

IF EM MOVIMENTO: PROMOÇÃO DA SAÚDE, INTEGRAÇÃO E PROTAGONISMO NO ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Kenji Fuke¹, Vitor Hafele², Renato Xavier Coutinho³

Resumo: Este estudo apresenta um relato de experiência sobre o projeto “IF em Movimento”, uma ação institucional de promoção da saúde, integração e protagonismo estudantil desenvolvida pelo Instituto Federal Sul-rio-grandense (IFSUL), Campus Lajeado. A iniciativa transforma um sábado letivo em um espaço de vivências esportivas, recreativas e culturais, envolvendo estudantes e servidores em atividades voltadas ao desenvolvimento integral dos participantes. O objetivo do estudo foi analisar as contribuições da experiência para a promoção da saúde, a integração da comunidade escolar e o protagonismo estudantil no contexto do Ensino Médio Integrado a partir de diferentes práticas esportivas. Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa e quantitativa, de caráter exploratório, envolvendo 465 participantes, entre estudantes, professores e técnicos administrativos. A coleta de dados foi realizada por meio de questionário online pré e pós-evento, observação sistemática e rodas de conversa. Os dados qualitativos foram analisados por análise temática, enquanto os quantitativos foram tratados por estatística descritiva. Os resultados evidenciaram cinco categorias centrais: integração social, protagonismo juvenil, inclusão, promoção da saúde e cultura e lazer. Destacam-se o fortalecimento do sentimento de pertencimento, o desenvolvimento da autonomia e a promoção do bem-estar físico, emocional e social. Conclui-se que a experiência constitui uma estratégia potente para a formação integral no âmbito da educação profissional e tecnológica.

Palavras-chave: educação profissional e tecnológica; promoção da saúde; protagonismo juvenil; lazer; ensino médio integrado.

-
- 1 Mestre em Educação física pela FMH/UTL – Portugal, doutorando em Ensino de Ciências: Química da Vida e Saúde – UFSM. Docente do Instituto Federal Sul-rio-grandense, campus Lajeado. e-mail: kenjifuke@ifsul.edu.br
 - 2 Doutor em Educação Física – UFPEL - Docente do Instituto Federal Sul-rio-grandense, campus Lajeado. e-mail: vitorhafelle@ifsul.edu.br
 - 3 Doutor em Ensino de Ciências: Química da Vida e Saúde – UFSM. Professor do Colégio Politécnico da UFSM. e-mail: renato.coutinho@ufsm.br

IF IN MOTION: HEALTH PROMOTION, INTEGRATION, AND STUDENT PROTAGONISM IN INTEGRATED HIGH SCHOOL

Abstract: This study presents an experience report on the “IF in Motion” project, an institutional initiative aimed at promoting health, integration, and student protagonism, developed at the Instituto Federal Sul-rio-grandense (IFSUL), Lajeado Campus. The initiative transforms a school Saturday into a space for sports, recreational, and cultural experiences, engaging students and staff in activities focused on the participants’ integral development. The objective of the study was to analyze the contributions of this experience to health promotion, school community integration, and student protagonism within the context of Integrated High School Education through different sports practices. This exploratory study adopted a qualitative and quantitative approach and involved 465 participants, including students, teachers, and administrative staff. Data collection was conducted through pre- and post-event online questionnaires, systematic observation, and focus group discussions. Qualitative data were analyzed using thematic analysis, while quantitative data were treated through descriptive statistics. The results revealed five main categories: social integration, youth protagonism, inclusion, health promotion, and culture and leisure. The findings highlight the strengthening of the sense of belonging, the development of autonomy, and improvements in physical, emotional, and social well-being. The study concludes that this experience constitutes a powerful strategy for integral education within the scope of Professional and Technological Education.

Keywords: professional and technological education; health promotion; youth protagonism; leisure; integrated high school.

1 INTRODUÇÃO

A Educação Profissional e Tecnológica (EPT), especialmente no contexto do Ensino Médio Integrado (EMI), tem como princípio a formação humana integral, compreendida como a articulação entre trabalho, ciência e cultura no processo educativo, perspectiva que busca superar a histórica dualidade entre formação geral e formação técnica (Frigotto, 2018; Frigotto, Ciavatta, Ramos, 2012). Nessa perspectiva, Santos *et al.* (2018) salientam que as práticas pedagógicas integradoras são instrumentos vitais para materializar essa proposta, pois permitem a aproximação entre os saberes teóricos e a realidade prática, favorecendo uma aprendizagem que rompe com a tradição conteudista.

Sob esse prisma, a Educação Física, ao tratar da cultura corporal, amplia seu escopo para além do ensino técnico de modalidades esportivas, passando a dialogar com dimensões sociais e culturais do movimento humano, o que corrobora a compreensão de que o corpo é também uma construção histórica e social, atravessada por significados culturalmente produzidos e por práticas sociais situadas, que expressam e reproduzem relações de poder e modos de vida (Bracht; Almeida, 2019). Contudo, como problematiza Kunz (2020), a permanência de abordagens tecnicistas e competitivas no ensino do esporte

tensiona seu potencial educativo, ao restringi-lo a lógicas de rendimento e desempenho, em detrimento de experiências formativas mais amplas.

No campo da saúde, a adoção de uma perspectiva ampliada implica compreender o processo saúde-doença como socialmente determinado, o que desloca o foco de intervenções individuais para práticas coletivas e contextuais (Paim; Almeida-Filho, 2014; Buss, 2000). Alinhado a esse pensamento, o estudo SP-PROSO (Mansilla *et al.*, 2018) reforça que a escola é um território determinante para a saúde juvenil, onde a construção de vínculos positivos e um clima escolar acolhedor atuam como fatores de proteção contra vulnerabilidades psicossociais.

Paralelamente, o lazer, ao ser compreendido como prática cultural, potencializa experiências educativas que favorecem autonomia, participação e produção de sentidos, contribuindo para a construção de ambientes escolares mais democráticos (Marcellino, 2017). Entretanto, estudos recentes apontam para a prevalência de sintomas de ansiedade e estresse entre adolescentes do ensino médio, evidenciando a necessidade de estratégias que fortaleçam a saúde mental no ambiente escolar (Ferreira; Silva; Rocha, 2025). Nessa perspectiva, Fuke e Coutinho (2026), ao analisarem a produção científica sobre saúde no EMI nos últimos 15 anos, destacam o crescimento gradual do tema e a importância de fomentar práticas que superem abordagens estritamente disciplinares, integrando a saúde de forma transversal no currículo dos Institutos Federais.

Diante desse contexto, justifica-se a realização de iniciativas que integrem práticas corporais, promoção da saúde e lazer no ambiente escolar, especialmente aquelas que promovam o protagonismo estudantil e a interação entre diferentes sujeitos institucionais. Segundo Alves *et al.* (2025), o uso de metodologias ativas na EPT permite que os alunos enfrentem situações-problema de forma colaborativa, estimulando a autonomia e uma aprendizagem mais interdisciplinar. Tais experiências podem contribuir para a ressignificação das práticas pedagógicas e para o fortalecimento de uma educação comprometida com a formação integral.

A articulação entre esses eixos configura-se, portanto, como um campo potente para o desenvolvimento de práticas pedagógicas integradoras. Assim, o presente estudo tem como objetivo relatar e analisar a experiência do projeto “IF em Movimento”, desenvolvido no Instituto Federal Sul-rio-grandense (IFSUL), Campus Lajeado, evidenciando suas contribuições para a promoção da saúde, integração e protagonismo no contexto do EMI. Para tanto, busca-se compreender as percepções dos participantes acerca da experiência, analisar as contribuições do projeto para o fortalecimento da integração social entre estudantes e servidores, examinar o desenvolvimento do protagonismo estudantil nas atividades propostas, bem como discutir de que modo as práticas vivenciadas favoreceram a promoção da saúde em suas dimensões física, emocional e social, articulando ainda elementos de inclusão, cultura e lazer como componentes formativos no contexto da EPT.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Este estudo caracteriza-se como um relato de experiência de abordagem qualitativa e quantitativa, de caráter exploratório. A atividade ocorreu em um sábado letivo, no Sítio Moinhos do Campo (Estrela/RS), das 8h às 17h, contando com a participação de 465 sujeitos, entre estudantes, professores e técnicos administrativos do IFSUL, Campus Lajeado.

Do total de estudantes participantes, destaca-se a presença de 28 alunos com laudo de necessidades específicas, sendo 1 com síndrome de Down, 6 com transtorno do espectro autista (TEA), 5 com deficiência física, 12 com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), 1 com dislexia, 1 com transtorno afetivo bipolar e 2 com altas habilidades, o que demandou ações articuladas com o Núcleo de Atendimento às Pessoas com Necessidades Específicas (NAPNE), visando garantir condições de participação e inclusão nas atividades propostas. A presença de estudantes com diferentes necessidades específicas contribuiu para confrontar práticas pedagógicas tradicionais, exigindo adaptações e promovendo uma cultura mais inclusiva no ambiente escolar.

A organização do evento foi realizada pelos professores de Educação Física, com apoio da gestão institucional e do grêmio estudantil. A programação foi estruturada conforme o cronograma apresentado no Quadro 1.

Quadro 1 – Programação do evento IF em Movimento

08h00: chegada ao local e recepção;
08h15: aquecimento com aula de dança coletiva;
08h45: corrida de obstáculos na natureza (com suporte técnico especializado);
11h00: início dos torneios de futebol sete e voleibol (com arbitragem colaborativa);
12h15: pausa para almoço (organização autônoma por turmas);
13h15: reinício das competições esportivas;
16h30: cerimônia de premiação;
17h00: encerramento das atividades.

O evento teve início com o acolhimento da comunidade escolar, seguido de um aquecimento lúdico com dança e muita integração. A programação prosseguiu com uma corrida de obstáculos de 2,3 km em ambiente natural e, após a conclusão desta etapa, deram-se início as competições de voleibol e futebol sete. Destaca-se que os times foram formados de maneira aleatória, envolvendo estudantes e servidores, com o objetivo de promover maior integração entre os diferentes sujeitos institucionais. As atividades esportivas coletivas contaram com arbitragem colaborativa, realizada pelos próprios participantes, incentivando o protagonismo e a corresponsabilidade.

Para a avaliação da experiência, foram utilizados três instrumentos de coleta de dados: (i) questionário online pré e pós-evento, composto por questões abertas e fechadas, respondido por 223 participantes; (ii) observação sistemática e registros de campo realizados pelos professores responsáveis durante o evento; (iii) rodas de conversa conduzidas com as turmas após a atividade.

As rodas de conversa tiveram como objetivo promover um espaço de escuta qualificada sobre a experiência vivenciada, abordando percepções, pontos positivos, limitações e sugestões para futuras edições, possibilitando a emergência de narrativas dos próprios participantes.

Os dados qualitativos provenientes das questões abertas dos questionários, das observações registradas em diário de campo e das rodas de conversa foram analisados por meio da análise de conteúdo, conforme proposta de Bardin (2015). O processo analítico foi desenvolvido em três etapas: (i) pré-análise, com leitura flutuante do material e organização do corpus; (ii) exploração do material, com codificação das unidades de registro e agrupamento em categorias temáticas; e (iii) tratamento dos resultados e interpretação, etapa em que as categorias foram analisadas à luz do referencial teórico adotado. Essa abordagem possibilitou a identificação de padrões de sentido nas narrativas dos participantes, contribuindo para a compreensão das percepções e experiências relacionadas às práticas desenvolvidas no projeto. As categorias emergiram a partir da recorrência temática nas unidades de registro.

Os dados quantitativos foram tratados por meio de estatística descritiva simples, com análise de frequências e percentuais.

Essa estratégia metodológica possibilitou uma compreensão ampliada da experiência, articulando diferentes fontes de dados e favorecendo a interpretação dos significados atribuídos pelos participantes às práticas desenvolvidas. A triangulação dos dados buscou conferir maior consistência e validade à análise dos resultados.

2.1 Aspectos éticos

Por tratar-se de um relato de experiência decorrente de prática pedagógica, foram assegurados os preceitos éticos vigentes. Os participantes foram informados sobre o caráter acadêmico da coleta de dados, participando de forma voluntária e consentida. Garantiram-se o anonimato e a confidencialidade das informações, em consonância com as diretrizes do Conselho Nacional de Saúde, conforme a Resolução CNS nº 510/2016. Os dados qualitativos e quantitativos foram utilizados exclusivamente para fins de análise científica e para o aprimoramento das práticas de ensino na EPT. As imagens utilizadas no estudo foram autorizadas pelos participantes ou produzidas de modo a não permitir sua identificação.

2.2 Declaração de uso de Inteligência Artificial Generativa (IA)

Declaramos que ferramentas de Inteligência Artificial Generativa (IA) foram utilizadas no desenvolvimento deste trabalho, especificamente nas seguintes etapas:

- Google Gemini: Utilizado para revisão gramatical, ajuste de estilo e adequação normativa conforme os padrões da ABNT.

- Claude 3.5 (Anthropic): Utilizado no suporte à filtragem de dados, estruturação lógica do referencial teórico e organização técnica das referências bibliográficas.

Reitera-se que todo o conteúdo gerado ou processado por tais ferramentas foi revisado criticamente, editado e validado pelo autor. Este assume integral responsabilidade pela originalidade, integridade e veracidade do texto final, em estrita conformidade com as diretrizes de integridade científica estabelecidas pela Portaria CNPq nº 2.664/2026 (Brasil, 2026).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise da experiência do projeto “IF em Movimento”, articulada aos dados obtidos por meio do questionário e das demais estratégias de coleta, evidencia um conjunto de elementos que reforçam o potencial das práticas corporais como estratégias educativas no contexto do EMI. A partir da análise temática dos dados, foram identificadas cinco categorias centrais: (i) integração social, (ii) protagonismo juvenil, (iii) inclusão, (iv) promoção da saúde e (v) cultura e lazer.

A Figura 1 evidencia um dos momentos de integração vivenciados durante o aquecimento para a corrida de obstáculos. Mais do que uma preparação para a prova, esse momento configura-se como um dispositivo pedagógico para o fortalecimento de vínculos. Nesse sentido, o estudo SP-PROSO (Mansilla *et al.*, 2018) destaca que a promoção da saúde na escola depende diretamente da construção de um clima escolar positivo e de relações interpessoais sólidas, que atuam como fatores de proteção contra riscos psicossociais. Assim, o aquecimento coletivo busca promover a integração necessária para que o estudante se sinta pertencente ao grupo, favorecendo o engajamento nas etapas subsequentes do projeto.

Figura 1 – Atividade de integração no aquecimento para a corrida de obstáculos.



Fonte: Acervo dos autores (2026).

A Figura 2 evidencia a participação da comunidade escolar na corrida de obstáculos, destacando não apenas o envolvimento coletivo dos estudantes, mas também a articulação entre cooperação e superação de desafios. Tal dinâmica reforça as dimensões de integração social e protagonismo juvenil ao mobilizar práticas corporais que, conforme discutido por Loisen e Neuenfeldt (2024), extrapolam o caráter meramente técnico e o foco no desempenho motor, configurando-se como experiências significativas de cultura corporal. Além disso, ao propor desafios físicos que demandam ajuda mútua, a atividade aproxima-se da perspectiva de Alves *et al.* (2025), ao colocar o estudante diante de situações-problema que estimulam a autonomia e a colaboração.

Figura 2 – Participação da comunidade escolar na corrida de obstáculos.



Fonte: Acervo dos autores (2026).

3.1 Integração social e permanência e êxito

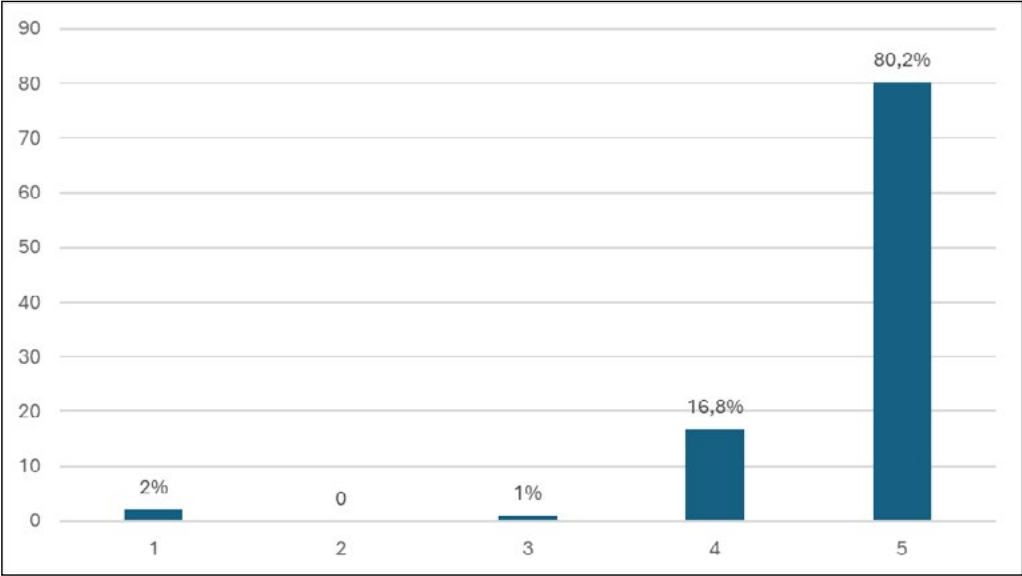
A constituição de equipes mistas, envolvendo estudantes e servidores de forma integrada, contribuiu significativamente para a redução de barreiras hierárquicas no ambiente institucional. Essa estratégia favoreceu o estabelecimento de relações mais horizontais, dialógicas e colaborativas, essenciais para a construção de um clima escolar positivo. As respostas obtidas via questionário indicaram que esse tipo de interação fortalece vínculos afetivos e amplia o sentimento de pertencimento, aspecto que dialoga diretamente com as políticas institucionais de permanência e êxito dos Institutos Federais.

Para a avaliação desta dimensão, utilizou-se uma escala do tipo Likert de cinco pontos, variando de “discordo totalmente” a “concordo totalmente”.

Entre os itens analisados, destaca-se a afirmação: “O ambiente favoreceu momentos de convivência e socialização”.

Os resultados evidenciam um elevado índice de aprovação da proposta: 80,2% dos participantes afirmaram concordar totalmente e 16,8% concordar parcialmente. Apenas uma parcela residual manteve-se neutra (1%) ou indicou discordância (2%). A expressiva soma de concordância (97%) demonstra que a grande maioria dos respondentes percebeu o evento como um espaço efetivo de convivência, validando a proposta como estratégia de integração institucional que rompe com a dinâmica tradicional do cotidiano escolar.

Gráfico 1 – Percepção dos participantes sobre a convivência e socialização no evento



Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Tal resultado não apenas reforça as diretrizes institucionais voltadas à permanência e êxito, mas também encontra eco na perspectiva de Bourdieu (2019), ao tensionar as estruturas hierárquicas tradicionais da escola e possibilitar a construção de relações sociais mais horizontais. Nesse sentido, a experiência contribui para uma reconfiguração simbólica das relações no espaço escolar, aproximando sujeitos que, no cotidiano formal, muitas vezes ocupam posições de distanciamento.

Nas rodas de conversa, essa percepção quantitativa ganhou contornos subjetivos. Os estudantes relataram que a convivência com os servidores em um ambiente não formal contribuiu para “quebrar barreiras” e tornar a instituição um lugar mais acolhedor. O sentimento de pertencimento emerge, portanto,

da ocupação conjunta do espaço e do tempo de lazer. Conforme destacado no relato de um dos estudantes:

“Foi muito diferente jogar com os professores, parece que eles ficaram mais próximos da gente. No campo de futebol ou na corrida, todo mundo era igual, jogando, correndo e se ajudando.”

Essa fala reitera que práticas pedagógicas, quando articuladas à promoção da saúde e ao lazer, atuam como catalisadoras de experiências subjetivas e relações sociais, transformando o “espaço” físico da escola em um “lugar” de vivências significativas e afetivas.

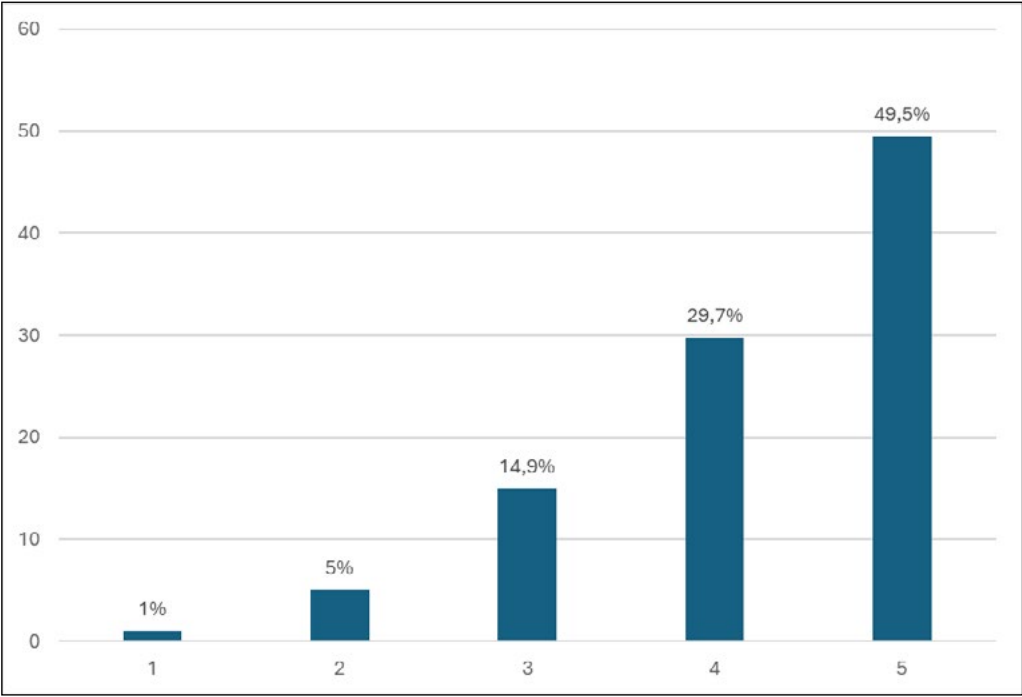
3.2 Protagonismo juvenil e autonomia

O envolvimento do grêmio estudantil na organização do evento, somado à adoção da arbitragem colaborativa, deslocou os estudantes de uma posição passiva para uma atuação ativa na gestão das atividades. Essa participação evidencia o protagonismo juvenil como elemento estruturante da proposta, ampliando os espaços de decisão e a corresponsabilidade no ambiente escolar.

Essa dinâmica corrobora a concepção de educação como prática da liberdade, conforme Freire (1996), ao possibilitar que os estudantes assumam papel ativo nos processos decisórios, deslocando-se da condição de receptores para sujeitos do processo educativo. Ademais, conforme Kunz (2020), a ressignificação do esporte no contexto escolar passa pela valorização de experiências na cooperação, no diálogo e na participação crítica, superando a lógica do rendimento técnico.

Para avaliar essa dimensão, analisou-se a percepção dos participantes quanto à afirmação: “As atividades estimularam a tomada de decisões e responsabilidades”, cujos resultados estão apresentados no Gráfico 2.

Gráfico 2 - As atividades estimularam a tomada de decisões e responsabilidades.



Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Os dados indicam que 49,5% dos participantes concordaram totalmente e 29,7% concordaram parcialmente, totalizando 79,2% de percepção positiva. Todavia, observa-se a presença de 14,9% de respostas neutras e 6% de discordância. Esse cenário revela que a percepção sobre o protagonismo não se deu de maneira homogênea entre os participantes, apresentando maior variação quando comparada à dimensão da integração social.

Nesse contexto, as reflexões de Silva (2018) são fundamentais para compreender essa heterogeneidade. O autor adverte que, no atual cenário educacional, o protagonismo juvenil corre o risco de ser reduzido a um “imperativo da autenticidade”, onde o estudante é estimulado a ser um “coleccionador de experiências”, mas sem necessariamente desenvolver uma autonomia crítica sobre o currículo. Assim, a variação nos dados do Gráfico 2 pode indicar que, para uma parcela dos estudantes, a atividade foi vivenciada apenas como o cumprimento de uma tarefa prática, evidenciando o desafio de transformar a participação episódica em uma capacidade permanente de intervenção na realidade escolar.

Esse resultado sugere que, embora o protagonismo tenha sido efetivamente promovido, sua intensidade foi percebida de forma diferenciada, possivelmente em função dos distintos níveis de envolvimento nas tarefas

organizativas. Enquanto alguns estudantes vivenciaram o protagonismo de maneira mais direta, outros tiveram uma participação mais periférica. Ainda assim, a predominância de respostas favoráveis indica que o evento criou condições favoráveis para o exercício da autonomia.

Nas rodas de conversa, essa percepção foi validada pelos relatos dos estudantes que assumiram papéis mais ativos durante o evento. O exercício da arbitragem, especificamente, foi citado como um desafio pedagógico:

“Ajudar a organizar e apitar os jogos fez a gente se sentir responsável de verdade pelo evento. A gente tinha que resolver os conflitos na hora, sem esperar pelo professor”.

Os relatos evidenciam que a ampliação da participação discente em processos decisórios foi compreendida como uma oportunidade concreta de desenvolvimento de competências socioemocionais, reafirmando a autonomia como elemento central da formação integral no EMI.

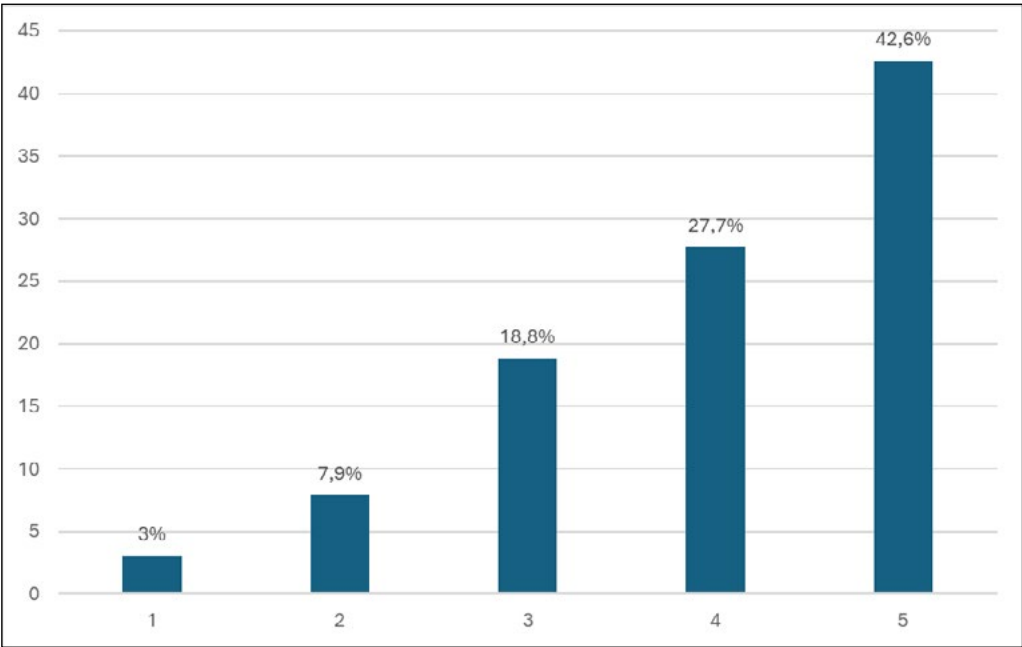
Esse tipo de vivência promove o desenvolvimento de habilidades sociais e de liderança, fundamentais para a mediação de conflitos e para a gestão de grupos. Conforme apontam Pelegrini e Taube (2025), o investimento em treinamentos que estimulam competências interpessoais não apenas melhora o engajamento, mas também fortalece a confiança do sujeito para lidar com responsabilidades coletivas.

3.3 Inclusão e atuação do NAPNE

A participação do Núcleo de Atendimento às Pessoas com Necessidades Específicas (NAPNE) desempenhou papel central na organização de estratégias voltadas à inclusão de estudantes com diferentes necessidades, buscando assegurar condições de participação em atividades que, historicamente, tendem à exclusão. A atuação do núcleo não se restringiu ao acesso físico, mas desafiou práticas tradicionais da educação física ao valorizar as singularidades dos sujeitos (Kirk; Almeida; Bracht, 2019).

Para analisar essa dimensão, considerou-se a percepção dos participantes acerca da afirmação: “As atividades foram inclusivas e acessíveis”, cujos resultados estão consolidados no Gráfico 3.

Gráfico 3 - As atividades foram inclusivas e acessíveis



Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Os dados indicam que 42,6% dos participantes concordaram totalmente e 27,7% concordaram parcialmente, totalizando 70,3% de avaliações positivas. Contudo, observa-se uma parcela significativa de respostas neutras (18,8%) e um índice de discordância de 10,9% (7,9% parcial e 3% total). Esse cenário evidencia uma percepção menos consensual quando comparada às dimensões de integração e protagonismo.

Essa distribuição sugere que, embora as ações tenham sido efetivas para a maioria, a acessibilidade plena e a participação equitativa ainda enfrentam limitações de ordem estrutural e pedagógica. A expressiva neutralidade pode indicar que parte dos estudantes, por não vivenciarem diretamente situações de necessidades específicas, possui uma percepção periférica sobre as estratégias de adaptação. Já as discordâncias apontam para a necessidade de refinamento em atividades específicas, como a corrida de obstáculos, que impõe diferentes níveis de exigência física entre os participantes.

Nas rodas de conversa, entretanto, a dimensão qualitativa trouxe nuances de acolhimento que os dados quantitativos, por vezes, não captam. A percepção de um ambiente seguro e respeitoso foi recorrente:

“Ninguém ficou de fora, todo mundo conseguiu participar do seu jeito. Mesmo quem tinha mais dificuldade encontrou um colega ou professor para ajudar no obstáculo.”

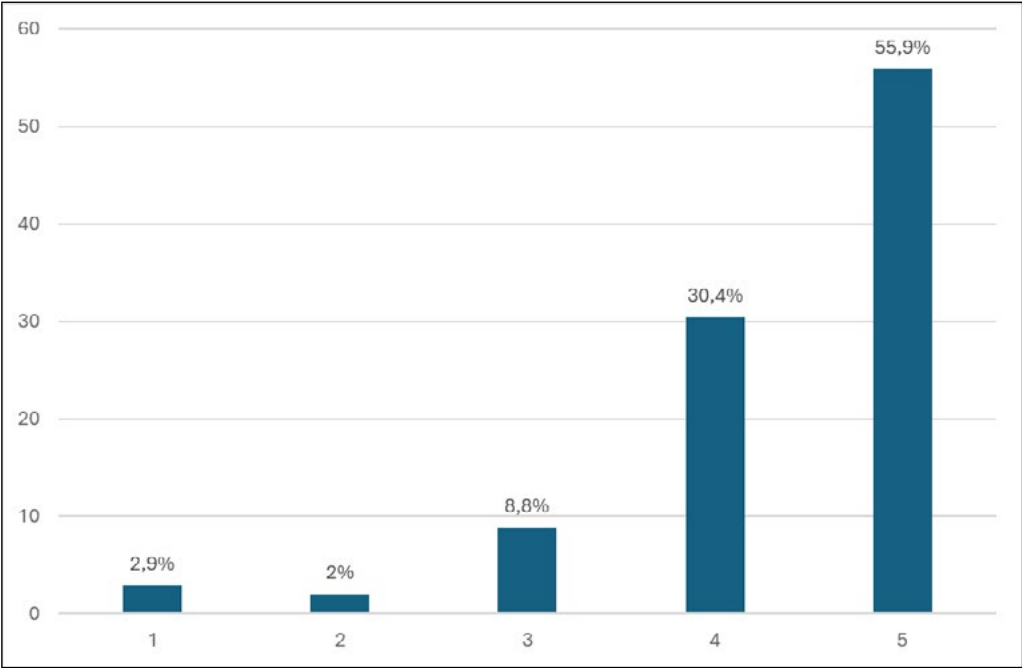
A análise articulada evidencia que a inclusão foi percebida como um valor e uma diretriz pedagógica explícita do evento, ainda que sua materialização técnica não tenha ocorrido de forma homogênea para todos. Esse resultado reforça a importância do NAPNE no contexto escolar, não apenas como um órgão de suporte, mas como um agente que problematiza e impulsiona a necessidade de adaptações constantes e mediações pedagógicas, consolidando a Educação Física como um direito de todos.

3.4 Promoção da saúde em perspectiva ampliada

Os dados coletados evidenciam elevados níveis de percepção positiva quanto aos impactos do evento sobre a saúde dos participantes, indicando que a experiência extrapolou a dimensão estritamente fisiológica das práticas corporais para atingir dimensões psicossociais.

No que tange ao bem-estar emocional, os resultados demonstram um impacto significativo na dimensão subjetiva dos envolvidos. Conforme ilustra o Gráfico 4, 86,3% dos participantes apresentaram uma percepção positiva (55,9% concordam plenamente e 30,4% parcialmente) em relação à contribuição do evento para seu bem-estar emocional.

Gráfico 4 – O evento contribuiu para meu bem-estar emocional

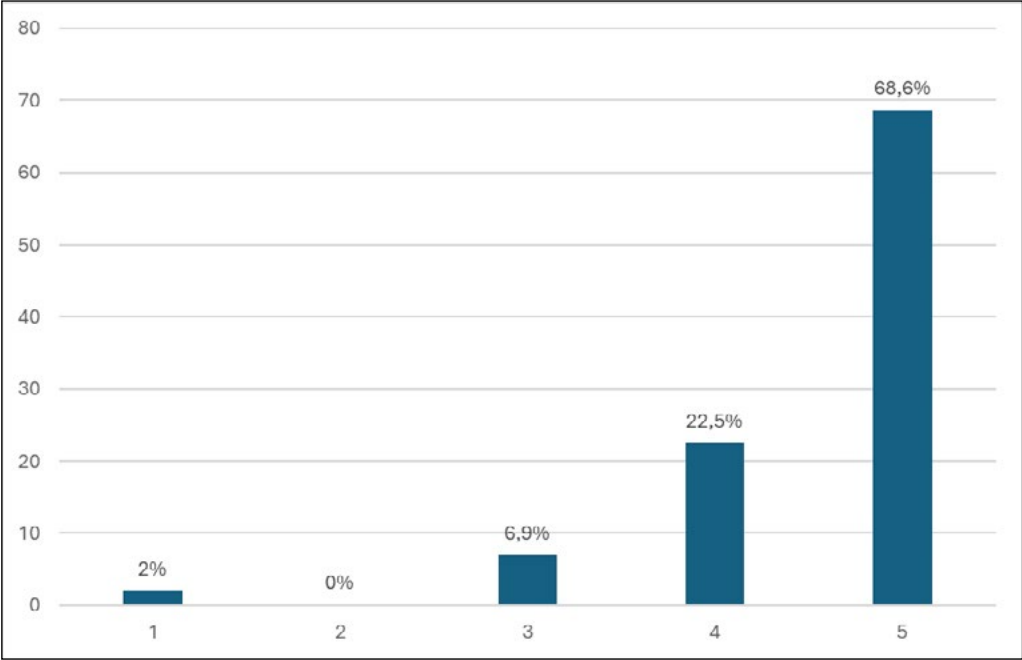


Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Ao analisarmos os índices de bem-estar emocional (86,3%), percebemos a potência do lazer em contraposição aos quadros de estresse e depressão frequentemente identificados em estudantes dessa etapa de ensino (Ferreira; Silva; Rocha, 2025). Enquanto Ferreira, Silva e Rocha (2025) identificaram correlações entre baixa autoestima e o uso de redes sociais, Silva e Conde (2025) reforçam que o ambiente digital também influencia negativamente a saúde física e os hábitos de vida na adolescência, estimulando comportamentos sedentários. Complementarmente, Silva, Silva e Almeida (2025) alertam que o tempo excessivo de tela está diretamente associado ao comportamento sedentário em adolescentes, o que eleva os riscos à saúde e compromete a qualidade de vida. Nesse sentido, nossa experiência aponta que as interações presenciais na natureza podem atuar como um dispositivo protetivo, oferecendo uma alternativa real ao isolamento e à passividade das telas.

De forma ainda mais expressiva, os dados relativos à fruição e ao prazer (Gráfico 5) revelam que 91,1% dos sujeitos (68,6% de concordância total e 22,5% parcial) encontraram satisfação nas atividades. A quase inexistência de discordância (apenas 2% no polo negativo) reforça o evento como uma experiência de lazer altamente positiva.

Gráfico 5 - O evento proporcionou momentos de prazer e satisfação



Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Esses achados corroboram a concepção ampliada de saúde, na qual o processo saúde-doença é compreendido como socialmente determinado. Nessa perspectiva, o bem-estar não se restringe à aptidão física ou à ausência de enfermidades, mas é produzido em experiências coletivas, prazerosas e dotadas de sentido (Paim; Almeida-Filho, 2014; Buss, 2000).

A análise das respostas abertas à pergunta “De que forma o evento impactou sua saúde e bem-estar?” permite aprofundar essa compreensão. O uso de termos como “libertador”, “me senti mais vivo” e “feliz e calmo” sugere que a vivência operou como um dispositivo de alívio das tensões associadas ao cotidiano escolar no EMI. A saúde, nesse contexto, emerge como a capacidade de lidar com o meio e produzir novas formas de vivenciar o cotidiano.

Um dos relatos destaca a potência da atividade física quando aliada à satisfação pessoal:

“Foi uma atividade física muito boa, me senti mais vivo.”

Outro estudante evidencia a complexidade dessa experiência ao diferenciar o cansaço físico da revitalização emocional:

“O evento impactou minha saúde mental de forma leve, fiquei mais feliz e calmo. Sobre a parte física, tive certas dores no dia seguinte, afinal não sou 100% acostumado, mas com certeza valeu cada minuto, pois foi muito divertido.”

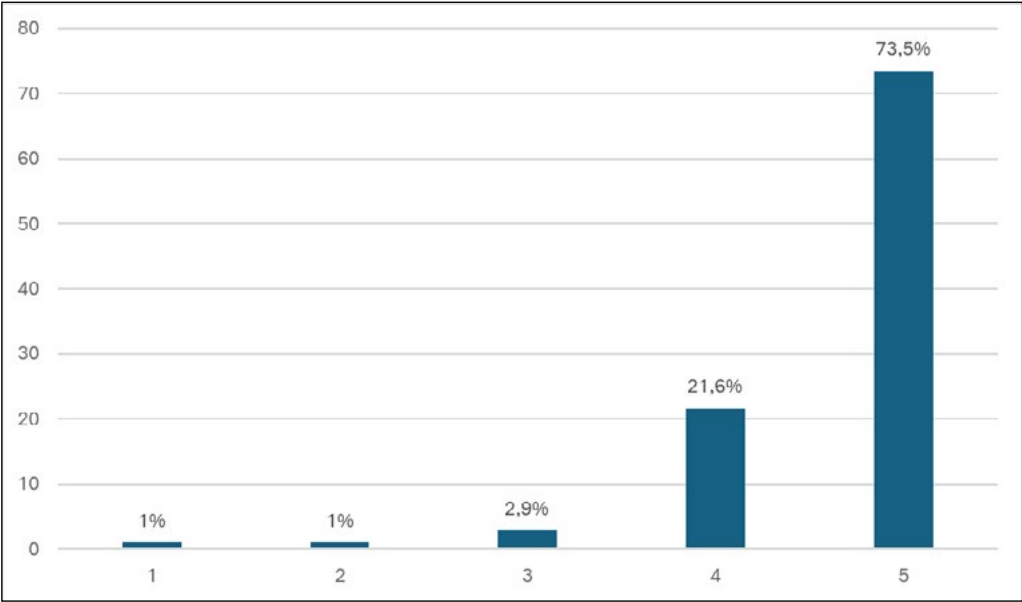
Esse depoimento é pedagogicamente relevante, pois revela que o esforço físico, mesmo gerando desconforto muscular (fadiga), foi resignificado a partir do prazer da vivência. Tal percepção indica que a promoção da saúde no contexto escolar ocorre quando o estudante compreende o movimento não apenas como exigência técnica, mas como parte de uma experiência significativa de lazer, convivência e autonomia.

Em síntese, o projeto articulou movimento, natureza e interação social, consolidando-se como uma estratégia de promoção da saúde que integra corpo, emoção e sociabilidade, elementos indissociáveis do processo de formação integral no contexto EPT.

3.5 Cultura, lazer e convivência

A dimensão do lazer emergiu como um dos elementos fundamentais da experiência, evidenciando seu potencial como espaço de produção de sentidos, sociabilidade e fortalecimento de vínculos no cotidiano do EMI. A elevada convergência dos participantes em torno desta categoria é evidenciada pelos dados apresentados no Gráfico 6.

Gráfico 6 – Percepção sobre experiências de lazer significativas



Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Os resultados indicam que 73,5% dos sujeitos concordaram totalmente e 21,6% concordaram parcialmente com a afirmação de que o evento proporcionou experiências de lazer significativas, totalizando 95,1% de avaliações positivas, com predominância de concordância total. Esse índice evidencia não apenas consenso, mas também intensidade na percepção dos participantes, indicando que o lazer foi vivenciado como uma dimensão central da experiência.

Tal resultado reforça a compreensão do lazer como um campo de produção cultural e socialização, no qual os sujeitos constroem sentidos e fortalecem vínculos, extrapolando a ideia de tempo livre desprovido de intencionalidade educativa (Marcellino, 2017).

As respostas à pergunta aberta “Qual foi o momento mais significativo para você? Por quê?” aprofundam a compreensão qualitativa dessa dimensão. Os significados atribuídos ao evento foram diversos, perpassando o desafio pessoal, a cooperação mútua e a fruição de momentos de descontração. A corrida de obstáculos, por exemplo, foi ressignificada pelos estudantes como um espaço de superação e interação:

“A corrida de obstáculos foi significativa porque me desafiei, enfrentei medos e me integrei com outras turmas, ajudando e sendo ajudada a superar os desafios. Sem ajuda eu não conseguiria.”

A centralidade da cooperação desloca o foco da lógica competitiva para experiências solidárias. Para muitos participantes, o lazer operou como

mediador de novas interações sociais, rompendo segmentações entre turmas e ampliando o repertório relacional:

“Na corrida, além de passar pela lama, conversei com muitas pessoas com quem nunca tinha falado antes. Achei muito legal que estava todo mundo se ajudando.”

Para além das atividades físicas, os momentos de partilha e convivência também emergiram como espaços significativos. A socialização das experiências após as atividades revelou o papel do lazer na construção de narrativas coletivas:

“O momento mais significativo foi após a corrida, quando a turma se reuniu e começou a contar as dificuldades e momentos engraçados de cada um, compartilhando as experiências.”

Outro aspecto relevante foi a valorização da inclusão como parte constitutiva da experiência de lazer. O reconhecimento da participação de estudantes com necessidades específicas foi destacado como elemento significativo:

“Foi ver os estudantes de inclusão participando ativamente das atividades, estando realmente integrados no grupo.”

Em síntese, os dados quantitativos e qualitativos indicam que o “IF em Movimento” configurou-se como uma prática educativa ampliada, na qual o lazer foi vivenciado como uma experiência relacional. Nesse contexto, cooperação, diálogo e convivência se entrelaçam, reforçando que a formação integral também se constrói em espaços de fruição, desafio e interação social.

Dessa forma, ao articular as dimensões de integração social, protagonismo juvenil, inclusão, promoção da saúde e cultura do lazer, a experiência do projeto “IF em Movimento” evidencia uma estreita consonância com os princípios pedagógicos da EPT e com a perspectiva do Currículo Integrado. Ao promover a indissociabilidade entre a formação humana, as práticas corporais e as vivências sociais, o projeto materializa a concepção de formação omnilateral, na qual o estudante é compreendido em sua totalidade, biológica, social, cultural e emocional (Frigotto, 2010).

Nessa perspectiva, as práticas desenvolvidas extrapolam o caráter de mera atividade extracurricular ou evento episódico; elas constituem-se como uma ação pedagógica que confronta a fragmentação do conhecimento e integra as dimensões do trabalho, da ciência, da cultura e da tecnologia no cotidiano escolar (Ciavatta, 2005; Ramos, 2014). Ao colocar o corpo em movimento como um campo de saber e de relação, a experiência dialoga com a proposta de formação humana integral, orientada para a compreensão crítica da realidade e para a emancipação dos sujeitos (Ramos, 2014).

A análise conjunta dos dados revela que o projeto apresentou potencial como um dispositivo de resistência à precarização das relações

subjetivas no EMI. Ao favorecer o protagonismo discente e a cooperação, a proposta pedagógica não apenas contribuiu para a saúde e a convivência, mas consolidou-se como uma estratégia alinhada aos fundamentos da EPT, ao potencializar práticas educativas que articulam o conhecimento científico e sensível à experiência social dos sujeitos, transformando o “fazer escola” em um exercício de cidadania e transformação (Frigotto; Ciavatta; Ramos, 2012).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto “IF em Movimento” consolidou-se como uma estratégia pedagógica relevante para a promoção da saúde, da integração social e do protagonismo discente no contexto do Ensino Médio Integrado. Ao articular práticas corporais, lazer e natureza, a iniciativa materializa os princípios da formação humana integral, superando abordagens restritas à dimensão técnica da Educação Física escolar.

A análise dos dados evidenciou que a experiência produziu impactos multidimensionais. No campo da integração social, os resultados indicam o fortalecimento dos vínculos interpessoais e do sentimento de pertencimento, demonstrando a capacidade da proposta de tensionar barreiras hierárquicas e favorecer relações mais horizontais entre estudantes e servidores. No que se refere ao protagonismo juvenil, a heterogeneidade nas percepções sugere que o desenvolvimento da autonomia constitui um processo gradual, condicionado pelos diferentes níveis de engajamento dos participantes, o que aponta para a importância de ampliar, de forma sistemática, os espaços de participação estudantil.

No âmbito da inclusão, o estudo evidenciou avanços na construção de uma cultura institucional pautada no acolhimento e no respeito às singularidades. Entretanto, a presença de percepções menos consensuais indica a necessidade de aperfeiçoamento contínuo das estratégias pedagógicas e das condições de acessibilidade, especialmente em atividades que envolvem maiores exigências físicas, reforçando o papel do NAPNE como agente mediador desse processo.

Quanto à promoção da saúde, os elevados índices de bem-estar emocional e satisfação subjetiva corroboram a perspectiva ampliada de saúde, na qual o cuidado ultrapassa a dimensão biológica. A experiência demonstrou que o movimento, quando associado ao prazer, à convivência e ao sentido coletivo, pode atuar como um importante dispositivo de promoção do bem-estar no ambiente escolar. Nesse contexto, o lazer destacou-se como elemento estruturante da proposta, configurando-se como espaço de produção de cultura, socialização e construção de experiências significativas.

Do ponto de vista metodológico, a triangulação entre questionário, observação e rodas de conversa mostrou-se adequada para a compreensão da complexidade da experiência. Como limitações, destacam-se o caráter pontual

da intervenção e a ausência de acompanhamento longitudinal, o que restringe a análise dos efeitos a médio e longo prazo.

Em síntese, o “IF em Movimento” ultrapassa a dimensão recreativa e se configura como uma prática educativa ampliada, contribuindo para a ressignificação das ações pedagógicas na Educação Profissional e Tecnológica. Iniciativas dessa natureza reforçam a compreensão de que a escola deve constituir-se como um espaço de formação integral, no qual corpo, emoção e sociabilidade sejam reconhecidos como dimensões indissociáveis do processo educativo.

REFERÊNCIAS

ALVES, M. V. P.; PAULINO, O. F.; CARVALHO, D. G. F.; NASCIMENTO JÚNIOR, E. C. Aprendizagem baseada em problemas na educação profissional e tecnológica: uma abordagem interdisciplinar entre física e redes de computadores. **Destaques Acadêmicos**, Lajeado, v. 17, n. 4, p. 161-182, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.22410/issn.2176-3070.v17i4a2025.4324>. Acesso em: 18 abr. 2026.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2015.

BOURDIEU, P. **Questões de sociologia**. Rio de Janeiro: Vozes, 2019.

BRACHT, V.; ALMEIDA, F. Q. Pedagogia crítica da Educação Física: dilemas e desafios na atualidade. **Movimento**, [S. l.], v. 25, e25068, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.96196>. Acesso em: 23 abr. 2026.

BRASIL. Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq). **Portaria CNPq nº 2.664, de 06 de março de 2026**. Estabelece diretrizes e normas sobre o uso de Inteligência Artificial Generativa em atividades de pesquisa científica e tecnológica. Brasília, DF: CNPq, 2026. Disponível em: http://memoria2.cnpq.br/web/guest/view/-/journal_content/56_INSTANCE_0oED/10157/23142775?COMPANY_ID=10132. Acesso em: 27 abr. 2026.

BUSS, P. M. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 163–177, 2000. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232000000100014>. Acesso em: 23 abr. 2026.

CIAVATTA, M. A formação integrada: a escola e o trabalho como lugares de memória e de identidade. **Revista Trabalho Necessário**, Niterói, v. 3, n. 3, p. 1-20, 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.22409/tn.3i3.p6122>. Acesso em: 27 abr. 2026.

FERREIRA, A. B. M.; SILVA, A. G. L.; ROCHA, A. S. Saúde mental de estudantes do ensino médio: correlações entre ansiedade, depressão, estresse, autoestima e uso de redes sociais. **Destaques Acadêmicos**, Lajeado, v. 17, n. 3, p. 215-239, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.22410/issn.2176-3070.v17i3a2025.4181>. Acesso em: 23 abr. 2026.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia**: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

FRIGOTTO, G. A interdisciplinaridade como necessidade e como problema nas ciências sociais. **Ideação**, Foz do Iguaçu, v. 10, n. 1, p. 41-62, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.48075/ri.v10i1.4143>. Acesso em: 27 abr. 2026.

FRIGOTTO, G. **Educação e a crise do capitalismo real**. 6. ed. São Paulo: Cortez, 2018.

FRIGOTTO, G.; CIAVATTA, M.; RAMOS, M. **Ensino Médio Integrado**: concepção e contradições. 3. ed. São Paulo: Cortez, 2012.

FUKE, K.; COUTINHO, R. X. Saúde e Ensino Médio Integrado: uma análise cienciométrica. **Revista Educar Mais**, [S. l.], v. 10, p. 1-24, 2026. Disponível em: <https://doi.org/10.15536/reducarmais.10.2026.5315>. Acesso em: 15 abr. 2026.

KIRK, D.; ALMEIDA, F. Q.; BRACHT, V. Pedagogia crítica da Educação Física: desafios e perspectivas contemporâneas. **Movimento**, Porto Alegre, v. 25, e25061, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.97341>. Acesso em: 27 abr. 2026.

KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. 9. ed. Ijuí: Unijuí, 2020.

LOISEN, G. V.; NEUENFELDT, D. J. Educação física escolar nos anos finais do ensino fundamental: problematizando a relação entre o que se ensina e o que se avalia. **Destaques Acadêmicos**, Lajeado, v. 16, n. 3, p. 110-125, 2024. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.22410/issn.2176-3070.v16i3a2024.3650>. Acesso em: 23 abr. 2026.

MANSILLA, J. C. G.; SÁNCHEZ, C. S.; SINGER, M.; PERES, M. F. T. Escolas, saúde e riscos na adolescência: reflexões a partir do estudo SP-PROSO. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 9, p. 2783-2794, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980531411159>. Acesso em: 23 abr. 2026.

MARCELLINO, N. C. **Lazer e educação**. Campinas: Papirus, 2017.

PAIM, J. S.; ALMEIDA-FILHO, N. **Saúde coletiva**: teoria e prática. Rio de Janeiro: MedBook, 2014.

PELEGRINI, A. G.; TAUBE, M. E. O exercício da liderança organizacional: um treinamento em habilidades sociais. **Destaques Acadêmicos**, Lajeado, v. 17, n. 2, p. 110-129, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.22410/issn.2176-3070.v17i2a2025.4099>. Acesso em: 23 abr. 2026.

RAMOS, M. N. Ensino médio integrado: da conceituação à operacionalização. **Cadernos de Pesquisa em Educação**, Vitória, v. 9, n. 39, p. 15-29, jan./jun. 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.22535/cpe.v0i39.10243>. Acesso em: 27 abr. 2026.

SANTOS, F. A. A.; SANTOS, J. D.; PROFESSOR, V. P.; SILVA, A. R. Práticas pedagógicas integradoras no ensino médio integrado. **Holos**, Natal, v. 6, n. 34, p. 1-15, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.15628/holos.2018.7611>. Acesso em: 23 abr. 2026.

SILVA, R. R. D. A questão do protagonismo juvenil no Ensino Médio brasileiro: uma crítica curricular. **Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação**, Rio de Janeiro, v. 27, n. 105, p. 1-20, out./dez. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-40362022003003427>. Acesso em: 23 abr. 2026.

SILVA, N. B.; CONDE, S. R. Influência das propagandas e mídias sociais na alimentação de crianças e adolescentes. **Destaques Acadêmicos**, Lajeado, v. 17, n. 3, p. 116-133, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.22410/issn.2176-3070.v17i3a2025.4031>. Acesso em: 23 abr. 2026.

SILVA, E. L.; SILVA, L. S.; ALMEIDA, M. B. Comportamento sedentário e tempo de tela em adolescentes: um estudo de revisão. **Destaques Acadêmicos**, Lajeado, v. 17, n. 3, p. 179-194, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.22410/issn.2176-3070.v17i3a2025.4135>. Acesso em: 23 abr. 2026.