



**AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA E PRIMEIROS SOCORROS
NO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ADVENTURE AND FIRST AID BODY PRACTICES IN THE PHYSICAL
EDUCATION COURSE**

**PRÁCTICAS CORPORALES DE AVENTURA Y PRIMEROS AUXILIOS EN
EL CURSO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

Gustavo Santos da SILVA

Universidade Federal do Tocantins (UFT)

E-mail: gustavosilvai@uft.edu.br

ORCID: <http://orcid.org/0009-0008-2811-4890>

Tiago Evangelista Pereira da SILVA

Universidade Federal do Tocantins (UFT)

E-mail: t.evangelista@hotmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0009-0003-2460-2671>

Muniz Araújo PEREIRA JÚNIOR

Universidade Federal do Tocantins (UFT)

E-mail: Munizaapjrjr@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-1535-6558>

Ruhena Kelber Abrão FERREIRA

Universidade Federal do Tocantins (UFT)

E-mail: kelberabrao@uft.edu.br

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-5280-6263>

RESUMO

O objetivo do presente trabalho foi a identificação da relevância do ensino das práticas de Primeiros Socorros no curso de Educação Física do Câmpus Miracema na disciplina de Práticas Corporais de Aventura. Neste sentido, o trabalho foi um relato de experiência posterior a uma oficina de primeiros socorros, voltada aos alunos da graduação em Educação Física. Foram aplicados dois questionários sendo um com respostas objetivas e outro com respostas discursivas no qual participaram 17 estudantes com idades entre 19 a 33 anos. Por fim, foi constatado que saber realizar de forma correta as técnicas de primeiros socorros é crucial em um atendimento pré-hospitalar, pois através deste atendimento uma vida pode ser salva e uma parte

considerável dos graduandos não se encontram aptos a realizar um atendimento eficaz.

Palavras-chave: Práticas de Aventura. Primeiros socorros. Educação Física.

ABSTRACT

The objective of the present work was to identify the relevance of teaching First Aid practices in the Physical Education course at the Miracema Campus in the discipline of Adventure Body Practices. In this sense, the work was a report of an experience after a first aid workshop, aimed at undergraduate students in Physical Education. Two questionnaires were applied, one with objective answers and the other with discursive answers, in which 17 students aged between 19 and 33 years participated. Finally, it was found that knowing how to correctly perform first aid techniques is crucial in pre-hospital care, because through this care a life can be saved and a considerable part of the undergraduates are not able to perform effective care.

Keywords: Adventure Practices. First aid. Physical education.

RESUMEN

El objetivo del presente trabajo fue identificar la pertinencia de la enseñanza de las prácticas de Primeros Auxilios en el curso de Educación Física en el Campus Miracema en la disciplina de Prácticas Corporales de Aventura. En este sentido, el trabajo fue un relato de una experiencia posterior a un taller de primeros auxilios, dirigido a estudiantes de pregrado en Educación Física. Se aplicaron dos cuestionarios, uno de respuestas objetivas y otro de respuestas discursivas, en los que participaron 17 estudiantes con edades comprendidas entre los 19 y los 33 años. Finalmente, se encontró que saber realizar correctamente las técnicas de primeros auxilios es crucial en la atención prehospitalaria, ya que a través de estos cuidados se puede salvar una vida y una parte considerable de los estudiantes universitarios no son capaces de realizar una atención efectiva.

Palabras-clave: Prácticas de aventura. Primeros auxilios. Educación física.

INTRODUÇÃO

Uma vez que o esporte tem se desenvolvido e permanece em constância na escola, é crescente a busca pela diversificação e pela necessidade de renovar e recriar conteúdos pedagógicos. As práticas Corporais de aventura são uma das competências da Educação Física, regimentada pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC), no qual em seu programa reflete a vivência de práticas onde os estudantes devem ser desafiados a refletir sobre elas, buscando compreender e conhecer sobre as potencialidades e os limites do corpo, além de assumir um estilo de vida ativo, em prol de manter a saúde (Brasil, 2018; Abrão, De Souza, et al, 2025).

Ao propagar as Práticas Corporais de Aventura (PCA) os alunos devem estar aptos a recriar possibilidades, aprendendo com as vivências proporcionadas nas aulas de Educação Física (Murici, Pereira, Ferreira, 2025). Um dos enfoques que justificam a inserção dos esportes de aventura na escola é o alinhamento entre a Educação Física e as propostas de preservação ambiental (Abrão et al, 2025). Além disso, essas atividades tornam as aulas mais dinâmicas e interessantes, possibilitando o trabalho relacionados à cultura corporal do movimento (Coletivo De Autores, 1992), constituindo aprendizados para além do gesto motor, tais como o respeito às diferenças e limites do outro, cooperação e superação dos próprios limites.

Um dos empecilhos à inserção dos PCA na escola está em adaptar os espaços para prática das atividades, já que dificilmente teremos ambientes apropriados (Abrão et al, 2024). O que conduz os docentes a procurar outros locais, ou ainda criar espaços adaptados dentro da escola. Uma possibilidade é a criação de dinâmicas com materiais recicláveis. O professor de Educação Física é então convocado a adaptar o esporte de aventura de acordo com sua realidade, de modo a permitir novas vivências corporais a serem discutidas nas aulas, promovendo e incentivando o desenvolvimento das dimensões do conhecimento, conceitual, procedimental e atitudinal (Abrão, De Souza, 2024).

As pessoas procuram realizar atividades físicas radicais para se sentirem melhor fisicamente, dentre elas as práticas corporais de aventura, que os afastam dos afazeres rotineiros da cidade, oportunizando a sensação de liberdade para os

praticantes, ao respirarem ar puro e conhecerem novos ambientes naturais (De Bem Machado et al, 2023).

Na visão de Schwartz (2002), as intensas buscas pela emoção e aventura são importantes elementos potenciais na perspectiva de alterações de atitudes e valores, características fundamentais ligadas ao hábito destas práticas, capazes de interferir na perspectiva de mudanças de estilos almejada no mundo contemporâneo. Segundo Feixa (1995) e Teruya (2000), existe uma maior presença de sensações e estímulos ao prazer nestas modalidades em contato direto com a natureza, quando se faz a comparação entre as atividades físicas e as práticas corporais de aventura na natureza, pode-se notar que as atividades em locais convencionais para sua execução não trazem tanta experiência quanto às atividades radicais.

Em geral, alguns esportes têm poucas possibilidades de adaptação, necessitando equipamentos que – se não utilizados da maneira correta – podem ocasionar acidentes e estes equipamentos são dificilmente encontraremos nas unidades escolares (Deus et al, 2023). Nesse sentido, objetivou-se, nesta pesquisa realizar uma oficina de primeiros socorros na disciplina de PCA, com vistas a auxiliar os futuros professores de Educação Física a lidarem com possíveis acidentes nas aulas, sendo nos esportes adaptados na escola ou nas saídas de campo (Fuchs et al, 2023).

Sendo assim, trazemos uma pesquisa exploratória com o objetivo geral de ressaltar a importância da inclusão da disciplina de Primeiros Socorros na graduação de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Tocantins. Inicialmente descrevo o conceito de Práticas Corporais de Aventura (PCA), citando as possibilidades de sua realização no ambiente escolar. Em seguida trago o relato de experiência de uma oficina de Primeiros Socorros a qual foi ministrada para a turma de Práticas Corporais de Aventura do curso de Educação Física da UFT.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA

As práticas corporais de aventura são atividades físicas que envolvem desafios e experiências ao ar livre, geralmente em ambientes naturais. Dificilmente encontramos alguém que não saiba descrever o que é uma prática corporal de aventura. Inácio (2014, p. 533), caracteriza as PCA como:

Práticas corporais que objetivam frequentemente a aventura e o risco buscam ser praticadas em ambientes distantes dos grandes centros urbanos, especificamente em espaços com pouca interferência humana, sejam estes: água, terra e ar. Também se caracterizam por possuírem um alto valor educativo e por uma busca do (re)estabelecimento de uma relação mais intrínseca entre seres humanos e tudo que o cerca, o que pode resultar em algum avanço para ultrapassar a lógica mercadológica do lazer e com o objetivo de resgatar alguns valores humanos, como a cooperação e solidariedade.

Essas práticas são conhecidas por fornecerem uma combinação de atividade física, aventura, superação de limites pessoais em contato com a natureza. Alguns exemplos comuns de práticas corporais de aventura são:

Escalada: Envolve subir em rochas, paredes ou montanhas utilizando técnicas e equipamentos específicos. Uma das regras para os praticantes é não prejudicar o meio ambiente, por isso sua conservação é feita utilizando os recursos naturais disponíveis, como lançar pontas de rocha com fita adesiva ou encravar chapas metálicas nas deformações da rocha e depois removê-las. As características desses alpinistas tradicionais incluem sua aptidão aeróbica, habilidades logísticas, capacidade de manuseio de equipamentos e algum conhecimento meteorológico (Pereira, 2007).

A modalidade mais viável para trabalhar na escola é a escalada *Boulder* em que não são necessários muitos equipamentos como cordas e cadeirinhas mosquetões. Para isso, a altura deve ser calculada, e se necessário, colchões devem ser utilizados para casos de quedas. Nesta modalidade, o grau de dificuldade de aprendizagem é menor, pois os movimentos executados são natos, como agarrar e puxar. Dessa forma, trabalha-se a interação e a socialização, permitindo a participação de todos independentemente da idade, peso, cor, raça e até mesmo das habilidades motoras. Todos podem participar e superar seus próprios desafios (Tahara; Darido, 2016).

Slackline: é uma atividade de aventura que pode ser utilizada no âmbito escolar como recurso lúdico para incentivar a prática esportiva e reforçar conhecimentos sobre o meio ambiente. Além disso, é uma modalidade que requer pouco espaço, e exige um material acessível, pois é praticado apenas com uma fita de nylon flexível fixada horizontalmente em dois pontos a qualquer altura.

O conteúdo aplicado de forma lúdica se torna uma possibilidade de lazer, tanto no ambiente escolar quanto fora dele, trazendo uma colaboração para o desenvolvimento social de quem o pratica. Com isso, o Slackline pode se encaixar no conteúdo da Educação Física escolar, uma vez que o mesmo é um esporte e este compõe o eixo dos conteúdos voltados para a cultura corporal de movimento. Porém, as vivências desse esporte na escola ainda são bastante recentes e desenvolvidas por poucos professores de Educação Física, visto que sua prática também é considerada nova, pois tem indícios de seu início por volta dos anos 80 (Santos e Marinho, 2014).

Patins: Inicialmente a patinação surgiu como uma forma de locomoção para quem morava em lugares frios. Esses habitantes começaram a acoplar sobre suas pernas uma espécie de patins, feitos com ossos que os ajudavam a atravessar os lagos congelados. Na Idade Média, os ossos foram substituídos por elementos que passaram a causar menos atrito com o gelo, como lâminas de madeira e depois lâminas de ferro. Assim, a patinação foi usada primeiramente para atravessar regiões congeladas e, mais tarde, como forma de recreação. Joseph Merlin (nascido em Huys Bélgica em 1735) é considerado o criador dos primeiros patins, em 1770, em Londres, no Museo Cox em Spring Gardens, quando exibiu um par de patins sobre rodas (Brandão, 2009). A patinação passou por diversas mudanças ao longo dos anos até chegar ao seu formato hoje.

Surf: Prática de deslizar sobre as ondas do mar utilizando uma prancha. No Brasil, historiadores e pesquisadores apontam que os primeiros a introduzirem a prática do surf em território nacional foram funcionários de companhias aéreas adeptos da modalidade. No Estado de São Paulo, mais especificamente no município litorâneo de Santos, é que o surf começou a ser praticado e desenvolvido em meados de 1935, sendo implementado posteriormente após uma década também no Estado do Rio de Janeiro. De acordo com Badari (2016, p.7), “esse crescimento, no entanto, fora especialmente acentuado nos últimos anos, devido a diversos fatores, dentre eles a maior participação de atletas brasileiros em campeonatos importantes a nível mundial”.

Tais práticas oferecem uma combinação de desafio físico, diversão, trabalho em equipe e contato com a natureza. Geralmente elas são praticadas entre pessoas que buscam emoções, aventuras e atividades ao ar livre.

As atividades físicas de aventura na natureza (AFAN) têm sido apontadas como meio promissor no espaço educacional, devido à sua potencialidade enquanto instrumento pedagógico, podendo assumir um caráter interdisciplinar, contribuindo no processo de construção de um conhecimento mais amplo e mais facilmente assimilável, dado seu valor prático e vinculando com a busca teórica dos conteúdos desenvolvidos através desta prática, criando laços mais estreitos entre ser humano e natureza (Baierle, 2012, p.16).

No entanto, é importante praticá-las com o devido cuidado, seguindo todas as medidas de segurança e contando com instrutores, especialmente em atividades mais complexas ou perigosas. Para que as práticas de aventura sejam aplicadas nas escolas é essencial que seja feita em segurança, com os equipamentos necessários para manter todos os praticantes bem e livre de quedas bruscas ou graves lesões (Abrão et al, 2022).

A presença de instrutores preparados e protegidos é de extrema importância para a segurança e o sucesso das práticas corporais de aventura. Aqui estão alguns motivos que destacam a importância desses instrutores: Segurança: Os instrutores preparados possuem conhecimento e habilidades para garantir a segurança dos participantes durante as atividades de aventura. Eles são treinados para identificar e minimizar os riscos, implementar medidas de segurança adotadas, supervisionar os participantes e lidar com situações de emergência de maneira eficiente (Areo et al, 2018). Por ser uma prática conhecida e reconhecida pelos seus benefícios, teoricamente, faz parte do ambiente escolar inclusive nos documentos oficiais que norteiam a educação como Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN). A BNCC é um documento construído por pesquisadores, professores e representantes de associações como a Undime e a Anped; é um descritivo de conteúdos e saberes necessários para cada ano e segmento da educação básica no país (Oliveira et al, 2022).

Na BNCC as PCA são indicadas como um conteúdo da disciplina de E.F., desde o sexto ano do ensino fundamental até o terceiro ano do ensino médio. O documento traz estes conteúdos e os classifica com base no ambiente onde serão realizados: na natureza ou urbanas, e são mencionados alguns exemplos de atividades que podem ser realizadas na natureza e também que podem ser realizadas no meio urbano, são

mencionadas ainda PCA que podem ser realizadas nos dois ambientes recebendo o nome de mista.

Enquanto de acordo com os PCN os professores podem buscar trabalhar as dimensões procedimentais, atitudinais e conceituais das PCA. No que se diz respeito à dimensão procedimental seria bem mais simples a sua execução, pois algumas delas não exigem materiais caros ou de última geração, na dimensão conceitual pode-se buscar utilizar conceitos ligados ao meio ambiente, às tecnologias, os meios midiáticos, deste modo trazendo os temas transversais que engloba tal conteúdo, no que diz respeito à dimensão atitudinal se faz necessário à cooperação, compreensão, a interação, a solução dos problemas através do diálogo e o respeito às individualidades de cada um (Franco, 2008).

As várias práticas de aventura que podem ser desenvolvidas em ambiente escolar, proporcionando aos alunos experiências enriquecedoras e estimulando o trabalho em equipe, o desenvolvimento físico e emocional, a superação de desafios e a conexão com a natureza. As práticas de aventura praticadas para a escola incluem:

Atividades de orientação: Jogos e atividades que envolvem a orientação no espaço utilizando bússolas, mapas e coordenadas, permitindo que os alunos desenvolvam habilidades de navegação e resolução de problemas; **Trilhas e caminhadas:** Organizar caminhadas em trilhas próximas à escola ou em áreas naturais, proporcionando aos alunos a oportunidade de explorar o ambiente, aprender sobre a fauna, flora e ecossistemas locais, bem como promover a atividade física; **Acampamentos:** Realizar acampamentos de curta duração seja no próprio terreno da escola ou em áreas próximas, onde os alunos podem aprender a montar barracas, fazer fogueiras, cozinhar ao ar livre e desenvolver habilidades de sobrevivência básica; **Jogos cooperativos ao ar livre:** Promova jogos e atividades em equipe que exijam cooperação, comunicação e estratégia, como corridas de orientação, caças ao tesouro, jogos de captura de bandeira, entre outros; **Escalada em parede:** Montar uma parede de escalada na escola ou utilizar instalações esportivas próximas que defendam essa atividade. A escalada na parede ajuda a desenvolver habilidades motoras, força, equilíbrio e confiança; **Vivência em esportes aquáticos:** Proporcionar aos alunos a oportunidade de praticar esportes

aquáticos, como canoagem, remo ou natação, caso a escola possua acesso a rios, lagos ou piscinas aquáticas.

É importante ressaltar que essas práticas de aventura devem ser realizadas com a supervisão adequada de profissionais preparados, que garantem a segurança dos alunos. Também é essencial seguir as diretrizes e regulamentos de segurança, obter autorizações e considerar as condições físicas e habilidades dos estudantes antes de realizar qualquer atividade.

AS PCA E OS CUIDADOS DE SAÚDE E PRIMEIROS SOCORROS

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), acidente é todo acontecimento que não tem intenção e que pode provocar uma lesão corporal ou dano reconhecível, podendo causar sequelas temporárias, duradouras ou levar à morte. Primeiros socorros são as medidas imediatas e temporárias realizadas no local de um acidente ou situação de emergência para preservar a vida, aliviar o sofrimento e prevenir complicações adicionais até que a assistência médica profissional adequada possa ser atendida (Sales et al, 2019).

Diante disso, vale ressaltar a importância de os alunos ao concluírem a graduação saibam pelo menos os procedimentos básicos sobre o assunto supracitado, dentre os motivos, além de ser uma questão social, estarão convivendo muitas vezes com crianças, inclusive nas práticas corporais de aventura (Marinho, 2015).

Conforme a BNCC (2018, p. 219), as PCA “devem ser adaptadas às condições da escola, ocorrendo de maneira simulada, tomando-se como referência o cenário de cada contexto escolar”. Dessa forma, o grande desafio para o professor de Educação Física é desenvolver as atividades referentes a esse conteúdo que está diretamente ligado à questão dos espaços físicos adequados, uma vez que a realidade escolar, principalmente das escolas públicas, conta com recursos mínimos em termos de infraestrutura e materiais (Do Nascimento et al, 2020).

As práticas na natureza requerem cuidados para a prevenção contra possíveis acidentes, cautela e prudência no que se refere aos métodos de segurança com os alunos, o docente necessita ter conhecimento do esporte que propõe. Essas práticas de aventura são recentes nos cursos de Educação Física. Acreditamos que

essa temática deva ser discutida de forma mais ampla no Brasil, além da necessidade de uma inserção nos currículos de graduação (Santos, 2018).

Muitas modalidades necessitam de materiais específicos para sua prática e alguns desses equipamentos são caros, fato que acaba dificultando a inclusão no ambiente escolar. Contudo, não restando opção, alguns são realizados fora do espaço escolar, o que facilita sua prática, mas pode acarretar em acidentes e obstáculos para a sua execução (Andrade et al, 2021).

Quando o professor de Educação Física realizar esse procedimento na escola será necessário ressaltar as três dimensões dentro da prática. Para Tahara e Filho (2012 p. 63):

Dentro da dimensão Conceitual, pode abordar os aspectos históricos das modalidades, seus principais equipamentos, os atletas famosos, os locais de prática e seu contexto geográfico e histórico, discussões inerentes à preservação ambiental, entre outros. Na dimensão procedimental, ênfase nas técnicas de movimentos e de segurança, adaptações necessárias das modalidades para cada faixa etária, condições da escola para possíveis improvisos que possibilitem a prática, entre outros. Por fim, quando pensa na dimensão atitudinal, valores formativos como respeito às normas de segurança, ética nas modalidades, relações sociais e psicológicas inerentes às práticas (cooperação, coragem, liderança, gestão de conflitos, etc.) nos vem à mente para que os educandos possam receber isto da maneira mais harmônica, reflexiva e natural possível.

O docente pode trabalhar conceitualmente com a história da modalidade, os equipamentos e os locais para praticar. Já procedimentalmente é possível abordar a segurança da atividade, que pode ser realizada dentro da escola ou no seu entorno. Por último, a dimensão atitudinal pode acontecer a partir da ênfase em princípios e valores, como o respeito com o colega, à cooperação para a prática e gestão de conflitos. As aulas necessitam de diálogo, criatividade e ludicidade para despertar o prazer de praticar, sentir diferentes emoções e sentir liberdade corporal (Franco, 2010).

As PCA ajudam a promover a saúde, se constituindo como uma modalidade de esporte indicada para as pessoas que gostam de adrenalina. De acordo com Araújo (2012), ainda é possível pontuar as seguintes benesses à saúde: melhoria da resistência cardiovascular; fortalecimento dos ossos, músculos, tendões e ligamentos, sobretudo das pernas; diminuição do estresse por causa do contato direto com a

natureza fazendo com que o bom humor seja elevado, atenua a ansiedade, trazendo sensação de bem-estar.

A Atividade Física ajuda a ganhar massa muscular e a perder gordura, melhora o humor, reduz o estresse e a ansiedade, aumenta o nível de energia, melhora a imunidade, torna as articulações mais flexíveis e melhora a qualidade de vida. Níveis regulares e adequados de atividade física em adultos podem reduzir o risco de hipertensão, doença coronariana, acidente vascular cerebral, diabetes, câncer de mama e cólon, depressão e risco de quedas, além de melhorar a saúde óssea e funcional (Gomes, Ferreira, Do Carmo Rodrigues, 2020).

Para que as PCA sejam aplicadas nas escolas é essencial que seja feita em segurança, com os equipamentos necessários para manter todos os praticantes bem e livre de quedas bruscas ou graves lesões. Caso a escola não tenha esses equipamentos de segurança e ainda assim queira realizar o esporte, podem ser feitas adaptações, como por exemplo, o professor pode construir juntamente com seus alunos o Equipamento de Proteção Individual (EPI) que garante a segurança dos mesmos (Sales et al, 2019). Nas palavras de Severino, Pereira e Santos (2016), as dificuldades que o professor enfrenta na escola, em termos de equipamentos e materiais, podem ser ultrapassadas com criatividade, desde que a segurança dos alunos não seja desprezada.

Um dos empecilhos à inserção dos PCA na escola está em adaptar os espaços para prática das atividades, já que dificilmente teremos ambientes apropriados. O que conduz os docentes a procurar outros locais, ou ainda criar espaços adaptados dentro da escola (Abrão, 2012). Uma possibilidade é a criação de dinâmicas com materiais recicláveis. O professor de Educação Física é então convocado a adaptar o esporte de aventura de acordo com sua realidade, de modo a permitir novas vivências corporais a serem discutidas nas aulas, promovendo e incentivando o desenvolvimento das dimensões do conhecimento, conceitual, procedimental e atitudinal (SANTOS, 2018).

METODOLOGIA

A partir da constatação da importância da elaboração e divulgação do conhecimento científico, emerge a necessária compreensão das diferentes possibilidades metodológicas e, também, das variadas modalidades para proposição

e estruturação dos escritos acadêmicos, tais como, o relato de experiência (RE) (Oliveira, Santana, Ferreira, 2021). Destaca-se que o RE não é, necessariamente, um relato de pesquisa acadêmica, contudo, trata do registro de experiências vivenciadas (LUDKE; CRUZ, 2010). Tais experiências podem ser, por exemplo, oriundas de pesquisas, ensino, projetos de extensão universitária, dentre outras.

Dentre as áreas que usam o RE, duas são comumente encontradas, a Educação (integrante da grande área Humanas), tendo como subáreas: Ensino e Aprendizagem, Teorias da Instrução, Métodos e Técnicas de Ensino, A avaliação da Aprendizagem e Currículo, e também, a de Ensino (integrante da grande Área Multidisciplinar), tendo como subáreas: propostas educativas e Ensino de determinado conteúdo (Dias; Therrien; Farias, 2017).

O RELATO

Foi ministrada uma oficina de Primeiros Socorros para os discentes do 7º período na disciplina de Práticas Corporais de Aventura do curso de Educação Física da UFT, na qual se discorreu sobre a conduta a ser seguida para os primeiros socorros em caso de vertigem, desmaio, engasgo em adulto, criança e bebês, acidentes com animais peçonhentos, curativos em feridas leves e profundas, ressuscitação cardiorrespiratória em adulto, criança e em bebês.

Os primeiros socorros não substituem o tratamento dos profissionais aptos para isso, mas são essenciais para fornecer assistência imediata e reduzir os riscos de complicações graves ou até mesmo de morte. O objetivo principal é estabilizar a condição da vítima e fornecer cuidados básicos até que a ajuda especializada chegue ao local.

Nas escolas, principalmente durante as aulas de educação física, pode acontecer incidentes em que o professor precise realizar os primeiros socorros. O professor de Educação Física deve estar preparado para agir de maneira eficiente, segura e adequada frente a um acidente que possa ocorrer em sua prática (Costa; Nunes, 2017).

Um grande passo para tentar minimizar situações como essa foi à criação da lei Lucas que foi sancionada no dia 04/10/2018. Essa lei obriga as escolas, públicas e

privadas, e espaços de recreação infantil a se prepararem para atendimentos de primeiros socorros. Todavia:

Um desafio enorme a ser superado, pois para que as medidas, como as determinadas pela Lei Lucas, sejam implementadas dentro das escolas, são necessárias várias mudanças e ações, a começar pelo poder público no que tange a disponibilização de recursos, para inúmeras finalidades, a exemplo a capacitação e treinamento dos profissionais para torná-los de fato aptos dentro das escolas a prestar o correto atendimento em primeiros socorros (Necker; Silva, 2019 p. 13).

De acordo com Cabral e Oliveira (2019) os professores veem a necessidade da realização de treinamentos sobre prevenção de acidentes e primeiros socorros no ambiente escolar, por reconhecerem que as fases de crescimento e desenvolvimento da criança as estimulam a querer descobrir coisas novas, causando muitas vezes um acidente ou emergência, especialmente durante as práticas corporais de aventura.

Nos cursos de graduação de Licenciatura em Educação Física o conhecimento adquirido sobre primeiros socorros, é essencial para o futuro profissional que trabalhará com educação e esporte dentro da rede de ensino, caso haja necessidade. Isso torna o professor de Educação Física, quando devidamente capacitado, uma peça fundamental dentro das escolas a fim de preservar a vida (Necker; Silva, 2019 p. 2).

Em conformidade com o exposto, foi realizada uma pesquisa com os respectivos alunos, com o intuito de descobrir qual a importância para eles das aulas de primeiros socorros na graduação de Educação Física na Universidade Federal do Tocantins campus Miracema. A pesquisa contém um questionário com 10 perguntas de múltipla escolha, e outro questionário contendo 05 perguntas com respostas discursivas, foi respondido por 17 alunos do sexo masculino e feminino com idades entre 19 a 33 anos.

As perguntas objetivas foram as seguintes:

1º - Você já teve algum tipo de treinamento de primeiros socorros durante as aulas de graduação de Educação Física?

12 alunos responderam que até então não tiveram nenhum treinamento de primeiros socorros. E 05 responderam que sim, nas aulas de letramento em saúde na escola (optativa) e na disciplina de Saúde na Escola.

2º - Por que é necessário realizar os Primeiros Socorros corretamente em um curto intervalo de tempo?

16 Alunos responderam corretamente que é para evitar a morte e prevenir sequelas. E 01 aluno marcou a opção incorreta.

3º - No local onde você estagia ou estagiou, você foi avisado sobre a localização de materiais de primeiros socorros e sobre algum procedimento a ser tomado caso haja alguma emergência?

Todos os alunos responderam que não.

De acordo com Nardino et al (2012), o ensino das técnicas de primeiros socorros é pouco propagado, apesar de sua suma importância, o conhecimento dessas técnicas básicas é pouco difundido em meio à população, deixando assim o desconhecimento sobre esse tema, o mesmo deveria ser mais amplo e disponibilizado para a sociedade em geral. Já que o assunto não é abordado como deveria, isso nos faz refletir sobre a importância de estudar e propagar o tema, tendo em vista os casos de mortes ou sequelas graves que poderiam ser evitados se o atendimento de primeiros socorros for realizado corretamente. É importante destacar que:

Os primeiros socorros englobam o conjunto de procedimentos realizados no atendimento prestado às vítimas de qualquer acidente ou mal súbito antes da chegada do médico, da ambulância ou de qualquer profissional qualificado da área de saúde (Nascimento et al, 2019, p. 4).

4º - Você já deixou de prestar socorro por medo de cometer algum erro?

01 Aluno respondeu que sim, 04 Alunos responderam que não lembram, 12 Alunos responderam que não.

5º - Assinale abaixo o(s) serviço(s) de emergência da cidade onde você reside que está com o número de telefone correto.

Os 17 alunos responderam corretamente.

6º - Em sua opinião qual o detalhe mais importante a ser observado em uma vítima e que deve ser informado ao serviço de Primeiros Socorros durante a ligação de solicitação?

01 Aluno respondeu que não sabia, 02 Alunos, se fraturou algum osso e 14 responderam se tem sinais de vida.

Essas ações são geralmente realizadas por pessoas com conhecimentos básicos em primeiros socorros, como socorristas treinados, bombeiros, policiais, profissionais de saúde ou até mesmo por pessoas leigas presentes no momento do incidente. Os primeiros socorros podem incluir uma série de procedimentos, como avaliar a situação para garantir a segurança, verificar a consciência e a resistência da vítima, realizar reanimação cardiopulmonar (RCP) em caso de parada cardiorrespiratória, controlar hemorragias, imobilizar fraturas, realizar curativos em lesões, entre outros.

7º - Quando uma pessoa estiver convulsionando, o que devo fazer?

02 Pessoas disseram que não sabem, 04 afirmaram que devem segurar a língua e 11 disseram que deve afastar a vítima de objetos e proteger a cabeça.

8º - Como verificar se a vítima está respirando?

10 Responderam que é verificando a pulsação, e 07 afirmaram que é utilizando os sentidos ver, ouvir e sentir.

9º - Como é possível facilitar a respiração da vítima, caso não haja suspeita de fratura na coluna vertebral?

10 Alunos afirmaram que é levantando o queixo da vítima, 01 sentando a pessoa, 01 levantando a cabeça da vítima e encostando o queixo no peito, e 05 não souberam responder.

10º - Qual local do corpo adequado para realizar a massagem cardíaca?

Todos responderam que é sobre o osso do meio do peito (tórax) na altura do mamilo.

Costa e Nunes, (2017) enfatizam que é preciso que o professor de Educação Física vá em busca de mais conhecimento acerca de primeiros socorros por meio de oficinas de capacitação, cursos e especializações. Deste modo, com o conhecimento, ele tem a probabilidade de realizar um socorro imediato e da forma correta, uma vez que é importante a ação do professor durante o atendimento, podendo evitar o agravamento da vítima.

As perguntas subjetivas foram:

1º O que é saúde?

03 Disseram que é não estar doente, 03 responderam que é estar bem física e mentalmente, 05 disseram que é o bom funcionamento do corpo, 06 responderam

que além de ausência de doença está relacionado ao bem-estar geral: social, físico, mental.

2º O que é qualidade de vida?

06 pessoas responderam que é bem-estar físico e mental, 05 afirmaram que é acesso aos direitos básicos como moradia, saúde, educação, lazer, e 06 disseram que é estar relacionado a hábitos saudáveis.

Saúde e qualidade de vida estão intimamente relacionadas, pois a saúde é um dos principais determinantes da qualidade de vida de uma pessoa. Uma boa saúde é um componente essencial para alcançar uma boa qualidade de vida, e uma boa qualidade de vida pode, por sua vez, contribuir para a manutenção da saúde. Quando uma pessoa goza de boa saúde, ela está na melhor posição para desfrutar de uma boa qualidade de vida. A qualidade de vida, como mencionado anteriormente, refere-se à percepção subjetiva de bem-estar e satisfeita com vários aspectos da vida.

Ter uma boa saúde é um fator fundamental para ter uma boa qualidade de vida, pois influencia diretamente diversos aspectos importantes. Por exemplo, a saúde física está relacionada à capacidade de realizar atividades externas, ter energia e vitalidade, e evitar doenças crônicas ou incapacitantes. Uma pessoa com boa saúde física terá mais disposição para participar de atividades recreativas, realizar hobbies, cuidar da família e trabalhar de maneira produtiva.

Além disso, a qualidade de vida também é obtida pelo ambiente físico em que a pessoa vive. Ter acesso a serviços de saúde de qualidade, um ambiente seguro, acesso a recursos naturais e uma infraestrutura adequada são fatores que afetam a qualidade de vida. É importante destacar que a saúde e a qualidade de vida são processos contínuos, e encorajam cuidados e esforços ao longo da vida. A adoção de hábitos saudáveis, como uma alimentação equilibrada, exercícios regulares, sono adequado e gerenciamento do estresse, podem contribuir para a manutenção da saúde e melhoria da qualidade de vida.

3º O que são Primeiros Socorros?

09 disseram que são os procedimentos que salvam a vida de uma pessoa, 08 afirmaram que é o atendimento inicial até a chegada da equipe de saúde.

4º Qual a importância dos primeiros socorros nas aulas de Educação Física escolar?

09 disseram que é para conseguir realizar os Primeiros socorros em caso de acidente, 08 responderam que é para garantir a segurança dos alunos e evitar acidentes.

5º Se você pudesse você trocaria uma disciplina da graduação pela disciplina de Primeiros Socorros, se sim, qual seria?

03 alunos não trocariam, e 14 trocariam. 03 deles por Ginástica (existe I e II), 02 por Dança, 02 por Atletismo, 02 por Cinesiologia, 01 por Hist. Da EF, 01 por Saúde na Escola, 01 por Teorias da EF, 01 por Anatomia, e 01 por uma Optativa.

Os primeiros socorros em ambiente escolar são de extrema importância, pois garantem uma resposta rápida e adequada em caso de acidentes ou emergências médicas que podem ocorrer durante o período escolar. Os primeiros socorros têm como objetivo imediato preservar a vida, prevenir o agravamento de lesões e promover a recuperação do acidentado até a chegada de ajuda profissional. Aqui estão algumas considerações sobre primeiros socorros em ambiente escolar: Treinamento de primeiros socorros: É recomendado que a equipe da escola, incluindo professores, funcionários e até mesmo alunos, receba treinamento básico em primeiros socorros. Isso pode ser feito por meio de cursos ministrados por profissionais de saúde, como médicos, enfermeiros ou socorristas (Rosa et al, 2025).

Quanto aos equipamentos, é de extrema importância o cuidado com cada peça e detalhe, a fim de extinguir qualquer chance de incidente ou mesmo acidentes. Existem equipamentos voltados para a amarração ou ancoragem da corda de descida, como mosquetões, fitas tubulares e as ancoragens *back-ups*. Escalada é uma das PCA que mais possibilita acidentes (Morozini, 2014).

A Educação Física escolar desenvolvida nas escolas geralmente está voltada para os esportes tradicionais, o que vem causando ao longo do tempo desinteresse por parte de alguns escolares, que associam a mesma a monotonia. Porém, é composta por um vasto eixo de possibilidades, as quais podem contribuir para aulas mais dinâmicas e para uma melhor participação por parte dos alunos. A escola configura-se como um espaço diferenciado, onde as crianças terão que resignificar seus movimentos e atribuir-lhes novos sentidos, além de realizar novas aprendizagens (Silva et al, 2021).

As atividades de aventura podem gerar motivações e interesses diversificados entre os alunos ao participarem das aulas de Educação Física, existindo curiosidade e

satisfação naquilo que a prática possa proporcionar em termos de sensações e emoções individuais que extrapolam o conteúdo e podem ser compartilhadas com o grupo, como a percepção de liberdade, o ineditismo na vivência, a questão dos riscos sob controle, entre outros (Marinho, 2007). É necessário um olhar mais cuidadoso em relação à inserção dos esportes de aventura e as suas influências no cenário da cultura corporal de movimento (Rodrigues, 2006).

Dentre as inúmeras manifestações da cultura corporal, destacam-se as atividades de aventura, que apresentam extensas possibilidades na área educacional. O potencial educativo dessas atividades de aventura pode ser muito extenso, principalmente porque facilita situações educativas com experiências pouco habituais, apresentando um forte caráter motivador, favorecendo situações carregadas de emoção, de significado e de intenção (Marinho, 2005).

Nas aulas de Educação Física os conteúdos devem ser abordados em complexidade crescente, uma vez que em cada um dos níveis de ensino os alunos trazem consigo múltiplas experiências relativas ao conhecimento sistematizado, que devem ser consideradas no processo de ensino e da aprendizagem (Schneide; Santos, 2012). Os conteúdos não devem ter um fim em si mesmo, devem servir como caminho para a realização do objetivo maior do ambiente escolar que é a concessão de conhecimentos para os educandos. Desta forma, deve-se visualizar a abrangência do *skate* como fenômeno esportivo juntamente com suas possibilidades pedagógicas (Abrão et al, 2015).

CONSIDERAÇÕES DO PROCESSO

Ao finalizar este trabalho, o estudo buscou elencar o que são as práticas corporais de aventura. PCA são atividades físicas que envolvem desafios e experiências ao ar livre, geralmente em ambientes naturais e traz combinação de atividade física, aventura, superação de limites pessoais em contato com a natureza. Existem várias práticas de aventura que podem ser desenvolvidas em ambiente escolar, proporcionando aos alunos experiências enriquecedoras e estimulando o trabalho em equipe, o desenvolvimento físico e emocional, a superação de desafios e a conexão com a natureza.

Destaca-se também a importância de ter a disciplina de Primeiros Socorros na graduação de Educação Física da UFT Câmpus Miracema. Tais práticas não substituem o tratamento médico profissional, mas são essenciais para fornecer assistência imediata e reduzir os riscos de complicações graves ou até mesmo de morte. O objetivo principal é estabilizar a condição da vítima e fornecer cuidados básicos até que a ajuda especializada chegue ao local.

Portanto, diante do exposto podemos perceber o quão importante é que as pessoas saibam as práticas básicas de primeiros socorros, pois podem precisar exercer a qualquer momento do seu dia a dia, e com os futuros professores não seria diferente. Infelizmente atualmente não existe essa disciplina específica na graduação de EF da UFT e o contato que os alunos que participaram tiveram com esse conteúdo, foi através da oficina realizada neste trabalho ou através de menções superficiais em momentos de outras disciplinas não específicas sobre o tema.

Cogita-se que este trabalho desperte a consciência dos professores que fazem parte do colegiado do curso de licenciatura em Educação Física da UFT Câmpus de Miracema do Tocantins, para pensar o quanto a disciplina de Primeiros Socorros é importante para a atuação dos futuros professores de Educação Física.

Então, com base nessa pesquisa, pode-se dizer que trabalhos como este são importantes não só para enriquecer o conhecimento do indivíduo, mas também para ampliar as discussões sobre esta prática esportiva e levantar questões que podem ser trabalhadas na escola com o objetivo de repensar as atitudes em relação à preservação do meio ambiente, não somente na natureza, mas dentro do espaço escolar.

REFERÊNCIAS

ABRÃO, R. K.; CALHEIROS, V. C.; ALCÂNTARA, C. V. F. de; RABELO, A. C. C. da S.; FERREIRA, C. L.; BORBA, L. B.; FERNANDES, R. C.; BRITO, R. S. de. Conexões entre universidade, escola e lazer: ações de extensão com práticas corporais de aventura nos anos finais. **Contribuciones a Las Ciencias Sociales**, [S. l.], v. 18, n. 2, p. e15133, 2025. DOI: 10.55905/revconv.18n.2-003. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/15133>. Acesso em: 8 maio. 2025.

ABRAO, Ruhena Kelber et al. Jogos eletrônicos e a Educação Física: entre lazer e as possibilidades pedagógicas. **Humanidades & Inovação**, v. 9, n. 11, p. 286-296, 2022.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA E PRIMEIROS SOCORROS NO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA. Gustavo Santos da SILVA; Tiago Evangelista Pereira da SILVA; Muniz Araújo PEREIRA JÚNIOR; Ruhena Kelber Abrão FERREIRA. **JNT Facit Business and Technology Journal**. QUALIS B1. ISSN: 2526-4281 - FLUXO CONTÍNUO. 2025 - MÊS DE MAIO - Ed. 62. VOL. 01. Págs. 246-268. <http://revistas.faculdadefacit.edu.br>. E-mail: jnt@faculdadefacit.edu.br.

ABRÃO, Ruhena Kelber; DE SOUZA, Miller Sorato Amorim. Educação Física e Interculturalidade: construção de uma cartilha sobre jogos e brincadeiras dos povos indígenas Apinajé. **Caderno Pedagógico**, v. 22, n. 6, p. e15885-e15885, 2025.

ABRÃO, Ruhena Kelber; DOS SANTOS BEIERSDORF, Daiane; ABRANTES, Daniela Ribeiro. A constituição da infância permeada pelo contexto social, mídia e brinquedo. **Zero-a-seis**, v. 17, n. 31, p. 79-90, 2015.

ABRÃO, Ruhena Kelber; DOS SANTOS SILVA, Paula. Contexto das Brincadeiras Tradicionais no Brincar das Crianças. **Multidebates**, v. 8, n. 3, p. 288-297, 2024.

ABRÃO, Ruhena Kelber. A política de organização das infâncias e o currículo da Educação Infantil e do primeiro ano. **Zero-a-seis**, v. 14, n. 25, p. 51-74, 2012.

ANDRADE, Dayhane Cerqueira et al. Educação Física na Infância: A Importância das Brincadeiras Tradicionais Como Forma de Aprendizagem No Ambiente Escolar. **Multidebates**, v. 5, n. 1, p. 205-213, 2021.

BADARI, H. M. G. **A presença da mídia no crescimento do surf no Brasil**: um estudo sob a perspectiva da Psicologia do Esporte. 2016.

BAIERLE, E. F. de M. **Práticas corporais junto à natureza na educação física escolar**: as percepções de alunos do 9º ano frente às vivências do esporte de orientação. 2012.

BRANDÃO, Z. Ministério da Educação. **LDB: Lei**, n. 9394/96, 2007.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Manual de Primeiros Socorros**. Rio de Janeiro. Fundação Oswaldo Cruz, 2003.

BRASIL. Lei Nº 13.722, de 4 de Outubro de 2018. **Lei Lucas**. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, p. 2, col. 1, 04 out. 2018. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/lei/L13722.htm. Acesso em 10 de junho de 2021.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, 2018.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Brasília: MEC / SEF, 1998.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992. Coleção Magistério 2º grau – série de formação do professor.

DE SOUZA, Miller Sorato Amorim; ABRÃO, Ruhena Kelber. Tradição em Movimento, Jogos e Brincadeiras de Matrizes Indígenas: uma revisão de literatura. **Communitas**, v. 8, n. 19, p. 344-357, 2024.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA E PRIMEIROS SOCORROS NO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA. Gustavo Santos da SILVA; Tiago Evangelista Pereira da SILVA; Muniz Araújo PEREIRA JÚNIOR; Ruhena Kelber ABRÃO FERREIRA. JNT Facit Business and Technology Journal. QUALIS B1. ISSN: 2526-4281 - FLUXO CONTÍNUO. 2025 – MÊS DE MAIO - Ed. 62. VOL. 01. Págs. 246-268. <http://revistas.faculdadefacit.edu.br>. E-mail: jnt@faculdadefacit.edu.br.

DE BEM MACHADO, Andreia et al. Políticas Públicas Para Programas de Esporte e o Lazer no Cenário Mundial: Mapeando Produções Para Efetivação do Programa Rede Cedes no Estado do Tocantins. **Humanidades & Inovação**, v. 10, n. 9, p. 256-264, 2023.

DEUS, Iara Mota; DOS SANTOS, Lucas Coelho; ABRÃO, Ruhena Kelber. Notas Sobre a Educação Física na Inclusão de Pessoas com Deficiência Visual Sob a Ótica dos Jogos, Brinquedos e Brincadeiras. **Humanidades & Inovação**, v. 10, n. 17, p. 62-81, 2023.

DO NASCIMENTO, Diego Ebling et al. Formação, lazer e currículo: os cursos de educação física do Tocantins. **LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 23, n. 2, p. 342-361, 2020.

FARIAS, C. A. da S. **Práticas corporais de aventura nos cursos de licenciatura em educação física: consulta no projeto pedagógico do curso das universidades do estado de Pernambuco**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso.

FRANCO, L. C. P. **Atividades físicas de aventura na escola: uma proposta pedagógica nas três dimensões do conteúdo**. 2008. Dissertação (Mestre em Ciências da Motricidade) - Universidade Estadual Paulista, Rio Claro-SP, 2008. Disponível em: http://www.athena.biblioteca.unesp.br/exlibris/bd/brc/33004137062P0/2008/franco_lcp_me_rcla.pdf. Acesso em: 05 jul. 2023.

FRANCO, L. C. P. et al. Atividades físicas de aventura: proposta de um conteúdo na educação física escolar no ensino fundamental. **Arquivos em Movimento**, v. 7, n. 2, p. 18-35, 2011.

FUCHS, Marcius Minervini et al. O TEMA “LAZER” NOS CURRÍCULOS DA UFRGS E UFSM: QUAL A RELAÇÃO COM O TRABALHO PEDAGÓGICO? **Humanidades & Inovação**, v. 10, n. 13, p. 263-273, 2023.

GOMES, Andrey Viana; FERREIRA, Ruhena Kelber Abrão; DO CARMO RODRIGUES, Carolina Freitas. A saúde na vida do cárcere no Brasil e no Tocantins. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. e981998067-e981998067, 2020.

INÁCIO, H. L. de D. et al. Práticas corporais de aventura na escola: possibilidades e desafios – reflexões para além da Base Nacional Comum Curricular. **Motrivivência**, [S.l.], v. 28, n. 48, p. 168-187, jan. 2016.

INÁCIO, H. L. de D. Práticas corporais de aventura na natureza. GONZÁLEZ, Fernando Jaime; FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. **Dicionário crítico de Educação Física**. Ijuí: Ed. Unijuí, 2014.

JUNIOR, A. J. A. et al. Formação e atuação profissional de instrutores de atividades de aventura na natureza em Florianópolis (SC). **LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 21, n. 4, p. 26-59, 2018.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA E PRIMEIROS SOCORROS NO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA. Gustavo Santos da SILVA; Tiago Evangelista Pereira da SILVA; Muniz Araújo PEREIRA JÚNIOR; Ruhena Kelber Abrão FERREIRA. **JNT Facit Business and Technology Journal. QUALIS B1. ISSN: 2526-4281 - FLUXO CONTÍNUO. 2025 - MÊS DE MAIO - Ed. 62. VOL. 01. Págs. 246-268. <http://revistas.faculdadefacit.edu.br>. E-mail: jnt@faculdadefacit.edu.br**

KELLER, M. et al. O controle postural melhorado após o treinamento de slackline é acompanhado por reflexos H reduzidos. **Revista escandinava de medicina e ciência nos esportes**, v. 22, n. 4, 2012.

MARINHO, A; BRUHNS, H. T. Escalada urbana - faces de uma identidade cultural contemporânea. **Movimento**. vol. VII, núm. 14, p. 37-48. 2001.

MOROZINI, F. **Rapel técnico**. Clube de Autores, Ed. 1, 2014. ISBN: 978-65-900500-0-7.

MURICI, Silvia Gomes; PEREIRA, Thiago Nilton Alves; FERREIRA, Ruhena Kelber Abrão. O Papel da Natureza nas Práticas Corporais de Aventura: Perspectivas Acadêmicas Em Educação Física. **Facit Business and Technology Journal**, v. 1, n. 58, 2025.

OLIVEIRA, Antônia Lima et al. Reflexões sobre a educação especial. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 8, p. e10711830659-e10711830659, 2022.

OLIVEIRA, Rodrigo Monteiro; SANTANA, Tatiana Peres; FERREIRA, Ruhena Kelber Abrão. A aplicação dos princípios da Bioética no Ensino Superior. **Revista eletrônica pesquiseduca**, v. 13, n. 30, p. 619-632, 2021.

PEREIRA, D. W; FERRAZ, Osvaldo Luiz; KNIJNIK, Jorge Dorfman. **Escalada**. 2007.

PEREIRA, D. W. **Um olhar sobre a complexidade da escalada na educação física, na perspectiva de Edgar Morin**. Dissertação de mestrado. 2010.

SALES, Orcélia Pereira et al. O Sistema Único de Saúde: desafios, avanços e debates em 30 anos de história. **Humanidades & Inovação**, v. 6, n. 17, p. 54-65, 2019.

SANTOS, P. M.; MARINHO, A. Slackline e Educação Física: Experiências do Projeto de Extensão em Lazer e Recreação;. **Licere (Centro de Estudos de Lazer e Recreação)**, v. 17, 2014.

SANTOS, R. A.; RAUTENBERG, M. V.; AZEVEDO, A. L. P. Ferreira. Trekking e Hiking: Alternativas para o lazer e saúde. **Anais do EVINCI-UniBrasil**, v. 5, n. 1, p. 280-280, 2019.

SILVA, Ana Paula Machado et al. Estratégias docentes na transição do ensino presencial para o ensino remoto. **Humanidades & Inovação**, v. 8, n. 44, p. 63-72, 2021.

SOARES, C. L. et al. **Metodologia do ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez. 1992.

SOARES, C. L.; DE EDUCAÇÃO FÍSICA, Metodologia do Ensino. Coletivo de Autores. **Metodologia do ensino da educação**, 1992.

SOUZA, F. A de; SIVA, P. C da C. A escalada nas aulas de educação física escolar no ensino médio. **Cadernos de Formação RBCE**, p. 44-54, set. 2013.

TAHARA, A. K.; DARIDO, S. C.. Práticas corporais de aventura em aulas de educação física na escola. **Conexões**, v. 14, n. 2, 2016.

TAHARA, A. K.; SCHWARTZ, G. M. Atividades de aventura na natureza: investindo na qualidade de vida. **Lecturas**, v. 8, p. 58, 2003.