

RUHENA KELBER ABRÃO

FÁBIO PEREIRA VAZ

SANDRA FRANKLIN ROCHA VIANA

LUCAS DOS SANTOS COELHO

JUVANI FERREIRA DA CONCEIÇÃO

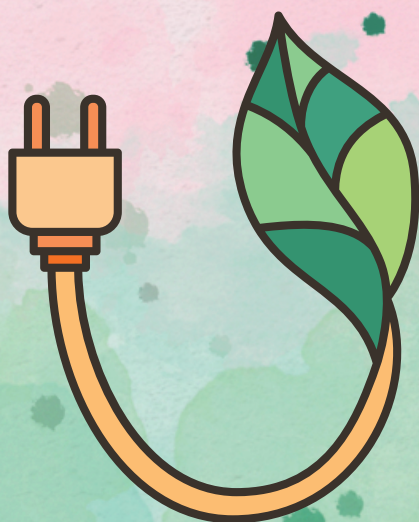
Um pedacinho da  
Educação Física: saúde na  
escola/saúde ambiental





Ruhena Kelber Abrão  
Fábio Pereira Vaz  
Sandra Franklin Rocha Viana  
Lucas dos Santos Coelho  
Juvani Ferreira da Conceição

# Um pedacinho da Educação Física: saúde na escola/saúde ambiental



*1ª Edição*  
*Série*  
*Saúde na Escola*

Universidade Federal do Tocantins  
Editora da Universidade Federal do Tocantins - EDUFT

Reitor

Luis Eduardo Bovolato

Vice-reitora

Marcelo Leineker Costa

Pró-Reitor de Administração e Finanças (PROAD)

Carlos Alberto Moreira de Araújo

Pró-Reitor de Avaliação e Planejamento  
(PROAP)

Eduardo Andrea Lemus Erasmo

Pró-Reitor de Assuntos Estudantis  
(PROEST)

Kherlley Caxias Batista Barbosa

Pró-Reitora de Extensão, Cultura e Assuntos Comunitários (PROEX)

Maria Santana Ferreira dos Santos

Pró-Reitora de Gestão e Desenvolvimento de Pessoas  
(PROGEDEP)

Michelle Matilde Semiguel Lima Trombini Duarte

Pró-Reitor de Graduação (PROGRAD)

Eduardo José Cezari

Pró-Reitor de Pesquisa e Pós-Graduação (PROPESQ)

Raphael Sanzio Pimenta

Pró-Reitor de Tecnologia e Comunicação (PROTIC)

Ary Henrique Moraes de Oliveira

Conselho Editorial

Presidente

Ruhena Kelber Abrão Ferreira

Membros do Conselho por Área

Ciências Biológicas e da Saúde

Ruhena Kelber Abrão Ferreira

Ciências Humanas, Letras e Artes

Fernando José Ludwig

Ciências Sociais Aplicadas

Ingrid Pereira de Assis

Interdisciplinar

Wilson Rogério dos Santos

Elementos Gráficos

Canva

Projeto Gráfico e Diagramação

Juvani Ferreira da Conceição

Revisão de Texto

Ruhena Kelber Abrão

Revisão Técnica

Alderise Pereira da Silva Quixabeira

Luan Pereira Lima

Agradecimentos:

Coordenação de Aperfeiçoamento do Ensino Superior (CAPES)

Centro de Desenvolvimento de Pesquisas em Políticas Públicas de Esporte e Lazer  
– REDE CEDES/TO

Universidade Federal do Tocantins (UFT), PROEX/PROPESQ. Edital universal.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Tocantins (SISBIB)

---

A158p Abrão, Ruhena Kelber.

Um pedacinho da Educação Física: saúde na escola (saúde ambiental). Ruhena Kelber Abrão, Fábio Pereira Vaz, Sandra Franklin Rocha Viana, Lucas Coelho dos Santos Juvani Ferreira da Conceição. – Palmas, TO: EdUFT, 2024.

19p.

Portal de Livros da Editora vinculada à Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação

(Propesq/UFT), a Editora da Universidade Federal do Tocantins (EdUFT). Acesso em:

<https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/editora>.

ISBN: 978-65-5390-024-0.

1. Educação física. 2. saúde na escola. 3. atividade física. 4. exercício físico . I. Fábio Pereira Vaz, II. Sandra Franklin Rocha Viana. III. Lucas Coelho dos Santos. IV. Juvani Ferreira da Conceição.

Título.

CDD 796.1

---

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte.

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei no 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.



<http://www.abecbrasil.org.br>



<http://www.abecbrasil.org.b>



E aí, galera! Vamos mergulhar de cabeça  
em um papo super importante: a Saúde  
Ambiental!



Vocês já ouviram a novidade? Todo ano,  
no glorioso dia 26 de setembro, a gente se  
joga na comemoração do dia...



MUNDIAL DA SAÚDE  
AMBIENTAL?



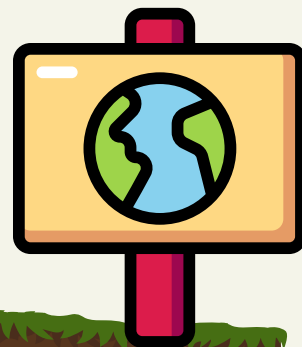
Para mantermos nossa saúde  
tinindo, precisamos dar aquele  
trato no meio ambiente! Se não  
cuidarmos do nosso lar, estaremos  
brincando com fogo e colocando  
nossas vidas em risco!



Para evitar esse desastre,  
precisamos agir como super-  
heróis do meio ambiente e  
espalhar a conscientização por aí!

Jogue lixo no lixo

Vamos  
cuidar do  
Planeta





Pequenas ações podem ser super poderosas! Tipo, não jogar lixo na rua, dar uma folguinha pros rios e deixar as árvores em paz. Vamos cuidar do nosso planeta como se fosse nosso melhor amigo!



Vamos manter o ar fresquinho e os rios limpinhos, e não esqueçamos de cuidar da nossa higiene pessoal! Afinal, ninguém quer ser o próximo alvo de vírus e bactérias, né?



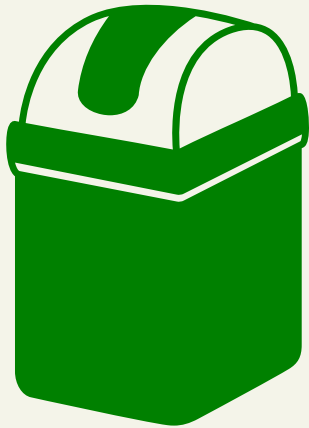


Existem tantos tipos de lixo que parece até uma festa de reciclagem! Temos plásticos, metais, vidros e aquele lixo orgânico que adora se misturar. Todo dia, fabricamos nosso próprio "lixo especial" e é nosso dever dar a cada um seu lar correto, seguindo as cores das lixeiras como se fossem as regras de um jogo divertido!



Cada tipo de lixo merece sua  
própria lixeira colorida! É como  
uma festa do descarte!

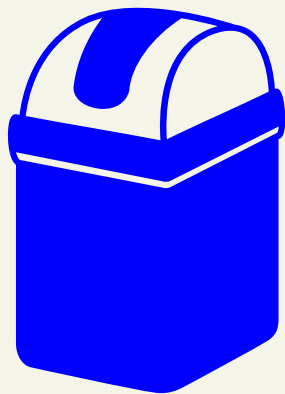
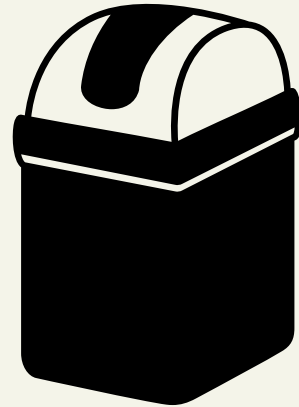
Vidro



Plástico



Madeira



Papel/  
Papeloão

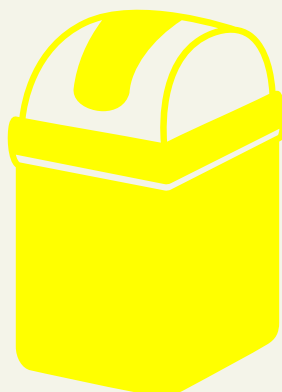


Pilhas e  
Baterias

Radiotivo



Metal



Resíduos  
Hospitalares





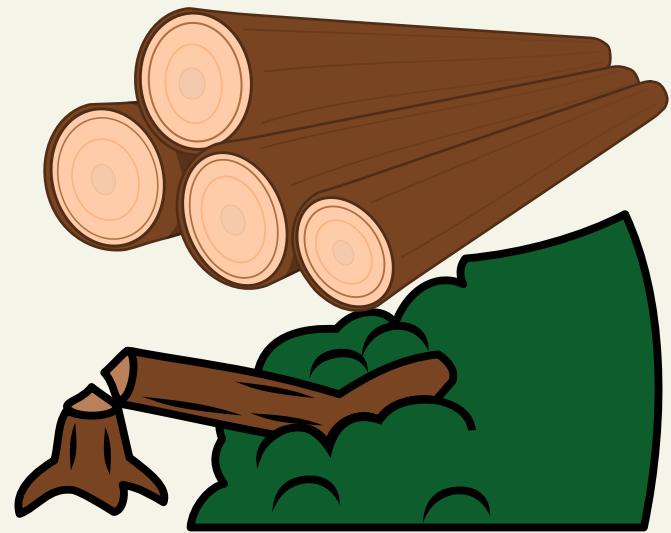
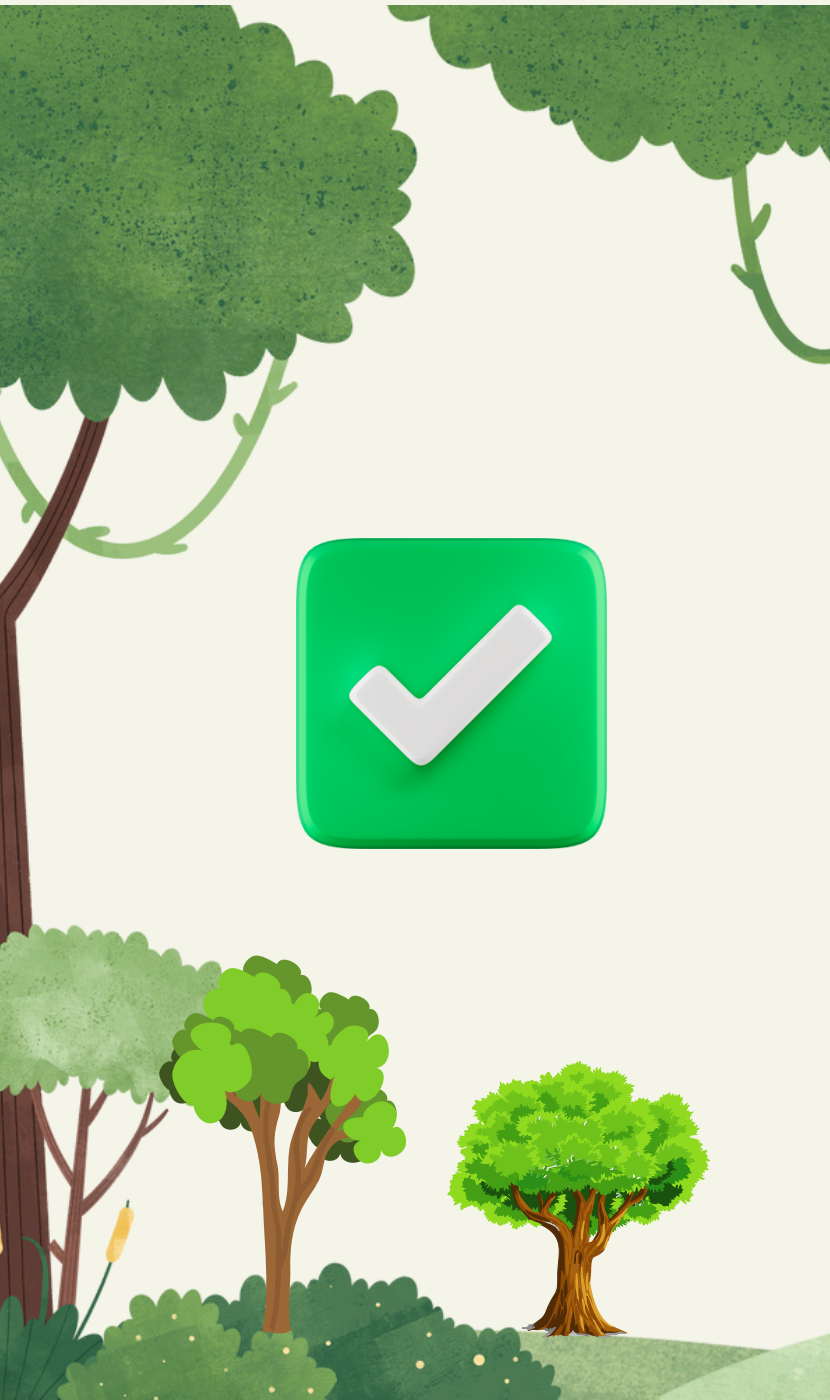
Vamos ficar espertos e dar um basta  
nos desperdícios, seja de comida ou  
de outras coisinhas! Afinal, isso não  
só prejudica nosso planeta, mas  
também dá um nó na nossa saúde!



Vamos dar um jeito de diminuir a  
montanha de lixo que criamos,  
reaproveitar o que ainda pode  
brilhar e reciclar tudo que jogamos  
fora. Assim, seremos os super-heróis  
do desenvolvimento sustentável e  
conquistaremos uma vida bem mais  
bacana!



O desmatamento e as queimadas das  
nossas florestas são outros  
problemas que crescem e afetam  
todo o meio ambiente. Infelizmente,  
com isso, os animais acabam  
morrendo de fome, de sede ou por  
falta de abrigo, o seu habitat  
natural.





Outro ponto que devemos cuidar é da  
nossa alimentação, precisamos nos  
alimentar bem, comer frutas,  
verduras naturais e evitar o  
excesso de doces!

Com uma boa alimentação evitamos  
várias doenças.

Além disso, beber bastante água faz  
muito bem à nossa saúde.



Cuidar do nosso planeta não é tarefa de um só, mas sim de toda a galera! Se unirmos forças, vamos viver mais e com um sorriso saudável no rosto!





### **Juvani Ferreira da Conceição**

Graduado em Educação do Campo, Habilitação Artes-Visuais e Música e em Educação Física (UFT). Professor da Rede Estadual de Educação (SEDUC/TO).



### **Sandra Franklin Rocha Viana**

Mestra em Ciências do Ambiente (UFT). Graduada em Letras Português e Inglês. Servidora Pública Estadual, SEDUC/TO (2000). Coordenadora Geral do Fórum Estadual de Educação - FEE/TO.



### **Fábio Pereira Vaz**

Secretário de Estado da Educação (SEDUC/TO). Graduado em Letras. Mestre em Gestão de Políticas Públicas (UFT). Em sua atuação profissional já passou pela Educação, Segurança Pública, Juventude e área financeira, dentre outras o que certamente ampliou conhecimentos acerca de políticas públicas.



### **Lucas Coelho dos Santos**

Graduado em Licenciatura em Educação Física (UFT). Mestrando no Programa de Pós-Graduação em Ensino em Ciências e Saúde na UFT. Atualmente atuo como Professor Substituto no Curso de Educação Física na Universidade Federal do Tocantins.



### **Ruhena Kelber Abrão**

Doutor em Educação em Ciências, Química da Vida e Saúde (UFRGS). Professor Adjunto da Universidade Federal do Tocantins (UFT). Coordenador da Residência Pedagógica em Educação Física e Coordenador do Centro de Formação, Extensão, Inovação e Pesquisa em Educação, Saúde e Lazer.



