



UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO - UFOP
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UFOP - EEFUFOP
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

AILLIME TUANNY FIRMIDOTAMARINDO

POSSÍVEIS IMPACTOS DA REFORMA DO ENSINO MÉDIO EM RELAÇÃO À SAÚDE
MENTAL DOS ESTUDANTES BRASILEIROS: EM FOCO A NÃO
OBRIGATORIEDADE DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

OURO PRETO
2024

Aillime Tuanny Firmido Tamarindo

**Possíveis impactos da reforma do ensino médio em relação à saúde mental dos
estudantes brasileiros: em foco a não obrigatoriedade da disciplina de educação
física**

Trabalho apresentado à disciplina EFD356
Seminário de Trabalho de Conclusão de Curso
do curso de Licenciatura em Educação Física da
Universidade Federal de Ouro Preto, como
requisito parcial para aprovação na disciplina.

Orientador: Dr. Hebert Glauco Souza

OURO PRETO

2024

SISBIN - SISTEMA DE BIBLIOTECAS E INFORMAÇÃO

T153p Tamarindo, Aillime Tuanny Firmido.

Possíveis impactos da reforma do Ensino Médio em relação à saúde mental dos estudantes brasileiros [manuscrito]: em foco a não obrigatoriedade da disciplina de Educação Física;. / Aillime Tuanny Firmido Tamarindo. . - 2024.
15 f.

Orientador: Prof. Dr. Herbert Glauco de Souza.

Monografia (Licenciatura). Universidade Federal de Ouro Preto.
Escola de Educação Física. Graduação em Educação Física .

1. Educação física. 2. Novo ensino médio. 3. Saúde mental. I. , . II.
Souza, Herbert Glauco de. III. Universidade Federal de Ouro Preto. IV.
Título.

CDU 796

Bibliotecário(a) Responsável: Soraya Fernanda Ferreira e Souza - CRB6/2322



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
REITORIA
ESCOLA DE EDUCACAO FISICA
COLEGIADO DO CURSO DE LICENCIATURA EM
EDUCACAO FISICA



FOLHA DE APROVAÇÃO

Aillime Tuanny Firmido Tamarindo

**Possíveis impactos da reforma do ensino médio em relação à saúde mental dos estudantes brasileiros:
em foco a não obrigatoriedade da disciplina de educação física**

Monografia apresentada ao Curso de Educação Física - Licenciatura da Universidade Federal
de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de graduação

Aprovada em 26 de setembro de 2024

Membros da banca

Prof Dr. Herbert Glauco de Souza - Orientador (Universidade Federal de Ouro Preto)
Prof Dr. André Henrique Chabaribery Capi (Universidade Federal de Ouro Preto)
Profª Apolônia de Jerusalém Ferreira Silva (Universidade Federal de Ouro Preto)

Herbert Glauco de Souza, orientador do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca
Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 15/09/2026



Documento assinado eletronicamente por **André Henrique Chabaribery Capi, VICE-COORDENADOR(A) DE CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**, em 15/09/2026, às 17:34, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site
http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **1192235**
e o código CRC **B2A3BB72**.

AGRADECIMENTOS

Dedico este artigo, aos meus pais, em especial. Obrigada por acreditarem em mim, me tornarem humilde e gentil mesmo quando a vida parece difícil às vezes. Tudo o que conquistei carrega muito do que aprendi com vocês.

Minha sincera gratidão à vida acadêmica, que também me proporcionou encontros incríveis que ultrapassaram a sala de aula. Sou grata aos professores, pesquisadores, colegas, e a todos que contribuíram para minha formação ao longo desse percurso. Cada ensinamento, questionamento, feedback, tanto positivo ou adverso, criaram essa troca de experiências que ajudou a ampliar não apenas meu conhecimento, mas também minha maneira de enxergar a profissão, o mundo e a vida como um todo.

Ao meu orientador, Herbert, agradeço pela condução desta pesquisa, pela disponibilidade e pelas contribuições que foram fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho. O processo de pesquisa é feito de perguntas, descobertas, dúvidas e reconstruções, e ter alguém disposto a compartilhar esse caminho faz toda diferença. Também agradeço às pessoas que cruzaram meu caminho ao longo dos anos e que, mesmo sem saber, deixaram alguma contribuição nesta caminhada. Nem todo encontro permanece, mas muitos deles nos transformam de alguma maneira.

Por fim, agradeço à mulher que me tornei durante esse processo. Não por ter feito tudo perfeitamente, mas por ter aprendido a continuar mesmo diante das mudanças, das incertezas e dos momentos em que foi necessário começar novamente. Este trabalho representa uma conquista acadêmica, mas representa também uma etapa de crescimento, amadurecimento e resistência.

Encerrar este ciclo não significa apenas chegar ao fim de um percurso. Significa reconhecer tudo o que foi vivido para chegar até aqui e abrir espaço para aquilo que ainda está por vir. A todos que fizeram parte dessa história, minha sincera gratidão.

RESUMO

Este artigo investiga as principais mudanças envolvendo o Ensino Médio Brasileiro a partir da Lei nº 13.415/2017 que reformou a última etapa da Educação Básica, principalmente como a não obrigatoriedade da Disciplina Educação Física (dentre outras) pode trazer consequências nefastas à saúde física e emocional dos jovens, sobretudo após a Pandemia da Covid-19. Para isso, foi utilizada uma revisão de literatura em periódicos da área da Educação e em documentos legais que versam sobre a Educação Básica e a Disciplina de Educação Física. A revisão ressalta a importância de políticas públicas que incentivem a inclusão da Educação Física no currículo escolar, promovendo uma abordagem integral que favoreça a saúde e o desenvolvimento dos alunos. A conclusão aponta para a necessidade de um debate mais amplo sobre a relevância da disciplina no contexto atual, considerando os impactos da pandemia e a urgência em reverter a crise de saúde entre os jovens.

Palavras-chave: Educação Física. Reforma do Ensino Médio. Pandemia.

ABSTRACT

This article investigates the main changes involving Brazilian High School following Law No. 13,415/2017, which reformed the last stage of Basic Education, mainly how the non-compulsory subject of Physical Education (among others) can have harmful consequences for physical and emotional health of young people, especially after the Covid-19 Pandemic. For this, a literature review was used in journals in the field of Education and in legal documents that deal with Basic Education and the Discipline of Physical Education. The review highlights the importance of public policies that encourage the inclusion of Physical Education in the school curriculum, promoting a comprehensive approach that favors the health and development of students. The conclusion points to the need for a broader debate on the relevance of the discipline in the current context, considering the impacts of the pandemic and the urgency of reversing the health crisis among young people.

Keywords: Physical Education; High School Reform; Pandemic.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

PCNs: Parâmetros Curriculares Nacionais

BNCC: Base Nacional Comum Curricular

MEC: Ministério da Educação

PIBID: Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência

TAG: Transtorno de Ansiedade Generalizada

LDB: Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional

TDM: Transtorno Depressivo Maior

IFMG: Instituto Federal de Minas Gerais

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	9
2. A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NOS DOCUMENTOS LEGAIS	10
3. A REFORMA DO ENSINO MÉDIO E A DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA	16
4. O CENÁRIO PÓS-COVID-19: EM FOCO A ÊNFASE NA IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O BEM-ESTAR DOS JOVENS BRASILEIROS	21
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	24
6. REFERÊNCIAS	26

1. INTRODUÇÃO

A aprovação da Reforma do Ensino Médio no Brasil trouxe profundas transformações na estrutura curricular e na organização das disciplinas escolares, suscitando intensos debates no campo educacional. Entre as principais mudanças, destaca-se a alteração na obrigatoriedade da disciplina de Educação Física, levantando questionamentos sobre os impactos dessa medida no desenvolvimento integral dos estudantes e na promoção da saúde no ambiente escolar.

Diante desse cenário, questiona-se: de que maneira a perda da obrigatoriedade da Educação Física pode afetar os jovens brasileiros, especialmente no contexto pós-pandemia da Covid-19, em que as demandas de saúde mental se tornaram ainda mais urgentes?

Para responder a essa problemática, este trabalho tem como objetivo analisar os principais impactos que a Reforma do Ensino Médio pode acarretar sobre a juventude brasileira, com foco na não obrigatoriedade da Educação Física. Para tanto, dividiu-se a pesquisa em três momentos: inicialmente, analisam-se os documentos legais que orientam o trabalho dos professores da área; em seguida, examinam-se os principais pontos e características da aprovação do "Novo" Ensino Médio; por fim, discute-se como o cenário pós-pandemia incide sobre a saúde mental dos jovens e de que forma a Educação Física pode ter seu potencial mitigador devidamente reconhecido.

2. A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NOS DOCUMENTOS LEGAIS

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) foram estabelecidos para padronizar e orientar a educação no Brasil, assegurando que todos os estudantes, independentemente de sua localização, tenham acesso a uma educação de qualidade. Eles são uma referência de objetivos a serem alcançados por cada Disciplina como também uma referência de como trabalhar os conteúdos inerentes a essas disciplinas.

Como todo conhecimento científico, os conteúdos de uma disciplina ou área não estão isentos dos fatores históricos e sociais mais amplos que condicionam o 'desenho' dos mesmos. O ideal de cidadão e pessoa sofre influência de seu tempo, sofre influência dos valores dessa época e a educação escolar, como forma de socialização por excelência das sociedades contemporâneas, busca organizar seus currículos e métodos de maneira que esse ideal de homem seja alcançado. A Escola é uma instituição erigida, sobretudo, com a intenção de conformação moral e política dos grupos sociais subalternos, seja na Europa dos Estados de Capitalismo avançado no intuito de refrear a virulência do proletariado, inculcando a falaciosa ideia de uma educação como direito social universal, mas ao fim e ao cabo, se utilizando da Escola pública, laica e obrigatória para adequação dos sujeitos a um tipo de Estado Burguês; seja no caso do Brasil onde a Escola Pública Imperial elementar é destinada para os meninos pobres (sejam brancos, negros livres ou mestiços), pois são esses que precisavam ser 'civilizados', moralizados e representavam um perigo à elite brasileira.

No âmbito da Educação Física, os PCNs desempenham um papel crucial ao fornecer diretrizes que buscam o desenvolvimento integral dos alunos, abrangendo não apenas aspectos físicos, mas também sociais, afetivos e cognitivos. Segundo Ferreira (2017), a Educação Física, conforme delineada pelos PCNs, deve ir além das práticas esportivas tradicionais, incluindo atividades que promovam o pensamento crítico, a cooperação e a valorização da diversidade cultural. Esses parâmetros indicam que a Educação Física escolar deve contribuir para a formação de cidadãos conscientes e responsáveis, aptos a atuarem de forma saudável e ativa na sociedade.

Mesmo após a Reforma do Ensino Médio, que flexibilizou o currículo e tornou a Educação Física uma disciplina optativa, os PCNs continuam sendo uma base essencial para a formulação das práticas pedagógicas. Rodrigues (2016) ressalta que,

mesmo com a não obrigatoriedade da disciplina, os PCNs mantêm sua importância como referência para escolas e educadores que desejam oferecer uma educação física relevante e abrangente. Ainda conforme Gomes (2015), a importância dos PCNs reside na capacidade de assegurar que a Educação Física contribua não apenas para o desenvolvimento físico dos alunos, mas também para o fortalecimento de habilidades sociais e cognitivas, essenciais para a formação completa do estudante. Martins e Oliveira (2020) argumentam que, apesar da flexibilização curricular, os PCNs continuam a ser uma ferramenta valiosa para garantir que a Educação Física seja inclusiva e formativa, respeitando a individualidade e o contexto de cada aluno. Por fim, Santos e Lima (2018) destacam que a Educação Física, orientada pelos PCNs, tem o potencial de formar cidadãos críticos e responsáveis, preparados para enfrentar os desafios da sociedade contemporânea com saúde e bem-estar.

A Educação Física é uma disciplina que trata, pedagogicamente na escola, do conhecimento de uma área aqui denominada de cultura corporal. Ela será configurada com temas ou formas de atividades, particularmente corporais [...]: jogo, esporte, ginástica, dança ou outras, que constituirão seu conteúdo. O estudo desse conhecimento visa apreender a expressão corporal como linguagem (SOARES et al., 1992, p. 61).

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) para a Educação Física definem a importância dessa disciplina para o desenvolvimento integral dos estudantes:

A Educação Física deve ser compreendida como prática pedagógica que promove a inserção dos alunos em diferentes manifestações da cultura corporal, contribuindo para o desenvolvimento de uma consciência crítica sobre o corpo e suas possibilidades, bem como para a adoção de um estilo de vida saudável (BRASIL, 2000, p. 27).

O excerto acima ilustra a visão dos PCNs de que a Educação Física é crucial para o desenvolvimento físico, cognitivo, emocional e social dos alunos. Ela promove a consciência corporal e a saúde, elementos que são essenciais para uma formação completa e equilibrada: equilibrada e integral, que aborde não apenas o desenvolvimento cognitivo, mas também o bem-estar físico e mental dos estudantes.

Durante a pesquisa sobre a educação física escolar, percebeu-se a relação entre a educação física escolar e a linguagem nos principais documentos legais da educação,

essa forma de abordagem da área conceitua-se principalmente visando à sua inserção de maneira mais pedagógica, fugindo de tendências que até recentemente vigoravam de maneira hegemônica no ensino: higienistas, militaristas e tecnicistas. Com isso, teoricamente, defendeu-se que os conteúdos ensinados na educação física escolar fossem modificados a fim de que a educação física fizesse parte de um projeto pedagógico comprometido com o ensino na sua integralidade, didaticamente divididos por: atitudinais, conceituais e procedimentais. Nessa perspectiva, a educação física passou a ser compreendida como área fundamental para uma nova forma de pensar a educação, pois a linguagem corporal tem potencial articulador para reunir, nas aulas, os principais aspectos de desenvolvimento necessários ao educando. É necessário destacar que elementos culturais e de conteúdo importantíssimos, tais como: o esporte, os exercícios visando habilidades motora e a técnica não foram descartados, apenas foram interpretados de uma forma que pudessem ser vistos como um meio de se atingir um fim (a formação humana integral). Todo esse potencial de contribuição da EF para uma formação humana integral, no entanto, foi limitado pelas legislações impostas pelas políticas educacionais brasileiras que, de maneira desarticulada, impuseram severas restrições ao trabalho do professor, limitando suas ações e impedindo a mediação dos conhecimentos, tanto em relação ao conteúdo como, também, na promoção da justiça social. Os PCN'S, principalmente, contribuíram para a criação de currículos engessados que visavam, sobretudo, aos aspectos da saúde, aptidão física, consciência corporal (por mais que o documento cite: jogos, lutas e ginástica, atividades rítmicas e expressivas, ainda assim enfatizava o corpo em primazia).

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC), em seu detalhamento, trouxe uma aproximação aos objetivos críticos da educação e da EF. Construída pelo debate dos especialistas/estudiosos, trouxe elementos interessantes para se pensar as etapas da educação infantil e do ensino fundamental, com debates e análises, propondo um documento norteador de currículos de maneira mais democrática e abrangente. Destaca-se a dificuldade em produzir um documento tão abrangente e com todas as suas especificidades, dado o fato de que há uma intensa luta por políticas diferentes, representativas de interesses distintos. Além disso, há a limitação trazida pela dimensão continental do território brasileiro e as desigualdades econômicas entre os

Estados brasileiros. Sem falar das diferenças culturais das diversas regiões constituintes do Brasil. A BNCC elaborada de maneira democrática é considerado um marco na história educacional brasileira visto que a democracia é bastante recente e um documento nessa complexidade pode ser considerado como um bom sinal de desenvolvimento das políticas educacionais.

Ao que parece, dentro da área de linguagens, o componente curricular Português recebe muito mais ênfase que as demais linguagens: artes, língua inglesa e educação física; constatação essa que suscita questionamentos sobre o real diálogo e consulta com especialistas da educação física. É o que argumenta Cazumbá (2018), ao afirmar que a educação física na BNCC se encontra diluída na área de linguagem e suas tecnologias, de forma reduzida e insuficiente no nosso entendimento. Porém, a BNCC para o ensino médio, em seu documento, afirma que a abordagem integrada da cultura corporal de movimento na área de Linguagens e suas Tecnologias aprofunda e amplia o trabalho realizado no Ensino Fundamental, criando oportunidades para que os estudantes compreendam as inter-relações entre as representações e os saberes vinculados às práticas corporais, em diálogo constante com o patrimônio cultural e as diferentes esferas/campos de atividade humana (BRASIL, 2018). Ao que tudo indica há uma clara contradição no texto da BNCC, o qual diz que haverá uma ampliação e aprofundamento nos conhecimentos do ensino fundamental, mas no texto do ensino médio a educação física encontra-se enxuta e pouco detalhada em torno dos seus objetivos. Um ex-conselheiro do conselho nacional de educação, César Callegari, em nota, afirmou que, "A proposta do MEC para o ensino médio não só destoa, mas contradiz em grande medida o que foi definido na BNCC das etapas educacionais anteriores e é radicalmente distinta do que vinha sendo cogitado nas versões primeiras" (CALLEGARI, 2018, p. 2).

São necessários conteúdos vivos com bases científicas e de relevância social com significância à realidade em que os estudantes estejam inseridos, para isso, o professor deve ser um mediador no processo de ensino/aprendizagem e relacionar os saberes de maneira didática para que eles possam se apropriar dos conhecimentos. Oliveira (2017) defende que diante do cenário de disputa de projetos de educação, e a Educação Física sendo colocada como conhecimento secundário na formação dos

indivíduos, urge lutarmos para que a Educação Física cumpra o seu papel de, na educação escolar, promover o desenvolvimento psíquico através da apropriação da cultura corporal de forma científica, intencional e superadora. Para tanto, necessita-se de uma Educação Física, que além de evidenciar a experiência individual do educando, possa também organizar conteúdos (saberes) historicamente acumulados e contextualizados de maneira que possa auxiliar o educando a desenvolver o pensamento crítico e participante dos processos de ensino-aprendizagem, fugindo de tendências pedagógicas que preconizam a transferência de conhecimento de maneira passiva e desestimulante.

Nos últimos anos, a Educação Física (EF) no Ensino Médio (EM) tem sido cada vez mais negligenciada, frequentemente vista como um componente curricular que não contribui diretamente para os objetivos institucionais tanto das escolas quanto dos pais e alunos, especialmente em um contexto onde as provas de acesso ao ensino superior ganham destaque. A importância de problematizar o lugar da Educação Física no currículo escolar se torna ainda mais evidente com as recentes mudanças promovidas pela Lei nº 13.415, de 16 de fevereiro de 2017, a qual alterou a estrutura do Ensino Médio brasileiro.

A referida lei descreve que a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) para o Ensino Médio incluirá estudos e práticas de Educação Física, Artes, Sociologia e Filosofia. Contudo, o uso dos termos 'estudos e práticas' sem uma definição clara de tempo e espaço para a EF, assim como para as outras disciplinas mencionadas, levanta questões sobre a real abrangência desses componentes no currículo escolar. O texto da legislação, ao tratar desses componentes como possíveis temas transversais, permite uma redução significativa no tratamento dos conhecimentos específicos dessas áreas, o que pode comprometer o direito dos alunos ao aprendizado pleno dessas disciplinas.

A partir da implementação da Lei nº 13.415/2017, o currículo do Ensino Médio foi reestruturado para incluir, além da BNCC, itinerários formativos específicos nas áreas de linguagens, matemática, ciências da natureza, ciências humanas, e formação técnica e profissional. Essa nova organização curricular possibilita a redução do acesso

aos conteúdos básicos, uma vez que disciplinas como Educação Física podem ser relegadas a 'estudos e práticas' limitadas, muitas vezes desenvolvidas por docentes de outras áreas ou inseridos de forma tangencial em outras disciplinas. Essa mudança no currículo escolar, que enfoca o desenvolvimento de competências específicas para o mercado de trabalho, pode resultar na diminuição da valorização da Educação Física enquanto disciplina essencial para o desenvolvimento integral dos estudantes. A perspectiva de que a EF e outras disciplinas sejam tratadas como meros complementos transversais levanta preocupações sobre a qualidade da educação oferecida e sobre o impacto na formação dos alunos. No contexto da atual política educacional, marcada por cortes orçamentários e a redução de programas importantes como o Programa de Iniciação à Docência (PIBID), as mudanças promovidas pela Lei nº 13.415/17 podem, de fato, desencadear uma alteração radical na prática pedagógica da Educação Física no Ensino Médio. É possível que, em um cenário onde a BNCC é limitada a 'estudos e práticas', a EF seja ainda mais marginalizada, com suas abordagens metodológicas e didáticas sendo relegadas a segundo plano.

Essa análise enfatiza a necessidade de uma reflexão mais profunda por parte dos profissionais da área sobre os avanços e desafios enfrentados pela Educação Física no novo contexto educacional. Como argumenta Arroyo (2016), é fundamental que os educadores de Educação Física reflitam sobre as discussões ocorridas em congressos, cursos de formação, pesquisas e na produção teórica, para questionar se essas questões foram devidamente incorporadas no planejamento do novo Ensino Médio. A falta de diálogo com a sociedade e com os grupos que compõem a diversidade educacional do país é um problema que não pode ser ignorado.

Estudos recentes, como os de Dias e Ferraz (2013) e Rufino et al. (2014), evidenciam a baixa produção acadêmica relacionada à Educação Física no Ensino Médio, especialmente no que se refere a propostas didático-metodológicas que possam orientar a prática dos professores. A análise da produção acadêmica entre 2012 e 2017 revelou uma escassez de trabalhos que abordem de forma propositiva a Educação Física nessa etapa de ensino, indicando uma necessidade urgente de reformulação e fortalecimento dessa área no currículo escolar.

3. A REFORMA DO ENSINO MÉDIO E A DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

A Medida Provisória nº 746/2016 que deu origem à Reforma do Ensino Médio, posteriormente transformada na Lei 13.415/2017, trouxe profundas transformações para a etapa final da Educação Básica Brasileira: da constituição de cinco itinerários de formação à redução da carga horária básica comum. Anteriormente à Reforma, a legislação que normatiza o Ensino Médio mencionava carga horária mínima, e não carga horária máxima. Para Simões (2016), a reforma é controversa, pois, ao mesmo tempo em que intenciona ampliar o tempo escolar para 1.400 horas anuais, define a base nacional em 1.800 horas (máximo), o que implicaria uma base limitada. Além do mais, de acordo com Li (2016), um ano e meio não pode ser considerado tempo suficiente para que um estudante tenha acesso aos conteúdos mínimos das disciplinas, o que na prática significa expropriá-los do direito ao acesso a esses conhecimentos.

Assim, se anteriormente a LDB previa carga horária para a formação básica comum em 800 horas anuais, totalizando 2.400 horas, com a aprovação da lei que institui a Reforma do Ensino Médio a formação básica comum acabou sendo reduzida em 600 horas, demonstrando que na verdade a reforma amplia a parte diversificada, fazendo aumentar a formação especializante (Ramos, 2016).

No entanto, em março de 2024, foi aprovada na Câmara dos Deputados uma alteração no que toca à carga horária obrigatória de formação geral básica, aumentando-a para 2.400 horas ao longo dos três anos do Ensino Médio.

Na sequência, os alunos terão que escolher uma área para aprofundar seus estudos com mais 600 horas (totalizando 3000 horas), optando entre Linguagens e suas tecnologias, Matemática e suas tecnologias, Ciências da Natureza e suas tecnologias ou Ciências Humanas e Sociais Aplicadas. Já em relação ao quinto itinerário que é a Formação Técnica e Profissional, a carga horária será de 1.800 horas, outras 300 horas, a título de formação geral básica, poderão ser destinadas ao aprofundamento de estudos em disciplinas da Base Nacional Comum Curricular, diretamente relacionadas à formação técnica profissional oferecida.

Como esses dois módulos totalizam 2.100 horas, outras 900 horas ficarão exclusivamente para as disciplinas do curso técnico escolhido pelo aluno quando ofertado pela escola, totalizando assim 3.000 mil horas (Agência Câmara de

Notícias). Outras mudanças substanciais que a Reforma do Ensino Médio trouxe foram: Retirada da obrigatoriedade das disciplinas de Educação Física, Artes, Filosofia e Sociologia; A possibilidade de que seja atribuída habilitação para docência a quem não possui a formação específica, por meio do reconhecimento de 'notório saber' para atuação no itinerário formativo do Ensino Técnico e Profissional.

Sobre a possibilidade de profissionais de notório saber lecionarem no Novo Ensino Médio, Silva (2018, p.3) afirma:

Sem dúvida, trata-se de um aspecto bastante controverso o reconhecimento do "notório saber" para fins de docência, e, ainda que esta proposição se destine estritamente ao itinerário de formação técnica e profissional, ela institucionaliza ainda maior precarização do trabalho docente e significa o comprometimento da qualidade da educação profissional. De igual modo, a exclusão tácita da Lei 11.684/2008 que compunha o Art. 36 da Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB 9.394/96) implica em prejuízo na formação dos estudantes, haja vista os contextos em que essas disciplinas deixam de compor o currículo, marcados por atos em que toda crítica social é vista como ameaça a uma ordem assentada no arbítrio e no autoritarismo.

No que toca ao campo das Disciplinas que deixam de ser obrigatórias e tornam-se, quando muito, em estudos e práticas (mesmo assim reduzidas à BNCC ou ao primeiro ano comum e não mais durante os três anos do Ensino Médio), acende-se um alerta sobre o perfil desejado de estudante egresso da Educação Básica, a partir dessa Reforma do Ensino Médio.

O conceito de Educação Básica atual toma forma com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional de 1996 envolvendo as três etapas: Educação Infantil (0 a 5 anos), Ensino Fundamental (6 a 14 anos) e Ensino Médio (15 a 17 anos). Esse novo conceito de Educação Básica envolve uma visão holística desse nível da Educação Brasileira. Nesse sentido, o Ensino Médio, como última etapa da Educação Básica, deveria preparar os estudantes para o exercício pleno de sua cidadania (que não se reduz ao momento da escolha eleitoral), preparar para o ingresso no mundo do trabalho e desenvolver faculdades cognitivas que capacitem os jovens a emitirem juízos de valor, estéticos e se posicionarem criticamente no mundo atual.

Quando se explicita que disciplinas como Artes, Filosofia e Sociologia não são mais fundamentais para o estudante brasileiro do Ensino Médio, de certa maneira essa concepção de Educação Básica presente na LDB é contrastada e ferida. Do mesmo

modo, quando a nova configuração do Ensino Médio retira a obrigatoriedade da Disciplina de Educação Física, retirada essa que acontece num contexto em que nossos jovens estão cada vez mais ansiosos em decorrência da ampliação do uso de novas tecnologias, redes sociais, assim como em decorrência da Pandemia do Covid-19 (e todos os momentos que envolveram a tensão e o medo de nos contaminarmos, como também todas as consequências psicossociais do distanciamento social).

Ao mesmo tempo, as pesquisas mostram que é fundamental "(...) a interação com indivíduos de diferentes classes sociais, em programas que ajudem, contribuam para incentivar uma melhor qualidade de vida, principalmente na adolescência, por ser um período da vida em que ocorrem diversas modificações estruturais e comportamentais (PAPALIA, FELDMAN, 2013, p.12). Nessa mesma direção, Nahas e Garcia (2010) afirmam que a adolescência não é apenas uma etapa da vida que se situa entre a infância e a idade adulta, pois tem características únicas, riscos e desafios específicos. Para Youngblade et al. (2007) é um período de amplas modificações não apenas físicas, mas também do desenvolvimento cognitivo, social e de diversas outras características, sendo essencial a contribuição dos pais e da escola para que esses indivíduos tenham um convívio social ótimo e respeitoso perante a sociedade.

Muitos traços psíquicos e de personalidade, como também determinadas faculdades cognitivas são moldadas e tomam forma na adolescência, tornando-se referência para o futuro adulto: hábitos alimentares, hábitos de praticar exercícios físicos, paixão por esportes, interações sociais, habilidades cognitivas como a faculdade de emitir juízo de valor e estético, o raciocínio lógico mais apurado, o desenvolvimento da alteridade. Mas ao mesmo tempo, a adolescência é uma fase da vida marcada por dúvidas, instabilidades emocionais, certas carências e, nesse sentido:

A adolescência é uma fase onde há uma instabilidade emocional significativa devido às mudanças hormonais que estão ocorrendo, sendo essencial a participação da família. Muitas vezes nessa fase a emoção se sobrepõe sobre a razão principalmente devido ao não desenvolvimento ideal de determinadas áreas do cérebro (YOUNGBLADE et al., 2007, p.47).

A Disciplina de Educação Física e a própria atividade física, através da prática de esportes ou treinos outros, têm um papel preponderante no despertar e consolidar do gosto por hábitos saudáveis e que promovam o bem estar físico e mental, aliviando estresses e prevenindo o surgimento de doenças

A prática de atividade física vem sendo uma forma eficaz para a promoção da saúde, permitindo a socialização, com isso, havendo uma constante procura em diferentes faixas etárias, e na fase da adolescência não é diferente, mas em muitos casos a duração de prática não atinge níveis recomendados.
Hallal et al. (2012, p.794)

Alguns trabalhos apontam o impacto positivo sobre o bem-estar físico e mental das pessoas que praticam atividades físicas e como, mais precisamente, em relação aos jovens, a Educação Física como Disciplina pode contribuir para a autoestima dos nossos estudantes, além de desenvolver o gosto pela prática de esportes, o cuidado com a saúde e que por sua vez traz como consequência contribuições à saúde mental. A despeito de informações disponíveis sobre a importância e os benefícios biopsicossociais que a prática de atividades físicas (AF) proporciona, a maioria dos adolescentes no Brasil e no mundo não seguem as prescrições mínimas recomendadas pela Organização Mundial da Saúde de realizar, no mínimo, 60 minutos de atividade física diária de intensidade moderada a vigorosa. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2020), crianças e adolescentes devem fazer pelo menos uma média de 60 minutos por dia de atividade de intensidade moderada a forte, principalmente aeróbica, toda semana. Segundo Garvin e Morgan (1997), uma única sessão de exercícios aeróbicos seria suficiente para diminuir a ansiedade em indivíduos ansiosos. Neste estudo foi observado que, após 50 minutos de ciclismo, a 70% da capacidade máxima do indivíduo, o estado de transtornos de ansiedade generalizada (TAG) foi reduzido pelo período de 60 min após a atividade. Em outro estudo realizado por Coutinho (2006), o autor conclui que a atividade física regular promove benefícios para a saúde mental em associação com a melhora do humor e da autoestima, assim como uma diminuição dos níveis de ansiedade, estresse e transtorno depressivo maior (TDM) a longo prazo.

As práticas de exercícios físicos contribuem também para o desenvolvimento da autoconfiança e da autoeficácia, para o aumento da satisfação com a vida e do bem-estar subjetivo, como também promovem estados afetivos positivos e de maior disposição para enfrentar os desafios do cotidiano. Além disso, a atividade física

Pode favorecer o desenvolvimento de habilidades sociais, o fortalecimento de vínculos afetivos e o sentimento de pertencimento a um grupo, contribuindo para a prevenção e a recuperação de transtornos mentais e para a melhoria da qualidade de vida (Wachs; Fraga, 2009, p.2).

Historicamente, a disciplina de Educação Física foi vista através de uma visão contaminada e rasa de uma Disciplina que apenas preenchia horário, visão reducionista sobre a qual se assenta reformas falaciosas como a Reforma do Ensino Médio. Pode parecer um contrassenso (e é) o fato de que num mundo em que cada vez mais se faz um culto ao corpo, cria-se uma cultura de 'malhar', praticar exercícios como forma saudável de vida, a Educação Básica Brasileira vai na contramão da sociedade ao extirpar a Disciplina de Educação Física do Ensino Médio. Nesse sentido, quais os possíveis impactos da Reforma do Ensino Médio em relação à saúde mental dos estudantes brasileiros?

4. O CENÁRIO PÓS-COVID-19: EM FOCO A ÊNFASE NA IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O BEM-ESTAR DOS JOVENS BRASILEIROS

A pandemia de COVID-19 trouxe inúmeras mudanças para a sociedade, especialmente no campo da educação. O isolamento social, o fechamento de escolas e a transição para o ensino remoto afetaram profundamente a rotina dos estudantes, resultando em impactos negativos significativos na saúde mental dos jovens.

No contexto atual de retomada de uma normalidade, a Educação Física assume um papel crucial na promoção do bem-estar físico e mental, oferecendo benefícios que vão além do desenvolvimento corporal.

A prática regular de atividades físicas é amplamente reconhecida por sua capacidade de reduzir os níveis de estresse e ansiedade, melhorar o humor e aumentar a resiliência emocional dos indivíduos. Segundo Monteiro (2009), a reformulação do currículo escolar e a consequente diminuição do tempo dedicado à prática de atividades físicas podem ter sérias repercussões na saúde pública, incluindo o aumento de problemas de saúde mental. Essa afirmação é particularmente relevante no contexto pós-pandemia, onde a necessidade de intervenções que promovam a saúde mental se torna ainda mais urgente.

Com a Reforma do Ensino Médio, estabelecida pela Medida Provisória nº 746/2016 e pela Lei nº 13.415/2017, houve uma flexibilização na obrigatoriedade da Educação Física, o que pode comprometer o acesso dos alunos aos benefícios proporcionados por essa disciplina. Como argumenta Rodrigues (2020), a exclusão da Educação Física do currículo obrigatório pode ter consequências de longo prazo na saúde mental dos estudantes brasileiros, especialmente em um contexto pós-pandêmico.

Além disso, estudos recentes destacam que a atividade física regular contribui para o fortalecimento do sistema imunológico, um fator essencial na recuperação e manutenção da saúde após a COVID-19. Oliveira (2021) ressalta que a prática de exercícios físicos durante e após a pandemia é fundamental não apenas para a recuperação física, mas também para a reabilitação emocional dos indivíduos, especialmente dos jovens.

Dessa forma, a Educação Física deve ser valorizada como uma ferramenta essencial para o enfrentamento das consequências da pandemia. A recomendação é que as escolas e os formuladores de políticas públicas educacionais reconheçam o papel vital da Educação Física na promoção da saúde integral dos estudantes, integrando-a de maneira consistente e obrigatória no currículo escolar.

A pandemia de COVID-19 trouxe desafios sem precedentes para a educação e a saúde mental dos estudantes, acentuando a importância da Educação Física no contexto escolar. Durante o período de isolamento, os alunos foram privados de práticas regulares de atividades físicas, o que gerou consequências negativas tanto para a saúde física quanto mental. O retorno às atividades presenciais colocou em evidência a necessidade de reavaliar o papel da Educação Física no currículo escolar, especialmente como uma ferramenta para a recuperação da saúde mental dos estudantes.

Estudos indicam que a prática regular de exercícios físicos pode mitigar os efeitos do isolamento social, melhorando o humor, reduzindo a ansiedade e combatendo os sintomas depressivos. Nesse contexto, a Educação Física desempenha um papel crucial na reintegração dos jovens à rotina escolar, proporcionando não apenas benefícios físicos, mas também criando um ambiente propício para a socialização e o desenvolvimento emocional. Como afirmam Monteiro e Lopes (2021), a prática regular de atividades físicas em ambientes educacionais após a pandemia é essencial para restaurar o equilíbrio mental dos estudantes, ajudando-os a lidar com os efeitos psicológicos do isolamento.

Além disso, a Educação Física oferece uma oportunidade única para os estudantes reconectarem-se com seus pares, algo que foi severamente prejudicado durante a pandemia. A importância da socialização para a saúde mental é amplamente reconhecida, e a Educação Física, por meio de atividades em grupo, promove a interação social e o senso de pertencimento, fundamentais para o bem-estar dos jovens. Silva (2022) destaca que as atividades físicas coletivas servem como um meio de restabelecer os laços sociais perdidos durante o isolamento, facilitando a transição dos estudantes de volta à normalidade escolar.

Diante disso, é crucial que as instituições de ensino e os legisladores brasileiros reconheçam o valor da Educação Física não apenas como um componente do desenvolvimento físico, mas também como uma estratégia eficaz para melhorar a saúde mental dos estudantes em um período pós-pandêmico. A inclusão de atividades físicas no currículo escolar deve ser vista como uma prioridade, considerando os benefícios amplamente documentados para a saúde mental. Segundo Oliveira e Santos (2023), a promoção da saúde mental através da Educação Física é uma necessidade urgente na educação contemporânea, especialmente em resposta aos desafios impostos pela pandemia de COVID-19.

Portanto, invés de manter-se como conteúdo e prática curricular no contexto do Novo Ensino Médio, a Educação Física deveria, sobretudo após a pandemia, ser ressignificada nos currículos das escolas brasileiras, retomando um lugar de Disciplina que nunca deveria ter perdido, haja vista seu potencial em maximizar os benefícios para a saúde mental, garantindo que os estudantes tenham acesso a práticas regulares de atividades físicas que possam ajudar a restaurar seu bem-estar psicológico, em paralelo a isso, a ampliação do ambiente competitivo no contexto escolar decorre, em grande medida, da reprodução descontextualizada do esporte de rendimento. Quando as aulas se restringem às modalidades coletivas tradicionais sob uma lógica estritamente performática, instaura-se um cenário propício ao receio do erro e ao constrangimento público dos estudantes de menor aptidão física. Para superar essa barreira, a mediação docente deve promover a diversificação dos conteúdos, associada a uma avaliação pautada no progresso individual e atitudinal. Dessa forma, a aula deixa de ser um espaço de segregação e passa a constituir um ambiente seguro para o desenvolvimento da autoeficácia, da empatia e da autonomia corporal.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A retirada da obrigatoriedade da Educação Física no 'novo' Ensino Médio pode trazer impactos significativos para a saúde mental e física dos estudantes. A ausência de momentos dedicados principalmente ao lazer, ao movimento corporal e à socialização com os colegas podem agravar questões como ansiedade, estresse, problemas hormonais e de autoestima, especialmente em uma fase da vida marcada por intensas mudanças, como é a adolescência. Durante a adolescência há uma 'convulsão' de sentimentos e sensações: questões de gênero, sexualidade, família, o 'quem sou eu', questões financeiras, 'o que vou fazer no futuro'.

Durante minhas vivências com a residência pedagógica e também como PIBIDIANA durante alguns anos pude observar, com nitidez, essa mistura de sentimentos nos alunos do Ensino Médio no IFMG, assim como a atuação no ensino fundamental no colégio Municipal Marília de Dirceu, dessa forma, percebi que é na aula de educação física onde muitos se sentem livres emocional e corporalmente, inclusive às vezes através de uma abordagem não convencional para desabafar sobre questões de cunho pessoal.

A Educação Física não se limita apenas à prática de exercícios, ela promove habilidades como a cognição, o raciocínio rápido e a tomada de decisões, acredito que o 'pensar antes de agir' é uma das habilidades mais bem desenvolvidas na disciplina. Ao mesmo tempo, a Disciplina de Educação Física oferece um espaço para os alunos se expressarem de forma mais livre e descontraída, novamente, creio que ao contrário de outras disciplinas mais acadêmicas, ela proporciona um ambiente onde os estudantes podem desenvolver habilidades motoras e esportivas, além de criar uma relação de confiança com os professores, que muitas vezes se tornam uma válvula de escape para compartilhar questões emocionais e sociais.

Para além do movimento corpóreo, a disciplina desenvolve o pensamento crítico, possibilita o contato com a diversidade cultural através propostas não convencionais, exemplo de performance de danças afro-brasileiras, possibilidade de questionar o preconceito do esporte com pessoas não cis (pessoas trans), trabalhar esportes de aventura, estudar a medição/aferição da própria pressão arterial, trabalhar jogos e

brincadeiras não mais praticados devido à violência urbana, trabalhar a problemática da violência contra mulheres, como também trabalhar esportes adaptados para pessoas com deficiência, entre muitas outras temáticas e abordagens.

Porém nem tudo são flores, a depender do profissional, a educação física pode se tornar um ambiente competitivo para o aluno, que faz com que o mesmo não queira participar das atividades, e aumente sua ansiedade em vista do julgamento dos outros colegas, principalmente em esportes convencionais de time. Devemos, enquanto profissionais, sempre nos atentar diante disso, tornando a prática divertida e com a intenção de adquirir para o aluno um novo gosto, uma nova habilidade e melhores capacidades sociais, motoras e de pensamento crítico cognitivo.

Em conclusão, o ambiente mais aberto e dinâmico das aulas de Educação Física favorece o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais que não são tão estimuladas em um contexto tradicional de sala de aula. Isso é crucial para ajudar os estudantes a lidar com a pressão e o cansaço mental que podem surgir em um ambiente de ensino fechado e rigoroso. Portanto, a exclusão dessa disciplina da grade curricular pode ser uma ameaça à formação integral dos estudantes, prejudicando seu desenvolvimento físico, social, cognitivo e emocional, principalmente em estudantes de vulnerabilidade psicológica e que se identificam como minorias entre seus pares.

REFERÊNCIAS

BASTOS, Robson Dos Santos; SANTOS JUNIOR, Osvaldo Galdino dos; FERREIRA, Marcelo Pereira de Almeida. Reforma do Ensino Médio e a Educação Física: um abismo para o futuro. **Motrivivência**, v. 29, n. 52, p. 38-52, 28 set. 2017.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Ensino Médio: Linguagens, Códigos e suas Tecnologias**. Brasília: MEC/SEF, 2000.

FERREIRA, Eliza Bartolozzi; SILVA, Monica Ribeiro da. Centralidade do Ensino Médio no contexto da nova "Ordem e Progresso". **Educação & Sociedade**, v. 38, n. 139, p. 287-292, jun. 2017.

LEÃO, Geraldo. O que os jovens podem esperar da Reforma do Ensino Médio brasileiro? **Educação em Revista**, v. 34, 5 mar. 2018.

LIMA, Marcelo; MACIEL, Samanta Lopes. A reforma do Ensino Médio do governo Temer: corrosão do direito à educação no contexto de crise do capital no Brasil. **Revista Brasileira de Educação**, v. 23, 8 out. 2018.

MAHINDRU, Aditya; PATIL, Pradeep; AGRAWAL, Varun. Role of Physical Activity on Mental Health and Well-Being: A Review. **Cureus**, 7 jan. 2023.

SILVA, Monica Ribeiro da. A BNCC da Reforma do Ensino Médio: o resgate de um empoeirado discurso. **Educação em Revista**, v. 34, 22 out. 2018.

WEN, Nan; LIU, Shengze; DILIYA, Dilixiati. Impacts of COVID-19 on college students' sports. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 29, 2023.