MANUAL AVALIE SAÚDE: uma experiência educativa com uso de tecnologia na educação física do IFPR

JÉSSICA SUELEN FERREIRA DE SOUZA[1]
https://orcid.org/0000-0000-0000-0000
jessica.souza@ifpr.edu.br

DIEGO FRANCIS SARAIVA RODRIGUEZ[2]
https://orcid.org/0000-0002-4763-7610
diefran.rodriguez@gmail.com

RESUMO

O presente relato de experiência descreve o processo de construção e aplicação do Manual Avalie Saúde, um material pedagógico derivado de um produto técnico desenvolvido no âmbito do Instituto Federal do Paraná. O objetivo foi relatar uma experiência educativa que integrou tecnologia e Educação Física escolar, favorecendo a compreensão da aptidão física relacionada à saúde e a prática avaliativa reflexiva no ensino médio. O relato fundamenta-se nas concepções críticas de Educação Física escolar, especialmente nos aportes da abordagem crítico-superadora e da cultura corporal como conhecimento, articuladas aos referenciais da prática pedagógica reflexiva e aos estudos sobre o uso pedagógico das tecnologias digitais. A ação envolveu a utilização do aplicativo Avalie Saúde e do manual explicativo por professores do Instituto Federal do Paraná – Campus Palmas. Os resultados apontaram avanços na compreensão dos componentes da aptidão física relacionada à saúde, maior autonomia docente na análise crítica dos dados e o potencial de produtos educacionais tecnológicos na promoção de aprendizagens significativas e contextualizadas.

Palavras-chave: Educação Física escolar. Avaliação. Aptidão física relacionada à saúde. Recursos Tecnológicos Educacionais. Educação Profissional e Tecnológica.

ABSTRACT

This experience report describes the process of designing and implementing the Avalie Saúde Manual, a pedagogical material derived from a technical product developed at the Federal Institute of Paraná. The objective was to report an educational experience that integrated digital technology into school Physical Education, fostering the understanding of health-related physical fitness and promoting reflective assessment practices in high school. The report is grounded in critical conceptions of school Physical Education, particularly in the critical-superadora approach and in the notion of body culture as knowledge, articulated with theoretical frameworks of reflective pedagogical practice and studies on the pedagogical use of digital technologies. The action involved the use of the Avalie Saúde mobile application and its explanatory manual by teachers from the Federal Institute of Paraná – Campus Palmas. The results indicated improvements in the understanding of the components of health-related

1 Instituto Federal do Paraná (IFPR) campus Cascavel. Doutoranda em Biociências e Saúde pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná (Unioeste) campus Cascavel. Mestra em Educação Profissional e Tecnológica pelo Instituto Federal do Paraná. Bacharela e Licenciada em Educação Física pelo Centro Universitário Fag. Bacharela em Comunicação Social – Jornalismo pela Universidade Paranaense (Unipar).
2 Doutorando em Biociências e Saúde pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná (Unioeste) campus Cascavel. Mestre em Biologia Celular e Molecular pela Universidade Federal do Paraná (UFPR). Bacharel em Ciências Biológicas pela Unioeste campus Cascavel.

physical fitness, greater teacher autonomy in the critical interpretation of data, and the potential of technological educational products to promote meaningful and contextualized learning.

Keywords: School Physical Education. Assessment. Health-Related Physical Fitness. Educational Technological Resources. Professional and Technological Education.

RESUMEN
El presente relato de experiencia describe el proceso de elaboración y aplicación del Manual Avalie Saúde, un material pedagógico derivado de un producto técnico desarrollado en el Instituto Federal de Paraná. El objetivo fue relatar una experiencia educativa que integró tecnología a la Educación Física escolar, favoreciendo la comprensión de la aptitud física relacionada con la salud y promoviendo prácticas evaluativas reflexivas en la enseñanza secundaria. El relato se fundamenta en concepciones críticas de la Educación Física escolar, especialmente en los aportes del enfoque crítico-superador y en la noción de la cultura corporal como conocimiento, articuladas con los referentes de la práctica pedagógica reflexiva y con estudios sobre el uso pedagógico de tecnologías digitales. La acción involucró el uso de la aplicación móvil Avalie Saúde y de su manual explicativo por docentes del Instituto Federal de Paraná – Campus Palmas. Los resultados indicaron avances en la comprensión de los componentes de la aptitud física relacionada con la salud, mayor autonomía docente en la interpretación crítica de los datos y el potencial de los recursos tecnológicos educativos para promover aprendizajes significativos y contextualizados.

Palabras clave: Educación Física escolar. Evaluación. Aptitud física relacionada con la salud. Recursos tecnológicos educativos. Educación Profesional y Tecnológica.

1. APRESENTAÇÃO

Este relato tem como objetivo compartilhar uma experiência pedagógica desenvolvida no Instituto Federal do Paraná (IFPR), vinculada à construção e validação do Manual Avalie Saúde, um material de apoio técnico criado para orientar professores no processo de instalação, configuração e uso do aplicativo de celular homônimo. A proposta surgiu da necessidade de tornar o aplicativo mais acessível e funcional para o contexto escolar, especialmente na Educação Profissional e Tecnológica (EPT), garantindo que os docentes pudessem compreender seu funcionamento e aplicar corretamente os protocolos de avaliação da Aptidão Física Relacionada à Saúde (AFRS).

A experiência foi desenvolvida no âmbito do Programa de Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT/IFPR) e contou com a participação de professores de Educação Física do Campus Palmas. Todo o processo de coleta de dados e validação foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos, conforme a Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

O produto resultante — o Manual *Avalie Saúde* — foi apresentado à banca de defesa, incorporado à versão final da dissertação e disponibilizado ao público. Os links de acesso ao

manual e ao aplicativo encontram-se descritos na Figura 1.

2. CARACTERIZAÇÃO DA ESCOLA E DA TURMA

A experiência foi realizada no Instituto Federal do Paraná – Campus União da Vitória, instituição pública federal de ensino que atende turmas do Ensino Médio Integrado ao Técnico em diferentes áreas de formação e também em nível superior. O campus caracteriza-se pela interdisciplinaridade e pela integração entre ciência, trabalho e tecnologia, princípios que orientam as ações da Educação Profissional e Tecnológica.

O Manual Avalie Saúde foi produzido no contexto da prática docente e da pesquisa aplicada, com colaboração de professores do IFPR – Campus Palmas na fase de validação pedagógica. Esses docentes analisaram o material quanto à clareza conceitual, coerência com a BNCC e adequação à realidade da Educação Física escolar.

3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A Educação Física escolar ocupa papel essencial na formação integral dos estudantes, pois articula movimento, corpo, saúde, cultura e sociedade. Conforme a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (BRASIL, 2018), o componente curricular deve favorecer experiências corporais diversificadas e reflexivas, promovendo o cuidado consigo e com o outro, o respeito às diferenças e a valorização da cultura corporal do movimento. Nesse contexto, o trabalho docente envolve tanto a vivência de práticas quanto a gestão das ferramentas e métodos que apoiam o processo de ensino e aprendizagem.

A avaliação é parte constitutiva dessa prática, mas deve ser entendida não apenas como verificação de desempenho, e sim como instrumento de acompanhamento e reflexão sobre o desenvolvimento dos alunos. Para Freire (1996), o ato educativo é também um ato político, e o papel do professor consiste em criar condições para que o aluno participe ativamente do processo educativo. De forma semelhante, Darido e Rangel (2005) apontam que a avaliação na Educação Física precisa assumir caráter formativo e investigativo, apoiando o docente na tomada de decisões pedagógicas.

Entre as abordagens que orientam o trabalho escolar, destaca-se a AFRS, cujos componentes — resistência cardiorrespiratória, força e resistência muscular, flexibilidade e composição corporal — estão associados à qualidade de vida e à prevenção de doenças hipocinéticas (Nahas, 2013). A mensuração desses indicadores, contudo, exige que o

professor domine protocolos e compreenda os critérios de análise, evitando o uso comparativo entre alunos. Guedes e Guedes (1997) reforçam que os resultados devem ser interpretados de modo individualizado, como base para reflexões sobre hábitos saudáveis e evolução pessoal.

Com o intuito de apoiar esse tipo de avaliação, o Projeto Esporte Brasil (PROESP-Br) (Gaya et al., 2015) organizou um conjunto de testes padronizados amplamente adotados no país. Entretanto, o processo de registro e análise de resultados ainda demanda tempo e conhecimentos técnicos. Nesse contexto, o uso de tecnologias digitais surge como recurso facilitador, permitindo automatizar cálculos e simplificar o tratamento dos dados.

Segundo Kenski (2012), a incorporação das tecnologias à educação deve ocorrer com intencionalidade e criticidade, de forma que o educador se torne mediador consciente de seus usos. Vieira Pinto (2005) também compreende a tecnologia como expressão da ação humana e instrumento de emancipação, quando orientada por finalidades sociais e educativas.

Foi com base nesses princípios que se desenvolveu o Manual Avalie Saúde, um guia técnico e de apoio ao professor voltado à instalação, configuração e uso adequado do aplicativo Avalie Saúde. O manual não apresenta conteúdos pedagógicos, mas orientações práticas que visam facilitar o uso da ferramenta tecnológica desenvolvida por alunos do ensino médio no âmbito da EPT. Seu papel é oferecer suporte operacional, padronizar procedimentos e garantir que os docentes consigam utilizar o aplicativo de celular com segurança, clareza e autonomia.

No campo da Educação Profissional e Tecnológica, Frigotto (2008) ressalta a importância da integração entre ciência, cultura e trabalho. Nesse sentido, o manual contribui para o fortalecimento da prática docente ao traduzir os procedimentos técnicos do aplicativo de celular em linguagem acessível, promovendo uma relação mais direta entre teoria e prática e ampliando o domínio tecnológico dos professores no cotidiano escolar.

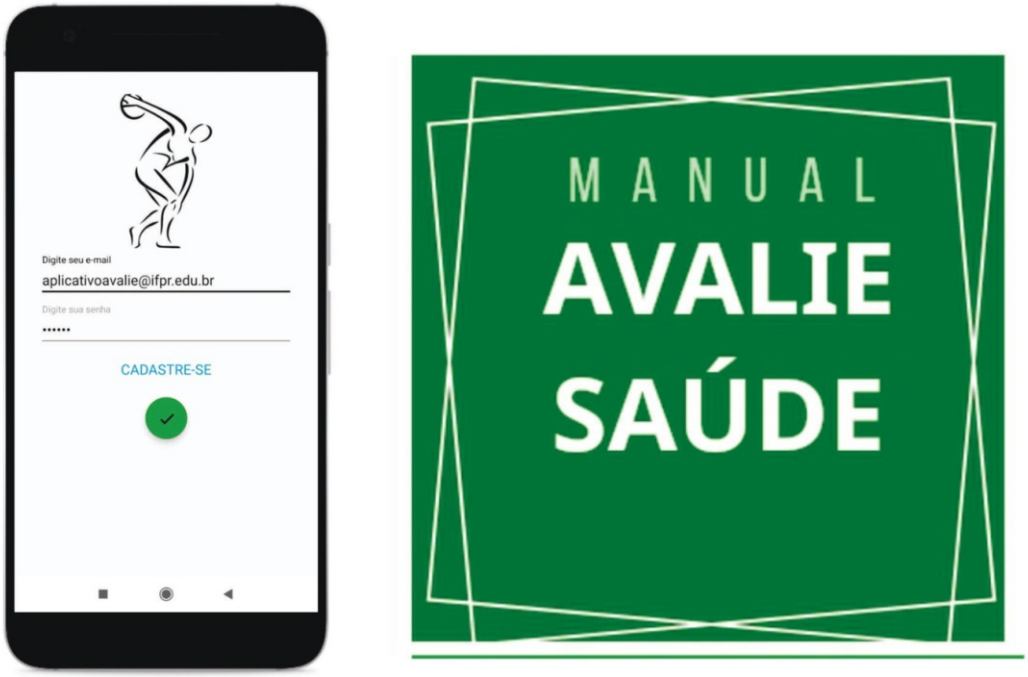
4. DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

A elaboração do Manual *Avalie Saúde* surgiu da necessidade identificada durante o desenvolvimento do aplicativo de celular homônimo. Embora a ferramenta tivesse sido criada por estudantes do ensino médio integrado à EPT, foram percebidas dificuldades recorrentes por parte dos docentes em instalá-la, configurá-la e compreender plenamente suas funcionalidades. O aplicativo realizava automaticamente os cálculos da AFRS e gerava relatórios digitais, mas seu uso no ambiente escolar era limitado pela ausência de um guia

simples, acessível e confiável para orientar os procedimentos de acesso e operação.

A **Figura 1** apresenta a tela de login do aplicativo e a capa do manual, que compõem os materiais utilizados na proposta pedagógica descrita neste relato. Ambos podem ser acessados pelos links disponíveis ao final das referências, sendo o manual encontrado como anexo da dissertação e o aplicativo registrado no Catálogo de Produtos Educacionais da CAPES.

Figura 1. *Tela de* login *do aplicativo Avalie Saúde e capa do Manual Avalie Saúde.*



Legenda: Acesso ao aplicativo: https://educapes.capes.gov.br/handle/capes/573440
Acesso ao manual (anexo da dissertação):
https://sucupira-legado.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.xhtml?popup=true&id_trabalho=9308258.
Fonte: os autores (2025).

Diante desse desafio, foi proposto na dissertação de mestrado a criação de um manual instrucional voltado exclusivamente ao apoio técnico dos docentes. O objetivo era fornecer um material de consulta rápida, com orientações passo a passo sobre o processo de instalação, cadastro, inserção de dados e leitura dos relatórios automáticos. Diferentemente de um material pedagógico, o manual não traz conteúdos conceituais sobre saúde ou Educação Física, mas instruções claras de uso e operação do aplicativo, de modo a garantir a padronização e segurança no manuseio da ferramenta.

O processo de elaboração do manual envolveu três etapas principais:

a) **Planejamento técnico e levantamento de necessidades:** Nessa fase, foram analisadas as dificuldades mais recorrentes relatadas por professores que haviam testado o aplicativo

de celular em projeto piloto. Entre elas estavam a instalação em diferentes versões de Android, o cadastro de turmas e a interpretação dos gráficos gerados automaticamente. Com base nesses relatos, estruturou-se o conteúdo do manual em módulos objetivos, com ilustrações e instruções curtas em linguagem acessível.

b) Desenvolvimento e organização do material: O manual foi redigido de forma independente, em formato digital e impresso, contendo seções numeradas que explicavam desde o processo de download até o envio de relatórios. Cada passo foi acompanhado de imagens da tela do aplicativo, botões destacados e instruções operacionais. Também foram incluídas orientações sobre armazenamento de dados e atualização da versão do aplicativo. A diagramação foi planejada para facilitar a visualização e reduzir dúvidas técnicas durante o uso, priorizando clareza e funcionalidade.

c) Validação técnica e ajustes de usabilidade: A versão preliminar foi submetida à análise de docentes do IFPR – Campus Palmas, especialistas em Educação Física escolar e em tecnologias educacionais. Eles responderam a um formulário avaliando critérios de clareza, organização, aplicabilidade e navegabilidade. As principais sugestões envolviam simplificar termos técnicos, aumentar o número de capturas de tela e incluir um glossário com explicações breves sobre indicadores de aptidão física, sem aprofundamento teórico.

Após as revisões e consolidação da versão final, o Manual Avalie Saúde permaneceu restrito ao contexto da pesquisa desenvolvida no Instituto Federal do Paraná, sendo apresentado como produto técnico vinculado à dissertação de mestrado. A versão final foi submetida à avaliação de docentes especialistas em Educação Física escolar, que analisaram o material quanto à clareza, relevância, aplicabilidade e coerência com o aplicativo Avalie Saúde.

Os resultados foram amplamente positivos: todos os participantes consideraram o manual adequado às necessidades docentes, especialmente por sua linguagem acessível e organização visual. Nenhum professor apontou necessidade de melhorias, e a maioria destacou que o material cumpria plenamente a função de orientar o uso do aplicativo de celular. Um dos avaliadores observou que o próprio aplicativo era autoexplicativo, mas reconheceu o valor do manual como complemento e registro formal do processo. De modo geral, os docentes parabenizaram a proposta e a qualidade do produto desenvolvido.

O material foi, então, incorporado à dissertação de mestrado, apresentada e aprovada junto ao Programa de Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica. A versão final do manual integra os anexos da dissertação, disponibilizada no repositório

institucional do IFPR. Já o aplicativo Avalie Saúde encontra-se registrado como produto tecnológico no Catálogo de Produtos Educacionais da CAPES, compondo o conjunto de materiais resultantes do desenvolvimento da pesquisa.

5. AVALIAÇÃO DOS RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS OBTIDOS

A validação do Manual *Avalie Saúde* indicou que o material atendeu às necessidades técnicas dos docentes avaliadores, que destacaram sua clareza, organização e pertinência para orientar o uso operacional do aplicativo de celular. Os participantes ressaltaram que a estrutura passo a passo, o uso de imagens e a linguagem objetiva facilitaram o entendimento das etapas de instalação, cadastro e interpretação dos relatórios automáticos.

Embora um dos avaliadores tenha observado que o aplicativo apresenta interface intuitiva, o grupo reconheceu o manual como recurso importante para padronizar procedimentos, minimizar dúvidas e registrar de forma sistematizada o processo de utilização da ferramenta. A avaliação apontou ainda que o manual contribui para qualificar o uso das tecnologias digitais, oferecendo suporte seguro e confiável ao trabalho docente.

De modo geral, os resultados evidenciam que materiais técnicos elaborados a partir de demandas reais podem mediar o uso de tecnologias educacionais e favorecer práticas pedagógicas mais autônomas e contextualizadas na Educação Profissional e Tecnológica.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência de elaboração do Manual *Avalie Saúde* demonstrou que a pesquisa aplicada pode gerar soluções diretas e funcionais para desafios enfrentados no cotidiano escolar. O processo de construção do material evidenciou a importância de transformar produtos tecnológicos desenvolvidos em contextos educacionais em recursos acessíveis, organizados e metodologicamente consistentes.

O manual consolidou-se como um produto técnico-científico que articula conhecimento acadêmico e prática docente, contribuindo para o fortalecimento da formação de professores no uso de tecnologias digitais. Além disso, o desenvolvimento do material destacou a relevância de processos sistemáticos de planejamento, registro, validação e aperfeiçoamento no âmbito da EPT, assegurando rigor e ética em todas as etapas da pesquisa.

O produto final foi incorporado à dissertação de mestrado e disponibilizado no repositório institucional do IFPR, integrando o conjunto de materiais reconhecidos como

resultado tecnológico do programa. Espera-se que esse trabalho incentive a criação de novos recursos educativos e inspire iniciativas voltadas à produção de ferramentas práticas, contextualizadas e alinhadas às demandas reais da rede federal de ensino.

7- REFERÊNCIAS

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular.** Brasília: Ministério da Educação, 2018. Disponível em: https://www.basenacionalcomum.mec.gov.br/. Acesso em: 15 out. 2025.

DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. **A. Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

FRIGOTTO, G. **A produtividade da escola improdutiva: um (re)exame das relações entre educação e estrutura econômico-social capitalista.** 6. ed. São Paulo: Cortez, 2008.

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

GAYA, A. et al. **Manual de testes e avaliação: Projeto Esporte Brasil (PROESP-Br).** Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2015. Disponível em: https://www.proesp.ufrgs.br/. Acesso em: 15 out. 2025.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. **Controle do peso corporal: composição corporal, atividade física e nutrição.** Londrina: Midiograf, 1997.

KENKSI, V. M. **Educação e tecnologias: o novo ritmo da informação.** Campinas: Papirus, 2012.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 6. ed. Londrina: Midiograf, 2013.

NEIRA, M. G. **Educação Física escolar: ensino e pesquisa.** São Paulo: Cortez, 2009.

PROESP-BR. **Manual de aplicação de medidas e testes.** Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2009. Disponível em: https://www.proesp.ufrgs.br/. Acesso em: 15 out. 2025.

SOUZA, J. S. F. de. **Avalie Saúde: uma proposta educacional tecnológica voltada para os docentes de Educação Física da Educação Profissional e Tecnológica.** 2020. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal do Paraná, Curitiba, 2020. Disponível em: https://repositorio.ifpr.edu.br/handle/123456789/162. Acesso em: 15 out. 2025.

TANI, G. **Educação Física escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista**. São Paulo: EPU, 1988.

VIEIRA PINTO, Á. **O conceito de tecnologia.** Rio de Janeiro: Contraponto, 2005.