

UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA – UFV
CAMPUS FLORESTAL – CAF
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE – IBF
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

LAIS COUTO DE MORAES

ANÁLISE DO ESTADO DE ÂNIMO DE ESCOLARES PARTICIPANTES
DO PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO DE UMA ESCOLA MUNICIPAL
DE FLORESTAL/MG

FLORESTAL – MINAS GERAIS

2015

LAIS COUTO DE MORAES

**ANÁLISE DO ESTADO DE ÂNIMO DE ESCOLARES PARTICIPANTES
DO PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO DE UMA ESCOLA MUNICIPAL
DE FLORESTAL/MG**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Ciências Biológicas e da Saúde – IBF, da Universidade Federal de Viçosa – UFV, *Campus Florestal* – CAF, como parte das exigências para a obtenção do título de licenciada em Educação Física.

Orientador: Prof. Ms. Ricardo Wagner de Mendonça Trigo

FLORESTAL – MINAS GERAIS

2015

LAÍS COUTO DE MORAES

**ANÁLISE DO ESTADO DE ÂNIMO DE ESCOLARES PARTICIPANTES
DO PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO DE UMA ESCOLA MUNICIPAL
DE FLORESTAL/MG**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Universidade Federal de Viçosa *Campus* Florestal,
do Instituto de Ciências Biológicas e da Saúde
como parte das exigências para obtenção do título
de Licenciado em Educação Física.

APROVADO: 27 DE JUNHO DE 2015.

Prof^a Ms. Maria Francisca Souza Lopes
Centro Universitário de Formiga – UNIFOR

Prof. Ms. Afonso Timão Simplício
Universidade Federal de Viçosa – *Campus* Florestal

Orientador – Prof. Ms. Ricardo Wagner de Mendonça Trigo
Universidade Federal de Viçosa – *Campus* Florestal

Dedico este trabalho aos meus pais, por todo apoio e dedicação,
ao meu namorado e à minha irmã Lorenna (*in memoriam*)
por ter iluminado o meu caminho.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente à Deus, que permitiu que tudo isso acontecesse.

Aos meus pais Penha e Silvério, por todo amor e apoio.

Ao meu namorado Hudson, pelo companheirismo e paciência.

Ao meu orientador Trigo, pelo empenho dedicado à elaboração deste trabalho.

A todos os professores do meu curso, que foram tão importantes na minha vida acadêmica.

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigada.

RESUMO

MORAES, L.C. Universidade Federal de Viçosa *Campus* Florestal, junho de 2015. **Análise do estado de ânimo de escolares participantes do programa Mais Educação de uma escola municipal de Florestal/MG.** Orientador: Ricardo Wagner de Mendonça Trigo.

Dentre as políticas de transformação da escola convencional em escola de tempo integral, o governo federal, instituiu através de portaria normativa interministerial o Programa Mais Educação. Este programa busca fomentar a educação integral de crianças, adolescentes e jovens, por meio do apoio a atividades socioeducativas no contra turno escolar. A permanência das crianças um maior tempo no ambiente escolar, favorece a redução das pressões sociais. Uma consequência desta redução é a melhoria no estado de ânimo na execução das atividades escolares, esportivas e do dia-a-dia. O estado de ânimo possui características que variam de indivíduo para indivíduo, permitindo aos envolvidos uma ação auto reguladora, mantendo os estados de ânimo positivos, ou favorecendo a eliminação dos negativos. Em função disto, este estudo procurou determinar se há realmente uma mudança no estado de ânimo de crianças participantes do Programa Mais Educação. O presente estudo foi realizado com escolares na faixa etária de 6 a 10 anos, participantes e não participantes do Programa Mais Educação, totalizando 68 escolares. Utilizou-se como instrumento de captação de informações a Lista de Estado de Ânimo Reduzida e Ilustrada, na qual os estudantes analisaram uma lista de 14 adjetivos, assinalando como estavam se sentindo em relação a estes adjetivos em uma escala que vai de muito pouco à muito forte. Percebe-se que os escolares participantes do Programa apresentam índices satisfatórios de seu estado de ânimo na participação das atividades propostas pelo Mais Educação, mesmo quando comparados à crianças não participantes do Programa, e portanto consideradas com baixa vulnerabilidade social. Conclui-se que iniciativas como o Programa Mais Educação tendem a promover a redução de desigualdades sociais, motivando e estimulando a permanência no ambiente escolar, possibilitando com isto melhoras no estado de ânimo dos participantes.

PALAVRAS-CHAVE: Estado de ânimo. Escolares. Programa Mais Educação.

ABSTRACT

MORAES, LC. Universidade Federal de Viçosa *Campus Florestal*, junho 2015. **School of mood analysis program participants more education of a municipal school of Florestal/MG.** Orientador: Ricardo Wagner de Mendonça Trigo.

Among the conventional school transformation policies in school full-time, the federal government, through establishing rules ministerial decree the More Education Program. This program seeks to foster integral education of children, adolescents and young people by supporting the social and educational activities against the school shift. The children stay a longer time in the school environment, favors reducing social pressures. One consequence of this reduction is the improvement in mood in the performance of school activities, sports and day-to-day. The mood has characteristics that vary from individual to individual, allowing involved a self regulatory action, keeping the positive moods, or favoring the elimination of the negative. Because of this, this study sought to determine if there is really a change in the mood of children participating in the More Education Program. This study was conducted with students aged 6-10 years participating and not participating in the More Education Program, totaling 68 students. It was used as a funding instrument information to state Pep List and Reduced Illustrated, in which students examined a list of 14 adjectives, noting how they were feeling about these adjectives on a scale ranging from very little to very strong. It is noticed that the students participating in the Program have satisfactory levels of your state of mind share of proposed activities for More Education, even when compared to children not participating in the program, and therefore considered low social vulnerability. We conclude that initiatives such as the More Education Program tend to promote the reduction of social inequalities, motivating and stimulating stay in the school environment, enabling this with improvements in mood of participants.

KEYWORDS: State of mind. School. More Education Program.

LISTA DE ABREVIATURAS

LEA-RI	Lista de Estado de Ânimo Reduzida e Ilustrada
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

LISTA DE TABELAS

TABELA 1. Distribuição da amostra	21
TABELA 2. Me sinto feliz, alegre	22
TABELA 3. Me sinto agradável.....	22
TABELA 4. Me sinto espiritual, sonhador.....	22
TABELA 5. Me sinto leve, suave.....	22
TABELA 6. Me sinto cheio de energia	22
TABELA 7. Me sinto ativo, energético.....	22
TABELA 8. Me sinto calmo, tranquilo	23
TABELA 9 – Me sinto pesado, cansado, carregado.....	23
TABELA 10 – Me sinto triste	23
TABELA 11 – Me sinto agitado, nervoso	23
TABELA 12 – Me sinto desagradável	23
TABELA 13 – Me sinto inútil, apático	24
TABELA 14 – Me sinto tímido.....	24
TABELA 15 – Me sinto com medo.....	24
TABELA 16 – Somatório aspectos positivos (forte e muito forte).....	25
TABELA 17 – Somatório aspectos negativos (pouco e muito pouco).....	26

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
1.1 OBJETIVO GERAL.....	11
1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	11
2 REFERENCIAL TEÓRICO	12
2.1 O PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO	12
2.2 O ESTADO DE ÂNIMO.....	14
2.3 INTERFERÊNCIA DO ESTADO DE ÂNIMO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA	16
3 CASUÍSTICA E MÉTODOS	18
3.1 TIPO DE PESQUISA.....	18
3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA	18
3.3 INSTRUMENTOS	18
3.4 PROCEDIMENTOS.....	19
3.5 ANÁLISE E TRATAMENTO DOS DADOS	20
3.6 CUIDADOS ÉTICOS.....	20
4 RESULTADOS	21
5 DISCUSSÃO	25
6 CONCLUSÃO.....	28
REFERÊNCIAS.....	29
ANEXO A.....	32
ANEXO B.....	33
ANEXO C.....	34
ANEXO D.....	37

1 INTRODUÇÃO

Tem-se observado que na sociedade atual, as crianças estão a cada dia mais afastadas das brincadeiras tradicionais, dando lugar para brinquedos eletrônicos. Muitas crianças não vivenciam mais as brincadeiras cantadas e/ou brincadeiras de roda. Uma das hipóteses para a redução destas brincadeiras, é o acesso fácil aos brinquedos tecnológicos, como os videogames ou joguinhos para computador.

Dentro deste quadro, a Educação Física tem papel de extrema relevância, principalmente nos anos iniciais do ensino fundamental, pois as crianças passam um bom tempo de seu dia nas escolas, tendo muitas vezes estes ambientes como sua segunda casa.

Infelizmente, a Educação Física não faz parte da proposta curricular de algumas escolas municipais e estaduais que atendem esta faixa etária, embora se saiba que ela é um dos principais instrumentos para o aprendizado deste grupo de indivíduos, pois com ela se prepara as crianças para as diversidades de movimentos e trabalhando a inteligência de uma forma diferente e agradável.

Atualmente as crianças passam seu maior tempo nas instituições de ensino, por isso os cotidianos escolares estão proporcionando atividades mais amplas para melhor integração e desenvolvimento, onde as crianças precisam ser mais estimuladas para o aprendizado (VENTURINI *et al*, 2010).

O governo federal atento a esta necessidade de um maior tempo em ambiente escolar de crianças dos anos iniciais do ensino fundamental, institui através da portaria normativa interministerial nº 17 de 24 de abril de 2007, o Programa Mais Educação. Este programa visa fomentar a educação integral de crianças, adolescentes e jovens, por meio do apoio a atividades socioeducativas no contra turno escolar (BRASIL, 2007).

É notório que a implementação de tal programa, em muito favorece o desenvolvimento integral dos envolvidos, pois os mesmos terão atividades físicas, reforço escolar, apoio pedagógico na realização das tarefas escolares, dentre outros, fato que a princípio tende a diminuir as pressões sociais as quais estas crianças estariam submetidas.

Esta possível redução das pressões sociais (violência, drogas, desigualdade social, dentre outras), favorecem uma melhora no estado emocional dos participantes do Programa, possibilitando uma melhora no estado de ânimo, que são estados de sentimentos positivos e/ou negativos do indivíduo, na execução das atividades escolares, esportivas e do dia-a-dia.

Portanto, avaliar se a participação de escolares no Programa Mais Educação favorece

melhorias no estado de ânimo dos mesmos, pode confirmar se a intenção do governo federal de oferecer equidade e melhoria na qualidade de vida, pode ser alcançado através de uma maior motivação em permanecer no ambiente escolar dos participantes do referido programa, reduzindo assim a sua exposição a fatores de risco sociais.

Diante do exposto, este estudo se justifica pela necessidade de verificação das efetivas mudanças de estado de ânimo, causadas pela participação no Programa Mais Educação de escolares nele inseridos.

Este trabalho caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa exploratória do tipo descritiva, na qual buscou-se investigar quais as características do estado de ânimo de escolares participantes do Programa Mais Educação na cidade de Florestal, comparando-se os resultados obtidos ao mesmo inquérito feito em escolares do mesmo estabelecimento de ensino, não participantes do Programa.

Para nortear este estudo, nos foi levantada a seguinte questão: levando-se em conta que um dos objetivos do Programa Mais Educação é a redução das tensões sociais, será que a participação em atividades físicas recreativas no Programa Mais Educação favorece aspectos positivos no estado de ânimo dos participantes?

1.1 OBJETIVO GERAL

Este estudo tem como objetivo analisar o nível do estado de ânimo de crianças de 6 a 10 anos de idade participantes do Programa Mais Educação.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Determinar os principais aspectos emocionais que a participação no Programa apresentam com sendo os resultados mais significativos;

Comparar o estado de ânimo de crianças participantes do Programa Mais Educação e crianças não participantes deste programa.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 O PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO

Conforme já relatado, o Programa Mais Educação é instituído pelo governo federal através da portaria normativa interministerial nº 17 de 24 de abril de 2007, e visa fomentar a educação integral de crianças, adolescentes e jovens, por meio do apoio a atividades socioeducativas no contra turno escolar (BRASIL, 2007).

Este Programa vem de encontro as necessidades de ampliação progressiva do período de permanência das crianças na escola, contemplada na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) de 1996, através não só do aumento da jornada de horária, mas também com a oferta de novas atividades formativas e de espaços favoráveis ao seu desenvolvimento (BRASIL, 2007).

Ainda a mesma normativa afirma em seu Artigo 1º, parágrafo único, que

O programa será implementado por meio do apoio à realização, em escolas e outros espaços socioculturais, de ações socioeducativas no contra turno escolar, incluindo os campos da educação, artes, cultura, esporte, lazer, mobilizando-os para a melhoria do desempenho educacional, ao cultivo de relações entre professores, alunos e suas comunidades, à garantia da proteção social da assistência social e à formação para a cidadania, incluindo perspectivas temáticas dos direitos humanos, consciência ambiental, novas tecnologias, comunicação social, saúde e consciência corporal, segurança alimentar e nutricional, convivência e democracia, compartilhamento comunitário e dinâmicas de redes¹ (BRASIL, 2007, p.1).

Pretende-se ainda com a implantação do Programa Mais Educação, “estimular crianças, adolescentes e jovens a manter uma interação efetiva em torno de práticas esportivas educacionais e de lazer, direcionadas ao processo de desenvolvimento humano, da cidadania e da solidariedade” (BRASIL, 2007, p.1).

Dentre os campos de ação do Programa Mais Educação está a prática de atividade física, através de atividades esportivas ou de lazer, que segundo Miranda (2001) podem gerar nos participantes diferentes níveis de estado de ânimo, sendo que esses diferentes estados podem ser percebidos em uma única aula ou na execução de algum exercício.

¹ Entende-se por dinâmicas de redes todas as ações que busquem a interação de todos os setores produtivos e não produtivos da sociedade.

O Programa Mais Educação é desenvolvido pelo Ministério da Educação em parceria com Estados e Municípios e que trata-se da inclusão da Educação Integral em tempo integral na agenda de políticas educacionais do governo brasileiro (LECLERC, MOLL, 2012).

A Educação Integral segundo Cavaliere (2010) trata-se da convivência entre adultos e crianças. Na escola em tempo integral, a permanência dos alunos vai além do tempo do turno escolar normal e são desenvolvidas a formação na área cognitiva, estética, ética, lúdica, física-motora, etc. (MOLL, 2000).

O aumento da jornada escolar no ensino fundamental levou a ampliar o estudo da educação integral, e mais recentemente, o projeto de Lei do Plano Nacional de Educação 2011-2020, está previsto em 50% das escolas públicas de educação básica (GOMES, BISOGNIN, 2011).

O desenvolvimento das políticas públicas de educação integral, de acordo com Gomes (2008) tem frisado bem a permanência do aluno na escola por mais tempo e que tenham uma educação de qualidade, visando a formação do homem em sua íntegra.

Já Guará (2009) enfatiza que a adoção da política de educação integral e em tempo integral na rede pública de ensino diminui desigualdades sociais e culturais no ambiente escolar.

Cavaliere (2010) lembra que a escola em tempo integral não é um lugar onde as crianças das classes populares serão atendidas de forma semelhante aos doentes. Se a escola, oferecer poucas atividades do ponto de vista da formação humana aos seus educandos, estará se desviando de sua real função social.

Sendo assim, o Programa Mais Educação surgiu com a finalidade de contribuir com a melhoria da aprendizagem na escola pública, diminuindo diferenças e combatendo desigualdades através da inclusão educacional (GOMES, BISOGNIN, 2011).

O Programa Mais Educação regulamentado pelo decreto 7.083/10 do governo federal, promove a ampliação da jornada escolar no ensino fundamental e a organização curricular na perspectiva da Educação Integral, trazendo em seu artigo 3º os seguintes objetivos do programa:

I – formular política nacional de educação básica em tempo integral; II – promover diálogo entre os conteúdos escolares e os saberes locais; III – favorecer a convivência entre professores, alunos e suas comunidades; IV – disseminar as experiências das escolas que desenvolvem atividades de educação integral; e V – convergir políticas e programas de saúde, cultura, esporte, direitos humanos, educação ambiental, divulgação científica, enfrentamento da violência contra crianças e adolescentes, integração entre escola e comunidade, para o desenvolvimento do projeto político-pedagógico de educação integral (BRASIL, 2010, p.1)

Inicialmente o programa visava a atender em caráter prioritário as escolas que apresentaram baixo Índice de Desenvolvimento da Educação Básica – IDEB, localizadas em capitais e regiões metropolitanas. Já em 2010 o programa se estendeu a todas as regiões do Brasil e vem se ampliando esta política (GOMES, BISOGNIN, 2011, p. 4).

De acordo com o exposto, pode-se inferir que a implementação do Programa Mais Educação busca a diminuição das diferenças sociais, a ocupação do tempo não escolar de crianças em situação de vulnerabilidade social, e portanto favorecendo uma melhora no estado de ânimo dos participantes.

2.2 O ESTADO DE ÂNIMO

Ao falar sobre estados de ânimo como tema de estudos deve-se procurar entender o seu significado dentro do contexto. (GOBBI et al, 2007).

Para Deutsch (1997) o estado de ânimo possui características que variam de indivíduo para indivíduo, permitindo aos envolvidos uma ação auto reguladora, mantendo os estados de ânimo positivos, ou favorecendo a eliminação dos negativos. Ainda para o mesmo autor, estados de ânimo são estados de sentimentos positivos ou negativos que podem ser trabalhados de forma a amenizar o negativismo nas pessoas.

Segundo Mori e Deutsch (2005, p.162) “o estado de ânimo não tem alvos e impulsos comportamentais específicos relacionados a ele, como a emoção”, ou seja, se um indivíduo tem raiva, esta raiva é momentânea e causa um estado de ânimo específico, portanto, os estados de ânimo são gerais, difusos e menos intensos, enquanto as emoções são relativamente específicas e mais intensas, ambos dependem dos acontecimentos, podendo gerar uma reação mais forte se for de grande importância ou menos intensa, ou seja, agradáveis ou desagradáveis, podendo produzir na pessoa um sentimento positivo ou negativo e propiciar ao aluno o estado de ânimo de acordo com o acontecimento do momento.

De acordo com Coty (2007) os estados de ânimo são, em geral, estados afetivos

desencadeados mais por motivos internos, sendo pequenos indicativos de mudança no humor e que diferem de emoções, podendo interferir na predisposição do organismo.

Para Dalgarrondo (2000) o estado de ânimo pode ser definido como o tônus afetivo do indivíduo, que modifica a forma de percepção das experiências reais, ampliando ou reduzindo o impacto destas. Acompanha os processos intelectuais (percepções, representações e conceitos), levando, assim, a uma modificação da natureza das experiências vividas. É a disposição afetiva fundamental, que pode transitar em dois polos extremos, um eufórico e o outro apático, variando de acordo com as circunstâncias encontradas no meio externo.

Segundo Gazzaniga e Heatherton (2005) o estado de ânimo desempenha, na esfera afetiva, o mesmo papel que a consciência desenvolve na esfera intelectual, portanto permeia todo pensamento ou ato intencional, já que estes sempre estão providos de um significado.

O estado de ânimo de uma pessoa faz com que esta possa se desenvolver, progredir, vencer desafios, bem como, podem tornar uma ação uma verdadeira batalha, com dificuldades, sem envolvimento, sem ânimo (SAMULSKI, 2002). Assim, o ânimo positivo facilita o processo de aprendizagem, já o negativo faz com que a aquisição e a retenção das informações seja dificultada (BUENO e BERGAMASCO, 2008).

O estado de ânimo é capaz de alterar as respostas afetivas, cognitivas e comportamentais para uma grande variedade de eventos, sendo que esta influência está diretamente proporcional à importância dada ao evento. Posteriormente, os efeitos da reação inicial redirecionam os pensamentos e ações em andamento, influenciando o que ocorrerá em seguida, mas raramente são notados e, certamente sem mudar o contexto da ação (PRADO *et al*, 2010).

Segundo Isler, Avi e Machado (2012) o estado de ânimo é considerado como vários estados efetivos superficiais, ou de menor intensidade, podendo ser difuso ou global, por isso influenciam diversas respostas e permitem uma ação reguladora.

Segundo a elaboradora da Lista de Estado de Ânimo Ilustrada e Reduzida (LEA-RI), Volp (1997) o conceito de estado de ânimo aparece com uma estreita ligação com o conceito de interações, provenientes das peculiaridades da personalidade, sendo que estas podem sofrer influências de vários fatores, propiciando ao indivíduo maior elevação da autoestima, da auto compreensão e do auto equilíbrio, além de aprimorar o relacionamento interpessoal.

A prática de atividades físicas são de grande importância para a pessoa em qualquer faixa etária, pois desenvolve um estado de ânimo positivo, contribuindo com a melhoria da qualidade de vida de cada um (CHEIK *et al*, 2003).

Segundo Miranda e Souza (2009) as atividades físicas trabalhadas de forma interessante e prazerosa estimulam os estados de ânimo de forma mais satisfatória, favorecendo sentimentos de competência e autodeterminação em seus praticantes.

2.3 INTERFERÊNCIA DO ESTADO DE ÂNIMO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

O ensino fundamental é uma das etapas da educação básica, que se inicia aos seis anos de idade e que procura oferecer às crianças, a possibilidade de estimulação do seu potencial cognitivo, afetivo e social. Além da difusão do conhecimento, o ensino fundamental também oferece ao discentes o seu desenvolvimento na área ética, na saúde, no meio ambiente, na orientação sexual, na pluralidade cultural, dentre outras. (BRASIL, 1997).

Os anos iniciais do ensino fundamental são considerados a primeira etapa da educação básica, tendo como finalidade o desenvolvimento integral da criança, em seus aspectos físicos, psicológicos, intelectuais e sociais, complementando a ação da família e da comunidade (BRASIL, 1996).

É em geral nesta fase do desenvolvimento humano, que temos a separação entre o educando e o seu mundo conhecido, e em virtude disto, pode haver algumas dificuldades comportamentais, que podem ser prontamente resolvidas pela escola, pelo professor, ou por algum serviço especializado, como por exemplo, a ação de uma assistente social ou pela coordenação pedagógica da escola, portanto, o ensino fundamental é o divisor sociocultural inicial da vida de um cidadão (COTRIM; PARISI, 1984).

Maluf (2009) afirma que as instituições que atendem crianças nesta faixa etária, devem respeitar o grau de desenvolvimento, a diversidade cultural e social, promovendo o seu desenvolvimento estimulando o interesse pela vida social e contribuindo para que sua integração e convivência na sociedade sejam marcadas pela liberdade, solidariedade, cooperação e respeito.

Atualmente as crianças passam seu maior tempo nas instituições de ensino, por isso os cotidianos escolares estão proporcionando atividades mais complexas e amplas para melhor integração e desenvolvimento, onde as crianças precisam ser mais estimuladas para o aprendizado, dentro desta nova perspectiva escolar, a prática de atividade física, seja ela através de atividades lúdicas e/ou esportivas, tem sido fortemente utilizada. (VENTURINI *et al*, 2010).

A atividade física pode atuar como um importante auxiliar no aprimoramento e

desenvolvimento nos aspectos morfológicos, fisiológicos e psicológicos em seus praticantes. (VIEIRA; PRIORE; FISBERG, 2002).

De acordo com Ferretti e Knijnik (2009, p. 62) “a atividade física e a prática esportiva podem ser usados na melhora da autoconfiança, e da autoestima, melhorando na comunicação e comportamento antissocial”, o jogo é eficiente na construção do conhecimento do indivíduo pela prática consciente, sendo necessário como meio de aprendizagem e descobertas, levando o estudante a criar uma ideia consciente das atividades e do respeito com o próximo.

A atividade física proporciona aperfeiçoamento do potencial físico determinado pela herança genética e ensina o indivíduo a ter um melhor aproveitamento de suas possibilidades, auxilia na boa alimentação, além de ser importante para o crescimento e desenvolvimento normal (VIEIRA; PRIORE e FISBERG, 2002).

Portanto, o trabalho da Educação Física nas séries finais do ensino fundamental tem sua importância na facilitação aos discentes de ampliarem a sua visão sobre a cultura corporal de movimento, viabilizando a sua autonomia funcional, colaborando assim, para a manutenção ou construção de suas participações nas atividades propostas pelos blocos de conteúdo, como jogos, esportes, lutas, ginásticas e danças, independente de suas finalidades, sejam elas de lazer, expressão de sentimentos, afetos e emoções (BRASIL, 1998).

3 CASUÍSTICA E MÉTODOS

3.1 TIPO DE PESQUISA

Este trabalho caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa exploratória do tipo descritiva, possibilitando a partir de um conhecimento primário do objeto de estudo, futuras análises e estruturações conceituais e práticas.

O estudo exploratório, classificado por Cervo e Bervian (1996) como pesquisa quase científica ou não científica, é normalmente o passo inicial do processo de pesquisa pela experiência e auxílio que traz na formulação de hipóteses significativas. Os estudos exploratórios, não elaboram hipótese a serem testadas no trabalho, restringindo-se a definir objetivos e buscar maiores informações sobre determinado assunto.

Através da pesquisa descritiva será analisado o desenvolvimento e os resultados, através de um comparativo. Segundo Cervo e Bervian (1996, p. 49): “pesquisa descritiva, observa, registra analisa e correlaciona fatos ou fenômenos (variáveis) sem manipulá-los. Procura descobrir com precisão possível a frequência com que um fenômeno ocorre, sua relação e conexão com outros fenômenos”.

3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

Este estudo foi realizado na Escola Municipal Dercy Alves Ribeiro, localizada no município de Florestal/MG, que possui cerca de 550 crianças na faixa etária de seis aos dez anos.

A amostra foi pareada, formada por 34 crianças participantes do Programa Mais Educação da Escola e 34 crianças regularmente matriculadas na mesma escola, mas não participantes do programa.

Este pareamento se faz necessários, pois será comparado o estado de ânimo de crianças participantes e não participantes do Programa Mais Educação.

3.3 INSTRUMENTOS

Para avaliar os estados de ânimo utilizou-se a Lista de Estado de Ânimo Reduzida e

Ilustrada (LEA-RI), que consiste em uma lista de 14 adjetivos: feliz, ativo, calmo, leve, agradável, tímido, cheio de energia, triste, espiritual, agitado, pesado, desagradável, com medo e inútil (ANEXO A).

Os participantes preencheram a lista individualmente por escrito, indicando por um sistema de escolha forçada (muito pouco, pouco, forte e muito forte) qual a intensidade de cada sensação naquele exato momento.

A LEA-RI foi desenvolvida para determinar os estados de ânimo em diferentes populações e sua validade concorrente confirmada em crianças, idosos e pessoas com baixa escolaridade (VOLP, 2000).

3.4 PROCEDIMENTOS

Inicialmente foi feito contato com a direção de escola para apresentação do projeto de pesquisa, e conseqüente autorização para a realização do mesmo, fato que foi prontamente atendido pela diretora da escola (ANEXO B).

Após a autorização da diretora, encaminhamos o projeto para aprovação pelo Comitê de Ética da UFV, e após a aprovação pelo mesmo, entramos em contato com as crianças e seus responsáveis para explanação dos objetivos e procedimentos do projeto.

Este contato com os possíveis participantes ocorreu nos primeiros dias do mês um (pós aprovação pelo CEP), em reunião agendada pela direção da escola, conforme entendimentos preliminares.

Neste encontro foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE – ANEXO C) para os responsáveis.

De posse dos TCLE devidamente assinado, aplicamos a LEA-RI tanto em estudantes participantes do Programa Mais Educação, como em estudantes não participantes, lembrando que a amostra é pareada, ou seja possui o mesmo número de indivíduos.

Foi adotado com critério de exclusão a não entrega do TCLE devidamente assinado.

A aplicação da LEA-RI aconteceu na presença do professor orientador e do discente pesquisador durante as aulas do Projeto de Extensão “Oficina de Atletismo na Escola” do Programa Institucional de Bolsas de Extensão Universitária (PIBEX-2015) para os escolares participantes do Programa Mais Educação, e durante as aulas de Educação Física do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID). Em ambos os grupos a lista foi aplicada após o horário de recreio ou merenda.

3.5 ANÁLISE E TRATAMENTO DOS DADOS

Para as variáveis qualitativas, foram observadas as distribuições de frequência. Após descrição de todas as variáveis estudadas, elaborou-se tabelas cruzadas entre as respostas do grupo experimental e o grupo controle, utilizando para isto uma análise descritiva dos dados.

3.6 CUIDADOS ÉTICOS

Este estudo foi apreciado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal de Viçosa – UFV, atendendo aos requisitos éticos estabelecidos pela Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, com parecer favorável nº 1.064.342 de 05/06/2015 (ANEXO D).

4 RESULTADOS

Na tentativa de se investigar o estado de ânimo de escolares participantes e não participantes do Programa Mais Educação, motivado pela prática de atividade física, procurou-se apontar a importância desta prática como agente transformador social e cultural de crianças em vulnerabilidade social, além de comparar os resultados obtidos com a literatura científica da área.

Diante disso foi desenvolvida esta pesquisa de caráter quantitativo, onde se interpretou e analisou os dados obtidos, permitindo uma busca de informações a partir de um conhecimento primário do objeto de estudo.

De acordo com a coleta de dados realizada com participantes e não participantes do Programa Mais Educação de uma escola da cidade de Florestal/MG, podemos observar na Tabela 1 a distribuição dos mesmos segundo idade e gênero dos participantes.

TABELA 1. Distribuição da amostra

Local	Masculino	Idade Média	Desv.	Feminino	Idade Média	Desv.
Programa	17	8 anos	± 1,7 anos	17	8 anos	± 1,4 anos
Escola	17	9 anos	± 0,4 anos	17	9 anos	± 0,2 anos

A amostra do estudo atende ao proposto na metodologia de se realizar um estudo pareado entre escolares participantes do Programa Mais Educação e escolares não participantes do Programa.

A Lista de Estado de Ânimo Reduzida e Ilustrada (LEA-RI) é composta de 14 sentimentos para a análise, sendo sete relativos a aspectos positivos e sete negativos. Quando interrogado sobre o seu sentimento no momento da aplicação da LEA-RI, os participantes do estudo utilizam como padrão de respostas uma escala de quatro valores a saber: muito forte, forte, pouco e muito pouco.

Inicialmente será apresentado nas tabelas de 2 a 8, as respostas dadas pelos participantes do estudo, relacionadas aos aspectos positivos do LEA-RI.

TABELA 2. Me sinto feliz, alegre

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	19	55,88	8	23,53	6	17,65	1	2,94
Escola	22	64,71	7	20,59	4	11,76	1	2,94

TABELA 3. Me sinto agradável

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	11	32,35	12	35,29	8	23,53	3	8,82
Escola	16	47,06	9	26,47	5	14,71	4	11,76

TABELA 4. Me sinto espiritual, sonhador

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	24	70,59	1	2,94	2	5,88	7	20,59
Escola	14	41,18	8	23,53	8	23,53	4	11,76

TABELA 5. Me sinto leve, suave

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	22	64,71	9	26,47	1	2,94	2	5,88
Escola	18	52,94	8	23,53	5	14,71	3	8,82

TABELA 6. Me sinto cheio de energia

Aspecto/Grupo	M. forte		Forte		Pouco		M. pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	21	61,76	6	17,65	4	11,76	3	8,82
Escola	24	70,59	5	14,71	4	11,76	1	2,94

TABELA 7. Me sinto ativo, energético

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	22	64,71	6	17,65	1	2,94	5	14,71
Escola	25	73,53	4	11,76	1	2,94	4	11,76

TABELA 8. Me sinto calmo, tranquilo

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	19	55,88	3	8,82	5	14,71	7	20,59
Escola	21	61,76	7	20,59	4	11,76	2	5,88

O mesmo procedimento foi adotado para a análise dos aspectos negativos apontados pelos participantes do estudo, conforme apresentado a seguir nas tabelas 9 a 15 abaixo.

TABELA 9 – Me sinto pesado, cansado, carregado

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	9	26,47	5	14,71	7	20,59	13	38,24
Escola	6	17,65	3	8,82	6	17,65	19	55,88

TABELA 10 – Me sinto triste

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	3	8,82	0	0	7	20,59	24	70,59
Escola	5	14,71	1	2,94	4	11,76	24	70,59

TABELA 11 – Me sinto agitado, nervoso

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	9	26,47	4	11,76	7	20,59	14	41,18
Escola	7	20,59	6	17,65	8	23,53	13	38,24

TABELA 12 – Me sinto desagradável

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	4	11,76	2	5,88	5	14,71	23	67,65
Escola	4	11,76	2	5,88	8	23,53	20	58,82

TABELA 13 – Me sinto inútil, apático

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	0	0	1	2,94	4	11,76	29	85,29
Escola	7	20,59	0	0	4	11,76	23	67,65

TABELA 14 – Me sinto tímido

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	13	38,24	1	2,94	3	8,82	17	50,00
Escola	5	14,71	6	17,65	3	8,82	20	58,82

TABELA 15 – Me sinto com medo

Aspecto/Grupo	Muito forte		Forte		Pouco		Muito pouco	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Programa	2	5,88	0	0	3	8,82	29	85,29
Escola	2	5,88	2	5,88	2	5,88	28	82,53

Com base nos resultados aqui apresentados, passamos à discussão dos mesmos na próxima sessão.

5 DISCUSSÃO

Após a apresentação dos resultados coletados na pesquisa de campo, será realizada algumas considerações sobre os mesmos. Para isto, foi feita a condensação dos resultados obtidos nas manifestações consideradas positivas (feliz, alegre; agradável; espiritual, sonhador; leve, suave; cheio de energia; ativo, energético; calmo, tranquilo) e negativas (pesado, cansado, carregado; triste; agitado, nervoso; desagradável; inútil, apático; tímido; com medo), para facilitar o entendimento destas considerações.

Na Tabela 16 foram agrupados os sete sentimentos positivos, considerando apenas o somatório das respostas dos critérios avaliativos muito forte e forte, pois os mesmo apresentam a maior incidência de respostas.

TABELA 16 – Somatório aspectos positivos (forte e muito forte)

Aspecto/Grupo	Feliz, Alegre	Agradável	Espiritual, Sonhador	Leve, Suave	Cheio de Energia	Ativo, Energético	Calmo, Tranquilo
Programa	79,41%	67,64%	73,53%	91,18%	79,41%	82,36%	64,70%
Escola	85,30%	73,53%	64,71%	76,47%	85,30%	85,29%	82,35%

Como pode ser observado nos resultados apresentados, escolares não participantes do Programa Mais Educação apresentam em cinco dos setes aspectos positivos avaliados índices de respostas um pouco acima dos índices anotados aos participantes do Programa, fato que pode ser explicado quando analisamos os objetivos do Programa Mais Educação, que buscam dar equidade de oportunidades às crianças com vulnerabilidade social, sendo selecionados para dele participarem escolares em zona de risco social, escolares estes que convivem em um substrato social extremamente carente, portanto seus sentimentos positivos são em geral compatíveis com a baixa autoestima que carregam.

Por outro lado, em dois aspectos positivos, me sinto espiritual, sonhador e me sinto leve, suave, os escolares participantes do Programa apresentam índices de respostas superiores aos obtidos pelos não participantes, fato que comprova que estas crianças se sentem bem ao participar do Programa, e em contra partida às suas carências possuem sonhos de dias melhores.

Estes fatos podem confirmar a importância da inclusão de atividades físicas como elemento ativo dentro das atividades propostas pelo Programa Mais Educação, conforme nos diz Paiva *et al* (2014) em seu estudo, quando relata que a realização de uma atividade de

dança no ambiente escolar, que pela variação de conteúdo, apresentou resultados significativos no estado de ânimo dos escolares envolvidos na atividade, fato que confirma que as atividades físicas ministradas de forma lúdica em programas e projeto de inclusão social como o Mais Educação, favorecem uma melhoria nos padrões motivacionais dos escolares envolvidos.

Para Ragonha (2012) a prática de atividades físicas provocam respostas bioquímicas no organismo, como por exemplo efeitos sobre as catecolaminas o que afeta os componentes simpáticos e parassimpáticos do sistema nervoso autônomo, proporcionando uma sensação de prazer nas atividades executadas, fato que favorece um melhor estado de ânimos dos envolvidos nestas atividades.

Com narrado anteriormente, os aspectos analisados na aplicação da LEA-RI e considerados como negativos, também foram agrupados para a análise dos resultados obtidos durante o inquérito realizado junto aos escolares participantes deste estudo.

Na Tabela 17 é apresentado o somatório das respostas dos aspectos negativos, considerando-se os critérios avaliativos pouco e muito pouco, pois apresentam a maior incidência de respostas.

TABELA 17 – Somatório aspectos negativos (pouco e muito pouco)

Aspecto/Grupo	Pesado, cansado, carregado	Triste	Agitado, Nervoso	Desagradável	Inútil, Apático	Tímido	Com medo
Programa	58,83%	91,18%	61,77%	82,36%	97,05%	58,82%	94,11%
Escola	73,53%	82,35%	61,77%	82,35%	79,41%	67,64%	88,41%

É observado nos resultados acima, que tanto os escolares participantes do Programa Mais Educação como os não participantes, apresentam respostas bastante similares, o que demonstra os efeitos benéficos das atividades propostas no Programa, pois as mesmas conseguem minimizar as sequelas dos riscos sociais aos quais os estudantes estão expostos.

Vale destacar o alto nível das respostas aos aspectos triste (91,18%); inútil, apático (97,05%) e com medo (94,11%), obtidos no inquérito realizado com as crianças participantes do Programa, fato que comprova mais uma vez a efetividade e a amplitude da proposta inclusiva do Mais Educação, pois observa-se o elevado grau de satisfação e auto confiança que os envolvidos demonstram.

Estes níveis elevados de satisfação e autoconfiança são corroborados por Cheik *et al* (2003) que relatam melhorias significativas sobre os níveis de depressão e ansiedade em

idosos, quando os mesmos são submetidos a programas de atividades e exercícios físicos, embora vale a ressalva, de que neste estudo foi analisado crianças, que são mais facilmente influenciados, mas ainda segundo os autores supracitados, os efeitos da atividade física são independentes da faixa etária na qual são desenvolvidos, portanto infere-se os mesmos resultados em todas as idades.

Por outro lado, é possível observar na tabela 17, que os escolares participantes do Programa, embora permaneçam um maior tempo dentro da escola, os mesmos se dizem menos pesado, cansado e carregado (58,83%) que os não participantes (73,53%) no mesmo aspecto.

Este dado pode ser explicado por uma possível melhora no estado motivacional alcançado por estes indivíduos, nas atividades realizadas no contra turno escolar. Dentre estas atividades estão as aulas desenvolvidas no Projeto de Atletismo do qual os escolares participam, o que mais uma vez confirma a efetividade das atividades físicas na melhora da motivação de seus praticantes, conforme nos relata Venturini *et al* (2010).

Cabe ainda o destaque de que as atividades executadas dentro do Programa Mais Educação na cidade de Florestal, favorecem ainda uma redução da timidez, pois podemos observar que 58,82% dos escolares participantes se dizem menos tímidos, se comparados aos escolares não participantes (67,64%).

Portanto pode-se dizer, que os estados de ânimos são estados de sentimentos, difusos ou globais, que nos permitem uma ação auto reguladora, que pode ser estimulada por ações e atividades que favoreçam a redução das desigualdades sociais, proporcionando a equidade entre as classes sociais.

Entretanto, devemos compreender que as atividades realizadas no contra turno escolar são flexíveis, quando comparadas as realizadas no dito turno fixo, onde prevalece as disciplinas tradicionais, formando um núcleo duro do currículo, fato que favorece uma elevação do estado de ânimo dos participantes, fato que não diminui os benefícios que os objetivos do Programa Mais Educação se propõem alcançar, quando são realizados de forma ética, eficiente e organizada, como a princípio acontece na cidade de Florestal, considerando os resultados deste estudo.

6 CONCLUSÃO

A partir do estudo do realizado, podemos determinar que os escolares participantes do Programa Mais Educação da escola analisada, apresentam índices satisfatórios em todos os tópicos analisados, com destaque aos que se referem aos aspectos leve e suave; triste; inútil, apático; com medo, que alcançaram respostas positivas acima dos 90%.

Percebe-se ainda, que os resultados obtidos dos escolares participantes do Programa, apresentam índices de respostas bem próximos aos resultados dos não participantes, fato que reforça a importância de iniciativas que favorecem a redução das desigualdades sociais, além de oportunizarem uma maior inclusão de crianças em situação de vulnerabilidade social.

Na atualidade vem crescendo a preocupação das autoridades públicas, em reduzir os fatores de riscos sociais aos quais as crianças estão expostas, e programas como o Mais Educação são excelentes ferramentas facilitadoras desta redução.

Portanto, após a análise do nível do estado de ânimo de crianças de 6 a 10 anos de idade participantes do Programa Mais Educação na cidade de Florestal, percebe-se que o mesmo possui taxas de satisfação interessantes, fortalecendo ainda mais as ações desenvolvidas no Programa.

Cabe destacar ainda, que embora o estado de ânimo dos participantes deste estudo apresentem níveis satisfatórios, os mesmos ainda possuem algumas arestas que devem ser aparadas, para uma maior efetividade das ações do Programa Mais Educação na cidade de Florestal, como por exemplo a ampliação do número de crianças atendidas pelo mesmo, e uma maior participação dos pais e responsáveis dentro da comunidade escolar.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Subchefia para Assuntos Jurídicos da Casa Civil. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional** – Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/19394.htm>. Acesso em 14 mar. 2015.

_____. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física**. Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC/SEF, 1997.

_____. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física**. Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC/SEF, 1998.

_____. Ministério da Educação. **Portaria Normativa Interministerial nº 17**, de 24 de abril de 2007. Ministério da Educação, Brasília/DF, 2007.

_____. Subchefia para Assuntos Jurídicos da Casa Civil. **Decreto nº 7.083** de 27 de janeiro de 2010. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7083.htm>. Acesso em 02 mar. 2015.

BUENO, V.F.; BERGAMASCO, N.H.P. Efeito da associação de sabor e música sobre o julgamento gustativo e estado de ânimo de crianças. **Estudos de Psicologia**. Campinas, 25(3): 385-393, julho-setembro, 2008.

CAVALIERE, A.M. **Educação Integral**. In: OLIVEIRA, D.A. *et al.* Dicionário trabalho, profissão e condição docente. Belo Horizonte: UFMG/Faculdade de Educação, 2010.

CERVO, A.L.; BERVIAN, P.A. **Metodologia Científica**. 4 ed. São Paulo: Afiliada, 1996.

CHEIK, N.C *et al.* Efeitos do exercício físico e da atividade física na depressão e ansiedade em indivíduos idosos. **Rev. Bras. Cienc e Mov**, v. 11, n. 3, p. 45-52, 2003.

COTRIM, G.; PARISI, M. **Fundamentos da Educação**. São Paulo: Saraiva, 1984.

COTY, L.M. **A influência do treinamento esportivo no método parcial, nos estados de ânimo dos atletas de handebol**. Monografia apresentada à Universidade Federal de Mato Grosso, Primavera do Leste, 2007.

DALGALARRONDO, P. **Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais**. Porto Alegre: Artmed Sul; 2000.

DEUTSCH, S. **Música e Dança de Salão: Interferência da audição e da dança nos estados de ânimo**. 1997. 165f. tese (Doutorado em Psicologia experimental) – Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1997.

FERRETTI, M.A.C.; KNIJNIK, J.D.A. Prática Esportiva e Atividade Física Podem Educar Pessoas Atrás das Grades? **Conexões: revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 7, n. 3, p. 59-73, set./dez. 2009.

GAZZANIGA, M.S.; HEATHERTON, T.F. **Ciência Psicológica: Mente, Cérebro e**

Comportamento. Porto Alegre: Artmed, 2005.

GOBBI, S.; RIBEIRO, C.P.; OLIVEIRA, S.R.G.; JUNIOR, A.C.Q. Efeitos da dança e do treinamento com pesos nos estados de ânimo de idosos. **Revista de Educação Física**. Maringá, v.18, n.2, p.161-168. Sem. 2007.

GOMES, A.L. **A educação integral e a implantação do projeto escola pública integrada**. Criciúma. Dissertação de mestrado, Universidade do Extremo Sul Catarinense, 2008.

GOMES, A.L.; BISOGNIN, G. O Programa Mais Educação desenvolvido nas escolas da rede municipal de ensino de Chapecó. **Colóquio Internacional de Educação e Seminário de Estratégias e Ações Multidisciplinares**, v.1, n.1, 2011.

GUARÁ, I.M.F.R. Educação e desenvolvimento integral: articulando saberes na escola e além da escola. **Em Aberto**, Brasília, v.22, n.80, p.65-81, abr. 2009.

ISLER, G.L.; AVI, G.C.; MACHADO, A.A. O envolvimento de idosas em uma competição de dança: um olhar sobre seus estados de ânimo. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v.11, n.5, 2012.

LECLERC, G.F.E.; MOLL, J. Programa Mais Educação: avanços e desafios para uma estratégia indutora da Educação Integral e em tempo integral. **Educar em Revista**, Curitiba, Brasil, n. 45, p. 91-110, jul./set. 2012. Editora UFPR.

MALUF, A.C.M. **Atividades Lúdicas para Educação Infantil**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009.

MIRANDA, M.L.J. **Efeitos da atividade física com música sobre estados subjetivos de idosos**. 189 p. Tese de Doutorado apresentado ao Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2001.

MIRANDA, M.L.J.; SOUZA, M.R. Efeitos da atividade física aeróbia com música sobre estados subjetivos de idosos. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v.30, n.2, p. 151-167, 2009.

MOLL, J. **Histórias de vida, histórias de escola**: elementos para uma pedagogia da cidade. Petrópolis: Vozes, 2000.

MORI, P; DEUTSCH, S. Alterando estados de ânimo nas aulas de ginástica rítmica com e sem a utilização de música. **Revista Motriz**, Rio Claro, vol.11, n.3, p.123, set./dez. 2005.

PAIVA, A.C.S.; FREITAS, E.C.S.; OLIVEIRA, F.R.; DEUTSCH, S. Efeitos de uma atividade de dança dentro da escola nos estados de ânimo de alunos. **Pensar a Prática**, Goiânia, v.17, n.2, p. 295-312, jan./mar. 2014.

PRADO, A.K.G.; SCHWARTZ, G.M.; TANAKA, K.; DOLL, M.S.; GONÇALVES, R.; GOBBI, S. Efeito agudo e crônico de um programa de atividades físicas realizado no "Playground da longevidade" nos estados de ânimo de idosos. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v.21, n.3, p.517-526, 3. Trim. 2010.

RAGONHA, L.H. **Interferências de aulas de ginástica nos estados de ânimos dos**

praticantes. Trabalho de Conclusão de Curso. Curso de Bacharelado em Educação Física. Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, UNESP, 2012. 31p.

SAMULSKI, D. M. **Psicologia do esporte manual para educação física, psicologia e fisioterapia.** São Paulo: Manole, 2002. 379p.

VIEIRA, V.C.R; PRIORE, S.E; FISBERG, M. A atividade física na adolescência. **Rev. Adolescência Latinoamericana**, Porto Alegre, v. 3, n. 1, p.10-20. Ago. 2002.

VENTURINI, G.R.O; RODRIGUES, B.M; MATOS, D.G; JÚNIOR, R.L.P; ZANELLA, A.L; SAVÓIA, R.P; FILHO, M. L. M. A importância da ludicidade na Educação Infantil para o desenvolvimento das habilidades motoras. **Revista Digital**, Buenos Aires, n.145, p.1-12, jun. 2010.

VOLP, C.M. **Músicas, Estados de ânimo e qualidade do movimento.** 1997. Relatório Trienal apresentado a CPRT da UNESP, Rio Claro, UNESP, 1997.

_____. **LEA para populações diversas.** Rio Claro UNESP, 2000. Relatório Trienal apresentado à CPRT, UNESP, 2000.

ANEXO A

LEA - R1 - Lista de checagem de Estado de Ânimo Reduzida e Ilustrada (Volp, 2000)

Nome: _____ Idade: _____

PRE

POS

Feliz,
Alegre

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco

Ativo,
Energético

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco

Pesado,
Cansado,
Carregado

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco

Agitado,
Nervoso

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco



Agradável

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco



Desagradável

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco



Triste

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco

Calm,
Tranquilo

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco

Espiritual,
Sonhador

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco



Inútil, Apático

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco



Leve, Suave

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco



Tímido

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco

Cheio de
Energia

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco



Com Medo

Muito Forte	Forte	Pouco	Muito Pouco

ANEXO B



Universidade Federal de Viçosa - *Campus* de Florestal

Instituto de Ciências Biológicas e da Saúde

Curso de Licenciatura em Educação Física

Campus Universitário - Florestal MG - 35690-000 - Telefone: (31) 3316-3361 - Fax: (31) 3536-3361

Ilma. Sra.
Ana Paula M. P. N. Silva
Diretora da Escola Municipal Dercy Alves Ribeiro
Florestal/MG

Prezada Coordenadora,

Eu, Laís Couto de Moraes, acadêmica de Licenciatura em Educação Física, da Universidade Federal de Viçosa - *Campus* Florestal, solicito autorização para a realização do projeto de pesquisa intitulado "**Análise do estado de humor de escolares participantes do Programa Mais Educação de uma escola municipal de Florestal/MG**", que é requisito parcial da disciplina EFF 497 - TCC: Trabalho de Conclusão de Curso. Este estudo tem por objetivo determinar se há mudança do estado de humor de crianças de 8 a 10 anos de idade participantes do Programa Mais Educação.

Para alcançarmos o objetivo proposto acima, será necessário a aplicação do questionário de avaliação do estado de humor (LEA-RI em anexo), nos estudantes participantes da pesquisa. O referido questionário deverá ser respondido pelos participantes, que concordarem em participar do estudo assinando o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), além do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado pelos responsáveis.

Informo ainda, que meu orientador é o professor Ricardo Wagner de Mendonça Trigo, que poderá fornecer maiores informações telefone (31) 3536-3407 / 9536-4241 (vivo), ou pelo email: ricardo.trigo@ufv.br.

Sem mais para o momento, aguardo deferimento desta direção para a realização do estudo.

Florestal (MG), 18 de março de 2015.

Laís Couto de Moraes
Graduanda do Curso de Licenciatura em Educação Física
Universidade Federal de Viçosa - *Campus* Florestal

Eu, Ana Paula M. P. N. Silva, diretora da escola municipal Dercy Alves Ribeiro, autorizo a realização das aulas recreativas, assim como o desenvolvimento do estudo acima descrito.

Florestal (MG), 18 de março de 2015



ANEXO C

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO – TCLE

Título do projeto: Análise do estado de ânimo de escolares participantes do programa Mais Educação de uma escola municipal de Florestal/MG.

Este termo é obrigatório para o desenvolvimento do projeto, seguindo as normas do Conselho Nacional de Saúde, resolução nº 466/12, sobre pesquisas envolvendo seres humanos, baseadas na declaração de Helsinque (1964 e resoluções posteriores) e na necessidade de aprovação pelo Comitê de Ética.

1) Introdução

O menor sob sua responsabilidade está sendo convidado(a) a participar do estudo: Análise do estado de ânimo de escolares participantes do programa Mais Educação de uma escola municipal de Florestal/MG.

Se decidir autorizá-lo(a) a participar deste estudo, é importante que leia estas informações sobre o estudo e o seu papel nesta pesquisa.

O estudante sob sua responsabilidade foi selecionado(a) de forma aleatória e está sendo convidado(a) de forma voluntário(a), sendo sua participação não obrigatória. A qualquer momento ele(a) pode desistir de participar e/ou você pode retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador ou com a instituição. É preciso entender a natureza e os riscos da sua participação e dar o seu consentimento livre e esclarecido por escrito.

O presente estudo trata-se de uma pesquisa que será realizada pela discente de Licenciatura em Educação Física pela Universidade Federal de Viçosa - *Campus Florestal*, Laís Couto de Moraes, com o intuito de realizar uma pesquisa para Monografia, sob a orientação do Professor Ricardo Wagner de Mendonça Trigo.

2) Objetivo

O objetivo do estudo é determinar se há mudança do estado de ânimo de crianças de 6 a 10 anos de idade participantes do programa Mais Educação.

3) Procedimentos do estudo

Caso você autorize a participação do estudante neste estudo, o mesmo acontecerá em dia e horário pré-agendado junto à direção da escola e previamente divulgado, onde ele(a) deverá responder a Lista de Estado de Ânimo Reduzida e Ilustrada – LEA-RI.

Ele(a) será orientado pelo professor orientador e pelo discente pesquisador de como responder a esta lista.

O conteúdo produzido não será tornado público, sendo as informações, comentários e depoimentos resguardada de total sigilo.

4) Participação no estudo

Como dito anteriormente, a participação neste estudo é voluntária. Vocês tem o direito de não quererem participar ou de sair deste estudo a qualquer momento, sem penalidades.

5) Caráter Ético

Essa pesquisa respeitará as normas estabelecidas no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), e atenderá a todos os pressupostos da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

6) Riscos e Benefícios

Riscos: Embora mínimos efeitos indesejáveis sejam possíveis em qualquer estudo, principalmente porque envolvem seres humanos, com isso este estudo tem como intuito realizar a coleta dos dados e usar seus resultados exclusivamente para análise e defesa de Trabalho de Conclusão de Curso – TCC, sendo desta forma e corroborado pelo sigilo imposto aos dados coletados, aos possíveis riscos aos quais o menor estará exposto, serão minimizados.

Benefícios: A participação neste estudo, poderá identificar se as atividades desenvolvidas no Programa Mais Educação apresenta alterações importantes no estado de ânimo dos participantes, podendo estes benefícios serem estendidos aos estudantes não participantes deste programa.

7) Caráter Confidencial dos Registros

Os pesquisadores irão tratar a identidade dos participantes com padrões profissionais de sigilo. Os resultados da pesquisa permanecerão confidenciais. Nome ou material que

indique a participação de qualquer participante não será liberado. Durante a realização dos questionários não haverá identificação do autor, o mesmo acontecendo em todas publicações que possam resultar desse estudo. Uma cópia desse consentimento informado será arquivada na coordenação do curso de licenciatura em Educação Física na Universidade Federal de Viçosa - *Campus Florestal*.

Qualquer dúvida que você tiver sobre este estudo deverá procurar o responsável pelo projeto, o professor Ricardo Wagner de Mendonça Trigo, Rod. LMG 818, Km 6, UFV – Campus Florestal, e-mail: ricardo.trigo@ufv.br, ou pelo telefone (31) 9536-4241.

Li ou alguém leu para mim as informações contidas neste documento antes de assinar este termo de consentimento. Declaro que fui informado sobre os métodos e meios de administração dos procedimentos em estudo a ser utilizado, as inconveniências, riscos, benefícios e eventos adversos que podem vir a ocorrer em consequência dos procedimentos.

Declaro que tive tempo suficiente para ler e entender as informações acima. Declaro também que toda a linguagem técnica utilizada na descrição deste estudo de pesquisa foi satisfatoriamente explicada e que recebi respostas para todas as minhas dúvidas. Compreendo que sou livre para retirar-me do estudo em qualquer momento, sem perda de benefícios ou qualquer outra penalidade.

Dou meu consentimento de livre e espontânea vontade e sem reservas para participação do menor sob minha responsabilidade neste estudo.

Nome do estudante

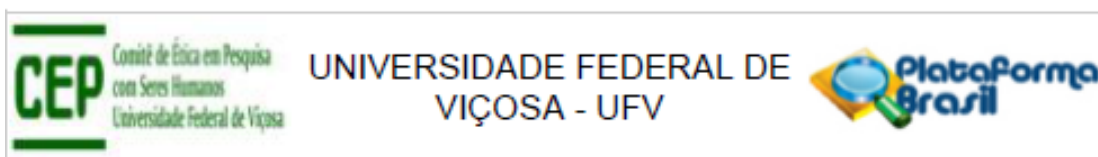
Assinatura do representante legal

Florestal/MG, ___/___/_____.

Atesto que expliquei todos os detalhes da realização do estudo e da participação dos estudantes aos seus representantes legais.

Assinatura do pesquisador

ANEXO D



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ANÁLISE DO ESTADO DE ÂNIMO DE ESCOLARES PARTICIPANTES DO PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO DE UMA ESCOLA MUNICIPAL DE FLORESTAL/MG

Pesquisador: Ricardo Wagner de Mendonça Trigo

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 43931515.5.0000.5153

Instituição Proponente: Instituto de Ciências Biológicas e da Saúde (Campus Florestal)

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.064.342

Data da Relatoria: 05/06/2015

Apresentação do Projeto:

O Programa Mais Educação foi instituído pelo governo federal para transformar a escola convencional em escola de tempo integral. Acredita-se que a permanência das crianças na escola por um maior tempo favorece uma melhoria no estado de ânimo na execução das atividades escolares, esportivas e do dia-a-dia.

Objetivo da Pesquisa:

A pesquisa pretende determinar se há realmente uma mudança no estado de ânimo de crianças participantes do Programa Mais Educação.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

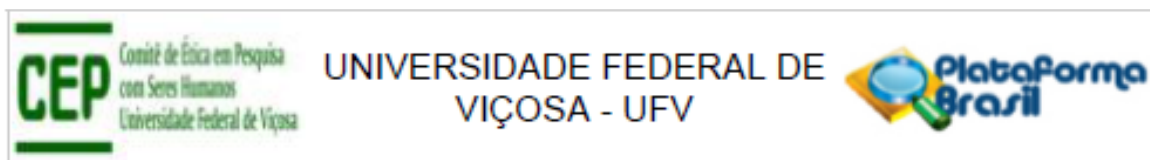
Riscos: Mínimos como constrangimento ao responder perguntas. Os pesquisadores irão tratar as identidades com padrões profissionais de sigilo.

Benefícios: O estudo poderá identificar se as atividades desenvolvidas no Programa Mais Educação apresenta alterações importantes no estado de ânimo dos participantes.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa acontecerá com 120 crianças de 6 a 10 anos de uma escola municipal da cidade de Florestal/MG que mostrarão como estão se sentindo usando desenhos de rostos tristes, felizes,

Endereço: Universidade Federal de Viçosa, Edifício Arthur Bernardes, piso inferior
Bairro: Campus Universitário **CEP:** 36.570-900
UF: MG **Município:** VICOSA
Telefone: (31)3899-2492 **Fax:** (31)3899-2492 **E-mail:** cep@ufv.br



Continuação do Parecer: 1.064.342

etc..

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Apresentados.

Recomendações:

Quando da coleta de dados, o TCLE deve ser elaborado em duas vias, rubricado em todas as suas páginas e assinado, ao seu término, pelo convidado a participar da pesquisa ou responsável legal, bem como pelo pesquisador responsável, ou pessoa(s) por ele delegada(s), devendo todas as assinaturas constar na mesma folha.

Não é necessário apresentar os TCLEs assinados ao CEP/UFV. Uma via deve ser mantida em arquivo pelo pesquisador e a outra é do participante da pesquisa.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Aprovado

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Considerações Finais a critério do CEP:

Ao término da pesquisa é necessário apresentar, via notificação, o Relatório Final (modelo disponível no site www.cep.ufv.br). Após ser emitido o Parecer Consubstanciado de aprovação do Relatório Final, deve ser encaminhado, via notificação, o Comunicado de Término dos Estudos.

Projeto analisado durante a 3ª reunião de 2015, realizada no dia 06 de maio de 2015.

VICOSA, 15 de Maio de 2015

Assinado por:
Patrícia Aurélio Del Nero
 (Coordenador)

Endereço: Universidade Federal de Viçosa, Edifício Arthur Bernardes, piso inferior
 Bairro: Campus Universitário CEP: 36.570-900
 UF: MG Município: VICOSA
 Telefone: (31)3899-2492 Fax: (31)3899-2492 E-mail: cep@ufv.br