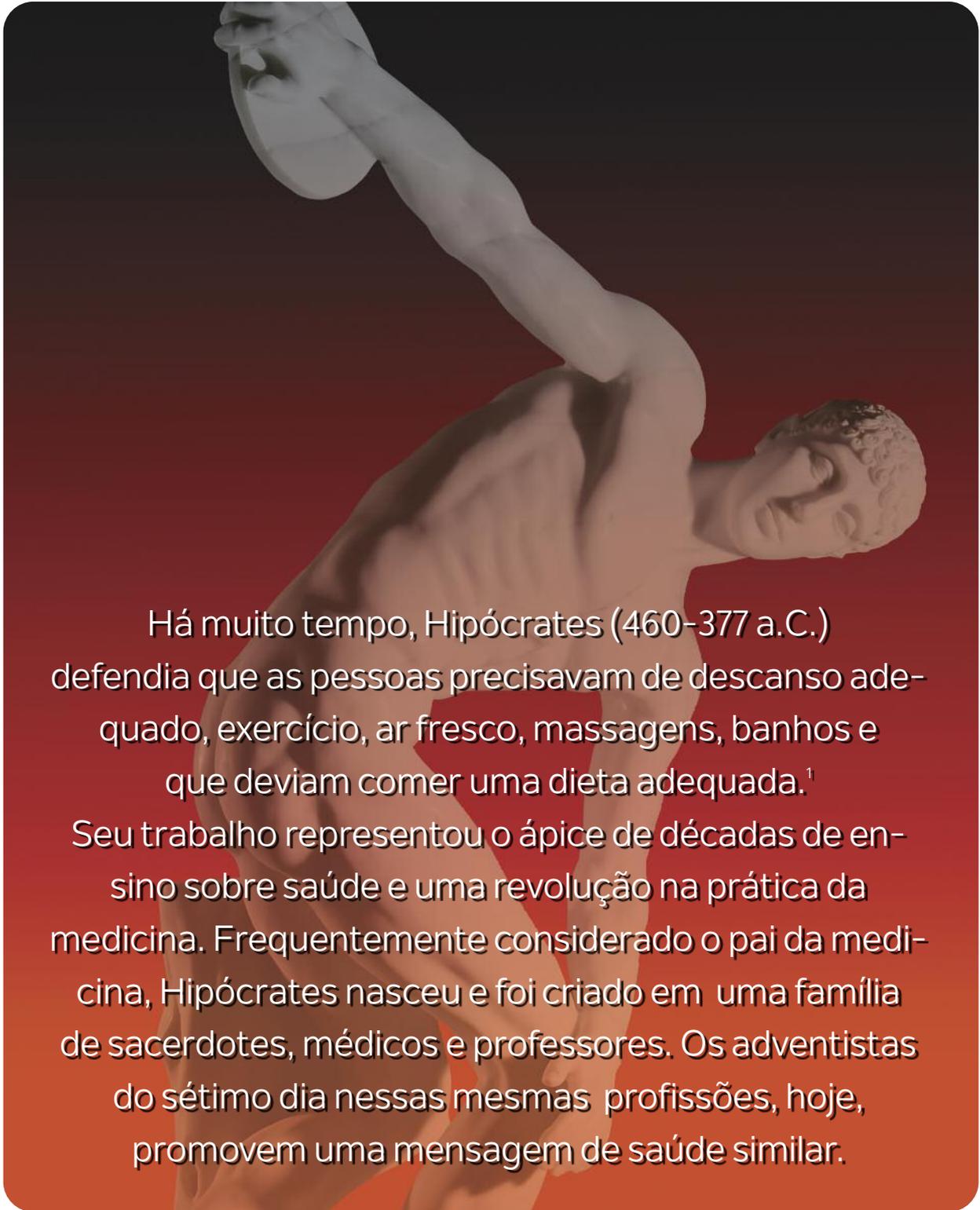


# Atividade física:



Há muito tempo, Hipócrates (460–377 a.C.) defendia que as pessoas precisavam de descanso adequado, exercício, ar fresco, massagens, banhos e que deviam comer uma dieta adequada.<sup>1</sup>

Seu trabalho representou o ápice de décadas de ensino sobre saúde e uma revolução na prática da medicina. Frequentemente considerado o pai da medicina, Hipócrates nasceu e foi criado em uma família de sacerdotes, médicos e professores. Os adventistas do sétimo dia nessas mesmas profissões, hoje, promovem uma mensagem de saúde similar.

---

P O R   B R I A N   S A T H E R

---

# Um componente crucial de uma educação completa

Embora os educadores físicos do século 21 defendam uma vida saudável para todos e atividade física como componente integrante da educação, essa campanha é amplamente ignorada. Platão (427-347 a.C.) criou a noção dualista da mente (boa) separada do corpo (ruim) que ainda prevalece na religião e na educação. O foco principal durante o dia na escola é o desenvolvimento da mente por meio de disciplinas tradicionais, como matemática, língua materna e ciências. Sob esse modelo persistente, as crianças sentam-se passivamente em suas mesas tentando desenvolver sua mente e capacidade de raciocínio, ignorando as necessidades de seu corpo. Esse enfoque é inaceitável se o basearmos na ideia moderna (e muito adventista) de bem-estar holístico, que vê como imperativo que cada pessoa deve desenvolver-se social, física, espiritual, intelectual, emocional, profissionalmente e também desenvolver uma consciência ambiental ao longo de sua vida.<sup>2</sup> Um currículo de educação física

devidamente projetado realça mais dessas dimensões do que qualquer outra disciplina, embora os elementos de atividade física sejam básicos.

Na filosofia adventista do sétimo dia de educação, o papel da atividade física sempre teve lugar vital. Ellen White enfatizou sua importância no parágrafo de abertura de seu livro *Educação*:

“A verdadeira educação significa mais do que a prossecução de um certo curso de estudos. Significa mais do que a preparação para a vida presente. Visa ao ser todo e a todo o período da existência possível ao homem. É o desenvolvimento harmônico das faculdades físicas, intelectuais e espirituais. Prepara o estudante para o gozo do serviço neste mundo e para aquela alegria mais elevada por um mais dilatado serviço no mundo vindouro.”<sup>3</sup>

Além disso, na obra *A ciência do bom viver*, Ellen White recomendou exercícios juntamente com outras práticas de saúde importantes, como respirar ar fresco, tomar banho com frequência, comer uma dieta adequada e descansar adequadamente.<sup>4</sup> Os conceitos que ela defendia sustentam as diretrizes apre-

sentadas por Hipócrates, bem como por profissionais de saúde hoje em dia.

Os adventistas do sétimo dia devem continuar a dar bom exemplo na promoção da saúde e nas práticas saudáveis. Estudos têm mostrado que os adventistas têm maior expectativa de vida que a média, o que é atribuído a fatores de estilo de vida, incluindo atividades físicas regulares.<sup>5</sup> As escolas adventistas devem continuar a propagar esses valores, que não só aumentam a longevidade, mas também melhoram a qualidade de vida. A ênfase na atividade física e na saúde é cada vez mais importante à luz das tendências espantosas para a inatividade física, especialmente entre a juventude de hoje.

## A forma da educação física

Internacionalmente, os programas de educação física têm melhorado, com uma prevalência substancial agora de países que exigem 14 anos de educação física em suas escolas.<sup>6</sup> No entanto, com base em uma revisão da literatura,

Polidoro encontrou tanto desenvolvimentos positivos quanto negativos na educação física pelo mundo.

Nos Estados Unidos têm havido, recentemente, tanto tendências positivas quanto negativas. Em 1866, a Califórnia tornou-se o primeiro estado a aprovar uma lei exigindo educação física nas escolas.<sup>7</sup> Embora muitas localidades tenham, inicialmente, seguido essa tendência, no final da década de 1990, muitos estados estavam eliminando esse requisito, em grande parte por causa da necessidade de se concentrar em assuntos como leitura e matemática, que eram avaliados nos testes exigidos pelo estado. A certa altura, Illinois era o único estado que exigia educação física diária para todos os estudantes do ensino fundamental e médio; mas, mesmo lá, as escolas poderiam obter abdições permitindo-lhes a omissão da educação física obrigatória de seu programa.<sup>8</sup> Nos Estados Unidos, os educadores tiveram de lutar para convencer os administradores a manter a educação física no currículo, mesmo como opcional.<sup>9</sup>

Recentemente, tem havido uma tendência positiva a esse respeito. O estado de Oregon promulgou uma lei que exigia, até o ano letivo de 2017-2018, um número mínimo de horas de atividade física durante as aulas de educação física nas classes do ensino fundamental, citando o aumento da obesidade infantil como o impulso para a reforma.<sup>10</sup> Com base em uma lógica similar, a maioria dos outros estados norte-americanos adotou uma legislação que exige pelo menos alguma atividade física nas escolas.<sup>11</sup>

As taxas de obesidade em todo o mundo estão alcançando níveis perturbadores.<sup>12</sup> Em uma revisão recente de dados entre jovens com idade escolar, em 34 países, os pesquisadores descobriram taxas de sobrepeso e obesidade particularmente altas na América do Norte, Grã-Bretanha e no sudoeste da Europa. Uma série de estudos tem mostrado uma ligação entre obesidade, baixos níveis de atividade física e mais tempo assistindo à televisão.<sup>13</sup>

### Um chamado à ação

Internacionalmente, os profissionais têm feito esforços para melhorar a qualidade da educação física. O Conselho

Internacional da Saúde, da Educação Física, Recreação, Esporte e Dança (*International Council for Health, Physical Education, Recreation, Sport and Dance* - ICHPER-SD) foi criado em 1958 como uma organização tutelar para defender a educação física. Em sua “Declaração de defesa”, o ICHPER-SD cita a declaração do Fundo de Emergência das Nações Unidas para a Infância sobre o direito das crianças com relação a um “padrão de desenvolvimento da saúde física, mental, espiritual, moral e social, essenciais para serem inseridos propositalmente nas funções da vida”.<sup>14</sup> Isso se parece muito com a declaração de Ellen White no livro *Educação*, escrito décadas antes. O ICHPER-SD procura criar um ambiente positivo no qual cada criança será educada fisicamente, de forma que tenha capacidade de alcançar seu pleno potencial.

O ICHPER-SD fez uma parceria com

muitas outras organizações para promover a educação física em todo o mundo, incluindo a Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (Unesco). Em 1978 a Unesco aprovou um estatuto que inclui 11 declarações promovendo a educação física (ver Tabela 1).<sup>15</sup> Perceba os diferentes componentes da educação física que são destaque nessa declaração e sua afirmação de que ao longo da vida a educação física é direito fundamental de todos.

Ao longo dos anos, o Departamento de Educação da Associação Geral dos Adventistas também emitiu várias declarações promovendo a educação física nas escolas. A declaração da “Filosofia de educação” dos adventistas do sétimo dia emitida em 2003 inclui as seguintes palavras: “A educação adventista transmite mais que conhecimento acadêmico. Ela promove o desenvolvimento equilibrado de toda a pessoa: espiritual, intelectual, física e socialmente”.<sup>16</sup>

**Tabela 1**

#### **Estatuto da Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco)**

- A prática da educação física e do desporto é um direito fundamental de todos.
- A educação física e o desporto constituem um elemento essencial de educação permanente no sistema global de educação.
- Os programas de educação física e de desporto devem corresponder às necessidades dos indivíduos e da sociedade.
- O ensino, o enquadramento e a administração da educação física e do desporto devem ser confiados a pessoal qualificado.
- São indispensáveis equipamentos e materiais apropriados à prática da educação física e do desporto.
- A investigação e a avaliação são elementos indispensáveis ao desenvolvimento da educação física e do desporto.
- A defesa dos valores éticos e morais da educação física e do desporto deve ser uma preocupação constante de todos.
- A informação e a documentação contribuem para a promoção da educação física e do desporto.
- Os meios de comunicação social deveriam exercer uma influência positiva sobre a educação física e o desporto.
- As instituições nacionais desempenham um papel primordial na educação física e no desporto.
- A cooperação internacional é uma das condições de desenvolvimento equilibrado e universal da educação física e do desporto.<sup>17</sup>

## Exercitar o cérebro

No livro *A ciência do bom viver*, Ellen White escreveu: “A relação que existe entre mente e corpo é muito íntima.”<sup>18</sup> Na obra *Educação*, ela acrescentou que “desde que o espírito e a alma encontram expressão mediante o corpo, tanto o vigor mental como o espiritual dependem em grande parte da força e atividade física. O que quer que promova a saúde física, promoverá o desenvolvimento de um espírito robusto e um caráter bem equilibrado.”<sup>19</sup>

Uma das mais importantes razões para incluir a educação física no currículo é que a *atividade física estimula o aprendizado*. Carla Hannaford, em *Movimentos inteligentes (Smart Moves)*,<sup>20</sup> discutiu a relação positiva entre atividade física e desenvolvimento cerebral, fazendo referência a uma pesquisa que dissipava a noção de mente e corpo separados. Melvin Campbell, em um artigo nesta revista, também destacou a contribuição da aptidão física para o aprendizado.<sup>21</sup> Em estudos recentes, os pesquisadores do *The California Endowment*,<sup>22</sup> descobriram que altos níveis de atividade em educação física foram associados a um desempenho acadêmico superior.

## Escolhendo professores de educação física bem treinados

Devido à quantidade de pesquisa que aponta para a importância da educação física, uma consideração importante é a escolha de professores qualificados para transmitir esses ideais e elaborar programas bem equilibrados. A Associação Adventista do Sétimo Dia de Saúde, Educação Física e Recreação (*The Seventh-day Adventist Health, Physical Education, Recreation Association-SDA-HPERA*) enviou recentemente uma carta aos líderes educacionais da igreja na Divisão Norte-Americana declarando: “Temos notado um aumento no número dos indivíduos que estão sendo contratados para ensinar educação física que têm pouca formação profissional. Isso pode acontecer, em parte, devido ao aumento de desafios financeiros que nossas escolas estão en-

frentando. No entanto, essa prática pode prejudicar a capacidade da escola de proporcionar uma educação de qualidade e pode representar riscos para a escola também.”<sup>23</sup>

Um ensino de educação física de qualidade deve começar com um compromisso com o importante componente da verdadeira educação. Sempre que possível, as escolas adventistas devem empregar professores de educação física formados e devidamente licenciados em todos os níveis.

Os administradores devem investigar a formação acadêmica dos candidatos e entrar em contato com seus empregadores anteriores para obter informações sobre eles. Isso é fundamental na área dinâmica, prática e de grande responsabilidade da educação física.

A formação de professores também precisa de atenção. Na concepção de seus programas, as faculdades e universidades adventistas devem compreender e implementar os padrões de preparação de profissionais desenvolvidos pelo ICHPER-SD<sup>24</sup> e pela Associação Nacional de Desporto e Educação Física do país. Os cursos *on-line* e os de verão são úteis para os professores que precisam de certificação profissional para lecionar educação física.

A contratação de professores qualificados de educação física nem sempre é uma opção para escolas adventistas pequenas. No entanto, por questões de encargo, cada professor designado para ensinar educação física deve aprender a administrar corretamente um currículo de educação física e a gerenciar adequadamente os riscos. Deve-se exigir dos professores que não têm formação adequada que ingressem em um curso de nível superior ou em cursos de educação física *on-line* e que trabalhem em busca de uma licenciatura na área o mais rápido possível. Todos os professores de educação física devem manter-se atualizados com as últimas diretrizes da área de educação física e consultar os recursos mais pertinentes para isso (veja a próxima seção). Além disso, muitos esportes e atividades possuem certificações que podem ser obtidas por meio de clínicas e organizações. Por exemplo, nos Estados Unidos, as certificações da

área de *fitness* estão disponíveis nas principais organizações, como o Conselho Americano de Educação (ACE) e no Colégio Americano de Medicina do Esporte (ACSM).

## Como colocar a educação física em ação

Reconhecendo o importante papel da atividade física no desenvolvimento da pessoa como um todo, quais são as melhores formas de as escolas adventistas incluírem experiências de exercício físico no currículo? Ellen White recomendou aos alunos o exercício físico por meio do trabalho.<sup>25</sup> Isso é pouco possível hoje devido à mecanização, ao automatismo do trabalho e ao menor número de empregos que exigem esforço físico.<sup>26</sup> Considerando que na época de Ellen White muitas carreiras exigiam trabalho manual, a mecanização e o automatismo na maioria dos países desenvolvidos transformou o local de trabalho de modo que a maioria deles caracterizasse pelo sedentarismo. Isso também causou um declínio nas oportunidades de trabalhos manuais disponíveis em escolas adventistas. Assim, uma educação holística nas escolas do século 21 deve levar os alunos a apreciar a atividade física adequada e optar por participar de um estilo de vida ativo, apesar da natureza sedentária de sua carreira.

## A nova educação física

Os professores devem ler muito para ficar atualizados sobre as “melhores práticas” em educação física. Um programa de educação física bem estruturado irá incorporar uma variedade de abordagens para garantir que todos os alunos se envolvam em atividade física vigorosa. A última tendência, conhecida como a “nova educação física”, representa um afastamento significativo do foco tradicional em esportes de equipe, que tende a ser exclusivista e estigmatiza os alunos menos atléticos.<sup>27</sup> O foco em esportes tradicionais, como o basquete e o fu-

tebol, denota que indivíduos altamente qualificados, indivíduos que menos precisam de prática monopolizam os recursos e o tempo do programa. Quando os alunos menos qualificados começam a jogar, são, muitas vezes, esgarçados e ridicularizados, o que pode levá-los a associar a atividade física a vergonha e fracasso.

A nova educação física coloca seu foco, por outro lado, em atividades de cooperação e em jogos de pequenos grupos dos quais todos os alunos gostam e que promovem o máximo de aprendizagem para todos. Assim, os alunos experimentam uma variedade de atividades, e esse procedimento promove a alegria da atividade física, que irá durar uma vida toda. Eis alguns exemplos:

- Os alunos são desafiados a escalar um muro de pedras (de baixa altura) que permite estágios suficientes para a maioria dos estudantes praticarem algumas categorias diferentes enquanto trabalham o equilíbrio, a coordenação e o desenvolvimento da força.

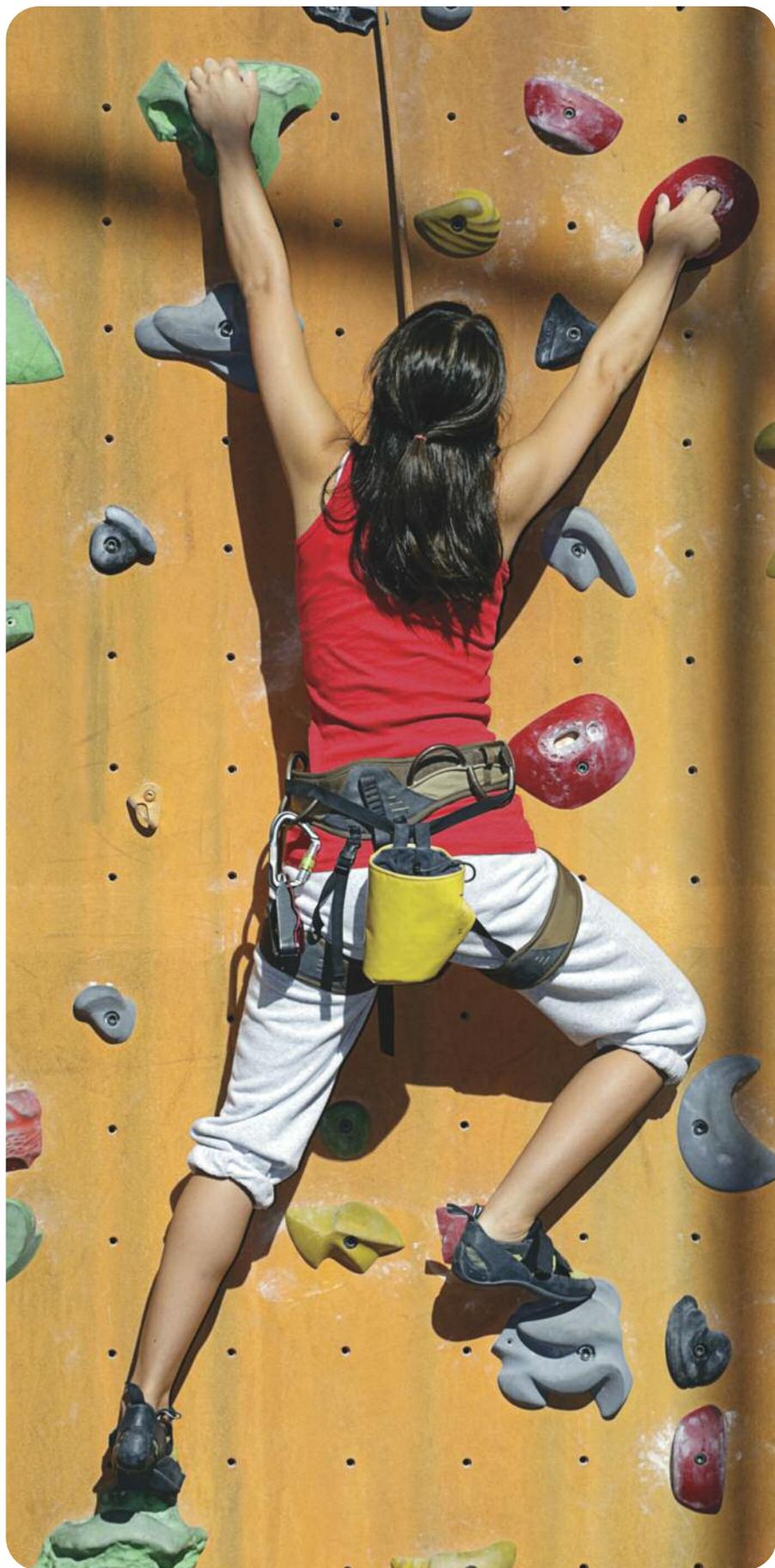
- Habilidades de vôlei são ensinadas a grupos de três alunos cada; o objetivo é passar a bola para cada membro do grupo e, em seguida, com o passe final, lançá-la em um alvo no chão.

- Habilidades do aparelho locomotor, como saltar e escorregar, podem ser praticadas utilizando-se um paraquedas, sendo que todos seguram sua orla e se movem na mesma direção.

O objetivo de cada um desses exemplos é (1) apresentar aos alunos uma variedade de atividades divertidas, (2) melhorar as competências pessoais por meio da prática e (3) ensinar os alunos a cooperar. Abordagens como a do Modelo de Educação Desportiva (MED)<sup>28</sup> e Ensinando Jogos pela Compreensão (TGfU)<sup>29</sup> são formas agradáveis para os alunos participarem das atividades e aprenderem habilidades esportivas, socialização e outras lições importantes da educação física.

### Recursos

A melhor maneira de os professores se manterem atualizados em sua área é fazendo cursos e consultando *sites* populares como o PECentral.com e PELinks.com.



Outro recurso valioso é o Fórum Naspe (<http://www.pelinks4u.org/naspeforum/cgi-bin/discus/discus.cgi>), uma comunidade *on-line* ativa de professores de educação física. A Associação Adventista do Sétimo Dia da Saúde, Educação Física e Recreação (SDA-HPERA) realiza encontros anuais e mantém seus membros atualizados por meio de seu *site* (<http://www.la-sierra.edu/sdahpera/>), que também disponibiliza informação sobre como se tornar um associado em sua lista de discussão. Outros recursos importantes são os materiais curriculares adventistas do sétimo dia de educação física, tais como: *O guia curricular da Divisão Norte-Americana: educação física do pré ao ensino médio*, *Manual do*

*professor – parte fundamental (do pré ao fundamental II)* e o *Manual do professor, parte secundária (ensino médio)*.<sup>30</sup> Recursos *on-line* gratuitos para educação física podem ser baixados do Circle (<http://circle.adventist.org>).<sup>31</sup> Esses materiais foram cuidadosamente construídos e testados para fornecer excelentes recursos para todos os professores adventistas de educação física.

### Questões de gerenciamento de riscos

Como mencionado anteriormente, um foco importante na área de educação física é o gerenciamento de risco. A Ta-

bela 2 inclui recomendações de segurança para o professor de educação física.

Nos Estados Unidos, a organização mais importante para profissionais da educação física é o *American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance (AAH-PERD)*, em que está a Associação Nacional de Desporto e Educação Física (Naspe). Ambas as organizações oferecem excelentes recursos profissionais e conferências anuais para educadores físicos (ver <http://www.aahperd.org>).

### Resumo

Por causa da importância da atividade física em um estilo de vida saudá-

## Tabela 2

### Gerenciamento de risco: recomendações de segurança na educação física

A atividade física é um empreendimento de alto risco. Apresentamos algumas formas recomendadas para reduzir o risco:

**Examine o local:** procure quaisquer perigos que possam causar ferimentos, tais como superfícies molhadas, equipamentos que ficam na área de jogos (por exemplo, postes de vôlei), roupas largas, sacos no chão, superfícies irregulares e riscos climáticos (por exemplo, calor, raios).

**Esportes de alto risco:** identifique os esportes de maior risco e tome medidas adicionais para gerenciar o risco ou remova-os do currículo. Esses incluem ginástica, queimadas, rouba-bandeira (*flag football*) e esportes de contato.

**Segurança nos parquinhos:** certifique-se de que o parque esteja livre de detritos ou outras condições inseguras. O *National Playground Safety Institute* (Instituto Nacional de Segurança dos Parquinhos - NPSI) fornece inspetores certificados para a segurança dos playgrounds (CPSI) que podem examinar os parquinhos. Além disso, outros recursos de segurança são fornecidos no <http://www.nrpa.org/playgroundsafety>.

**Forneça supervisão constante:** a supervisão direta dos alunos pelo professor de educação física é fundamental em todos os momentos. Mesmo ao dar instrução individual, o professor deve se posicionar de tal forma que todos os alunos da classe estejam visíveis. O ginásio ou campo de jogo nunca deve ser deixado sem supervisão.

**Não jogue com os alunos:** embora seja bom ser exemplo de atividade física e os alunos gostem de ter os professores participando, os instrutores devem evitar fazer isso. A disparidade no nível de maturidade e habilidade entre professor e aluno cria uma situação potencialmente prejudicial, mesmo se professor e aluno forem de tamanho e força similares. No caso de um estudante ser machucado por um professor (por exemplo, colidindo

com um jogador ou jogando uma bola que atinja um estudante), vai ser difícil defender sua decisão de ter participado, especialmente se seguir a isso um processo.

**Riscos atraentes:** riscos atraentes são equipamentos e instalações que atraem as pessoas (fora do uso da sala de aula) e podem causar lesões. Alguns exemplos incluem a trave de futebol (os jovens gostam de se balançar sobre elas), gaiolas de batebola (*batting cages*), argolas de ginástica, equipamentos de *play-ground*, piscinas, equipamentos de levantamento de peso e esteiras.<sup>32</sup> Tome medidas para impedir o acesso não autorizado a esses itens.

**Disponibilidade de transportes:** certifique-se de estabelecer, de antemão, políticas claras para o transporte de alunos em veículos oficiais da escola. Contratar serviços de transporte é preferível a assumir a responsabilidade. Um professor nunca deveria transportar alunos em seu próprio veículo uma vez que a maioria das apólices de seguro de veículos pessoais não cobre acidentes de trabalho.

**Desenvolva habilidades:** certifique-se de que os alunos dominem as habilidades fundamentais antes de avançar para atividades que exigem habilidades mais avançadas, especialmente em esportes de alto risco.

**Inspeção de equipamentos e substituição:** estabeleça um período regular para inspecionar e substituir ou recondicionar os equipamentos.

**Combine os jogadores apropriadamente:** combine os jogadores levando em conta a maturidade, força e tamanho durante esportes e jogos, especialmente os que envolvem contato.

vel, a educação física deve receber mais atenção nas escolas adventistas do sétimo dia. A aplicação do novo paradigma da educação física estabelece as bases para a aptidão física ao longo da vida e para o gosto pela atividade física, ajuda a combater a obesidade e outras doenças ligadas ao estilo de vida sedentário e melhora a qualidade de vida dos alunos. ✍



**Brian Sather, Ph.D.,** é professor na Divisão de Atividade Física e Saúde da Eastern Oregon University, em La Grande, Óregon.

#### NOTAS E REFERÊNCIAS

1. B. R. Hergenhahn, *An Introduction to the History of Psychology*, 4th ed. (Belmont, Calif.: Wadsworth, 2001), p. 33.
2. W. K. Hoeger and S. A. Hoeger, *Lifetime Physical Fitness and Wellness*, 10th ed. (Belmont, Calif.: Thomson Wadsworth, 2009), p. 10-15.
3. Ellen G. White, *Educação* (<https://egwwritings.org>), p. 13.
4. \_\_\_\_\_, *A ciência do bom viver*, p. 44, 110-112.
5. Gary E. Fraser and David J. Shavlik, "Ten Years of Life: Is It a Matter of Choice?" *Archives of Internal Medicine* 161:13 (9 de julho, 2001):1645-1652; Joan Quinn and Sari Harrar, "Add 10 Years to Your Life," *Prevention* 54:1 (janeiro de 2002): 36, 37; Josh Dean, "The Longevity Expedition: Dan Buettner's Search for the Fountain of Youth," *National Geographic* (janeiro de 2009). Disponível em: <http://adventure.nationalgeographic.com/2009/06/live-longer-dan-buettner-text>. Todas as fontes da internet nestas notas foram acessadas em 18 de agosto de 2011. Dan Buettner, *The Blue Zones: Lessons for Living Longer From the People Who've Lived the Longest* (Washington, D.C.: National Geographic Society, 2009).
6. J. Richard Polidoro, *Sport and Physical Activity in the Modern World* (Needham Heights, Mass.: Allyn & Bacon, 2000), p. 160-165.
7. *Ibid.*, p. 70.
8. Salynn Boyles, "Whatever Happened to Gym Class?" *WebMD Health* (2001). Disponível em: <http://www.webmd.com/baby/features/whatever-happened-to-gym-class>.
9. Polidoro, *Sport and Physical Activity in the Modern World*, *op cit.*, p. 165-167.
10. Departamento de Educação de Óregon, "Physical Education - Frequently Asked Questions" (2011). Disponível em: <http://www.ode.state.or.us/pesquisa/page/?Id=1576>.
11. Associação Nacional do Desporto e Educação Física, "Legislation by State" (2008). Disponível em: [http://member.aahperd.org/m\\_only/naspe/template.cfm?template=leg\\_state.cfm](http://member.aahperd.org/m_only/naspe/template.cfm?template=leg_state.cfm).
12. Centro de Controle de Doenças e Prevenção, "Childhood Overweight and Obesity" (2011). Disponível em: <http://www.cdc.gov/obesity/childhood/index.html>.
13. I. Janssen, et al. "Comparison of Overweight and Obesity Prevalence in School-Aged Youth From 34 Countries and Their Relationships With Physical Activity and Dietary Patterns", *Obesity Reviews* 6:02 (maio de 2005): 123-132; A. Raustorp, R.P. Pangrazi e A. Stahle, "Physical Activity Level and Body Mass Index among Schoolchildren in South-Eastern Sweden", *Acta Paediatrica* 93:3 (março de 2004): 400-404; Polidoro, *Sport and Physical Activity in the Modern World*, *op cit.*, p. 161.
14. Conselho Internacional para a Saúde, Educação Física, Recreação, Esporte e Dança, "Advocacy Statement: Physical Education and Sport - A Fundamental Human Right" (2000). Disponível em: <http://www.ichpersd.org/index.php/standards/advocacy-statement>.
15. Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura, "International Charter of Physical Education and Sport" (1978). Disponível em: [http://portal.unesco.org/education/en/ev.phpURL\\_ID=2031&URL\\_D0=D0\\_TOPIC&URL\\_SECTION=201.html](http://portal.unesco.org/education/en/ev.phpURL_ID=2031&URL_D0=D0_TOPIC&URL_SECTION=201.html).
16. "Seventh-day Adventist Philosophy of Education", *Manual de normas da Associação Geral* (2003). Disponível em: <http://circle.adventist.org/download/PhilStat2003.pdf>, p. 221.
17. Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura, "International Charter of Physical Education and Sport" (1978). Disponível em: [http://portal.unesco.org/education/en/ev.php-URL\\_ID=2031&URL\\_DO=D0\\_TOPIC&URL\\_SECTION=201.html](http://portal.unesco.org/education/en/ev.php-URL_ID=2031&URL_DO=D0_TOPIC&URL_SECTION=201.html).
18. Ellen G. White, *A ciência do bom viver*, p. 241.
19. \_\_\_\_\_, *Educação*, p. 195.
20. Carla Hannaford, *Smart Moves: Why Learning Is Not All in Your Head* (Arlington, Va.: Great Ocean, 1995).
21. Melvin Campbell, "The Mind-Body Connection", *The Journal of Adventist Education* 63:2 (dezembro de 2000/janeiro de 2001): 23-27.
22. The California Endowment, "New Reports Find Physical Education in California's Schools Is Failing Our Kids" (23 de janeiro de 2007). Disponível em: <http://tcenews.calendow.org/pr/tce/california-physical-education.aspx>.
23. Walt Hamerslough, Diretor Executivo da Associação Adventista do Sétimo Dia de Saúde, Educação Física e Recreação, em uma carta redigida por uma comissão *ad hoc* elaborada na reunião anual SDA-HPERA, Kettering, Ohio, 2001.
24. Conselho Internacional para a Saúde, Educação Física, Recreação, Esporte e Dança, "Global Standards for Professional Preparation of Physical Educators" (1997). Disponível em: <http://www.ichpersd.org/index.php/standards/global-standards>.
25. Ellen G. White, *Educação*, p. 47.
26. George R. Knight, *Myths in Adventism: An Interpretive Study of Ellen G. White, Education, and Related Issues* (Hagerstown, Md.: Review and Herald Publ. Assn., 1985), p. 240.
27. Tom Weir, "The New PE 'Life' Sports Are Emphasized Instead of the Team Concept so That No Child Is Left Out", *USA Today* (2 de maio de 2000): 3; California Educator, "New PE Emphasizes Lifetime Fitness Goals", 7:3 (novembro de 2002). Disponível em: [http://archive.cta.org/CaliforniaEducator/v7i3/Feature\\_2.htm](http://archive.cta.org/CaliforniaEducator/v7i3/Feature_2.htm); Elaine Rivera, "New PE Goal: Activities Good for a Lifetime", *Washington Post* (10 de dezembro de 2003): B1. Disponível em: <http://www.yogadepnia.com/assets/washingtonpost-1.pdf>.
28. Daryl Siedentop, Peter A. Hastie e Hans Van Der Mars, *Complete Guide to Sport Education* (Champaign, Ill.: Human Kinetics, 2004).
29. Linda Griffin e Joy Butler, *Teaching Games for Understanding: Theory, Research, and Practice* (Champaign, Ill.: Human Kinetics, 2005).
30. Disponível em: [http://www.nadeducation.org/client\\_data/files/728\\_physicaleducationk12.pdf](http://www.nadeducation.org/client_data/files/728_physicaleducationk12.pdf); [http://sccedu.adventistfaith.org/site\\_data/319/assets/0004/6595/PETeacherResourceManualK-8.pdf](http://sccedu.adventistfaith.org/site_data/319/assets/0004/6595/PETeacherResourceManualK-8.pdf); <http://www.gnyacademy.org/pe/nadresource.pdf>.
31. Disponível em: [http://circle.adventist.org/browse/index.phtml?current\\_page=1&browse\\_33.node=97](http://circle.adventist.org/browse/index.phtml?current_page=1&browse_33.node=97);
32. L.E. Horine e D.K. Stotlar, *Administration of Physical Education and Sport Programs*, 5. ed. (New York: McGraw-Hill, 2004).