

EDITORIAL: EXPLORANDO NOVOS HORIZONTES NA EDUCAÇÃO FÍSICA

Bem-vindo à mais recente edição da **Revista Eletrônica Nacional de Educação Física (RENEF)**. Este número está repleto de temas inovadores e pertinentes que refletem a diversidade e a complexidade do campo da Educação Física. Em um momento em que as dinâmicas sociais e científicas estão em constante transformação, nossa revista busca oferecer um panorama abrangente e atualizado sobre as tendências, desafios e avanços na nossa área de atuação. A seguir, destacamos os principais temas abordados nesta edição. A inclusão das lutas como parte do currículo da Educação Física escolar está se consolidando como uma prática valiosa e enriquecedora. Este artigo explora a importância e os benefícios dessa inclusão, não apenas para o desenvolvimento físico e motor dos alunos, mas também para o seu crescimento emocional e social. Ao incorporar lutas, as escolas proporcionam um ambiente onde os estudantes aprendem sobre respeito, disciplina e resiliência. A prática das lutas, embora altamente benéfica, não está isenta de riscos. Este overview analisa as revisões sistemáticas sobre lesões associadas às lutas, oferecendo uma visão crítica sobre as prevalências e os tipos mais comuns de lesões. O objetivo é informar melhor os profissionais e praticantes, promovendo estratégias eficazes de prevenção e tratamento. A pandemia trouxe mudanças significativas nos hábitos de exercício físico. Investigamos os motivos que levam as pessoas a manterem e a retomarem a prática de exercícios físicos após este período desafiador. O estudo revela fatores motivacionais e barreiras enfrentadas, oferecendo insights sobre como incentivar uma vida ativa e saudável a longo prazo. O impacto da atividade física na qualidade do sono é um tema de crescente interesse. Este artigo compara a qualidade do sono entre professores que praticam musculação e aqueles que não a praticam, fornecendo dados valiosos sobre como o exercício pode influenciar o bem-estar geral e a qualidade do sono. A dança desempenha um papel crucial no desenvolvimento motor e cognitivo das crianças. Exploramos a importância e os benefícios da inclusão da dança nos anos iniciais do Ensino Fundamental, destacando como essa prática contribui para o desenvolvimento das habilidades sociais e emocionais dos alunos. A alimentação infantil é fundamental para o crescimento e desenvolvimento das crianças. Analisamos o padrão alimentar das crianças no ensino infantil da cidade de Lontra, em Minas Gerais, para compreender melhor as práticas alimentares locais e identificar áreas que necessitam de intervenção para promover uma nutrição mais adequada. O mercado fitness está em constante evolução e os profissionais da área enfrentam desafios e oportunidades únicas. Este estudo investiga o nível de satisfação dos profissionais de Educação Física inseridos nesse mercado, fornecendo uma visão detalhada sobre suas expectativas, desafios e o impacto das condições de trabalho em sua satisfação geral. O sedentarismo continua a ser uma preocupação significativa entre os adolescentes. Este artigo explora os comportamentos influenciadores que contribuem para o sedentarismo em alunos do Ensino Médio, oferecendo sugestões sobre como criar ambientes mais ativos e engajadores nas escolas. A musculação é conhecida por seus benefícios físicos, mas também pode ter impactos positivos na saúde mental. Investigamos como a prática regular de musculação pode ajudar no controle da ansiedade em adultos, destacando os mecanismos pelos quais o exercício pode influenciar o bem-estar emocional. Convidamos você a mergulhar nos artigos desta edição e a refletir sobre os muitos aspectos que moldam a Educação Física e o bem-estar físico e mental. Agradecemos a todos os autores e colaboradores por suas contribuições valiosas e esperamos que esta edição da RENEF proporcione conhecimento e inspiração para todos os leitores.

Atenciosamente,

Amário Lessa Júnior e Geraldo Magela Durães

Editores - Revista Eletrônica Nacional de Educação Física (RENEF)

