

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E SUSTENTABILIDADE: PROMOVEDO CONSCIÊNCIA AMBIENTAL E PRÁTICAS ECO-RESPONSÁVEIS POR MEIO DO PLOGGING

Antonio Carlos Monteiro de Miranda

Professor doutor da Universidade Estadual de Maringá
acmmiranda@uem.br

Magna Crystian Moreira

Mestra em Educação Física pela Universidade Estadual de Maringá
magmor77@gmail.com

RESUMO: O objetivo deste estudo foi analisar o processo do ensino de práticas corporais de aventura ao ar livre por meio do *Plogging* na formação dos estudantes durante as aulas de Educação Física. Para alcançar esse propósito, foram realizadas intervenções ao longo de 10 aulas, com uma turma de 32 estudantes do 3º ano do ensino médio. As aulas abordaram conceitos sobre práticas corporais de aventura ao ar livre e *Plogging*, identificação de comportamentos, atitudes e modalidades que permitem a preservação ambiental na realidade dos estudantes e a prática efetiva da modalidade. As informações foram coletadas por meio de diários de campo durante todas as sessões e analisadas a partir dos preceitos teóricos/metodológicos de Minayo (2010). Como resultado, observou-se que os estudantes demonstraram engajamento positivo nas atividades, o que ajudou a ampliar o conhecimento sobre o tema. Também podemos concluir que a integração do *Plogging* ao currículo da Educação Física não apenas incentiva a prática de atividades físicas, mas também fomenta a conscientização ambiental e a responsabilidade social entre os estudantes.

Palavras-chave: Educação física. Plogging. Consciência ambiental

SCHOOL PHYSICAL EDUCATION AND SUSTAINABILITY: PROMOTING ENVIRONMENTAL AWARENESS AND ECO-RESPONSIBLE PRACTICES THROUGH PLOGGING

ABSTRACT: The objective of this study was to analyze the process of teaching outdoor adventure body practices through Plogging in the training of students during Physical Education classes. To achieve this purpose, interventions were carried out over 10 classes, with a class of 32 students from the 3rd year of high school. The classes covered concepts about physical practices of outdoor adventure and Plogging, identification of behaviors, attitudes and modalities that allow environmental preservation in the students' reality and the effective practice of the modality. Information was collected through field diaries during all sessions and analyzed based on the theoretical precepts of Minayo (2010). As a result, it was observed that students demonstrated positive engagement in the activities, which helped to expand their knowledge on the topic. We can also conclude that the integration of Plogging into the Physical Education curriculum not only encourages the practice of physical activities, but also fosters environmental awareness and social responsibility among students.

Keywords: Physical education. Plogging. Environmental awareness

1 INTRODUÇÃO

A Educação Física escolar se apresenta como um campo em constante evolução, adaptando-se às mudanças sociais e culturais, e desempenha um papel relevante na formação de cidadãos críticos e reflexivos capazes de enfrentar os desafios do mundo atual, sendo necessário valorizá-la e dotá-la de recursos suficientes para seu bom funcionamento, pois sua presença no currículo escolar fortalece a promoção da saúde e o bem-estar dos estudantes, contribuindo para a construção de um ambiente educacional mais completo e enriquecedor e alinhado com as necessidades do século XXI.

É fundamental que o componente curricular Educação Física seja concebido como uma área do conhecimento que abrange diversas práticas corporais, incluindo não apenas as atividades físicas e esportivas, mas também outras manifestações do movimento humano. Esta visão mais abrangente é respaldada por Oliveira e Souza (2020), que destacam a relevância de uma reflexão crítica sobre as relações sociais presentes nas práticas corporais desenvolvidas na escola, afinal, essas atividades não ocorrem em um vácuo social: elas estão profundamente inseridas em contextos culturais específicos. Esses contextos podem tanto reproduzir desigualdades quanto oferecer oportunidades para sua superação, transcendendo a mera execução de atividades físicas.

Lisboa et al. (2019), apontam que discussões acerca da importância de relacionar o meio ambiente e as práticas corporais em espaços abertos têm ganhado crescente espaço em diversas esferas nos últimos anos. E que na busca pela diversificação das aulas de Educação

Física na escola, podem ser inseridas essas novas vivências para o desenvolvimento de habilidades motoras, superação de barreiras pessoais, possibilitando também um trabalho interdisciplinar que enriqueça a experiência educacional dos estudantes, promovendo aprendizagem significativa e um maior engajamento com o ambiente natural, sensibilizando-os em relação às questões ambientais, incentivando a conscientização e adoção de comportamentos mais responsáveis.

Com base nesse contexto, propomos a introdução de uma prática que tem ganhado adeptos no mundo todo e que pode contribuir na diversificação dos objetos de conhecimento da educação física associado às questões ambientais e contribuir na formação dos estudantes: o *Plogging*. O *Plogging* é uma atividade que envolve a realização de corrida ou caminhada ao mesmo tempo em que se coletam resíduos sólidos encontrados no percurso. Essa abordagem oferece uma forma eficaz de exercício físico enquanto promove a conscientização ambiental. Geralmente, essa atividade é conduzida em grupo, com participantes trabalhando juntos para limpar locais como parques, ambientes urbanos ou trilhas na Natureza (Rossitto et al., 2022).

A oferta de atividades diferenciadas que extrapolam os muros da escola enfatizando conceitos relativos às práticas corporais ao ar livre e meio ambiente é uma necessidade contemporânea que agrega no desenvolvimento e no comportamento social dos estudantes. Nesse cenário, as práticas corporais de aventura e o *Plogging*, se destacam como uma oportunidade única de promover não apenas a saúde pelo viés restrito, mas também a conscientização ambiental, a responsabilidade social e a formação de cidadãos mais engajados com questões ecológicas (Eich e Lemos, 2020).

Assim, o objetivo principal deste trabalho foi analisar os o processo do ensino de práticas corporais ao ar livre por meio do *Plogging* na formação dos estudantes nas aulas de Educação Física.

2 A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR PROMOVENDO A CONSCIÊNCIA AMBIENTAL

O meio ambiente é uma preocupação crescente nos dias de hoje, e a Educação Física pode ter um papel importante na sensibilização ambiental dos estudantes. A ligação entre a Educação Física e o meio ambiente não só enriquece a experiência educativa, mas também prepara os estudantes para serem cidadãos responsáveis e comprometidos com a

sustentabilidade. Este artigo explora o conceito de *Plogging* como uma abordagem sustentável para a prática de exercícios físicos e a preservação do meio ambiente, destacando os seus benefícios ambientais, físicos, sociais e educacionais.

A temática ambiental é, indiscutivelmente, uma das maiores preocupações da atualidade, destacando-se o papel significativo que o ser humano desempenha na deterioração do meio ambiente. Com frequência, negligenciamos a importância dessa riqueza natural não apenas para nossa qualidade de vida, mas também para a nossa sobrevivência e das gerações futuras. Dessa forma, a Educação Física ao se integrar com outros componentes curriculares, pode assumir um papel crucial na educação e conscientização das pessoas sobre a questão ambiental, ao inserir essa temática no contexto escolar. Isso não apenas amplia o entendimento dos estudantes sobre a relevância da preservação do meio ambiente, mas também os prepara para se tornarem cidadãos responsáveis e atentos à sustentabilidade em seu cotidiano, contribuindo para um futuro mais equilibrado e saudável.

De acordo com o referenciado na seção anterior, a educação física desempenha um papel significativo na formação dos estudantes, e a conscientização ambiental é uma dimensão cada vez mais relevante nesse processo. Autores como Espindola (2020) enfatizam que a Educação Física, para além de promover a saúde e o desenvolvimento motor, tem o potencial de desempenhar um papel essencial na construção de uma consciência ecológica, estimulando atitudes e práticas sustentáveis. A integração da Educação Física com a temática ambiental não apenas enriquece a experiência educacional dos estudantes, mas também os capacita a se tornarem cidadãos conscientes e comprometidos com a preservação do meio ambiente, preparando-os para os desafios de um mundo cada vez mais preocupado com a sustentabilidade e a ecologia.

Em conformidade com Rodrigues e Darido (2006), um dos principais objetivos da educação ambiental é a aquisição de conhecimentos, atitudes e valores sociais que conduzam à participação ativa na melhoria do meio ambiente. Nesse contexto, a Educação Física escolar desempenha um papel relevante, promovendo a conscientização ambiental por meio de atividades físicas ao ar livre e da inclusão de conteúdos relacionados à preservação ambiental nas aulas. Seguindo a perspectiva de Marinho (2004), essa abordagem proporciona oportunidades de aprendizagem profundas, estimula o contato com a natureza, fomenta a prática de atividades físicas ao ar livre e amplia a conscientização dos estudantes sobre a importância da preservação ambiental. Dessa forma, a Educação Física não apenas promove o

desenvolvimento físico e emocional, mas também contribui para a formação de cidadãos conscientes e comprometidos com a sustentabilidade ecológica.

O estudo conduzido por Rios, Souza Filho e Ribeiro (2018) teve como objetivo apresentar a relação existente entre Educação Física e Educação Ambiental no contexto escolar, além de analisar brevemente alguns periódicos especializados em Educação Física que abordam essa temática. A pesquisa concluiu que, de fato, existe uma relação entre Educação Física e a Educação Ambiental, porém observou que são escassos os estudos dedicados a isso. Ademais, o estudo ressaltou a importância das diversas oportunidades para a introdução de conceitos de Educação Ambiental correlacionados às aulas de Educação Física e destacou o importante papel do professor nesse processo de conscientização e integração dessas duas áreas de conhecimento.

Tais achados evidenciam a necessidade de se explorar e promover uma maior integração entre educação física e o meio ambiente. Para alcançar esse objetivo, podem ser adotadas as seguintes estratégias:

- Atividades relacionadas ao meio ambiente: a educação física pode incluir atividades relacionadas ao meio ambiente, como campanhas de coleta seletiva, ações de reflorestamento, atividades de jardinagem, entre outras. Essas atividades podem ajudar os estudantes a entender a importância da preservação do meio ambiente e da adoção de práticas sustentáveis.
- Promoção da mobilidade sustentável: a educação física pode incentivar a mobilidade sustentável, por meio da promoção de atividades físicas que envolvam o uso de meios de transporte não poluentes, como bicicletas, patinetes e caminhadas.
- Redução do desperdício: a educação física pode promover a redução do desperdício, por meio da adoção de práticas sustentáveis nas atividades físicas. Por exemplo, utilizando materiais reciclados, evitando o uso de descartáveis, reduzindo o consumo de energia e água.
- Práticas corporais ao ar livre: Darido (2012), indica que é possível incorporar temas e atividades relacionadas ao meio ambiente nas aulas de Educação Física, como a realização de trilhas, a prática de esportes ao ar livre, a reflexão sobre o consumo sustentável e a participação em ações de preservação ambiental; as práticas corporais ao ar livre são uma forma de se exercitar e se conectar com a natureza e podem ajudar os estudantes a valorizar e apreciar o meio ambiente, além de incentivar a adoção de hábitos mais sustentáveis.

Ao ensinar aos estudantes sobre a importância da preservação do meio ambiente e a adoção de hábitos mais sustentáveis em suas rotinas diárias, a Educação Física desempenha

um papel crucial na formação de indivíduos conscientes e responsáveis em relação ao ambiente, valorizando a natureza. Além disso, essa abordagem interdisciplinar facilita a conexão entre teoria e prática, permitindo que os estudantes experimentem na prática os conceitos aprendidos, o que torna o processo de aprendizagem mais significativo. Essa educação não apenas influencia a vida dos estudantes, mas também tem um impacto positivo nas suas famílias e comunidades. Eles se tornam agentes de mudança ao compartilhar seus conhecimentos e incentivar práticas sustentáveis em seu entorno.

Diante do exposto, não podemos esquecer que as políticas públicas relacionadas à educação da preservação ambiental são fundamentais para promover a conscientização e a responsabilidade dos cidadãos sobre os impactos de suas ações no meio ambiente. Segundo Rodrigues, Oliveira e Kira (2015), a educação ambiental é uma forma de construir uma racionalidade ambiental que articule o conhecimento científico, a ética e a política em prol da sustentabilidade. Nesse sentido, as políticas públicas devem incentivar e apoiar iniciativas educativas que envolvam diferentes atores sociais, como escolas, universidades, organizações não governamentais, empresas e comunidades locais, na busca de soluções para os problemas ambientais. Além disso, as políticas públicas devem garantir o acesso à informação e à participação democrática dos cidadãos nas decisões que afetam o meio ambiente. Assim, a educação da preservação ambiental é um instrumento essencial para o desenvolvimento de uma sociedade mais justa e ecológica.

2 TRILHANDO CAMINHOS: DA EDUCAÇÃO FÍSICA AO PLOGGING

Esta pesquisa foi conduzida no Colégio Estadual Primo Manfrinato, situado na cidade de Cianorte, no estado do Paraná. Esta instituição de ensino abrange o ensino fundamental nos anos finais e o ensino médio, com cerca de 750 estudantes matriculados. A amostra da pesquisa consistiu em 32 estudantes, composta por 15 meninas e 17 meninos, com idades variando entre 16 e 19 anos. Todos os participantes pertenciam a uma turma da 3ª série do ensino médio.

Inicialmente, procedemos com a investigação dos conhecimentos prévios dos estudantes em relação às práticas corporais de aventura, práticas corporais ao ar livre, relação destas práticas com o meio ambiente e *Plogging*. Isso foi realizado por meio da aplicação de um

questionário composto por oito (8) questões abertas durante o primeiro encontro com os estudantes.

Posteriormente, realizamos uma intervenção direta com os estudantes ao longo de um período de 5 (cinco) semanas, compreendendo um total de 10 (dez) aulas de Educação Física com a turma selecionada para a pesquisa. Acreditamos que essa intervenção, com essa quantidade de aulas, foi suficiente para abordar o assunto ao longo de um ano letivo. Além disso, ultrapassar esse número de aulas poderia impactar o ensino de outros conteúdos do currículo, já que a Secretaria de Educação do Esporte do Estado do Paraná estabelece um planejamento a ser seguido.

Cada aula teve o tempo de 50 (cinquenta) minutos e desenvolveram-se, semanalmente (duas na semana) completando, portanto, 1 (uma) hora e 40 (quarenta) minutos semanais, que corresponde a nada mais, que a carga horária semanal desta unidade curricular para a turma.

As ações que foram implementadas durante a intervenção trataram de conceitos sobre práticas corporais de aventura ao ar livre e *Plogging*, identificação de comportamentos, atitudes e modalidades que permitem a preservação ambiental na realidade dos estudantes e a prática do *Plogging*.

Para obtenção dos dados foram utilizados dois questionários (inicial e final), diários de campo. Esses dados foram tratados conforme os elementos apresentados por Minayo (2010). A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética da Universidade Estadual de Maringá sob o número CAAE: 66524822.8.0000.0104.

2.1 PLOGGING: ATIVIDADE FÍSICA E CONSERVAÇÃO DO MEIO AMBIENTE

Iniciamos explorando o conceito de *Plogging* como uma abordagem sustentável para a prática de atividades físicas e a conservação do meio ambiente. O *Plogging* é uma atividade que combina a corrida ou caminhada com a coleta de resíduos sólidos encontrados no percurso, tornando-se uma forma efetiva de exercício físico e de conscientização ambiental. Normalmente, essa atividade é conduzida em grupo, com pessoas trabalhando em conjunto em locais como parques, áreas urbanas ou trilhas na floresta (Rossitto *et al.* 2022). Ele não apenas promove a saúde física dos participantes, mas também destaca a importância da

conscientização ambiental. A prática em grupo incentiva a colaboração e a ação coletiva na preservação do meio ambiente, fortalecendo os laços sociais.

Segundo o grupo Iberdrola, esta prática foi criada pelo sueco Erik Ahlström em 2016 quando ele se mudou para Estocolmo, percebeu que havia uma quantidade excessiva de lixo ao longo do seu trajeto diário de bicicleta. E então decidiu fazer algo para ajudar. Nesse processo acabou criando o *Plogging*, uma das mais novas manias de fitness do mundo, que incentiva a prática de atividades físicas aliada à limpeza do ambiente.

O nome é uma mistura de jogging com “*plocka upp*” que significa “pegar” em sueco. A atividade aproveita o running e outros esportes ao ar livre para recolher os resíduos que sujaram as cidades e espaços naturais e consiste em os participantes (*ploggers*) saírem com um saco de lixo com a ideia de recolher os desperdícios que encontrarem durante a prática esportiva. Depois, eles reciclam ou descartam em locais apropriados para que não acabe prejudicando o meio ambiente. Eich e Lemos (2020, p 1), definem *Plogging* como:

[...] termo que se deriva do jogging que significa uma corrida em velocidade bem lenta (trote) e plucking que pode ser definida como o ato de recolher, catar ou arrancar, sendo assim, trata-se de uma atividade na qual seus adeptos têm por objetivo se deslocar equipados de algum tipo de recipiente para coletar o lixo pelo trajeto.

Além dos benefícios ambientais, o *Plogging* também ajuda os praticantes a melhorar a forma à medida que envolve o trabalho de mais grupos musculares do que a corrida normal, devido a todas as flexões, agachamentos e movimentos para pegar lixo. Sem mencionar a sobrecarga do lixo que é recolhido e transportado. Por proporcionar pausas, também é bastante indicado para iniciantes.

Eich e Lemos (2020, p.1) reforçam estes benefícios pois,

Essas ações beneficiam tanto os praticantes, através do exercício físico da corrida ou trote proporcionando elevação do condicionamento cardiorrespiratório, aumento da força de membros superiores e inferiores a partir da coleta e da carga que os resíduos impõem, além dos benefícios psicológicos também trazidos pelo exercício e sua prática. Quanto ao meio ambiente, retirando resíduos que levariam anos para se decompor na natureza, em determinadas localidades causando enchentes, poluindo os meios aquáticos (fluvial, lacustre e marítimo) prejudicando os animais, e levando-os para realizar o descarte correto.

Para Koumoundouros (2018), o *Plogging* proporciona uma melhora física, mental, social e ambiental em que todos saem ganhando. Do mesmo modo, Raghavan, Panicker e Emmatty apud Kim, Kim e Chung (2023) sugerem que o *Plogging* tem um impacto significativo

nos efeitos do exercício aeróbico, principalmente durante a prática de jogging, além de contribuir para o aumento da força anaeróbica na parte inferior do corpo, devido aos movimentos de agachamento realizados enquanto recolhe o lixo. Marasciulo (2019) menciona que a estimativa é que praticar *Plogging* por 30 minutos ajuda a queimar 300 calorias.

Além disso, o *Plogging* pode reduzir o estresse e a ansiedade, pois é uma forma de relaxar e se conectar com a natureza. O *Plogging* também pode estimular a socialização e a solidariedade entre os praticantes, que podem formar grupos e realizar eventos para promover a prática. Com igualdade, a prática do *Plogging* contribui diretamente para a conservação do meio ambiente. Ao recolher resíduos durante a atividade, os *ploggers* (praticante do *Plogging*) ajudam a evitar a contaminação do solo e da água, além de promover a conscientização sobre a problemática do lixo nas áreas urbanas e naturais e de quebra promovem o embelezamento dos espaços públicos, tornando-os mais agradáveis e convidativos para outras pessoas.

Tratando de responsabilidade, o *Plogging* tem se mostrado uma poderosa ferramenta de engajamento comunitário. Por meio dessa prática, é possível promover a participação ativa dos cidadãos na conservação do ambiente, fomentando um senso de responsabilidade coletiva. Diversas comunidades têm adotado essa prática como uma forma de fortalecer laços sociais, aumentar a conscientização ambiental e nutrir um sentimento de pertencimento em relação ao seu entorno. O envolvimento comunitário por meio do *Plogging* tem o potencial de criar uma rede de indivíduos comprometidos com a preservação do meio ambiente, tornando-se agentes de mudança em suas próprias comunidades.

De acordo com Rossitto *et al.* (2022), como o *Plogging* combina preocupações ambientais com preocupações com a saúde e interesses em esportes recreativos, ao praticá-lo, os indivíduos se tornam mais sensíveis e atentos à questão do lixo e do consumo responsável. Eles também desempenham um papel importante como agentes multiplicadores da consciência ambiental, influenciando outras pessoas a adotarem hábitos mais sustentáveis em seu cotidiano. Essa abordagem contribui significativamente para a redução do impacto negativo do descarte inadequado de resíduos, promovendo assim, um ambiente mais limpo e saudável.

Segundo dados do Plogga (2021), que organiza eventos de *Plogging* pelo mundo, mais de 20 mil pessoas praticam o *Plogging* diariamente em mais de 100 países diferentes. Essas pessoas recolhem toneladas de lixo por ano, fazendo uma grande diferença na preservação do meio ambiente. Um exemplo é o grupo Go Plog, da Índia, que já recolheu 16 toneladas de lixo com o *Plogging* e promove eventos mensais com centenas de participantes.

O *Plogging* pode ser usado como uma ferramenta pedagógica para ensinar sobre o meio ambiente nas escolas e nas comunidades. Por meio do *Plogging*, os estudantes e os moradores podem aprender sobre os tipos de lixo, a forma correta de descarte, a reciclagem, a compostagem, o impacto do lixo na natureza, entre outros temas. O *Plogging* também pode estimular a criatividade e a inovação, pois os participantes podem reaproveitar o lixo recolhido para criar objetos artísticos ou utilitários.

Os sistemas e redes de ensino e as escolas têm a responsabilidade de incorporar o desenvolvimento de temas contemporâneos como a educação ambiental (Brasil, 2017), inculcando a consciência ambiental entre os estudantes, ensinando-os sobre o impacto do lixo no ecossistema e a importância da gestão de resíduos. Ao praticar o *Plogging*, os estudantes não apenas aprendem sobre os efeitos nocivos do lixo, mas também participam ativamente da solução. Essa experiência prática reforça os valores ecológicos, incentivando o descarte responsável de resíduos e criando um senso de propriedade do ambiente.

O *Plogging* também oferece uma oportunidade para estudantes desenvolverem um senso de responsabilidade social. Ao se envolver ativamente na limpeza de seu ambiente, os estudantes entendem que fazem parte de uma comunidade maior e que suas ações têm consequências. Eles aprendem que cuidar do ambiente não é apenas benéfico para o meio ambiente, mas também melhora o bem-estar dos membros de sua comunidade. Esse senso de responsabilidade e trabalho em equipe pode promover a empatia, o respeito e o desejo de contribuir ativamente para a melhoria da sociedade.

Do mesmo modo, a incorporação do *Plogging* nas escolas pode fornecer uma forma única e envolvente de atividade física, pois aulas tradicionais de educação física muitas vezes envolvem exercícios repetitivos que podem levar ao desinteresse e desmotivação dos estudantes (Tahara e Darido, 2016). No entanto, o *Plogging* permite que os estudantes contribuam ativamente com seu ambiente, ao mesmo tempo em que melhoram seus níveis de condicionamento físico. A combinação de exercícios aeróbicos de corrida e treinamento de força de coleta de lixo fornece um treino completo. Além disso, o *Plogging* pode ser adaptado para se adequar a diferentes níveis de condicionamento físico, tornando-o inclusivo para todos os estudantes, independentemente de suas habilidades.

Da mesma forma, o *Plogging* também pode promover um trabalho interdisciplinar ao ser perfeitamente integrado a várias disciplinas do currículo escolar, criando uma experiência de aprendizado multidimensional. Por exemplo, as aulas de ciências podem focar nos impactos ambientais do lixo e na importância da reciclagem. As aulas de matemática podem envolver

coleta de dados e análise do lixo coletado, permitindo que os estudantes entendam a escala do problema. Além disso, as aulas de arte podem fornecer aos estudantes uma plataforma para expressar seus pensamentos e criar consciência por meio de projetos criativos. Essa integração interdisciplinar não apenas aprimora a compreensão de conceitos-chave, mas também enfatiza a relevância desses tópicos em contextos da vida real.

O estudo realizado evidenciou uma abordagem pedagógica envolvente, que pretendeu não apenas otimizar a aquisição de novos conhecimentos, mas também o aprofundamento da compreensão dos estudantes sobre atividades que promovem o *Plogging* e o desenvolvimento da consciência ambiental. Ao incluir temas como práticas corporais de aventura ao ar livre sob a perspectiva do *Plogging* nas aulas de Educação Física, os estudantes foram introduzidos a uma diversidade de atividades físicas que vão além dos esportes convencionais.

No decorrer das atividades, notou-se que os estudantes observaram que comportamentos essenciais dos praticantes do *Plogging* podem influenciar de maneira positiva o meio ambiente, pois promovem a conscientização ambiental, recolhem desperdícios, e conseqüentemente preservam a natureza. Além disso o *Plogging* pode ser um fator de motivação para sedentários saírem desta situação.

Nesse ínterim, as instituições escolares desempenham um papel preponderante no estímulo e na promoção do envolvimento ativo dos estudantes em práticas corporais ao ar livre incluindo a atividade específica de *Plogging*. Segundo os próprios estudantes, a promoção ativa da prática de esportes ao ar livre é uma estratégia eficaz para incentivá-los a se envolverem em atividades físicas, incluindo o *Plogging*. Isso indica o reconhecimento da importância das práticas esportivas como catalisadoras do interesse e participação dos estudantes.

Ademais, o envolvimento ativo dos estudantes, incentivando-os a pesquisar e compartilhar informações sobre os temas abordados, promoveu o protagonismo em seu próprio processo de aprendizagem. Isso não só fortaleceu a compreensão dos conteúdos, mas também estimulou habilidades de pesquisa, comunicação e trabalho em equipe.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos dados coletados, foi observado que os estudantes desenvolveram uma compreensão significativa sobre as interações entre as práticas corporais ao ar livre e o meio

ambiente. Este discernimento foi observado ao reconhecerem que tais práticas não se limitam a ambientes controlados, mas também se desenrolam em meio natural. Nesse contexto, os estudantes demonstraram a percepção de que essas atividades não apenas promovem a conexão com a natureza, mas também contribuem para a preservação e o cuidado ambiental.

Durante a implementação, um dos relatos observados envolveu um estudante expressando que "os exercícios ao ar livre ajudam a proteger o meio ambiente". Essa declaração reflete o conceito de harmonização de princípios da educação física e da educação ambiental, conforme destacado por Rios, Souza Filho e Ribeiro (2018). Essa integração desempenha um papel essencial na promoção dinâmica de transformações ideológicas em assuntos relacionados à questão ambiental. Essas mudanças visam ultrapassar os limites da sala de aula, orientando os estudantes a adotarem uma postura cidadã em relação às questões ambientais.

Nesse contexto, a receptividade positiva manifestada pelos estudantes em relação ao *Plogging* sugere que essa atividade pode funcionar como um eficiente catalisador para o processo de aprendizagem. Essa abertura e entusiasmo dos estudantes indicam que o *Plogging* não apenas é aceito, mas também pode desempenhar um papel significativo no envolvimento e participação ativa dos estudantes durante as aulas. Essa constatação reforça a ideia de que a introdução do *Plogging* como parte do currículo pode ser uma estratégia eficaz para promover uma abordagem dinâmica e envolvente nas práticas educacionais.

A inserção do *Plogging* como conteúdo na Educação Física representa uma oportunidade valiosa, especialmente considerando a receptividade positiva demonstrada pelos estudantes durante um trabalho prático. O *Plogging*, uma atividade que combina exercício físico com ações ambientalmente conscientes, oferece uma abordagem inovadora para integrar a prática esportiva com a responsabilidade ambiental.

Para além dos benefícios físicos que proporciona, o *Plogging* se destaca como uma oportunidade singular para que os estudantes estabeleçam uma conexão prática e tangível com questões ambientais. A integração do *Plogging* ao currículo da Educação Física não apenas incentiva a prática de atividades físicas, mas também fomenta a conscientização ambiental e a responsabilidade social entre os estudantes. Essa abordagem multifacetada não só enriquece a experiência educacional, mas também promove uma compreensão mais ampla e holística do papel da atividade física na interação com o meio ambiente.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf. Acesso em 19 ago. 2023.

DARIDO, S. C. **Caderno de formação**: formação de professores didática dos conteúdos. São Paulo: Cultura Acadêmica, v. 6, 2012.

EICH, A. B.; LEMOS, L. F. C. **Plogging aquático e Plogging náutico**: entendendo o planeta como parte de nossos corpos. Salão do Conhecimento. XXI Jornada de Extensão. Unijuí, 2020. Disponível em: <https://publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/salaconhecimento/issue/view/221>. Acesso em: 04 julho de 2022.

ESPINDOLA, A. S. **Educação ambiental vinculada ao ensino de práticas corporais de aventura na educação física escolar**: uma revisão. Trabalho de Conclusão de Graduação (graduação em Educação Física) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2020.

KIM, J.; KIM S.; CHUNG, J. Examining the Relationship between Pro-Environmental Attitudes, Self-Determination, and Sustained Intention in **EcoFriendly Sports Participation**: A Study on Plogging Participants. v1. 25 Jun., 2023. Disponível em: Sustainability | Free Full-Text | Examining the Relationship between Pro-Environmental Attitudes, Self-Determination, and Sustained Intention in Eco-Friendly Sports Participation: A Study on Plogging Participants (mdpi.com). Acesso em: 5 ago. 2023.

KOUMOUNDOUROS, T. There's a weird new exercise trend taking off, and It's actually good for the environment. **Scienc Alert**. 5 May 2018. Disponível em: <https://www.sciencealert.com/this-unusual-new-cleaning-craze-is-rapidly-spreading-around-the-world>. Acesso em: 04 jul. 2022.

LISBOA, S. D. C. *et al.* Leonardo. **Práticas corporais de aventura**. Porto alegre: SAGAH, 2019.

MARASCIULO, M. O que é Plogging, a modalidade de corrida sustentável. **Revista Galileu Digital**, nov., 2019. Disponível em: <https://revistagalileu.globo.com/Ciencia/Meio-Ambiente/noticia/2019/11/o-que-e-Plogging-modalidade-de-corrida-sustentavel.html>. Acesso em: 12 de mai. 2023

MARINHO, A. Atividades na natureza, lazer e educação ambiental: refletindo sobre algumas possibilidades. **Motrivivência**. Ano XVI, n. 22, jun., 2004. Disponível em: <file:///C:/Users/magmo/Downloads/1184-Texto%20do%20Artigo-6382-1-10-20080613.pdf>. Acesso em: 17 de jul de 2023.

MINAYO, M. C. S. (org.). **Pesquisa Social**. Teoria, método e criatividade. 29 ed. Petrópolis: Vozes, 2010.

OLIVEIRA, A. B.; SOUZA, V. F. M. Educação Física Escolar: da atratividade da prática descompromissada à atratividade da prática formativa. **Ciências do Esporte, Educação Física e Produção do Conhecimento em 40 Anos de CBCE**, Natal, RN, v. 5, p. 119-130, 2020.

PLOGGING. **The environmental ad fitness movement from Sweden that's cleaning the word.** *Plogga*, 2023. Disponível em: <https://www.plogga.se/en/>. Acesso em: 23 fev. 2023.

PLOGGING: o 'running' que mistura ecologia e esporte. Iberdrola, 2023. Disponível em: <https://www.iberdrola.com/compromisso-social/o-que-e-plogging>. Acesso em 11 jul. 2023.

RIOS, S. K. O.; SOUZA FILHO, A. F.; RIBEIRO, F. I. **Educação Física e educação ambiental: relações no contexto escolar.** *Revista Brasileira de Educação Ambiental (RevBEA)*, [S. l.], v. 13, n. 2, p. 53–65, 2018. DOI: 10.34024/revbea.2018.v13.2464. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/revbea/article/view/2464>. Acesso em: 8 nov. 2023.

RODRIGUES, L. H.; DARIDO S. C. **Educação Física escolar e meio ambiente: reflexões e aplicações pedagógicas.** *Revista Digital*, Buenos Aires, v. 11, n. 100, set., de 2006. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd100/ma.htm>. Acesso em 07 jul. 2023.

RODRIGUES, Ramon J; OLIVEIRA, Marianne S.; KIRA, Keisuke. **Trekking Ambiental: praticando conceitos e educação ambiental para o Ensino Médio.** In: Congresso de extensão universitária da UNESP. Universidade Estadual Paulista (Unesp), p. 1-17, 2015.

ROSSITTO, C. *et al.* **Towards Digital Environmental Stewardship: the Work of Caring for the Environment in Waste Management.** In: Conference on Human Factors in Computing Systems, New Orleans, abr/mai, p. 1-16, 2022. Disponível em: <https://dl.acm.org/doi/10.1145/3491102.3517679>. Acesso em 10 jan. 2024.

TAHARA, A. K.; DARIDO, S. C. Práticas corporais de aventura em aulas de educação física na escola. **Conexões**, Campinas, SP, v. 14, n. 2, p. 113-136, 2016. DOI: 10.20396/conex.v14i2.8646059. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8646059>. Acesso em: 13 fev. 2023.

WHAT is Plogging? **Plogging**, 2023. Disponível em: <https://www.Plogging.org/what-is-Plogging>. Acesso em: 12 de mai. 2023.

Recebido em 24/03/2024

Aprovado em 20/11/2024