

# VESTIMENTA ADEQUADA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM ESTUDO DE CASO EM UMA ESCOLA PÚBLICA DE RONDÔNIA

Thaís Faiane de Oliveira Titon<sup>1</sup>  
Adonias Rodrigues da Silva<sup>2</sup>  
Mario Mecenias Pagani<sup>3</sup>  
Renato Nogueira Perez Avila<sup>4</sup>

## RESUMO

Este artigo tem como temática a importância do uso de vestimentas adequadas nas aulas de Educação Física Escolar, com um estudo de caso na Escola Municipal de Ensino Fundamental e Médio Mario Quintana. As vestes são capazes de proporcionar aos praticantes de atividades desportivas maior desenvoltura e aprimoramento de habilidades. A preocupação com vestimentas adequadas para a prática desportiva teve início segundo estudos a partir da década de 20 e, ainda hoje gera grandes debates. Como formador de indivíduos críticos e reflexivos a escola enfrenta um grande desafio na busca incessante de solucionar a resistência e conscientizar aqueles que ainda que poucos se oponham ao uso de vestimenta adequada nas aulas de Educação Física. Com base em pesquisa bibliográfica e estudo de campo buscou-se analisar os fatores que levam alguns alunos a quererem participar das aulas de Educação Física sem a vestimenta adequada, bem como compreender e interpretar os motivos que os levam mesmo sendo conscientizados a praticarem as aulas com roupas inapropriadas, demonstrando os principais fatores que colaboram com esta prática infesta a boa aula de Educação Física, ressaltando e conscientizando os alunos sobre a verdadeira importância das roupas adequadas nas aulas de Educação Física como um fator que contribui para o desempenho das atividades. Nessa perspectiva, a conscientização exercerá um papel de fundamental importância para o desenvolvimento de alunos críticos e reflexivos sobre a utilização de vestimentas adequadas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Vestimenta adequada. Prática Esportiva. Conscientização. Educação Física.

## ABSTRAT

This article has as its theme the importance of using appropriate attire in Physical Education School, with a case study in Municipal Elementary School and Middle Mario Quintana. The garments are able to provide practitioners largest sporting activities resourcefulness and skill enhancement. Concern about adequate for sporting garments began according to studies from the 20s and today still generates considerable debate. As a trainer of critical and reflective school individuals faces a major challenge in the constant quest to solve the resistance and educate those few who still oppose the use of appropriate attire in classes Education

---

<sup>1</sup> Licenciada em Educação Física (UNB). Acadêmica da Pós-Graduação em Educação Física Escolar Faculdade de Meio Ambiente – FAEMA;

<sup>2</sup> Acadêmico do curso de Licenciatura em Educação Física em Educação Física;

<sup>3</sup> Licenciado em Educação Física pela (UFSC). Mestre em Educação Física (UFSC). Professor da Graduação e Pós-Graduação em Educação Física da FAEMA. Professor do Instituto Federal de Educação (IFRO).

<sup>4</sup> Licenciada em Educação Física (UNB). Acadêmica da Pós-Graduação em Educação Física Escolar Faculdade de Meio Ambiente – FAEMA;

Física. Com base em literatura e pesquisa de campo, buscou-se analisar os fatores que levam alguns estudantes a não participar das aulas de Educação Física sem o vestuário adequado, bem como entender e interpretar as razões para isso, mesmo quando os alunos sabem que as aulas com roupas inadequadas demonstram os fatores-chave que contribuem para o desempenho ruim na aula de Educação Física, destacando e educando os estudantes sobre a verdadeira importância do vestuário adequado na Educação Física como fator que contribui para o desempenho das atividades. Nessa perspectiva, a conscientização desempenhará um papel fundamental no desenvolvimento de uma postura crítica e reflexiva sobre o uso de roupas adequadas pelos estudantes.

**KEYWORDS:** Proper Dress. Sports Practice. Awareness. Physical Education.

## 1. INTRODUÇÃO

A vestimenta adequada à prática desportiva tornou-se um fator de extrema relevância, que ainda causa muita preocupação nos professores de Educação Física, pois embora busquem conscientizar seus alunos sobre a importância do uso de roupas que propiciem um bom desenvolvimento físico, ainda existe uma pequena parcela que se contrapõe a este uso. Cabe expor que foi na década de 20 que começaram as primeiras inquietações acerca das roupas para o desempenho de atividades esportivas e, ao longo dos anos e com os avanços tecnológicos, tivemos grandes evoluções.

Com base no exposto, o presente trabalho constituiu-se numa pesquisa bibliográfica qualitativa que, segundo Gil (2010), dispôs-se a compreender a importância do uso de vestimenta adequada nas aulas de Educação Física Escolar, demonstrando a realidade dos alunos acerca de tal questionamento, tomando como referência a Escola Municipal de Ensino Fundamental e Médio Mário Quintana. Opta-se pela pesquisa qualitativa, pois esta, segundo Marconi e Lakatos (2010), é descritiva e as informações obtidas não podem ser quantificáveis, os dados obtidos são analisados indutivamente e, já a interpretação dos fenômenos e a atribuição de significados são básicas no processo de pesquisa qualitativa. Com relação ao estudo de caso, de acordo com Gil (2010), “é o procura de aprofundamento de uma realidade específica, sendo basicamente realizada por meio da observação direta das atividades do grupo estudado e de entrevistas com informantes para captar as explicações e interpretações do que ocorre naquela realidade”.

Nesse sentido, a elaboração desta pesquisa passou pelas seguintes etapas: apresentação do projeto à direção da escola em questão e professora regente do período vespertino, seguido das observações nas turmas do 7º ano “E”, 8º ano “D” e 9º ano “C”, após a observação

realizou-se a aplicação de um questionário semiestruturado com questões abertas, que necessitava de uma breve explicação sobre as questões, com um mínimo de informações previamente adquiridas utilizou-se de outro instrumento de coleta de dados, “grupo focal” que segundo Marconi e Lakatos (2010) se definiu como sendo “um grupo de discussão informal e de tamanho reduzido, com o propósito de obter informações de caráter qualitativo em profundidade”, no qual se apanhou informações relevantes para contribuição à pesquisa, com todas as informações recolhidas, passou-se a elaboração do relatório e análise de dados e discussão.

Durante a execução deste estudo foi possível obter algumas constatações acerca dos objetivos específicos que visavam à compreensão, demonstração e conscientização acerca do uso de vestimentas adequadas nas aulas de Educação Física, aulas estas que estão quase inteiramente voltadas às práticas esportivas.

A pesquisa fundamentou-se na revisão de literatura que é uma pesquisa essencial, pois fornecerá elementos para se evitar a duplicação de pesquisas sobre o mesmo enfoque do tema, e numa pesquisa de campo que se baseia na observação de fatos reais no local de estudo, com coleta de dados, é também quantitativa, pois exhibe uma relação entre a realidade e o indivíduo, ou seja, mostra um vínculo indissociável entre o objetivo e o subjetivo.

## **2. MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de uma pesquisa qualitativa do tipo estudo de caso, tendo como as seguintes características a descoberta, interpretação, retrato da realidade de forma completa e profunda usando uma variedade de fontes informativas que propiciaram uma experiência vicária e permitem generalizações naturalísticas. As pesquisas que englobam estudos de caso procuram representar os diferentes e às vezes conflitantes pontos de vista presentes numa situação social e os relatos de estudo de caso utilizam uma linguagem e uma forma mais acessível do que os outros relatórios de pesquisa. Para coleta de dados foram utilizados procedimentos de pesquisa bibliográfica em livros, sites, revistas e demais meios de publicação e um estudo de caso na Escola Municipal de Ensino Fundamental e Médio Mário Quintana na cidade de Ariquemes-RO, com aplicação de questionários aos alunos entrevistados. A amostra da pesquisa foi realizada com alunos de ambos os sexos (feminino e masculino) do 7º ano “E”, 8º ano “D” e 9º ano “C” do período vespertino e a professora de Educação Física. Utilizando como instrumento de coleta de dados a observação participante, Oliveira (2011, p.8) enfatiza

que nesta técnica de pesquisa qualitativa, os investigadores mergulham no mundo dos sujeitos observados, tentando entender o comportamento real dos informantes, suas próprias situações e como constroem a realidade em que atuam.

### **3. REVISÃO DE LITERATURA**

#### **3.1 AS ROUPAS E A EDUCAÇÃO DO CORPO**

As vestes sempre possuíram lugar de destaque na história da humanidade, fazendo distinção entre classes sociais, gêneros, etnias, religião e culturas. É uma ferramenta eficaz para a caracterização do ser humano, tendo em vista que o ato de vestir-se satisfaz as consignações sociais, constituindo um árduo processo de transformação em relação ao corpo e a sua ostentação (SOARES, 2011).

A mesma revela ainda que além da função elementar de proteger o corpo, as roupas permitem evidenciar e realçar particularidades, pois é um elemento que faz parte da cultura e guarda inúmeros conhecimentos científicos e tecnológicos, participando de forma ativa da construção e solidificação de uma excitabilidade reveladora da formação de um julgamento moral e são, paradoxalmente, uma maneira de esconder e de exibir o corpo, compondo aquilo que se chamou de panóplia da sedução (BELOGNE, 2011).

A roupa é uma forma de expressão que nem sempre é respeitada e, que o ateno de se vestir deve ser encarado como uma atividade de apotegma significância, pois as roupas tendem a falar sobre o indivíduo que a usa, funcionando necessariamente como uma segunda pele que infere na história do corpo, da beleza, da higiene e acima de tudo na história da educação e saúde, incentivando o mercado consumidor.

São objetos que apesar de aparentarem trivialidade, podem promulgar e despontar de forma fulgente muito das crenças destes que a fabricam ou fazem uso, ou seja, as vestimentas podem promover uma submersão no universo de valores e crenças de uma sociedade, exibindo ações solidariedade, altruísmo, riqueza e vanglória mútuas, bem como algumas formas de sobrevivência, incrementações industriais, em outras palavras, os procedimentos civilizatórios, as roupas parecem ser não apenas necessárias, mas também imprescindíveis (BELOGNE, 2011).

A noção do conforto está atrelada à ascensão do nível de vida de um determinado grupo em que é possível encontrar, um espaço para o que não é imediatamente necessário,

mas que ao mesmo tempo pode potencializar energias, revigorar forças, enfim, tornar as ações humanas mais eficazes (SOARES, 2011).

### **3.1.1 Uma educação do corpo pela roupa**

As revistas fazem e sempre fizeram apologia às roupas, retratando sempre o que usar em diferentes estações e ocasiões, enfatizando a roupa como uma peça distinta que rege o caráter e a moral, pois concentram inúmeros sentimentos e valores de toda uma época e sociedade, estando sempre se adequando a realidade do momento em especial aquele momento que corresponde à prática de exercícios e esportes, especialmente aqueles praticados por mulheres (CUNHA, 2010).

A referida autora expõe que as roupas não apenas protegem, mas também provocam sensações de conforto ou sedução, pois é tendenciosa ao brincar com o expor ou não expor o corpo, “são as roupas que criam e destacam toda a *erotização* de um corpo que se *desveste*”.

As vestimentas sempre demonstraram sofisticação e status social e, que mesmo com a liberdade de escolher o que vestir em ocasiões especiais, para ir à praia, campo ou para a prática de atividades desportivas, foi somente durante as primeiras décadas do século XX que se atingiu o ápice, pois surge o chamado estilo de vida esportivo, que logo se tornou uma moda esportiva, onde usar vestimentas para a realização de práticas desportivas passou a ser parte essencial da nova educação que estava focada ao corpo, surge o “*ethos* esportivo” e foi a partir da década de 30 que se começa a construir um novo modelo corporal e, para que se atingisse esse novo objetivo foi eleito várias atividades físicas separadas de acordo com o status e o sexo do praticante (CUNHA, 2010).

Houve um forte estímulo para que se praticassem atividades desportivas ao ar livre e nas escolas mais precisamente entre os membros da classe alta e, para a realização de tais atividades fez-se necessário à adoção de roupas apropriadas tanto para as atividades realizadas em solo quanto para as atividades aquáticas, tais roupas além de propiciar uma maior desenvoltura do praticante de atividade física também é responsável por diferenciar o gênero e a classe social, trazendo elegância e conforto.

Quando se dispensa uma atenção relevante ao corpo manifesta-se, “uma educação do corpo”, apesar de mencionado demasiadamente o ato de vestir-se não engloba somente proteger o corpo, mas sim uma ação significativa, atestando lugares sociais e de gêneros, dando ênfase ao lugar das roupas na educação do corpo (CUNHA, 2010).

### **3.2 A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Entende-se a Educação Física como uma área do conhecimento da cultura corporal de movimento e a Educação Física escolar como uma disciplina que introduz e integra o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la, reproduzi-la e transformá-la, instrumentalizando-o para usufruir dos jogos, dos esportes, das danças, das lutas e das ginásticas em benefício do exercício crítico da cidadania e da melhoria da qualidade de vida (BRASIL, 2002).

Os princípios que norteiam a Educação Física no Ensino Fundamental fazem com que o leitor reflita e discuta sobre a sua prática pedagógica onde algumas discussões que tem sido levantadas na disciplina didática do ensino da dança e prática do ensino da dança, do curso de licenciatura em Dança da Unicamp. As questões ressaltadas são extremamente básicas se comparadas às discussões realizadas no âmbito da educação nacional. Apesar de básicos, são polêmicos os temas discutidos, como a introdução do ensino da Dança nas escolas pública a utilização de uniforme para aulas de dança na escola e as apresentações de conclusão de curso (STRAZZACAPPA, 2003).

Ao analisarmos alguns aspectos concernentes ao ensino da Educação Física no ensino médio; o horário da disciplina dentro do currículo da escola, as dificuldades enfrentadas pelos professores e os pedidos de dispensas das aulas. Os resultados deste estudo mostraram que os professores entendem que a Educação Física deva ser conduzida no mesmo período das demais disciplinas, pois facilita a democratização do acesso dos alunos e, que as maiores dificuldades dos professores residem na falta de habilidade dos mesmos e, quanto ao número de pedido de dispensas, com a disciplina no mesmo horário da demais, este número gira em torno de 6% dos alunos matriculados no ensino médio (DARIDO, 1999).

No que se refere a um aspecto importante sobre a inclusão, alguns questionamentos levam o leitor para uma reflexão sobre o objetivo de estudo que apresenta como problema: quais são os motivos que contribuem para a autoexclusão das alunas nas aulas de Educação Física escolar, que tem como objetivo geral, buscar identificar os motivos que levam as alunas a se comportarem com indiferença, ausentando-se das aulas de Educação Física tendo como objetivo específico identificar e hierarquizar os motivos que causam autoexclusão; dar visibilidade as sugestões das discentes sobre mudanças que despertem o interesse das alunas para participação nas aulas de Educação Física (ANDRADE, 2006).

Diante destas reflexões os autores construíram as seguintes questões para investigar: quais os motivos que levam as alunas a se autoexcluírem das aulas de Educação Física?

Quais são as estratégias didáticas que podem ser utilizadas para despertar o interesse em participarem das aulas de Educação Física?

### **3.2.1 A prática social da autoexclusão**

A prática social da autoexclusão de maneiras frequentes em aulas de Educação Física, foi investigada a partir do referencial teórico da coeducação na interface com a categoria de gênero, os resultados deste estudo demonstram que a Educação Física, ao renunciar a discussão sobre a categoria de gênero como influenciadora das alunas, tem inviabilizado o desenvolvimento de uma proposta educativa, capaz de transformar o estado atual de naturalização das diferenças, para que os alunos adquiram um posicionamento crítico sobre a construção social das desigualdades de gênero nas praticas corporais (SARAIVA, 1999).

Nas observações preliminares das aulas práticas de Educação Física notou-se que as meninas são quem menos frequentam as aulas práticas de Educação Física sem vestimentas adequadas, percebe-se que as meninas demonstram menos interesse que os meninos pelas aulas práticas de Educação Física, e acabam por se autoexcluírem desse momento de interação e cabe ao professor apresenta um papel importante durante suas aulas para tentar a minimização desses fatores (OLIVEIRA, 2011).

### **3.2.2 A conscientização dos alunos sobre as aulas de Educação de Física**

A Educação Física deve se preocupar, sobretudo com a conscientização dos seus alunos. Esse movimento entende que o aluno não deveria ser mais considerado como um compartimento vazio onde o professor deposita o conhecimento que considera importante (CASTRO, 1996).

Ele é um indivíduo que tem percepção e interesses próprios apoiados numa série de conhecimentos anteriormente adquiridos, sua conscientização passa, portanto, pela sua participação no processo. Consciência é um estágio que para ser alcançado requer participação e reflexão. Conseqüentemente o ensino que se preocupa com a formação de pessoas conscientes tem que problematizar as situações e valorizar o diálogo (CASTRO, 1996).

### **3.2.3 A assepsia nas aulas de Educação Física**

A higiene é um fator importante a ser discutido na prática de Educação Física. Observa-se que algumas medidas higiênicas simples sejam tomadas no sentido de fazer com que as aulas ministradas se tornem mais seguras e prazerosas para os alunos, garantindo a saúde e a qualidade de vida tão procurada pelos mesmos (COSTA, 2003).

Outra conclusão diz respeito ao papel do professor de educação física perante seu aluno, salientando que ele tem grande responsabilidade na orientação e condução dos seus alunos, desde as roupas mais adequadas a serem utilizadas pelos mesmos até a forma correta de como os exercícios devem ser executados e assim garantir a integridade física de cada um dos praticantes de sua aula; ou seja, é um papel muito mais amplo do que um simples "um-dois, um-dois, um-dois".

Dessa forma, convém a todo e qualquer profissional de educação física procurar saber mais sobre a higiene e as medidas que esta pode oferecer no sentido de auxiliar na realização de suas aulas. Tendo em vista que ao adotar esta atitude ele estaria contribuindo de forma positiva para a realização de sua aula, mostrando desse modo ser um profissional consciente e preocupado com o bem-estar de seus discentes e, principalmente, estaria se diferenciando da maioria dos que tem por aí no mercado de trabalho, que são aqueles que só querem saber do "um-dois, um - dois, um - dois" e que na maioria das vezes nem sabem se a atividade realizada está fazendo bem ou mal ao aluno e sua saúde (COSTA, 2003).

### **3.3 A HISTÓRIA DAS VESTIMENTAS PROPÍCIAS A PRÁTICA DESPORTIVA**

A descoberta da necessidade de vestuário adequado à prática desportiva é recente no Brasil, antes os desportistas faziam suas séries com roupas do dia-a-dia o que comprometia o bom desempenho do desporto (SOARES, 2011).

Em 1920 com o primeiro “Jogos Olímpicos Modernos” foi que começaram os questionamentos acerca das vestimentas esportivas, pois foi a partir deste momento que começaram a impulsionar a cultura do corpo, da educação física e do esporte, onde começou as primeiras inquietações em busca de roupas e calçados especiais para a prática esportiva (SOARES, 2011).

Nas décadas de 30 e 40 houve uma evolução no que se refere à natação, ou seja, as praticantes deste esporte passaram a usar maiôs deixando de lado os tradicionais espartilhos.

Outra mudança radical relacionada a vestimenta foi em relação aos praticantes de tênis, que antes usavam calça cumprida e passaram a usar shorts e as mulheres saias que não pararam de subir chegando ao modelo atual, é fato que a sociedade desportista foi ao longo de décadas buscando vestir seus atletas de forma confortável, para que estes pudessem realizar de forma eficaz e eficiente o seu esporte obtendo todo o desempenho desejado.

A cultura do corpo a partir de 1920 foi o ápice para as indústrias iniciarem seus investimentos na moda esportiva, tornando-se hoje uma das empresas mais lucrativas do mercado.

A roupa a ser utilizada pelo desportista para sua dinâmica, além de específica, também papel relevante para o desempenho da atividade desportiva tendo em vista que na sua fabricação foram observadas técnicas de modelagem, montagem e caimento, que busca interferir de forma positiva no resultado final (FILGUEIRAS, 2008).

As vestimentas adequadas para a realização de atividades esportivas devem ser levadas em consideração, pois elas podem influenciar de forma negativa se for desproporcional a atividade desenvolvida ou de modo positivo se forem corretamente escolhidas e utilizadas adequadamente em relação à atividade proposta.

Tendo em vista que a vestimenta adequada pode proporcionar uma temperatura estável ao corpo humano, pois favorece a evaporação rápida da transpiração através do tecido que mantém o atleta seco e isso irá retardar a fadiga colaborando e mantendo um bom rendimento.

### **3.4 A RELEVÂNCIA DA VESTIMENTA ADEQUADA A PRÁTICA DESPORTIVA**

O vestuário é uma ferramenta fundamental para o desenvolvimento e bem-estar do atleta, tendo em vista que as vestimentas estão acompanhadas do desenvolvimento da tecnologia, o que vem proporcionar aos atletas um melhor desempenho, cabe ressaltar que para a aquisição das vestimentas é de suma importância ter um conhecimento prévio dos benefícios propostos pelas roupas, não basta apenas comprar por comprar, você precisa saber como obter o máximo de desempenho (ISHIBE, 2010).

Com o passar dos anos as empresas especializadas em vestuários esportivos tem cada vez mais investido em tecnologias de alto desempenho com o intuito de melhorar e ampliar o desempenho dos atletas, e para que o atleta possa buscar o maior desempenho de seu vestuário é necessário que ele seja atendido por um vendedor que possa lhe dar informações

corretas sobre a forma de buscar esse potencial, tendo em vista que muitas vezes o atleta não dispõe do conhecimento necessário para distinguir qual a melhor peça a adquirir.

Todavia, autores de pesquisas recentes mostram que está crescendo de forma demasiada a busca por práticas esportivas como técnica de bem-estar pelas pessoas, o que acarreta numa proliferação de academias pelas cidades para atender a toda essa demanda e empresas do ramo desportivo que visando manter-se no mercado cada vez mais competitivo tentam expor seus produtos de forma atraente e comerciável, enfatizando que tais itens que garante um bom desempenho do atleta, fazem o ápice do espetáculo desportivo bem como da economia e da gestão do desporto e da gestão de negócios, o que faz dessas empresas líderes no mercado contemporâneo (FILGUEIRAS, 2008).

Cabe salientar que a indústria têxtil no segmento desportivo vem ampliando e evoluindo de forma demasiada atingindo todos os setores, tendo como característica uma venda maior no que tange a produtos de alta performance com elevado valor unitário.

Contudo o “desporto é multidimensional uma vez que envolve jogo, competição, movimento, institucionalização, industrialização e comercialização”. O que faz deste mercado distinto entre os demais tendo em vista que o mesmo é formado por indústrias químicas, têxtil, de entretenimento, automobilística, comércio real e virtual (HISIBE, 2010).

### **3.5 TECNOLOGIAS VOLTADAS A FABRICAÇÃO DE VESTIMENTAS ADEQUADAS AS PRÁTICAS DESPORTIVAS**

É notória a utilização de tecnologias aplicadas na estrutura e composição de vestuários destinados a prática desportiva, esta tecnologia consiste na produção de vestes que garantem o controle térmico do desportista, mantendo assim o conforto, são tecnologias com finalidades interativas, leves, respiráveis e de rápida secagem, a prioridade será sempre garantir o conforto do desportista (FILGUEIRAS, 2008).

Uma das tecnologias trazidas é a bioatividade, que tem por finalidade bloquear o surgimento de bactérias causadoras de odores, mesmo que o desportista utilize o máximo o seu potencial.

Outra tecnologia é o *biotech* que também tem por finalidade da inibir proliferação e exalação de odores, no entanto, difere da primeira tecnologia, pois não demonstra 100% de sucesso tendo sua resistência fraca, após lavagens sucessivas mesmo assim com este ponto

negativo continua recebendo investimento e sendo disponibilizado no mercado (HALASOVÁ, 2005).

Como dito anteriormente, o conforto é a principal característica que o vestuário desportivo deve possuir, pois o conforto fará a ligação entre propriedade e o desempenho alcançado pelo utilizador nas atividades desportivas, e para que seu desempenho não seja afetado é importante que as roupas não prejudiquem no momento de sua atuação, pois estas devem cumprir com rigor as especificações já descritas.

O conforto é o fator de maior importância na interferência do desempenho desportivo, pois acaba por influenciar através da umidade e temperatura interna das roupas, em contato também com a temperatura corporal de forma negativa ou positiva.

O conforto fisiológico garante o conforto psicológico, ou seja, é sabido que o desempenho físico esta condicionado ao bem estar do atleta por isso faz-se importante à conscientização e utilização de tecidos que possa possibilitar maior flexibilidade ao corpo, proporcionando assim à liberdade de movimento adequada à ergonomia do atleta (HALASOVÁ, 2005).

Diante de todo o exposto, aplicou-se um questionário que buscou averiguar a importância das vestimentas adequadas nas aulas de Educação Física.

**Gráfico 1**



A entrevista foi realizada na Escola Municipal Ensino Fundamental e Médio Mário Quintana, localizado na Rua Cecília Meireles, s/n, setor 04 em Ariquemes – RO. Foram participantes os alunos do 8º ano B do período vespertino.

A classe do 8º ano “D” é composta por dezoito alunos, destes 98% responderam que para a prática de atividades físicas nas aulas de Educação Física é de extrema importância o

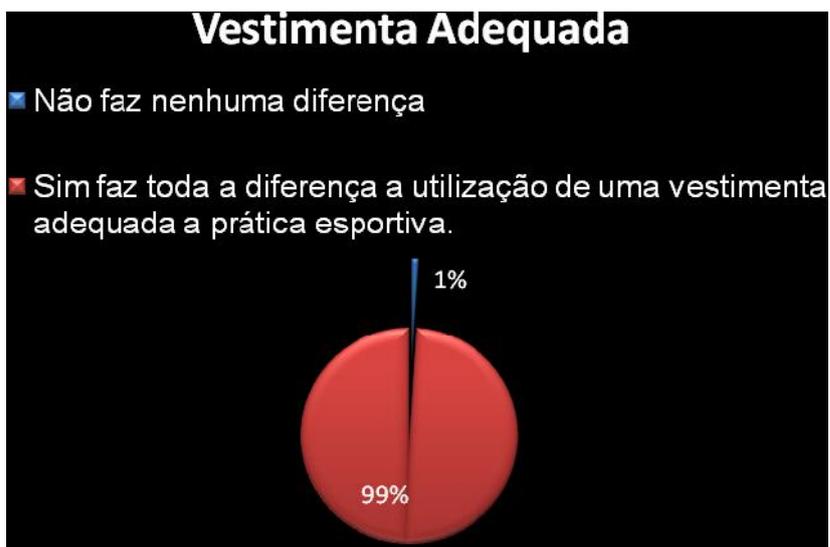
uso de vestimentas apropriadas, tendo em vista que tais prendas de vestir proporcionam um melhor desempenho.

Os outros 2% responderam que as vestes não são importantes para a prática de atividade física, pois até hoje não sentiram nenhum incomodo ou desconforto em praticar as atividades propostas pelo professor.

Os alunos que concordam com a importância do uso de vestimentas apropriadas para a prática de atividades físicas nas aulas de Educação Física.

A utilização de camisetas, calções, shorts, bermudas, moletoms e tênis se caracterizam como as opções mais ajustadas e funcionais para a prática da aula por apresentarem qualidades na eficiência, flexibilidade e liberdade nos movimentos (característica inerente às aulas de Educação Física) (COSTA, 2003).

**Gráfico 2**



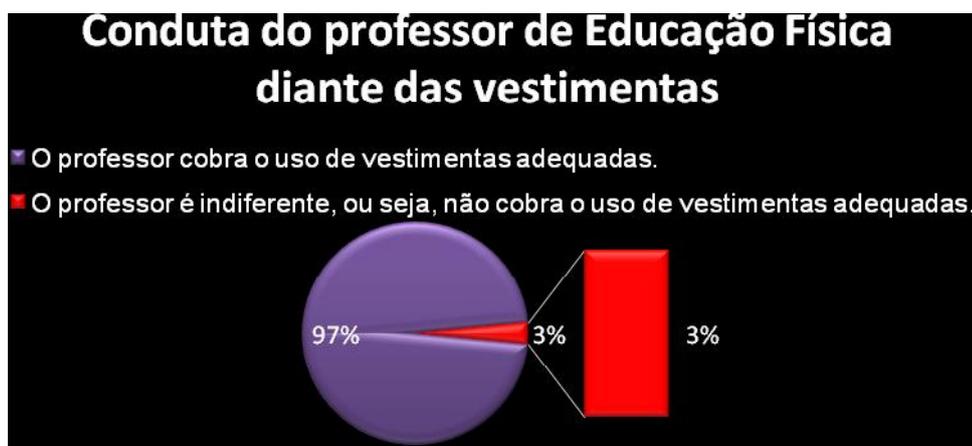
A maioria dos alunos (99%) confirmou a importância da vestimenta adequada para a prática esportiva, enfatizando que a mesma exerce um papel que influi em toda a diferença na pratica desportiva, colaborando e ampliando as atividades físicas dando maior flexibilidade e conforto ao praticante.

Somente (1%) dos alunos discordaram da utilização de vestimenta adequada à prática desportiva como instrumento facilitador e distinto ao bom desempenho, alegando que até hoje nunca precisou e sequer se sentiu limitada à prática de atividades físicas propostas pelo professor de Educação Física em decorrência de sua vestimenta.

Ao considerarmos as respostas fica evidente o que afirmam alguns estudiosos acerca do assunto, entre eles podemos citar o entendimento que o vestuário é uma ferramenta

fundamental para o desenvolvimento e bem-estar do atleta, tendo em vista que as vestimentas estão acompanhando o desenvolvimento da tecnologia o que vem proporcionando aos atletas um melhor desempenho, cabe ressaltar que para a aquisição das vestimentas é de suma importância ter um conhecimento prévio dos benefícios propostos pelas roupas, não basta apenas comprar por comprar, você precisa saber como obter o máximo de desempenho (HISHIBE, 2010).

**Gráfico 3**



Dos alunos entrevistados 97% disseram que o professor de Educação Física para a prática de atividades físicas cobra em todas as suas aulas a utilização de vestes que não limitem a prática desportiva nem as habilidades ou gêneros.

Logo, 3% dos entrevistados alegaram que o professor é indiferente quanto à utilização de vestes adequadas, não impedindo e tão pouco faz cobrança acerca da importância das roupas propícias à prática de esportes.

A resposta dada pela maioria dos alunos confirma o papel do professor de educação física perante seu aluno, salientando que ele tem grande responsabilidade na orientação e condução dos seus alunos, desde as roupas mais adequadas a serem utilizadas pelos mesmos até a forma correta de como os exercícios devem ser executados e assim garantir a integridade física de cada um dos praticantes de sua aula; ou seja, é um papel muito mais amplo do que um simples um-dois, um-dois, um-dois (COSTA, 2003).

Diante deste fato, fica evidente que não importa o quanto sejam conscientizados, os alunos ignoraram e desrespeitam as normas da escola para a participação das aulas de Educação Física.

Caberá ao professor saber lidar com essas questões e promover o diálogo e um manejo de classe apropriado.

#### **4. CONCLUSÃO**

O presente estudo teve como objetivo fundamental a verificação quanto à utilização de vestimentas adequadas para a prática de Educação Física.

Após análise e interpretação dos dados obtidos através da aplicação dos questionários, reminiscentes as respostas dadas pelos alunos respondentes, acerca da importância das vestimentas adequadas às aulas práticas de Educação Física expôs de forma fulgente a importância das vestes que propendam a favorecer uma melhor habilidade nas aulas.

Compete expor que apesar da importância das vestimentas adequadas a professora em nenhum momento excluiu de suas aulas os alunos que não estão com os aparatos necessários, ou seja, a professora não prática a exclusão.

Com relação ao objetivo geral que era analisar os fatores que levam os alunos a participarem das aulas de Educação Física sem a vestimenta adequada, pode-se apurar que se faz necessário que o aluno tenha uma amplitude de conhecimentos acerca da necessidade de vestes adequadas à prática desportiva, uma consciência completa e eficiente que reflita a realidade da prática desportiva, possibilitando ao aluno/atleta um maior desempenho e flexibilidade.

Já no que diz respeito ao primeiro objetivo específico que era “compreender e interpretar os motivos que levam os alunos a participarem das atividades físicas sem vestimenta adequada” a pesquisa apontou que o horário das aulas é um dos fatores que se destaca entre os demais, pois como visto no decorrer, alunos relatam que fica difícil trazer roupas adequadas e que não gostam de fato das aulas de Educação Física acontecerem no mesmo horário das demais aulas.

Referente ao segundo objetivo específico, o qual era “demonstrar os principais fatores que contribuiu para que um número elevado de alunos participassem das aulas sem vestimenta adequada” a pesquisa demonstrou que apesar da cobrança do uso de vestimentas favoráveis a prática desportiva, há ainda uma resistência quanto a este uso, ou seja, sabem que é necessário no entanto, recusam por fatores diversos.

Quanto ao terceiro objetivo específico que era conscientizar sobre importância do uso adequado das vestimentas nas aulas de Educação Física como fator que contribui para um

melhor desempenho nas atividades verificou-se que esta vertente é um fator preciso e decisivo, pois ao conscientizar o aluno acerca do uso de vestimentas adequadas estaremos fornecendo informações claras e uteis e, que se o aluno tiver consciência sobre o poder das vestimentas adequadas fará jus ao uso, tornando mais fácil a realização das atividades físicas.

Convém ressaltar que a prática de atividades físicas se difere das demais práticas, pois como visto no decorrer desta pesquisa, a atividade física visa proporcionar subsídios de grande valia para o bem-estar do indivíduo, fazendo com que este consiga um melhor desempenho e obtenha uma qualidade de vida boa.

No que tange a evolução de vestes adequadas à prática desportiva, esta passou por um processo significativo e ao longo da história vem evoluindo de forma demasiada, garantindo ao praticante melhor desenvoltura e desempenho em suas atividades. Tal pesquisa expôs de forma clara e sucinta a eficácia de veste adequada para a realização e bom desempenho das atividades físicas, apontando seus principais benefícios.

Desta forma, com a presente pesquisa pode-se concluir que estar vestido adequadamente para a prática desportiva nas aulas de Educação Física é de suma importância, pois tende a conferir aos praticantes habilidades ainda ocultas.

Esta pesquisa não é conclusiva e nem buscou esgotar o assunto, na realidade é sugerido ampliação em virtude de sua relevância.

## 5. BIBLIOGRAFIAS

ANDRADE, E. B.; DEVIDE, F. P. **Autoexclusão nas aulas mistas de Educação Física escolar: representações de alunas do ensino médio sob enfoque de gênero.** FIEP Bulletin, Foz do Iguaçu, v. 76, p. 318-321, 2006. Special Edition. Disponível em <<http://boletimef.org/biblioteca/1580/Auto-exclusao-nas-aulas-mistas-de-Educacao-Fisica-escolar>> Acesso em 01 de Agosto de 2013.

BOLOGNE, R.; MASCARENHAS, F. **Trabalho de conclusão de curso.** Módulo 7/ UNB: Brasília, 2011.

BRASIL. Ministério da Educação e Cultura. **Parâmetros Curriculares nacionais: historia/ Secretaria de Educação Fundamental.** – Brasília: MEC/ SEF, 2002.

CASTRO, W. L. **Por uma Educação Física reflexiva que aprofunde a conscientização dos alunos.** Perspectivas em Educação Física Escolar , Especial : 26-34, 1996.

COSTA, A. J. S. Relação Higiene-Educação Física: uma nova abordagem. **Revista virtual EFArtigos** - Natal/RN - volume 01 - número 09 - setembro – 2003.

CUNHA, H. R. S. **Padrão PUC Minas de normalização**: normas da ABNT para apresentação de Projetos de pesquisa. PUC: Belo Horizonte, 2010.

DARIDO, S. C.; GALVÃO, Z.; FERREIRA, L. A.; FIORIN, G. Educação Física no Ensino Médio: reflexões e ações. **MOTRIZ** - Volume 5, Número 2, Dezembro/1999. Disponível em < <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/05n2/5n202Darido.pdf>>. Acesso em 13 de Agosto de 2013.

FILGUEIRAS, A.; FANGUEIRO, R.; RAPHAELLI, N. **A Importância de fibras e fios no design de têxteis destinados à prática desportiva**. Estudos em Design 15.1 (2008) Rev. da Associação Estudos em Design PUC-Rio. Disponível em <<http://www.maxwell.lambda.ele.puc-rio.br> > acesso em 24 de abril de 2012.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

HALASOVÁ, A. H. **Transport phenomenon at barrier textiles used for sport clothing**. In: 4th CENTRAL EUROPEAN CONFERENCE 2005. Czeck Republic, 2005. p. 141-142.

ISHIBE, I. **Quando a roupa educa o corpo**. Jornal da UNICAMP Campinas, 8 a 14 de novembro de 2010 – ANO XXIV – Nº 480. Disponível em <[http://www.unicamp.br/unicamp/unicamp\\_hoje/ju/novembro2010/ju480\\_pag09.php#](http://www.unicamp.br/unicamp/unicamp_hoje/ju/novembro2010/ju480_pag09.php#)> acesso em 24 de Abril de 2012.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

NAVARRO, C. L. S. **Elegantemente vestidas**: a educação do corpo feminino e as roupas esportivas - (1920-1940). Disponível em < <http://www.tanianavarroswain.com.br/labrys/labrys20/brasil/carmen.htm>>. Acesso em 6 de outubro de 2014.

OLIVEIRA, F. A. F.; SCHELLIN, F. O.; RIGO, L. C. Meninas na Educação Física: por que elas não jogam? **EFDeportes.com. Revista Digital**. Buenos Aires, Año 16, Nº 160, Septiembre de 2011. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/>> Acesso em 5 de outubro de 2014.

SARAIVA, M. C. **Coeducação Física e Esportes**: quando a diferença é mito. Ijuí: Unijuí, 1999.

SOARES, E. R. Educação Física no Brasil: da origem até os dias atuais. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, Año 16, Nº 159, Julho de 2011. Disponível em < <http://www.efdeportes.com/efd169/educacao-fisica-no-brasil-da-origem.htm>>. Acesso em 10 de março de 2013.

STRAZZACAPPA, M. Dança na Educação: discutindo questões básicas e polêmicas. **Revista Pensar a Prática**, v. 6 (2003). Disponível em < <http://www.revistas.ufg.br/index.php/feef/article/view/55>> acesso em 27 de Agosto de 2013.