



A TEORIA DA AUTORREGULAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO 5º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL I

DOI: 10.56579/eduinterpe.v1i1.1957

Priscila Rodrigues de Freitas¹; William de Aguiar de Souza²; Adriana de Freitas Landin Queiroz³; Adriana Gimenes Constantino⁴; Leila Cleuri Pryjma⁵; Jéssica Aline Batista Fazan⁶

¹ Graduada em Licenciatura Plena em Educação Física pela Unopar-Universidade Norte do Paraná. Especialista em Docência e Práticas Educativas pelo Instituto Federal do Paraná. E-mail: profprisciladefreitas@gmail.com

² Graduado em Direito pela Universidade Nove de Julho. Especialista em Docência e Práticas Educativas pelo Instituto Federal do Paraná. E-mail: williamaguiar@adv.oabsp.org.br

³ Graduada em Pedagogia, Bacharelado em Teologia, Especialista em Docência e Práticas Educativas, Gestão Escolar e Coordenação Pedagógica, Psicopedagogia Institucional e Clínica, Atendimento Educacional Especializado (Educação Especial e Inclusiva), Neuropedagogia na Educação, Métodos e Técnicas de Ensino Tópicos Especiais de Metodologia de Ensino de Comunicação e Artes, Tecnologias na Educação. E-mail: queiroz.adriana@escola.pr.gov.br

⁴ Graduada em Pedagogia pela Fap – Faculdade de Apucarana, Especialista em Psicopedagogia Clínica e Institucional pela Rhema Neuroeducação, Neuropedagogia pela Rhema Neuroeducação Neuropsicopedagogia Clínica pela Rhema Neuroeducação, Neuropsicomotricidade Rhema Neuroeducação, Educação Infantil, Alfabetização e Letramento Rhema Neuroeducação, Neuropsicomotricidade Rhema Neuroeducação, Educação Especial na Perspectiva de uma Educação Inclusiva no Atendimento Educacional Especializado pela Rhema Neuroeducação Gestão Escolar com ênfase em coordenação pedagógica pela Rhema Neuroeducação, Docência e Práticas Educativas pelo Instituto Federal do Paraná. E-mail: exemplo.historia@gmail.com

⁵ Graduada em Letras, Filosofia, Ciência da Felicidade e Pedagogia, Especialista em Gestão Escolar, Psicopedagogia, Atendimento Educacional Especializado, Elaboração, Execução e Avaliação de Projetos Pedagógicos e Coaching Educacional, Psicanálise, Terapia Sistêmica da Constelação Familiar, Neurociências, Psiquiatria e Saúde Mental, Psicologia do Desenvolvimento, Neuropsicologia Clínica e Reabilitação Cognitiva com ênfase na COVID-19, Inteligências Múltiplas, Mindfulness, Inteligência Emocional, Programação Neurolinguística, Psicologia Positiva e Autorrealização, Neurociências Cognitivas E Processos Psicológicos, Psicologia Fenomenológica-Existencial, Grafologia e Neuroescrita – Uma Visão Multidisciplinar, Psicologia Da Aprendizagem, do Desenvolvimento e da Personalidade, Mestre em Educação pela UEL, Doutora em Educação pela Unesp, Pós doutoranda em Educação pela PUC/PR, coordenadora do grupo de Pesquisa “Representações Sociais, Subjetividade e Identidades (IFPR/CNPq), Pesquisadora do Grupo de Pesquisa Políticas, Formação do Professor, Trabalho Docente e Representações Sociais “POFORS/PUC/PR/CNPq e Pesquisadora do Grupo de Pesquisa “Representações Sociais e Educação” UEL/CNPq. E-mail: leila.pryjma@ifpr.edu.br

⁶ Graduada em Pedagogia com Licenciatura pela Universidade Positivo. Técnico em Administração Subsequente pelo Colégio Estadual Marquês de Caravelas. Formação Inicial e Continuada em Temáticas Emergentes em Educação: Ampliando olhares e reciclando saberes, pelo IFPR Campus Arapongas, Pós-Graduada em Especialização em Docência e Práticas Educativas pelo IFPR Campus Arapongas. E-mail: jessicafazan@hotmail.com



Resumo: A autorregulação, definida como a capacidade de controlar e gerenciar os próprios pensamentos, emoções e comportamentos, é crucial para o aprendizado e desenvolvimento integral dos alunos. A Teoria da Autorregulação de Zimmerman, com base na Teoria Sociocognitiva de Bandura, destaca o papel do aluno como agente ativo na construção do seu conhecimento. Este artigo discute a aplicação da Teoria da Autorregulação nas aulas de Educação Física do 5º ano do Ensino Fundamental I, considerando o potencial dessa área para o desenvolvimento da autorregulação. O estudo desse artigo se baseia em uma metodologia de revisão bibliográfica de autores como Zimmerman, Bandura e Saraiva Educação, buscando aprofundar a compreensão da Teoria da Autorregulação e suas aplicações no contexto da Educação Física. A aplicação da Teoria da Autorregulação nas aulas de Educação Física pode contribuir para o desenvolvimento da autonomia, responsabilidade e autoconhecimento dos alunos. Através do planejamento das aulas, execução e avaliação das atividades com foco na autorregulação como método para controlar e gerenciar os próprios pensamentos, emoções e comportamentos, os alunos podem aprender a gerenciar suas emoções durante as aulas que envolvem competições, controlar seus comportamentos e tomar decisões conscientes em benefício próprio e do grupo, tornando o ambiente de aprendizado mais prazeroso e eficiente. As aulas de Educação Física oferecem um ambiente propício para o desenvolvimento da autorregulação, pois envolvem situações que exigem controle emocional, como jogos e brincadeiras. A utilização de jogos e brincadeiras como método de aplicação da teoria da autorregulação pode se tornar uma ferramenta pedagógica capaz de auxiliar os alunos na construção de processos autorregulatórios, promovendo o desenvolvimento integral dos alunos. A Teoria da Autorregulação pode ser uma ferramenta valiosa para as aulas de Educação Física, contribuindo de forma mais positiva para o desenvolvimento de alunos mais equilibrados, autônomos, responsáveis e capazes de gerenciar suas próprias aprendizagens. O professor de Educação Física, como mediador do processo de ensino-aprendizagem e aplicador das técnicas de autorregulação ensinadas pelos pensadores Zimmerman e Bandura, tem um papel fundamental no desenvolvimento da autorregulação dos alunos.

Palavras-chave: Autorregulação, Educação Física, Ensino Fundamental, Teoria Social Cognitiva.

REFERÊNCIAS

BANDURA, A. (1986). **Fundamentos sociais do pensamento e da ação: uma teoria social cognitiva.**

BORUCHOVITCH, E. & GOMES, M. A. M. (2023). **Aprendizagem autorregulada: como promovê-la no contexto educativo?** Editora Vozes

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. Referencial curricular nacional para a educação infantil. Brasília: MEC; SEF. 1998.

ZIMMERMAN, B. J. (2002). **"Alcançar a autorregulação"**. In: Pajares, F. & Urdan, T. Adolescência e educação, Volume 2: Motivação acadêmica de adolescentes. Greenwich, CT: Editora da Era da Informação, pp. 1-27

ABNT – ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **ABNT NBR ISO 12836:** odontologia: dispositivos para sistemas CAD/CAM para restaurações dentárias indiretas: métodos de ensaio para avaliação de exatidão. Rio de Janeiro: ABNT, 2017. 14 p.



ABNT – ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **ABNT NBR 9050:** acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos. Rio de Janeiro: ABNT, 2004. 97 p.

BRASIL. [Constituição (1988)]. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988.** Brasília, DF: Presidência da República, [2016]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicaocompilado.htm. Acesso em: 25 ago. 2020.

Saraiva Educação. São Paulo, 2021. Disponível em: <https://blog.saraivaeducacao.com.br/autorregulacao-da-aprendizagem/> Acesso em: 18 Abr 2024

VIII FIPED. Fórum Internacional de Pedagogia. Pará, 2016. Disponível em: https://editorarealize.com.br/editora/anais/fiped/2016/TRABALHO_EV057_MD1_SA3_ID3108_08092016193719.pdf/ Acesso em: 18/04/2024