentos para tornar consciente e integrar movimento e respiração. Além disso, alguns movimentos de auto massagem para ativar a musculatura do corpo e prepará-la para os exercícios seguintes. Na segunda parte da aula são executados os Qigong, que são exercícios para a melhora da saúde física, mental e para equilibrar o funcionamento de todos os órgãos do corpo. Após o preparo do corpo e a tomada de consciência do movimento unido a respiração iniciamos o treino da sequência do Tai Chi Chuan, que é formado por 37 blocos de movimentos praticados de forma suave e contínua, interligados entre si. Na última parte da aula realizamos mais uma automassagem e alguns exercícios respiratórios a fim de manter o relaxamento do corpo e manter a mente no presente.

7.7. Oficina de Canto Coral²¹

Objetivos

Propiciar a vivência e a exploração musical, tendo como via o corpo e o cantar. Permitir e desenvolver a autoconfiança do saber, experimentar, sentir e se expressar. Promover o relacionamento musical e social.

²⁰ Professores responsáveis pelo texto: Flávio Herrmann e Carlos Henrique Tapetti

²¹ Professora responsável pelo texto: Karina Nannini



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

Descrição das atividades desenvolvidas na Oficina de Canto Coral

Os encontros acontecem atualmente no CREC Paulicéia - tendo sido originados no CREC Vila São Pedro- duas vezes na semana, em aulas com duração de 1h30min cada; a turma atualmente contempla 30 alunos, regidos pela professora Karina Nannini, técnica esportiva da SESP com formação em música. O canto é a forma de manifestação da música mais antiga que existe. O ato de cantar promove bem-estar e permite que o executante esteja mais atento ao comportamento e organização de seu corpo, sendo uma atividade altamente perceptiva, proprioceptiva. O canto desenvolve os sentidos da escuta e, por meio destes, permite o aperfeiçoamento da emissão dos sons pelo trato vocal. No canto coral, a acuidade auditiva e a percepção de si bem como do grupo se torna imprescindível para sua prática, sendo um trabalho com alto grau concentração e exigência cognitiva; colaborativo, que estabelece relações de interdependência, e, por conseguinte, cria e reforça os vínculos sociais. As aulas da oficina consistem em um momento de introspecção e percepção do corpo através de exercícios de relaxamento e aquecimento corporal, seguido de aquecimento vocal; na sequência, em geral, são trabalhadas as peças do repertório conjuntamente à técnica vocal e à aplicação da teoria musical. Além disso, há uma complementação das aulas por meio de propostas de escuta e outros materiais enviados através do grupo de *WhatsApp*.

7.8. Dança em grupo²²

Objetivos:

Proporcionar ao aluno o desenvolvimento de todos os seus domínios do comportamento humano, ou seja, comportamentos: motor, afetivo-social, físico, psicológico de forma lúdica e harmoniosa. Contribuir para a formação de estruturas corporais e de movimentos simples ao complexo, associando movimentos, música e ritmo.

Descrição das atividades na prática da Dança em grupo.

No Programa Corpo em Ação a Dança em grupo é oferecida em diversos espaços pela cidade, proporcionando vários benefícios aos cidadãos que praticam essa atividade. As aulas de Dança em Grupo são ministradas por profissionais de Educação Física e Dança; uma ou duas vezes por semana, com duração de uma hora. São compostas de atividades com origem da dança moderna, expressão corporal, alongamentos, soltura, descontração, criatividade e movimentos específicos. A Dança em grupo são danças coletivas geralmente intencionadas para participação, e pode ser conduzida e seguida com facilidade relativa. Elas são dançadas geralmente para socialização ou entretenimento, mas podem ter funções cerimoniais ou de apresentação. As danças são geralmente coordenadas ou padronizadas de forma que todos os indivíduos do grupo estejam fazendo os mesmos passos ao mesmo tempo. Os movimentos realizados na aula de Dança em grupo oferecem uma série de efeitos benéficos para o cérebro, estimulando a memória, sendo uma importante aliada no combate a depressão. Auxilia na melhora da postura física, da flexibilidade, da agilidade e da coordenação

²² Professores responsáveis pelo texto: Cássia Ap. Pires Policarpo Barbosa, ...



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

motora. E ainda, proporciona a consciência corporal, tonifica os músculos e auxilia na perda de calorias.

7.9 Dança Coreográfica²³

Objetivos:

Possibilitar uma vivência na dança, desenvolver equilíbrio e coordenação motora, a fim de ampliar o repertório motor.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática da Dança Coreográfica.

A Dança Coreográfica é desenvolvida no CREC vila Marlene com público a partir dos 45 anos. As turmas são compostas por 20 a 25 alunos e as aulas têm a duração de uma hora com uma frequência de duas vezes na semana. O programa desenvolve diversas ações utilizando esta prática corporal, através de aulas nas modalidades ballet, jazz e dança moderna, além de eventos das mais diversas possibilidades nesta área, como recursos que possibilitam momentos de interação social, prática regular de atividade física, estímulo da criatividade e motivação, objetivando que tais vivências possibilitem mudanças na qualidade de vida e aptidão física do indivíduo.

7.10 Dança de Salão²⁴

Objetivos:

Proporcionar ao aluno a possibilidade de se utilizar da Dança como forma de expressão corporal, e de exteriorização de seus sentimentos, podendo assim, desenvolver novas possibilidades corporais ao Longo da Vida. Oferecer aos praticantes novas oportunidades de ação perante a sociedade através de enriquecimento cultural e maior interação interpessoal e social no meio ao qual convivem.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática da Dança de Salão.

A Dança de salão é desenvolvida no Programa Corpo em Ação através de práticas nos seguintes ritmos: Gafieira, Bolero, Salsa, Zouk, Forró, Merengue e Bachata. A Dança de salão é realizada no formato de aulas e/ou oficinas acontecendo uma vez na semana com a duração de 40 minutos e com aproximadamente 20 alunos. São oferecidas atividades utilizando o reconhecimento corporal, exercícios para desenvolvimento do ritmo musical e de coordenação motora. As atividades desenvolvidas têm como objetivos: estimular a interação social, aperfeiçoamento da coordenação motora, conhecimento corporal, noções de ritmo musical, maior engajamento cultural e estreitamento das relações sociais. As Atividades são propostas por professores nos seguintes locais

²³ Professores responsáveis pelo texto: Prof. Karla Regina Conde Hyodo.

²⁴ Professores responsáveis pelo texto: Marcos Abílio Gomes, Karla C. Hyodo, João Paulo Leonardi Urra



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

atualmente: CREC Taboão, CREC Paulicéia, CREC Vila Marlene e CREC Baetinha. No Início das atividades é feita uma análise do conhecimento musical prévio dos alunos, utilizada como parâmetro para as ações que serão desenvolvidas ao longo do ano, objetivando apresentações nas atividades de Encerramento do Programa.

7.11 Ginástica²⁵

Objetivos:

Proporcionar melhoras na qualidade de vida dos alunos nas áreas físicas, emocionais e sociais, através de exercícios físicos trabalhados por repetição, individualmente ou em grupos, com ou sem carga. Incrementar a força, flexibilidade, coordenação e diminuir estresse, ansiedade, condições de doenças e melhorar a autonomia. Prevenir enfermidades metabólicas e ortopédicas mantendo as funcionalidades corporais, sempre prezando pela qualidade de vida e promoção de saúde.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática da Ginástica:

As aulas de ginástica no Programa Corpo em Ação acontecem duas vezes na semana com a duração de 1h10 minutos a 1h20 minutos e as turmas são compostas por 60 a 80 alunos por turma podendo ser: apenas de adultos (17 a 59 anos), apenas de idosos (a partir de 60 anos) ou mista. Estas variações ocorrem de acordo com as características de cada centro esportivo. As aulas são desenvolvidas com a utilização de música e com a utilização de diversos materiais, como colchonetes, halteres, tornozelas, bastão, rubber band, jump, step, corda, bambolê, bola suíça, bola de borracha e cones e, podem também ser feitas sem materiais. O trabalho visa o ganho na condição física de adultos e idosos e, além disso, nas aulas se enfatiza a importância do envolvimento social e a necessidade de criar hábitos saudáveis de vida por meio da prática regular de atividades físicas objetivando a promoção da saúde física, emocional e social oferecidas para toda a população. Trabalhamos com exercícios que englobam uma série de movimentos que exigem força, flexibilidade, coordenação motora e capacidade aeróbica / cardiorrespiratória, promovendo não só benefícios físicos como benefícios mentais a todos os alunos participantes. As atividades de ginástica são desenvolvidas pelos professores em diversos centros esportivos, como por exemplo: Crec Orquídeas, Crec Planalto, Crec Taboão, Crec Alves Dias, Crec Lavínia, Crec Terra Nova e CREEBA.

7.12 Oficina de Alongamento²⁶

Objetivos:

²⁵ Professores responsáveis pelo texto: Cássia Ap. Pires Policarpo Barbosa, Denise Gerene Panuci, Eduardo Amorim, Luciano Joaquim Vieira de Freitas, Priscila Daniele Passos e Sirlene de Almeida Brito

²⁶ Professores responsáveis pelo texto: Érika Aparecida de Britto, Neide Vieira Passos, Rafael Terezani de Godoy, Cássia Ap. Pires Policarpo Barbosa.



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

Proporcionar ao indivíduo práticas corporais que contribuam para o bem-estar biopsicossocial, melhorando a qualidade de vida, além de contribuir nos aspectos afetivo-social e de promover relacionamentos interpessoais. Possibilitar ao indivíduo aumentar o conhecimento do seu próprio corpo, tendo uma consciência corporal mais ampla.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática do Alongamento:

A atividade é desenvolvida por Profissionais de Educação Física em vários Centros Esportivos de São Bernardo do Campo como oficina de alongamento e como prática complementar às atividades de ginástica. As aulas são realizadas duas vezes na semana com duração de uma hora tendo como única exigência idade mínima de 18 anos, sendo praticado por adultos e idosos. Com participação espontânea e portanto, com ingresso a qualquer tempo, a procura varia de 35 a 60 alunos por turma. São desenvolvidos exercícios de alongamentos estático e dinâmicos, realizados individualmente, em duplas ou grupos. As aulas podem ser realizadas com ou sem o auxílio de material, como por exemplo faixas de tecido, faixa elástica, bastão, bolas, estimulando e possibilitando ao aluno ganhos em amplitude de movimento. As oficinas de alongamento proporcionam ao aluno a melhora da amplitude articular, ganhos na flexibilidade, melhora da postura, melhora da respiração, diminuição das dores musculares, e consciência corporal. Os movimentos de alongamento normalmente trazem calma e relaxamento àqueles que os praticam. Os benefícios são sentidos após a primeira sessão e se acumulam na medida em que o aluno repete as técnicas semanalmente. As aulas de alongamento acontecem nos seguintes Centros Esportivos: Crec do Bairro Assunção (CREEBA), Crec Baetinha, Crec Vila São Pedro e Crec Alves Dias.

7.13 Corrida²⁷

Objetivo:

Apresentar aos participantes uma forma de atividade física segura, efetiva e de baixo custo com inúmeros benefícios, proporcionando uma melhora da qualidade de vida dos indivíduos nas esferas física, psicológica, cognitiva e social.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática da Corrida:

O programa desenvolve ações utilizando exercícios de alongamento, trabalhos para melhora da técnica de corrida, exercícios de força e resistência, e a corrida propriamente dita. Também proporciona vivenciar momentos de interação social, além da prática corporal. Buscando melhorias na flexibilidade muscular e mobilidade articular, manutenção e/ou melhora da postura, trabalhar a respiração de forma adequada, auxiliar no aperfeiçoamento da coordenação motora e buscando trabalhar o incremento da autoestima e maior socialização dos participantes. As atividades são desenvolvidas por Profissionais de Educação Física no seguinte local atualmente: Arena Olímpica São Bernardo. Essas atividades já foram realizadas em anos anteriores nos seguintes Centros Esportivos:

²⁷ Professores responsáveis pelo texto: Augusto Marson e Douglas Willy



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

Planalto. Atualmente temos 4 (quatro) grupos com 25 participantes em cada grupo totalizando 100 participantes nos grupos de Corrida. No início das atividades entregamos um questionário com perguntas sobre saúde para melhor identificar as necessidades dos participantes em relação a melhora corporal.

7.14 Yoga ²⁸

Objetivos:

Vivenciar o yoga como prática corporal proporcionando consciência corporal, psicológica e mental, além de potencializar a possibilidade do convívio social entre os praticantes.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática do Yoga

As aulas de Yoga acontecem nos CRECs: Vila Marlene, Pauliceia, Vila São Pedro, no Meninos FC e Clube de Malha de Vila Baeta. São realizadas uma vez por semana com duração de 50 a 60 minutos e as turmas são compostas por 20 a 25 alunos. O Yoga possui diversas vertentes, dentre elas a Hatha Yoga que é a prática desenvolvida dentro do Programa Corpo em Ação. Por ser o Yoga um caminho sistemático para a integração do corpo, mente e espírito, busca-se a manutenção da saúde integral (corpo e mente) para a prevenção de doenças para a obtenção do bem-estar psicofísico. As aulas buscam estados profundos de concentração através da interação global do aluno de maneira que este obtenha uma maior consciência de si mesmo, maior percepção de seu corpo e de suas potencialidades aumentando assim, a autoconfiança e o autocuidado.

7.15 Meditação ²⁹

Objetivos:

Proporcionar o desenvolvimento de uma maior consciência e percepção do momento presente, com o intuito de diminuir a dispersão da atenção durante as práticas de Chi kung, Yoga, ou na vida cotidiana, levando a um maior nível de concentração e tranquilidade, baixando os níveis de desgastes mental e energético desnecessários, que levam ao aumento de ansiedade e stress.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática da Meditação:

As aulas acontecem no sistema de oficina para as pessoas que frequentam as aulas de Chi kung ou Yoga, para maior aprofundamento durante a prática da atividade escolhida (meditação ativa) e, também para o desenvolvimento da meditação passiva (sem movimento corporal). As aulas acontecem no Clube de Malha Baeta Neves e no Crec Paulicéia. As turmas de alunos contam com 20 a 35 alunos dependendo do espaço físico do local que as aulas acontecem e a frequência das aulas

²⁸ Professores responsáveis pelo texto: Kátia Bernardo Andrade, Patrícia Astério Nunes, Celina Gutierrez Armando

²⁹ Professores responsáveis pelo texto: Celina Gutierrez Armando



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

também muda dependendo da turma. No Clube de Malha Baeta Neves, turmas com 20 alunos e, durante o período da manhã as aulas acontecem três dias na semana e têm a frequência de uma vez na semana e, no período da tarde têm a frequência de duas vezes na semana. No Crec Paulicéia as turmas contam com 35 alunos e as aulas acontecem uma vez por semana no período da manhã.

7.16 Chi Kung ³⁰

Objetivos:

Fortalecer e alongar os músculos e tendões, bem como desenvolver a consciência corporal e respiratória do praticante.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática do Chi Kung:

O Chi Kung trata-se de uma prática corporal que acontece sem que o corpo sofra impactos. É baseada na Medicina Tradicional Chinesa e composta por movimentos suaves e cadenciados que proporcionam uma percepção mais apurada dos movimentos, desenvolvendo uma maior consciência corporal e respiratória, levando a um estado meditativo em movimento. As aulas acontecem no Clube de Malha Baeta Neves, turmas com 20 alunos e, durante o período da manhã as aulas acontecem três dias na semana e têm a frequência de uma vez na semana e, no período da tarde têm a frequência de duas vezes na semana. No Crec Paulicéia as turmas contam com 35 alunos e as aulas acontecem uma vez por semana no período da manhã.

7.17 Esporte para Adultos e Idosos ³¹

Objetivos:

Oferecer práticas esportivas que contribuam para o desenvolvimento integral do adulto e idoso e auxilie a aquisição de hábitos saudáveis que desenvolvam a autoestima, autonomia e autocuidado; Propiciar um ambiente agradável de convívio e interação social por meio de esportes coletivos onde se desenvolvam valores sociais e contribua para a diminuição da exposição aos riscos sociais como drogadição, alcoolismo, obesidade através da prática esportiva e da conscientização de sua importância. Contribuir para a melhoria da qualidade de vida com relação às capacidades físicas e habilidades motoras; Proporcionar intervenções educativas que possibilitem o desenvolvimento das potencialidades que estão presentes no público idoso, promovendo uma desaceleração das perdas inerentes ao processo normal de envelhecimento.

Descrição das atividades desenvolvidas na prática dos Esportes para Adultos e Idosos:

³⁰ Professores responsáveis pelo texto: Celina Gutierrez Armando

³¹ Professores responsáveis pelo texto: Tisa, Ana Paula, Odirley, Marcos Ap. Viegas...



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

A prática da atividade esportiva além de ser um momento de lazer, pode render diversos benefícios à saúde. Dentre os esportes oferecidos para Adultos e Idosos no Programa Corpo em Ação temos o Futsal, o Voleibol e o Voleibol Adaptado, este último direcionado para o público idoso. O Futsal sendo uma modalidade coletiva que se caracteriza pela necessidade de execução de ações motoras de elevada instabilidade e imprevisibilidade frente as requisições momentâneas que o jogo imprime, torna-se necessário que exista uma interação entre as ações motoras (com e sem bola) coletivas e individuais e o sistema de jogo. É um esporte que fortalece a saúde, propicia ganho de força física, resistência cardiovascular e muscular. Já o Voleibol explora movimentos corporais e promove a criação de novos movimentos e, além disso, proporciona aptidões físicas que melhoram a capacidade funcional, oportunizando autonomia e uma melhor condição de vida. Em qualquer fase da vida, o voleibol oferece o ensinamento de valores, autoconfiança, trabalho coletivo, inclusão, respeito, sociabilização e, por ter menor contato físico, há um risco menor para seus praticantes. Nesta direção o Programa oferece o Volei Adaptado, cujo intuito é oferecer uma prática mais segura para a população idosa que frequenta as aulas minimizando os riscos de quedas e lesões além de ser adaptado a pessoas que apresentem problemas relacionados a flexibilidade, agilidade e doenças cardiovasculares e contribui de modo significativo na sociabilidade dos envolvidos. O jogo é praticamente o mesmo que o vôlei tradicional, mas as regras mudam de acordo com as necessidades. As aulas são realizadas nos centros esportivos Creeba, Crec Baetão e Crec Baetinha, Crec Paulicéia, Crec Riacho Grande, Crec Terra Nova e Crec Jerusalém. São duas aulas por semana com duração de aproximadamente 50 minutos a 2h, ministradas por profissionais de educação física. Durante o calendário anual de aulas são programados eventos como campeonatos, festivais e encontros de conveniência como amistosos.

8. Eventos

Os eventos têm por objetivo principal, promover a integração social dos participantes do programa. Evidentemente que, os conteúdos desenvolvidos em cada um dos eventos realizados devem ser observados e estimulados com a mesma dedicação das atividades sistemáticas realizadas nas aulas e oficinas regulares. No entanto, quando se realiza uma atividade que reúne pessoas de diferentes bairros e diferentes turmas, o espírito cooperativo deve prevalecer para que a aprendizagem e o crescimento individual prevaleçam.

Além de promover a integração social, em um momento de diálogo e troca de experiências com pessoas de outras turmas, os participantes fortalecem o sentimento de pertencimento e se desperta o desejo de contribuir para a construção de um projeto comum.

É fato também que, em algumas situações, existe o espírito competitivo, especialmente nas ações que estimulam a melhora da performance individual e a capacidade de resolver problemas corporais. No entanto, os educadores devem atentar para que os valores éticos do respeito às diferenças e respeito às regras prevaleçam sobre os interesses particulares.

Outra finalidade do estabelecimento de um **Calendário Anual de Eventos** reside na possibilidade dos participantes escolherem aqueles eventos que mais lhe agradam, pois, cabe ao grupo de profissionais da SESP elaborar uma programação que contemple as diferentes manifestações da cultural corporal local e regional, sem esquecer, no entanto, das grandes ações que fazem parte da vida cotidiana das pessoas.



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

Os eventos podem ser realizados em três modalidades: (1) **eventos locais** – ação ou atividade organizada para uma ou mais turmas dentro de um mesmo equipamento esportivo; (2) **eventos de integração** – eventos organizados por dois ou mais professores, com uma finalidade específica, voltado para um grupo determinado, mobilizando apenas os próprios profissionais envolvidos com as turmas; (3) **grande eventos** – são aqueles que contemplam todos os participantes do programa, geralmente fazem parte do calendário anual de eventos e demandam a participação de todo o grupo de profissionais da Seção.

Os eventos locais e de integração podem ou não fazer parte do calendário anual de eventos, visto que, é muito comum que os professores organizem suas ações e apenas comuniquem a chefia imediata, visto que, são eventos locais e não demandam recursos para sua realização. Os grandes eventos devem ser organizados coletivamente, construídos nas reuniões pedagógicas, dividindo as responsabilidades e tarefas de cada um dos profissionais, assim como, as necessidades a serem executadas pela chefia para assegurar o sucesso da atividade.

Nos últimos anos, a partir das experiências realizadas em convênios com o governo federal, através de programas como o PELC (Esporte e Lazer da Cidade), tem se valorizado o protagonismo da comunidade na elaboração, execução e avaliação dos eventos. Neste sentido, acredita-se ser fundamental estimular a participação dos alunos, como voluntários, no desenvolvimento dessas ações, especialmente pela riqueza de contribuições que os mesmos podem oferecer, facilitando assim um resultado bem-sucedido para a ação.

Importante salientar que toda o processo de organização de um evento, seja qual for a modalidade, demanda atenção permanente e respeito as diretrizes e princípios do programa, sendo fundamental garantir a segurança física e psíquica dos alunos, respeitando ainda os princípios gerais do serviço público, tais como a gratuidade, transparência, eficiência, dentre outros.

Neste sentido, apresentamos os principais eventos realizados:

- **Aula Aberta Dançante:** evento recreativo de abertura das atividades, reunindo todos os participantes das turmas em uma grande aula aberta onde os diferentes ritmos e danças são trabalhados de forma lúdica e integrativa;
- **Festa Junina:** evento de integração, Intergeracional que promove a auto-organização comunitária, além de promover o resgate da cultura local. O evento tem assumido nos últimos anos o formato de um grande bingo comunitário coletivo, somado a apresentações culturais, música ao vivo, jogos, brincadeiras e comidas típicas;
- **Circuito Corpo em Ação:** evento esportivo com caráter competitivo que estimula o aperfeiçoamento das habilidades e competências motoras desenvolvidas nas aulas;
- **Encerramento Anual:** evento que reúne apresentações artísticas e corporais desenvolvidas dentro das turmas ao longo do ano. Geralmente um tema geral é definido pelo grupo de trabalho e cada professor organiza sua turma dentro da sua modalidade;
- **Eventos locais:** São os eventos realizados nos centros esportivos, geralmente em datas comemorativas como do Dia das Mães, Dia do Professor, etc. Outra possibilidade são os eventos relacionados a promoção de atividades físicas e palestras voltadas para a saúde e qualidade de vida dos participantes;



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

- **Passeios temáticos:** São eventos recreativos realizados geralmente ao final de cada semestre onde o aspecto turístico é contemplado, através de visitas monitoradas a parques, museus, dentre outros.

9. Formação Continuada

Entendemos, em consonância com Faria Júnior (1993), que a formação profissional em Educação Física se consolida, ao longo das últimas décadas, um campo que compreende diferentes tendências de pensamento, quase sempre contraditórias. Ademais, o campo da Educação Física busca ainda estabelecer-se dentro das possibilidades de atuação profissional, ora na perspectiva da licenciatura, formando profissionais para atuar somente no âmbito escolar, ora na perspectiva do bacharelado, formando profissionais para atuar em diferentes campos, que não o escolar.

Ferreira, Santos e Costa (2015) ressaltam que, nos tempos atuais, a constante evolução tecnológica da sociedade apresenta impacto também no desenvolvimento do trabalho dos educadores físicos. Lembram ainda os autores que a formação continuada é um dos caminhos para o entendimento da constante evolução das relações sociais que se apresentam ao profissional.

No entanto, um aspecto relevante é apontado: os autores consideram que as primeiras competências que serão fundamentais ao exercício do trabalho do futuro profissional, na maior parte das vezes, são estabelecidas antes mesmo da formação inicial do professor, nos cursos de graduação em Educação Física. Isso se deve especificamente a cultura corporal do professor que, na maioria dos casos, procura a formação em Educação Física por ter um histórico de vida vinculado a prática de atividade física, seja enquanto atleta, seja enquanto praticante de esporte amador. (FERREIRA; SANTOS; COSTA, 2015).

No âmbito da Educação Física, é importante ressaltar as especificidades da área de conhecimento. Betti (1993), ao analisar diferentes aspectos que permeiam a formação e a ação do profissional de Educação Física, identificou diferentes questões complexas que vão desde a concepção ideológica que deve permear a profissão - passando pelos currículos dos cursos de graduação, pesquisa e produção de conhecimento - até a atuação do profissional na ponta, junto a comunidade.

O autor identificou inúmeras carências e inconsistências em todos esses aspectos. No entanto apontou como caminho para se estabelecer um novo paradigma dentro da profissão o estímulo à formação de um estudante de graduação pesquisador e a formação continuada, a partir também da pesquisa. A pesquisa a qual se refere o autor não se trata daquela realizada nos bancos da universidade, pelo contrário, trata-se de entender a pesquisa dentro de uma concepção de refletir sobre a própria prática, produzindo conhecimento para a área de conhecimento. (BETTI, 1993).

Ainda nessa perspectiva, Molina Neto (1997), ao avaliar o discurso de professores de Educação Física, alerta para outra questão relevante e passível de reflexão: o fato de que, tanto os programas e currículos de graduação, quanto os programas de formação continuada, aos olhos dos profissionais entrevistados, pouco articulam-se com a realidade do professor no exercício da sua profissão.

O autor vai além, e levanta a questão sobre o fato de que o crescente embate entre uma falta de formação inicial adequada e a necessidade de uma formação permanente, presente nos



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

discursos de muitos educadores, favorece um crescimento da oferta dos cursos de pós-graduação *latu sensu* e cursos de curta duração, oferecido como alternativa “rápida e eficaz” para o profissional, ocultando assim, um movimento mercantilista que busca apenas promover a venda de cursos “técnicos”, que prometem suprir as necessidades que o curso de graduação não ofereceu. (MOLINA NETO, 1997).

Um ponto de convergência no pensamento dos diferentes autores até então apresentados reside na multiplicidade de campos de atuação do professor de Educação Física e, por consequência, na dificuldade em se formar um profissional com competência para atuar em todas essas áreas.

Em relação à formação dos profissionais de Educação Física para atuar no âmbito da saúde coletiva, Bagrichevsky (2007) pondera que, ainda que o currículo dos cursos de graduação tenha sofrido grandes mudanças ao longo dos últimos anos, especialmente com a divisão entre as modalidades de bacharelado e licenciatura, prevalece o entendimento do esporte como conteúdo hegemônico da Educação Física.

Sugere o autor que, além da necessidade de se pensar programas específicos de formação continuada para os profissionais que atuam na área da saúde - com uma maior proximidade aos conteúdos afins da área - que também sejam repensados os cursos de graduação, sem ignorar ou diminuir a importância e relevância do esporte enquanto conteúdo cultural pertencente ao campo da Educação Física, mas agregando o conhecimento relacionado à educação para a saúde, à promoção da saúde, à gestão pública, à atuação comunitária, dentre outros. (BAGRICHEVSKY, 2007).

Ao analisar a carência de uma formação adequada do profissional de Educação Física para atuar no campo da Recreação e do Lazer, Isayama (2003) destaca a importância de conceber-se um currículo dentro de uma perspectiva multicultural, considerando o mesmo como algo a ser construído a partir do trabalho e da produção de conhecimento dentro das instituições de ensino.

No entanto, ainda que o autor considere a necessidade de se repensar a formação inicial do profissional, ele lembra que a graduação é apenas uma das etapas desse processo que compreende a vida do professor e que é necessário pensar em uma política de formação dentro da mesma perspectiva, contemplando os cursos de atualização, aperfeiçoamento, especialização, mestrado e doutorado, sempre buscando aliar a pesquisa à reflexão sobre a prática pedagógica construída no cotidiano do trabalho. (ISAYAMA, 2003).

9.1 Considerações sobre a formação continuada em São Bernardo do Campo

Em texto que discute especificamente a formação continuada em Educação Física, Azevedo *et al* (2010) apresentam três eixos que se articulam para produzir os diferentes saberes que compõem a abrangência da formação. Destacam ainda o potencial transformador na prática pedagógica do educador, a partir da reflexão sobre a própria ação e os saberes que podem ser construídos coletivamente.

Numa perspectiva histórico-social a Formação Continuada pressupõe uma articulação entre saberes docentes, competências profissionais e prática pedagógica. Esses três eixos se constituem como inter-relações da formação e ação docente, permitindo a compreensão e a vivência da Formação Continuada como um importante meio para os professores reavaliarem a prática docente, podendo fundar-se em um ambiente que possibilite a construção de diferentes saberes, de repensar e refazer a prática do professor,



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

reorganizando suas competências e produzindo novos conhecimentos. (AZEVEDO, et al, 2010, p. 257).

Rossi e Hunger (2012) em estudo sobre os interesses dos profissionais de educação física em cada momento da sua trajetória profissional, destacam que, nos primeiros anos após o ingresso na vida laboral, os profissionais tendem a buscar uma formação capaz de apresentar soluções para questões práticas relacionadas ao desempenho da sua função. Com o passar dos anos, e com certa estabilização na carreira, a busca se direciona para conteúdos diversos, que possam enriquecer sua prática e ampliar sua capacidade de atuação.

Ferreira, Santos e Costa (2015) também observaram característica semelhante em estudo específico, verificando que, profissionais com até 3 anos de carreira, tendem a buscar especialização em aspectos técnicos-práticos da área, enquanto profissionais com mais de 10 anos de carreira, buscam aperfeiçoar aspectos pedagógicos.

Em relação a metodologia dos momentos de formação, Luiz *et al* (2015) verificaram que a participação em formações que oportunizavam atividades práticas e diretamente relacionadas com o exercício da docência mostraram-se com maior impacto positivo junto aos educadores. Os autores perceberam ainda que, eventos com troca de experiências e com vivências práticas, são mais significativos enquanto aprendizagem para a maioria dos educadores entrevistados.

Um ponto de convergência entre os estudos de Ferreira et. al. (2015) e Luiz *et al*. (2015) demonstram uma baixa adesão dos profissionais de Educação Física em participar de processos de formação continuada institucionalizados, especialmente aqueles promovidos por instituições de ensino, tais como faculdades e universidades. Destacam os autores que os profissionais privilegiam cursos e iniciativas de curta duração e, preferencialmente, **promovidos dentro do ambiente de trabalho**.

Neste sentido, desenvolvemos regularmente, atividades que promovam a formação continuada junto aos profissionais, especialmente a partir da troca de experiências, seja nas reuniões pedagógicas que acontecem com a periodicidade semanal, às segundas-feiras, seja em momentos específicos, no início ou no final de cada semestre de trabalho.

Além das formações que promovem a troca de experiências, nos últimos anos, diferentes ações vêm se consolidando dentro do calendário de formação continuada da Secretaria de Esportes e Lazer. Realizamos, a partir das contribuições dos Programas PELC (Esporte e Lazer da Cidade) e PST (Segundo Tempo), dois seminários de Esporte e Lazer nos anos de 2015 e 2016, com o objetivo de discutir as contribuições desses programas em nosso município e, principalmente, os impactos junto aos educadores.

Em parceria com a USCS (Universidade de São Caetano do Sul), recebemos diferentes profissionais que ministraram atividades de formação junto aos profissionais de Educação Física. Além disso, através de convênio firmado com a Secretaria de Esportes, foram asseguradas bolsas de estudo parciais para o ingresso nos cursos de especialização oferecidos pela Universidade.

Junto ao SESC Santo André, além das parcerias realizadas nos eventos e ações em comum, foi construído uma proposta de trabalho em conjunto, sendo que, a cada grande ação promovida pela entidade (ex. Dia do Desafio, Sesc Verão, etc.), a participação dos nossos educadores seria efetivada após um momento de formação, que poderia ser um encontro ou uma vivência prática. Novos



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

conteúdos e materiais pedagógicos foram até disponibilizados para o grupo de profissionais, como por exemplo, na modalidade de Mambol.

Em 2019, uma parceria inédita com a UFABC (Universidade Federal do Grande ABC) resultou na realização do 1º Simpósio de Esporte e Lazer do Grande ABC, que contou ainda com a participação do SESC e prefeituras de Santo André e Diadema. Neste evento recebemos grandes profissionais da área, como os professores Dante de Rose, Katia Rubio e Ricardo Uvinha, assim como, nossos profissionais também puderam ministrar atividades e minicursos para a comunidade, realizando assim as diferentes manifestações de um processo de formação continuada.

Por fim, entendemos que o processo de formação continuada é parte fundamental dentro de um trabalho de atuação comunitária para o desenvolvimento do esporte e do lazer enquanto direitos sociais. Na mesma linha, é fundamental pensar a participação da comunidade nesses eventos e ações, como veremos a seguir.

10. Controle Social

A participação e o controle social têm se tornado uma regra no desenvolvimento das políticas públicas, principalmente após a promulgação da Constituição Federal de 1988. Esse documento, em seu artigo 217, assegura o direito ao esporte e ao lazer, considerando os mesmos enquanto direitos sociais, também lembra que o mesmo deve ser efetivado mediante uma ação conjunta do Estado e da Sociedade (BRASIL, 1988).

Importante salientar que, como nos lembra Menicucci (2006), para o pleno atendimento da previsão constitucional, é necessário que o poder público estabeleça políticas públicas, construídas de forma coletiva, assegurando a participação da comunidade e dos setores organizados, valorizando a cultura local e os interesses daqueles que serão destinatários finais do direito.

Marcellino (2006) lembra que a ausência da participação da comunidade no desenvolvimento das políticas públicas de esporte e lazer pode gerar uma ação totalmente desconectada da realidade, inviabilizando a participação e a transformação. Castellani Filho (2006) alerta ainda sobre o papel dos municípios no desenvolvimento dessas políticas, e reafirma como fundamental a consideração do **princípio da inclusão** como norteador das ações dos gestores públicos.

Frente a tais considerações, a Secretaria de Esportes e Lazer, por intermédio da Seção de Educação e Formação Esportiva, estrutura suas ações respeitando a participação social e a gestão democrática, criando regularmente instrumentos para a participação da comunidade, assim como, instituiu e mantém regularmente a existência de Conselhos Gestores dos equipamentos esportivos.

Os Conselhos Gestores são instituições não regulamentadas oficialmente, mas que tem por papel reunir as principais lideranças comunitárias que utilizam o equipamento esportivo. Trata-se de um movimento inovador no desenvolvimento do programa e busca ter caráter consultivo, deliberativo e executivo, relacionado sempre ao desenvolvimento das ações vinculadas ao programa.

Acredita-se que cada equipamento esportivo deve estruturar seu Conselho em conformidade com a realidade local, sendo relevante compreender ao menos 1 (um) membro de cada uma das turmas existentes no local. É permitida a presença de crianças e adolescentes que participam do programa, mas sempre com autorização e acompanhamento do adulto responsável.



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

O objetivo de cada Conselho é estabelecer um regimento próprio, construído com a participação dos gestores locais e administração central da Secretaria, dialogando sempre com os demais usuários do equipamento e realizando a transparência administrativa de todas as suas ações.

A atribuição dos conselheiros vai depender da realidade de cada local, no entanto, destacamos como fundamental sua atuação nas reuniões, cuja periodicidade deve ser estabelecida em conjunto com os representantes da Secretaria, colaboração na organização dos eventos e ações relacionadas ao programa, colaboração na transmissão de informações oficiais e informes gerais para os demais usuários do espaço, responsabilidade de fiscalização sobre o zelo dos materiais e do equipamento, inclusive informando a administração sobre eventuais danos ao patrimônio público, dentre outras.

Por fim, acredita-se que o objetivo final dos Conselhos Gestores é facilitar a apropriação total do espaço esportivo pela comunidade de forma autônoma e participativa, responsável e atenta as diferenças sociais, buscando equilibrar as forças e assegurando o acesso ao direito social ao esporte e ao lazer.

11. Avaliação e Monitoramento

A dinâmica social atual, especialmente com a constante e crescente participação e controle social dos recursos e das ações dos agentes públicos, especialmente através da velocidade de transmissão da informação pelas redes sociais, tem imposto aos gestores públicos o aperfeiçoamento dos mecanismos de avaliação e monitoramento das políticas públicas.

Ewerton (2007) lembra que, em conformidade com os princípios gerais da administração pública, como o planejamento, a coordenação, a descentralização, delegação de competências, controle social e transparência, assim como, respeitando os princípios constitucionais da legalidade, impessoalidade, moralidade, publicidade, eficiência e economicidade, é fundamental ao gestor público, avaliar e monitorar todas as ações implementadas e custeadas com recursos públicos.

Neste sentido, a Seção de Educação e Formação Esportiva, estabelece regularmente consultas públicas junto aos beneficiados para verificar a aderência e participação da comunidade frente ao trabalho desenvolvido. Essa consulta se dá regularmente através do dia a dia com os profissionais nas aulas e oficinas regulares, assim como, pontualmente através de questionários de satisfação realizados, entrevistas e reuniões descentralizadas.

Além desse canal direto com o profissional e o administrador do equipamento esportivo, são amplamente divulgados, nos locais e nas redes sociais meios de comunicação diretos com a chefia imediata, seja por meio de telefone, e-mail, ou até pessoalmente na Secretaria de Esportes e Lazer.

Reconhecemos, no entanto, que devemos aperfeiçoar os mecanismos de avaliação e monitoramento das ações realizadas junto a comunidade, especialmente por se tratar de um momento de reestruturação dos projetos e ações da seção. Entretanto, em virtude da necessidade de afastamento social e a obrigatoriedade de atuar de forma remota junto aos alunos, novas possibilidades vem se apresentando para dialogar diretamente com os mesmos, cito as redes sociais e também os grupos de participação no Whatsapp e Telegram.



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, A. M. P. et al. FORMAÇÃO CONTINUADA NA PRÁTICA PEDAGÓGICA: A EDUCAÇÃO FÍSICA EM QUESTÃO. Movimento (ESEFID/UFRGS), Porto Alegre, v. 16, n. 4, p. 245-262, nov. 2010. ISSN 1982-8918. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/11809>>. Acesso em: 07 maio 2019.

BAGRICHEVSKY, M. A formação profissional em educação física enseja perspectivas (críticas) para a atuação na saúde coletiva? In: FRAGA, A.B.; WACHS, F. (orgs) Educação Física e saúde coletiva: políticas de formação e perspectivas de intervenção. 2. ed. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2007.

BARRETO, S. M.; PINHEIRO, A. R. O.; SICHIERI, R. Análise da estratégia global para alimentação, atividade física e saúde, da Organização Mundial da Saúde. Epidemiol. Serv. Saúde v.14 n.1 Brasília mar. 2005

BARROS, T. L. Exercício, saúde e desempenho físico. Ed.Atheneu, 1 edição, São Paulo, Brasil, 1997.

BETTI, M. Perspectivas na formação profissional. In. MOREIRA, W.W. (org). Educação Física & Esporte: perspectivas para o século XXI. Campinas, SP: Papyrus, 1993.

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal, 1988. Disponível em < http://www2.camara.leg.br/atividade-legislativa/legislacao/Constituicoes_Brasileiras/constituicao1988.html>

BRASIL. Ministério da saúde. VIGITEL BRASIL 2018. Vigilância De Fatores De Risco E Proteção Para Doenças Crônicas Por Inquérito Telefônico Ministério Da Saúde estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no distrito federal em 2018. Brasília, DF • 2019.

CASTELLANI FILHO, L O projeto social Esporte e Lazer da Cidade: da elaboração conceitual a sua implementação. In: CASTELLANI FILHO, L. (Org.) Gestão Pública e política de lazer: a formação de agentes sociais. Campinas, SP: Autores Associados, 2007.

CHOPRA, D. Corpo sem idade, mente sem fronteiras. Rio de Janeiro: Ed. Rocco, 1993.

EWERTON, Andréa Nascimento. Acompanhamento, monitoramento, fiscalização e avaliação no Programa Esporte e Lazer da Cidade. In: MARCELLINO, N. C. e FERREIRA, Marcelo P. A. (Org.). 2007. Brincar, jogar, viver. V. 1: Programa Esporte e Lazer da Cidade. Ministério do Esporte.

DESLANDES S. F. Concepções em pesquisa social: articulações com o campo da avaliação em serviços de saúde. *Cad Saude Publica* 1997; 13(1):103-107.

FARIA JÚNIOR, A. G. Perspectivas na formação profissional em educação física. In. MOREIRA, W.W. (org). Educação Física & Esporte: perspectivas para o século XXI. Campinas, SP: Papyrus, 1993.

FECHIO, J. J.; MALERBI, F. E. K. Adesão a um Programa de Atividade Física em Adultos portadores de Diabetes. In: Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia v48, n.2. – São Paulo abr 2004. ISSN 1677 – 9487 (versão on line)

FERREIRA, M. S.; NAJAR, A. L. Programas e campanhas de promoção da atividade física. *Ciência e Saúde Coletiva*, v. (10 *aup*):207-219, jun. 2005



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

FERREIRA, J. S; SANTOS, J. H.; COSTA, B. O. Perfil de formação continuada de professores de Educação Física: modelos, modalidades e contributos para a prática pedagógica. *Rev. Bras. Ciênc. Esporte*, Porto Alegre, v. 37, n. 3, p. 289-298, Jul. 2015.

GORSKI, G. M. et al. Percepção de um programa com práticas corporais em mulheres com sobrepeso e obesidade. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, ano 10, número 31, jan/mar 2012.

<http://dx.doi.org/10.1590/S1517-8692200000500005>

ISAYAMA, H. F. Recreação e Lazer na formação profissional em Educação Física: reflexões sobre o currículo. In: WERNECK, C. L. G. *Lazer, recreação e educação física*. Belo Horizonte: Autêntica, 2003.

KOLYNIAC FILHO, C.; MELANI, R.A.H. *Motricidade: Um novo olhar sobre o Movimento Humano*. São Paulo: Educ., 2006.

KOLYNIAC FILHO, C. Contribuições para o ensino em motricidade humana. In: *Discorpo, Revista do Departamento de Educação Física e Esportes da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo: São Paulo, 2002, n°13, p. 27-39.*

KOLYNIAC, H. M. R. Uma abordagem Psicossocial de corporeidade e identidade. *Revista Integração*,. Ano XI n.43, p. 337-345 out/nov/dez. 2005.

LUIZ, I. C. et al. Narrativas de formação continuada: sentidos produzidos por professores de Educação Física. *Motrivivência*, Florianópolis, v. 27, n. 44, p. 93-108, maio 2015. ISSN 2175-8042. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/2175-8042.2015v27n44p93>>. Acesso em: 07 maio 2019.

MARCELLINO, N.C. O lazer e os espaços da cidade. In: ISAYAMA, H.F; LINHALES, M.A. (org.). *Sobre lazer e política: maneiras de ver, maneiras de fazer*. Belo horizonte: Editora UFMG, 2006.

MENICUCCI, T. Políticas públicas de lazer: questões analíticas e desafios políticos. In: ISAYAMA, H.F.; LINHALES, M.A. (org.). *Sobre lazer e política: maneiras de ver, maneiras de fazer*. Belo horizonte: Editora UFMG, 2006.

MOLINA NETO, V. A formação profissional em educação física e esportes. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. Florianópolis, v 19, n1, p.34-41, 1997.

MORETTI, A. C.; ALMEIDA, V.; WESTPHAL, M. F.; BÓGUS, C. M. Práticas corporais/atividade física e políticas públicas de promoção da saúde. *Saude soc. vol.18 no.2 São Paulo Apr./June 2009.*

MOSCOVICI S. *Representações sociais: investigações em Psicologia Social*. Rio de Janeiro: Vozes; 2003.

NAHAS, M. V. *Atividade física, saúde e qualidade de vida*. Londrina: Midiograf, 2006.

NAHAS, M. V. *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 5. ed. rev. atual. Londrina: Midiograf, 2010. 318p.

NAHAS, M. V.; GARCIA, L. M. T. Um pouco de história, desenvolvimentos recentes e perspectivas para a pesquisa em atividade física e saúde no Brasil. *Rev. bras. educ. fis. esporte (Impr.)* [online]. 2010, vol.24, n.1, pp.135-148. ISSN 1807-5509.



MUNICÍPIO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
Secretaria de Esportes e Lazer
Diretoria de Esportes e Lazer
Seção de Educação e Formação Esportiva

OLIVEIRA PAES, M.J.; OLIVEIRA DUARTE, Y. A.; LEBRÃO, M. L.; et al Impacto do sedentarismo na incidência de doenças crônicas e incapacidades e na ocorrência de óbitos entre os idosos do Município de São Paulo. *Saúde Coletiva*, vol. 5, núm. 24, 2008, pp. 183-188 Editorial Bolina. São Paulo, Brasil.

Organização Mundial da Saúde. Global recommendations on Physical Activity for Health. Genova: OMS; 2010.

PUGA BARBOSA, R.M.S.; TAVARES, M.C.; DUARTE, E.: Imagem Corporal e motricidade: relações entre Catexe Corporal e a atividade física sistemática. *R. bras. Ci e Mov.* 2008; 16(2): 93-100.

REGO, R. A.; BERALDO, F.A.N.; RODRIGUES, S.S.R. et al. Fatores de risco para doenças crônicas não-transmissíveis; inquérito domiciliar no município de São Paulo. Brasil, *Rev. Saúde Pública* vol.24 no.4 São Paulo Aug. 1990. On-line version ISSN 1518-8787

ROLIM, F. S. Atividade física e os domínios da qualidade de vida e autoconceito no processo de envelhecimento. 2005. 84f. Dissertação de Mestrado em Educação Física - Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

ROSSI, F; HUNGER, D. As etapas da carreira docente e o processo de formação continuada de professores de Educação Física. *Rev. bras. educ. fís. esporte*, São Paulo, v.26, n.2, p. 323-338, Junho de 2012. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-55092012000200014&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 07/05/2019.

SOARES DE ARAÚJO, D. S. M.; SOARES DE ARAÚJO, C. G. Aptidão física, saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adultos. *Rev Bras Med Esporte* vol.6 no.5 Niterói Oct. 2000

TEIXEIRA, P. F.; VAZ, F. A. C.; CAMPOS, F. C. C.; et al. Autonomia como categoria central no conceito de promoção de saúde. *Ciênc. saúde coletiva* vol.13 suppl.2 Rio de Janeiro Dec. 2008.

TORO, R. *Afetividade. Escola de Formação em Educação Biocêntrica*. João Pessoa, UFPB, 2008.

TORO, R; WERNECK, N.M.D.F. *Mobilização social: um modo de construir a democracia e a participação*. Autêntica Editora. 1ª Edição, 2007.

TURTELI, L.S. Relações entre Imagem Corporal e Qualidades de Movimento: Uma revisão a partir de uma Revisão Bibliográfica. 2003. 311f. Dissertação de Mestrado em Educação Física -Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2003.

WAGNER, W. Sócio-gênese e características das representações sociais. In: A.S.P. MOREIRA; D.C. OLIVEIRA (eds), *Estudos interdisciplinares de representação social*. Goiânia, Ed. AB, 2000, p. 03-25.