

# O QUE É EDUCAÇÃO FÍSICA

**Prof. Dr. Valdir Barbanti**

**Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto – USP**

Muitas pessoas confundem o termo Educação Física e não sabem exatamente o que ela é, ou o que os seus profissionais fazem. Basta perguntar aos candidatos nos vestibulares que se inscrevem nessa área de estudos para confirmar esta assertiva.

Quando se fala em Educação Física referimo-nos a um extenso campo de ações. O interesse básico é o movimento humano, mais especificamente a Educação Física se preocupa com o relacionamento entre o movimento humano e outras áreas da educação, isto é, o relacionamento do desenvolvimento físico com o mental, social e o emocional na medida em que eles vão sendo desenvolvidos. Essa preocupação pelo desenvolvimento físico com outras áreas do crescimento e desenvolvimento humano contribui para uma esfera de ação única da Educação Física, pois nenhuma outra área trata do desenvolvimento total do homem, com exceção da Educação no seu senso mais geral possível. A história mostra que as verdades e crenças, dentro de uma dada sociedade, em relação ao homem e seu corpo resultaram em conceitos bastante diferentes e programas que hoje chamamos Educação Física.

A Educação Física é determinada culturalmente pelo o que o homem pensa de seu corpo, como ele pensa de si mesmo em relação ao seu corpo, e como ele pensa que seu corpo deve ser treinado, exercitado, disciplinado, desenvolvido, educado. Isto é verdade tanto em sociedades onde existe a crença que o “eu” e o corpo são separados como naquelas onde há a aceitação científica de que o homem é um organismo unificado que move, pensa, sente, se expressa, etc.

Historicamente, os programas de educação física visavam os estudantes e aconteciam quase que exclusivamente no ambiente escolar. As definições tradicionais da Educação Física refletiam esse foco educacional.

No passado, vários acadêmicos da área tentaram definir Educação Física e várias dessas definições permanecem até hoje. WILLIAMS (1964) sugeria que a Educação Física mesmo trabalhando com atividades físicas para educar as pessoas, estava preocupada com os

resultados educacionais que não eram inteiramente físicos. Para ele a Educação Física deveria influenciar todas as áreas do desenvolvimento educacional, inclusive o crescimento mental e social das pessoas:

“Quando a mente e o corpo eram considerados duas entidades separadas, a educação física era obviamente uma educação do físico... com o novo entendimento da natureza do organismo humano, na qual a totalidade do indivíduo é o fato proeminente, a educação física tornou-se educação ATRAVÉS do físico. Com essa visão operativa, a educação física tem interesse por respostas emocionais, relacionamentos pessoais, comportamento grupal, aprendizagem mental e outras conseqüências intelectuais, sociais, emocionais e estéticas”.

Outros autores também tentaram definir a Educação Física no mesmo sentido. BARROW (1971) colocava a Educação Física dentro do contexto dos objetivos tradicionais da educação para desenvolver uma pessoa liberal:

“A Educação Física pode ser definida como educação através de atividades de brincadeiras<sup>1</sup> com grandes músculos, tal como esportes, exercícios e dança, onde os objetivos educacionais podem ser obtidos em parte... Esse produto é uma pessoa educada fisicamente. Esse valor deve ser um dos muitos valores de uma pessoa educada liberalmente, e tem significado somente quando é relacionado com a totalidade da vida de um indivíduo”.

FELSHIN (1972) definiu a Educação Física ao sugerir que o seu corpo de conhecimento (conteúdo) era baseado no movimento humano, mas não em todos os movimentos. O foco era sobre as atividades e esforços musculares grandes<sup>2</sup>, compactos. A proeza física é a razão fundamental da Educação Física e ela não devia se preocupar com o movimento humano no trabalho, mas sim primariamente com o movimento no esporte, brincadeiras, jogos e como funcionamento básico do corpo humano.

---

<sup>1</sup> A palavra original usada por Barrow é “play” que pode significar em português jogo, divertimento, recreio, diversão, brincadeira. Neste contexto “play” será entendido como brincadeira.

<sup>2</sup> “Gross” em inglês pode significar grande, grosso, rude, grosseiro, tosco, bruto, espesso, denso, compacto. Nesse contexto será compreendida como grande.

NIXON e JEWETT (1974) ofereceram uma definição mais limitada porém também relacionada com a experiência educacional total. Eles definiram Educação Física como:

“... a fase do processo total da educação que se interessa com o desenvolvimento e utilização do potencial do movimento do indivíduo e respostas relacionadas, e com as modificações do comportamento estável no indivíduo como resultado daquelas respostas”.

BALEY e FIELD (1976) descreveram a Educação Física com mais ênfase na atividade física densa, compacta. Para eles:

“Educação Física é um processo através do qual aprendizagens e adaptações - orgânica, neuromuscular, intelectual, social, cultural, emocional e estética – resultam e procedem através de atividades físicas selecionadas e suficientemente vigorosas”.

Nessa definição aparecem os resultados desejáveis que a Educação Física pode produzir nas pessoas. Segundo a definição deles, a atividade física que requer pouco esforço físico pode ser considerada recreacional ou benéfica, mas não seria considerada Educação Física genuína.

Cada pessoa oferece uma definição de educação física em termos que refletem sua percepção e cada definição pode descrever precisamente um programa de educação física. A precisão da definição é determinada pelo grau pelo qual as palavras refletem a percepção e as experiências daquele que oferece a definição. Em outras palavras, a definição de Educação Física depende largamente do ponto de vista pessoal.

Como a Educação Física sofreu muitas mudanças desde a década de 80, ultrapassando seus domínios tradicionais para locais não-escolares (academias, clubes) e estendem seus programas para pessoas de todas as idades, uma nova definição de Educação Física fez-se necessária. Hoje em dia, Educação Física é definida como um processo educacional que usa o movimento como um meio de ajudar as pessoas a adquirir habilidades, condicionamento, conhecimento e atitudes que contribuem para seu ótimo desenvolvimento e bem estar.

Ao observarmos todas essas definições (não são as únicas!) verificamos que certos pontos são constantes. Primeiro, a Educação Física é conduzida através de meios físicos, isto é, há algum tipo de atividade física envolvida. Essa atividade física é usualmente pensada como moderadamente vigorosa, se preocupa com movimentos compactos, e as habilidades envolvidas não têm que ser altamente desenvolvidas em qualidade para haver benefícios para os praticantes. Segundo, embora os meios usados nos métodos educacionais são físicos, os

benefícios incluem melhorias ou mudanças em áreas não físicas dentro do espectro do desenvolvimento educacional, como o crescimento intelectual, social e estético.

A maioria dos programas de educação física hoje em dia é baseada no modelo desenvolvimentista. Este modelo sugere que a Educação Física, através do uso de atividades físicas cuidadosamente estruturadas, contribui para o desenvolvimento da pessoa como um todo. Ela inclui a aquisição e o refinamento de habilidades motoras, o desenvolvimento e a manutenção da aptidão física para a saúde e o bem estar, a obtenção de conhecimentos sobre as atividades físicas a promoção de atitudes positivas para uma aprendizagem e participação para toda a vida.

Seres humanos são criaturas que se movem e a exploração de como e porque o homem se move, os efeitos de seus movimentos sobre si mesmo e sobre o mundo que o cerca, a apreciação da beleza e significado do movimento e suas interrelações com outras áreas, constituem um domínio global que tem outros domínios, entre eles o cognitivo e o afetivo. Poucas ou nenhuma disciplina acadêmica tem um campo de estudo tão vasto.

Em resumo, a educação física procura desenvolver o bem estar geral de cada pessoa pelo uso de movimentos. O resultado educacional da experiência motora não é limitado aos benefícios corporais. Deve-se considerar o termo educação física em planos mais amplos, mais abertos, incluindo a mente assim como o corpo.

### **EDUCAÇÃO FÍSICA: DISCIPLINA ACADÊMICA<sup>3</sup> OU PROFISSÃO?**

Há muitos anos tem-se discutido sobre o “status” da Educação Física, se ela seria uma profissão, uma disciplina acadêmica ou ambas. Para entender a situação é preciso determinar exatamente o que uma profissão ou uma disciplina acadêmica realmente é, e ver se a Educação Física tem as características de uma ou de outra.

---

<sup>3</sup> Disciplina Acadêmica é o termo usado nos EUA para designar uma área que pode ser considerada ciência, em termos universitários. Na cultura americana usa-se o termo “*academic discipline*” para uma área que tem uma estrutura conceitual, um campo único de estudo. No Brasil é mais usado o termo “área”.

## ***Educação Física como Profissão***

Uma profissão existe devido a uma necessidade específica da sociedade para um tipo particular de serviço. A sociedade moderna é muito complexa e exige diferentes tipos de serviços, os quais, quase sempre exigem extensos períodos de preparação formal para que um indivíduo adquirir conhecimentos e habilidades necessárias para atuar com competência. Quando a quantidade de treinamento e a qualidade de serviços atingem certo nível, julga-se que a especialidade atingiu o “status” de profissão. Então, uma profissão é uma ocupação que exige treinamento especializado em uma área de estudo intelectual e é dedicada à melhoria da sociedade através de seus serviços. Os profissionais oferecem serviços para outros através da aplicação do conhecimento e de habilidades para melhorar o bem estar das pessoas.

Para ser uma profissão uma área deve ter vários critérios ou características, que foram sugeridas por LIEBERMAN (1956) e por FLEXNER (1971).

Estas características aplicadas à nossa profissão são hoje tão válidas quanto elas eram quando foram originalmente definidas:

1. Atividade intelectual (“um corpo de conhecimento”);
2. Uso prático;
3. Pesquisa resultando em novos conhecimentos ou idéias;
4. Organização própria;
5. Capacidade para comunicação (interna e externa);
6. Dedicção para ajudar outros (altruísmo);
7. Código de ética.

A primeira característica é que as atividades sejam basicamente intelectuais. A mera posse de habilidades úteis é uma condição necessária, mas não suficiente para qualificar um membro de uma profissão. As habilidades motoras podem estar envolvidas na execução ou trabalho porém, elas devem ter uma base intelectual, ou um “corpo de conhecimento”. Que habilidades usar, porque usá-las e quando usá-las é mais importante que simplesmente saber como executar as habilidades. Um dentista, um cirurgião, certamente precisam dominar consideráveis habilidades motoras, porém o mais importante é que eles precisam diagnosticar a necessidade de aplicação de tais habilidades ou se precisam escolher outras possíveis habilidades que devam ser aplicadas. A natureza intelectual da área deve ser o aspecto mais importante do trabalho, e não as habilidades usadas para aplicar o conhecimento. Aqui é onde

a Educação Física é mais frágil, quando dizemos que ela é uma profissão, porque muitos educadores físicos exibem uma inclinação anti-intelectual. Não basta saber fazer o movimento é preciso entendê-lo. Os profissionais de Educação Física devem possuir o grau de bacharel (através do Bacharelado) ou de Licenciado (através da Licenciatura). A preparação inclui uma extensa (às vezes exagerada!!!) lista de matérias teóricas e práticas, além do desenvolvimento de habilidades pedagógicas e de experiências práticas (estágios) que permitem a aplicação do conhecimento sob a orientação de profissionais qualificados.

A segunda característica é que o trabalho seja prático. O trabalho, embora baseado no conhecimento, não tem valor a menos que ele seja efetuado. Muitos da área da Educação Física defendem que ela tem uma base intelectual e quase todos defendem que o trabalho é prático. O conhecimento é aplicado ao uso prático do desenvolvimento e melhora da saúde, das habilidades motoras e aptidão das pessoas. Embora o intelecto domine, a prática de uma profissão serve a finalidades úteis que são socialmente significativas. O conhecimento precisa ser aplicado para as responsabilidades práticas e socialmente importantes para a sociedade.

A terceira característica de uma profissão é a pesquisa constante, que resulta em novas idéias e conhecimentos que são aplicados no trabalho profissional. Uma profissão não pode permanecer estática na qualidade de seus serviços à sociedade. Novos e relevantes conhecimentos produzidos por subdisciplinas, pertinentes à profissão, precisam ser adquiridas e a aplicação realizadas nas práticas profissionais. Se as práticas empregadas são relativamente mal sucedidas, então a profissão procura encontrar novas e melhores técnicas, métodos, exercícios e procedimentos. Essa característica existe na Educação Física, e apesar da quantidade de pesquisas na área ainda ser pequena, nos últimos anos ela aumentou consideravelmente.

A área também obtém conhecimento que vem da “prática” de movimentos, sejam eles oriundos de um jogo de futebol, basquete, vôlei ou de uma corrida de rua, ou ainda conhecimento da prática profissional, durante as aulas de educação física, ou na condução de um treinamento na função de “personal trainer”.

A quarta característica de uma profissão é a organização profissional. Existem algumas organizações em Educação Física como as APEFes (Associação dos Professores de Educação Física), CBCE (Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte), SBB (Sociedade Brasileira de Biomecânica), etc. Em nível internacional existe a AAHPERD (American Association for Health, Physical Education, Recreation and Dance), a CAHPER (Canadian Association for Health Physical Education and Recreation), ACSM (American College of Sports Medicine), AAKPE (American

Academy of Kinesiology and Physical Education), AAESS (Australian Association For Exercise and Sports Science), ECSS (European College of Sport Sciences), FSS (The Finnish Society of Sport Sciences), ICSSPE (International Council of Sport Science and Physical Education), German Society of Sports Medicine (Alemanha), Japan Society of Physical Education, Health and Sport Sciences, British Association of Sport and Exercise Sciences (Reino Unido), etc. Estas organizações oferecem a oportunidade para os membros trocarem idéias, estudos e se tornarem conscientes das novas pesquisas através da participação em seminários, congressos, clínicas, reuniões, etc.

Essas organizações estão também bastante relacionadas com a quinta característica, que é a capacidade para comunicação. Uma profissão forma meios próprios para comunicação entre os seus membros, não apenas para trabalhar juntos na resolução de problemas, mas também para disseminar a informação. Os indivíduos aceitos como membros da profissão precisam ser capazes de administrar suas práticas, daí a preparação profissional e avaliação da competência para a permanência na profissão tornarem-se atividades internas necessárias. A realização de Congressos, Seminários, encontros e a publicação de revistas, livros, jornais, etc. são exemplos disso.

Outra característica de uma profissão é o altruísmo. A motivação para a existência da profissão é altruística, isto é, ter respeito e devoção aos interesses e bem-estar dos outros. Uma profissão existe não para si própria, mas para o benefício de outros. A distribuição de seus serviços úteis e importantes à sociedade é o objetivo maior. Uma profissão existe pela contribuição que ela pode trazer à sociedade e não pela contribuição que a sociedade pode trazer para ela.

A última característica diz respeito a ética. Um código de ética é claramente desenvolvido e as organizações que atuam na profissão devem assegurar que esse o código seja aplicado. A preparação profissional deveria ser exigente durante um longo período de estudos especializados. Os incompetentes em uma profissão deveriam ser identificados e eliminados.

Muitas pessoas consideram a Educação Física como uma profissão, assegurando que ela possui os critérios sugeridos por LIEBERMAN e FLEXNER com alguma propriedade. As pessoas na profissão da Educação Física são profissionais, isto é, pertencem a uma profissão. A história da profissão sempre foi associada com a preparação profissional de professores para as escolas e de treinadores para os esportes. Hoje, no entanto, temos muitas profissões que tratam do movimento humano e os profissionais da Educação Física possuem muitas opções de atuação, o

que exige uma preparação diferenciada e altamente qualificada. Normalmente novas profissões surgem antes mesmo que existam programas de preparação para estes profissionais. Por exemplo, as atividades realizadas nas academias de ginásticas/exercícios surgiram muito antes das Faculdades/Escolas/Departamentos oferecerem uma preparação profissional para as mesmas.

A Educação Física sempre será uma área educacional e a maior razão para isto é que as pessoas vão sempre aprender e praticar movimentos com objetivos de saúde, satisfação, prazer e auto-conhecimento. Por isso a ênfase profissional continua a crescer por causa da expansão de programas em ambientes não-escolar (academias, clínicas, clubes, hotéis, etc.) A emergência de novas oportunidades profissionais criou a necessidade de pessoal qualificado para atender às necessidades dessa população diversificada. Esta área, pode preparar pessoas para ensinar movimentos (professores de educação física); treinar atletas para competições (treinadores); aprender como outros sistemas psicológicos respondem ao exercício (psicólogos do esporte); recuperar tecidos e articulações quando eles se lesionam durante o movimento (médicos esportivos, fisioterapeutas); ajudar pessoas a se condicionarem fisicamente ("*personal trainers*"); ensinar os esportistas a utilizar alimentos mais saudáveis (nutricionistas do esporte); ou estudar novos modelos de calçados específicos para a prática de esportes (biomecânicos).

Todas essas pessoas têm uma coisa em comum: o interesse no entendimento e aplicação da ciência do movimento humano.

Muitos, no entanto, dão argumentos convincentes que ela não é uma profissão completamente madura, e sugerem que ela é uma profissão emergente, que ainda não ganhou completamente o "status" de profissão.

### ***Responsabilidades de um Profissional***

Para se tornar membro de uma profissão, a pessoa passa por vários processos. Como estudante, se preparando para a carreira na área de Educação Física, deve-se trabalhar para adquirir os padrões mínimos para ser admitido na profissão. O futuro educador físico deveria se preocupar em escolher uma Universidade / Faculdade / Departamento para fazer a graduação.

Muitas vezes os estudantes pensam pouco sobre a instituição e o que ela oferece. Conhecer o corpo docente, a biblioteca, as instalações e as oportunidades de estágios deveriam

ser pré-requisitos para a escolha da instituição, já que são esses itens que fazem um bom curso de Educação Física. Durante a graduação o estudante deveria conhecer profundamente a profissão, áreas de atuação, responsabilidades e deveres, além da participação de Convenções / Seminários / Jornadas / Encontros / Cursos Profissionalizantes que são realizados por iniciativas particulares ou institucionais. Estes tipos de encontros profissionais acontecem regularmente durante todo o ano e se constituem em excelentes oportunidades de comunicação de assuntos especializados por profissionais de destaque nos respectivos assuntos, pois ajudam a alargar o panorama e enriquecer as experiências como estudantes.

Há ainda possibilidade dos estudantes se envolverem em grupos de estudos e/ou pesquisas.

Depois de graduado, um membro de uma profissão, neste caso um educador físico deveria ter como característica desejável o comprometimento. Um verdadeiro profissional deve ser comprometido com sua área. O compromisso e o envolvimento total podem fazer alguém membro genuíno de uma profissão.

Ser um profissional engloba responsabilidades especiais tais como a devoção de servir outros dando prioridades para as necessidades e interesses das pessoas, realizando seus deveres de maneira ética e se mantendo atualizado com o desenvolvimento da sua área para assegurar que as decisões sejam baseadas nas melhores evidências disponíveis.

### ***A Educação Física como Disciplina Acadêmica***

A diferença entre uma disciplina acadêmica e uma profissão pode ser confusa, porque uma área pode ser uma disciplina acadêmica enquanto seus membros pertencem a uma profissão. Em essência, uma disciplina acadêmica é uma área de conhecimento e teoria que pode existir puramente para si mesmo; enquanto uma profissão deve ter uma aplicação prática. Com o crescente reconhecimento da importância do movimento da nossa vida diária veio o reconhecimento que ele merece ser estudado de forma séria e sistemática como outras disciplinas acadêmicas como a biologia, psicologia, sociologia, filosofia, matemática, etc.

Entre nós é comum usar o termo disciplina para designar um corpo de conhecimento específico, como as disciplinas de bioquímica do exercício; aprendizagem motora, biomecânica, etc. As disciplinas de um currículo eram chamadas (ainda são!!) matérias. Numa universidade o termo disciplina acadêmica refere-se a uma área ou seja um corpo de conhecimento

organizado ao redor de um tema em foco. A palavra acadêmica vem de academia ou universidade. Apenas no Brasil (um pouco em Portugal) academia é um termo usado para designar um local para a prática de exercícios.

Uma disciplina acadêmica tem um foco, um esquema conceitual que dá estrutura à área, um escopo único em comparação com outras áreas, cujos métodos e formas de investigação levam ao avanço do conhecimento e a um entendimento mais profundo.

A disciplina acadêmica reúne um corpo de do conhecimento único que é merecedor de estudos. O foco central da biologia, por exemplo, é das diversas formas de vida; o foco da psicologia é a mente e os processos mentais e emocionais; o foco da antropologia é a cultura e assim por diante.

O desenvolvimento da tecnologia, do conhecimento teórico e dos métodos científicos de investigação de outras disciplinas acadêmicas forma direcionados ao estudo da educação física e gradativamente ao exercício e ao esporte.

Como o movimento é um fenômeno difundido e diversificado, tem sido difícil organizar o conhecimento ao redor de uma estrutura que permita o seu estudo de forma sistemática. De fato, a discussão continua desde a década de 70 sobre como organizar a disciplina acadêmica (área) da Educação Física.

HENRY (1964) definiu uma disciplina acadêmica como:

“Um corpo de conhecimento organizado coletivamente adotado em um curso formal de aprendizagem. A aquisição de tal conhecimento é aceito ser um objetivo adequado e valioso, como tal, sem qualquer demonstração ou exigência de aplicação prática. O conteúdo é teórico e acadêmico, diferenciado do profissional e técnico.”

De acordo com essa definição de Henry, a Educação Física para ser considerada uma disciplina acadêmica deve ter o chamado “corpo de conhecimento”, isto é, algum conhecimento acadêmico com característica própria. Muitos estão dedicando o seu talento para o desenvolvimento da disciplina acadêmica da Educação Física e do Esporte, corpo de conhecimento este relacionado ao movimento humano com todas as suas variáveis. À medida que isto se desenvolve e o conhecimento é gerado, explorado, organizado e sintetizado, a área ganha importância e proporciona a aplicação destes conhecimentos para ajudar a resolver problemas da humanidade. Conhecimentos adicionais, de qualquer tipo, sobre seres humanos são de grande importância para a Educação Física.

KENYON (1975) sugeriu três critérios para que uma área seja uma disciplina acadêmica: um foco de atenção, um corpo de conhecimento único, e um modo particular de investigação. Muitos sugeriram que o foco de atenção da Educação Física como uma disciplina acadêmica fosse o fenômeno do movimento humano. KENYON chamou-o de o estudo do “homem em movimento”. Alguns argumentam se ela tem um corpo de conhecimento único, enquanto outros concordam que o corpo de conhecimento realmente existe e está se desenvolvendo rapidamente.

Até hoje não há consenso geral sobre os critérios para ser uma disciplina acadêmica, mas de certa forma, parece haver unanimidade que ela precisa:

- 1) Ter um domínio ou área de estudo ou corpo de conhecimento;
- 2) Possuir um conjunto de regras a ser seguido para criar conhecimentos dentro da área de investigação;
- 3) Ter uma história;
- 4) Possuir uma linguagem comum dos participantes da área.

Muitos acreditam que a Educação Física não atende todas essas exigências enquanto outros pensam que ela atende os critérios (com algumas adaptações) e pode ser considerada uma disciplina acadêmica, ou seja, uma área onde se faz ciência, afinal ela faz inquisições, questionamentos, observações através de estudos e fatos do movimento humano, como ele acontece, como as reações ocorrem e se analisa seus efeitos, causas e conseqüências.

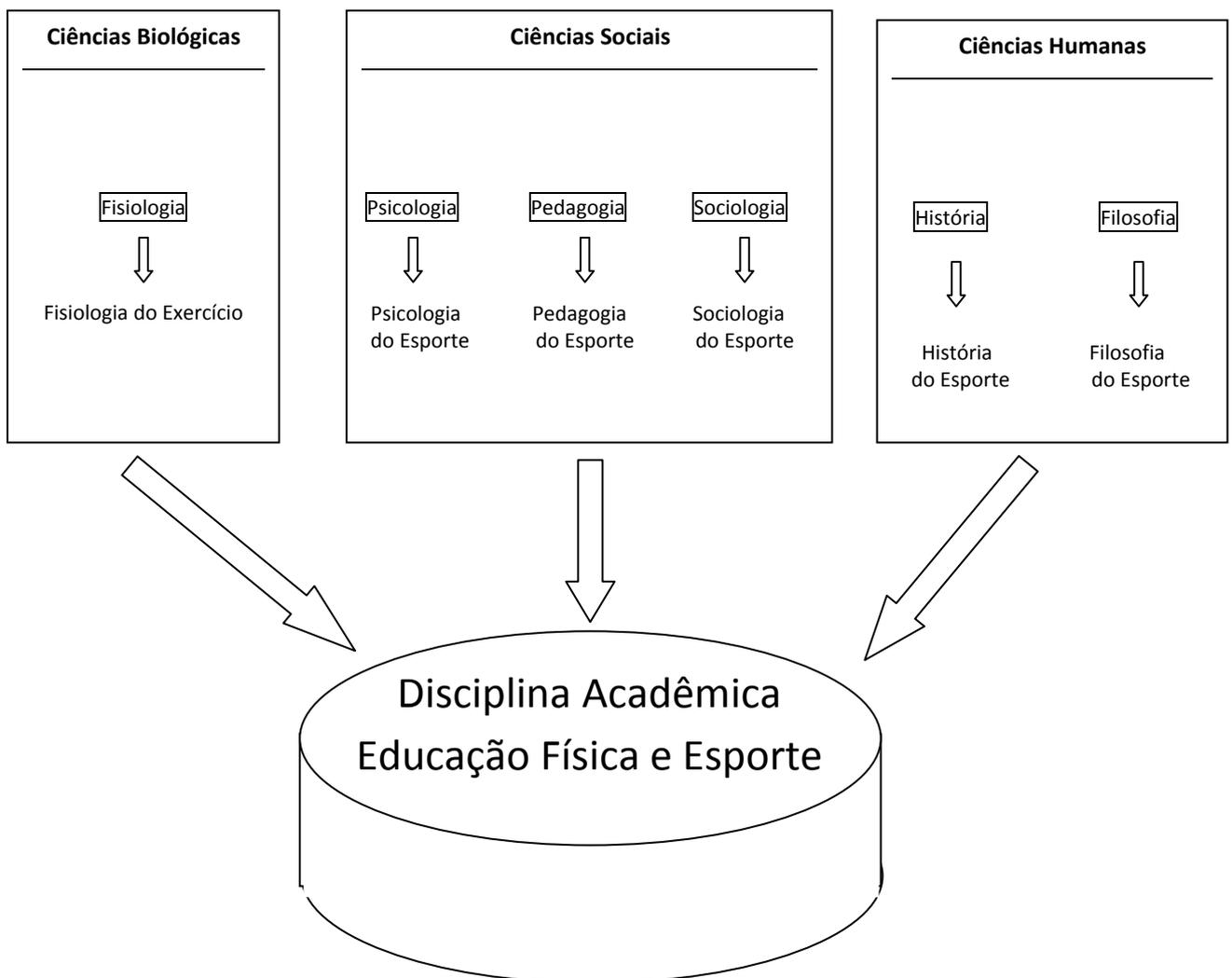
Talvez o maior problema para que seja considerada uma disciplina está na característica de ter um modo particular de investigação ou método de pesquisa usado. Na Educação Física vários métodos diferentes são usados. A área é muito abrangente e a questão do método de pesquisa ainda não está estabelecida.

Outros ainda vêem a disciplina acadêmica da Educação Física emergindo paralelamente à profissão, isto é, dividindo a área em educadores (profissão) e acadêmicos (disciplina). Apesar de nenhuma delas estarem completamente desenvolvidas, muitos progressos foram feitos nos últimos anos. É importante lembrar que uma não exclui a outra. Hoje a área é uma “combinação de uma disciplina acadêmica bem estabelecida e uma ou mais profissões que realizam um serviço social e são direcionadas a objetivos comuns” (CORBIN, 1993). Os acadêmicos realizam pesquisas e empreendimentos acadêmicos para desenvolver o conhecimento básico. Este conhecimento serve de fundamento para os profissionais que realizam o trabalho com as pessoas. Os profissionais usam o conhecimento e suas habilidades

para realizar programas que visam atender as necessidades das pessoas que eles assistem. Na medida em que a área se torna cada vez mais especializada (fragmentada) não se deve perder de vista o foco comum da mesma. Ambos os profissionais e acadêmicos devem amenizar o entendimento do que a área proporciona às pessoas nos seus envolvimento com a atividade física, com o exercício, com o esporte.

### ***O Nascimento da Disciplina Acadêmica***

Como se inicia uma disciplina acadêmica como a Educação Física? Provavelmente do mesmo modo que outras áreas novas começaram. No início, as disciplinas acadêmicas “mães”, já estabelecidas, tiveram “filhas” e estas se desenvolveram (Figura 1).



**Figura 1:** Áreas do conhecimento, disciplinas “mães” e disciplinas “filhas”.

Outra forma de “nascimento” das subdisciplinas aconteceu quando um biólogo e um químico se reuniram e perceberam pelas suas conversas que eles tinham muitas coisas em comum. Assim “nasceu” uma disciplina acadêmica chamada Bioquímica. Em outras áreas outros encontros culminaram em novas disciplinas: Geofísica (Geologia + Física); Psicofisiologia (Psicologia + Fisiologia); Bioestatística (Biologia + Estatística); Biomecânica (Biologia + Física); Radioastronomia (Radiologia + Astronomia); Biogeoquímica (Biologia + Geologia + Química); Biofísica (Biologia + Física); Geoquímica (Geologia + Química); Psicobiologia (Psicologia + Biologia); Físico-Química (Física + Química); Bioinformática (Biologia + Informática), etc.

Esta fusão de duas ou mais disciplinas separadas ou áreas de estudos pode resultar em um avanço mais rápido do conhecimento pela combinação de seus “*know hows*” e técnicas de pesquisas do que estudar um problema de forma isolada em sua própria área. Outras vezes, novas disciplinas começaram a se desenvolver devido a interesses comuns na aplicação do conhecimento adquirido.

Atualmente a disciplina acadêmica da Educação Física apresenta-se dividida em muitas “subdisciplinas”. Cada uma delas esta relacionada a alguma “disciplina mãe” já estabelecida; como a Psicologia, Fisiologia, Sociologia, História ou Filosofia. Assim, a Fisiologia do Exercício tira seus conceitos básicos e teóricos da Fisiologia; Aprendizagem Motora retira da Psicologia; a Filosofia do Esporte retira da Filosofia, etc. Isto significa que os acadêmicos da área da Educação Física e do Esporte deveriam desenvolver um conhecimento da linguagem e teoria de várias disciplinas acadêmicas para aplicarem ao movimento humano. Infelizmente, na medida em que a Educação Física começou a se desenvolver, particularmente após o advento da pós-graduação senso estrito (mestrado e doutorado), quando ela se dividiu em muitas subdisciplinas (Fisiologia do Exercício; Aprendizagem Motora e Biomecânica, etc.) sua missão e foco se tornaram confusos e assuntos de muita discussão e debate. O que fazemos? Somos uma profissão, uma área acadêmica ou ambos? Qual o foco do nosso estudo: exercício, esporte, atividade física, movimento humano? Até hoje, essas perguntas não foram respondidas satisfatoriamente. Fora do Brasil, até o nome Educação Física foi rejeitado. Muitas escolas/faculdades/departamentos mudaram o nome na tentativa de dar um sentido mais acadêmico do que profissional. Alguns especialistas até acham que a disciplina acadêmica está “matando” a profissão. O que muitos acadêmicos ainda não sabem é que a disciplina acadêmica da Educação Física consiste de conhecimento empírico, conhecimento teórico e conhecimento da prática profissional. O conhecimento empírico deriva da experiência do

movimento. Normalmente, isto envolve a participação em aulas práticas (natação, futebol, basquete, vôlei, atletismo), embora também se adquira conhecimento pela observação da prática de outros.

O conhecimento teórico é derivado da pesquisa e da investigação, a chamada “produção do conhecimento”. Este conhecimento tem sido considerado básico nas universidades, especialmente nas públicas, que financiam pesquisas. Algumas chegam (erroneamente!!!) a considerar esta sua única missão.

O conhecimento da prática profissional trata, de maneira apropriada, do oferecimento de experiências de movimentos para obter resultados específicos. Este conhecimento é adquirido quando ele é testado na prática e incorporado pela área acadêmica, ou quando algum fenômeno da prática é estudado pelos acadêmicos, como é o caso do esporte.

Os currículos das faculdades/escolas/departamentos deveriam assegurar todas as oportunidades de integrar estes três tipos de conhecimentos.

O mundo acadêmico hoje em dia está caracterizado por uma pluralidade de métodos e esquemas conceituais desenvolvidos pelas disciplinas acadêmicas para tratar dos problemas de suas esferas individuais. A análise de várias delas revela uma grande extensão na organização e nos métodos intelectuais associados entre eles. Em vez de uma unidade de método ou universo simples de discurso, existe uma vasta confederação de áreas separadas de ensino e investigação. Modos de pensar e de análises diferem de área para área e mesmo de problema para problema dentro de uma mesma área.

Às vezes, a Educação Física parece ser meramente uma coleção de pequenas peças de teorias e conceitos emprestados das disciplinas “mães” já estabelecidas. Porém é preciso pensar que a Educação Física é uma ciência exclusiva que contém suas próprias teorias e metodologias acadêmicas. Ela possui um conhecimento único sobre o movimento humano que as disciplinas mães ignoraram. Se os filósofos, historiadores e sociólogos tivessem focado somente filosofia da Educação Física, na história da Educação Física e na sociologia do Esporte, essas subdisciplinas não teriam evoluído. Como o conhecimento da Educação Física foi ignorado pelas disciplinas “mães”, as últimas décadas presenciaram o avanço das subdisciplinas da Educação Física. Então desde seu começo, a Educação Física se constituiu de um corpo de conhecimento sobre o movimento humano (atividade física, exercício, esporte) que se originou de todas as disciplinas mães e se tornou uma disciplina acadêmica em seu próprio direito, a disciplina acadêmica da Educação Física.

A disciplina acadêmica da Educação Física, originalmente, consistia em 12 subdisciplinas: Fisiologia do Exercício; Biomecânica do Esporte; Filosofia do Esporte; História do Esporte; Psicologia do Esporte e do Exercício; Desenvolvimento Motor; Aprendizagem Motora; Sociologia do Esporte; Pedagogia do Esporte; Medicina o Esporte; Educação Física Adaptada; Administração Esportiva.

A natureza transdisciplinar da Educação Física é evidente pelos próprios nomes das subdisciplinas. Teorias, princípios, métodos científicos e modos de investigação de muitas disciplinas acadêmicas são usados pelos pesquisadores e acadêmicos no desenvolvimento dessas áreas de estudos especializados.

As subdisciplinas tradicionais da Educação Física são brevemente discutidas abaixo.

**Fisiologia do Exercício** trata do estudo dos efeitos das várias exigências físicas, especialmente do exercício, na estrutura e função do corpo. Ela se preocupa com as adaptações a curto prazo (aguda) e a longo prazo (crônica) dos vários sistemas corpóreos ao exercício. Os efeitos dos diferentes programas de exercícios nos sistemas muscular, no sistema cardiovascular, no sistema imunológico e no estado de saúde de diferentes grupos como as crianças e os idosos são algumas áreas de estudo dentro da subdisciplina.

**Biomecânica do Esporte** aplica os métodos da física e da mecânica no estudo do movimento humano e no movimento dos objetos esportivos (bolas, dardo, disco, etc.). Inclui ainda o estudo dos efeitos das várias forças (por exemplo, as leis de Newton do Movimento) no corpo e nos objetivos esportivos. O sistema músculo esquelético e a produção de força, as alavancas, e a estabilidade são examinadas em relação ao movimento humano.

Também a análise dos movimentos com relação a sua eficiência e efetividade é usada para ajudar a melhoria dos rendimentos.

A **Filosofia do Esporte** examina o esporte sob perspectivas muito diferentes. Ela compreende o estudo da natureza da realidade, a estrutura do conhecimento no esporte, questões éticas e morais e a estética do movimento. A subdisciplina criticamente examina o significado do esporte e intima os questionamentos, as crenças e suposições sobre o esporte, além de debater suas questões de ética, moral e valores.

**História do Esporte** é um exame clínico do passado, com foco nos eventos, pessoas e tendências que influenciaram o desenvolvimento e direções da área. Ela se preocupa com o quê, quem, o que, quando, onde e como do esporte. Estes fatos quando colocados no contexto serial do tempo ajuda a entender melhor o presente e a direcionar o futuro.

A **Psicologia do Esporte e do Exercício** usa princípios e métodos científicos da psicologia para estudar o comportamento humano no esporte e na prática de exercícios. Ela auxilia o desenvolvimento e a aplicação de habilidades e estratégias que melhoram o rendimento. Motivação de realização, regulação de ansiedade, autoconfiança, aderência, coesão e liderança são alguns tópicos estudados.

**Desenvolvimento Motor** estuda os fatores que influenciam o desenvolvimento das capacidades essenciais para o movimento. O papel das primeiras experiências de movimentos, da hereditariedade, da maturação no desenvolvimento das habilidades motoras das crianças é também um importante foco de estudo.

**Aprendizagem Motora** é o estudo das mudanças do comportamento motor que são resultados da prática, da experiência. Os efeitos do conteúdo, da frequência e do “timing” do feedback na aprendizagem da habilidade são importantes tópicos desta subdisciplina. Ela se preocupa com os estágios na medida em que o indivíduo progride quando passa de iniciante a um executante altamente habilidoso. Condições mais efetivas da prática, uso de reforços para aumentar a aprendizagem e como usar as informações do meio ambiente para modificar o rendimento são investigados por esta subdisciplina. O controle motor, intimamente relacionado a aprendizagem motora se preocupa com os processos neurológicos e comportamentais que afetam o controle de movimento habilidosos.

A **Sociologia de Esporte** estuda o papel do esporte na sociedade, seu impacto nos participantes e no relacionamento entre esporte e outras instituições sociais. Analisa ainda a influência do sexo, raça e nível socioeconômico na participação do esporte. Também é de seu interesse o estudo sobre uso de drogas pelos atletas, agressão e violência, efeito da mídia no esporte e os relacionamentos entre esportistas e treinadores.

**Pedagogia do Esporte** pode ser definida como uma subdisciplina que estuda o ensino e a aprendizagem no ambiente escolar e não-escolar, e também como os profissionais da educação física e do esporte oferecem um ambiente para o efetivo aprendizado, atingem objetivos desejáveis e avaliam os resultados dos programas. Analisam as características e habilidades dos professores e treinadores e como elas influenciam as atividades dos alunos/atletas e suas aprendizagens. O currículo, seus objetivos, suas organizações e implementação são também estudados. A preparação profissional de professores e treinadores é o maior foco desta subdisciplina.

A **Educação Física Adaptada** se preocupa com a preparação de professores e treinadores para programas e serviços para indivíduos com deficiências. Estuda a modificação de atividades e esportes para permitir a participação de pessoas com diferentes capacidades.

**Administração Esportiva** compreende os vários aspectos administrativos do esporte. Isto incluía administração de pessoal, o gerenciamento de recursos, a administração de instalações e a programação de eventos.

A **Medicina do Esporte** se preocupa com a prevenção, tratamento e reabilitação das lesões relacionadas ao esporte, bem como o oferecimento dos primeiros socorros.

Como a Educação Física é dinâmica este movimento acadêmico continuará a expandir o corpo de conhecimento (conteúdo) e novas subdisciplinas serão criadas. Na medida que a especialização aumenta (alguns chamam de fragmentação da área) é importante não perder de vista a abrangência da área e seu corpo de conhecimento. Embora várias especializações tenham desenvolvido conhecimentos significantes, eles não são mutuamente exclusivos. Há uma sobreposição em conteúdos, idéias, áreas de investigação, etc. pelo fato de todas terem um foco comum, o movimento humano. É importante reconhecer que a disciplina acadêmica Educação Física, ao contrário de outras disciplinas acadêmicas, é baseada em muito mais do que o conhecimento teórico. Ela também engloba conhecimentos que vêm com a experiência do movimento (tal como jogar futebol ou correr uma maratona), assim como o conhecimento da prática profissional, como aquele que acontece durante o ensino, o treinamento ou com o trabalho com os idosos para melhorar sua mobilidade funcional.

### ***Educação Física: O problema do nome***

Já há algum tempo, muitos educadores físicos têm questionado o nome da área e mostrado uma insatisfação com o termo Educação Física, porque eles sentem que este termo não torna claro exatamente com o que se preocupa a área. Muitos pensam que o termo retrata as aulas, antigamente conhecidas como “ginásticas” nas escolas, ou com os programas de esportes. Muitos querem o “divórcio” com o esporte na crença que somente dessa maneira, separados, pode a educação física mostrar o verdadeiro valor na área educacional.

Por estas razões, tem-se procurado um novo nome para a área, um nome que diga claramente às pessoas o que ela é, e que traga uma nova imagem sem laços com o passado. Novos termos foram sugeridos como Cinesiologia; Ciência do Exercício; Ciência do Esporte;

Ciência da Atividade Física; Motricidade Humana; Ciência do Movimento; Performance Humana; Ciência do Movimento Humano.

Nos Estados Unidos muitas instituições de ensino superior mudaram o nome para Cinesiologia<sup>4</sup>, o mesmo acontecendo no Canadá, Bélgica, mas o resto do mundo não seguiu a tendência americana e usa os mais variados nomes. Países mais tradicionais continuam a usar o nome Educação Física, como acontece no Brasil, Argélia, Chile, Finlândia, Índia, México, Venezuela, França, Grécia, Coreia, Marrocos, Espanha, Tunísia e Ucrânia. Outros usam nomes como Ciências do Esporte (o mais comum); Ciência do Movimento; Ciência do Exercício; Ciência do Movimento Humano; Motricidade Humana; Ciência da Atividade Física.

Embora muitos não estejam satisfeitos com o nome, eles perceberam que o público não tem a mínima idéia do que a educação física é ou faz e talvez seja mais fácil desenvolver uma nova imagem com o termo antigo do que ensinar à sociedade reconhecer um título novo, não familiar. Apesar de nenhum acordo ter sido alcançado muitas faculdades/escolas/departamentos em todo o mundo mudaram o nome. No Brasil apenas algumas universidades o fizeram sendo que a grande maioria mantém o nome tradicional.

O que ainda não se entende é o fato de alguns especialistas da área estarem tão distantes do objeto de estudo. Seria como disse CORBIN (1993), por causa do nosso complexo de inferioridade? Será que estudar o movimento humano em todas as suas dimensões é “menos” acadêmico do que outras áreas? Como profissão, já provamos nosso valor à sociedade e as evidências científicas acumuladas pelos acadêmicos da área já atestam a importância da área na universidade. Deveríamos nos unir, como uma área única, para fortalecer a disciplina acadêmica (os que atuam no ensino superior) e a profissão (treinadores, professores, “personal”, etc. que atuam na sociedade) e acima de tudo reconhecer os diferentes papéis para obter a excelência conforme sugeriu CORBIN (1993).

---

<sup>4</sup> Cinesiologia significa “estudo do movimento”. Este nome foi recomendado por Rosalind Cassidy há 40 anos atrás (1969) onde ela sugeria a necessidade de ter um nome “guarda chuva” que refletia a área acadêmica emergente com suas várias subdisciplinas componentes. Do grego *kinesis* (movimento) e *kinein* (mover).

## DEFINIÇÕES DE TERMOS

Definições são importantes, especialmente nas áreas acadêmicas e profissionais, onde termos podem ser definidos de alguma forma diferente do que eles são na linguagem do dia-a-dia. A definição técnica permite que as pessoas que trabalham em uma ciência ou profissão tenham um entendimento comum.

Em relação à atividade física não há um consenso sobre sua definição.

Na vida diária, quase toda ação muscular é considerada atividade física. Dirigir um carro, andar, cortar as unhas, pentear os cabelos, vestir roupas, fazer as malas, etc. são exemplos de atividade física, da mesma forma que é um piscar dos olhos, os movimentos peristálticos do intestino delgado, o espirro ou quando você engole os alimentos. Mas será que estes movimentos são de interesse dos que atuam na área de educação física ou do esporte? É claro que não. Embora eles sejam exemplos de movimento humano, eles são diferentes em seus objetivos para serem estudados por essas áreas. A American Academy of Kinesiology and Physical Education (AAKPE) endossou a definição sugerida por NEWELL (1990a) que não é tão inclusiva (todo movimento humano) nem tão exclusiva (movimentos executados na academia de exercícios).

NEWELL (1990a) sugeriu uma definição onde atividade física “é um movimento internacional, voluntário e direcionado para a obtenção de um objetivo identificável”. Essa definição exclui movimentos humanos que são involuntários, tais como os reflexos, ou aqueles realizados por acaso ou sem um objetivo específico, como coçar a cabeça, puxar a orelha ou os movimentos repetitivos de um paciente psiquiátrico compulsivo obsessivo.

A definição proposta por NEWELL (1990a) não fala nada sobre exigência energética dos movimentos usados para produzir a atividade. Os movimentos que usam grandes massas musculares exigem níveis elevados de energia, mas a definição não se limita somente a estes tipos de movimentos. Então, nadar, caminhar, levantar pesos, correr são atividades físicas, mas também são escrever, costurar, datilografar, cortar unha. Também o local, onde as atividades físicas acontecem é irrelevante. Arremessar uma bola de papel no cesto de lixo ou saltar em altura no atletismo é uma atividade física, assim como pular um muro, pregar um prego. Assim como a atividade física acontece em muitos locais, ela também assume várias formas. Por último, a definição proposta acima diz que simplesmente mover o corpo não constitui atividade

física. Os movimentos devem ter um final intencional. Aqui a idéia pode ser confusa, especialmente pela dificuldade de reconhecer o que é intenção. É impossível realizar atividade física sem movimentar o corpo, mas o movimento por si só não constitui atividade física de acordo com a definição proposta por Newell. O movimento é uma condição necessária mas não suficiente para ser atividade física. Somente o movimento intencional, voluntário, direcionado de propósito para um objetivo identificável está de acordo com a definição proposta acima.

Um renomado conselho americano chamado The President's Council on Physical Fitness and Sport lançou em 2000, um manifesto chamado Definições: Saúde, Aptidão e Atividade Física onde definia Atividade Física como "movimento corporal produzido pela contração dos músculos esqueléticos que substancialmente aumenta o gasto energético sobre o nível básico". Esta definição compreende o exercício, o esporte, a dança, jogos, as atividades diárias e as tarefas ocupacionais. Ao contrário da definição proposta por Newell, aqui o que prevalece é o gasto energético. Não importa se o movimento tem objetivo ou não, se ele for vigoroso e exige energia acima do nível básico ela é uma atividade física.

O United States Department of Health and Human Services (1996) em um documento muito influente denominado Atividade Física e Saúde: Relatório do Cirurgião Geral definiu a atividade física como "movimento corporal que é produzido pela contração do músculo esquelético e que aumenta substancialmente o gasto energético. A definição limita a atividade física aos movimentos voluntários, o que é bastante sensato, mas parece muito ampla porque inclui todos os movimentos (com objetivos ou não) que exige um gasto energético. Como todos os movimentos, intencional, por acaso ou não planejado, envolvem algum grau de gasto energético, esta definição inclui virtualmente todos os movimentos voluntários. Há muitos movimentos que não exigem uma quantidade de energia substancial (pentear o cabelo, dirigir um carro, usar o garfo, escrever, tomar banho, varrer, etc.). De acordo com a definição estas atividades não seriam atividades físicas. Assim, a definição sugerida parece ser muito restrita porque elimina muitos tipos de atividade física que são do interesse dos acadêmicos da educação física e também dos profissionais. Também a Public Health Report (CASPERSEN et al., 1985) definiu atividade física, de uma forma muito simples e restrita, como "qualquer movimento corporal produzido por músculos esqueléticos que resultam em gasto de energia". Neste caso todos os movimentos voluntários seriam atividades físicas, mas nem a profissão, nem a área acadêmica da Educação Física e do Esporte usam e estudam todos os movimentos.

O termo **exercício** parece ter mais unanimidade na sua conceituação. Ele é definido como “uma sequencia planejada de movimentos repetidos sistematicamente com o objetivo de elevar o rendimento” (BARBANTI, 2003). Já o The President’s Council on Physical Fitness and Sport definiu exercício como uma atividade física feita com o objetivo de obter condicionamento que aumenta o gasto de energia acima dos níveis basais. O exercício é planejado, estruturado e repetitivo. A duração, frequência e intensidade do exercício pode ser medida. Já o Public Health Report (CASPERSEN et al., 1985) definiu exercício como uma subcategoria específica de atividade física. Ele é planejado, estruturado, repetitivo e resulta na melhoria ou manutenção de uma ou mais facetas da aptidão física (incluindo a potência aeróbia, resistência muscular, força muscular, composição corporal e/ou flexibilidade). Todos os conceitos são muito próximos e mais fácil de atingir um consenso geral. Assim, o exercício é criado, inventado, tem um início, um meio, um fim. Acima de tudo ele tem uma técnica de execução. Um exercício tecnicamente bem feito pode trazer benefícios, porém, tecnicamente incorreto pode não trazer benefícios ou, às vezes, prejudicar o rendimento.

O **esporte** tem despertado a atenção dos cientistas e desde a metade do século XX. Como em todo o mundo, não há, entre nós, um conceito único. Normalmente este é definido como uma forma de atividade física no qual a pessoa realiza movimentos habilidosos (precisão, direção, força, ritmo, controle, etc.) para atingir um objetivo de uma forma especificada por regras, normalmente em um contexto competitivo. Então o movimento é habilidoso, o que quer dizer que é realizado de modo eficiente e efetivo. Nem todo movimento exige grande habilidade, mas em qualquer esporte a vantagem está do lado daquele que aprendeu a usar o corpo de maneira habilidosa. A segunda característica do esporte é ter regras. Elas existem com o propósito de criar o jogo, a competição e assegurar chances iguais de vencer. E por último, os movimentos realizados no esporte tendem a ser moldado em competições, contra outras equipes, ou contra outros indivíduos, estabelecer recordes ou até recordes pessoais.

Obviamente, essas categorias de atividade física, exercício, esporte não são mutuamente exclusiva. Muitas pessoas fazem exercício e esporte simultaneamente, ou realizam várias atividades físicas no dia-a-dia e praticam exercícios.

As definições devem ser usadas para estudar, entender e apreciar os movimentos que são objetos de estudos da Educação Física.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALBERNETHY, B.; KIPPERS, V.; MACKINNON, L.T. The biophysical foundations of human movement. Champaign, **Human Kinetics**, 1997 .

BALEY, I.A.; FIELD, D.A. **Physical education and the physical education**, 2<sup>nd</sup> Ed., Boston, Allyn and Bacon, 1976.

BARBANTI, V.J. Dicionário de Educação Física e Esporte. Barueri, Editora Manole Ltda., 2003.

BARROW, H.M. **Man and his movement: Principles of his physical education**. Philadelphia, Lea and Febiger, 1971.

CASPERSEN, C.J.; POWELL, K.E and CHRISTENSON, G.M. Physical activity, exercise and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. **Public Health Report**, v.100, 1985.

CORBIN, C. The Field of physical education – common goals, not common roles. **Journal of Physical Education, Recreation and Dance**, v.64, n.1, 1993.

CORBIN, C. Clues from dinosaurs, mules and the Bull snake: our field in the 21<sup>st</sup> century. **Quest** 45, 1993.

FELSHIN, J. **Physical Education: An introduction in physical education: An interdisciplinary approach**. Editor Robert N. Singer, New York, Macmillan, 1972.

HENRY, F.M. Physical education: an academic discipline. **Journal of Health Physical Education and Recreation**, v.35, n.7, 1964.

HOFFMAN, S.J. & HARRIS, J.C. **Introduction to kinesiology and physical activity**. In J.J. Hoffman (Ed.) Introduction to kinesiology. Champaign, I. Human Kinetics, 2005.

LIEBERMAN, M. **Education as a profession**. Englewood Cliffs, Prentice-Hall, 1956.

NEWELL, K. **Physical activity, knowledge type and degree programs**. *Quest*, 42, 1990b.

NEWELL, K. **Physical Education in higher education: chaos out of order**. *Quest*, 42, 1990a.

NIXON, J.E.: JEWETT, A.E. **An introduction to physical education**, 8<sup>th</sup> Ed., Philadelphia , W.B. Saunders, 1974.

PARK, R.J. **Critical issues for the future: A house divided.** Quest, 50, 1998.

THE PRESIDENT'S COUNCIL OF PHYSICAL FITNESS AND SPORT. [www.fitness.gov](http://www.fitness.gov), 2000.

WILLIAM, J.F. **The principles of physical Education.** 8<sup>th</sup>Ed. Philadelphia, W.B. Saunders, 1964.