



A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA OS ALUNOS DO ENSINO MÉDIO (RMC)

Gabriela Langon – FAH/UNASP – HT
Claudinei Ferreira – FAH/UNASP – HT
George Luiz Gomes da Silva – FAH/UNASP – HT
Ronadab Farias Silva – FAH/UNASP – HT
Shirley Ribeiro da Silva – FAH/UNASP – HT
Josiane Fujisawa Fillus Freitas – UFGD
E-mail: gabriela.langone@hotmail.com

RESUMO

Introdução: Alguns alunos consideram a Educação Física, como uma disciplina irrelevante, diferente das outras para sua formação. Do ensino infantil ao médio existe uma desvalorização da disciplina, antes muito apreciada pelos alunos. O professor usualmente é responsabilizado por essa desvalorização, pois não atribuem sentido a aula deixando-a vaga. Os Parâmetros Curriculares Nacionais trouxeram uma nova identidade, aprofundando as dimensões dos conteúdos, provocando mudança nas aulas. **Objetivo:** Buscamos investigar a percepção do aluno do ensino médio quanto à relevância das aulas de Educação Física. **Metodologia:** Utilizamos como instrumento o questionário de Darido (2004), com 14 perguntas objetivas. A amostra foi composta por 169 alunos do ensino médio na Região Metropolitana de Campinas. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi entregue em duas vias, sendo uma para o responsável pelo pesquisado e outra para o grupo de pesquisa. A coleta de dados ocorreu nas próprias escolas pelos pesquisadores no prazo de dez dias. Tabulamos os dados em planilha Excel e dispusemos em tabelas. **Conclusão:** Segundo os dados, a maioria dos alunos gosta das aulas de Educação Física, mas não as considera importante. O predomínio dos alunos participa das aulas, onde prevalece o conteúdo de esportes, e as considera “legais e animadas”. Quanto ao professor, 34,3% disseram que não exigem nada. E, como motivação para participarem nas aulas, apontaram a diversão e saúde. Conclui-se que os alunos, embora gostem das aulas, as consideram menos importantes que outras. Embora mudanças significativas tenham ocorrido, ainda não alcançaram a percepção do aluno.

Palavras-chave: Educação Física Escolar; Percepção dos Discentes; PCN's.

APLICABILIDADE DA FÓRMULA FRIEDEWALD PARA AVALIAÇÃO DE LDL-C E A COMPOSIÇÃO DO COLESTEROL EM ESCOLARES

Shirley Ribeiro da Silva – FAH/UNASP – HT
Ana Paula dos Santos Lima – FAH/UNASP – HT
Claudinei Ferreira – FAH/UNASP – HT
Gabriela Langone – FAH/UNASP – HT
George Luiz Gomes da Silva – FAH/UNASP – HT
Wilton Marlindo Santana Nunes – FAH/UNASP – HT
E-mail: shirleytecseg@gmail.com



RESUMO

Introdução: O colesterol é um esteroide encontrado em praticamente todos os tecidos e em grande quantidade no sistema nervoso. Cerca de 50% do colesterol existente no organismo é sintetizado no fígado, e 15% no intestino; o excedente é oriundo das dietas. A fase pré-púbere e púbere, (idade que compreende dos 7 aos 14 anos) é representada por mudanças físicas, e conseqüentemente hormonais. É nessa fase que há alterações na composição corpórea, por isso é necessário um acompanhamento com esses adolescentes, pois as modificações nos aspectos de peso, gordura corpórea e tecido magro são geralmente característicos da fase adulta. A fórmula de Friedwald estudada neste trabalho é um método indireto simplório que verifica os níveis de LDL existentes no sangue, onde se podem detectar possíveis patologias relacionadas à dislipidemia. **Objetivo:** O presente estudo tem como objetivo a análise dos valores de colesterol através da fórmula de Friedwald. **Metodologia:** Pesquisa de campo, coleta de sangue em laboratório com alunos do primeiro ano do ensino médio. **Discussão:** Neste trabalho, verificamos que pelo método direto houve 44% de adolescentes nas concentrações de LDL-c desejáveis, 29% desses, limítrofes e 27% elevados. Já na fórmula Friedwald, 44% dos adolescentes desejáveis, 34% limítrofe e 22% elevado. Através dos resultados alcançados neste estudo, foi possível ratificar que são preocupantes os números que obtivemos em relação à idade dos adolescentes, e aos valores pré-estabelecidos pela pesquisa, uma vez que se estes valores permanecerem nesse crescente poderão acarretar doenças crônicas não transmissíveis na fase adulta. Assim, a detecção dos fatores que levam à dislipidemia pode contribuir para o desenvolvimento de programas de saúde de caráter preventivo, com enfoque na mudança do estilo de vida com vista à promoção da saúde e, assim, evitar que milhares de jovens desenvolvam prematuramente doença arterial coronariana (NETO et al. 2012). Por isso, a determinação laboratorial da fração LDL- colesterol vem sendo utilizada para avaliar o risco de doença arterial coronariana, ou para acompanhar o tratamento que se baseia na redução da fração LDL-colesterol. **Conclusão:** O presente estudo certificou que a aplicação da fórmula de Friedwald em escolares se justifica devido à sua viabilidade econômica. Através dos resultados, verificamos a urgente necessidade de intervenção na mudança do estilo de vida. Essa intervenção começa a partir do professor de educação física, que tem acesso direto à população escolar, com o desafio de conscientizá-los e transformá-los em praticantes de atividades físicas regulares, sendo rentável aplicá-la principalmente na fase da infância e adolescência, prevenindo possíveis alterações metabólicas futuras.

Palavras-chave: Fórmula de Friedwald; Dislipidemia; Atividade Física; Escolares.

APTIDÃO FÍSICA ASSOCIADA AO PERFIL LIPÍDICO DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO

Eliabe Messias de Sousa – FAH/UNASP – HT
Camila Martins de Melo – FAH/UNASP – HT
Kellwin Rodrigues Cândido Pereira – FAH/UNASP – HT
Wilton Marlindo Santana Nunes – FAH/UNASP – HT
E-mail: eliabemessias@gmail.com



RESUMO

Introdução: A Aptidão Física relacionada à saúde envolve componentes benéficos que funcionam como proteção contra o surgimento ou desenvolvimento de disfunções degenerativas induzidas pelo estilo de vida sedentário. São componentes da Aptidão Física relacionada à saúde: a capacidade cardiorrespiratória, a força/resistência muscular e a flexibilidade. Em crianças e adolescentes, o baixo nível de Aptidão Física (sedentarismo) é apontado como um dos fatores relacionados ao aparecimento cada vez mais cedo de problemas de saúde, que mesmo não se apresentando nesta fase da vida, podem se manifestar na idade adulta. Assim como alterações dos níveis séricos de lipídeos (HDL-C, LDL-C, CT e TG) na infância também podem ser preditivas da ocorrência de doença cardiovascular em adultos. Sabe-se que maior nível de atividade física contribui para melhorar o perfil lipídico, pois a atividade física regular pode proporcionar a redução da obesidade infanto-juvenil e, secundariamente, o controle da dislipidemia. **Objetivo:** O estudo deste artigo tem como objetivo verificar a aptidão física e associá-la ao perfil lipídico (CT, LDL-C, HDL-C e TG) dos alunos do 1º ano do ensino médio de uma escola particular do município de Hortolândia. **Metodologia:** Realizou-se um estudo de campo, onde determinou-se a taxa do perfil lipídico através de análise de pulsão venosa e para avaliar a aptidão física foram realizados 3 testes: corrida/caminhada de 9 minutos (capacidade cardiorrespiratória), Sit-up - número de abdominais em 1 minuto (força/resistência abdominal), e flexibilidade com Banco de Wells. Participaram da pesquisa 29 adolescentes com idade entre 14 e 17 anos, sendo 13 meninos e 16 meninas. **Discussão:** No total dos avaliados, 55,1% dos adolescentes apresentaram alteração em pelo menos uma fração do perfil lipídico. Destes, 34,5% apresentaram LDL-c em níveis elevados, 20,7% com CT elevados e 20,7% com HDL-c em níveis baixos. Com relação às variáveis da aptidão física, a maioria não atendeu aos critérios de saúde estabelecidos pela proposta adotada nos três testes de AF, 93,1% deles não atingiram o patamar desejado. Quando analisamos as frações de HDL-C dos adolescentes classificados como bom/muito bom e razoável no teste cardiorrespiratório, percebemos que não houve nenhuma alteração; todos se encontravam com níveis desejáveis. Já com os classificados como fraco/muito fraco, 33,33% masculino e 15,38% do feminino, tinham baixos níveis. **Conclusão:** Concluimos então neste estudo que há um viés positivo para a aptidão física estar relacionada ao perfil lipídico, porém, vários estudos devem ser feitos para ampliar o campo de discussão deste assunto.

Palavras-chave: Perfil lipídico; Aptidão física; Dislipidemia; Adolescente.

JOGOS OLÍMPICOS NA EDUCAÇÃO FÍSICA E RECREAÇÃO

Nadja Grazielle Santos – FAH/UNASP – HT
Magda Jaciara Andrade – FAH/UNASP – HT
E-mail: nadjagrazielle@hotmail.com

RESUMO

Introdução: Em tempo de megaeventos esportivos, aumenta-se a circulação social de projetos para a Educação Física escolar e o esporte formal-federativo. Contudo, é injusto exigir as escolas e seus professores de Educação Física que redirecionem o esporte para finalidades críticas, emancipatórias e humanizadoras (BETTI, 2009). Os jogos recreativos fazem parte de nosso cotidiano desde o nascimento. São todos os jogos e brincadeiras que realizamos, mediados por objetos reais ou imaginários, e realizados em grupo ou individualmente. O nome recreativo deve-se



ao caráter lúdico e livre desses jogos que possibilitam às crianças vivências alegres e descontraídas (HAETINGER et al., 2009). **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi analisar a dinâmica atual em relação à atividade física das crianças e seus conhecimentos sobre o mundo esportivo. Através da apresentação das modalidades presentes nos Jogos Olímpicos de 2016, de forma interativa e lúdica. **Desenvolvimento:** Para a elaboração do plano de aula, que se consistiu em 1 mês de recreação em uma unidade escolar (20 aulas), as semanas foram escaladas com quatro diferentes temas, referentes a cada modalidade esportiva nas Olimpíadas: Semana do Jogos Cooperativos; Semana Artística; Semana de Jogos Competitivos; Semana de Esportes Radicais. Estiveram envolvidas ao longo do evento recreativo, em torno de 60 a 80 crianças, com faixa etária entre 05 e 14 anos. Deste modo as atividades propostas foram adaptadas para o auxílio do melhor desempenho, respeitando os limites coordenativos e cognitivos que cada idade propõe. **Conclusão:** Foi possível detectar que aproximadamente 40% das crianças presentes que possuíam um conhecimento maior sobre o tema proposto e consideradas mais ativas, recebiam incentivo familiar à prática de exercícios. Por outro lado, 60% precisaram ser atraídos de diferentes maneiras ao longo das atividades, sendo assim identificadas com maior dificuldade de interação com o grupo/professores.

Palavras-chave: Recreação; Jogos; Conhecimento; Lazer.

RECREAÇÃO E JOGOS PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR

Lucas Magela Pinto – FAH/UNASP – HT
Magda Andrade – FAH/UNASP – HT
E-mail: lucasmagelapinto1990@hotmail.com

RESUMO

Introdução: Os jogos recreativos fazem parte de nosso cotidiano desde o nascimento. São todos os jogos e brincadeiras que realizamos, mediados por objetos reais ou imaginários, e feitos em grupo ou individualmente. O nome recreativo deve-se ao caráter lúdico e livre desses jogos que possibilitam às crianças vivências alegres e descontraídas. É fundamental conhecer e inter-relacionar os fatores que influenciam no desenvolvimento da criança para realizarmos um trabalho docente com as atividades lúdicas. Nosso processo de desenvolvimento depende do desenvolvimento harmônico dos aspectos psicomotores, cognitivos e afetivos para que o crescimento, a experiência, a adaptação e a maturação aconteçam sempre de forma completa e elaborada. O desenvolvimento motor é considerado como um processo sequencial, contínuo e relacionado à idade cronológica, pelo qual o ser humano adquire uma enorme quantidade de habilidades motoras, as quais progridem de movimentos simples e desorganizados para a execução de habilidades motoras altamente organizadas e complexas. **Objetivo:** o objetivo das atividades propostas foi maximizar o desenvolvimento, independente da faixa etária, com jogos e brincadeiras lúdicas, a fim de criar mais interesse do escolar em participar das atividades propostas. **Desenvolvimento:** Foram aplicados jogos e brincadeiras recreativas para escolares, de diferentes idades, além de atividades em grupo e rodas cantadas. As recreações foram realizadas durante as férias dos escolares, em dias aleatórios e sem tema específico. **Resultados:** Alguns alunos mostraram alguma resistência, de início, para jogos em grupos ou cooperativos, além de alguns apresentarem certa dificuldade em atividades que necessitavam de uma coordenação motora refinada, porém, com o decorrer das atividades, todos os alunos já estavam sendo participativos e se organizando em grupos, perdendo a timidez e em alguns casos demonstrando



certo perfil de liderança. **Conclusão:** Através do que foi observado, fica clara a importância de jogos recreativos e de sua ludicidade fora de âmbitos escolares, para promover o desenvolvimento social e da coordenação motora, além de proporcionar um ambiente que agrade os escolares de todas as idades.

Palavras-chave: Recreação; Desenvolvimento; Jogos; Escolares.

PROJETO DE APRENDIZAGEM COM ENERGIA EÓLICA

Shirley Ribeiro da Silva – FAH/UNASP – HT
Leilane Alves de Lima – FAH/UNASP – HT
Magda Jaciara Andrade de Barros – FAH/UNASP – HT
E-mail: shirleytecseg@gmail.com.br

RESUMO

Introdução: A educação física ainda que caracterizada como uma prática corporal, ainda sofre no âmbito de sua formação inicial com assimilação dos conteúdos conceituais, atitudinais e procedimentais, o pouco contato com a realidade acadêmica é um dos desafios que os professores do ensino superior enfrentam. Procuramos nos aproximar do universo infantil, desenvolvendo e vivenciando projetos que beneficiassem a prática da Educação Física na Educação Infantil, podendo experimentar aquilo que aprendemos na universidade. A formação do aluno deve ser pensada como um processo global e complexo, sabendo-se que é impossível separar os aspectos cognitivos, emocionais e sociais, sendo necessário levar em conta a história de vida dos alunos, suas experiências, sua cultura, sua maneira de viver. **Objetivo:** O objetivo do trabalho foi proporcionar aos discentes vivências práticas dos conteúdos desenvolvidos na disciplina. **Metodologia:** Tratou-se de um estudo de caráter documental, elaborado como registro de atividade, a partir da experiência de uma aluna do curso de Licenciatura em Educação Física em uma instituição privada da Região Metropolitana de Campinas, matriculada na disciplina de Educação Física na Educação Infantil, no 4º semestre, prática pautada na pedagogia de projetos, desenvolvida com orientação e supervisão da professora responsável pela disciplina. A amostra foi composta por 35 crianças com idade média de 5 anos, alunos de uma escola municipal de ensino infantil do município de Monte Mor – SP. Para a confecção do carrinho eólico foram utilizados: papelão, palitos de churrasco, tampinhas de garrafa, massa de modelar, canudos, fita adesiva e copo descartável. **Conclusão:** Os alunos se mostraram interessados, contribuíram e deram exemplos sobre o tema. Durante a construção, puderam explorar sua imaginação, perceber e respeitar o tempo um do outro e realizar trocas de experiências. Após a fase de execução, fomos para o pátio vivenciar a utilização dos carrinhos. Ficou nítida a diferença de atitude entre os alunos diante das dificuldades; alguns resolviam os problemas sozinhos com desenvoltura, enquanto outros ficavam pedindo ajuda, mostrando dependência e busca por atenção e proteção. Identificamos que um dos alunos apresentava dificuldade em sua capacidade respiratória, pois não conseguia fazer com que seu carrinho se deslocasse. A satisfação, interação e aprendizagem foram relatadas pelos alunos, na roda final de conversa e evidenciada nos registros. Portanto, esta experiência mostra-se constante e necessária para uma postura de professor reflexivo, pesquisador da sua prática e do cotidiano escolar. O que nos mostra que o trabalho com conteúdos e a intervenção do lúdico é fundamental para que a criança consiga introduzir em sua realidade os conteúdos oferecidos pela escola.



Palavras-Chave: Educação Física; Educação Infantil; Energia Eólica.

ATIVIDADES RECREATIVAS PARA ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL I: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Pablo Vravrik – FAH/UNASP – HT
Luciana Carvalho – FAH/UNASP – HT
Evelyn Silva – FAH/UNASP – HT
Tércio Nascimento – FAH/UNASP – HT
E-mail: pablo.vavrik@hotmail.com

RESUMO

Introdução: No decorrer de um curso de Graduação em licenciatura de Educação Física são abordados inúmeros conceitos que serão fundamentais para a prática do Docente na sua atuação profissional. Em alguns dos semestres do curso os alunos têm a oportunidade de experimentar o ambiente prático da escola através das disciplinas de estágio supervisionado, e dessa forma aplicar os conhecimentos teóricos adquiridos nos semestres anteriores e confrontá-los com a realidade. O PIBID (Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência) é um projeto apoiado pelo governo federal e coordenado pela CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior) que visa colocar o aluno graduando da licenciatura em contato com o ambiente escolar e promover uma troca de ideias entre a teoria e a prática de maneira mais profunda, contribuindo com a formação de docentes diferenciados e imbuídos com a melhora do processo educacional atual. **Objetivo:** A partir dessas considerações, este trabalho trata de um relato de experiência de uma aula em que alunos do PIBID do curso de Licenciatura de Educação Física da Faculdade Adventista de Hortolândia desenvolveram em uma escola Municipal da Cidade de Hortolândia-SP. Ele retrata a atuação dos estagiários em relação à prática da docência, onde se buscou avaliar o nível de compreensão dos estagiários frente à construção e a regência de uma aula para alunos do Ensino fundamental I do 1º ao 5º Ano. **Desenvolvimento:** Foi proposta, então, uma aula que teve como objetivo explorar as capacidades coordenativas das crianças, tais como correr, saltar, mudar de direção e raciocínio rápido. Aspectos esses entendidos como importantes para o desenvolvimento de inúmeras situações e conteúdos com que os alunos, futuros docentes, irão se relacionar no dia a dia e ao longo de sua vida profissional. Foram então desenvolvidas aulas com o tema de “Recreação”. Tais aulas foram planejadas contendo a mesma estrutura, sendo uma roda de conversa inicial, as atividades, e uma roda de conversa final. Entretanto foram desenvolvidas duas diferentes aulas; uma que compreendia os alunos dos 1º e dos 2º anos e a outra aula os alunos do 4º e 5º anos. As aulas desenvolvidas para os alunos do 1º e 2º anos tiveram como objetivo principal atividades com características mais lúdicas, assim como as brincadeiras de “Rua do buldogue, Caçador, Céu e terra”. E as aulas dos 4º e 5º anos tiveram atividades com características lúdicas e competitivas sendo elas “A Ilha e Corrida do Jokenpô”. Os resultados observados foram que as aulas elaboradas pelos universitários captaram a atenção dos alunos, de maneira que eles se mantiveram atentos as explicações, o que facilitou a comunicação e a compreensão das atividades propostas. Entretanto, foi observado também que cada aluno respondeu as atividades apresentadas de uma forma, alguns tiveram mais dificuldades e outros mais facilidades, o que nos mostrou o quão importante é a atuação e compreensão dos professores sobre as atividades e os conteúdos aplicados e também a flexibilidade para adaptar cada momento às peculiaridades da turma. Através da observação das crianças durante as aulas e nas rodas de



conversas foi possível notar que as atividades propostas atingiram o objetivo de explorar a capacidade das crianças e o raciocínio rápido. Também que as crianças aprendem brincando e que brincadeiras que estimulam a imaginação das crianças capturam e prendem a atenção delas profundamente. **Conclusão:** Contudo esta experiência demonstrou que os estagiários compreenderam como elaborar uma aula que busca desenvolver a criança no aspecto motor e cognitivo, refletir sobre os conteúdos e utilizar-se de métodos que os possibilitem alcançar os objetivos propostos para as atividades e, dessa forma, projetos como PIBID e a disciplina de Estágio que são de fundamental importância para a formação de alunos dos cursos de licenciatura de Educação Física, pois permitem que esses futuros docentes tenham um contato muito próximo com o ambiente real escolar.

Palavras-chave: Educação física; Escola; Aula; Estágio; PIBID.

COMPARAÇÃO ENTRE IMC E IAC EM ADOLESCENTES PÚBERES E PRÉ – PÚBERES DO INSTITUTO ADVENTISTA DE SÃO PAULO

Brunna Oliveira Borgo – FAH/UNASP – HT
César Augusto Viana Missio – FAH/UNASP – HT
Cristiane Regina Cretes – FAH/UNASP – HT
Vanessa Zeferino de Oliveira – FAH/UNASP – HT
Ledimar Brianezi – FAH/UNASP – HT
E-mail: ledimar.brianezi@ucb.org.br

RESUMO

Introdução: A prevalência de obesidade vem aumentando de forma alarmante, sendo inclusive considerada uma verdadeira epidemia mundial. Atingem todas as faixas etárias, especialmente as crianças. No Brasil, as crianças mais atingidas pela obesidade ainda pertencem às classes sociais mais privilegiadas, apesar da tendência recente de uma mudança nesse perfil. O Instituto Nacional de Alimentação e Nutrição aponta que a obesidade infantil no Brasil atinge 16% das crianças. Vários métodos são utilizados com o objetivo de avaliar e classificar o indivíduo no que diz respeito a sua composição corporal. Diversas são as técnicas para avaliação da composição corporal, dentre eles temos o índice de massa corporal, que se apresenta como um dos métodos mais comumente utilizados, porém pouco confiável e dependente das especificidades do avaliado. O índice de adiposidade corporal é uma alternativa para avaliação da composição corporal, se mostrando um bom método para estimar o percentual de gordura corporal quando comparado à tradicional técnica de avaliação por dobras cutâneas, principalmente pelo seu baixo custo, facilidade de aplicação e fidedignidade, ampliando-se dessa forma as possibilidades de diagnóstico da obesidade e sobrepeso, independentemente do ambiente ou disponibilidade de materiais e equipamentos específicos. **Objetivo:** Portanto, o presente estudo tem como objetivo realizar uma comparação entre o índice de adiposidade corporal e índice de massa corporal em adolescentes, estudantes de uma Instituição privada da cidade de Hortolândia-SP. **Metodologia:** O estudo foi realizado em 71 adolescentes, com idade entre 14 – 18 anos, sendo eles 43 meninas e 28 meninos de ambos os sexos, cursando o ensino médio, praticantes e não praticantes de atividade física. **Discussão:** Foi comparada a diferença de padronização entre o índice de massa corporal para o índice de adiposidade corporal, e os resultados obtidos nos mostram que, dos 71 adolescentes que realizaram o estudo, 47 deles, ou seja, 66,2 % apresentam o mesmo resultado tanto para o índice



de massa corporal quanto para o índice de adiposidade corporal. Isso significa que se no teste de índice de massa corporal o adolescente apresentou alguma patologia relacionada ao peso, no teste de índice de adiposidade corporal o resultado foi o mesmo. Assim como, se o adolescente foi classificado no índice de massa corporal sem patologia relacionada ao peso, no índice de adiposidade corporal o resultado não se alterou. Já 24 adolescentes, ou seja, 33,8% apresentaram resultados diferentes para os testes de índice de massa corporal quando comparados com testes de índice de adiposidade corporal. Enquanto no índice de massa corporal, esses adolescentes foram classificados sem patologias relacionadas ao peso (considerados normais), no teste do índice de adiposidade corporal a classificação se alterou para sobrepeso ou obesidade. Quando a comparação é feita separadamente, entre meninas e meninos, os resultados dos testes também apresentam diferenças. Enquanto no índice de adiposidade corporal 74,4% das meninas foram classificadas no teste como normal, no índice de massa corporal o resultado foi de 58,13%. A diferença se mostra maior entre os meninos, quando índice de adiposidade corporal 17,85% foram classificados no teste como normal, no índice de massa corporal o resultado foi de 78,57%. A medida que verificamos o sobrepeso e a obesidade nas meninas, o índice de adiposidade corporal apresentou 20,93% e 2,32% respectivamente. No teste do índice de massa corporal para sobrepeso e obesidade o resultado foi de 18,6% e de 6,97% respectivamente. Verificamos sobrepeso e obesidade nos meninos, em que índice de adiposidade corporal apresenta 46,42% e de 35,71% respectivamente. Comparado com o índice de massa corporal, aqueles que apresentaram sobrepeso foram 7,14% e com obesidade grau I e grau II, 7,14%. **Conclusão:** Através desta presente pesquisa, concluímos que há necessidade de mais estudos para comparar a discrepância entre os protocolos de índice de massa corporal e índice de adiposidade corporal, devido aos resultados obtidos serem similares.

Palavras-chave: Comparação; Índice de Massa Corporal; Índice de Adiposidade Corporal; Adolescentes.

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E ATIVIDADES RÍTMICAS: UMA INTERVENÇÃO POSSÍVEL NO ENSINO MÉDIO.

Silvio César Cristovão – Centro Universitário de Itajubá – FEPI
silviobocao1@gmail.com

RESUMO

Introdução e objetivo: Tendo em vista a recorrência de práticas corporais um tanto engessadas no cotidiano das aulas de educação física escolar, as quais preconizam, em geral, o desenvolvimento de modalidades esportivas, sobretudo do chamado quarteto fantástico (futsal, voleibol, handebol e basquetebol), nesse estudo objetivou-se analisar os sentidos e significados produzidos pelos alunos de duas classes do ensino médio de uma escola pública da rede estadual de São Paulo, a partir de uma intervenção pedagógica desenvolvida sob a temática atividades rítmicas, a qual foi planejada com base nos percursos de aprendizagem idealizados pelo Currículo da Secretaria de Educação do Estado de São Paulo. **Metodologia:** Esse percurso foi demarcado pela apresentação de vídeos sobre diferentes enfoques culturais dados ao trabalho com o ritmo, além da discussão sobre conceitos que perpassam a temática como espaço, peso, tempo (contratempo) e fluxo. Os alunos experimentaram a criação rítmica a partir do conhecimento coletivo, utilizando materiais comuns às aulas de educação física, além de instrumentos adaptados e da própria percussão corporal. A finalização do percurso culminou com a apresentação de



coreografias construídas em grupo. A análise qualitativa ocorreu a partir das narrativas produzidas pelos alunos após a experiência com a proposta, a qual durou praticamente um bimestre. **Conclusão:** De acordo com tais narrativas, o trabalho favoreceu a compreensão e conscientização de quão importante e necessário é o desenvolvimento de práticas corporais coletivas e pouco comuns ao cotidiano da educação física escolar, as quais, embora estejam carregadas de desafios, enaltecem o trabalho com o movimento humano, estimulam a socialização e o respeito à diversidade cultural, quebrando, de certa forma, o paradigma da esportivização, o qual permeia o cotidiano das aulas de uma área absolutamente abrangente e em constante metamorfose.

Palavras-chave: Atividade Rítmica; Educação Física Escolar; Práticas Corporais.

INTERVENÇÕES MOTORAS E SENSORIAIS EM ESTUDANTES COM DEFICIÊNCIAS DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE MONTE MOR – SP

Paula Alessandra Transfereti – FAH/UNASP – HT
Magda Jaciara Andrade – FAH/UNASP – HT
Email: magda.andrade3@hotmail.com

RESUMO

Introdução e objetivo: Trata-se de um relato de experiência, cujo objetivo é descrever a aplicação de intervenções motoras e sensoriais em estudantes com deficiências na rede municipal de ensino de Monte Mor. Com o processo de inclusão das crianças com Necessidades Educativas Especiais (NEE), no ensino regular, foram vivenciadas dificuldades em aplicar metodologias de trabalho eficazes e que norteassem as reais necessidades desses estudantes, tão pertinentes para a verdadeira inclusão educacional. O desenvolvimento motor é um processo contínuo de maturação proporcionado pela interação entre fatores como movimento, biologia do indivíduo e condições do ambiente. Alterações ou déficits no desenvolvimento motor da criança podem influenciar seu desempenho nos aspectos cognitivo e afetivo podendo comprometer a autoestima, a interação com o meio e a socialização. Suas vivências e experiências motoras se tornam restritas e pouco frequentes, prejudicando a aprendizagem de novas habilidades compatíveis com sua fase e/ou faixa etária. Intervenções motoras podem atenuar incapacidades funcionais para desempenhar atividades esperadas para cada faixa etária. Quando utilizadas de forma adequada podem causar significativas modificações no desenvolvimento global de crianças com deficiências. É uma ferramenta valiosa por que além de satisfazer as necessidades infantis, é um recurso para minimizar a resistência à inclusão da criança com deficiência junto à criança típica. Proporcionam novos referenciais motores e sociais a estes dois grupos de crianças. **Metodologia:** Esta experiência foi desenvolvida em forma de projeto pela Prefeitura Municipal de Monte Mor, através da Secretaria Municipal de Educação, nos anos de 2014 e 2015, contemplando todos os alunos com deficiência da rede municipal de ensino. Foram realizadas as intervenções e orientações semanais nas escolas municipais, com a participação das professoras auxiliares e registro através de portfólio com imagens e vídeos. **Conclusão:** A experiência na aplicação do projeto possibilitou melhora no desempenho motor das crianças com deficiência e aperfeiçoamento das habilidades motoras da criança típica, como também demonstrou mudanças positivas nas relações interpessoais, principalmente da criança típica para com a criança com deficiência. Observou-se que as crianças passaram a ser mais “percebidas”. Apresentaram melhora no repertório motor e



aquisições motoras, maior independência funcional, linguagem e convívio social contribuindo para o processo de inclusão escolar e socialização.

Palavras-chave: Inclusão; Deficiência; Programas de intervenção.

RELAÇÃO DE FORÇA E POTÊNCIA COM PERCENTUAL DE GORDURA EM ESTUDANTES PÚBERES

Beatriz Munhoz de Aquino – FAH/UNASP – HT
Brunna Oliveira Borgo – FAH/UNASP – HT
Carla Daniela Santana – FAH/UNASP – HT
César Augusto Viana Missio – FAH/UNASP – HT
Cristiane Regina Cretes – FAH/UNASP – HT
Vanessa Zeferino de Oliveira – FAH/UNASP – HT
Ledimar Brianezi – FAH/UNASP – HT
Email: ledimar.brianezi@ucb.org.br

RESUMO

Introdução: Nas últimas décadas o percentual de sobrepeso e obesidade aumentou consideravelmente, principalmente nos países em desenvolvimento ou emergentes. Estudos relacionados ao desempenho e à saúde avaliaram a relação entre a idade de menarca e o desempenho motor, e concluíram que as jovens com atrasos na maturação apresentavam melhores performances do que as com maturação normal em tarefas que implicassem velocidade de membros. Nos membros inferiores a força muscular é de total importância, pois sustenta o restante do corpo. A força muscular está relacionada com o metabolismo, é um importante componente da aptidão física, além de ser um item fundamental para a promoção da saúde. O peso em excesso está diretamente ligado a doenças pulmonares, cardiovasculares, transtornos mentais e diabetes, além de estar relacionado com baixos níveis de atividade física e a redução da aptidão física. **Objetivo:** O objetivo da pesquisa foi relacionar a gordura corporal com a força/potência de MMII em púberes do Ensino Médio de uma Instituição Privada da cidade de Hortolândia/SP. **Metodologia:** O estudo foi realizado com 77 adolescentes, com idade entre 14 – 18 anos, sendo eles 47 meninas e 30 meninos de ambos os sexos, cursando o ensino médio, praticantes e não praticantes de atividade física, tendo como referência as tabelas de resultados do PROESP-BR, que indicam os níveis de saúde e prestação esportiva de crianças e jovens. **Resultados e Discussão:** Os resultados apontaram que 58% das meninas não obesas obtiveram o melhor desempenho no salto horizontal, porém 65% das meninas consideradas obesas não obtiveram um bom desempenho no salto. De acordo com as tabelas de orientação do PROESP, esses resultados mostram uma pequena margem de diferença entre as que saltaram bem, para aquelas que não tiveram um bom desempenho, e por ser uma diferença pequena, o percentual de gordura corporal não interfere diretamente no salto. Assim como os avaliados do sexo masculino, dos não obesos, 58% obtiveram um desempenho fraco, contudo nos considerados obesos, 17% obtiveram um desempenho considerado bom. **Conclusão:** Através deste presente estudo, concluímos que os adolescentes observados obtiveram um desempenho abaixo do esperado, principalmente os meninos que, tanto os obesos quanto os não obesos, ficaram abaixo da média estipulada pelo PROESP-BR (Projeto Esporte Brasil), e as meninas, consideradas não obesas, em



sua maioria ficaram acima das expectativas com índices acima da média. Contudo, neste grupo pesquisado não teve correlação entre obesidade e força de membros inferiores.

Palavras-chave: Força; Potência; Percentual de gordura.

PERÍODO PÓS-MENARCA INFLUENCIA O DESEMPENHO FÍSICO DE JOVENS ESCOLARES

Jéssica Natanna Benini – FAH/UNASP – HT
Milene de Oliveira Silva – FAH/UNASP – HT
Sílvia Maria de Souza – FAH/UNASP – HT
Magda Jaciara Andrade de Barros – FAH/UNASP – HT
Thiago José Leonardi – FAH/UNASP – HT
E-mail: jessicanbenini@gmail.com

RESUMO

Introdução: Durante a adolescência, o processo de maturação influencia o desenvolvimento físico e motor. Através de testes que estimulam a motricidade, pode-se verificar a correlação que há entre o período pós-menarca x peso x habilidades físicas. Com isso, o ganho de massa corporal que se tem no período pós-menarca reflete no desempenho físico e motor. **Objetivo:** Buscou-se, neste estudo, verificar a relação entre o período pós-menarca, idade, comprimento de membros inferiores, massa corporal e desenvolvimento físico no teste do salto vertical contramovimento. **Metodologia:** Participaram deste estudo 36 alunas não atletas do 7º e 9º ano do Ensino Fundamental, as quais apresentaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado. Os dados de antropometria, estatura em pé e sentado, massa corporal e salto contramovimento foram coletados pela mesma pessoa com fiabilidade nos testes. As informações sobre data de menarca foram coletadas pelas duas primeiras autoras deste estudo em conjunto com as professoras das turmas. Todos os dados foram tabulados em planilha *ad hoc* do software Excel for Windows®. Utilizamos de análise descritiva simples, regressão linear simples e análise de correlação, por meio do software Prism 5, para análise estatística. **Discussão:** Não houve relação entre o comprimento dos membros inferiores e o desempenho no salto. Observamos uma relação negativa entre o tempo pós menarca ($r=-0,56$), a massa corporal ($r=-0,52$) e a idade cronológica ($r=-0,45$) para com o salto vertical contramovimento, todos com $p<0,05$. Esses resultados apontam que quanto maior a massa corporal, a idade e o tempo pós menarca, menor é o desempenho no teste motor de salto vertical contramovimento. O estudo de Biassio, Matsudo e Matsudo (2004) mostra que houve um aumento na força de membros inferiores no período pós-menarca. Porém, outros estudos mostraram resultados diferentes sobre o desempenho físico nesse período. Para Loko e colaboradores (2000), os resultados referentes a força de membros inferiores em jovens atletas tiveram uma grande diferença em relação a não atletas com a idade cronológica após a menarca. Biassio, Matsudo e Matsudo (2004) encontraram diferenças no salto vertical em período pré-menarca (saltam mais) e pós-menarca (saltam menos), mas não há uma conclusão na literatura que mostre que o período pós-menarca afeta o desempenho físico das alunas. **Conclusão:** Este estudo identificou que o período pós-menarca afetou negativamente o desempenho físico das escolares no teste de potência de membros inferiores.



Palavras-chave: Desempenho Físico; Menarca; Maturação; Salto Vertical.

INCLUSÃO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: PUBLICAÇÕES EM PERIÓDICOS NACIONAIS

Thiago José Leonardi – FAH/UNASP – HT
Gabriel dos Santos Gregghi – FAH/UNASP – HT
Rodrigo Caetano Ribeiro – UFSCA
Magda Jaciara Andrade de Barros – FAH/UNASP – HT
E-mail: thiago.leonardi@ucb.org.br

RESUMO

Introdução: A pesquisa discorre sobre o tema inclusão, que passou a ter relevância para países desenvolvidos a partir da década de 80 e para o Brasil após a Constituição da República Federativa de 1988. **Objetivo:** Buscou-se, neste estudo, identificar como o tema da inclusão é apresentado e discutido em periódicos nacionais da área de Educação Física. **Metodologia:** Para tanto, utilizamos de revisão sistematizada da literatura fazendo busca de periódicos nacionais presentes na classificação Qualis CAPES 2014. Foram identificadas 14 revistas, que deveriam ser nacionais e pertencer ao escopo da Educação Física sem especificar uma única área do conhecimento como foco. Delimitou-se, então, a busca nestas revistas pela palavra-chave “educação física escolar”. Encontramos 634 artigos, os quais foram separados por categorias de acordo com a recorrência das temáticas. Especificamente, encontramos 40 artigos relacionados à temática inclusão, divididos em 9 revistas entre os estratos A2, B1, B2, B3 e B4. A sequência da pesquisa teve viés qualitativo, por meio de análise de conteúdo: os artigos foram reanalisados por estrato, agrupando, desta forma, os periódicos de onde foram retirados e extraídas sínteses de cada um desses estratos. A partir das sínteses escritas separadamente para cada estrato, foi elaborada uma síntese geral para a categoria inclusão. **Discussão:** Foram publicados 40 artigos abrangendo a categoria Inclusão, todos após o ano de 2004. O estrato com maior quantidade de publicações foi o A2, possuindo 10 artigos. No estrato A2 evidenciou-se a capacitação profissional dos professores que lidam com a inclusão. No estrato B1 os artigos buscaram analisar o comportamento dos alunos especiais, principalmente no brincar. O estrato B2 apresentou artigos que discutiam a importância do apoio da escola, fornecendo o necessário para o trabalho, para o aluno. Os artigos do estrato B3 apresentaram maior enfoque de publicação de artigos sobre a importância da educação física escolar auxiliando a amenizar casos especiais. Já no estrato B4 destacou-se pesquisa com a opinião dos familiares de alunos especiais sobre as aulas de educação física escolar. Metodologias diferenciadas, sempre voltadas para o brincar, para que o próprio aluno não se sentisse excluído das atividades, foram temas recorrentes em todos os estratos de publicação. Também estiveram presentes estudos sobre o comportamento dos alunos e artigos de indivíduos envolvidos no processo de desenvolvimento desses alunos, não apenas como docentes, que ressaltam a importância das aulas de educação física e do brincar para uma maior chance de socialização da criança. Segundo Cunha (1996), o professor ainda não tem seu papel bem definido e tratando-se de um papel único dentro do ambiente escolar, ainda na formação esse fator deveria estar muito bem esclarecido. Para Falkenbach e colaboradores (2007), o papel do educador físico nessa área ainda é muito desafiador, pois necessita de um empenho grande de forma a facilitar o desenvolvimento do aluno especial. Dessa forma, o professor que entende seu papel na vida do aluno como formador de um cidadão através do brincar e da cultura de movimentos corporais,



incluindo-o na sociedade, cumpre seu papel. **Conclusão:** O levantamento nos periódicos nacionais evidenciam que a capacitação para lidar com a educação inclusiva é indispensável no meio escolar. Métodos alternativos para trabalhar a inclusão foram sugeridos para auxiliar na melhoria desse processo. Ainda que o número de artigos encontrados seja baixo, a importância das aulas de educação física evidenciou-se, mostrando ser indispensável para o processo de inclusão.

Palavras-chave: Educação Física Escolar; Revisão Bibliográfica; Periódicos Nacionais; Inclusão.

GAME PERFORMANCE ASSESSMENT INSTRUMENT (GPAI): possível instrumento de avaliação para a educação física escolar

Thiago José Leonardi – FAH/UNASP – HT
Caio Stephano de Almeida Martins – FAH/UNASP – HT
Fernando Titz Gandara Rezende – FAJ
Jordan Ribeiro de Oliveira – FAJ
Roberto Rodrigues Paes – UNICAMP
E-mail: thiago_leonardi@yahoo.com.br

RESUMO

Introdução: Diante de um cenário de tendência tecnicista, surgiu na década de 1960 o Teaching Games for Understanding (TGfU) como proposta de ensino e, na década de 1980, o Game Performance Assessment Instrument (GPAI) como sua proposta de avaliação de aprendizagem. O GPAI é um instrumento de avaliação robusto, flexível e moldável que permite avaliar os alunos durante o jogo. Há sete categorias de avaliação: retorno à base, ajustamento, tomada de decisão, execução da habilidade, ação de apoio (support), cobertura, defesa/guardar/marcar. Os critérios de avaliação devem ser propostos de acordo com o conteúdo que esteja sendo trabalhado no currículo escolar. **Objetivo:** O objetivo do presente estudo é apresentar o GPAI como proposta de avaliação no âmbito prático da educação física escolar, entendendo as propostas atuais de utilização. Para tanto, utilizou-se de uma pesquisa bibliográfica nas bases de dados PUBMED, SCOPUS, WEB OF SCIENCE e SPORTDISCUS, utilizando a palavra-chave “game AND performance AND assessment AND instrument”. Os cinco trabalhos publicados no simpósio “Game Performance Assessment Instrument: twenty years and counting!” na 6ª conferência internacional de TGfU, em Colônia, Alemanha, em 2016, também foram analisados. Realizou-se uma busca pelos títulos e resumos nas bases supracitadas e apenas estudos que mencionavam na metodologia a utilização do GPAI de forma empírica no contexto escolar foram incluídos nos resultados. **Discussão:** Foram encontrados 172 artigos, dos quais 52 eram duplicados entre as diferentes bases pesquisadas. Dos 114 estudos analisados, 12 traziam propostas de aplicação do GPAI em contexto escolar. Além deles, dois trabalhos publicados na 6ª conferência de TGfU foram incluídos. Os 12 artigos encontrados nas bases de dados utilizaram filmagens em vídeo para coletar os dados. Os dois resumos apresentados na conferência trouxeram propostas de avaliação em contexto de aula, sem a utilização de vídeo. Um total de oito artigos deram ênfase à comparação de eficiência de métodos de ensino no contexto escolar, um deu ênfase à validação do instrumento de avaliação, um verificou a transferência de conceitos aprendidos de uma modalidade de rede para outra, um estudou a compreensão do processo cognitivo das ações sem a bola e um estudou o processo cognitivo nas ações de 3x3. Na 6ª conferência de TGfU, um trabalho trouxe a proposta de uso de iPad para coleta de dados durante a aula e um apresentou o uso de rubricas para que os



próprios alunos registrassem em papel as ações ocorridas durante o jogo. **Conclusão:** Conclui-se que, embora a maior parte dos estudos utilize o GPAI para comparar métodos de ensino, o instrumento está sendo utilizado para compreensão do processo cognitivo dos alunos e, atualmente, há propostas de utilização no contexto das aulas com e sem a necessidade de utilização de tecnologias para a coleta de dados. Com isso, o instrumento, que é robusto desde de sua essência, pode ser utilizado como proposta de avaliação no âmbito da educação física escolar.

Palavras-chave: Avaliação; Aprendizagem; Jogos Esportivos Coletivos; Escola.

PUBLICAÇÕES SOBRE O CURRÍCULO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE SÃO PAULO

Rodrigo Caetano Ribeiro-Mestrando – UFSCar
Gabriel dos Santos Greggi – FAH/UNASP – HT
Magda Jaciara Andrade de Barros – FAH/UNASP – HT
Leilane Alves de Lima – FCA/UNICAMP
Thiago José Leonardi – FAH/UNASP – HT
Email: ribeirorodrigo19@yahoo.com.br

RESUMO

Introdução: A Secretaria Estadual de Educação de São Paulo elaborou em 2008, a proposta curricular para a rede, contendo a apresentação da proposta, princípios curriculares, sínteses das áreas de conhecimento, concepção da disciplina de Educação Física e os conteúdos distribuídos por série de escolarização e bimestre. A proposta curricular se torna significativa, pois atinge quatro milhões de alunos matriculados e aproximadamente duzentos e cinquenta mil professores atuantes na rede. No entanto, críticas têm sido postas quanto à dimensão crítica e cultural dessa proposta e a efetiva participação do professor de Educação Física nesse processo. **Objetivo:** O objetivo desse resumo é analisar os artigos publicados que focalizam o currículo de Educação Física do Estado de São Paulo nas revistas nacionais com o escopo direcionado para a Educação Física. **Metodologia:** Para este estudo de caráter qualitativo, foi utilizado o sistema online Webqualis CAPES. Realizou-se uma busca na área de Educação Física nos estratos A2, B1, B2 e B4. Adotou-se como critério de inclusão os periódicos nacionais com foco em educação física, e os artigos sobre educação física escolar. Não foram encontrados periódicos brasileiros com escopo destinado à Educação Física nos estratos B3 e B5. Para a seleção dos artigos foram analisados o título, resumo e as palavras-chave, delimitados de um universo de 634 artigos revisados em uma pesquisa de maior abrangência do LEPEEFE, no qual a categoria currículo foi uma das quatorze analisadas. Nessa direção, foram analisados 11 artigos, sendo 9 encontrados no estrato B2, e 2 no estrato A2. Para a análise dos dados foi realizada a análise de conteúdo, considerando as etapas de pré-análise, tratamento dos dados, inferência e interpretação. **Discussão:** Na busca dos materiais publicados, o artigo mais antigo é de 2004 e o mais recente de 2015. Neira (2011) chamava a atenção para a escassez de propostas curriculares no Brasil no âmbito da Educação Física e consequentemente de estudos sobre a temática. A maioria dos artigos encontrados situava-se no estrato B2. Os resultados apresentados discutem o currículo na interface com um dos conteúdos da cultura corporal de movimento, bem como são sistematizados no currículo. A partir da revisão, apontou-se a ausência de estudos que focalizam a implantação do currículo na Rede Estadual de São Paulo e suas implicações na formação do professor e no processo de ensino-aprendizagem. Neira (2011)



menciona em sua pesquisa que o professor se torna um mero transmissor de conhecimentos, tendo em vista a forma que a proposta curricular do Estado de São Paulo foi implantada, não considerando os saberes do professor de Educação Física nesse processo. **Conclusão:** Conclui-se, portanto, que os periódicos nacionais com foco em Educação Física apresentam baixo número de estudos publicados sobre a implantação da proposta curricular da Rede Estadual de Ensino de São Paulo para a Educação Física, carecendo de maiores discussões sobre a proposta curricular e os saberes do professor de Educação Física, bem como esses professores compreendem e articulam o currículo ao seu exercício profissional.

Palavras-chave: Currículo; Pesquisa Qualitativa; CAPES.

NÍVEIS DE ATIVIDADES FÍSICAS PRATICADAS POR ADOLESCENTES

Adriano Eudes Menezes – FAH/UNASP – HT
Bianca L. Schaefer – FAH/UNASP – HT
Eliseo Pereira Filho – FAH/UNASP – HT
Noedyr Eduardo Zanqueti – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT
E-mail: kyw1704@gmail.com

RESUMO

Introdução: A atividade física, desde sempre, tem trazido inúmeros benefícios ao ser humano. O homem primitivo tinha em sua rotina a prática de atividades físicas. Sua vida dependia da atividade física regular. Atualmente, atividade física pode ser entendida como qualquer movimento corporal, produzido pela musculatura esquelética, que resulta em gasto energético. Segundo dados do Censo (2010), o Brasil revela uma população de 190.755.799 de habitantes, dos quais 34.157.631 são adolescentes. O artigo 'ERICA', que teve abrangência nacional em 124 municípios com mais de 100 mil habitantes, mostrou que a prevalência de inatividade física no lazer foi de 54,3%. **Objetivo:** avaliar os níveis de envolvimento com atividades físicas de adolescentes de uma Instituição privada da cidade de Hortolândia/SP. **Metodologia:** Foi aplicado, em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular em Hortolândia, o protocolo QAFA que avalia o nível de atividade física e fatores associados. **Resultados:** Os resultados gerais em horas de atividades físicas praticadas foram: acima de 10 horas 22,68% e abaixo de 10 horas 77,32%, sendo para o sexo masculino: acima de 10 horas, 26,08% e abaixo, 73,92%, para o sexo feminino: acima de 10 horas, 20,54% e abaixo de 10 horas, 79,46%. A atividade mais praticada pelos adolescentes é a caminhada, com a média de 51,26%. A atividade mais praticada pelos adolescentes do sexo masculino foram exercícios, tais como abdominal e flexão, praticados por 19,32%. Nas adolescentes apontou-se que a caminhada é praticada por 33,61%. O esporte coletivo com maior número de praticantes é voleibol com 24,36% e esporte individual, ciclismo, com 16,80%. A atividade mais praticada em academias é musculação, com 30,95%. O número de praticantes de lutas é 5,88%, de danças é de 6,72%, de ginástica 10,92%, jogos em geral, 6,72%. **Conclusão:** Conclui-se que estes adolescentes, embora precisem aumentar o envolvimento com atividade física e melhorar a sua qualidade de vida, têm maior envolvimento quando comparados



ao estudo de Paulista-PE, Pelotas-RS e os do artigo 'ERICA', que apresentam números próximos ao estudo de Leganés, Espanha e Itaqui/RS e indica que mais estudos similares devem ser feitos.

Palavras-chave: Atividade Física; Adolescentes; QAFA; Esportes.

COMPARAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE MENINOS E MENINAS DO ENSINO MÉDIO DE UMA ESCOLA PRIVADA DE HORTOLÂNDIA

Amadeu Murilo Bassi – FAH/UNASP – HT
Bruno Wagner Menezes Sergio – FAH/UNASP – HT
Elias Rogério de Jesus – FAH/UNASP – HT
Otavio Augusto Azevedo de Souza – FAH/UNASP – HT
Vitor Abreu de Almeida – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Vian – FAH/UNASP – HT
Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT
E-mail: amadeu_bassi@hotmail.com

RESUMO

Introdução: Segundo evidências científicas, jovens com baixa aptidão física apresentam maior probabilidade e comportamento de risco para a saúde, tais como tabagismo e bebidas alcoólicas. Os avanços científicos e tecnológicos proporcionaram um aumento da produtividade de bens de consumo, porém, acarretaram reduções das atividades físicas cotidianas e funcionais, desta forma contribuindo para o decréscimo dos níveis de aptidão física dos adolescentes. **Objetivo:** Este estudo teve como objetivo comparar o nível de atividade física entre os alunos do sexo masculino e feminino. **Metodologia:** Para isso foi utilizado o questionário de avaliação de atividades físicas (QAFA) em adolescentes, para mensurar quantitativamente o nível de atividade física que os alunos de uma escola privada de Hortolândia praticam. Este protocolo foi aplicado em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular do Hortolândia com uma média de idade de 14 a 16 anos. Considera-se quaisquer atividades físicas para quantificar o estudo, podendo esta ser a própria aula de educação física e outras praticadas fora do âmbito escolar. **Resultados:** Dos 128 alunos que participaram do teste, sendo 73 meninas e 55 meninos, 18 responderam que não gostam de atividades físicas, dentre estes 13 são meninas e apenas 5 meninos, e 4 não responderam. Analisando as respostas do questionário de nível de atividade física (QAFA), foi constatado que a média das 73 meninas é igual a 334,41 minutos de atividade, comparando com a média dos 55 meninos que é de 384,41. Foi constatado que o nível de atividade física é superior entre os adolescentes do gênero masculino desta idade. **Conclusão:** Apesar da atividade física não necessariamente ter que ser supervisionada ou estruturada, entende-se que o acompanhamento de um profissional contribua para melhores resultados, sejam eles relacionados à educação para saúde ou desporto. A atividade física orientada na adolescência é fundamental, pois nessa fase o indivíduo está mais susceptível ao aprendizado. A orientação adequada da atividade física contribui para que o jovem, assuma a atividade física como um hábito saudável e mantenha-o na fase adulta.



Palavras-chave: QAFA; aptidão física; atividade física; escola privada; adolescentes.

AUTO ESTIMA E SUA INFLUÊNCIA NA QUALIDADE DE VIDA DE ADOLESCENTES OBESOS

Ana Claudia Gabriel – FAH/UNASP – HT
Ariane Carvalho da Silva – FAH/UNASP – HT
Jaqueline Ribeiro Barcelos – FAH/UNASP – HT
Mariane Silva e Silva – FAH/UNASP – HT
Mirian Oliveira dos Santo – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
E-mail: ariane_carvalho@yahoo.com.br

RESUMO

Introdução: A adolescência é um período da vida marcado por uma série de mudanças, entre elas, nota-se a transição entre a infância e a vida adulta. É perceptível a influência da imagem corporal na vida do adolescente, podendo acarretar riscos ao comportamento, convívio social e bem-estar físico ao longo dos anos. Segundo os estudos analisados, o número de adolescentes obesos, depressivos e com distúrbios alimentares nos últimos anos tem crescido demasiadamente. **Objetivo:** O presente artigo buscou analisar a correlação entre a obesidade entre adolescentes e autoestima e confiança, bem como sua qualidade de vida. **Metodologia:** Foram aplicados em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular em Hortolândia, os seguintes protocolos: Escala multidimensional do cansaço e Questionário sobre qualidade de vida, ambos do PedsQL, que avalia hábitos de atividade física, e uma ficha de dados sócio-demográficos. Foi calculado o IMC, medidas as dobras cutâneas, circunferências de quadril e cintura. **Resultados:** Entre os cento e vinte e oito alunos entrevistados, 10% se encontram em algum nível de obesidade. Entre os alunos que responderam os questionários, e foram classificados em algum grau de obesidade, pode-se notar que 21% sentem dificuldade quase sempre em correr, que 28% sentem dificuldades, algumas vezes, em ajudar a realizar pequenas tarefas domésticas, 14% se sentem muitas vezes sem energia e disposição, 21% deles se sentem tristes, muitas vezes, 7% afirmam sofrer preconceito por outros adolescentes e 14% dizem ter dificuldade em fazer amizade e conviver com indivíduos da mesma faixa etária. **Conclusão:** Foi possível verificar nos dados analisados que os adolescentes obesos sentem dificuldades em realizar pequenas tarefas e exercícios físicos, se alimentam de forma errônea, o que acarreta uma má absorção de nutrientes, deixando-os assim sem energia e disposição, as quais são imprescindíveis para uma vida saudável, tanto nos aspectos físicos, como nos sociais e psicológicos, tornando-se solitários e frustrados na tentativa de se socializar, apresentando comportamento retraído e problemas que afetam a autoestima. A obesidade é um problema mundial na era atual, atingindo a qualidade de vida em todos os sentidos. É preciso conscientizar não só os adolescentes, mas a população em geral, da importância de hábitos saudáveis, como a prática de atividade física regular, alimentação balanceada para obter os benefícios que essas mudanças podem proporcionar ao longo da vida.

Palavras-chave: Obesidade; Qualidade de Vida; Adolescentes; Autoestima.



QUALIDADE DE VIDA DE ADOLESCENTES PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA CORRELACIONADO COM CANSAÇO GERAL

Camilo Gonçalves de Oliveira – FAH/UNASP – HT
Danilo Ruivo de Oliveira – FAH/UNASP – HT
Ennio Mendonça Marinho Neto – FAH/UNASP – HT
Giovanni Stefano Cesário – FAH/UNASP – HT
Silas Henrique Garcia – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT
E-mail: pauloramosjoey@gmail.com

RESUMO

Introdução: Qualidade de vida é utilizada para medir as condições de vida do ser humano ou o conjunto de condições que contribuem para o bem físico e espiritual dos indivíduos na sociedade. Envolve o domínio espiritual, físico, psicológico e emocional, além de relacionamentos sociais, como família e amigos, e também a saúde, educação, poder de compra, habitação, saneamento básico e outras circunstâncias da vida. Vários estudos apontam que a prática de atividades físicas pode promover melhor qualidade de vida. A prática regular da atividade física, em geral, pode proporcionar vários benefícios à saúde e ainda constitui uma forma efetiva de prevenção à ocorrência de doenças futuras. Essa prática é um fator relacionado funcionalmente à promoção da saúde dos indivíduos e à prevenção de algumas condições de risco a doenças. Indivíduos sedentários podem ter essa qualidade de vida reduzida e trazer consequências para a saúde. Sedentarismo é definido como a falta, ausência ou diminuição de atividades físicas ou práticas de atividades físicas esportivas. Pessoas que têm um gasto calórico reduzido semanalmente, pela ausência da prática esportiva, são consideradas sedentárias ou com hábitos sedentários. Uma vida sedentária é caracterizada pela ausência de atividades físicas, podendo provocar um processo de regressão funcional, perda de flexibilidade articular além de comprometer o funcionamento de vários órgãos posteriormente distinguindo-se um fenômeno associado à hipotrofia de fibras musculares, além de ser a principal causa do aumento da ocorrência de várias doenças, como a hipertensão arterial, diabetes, obesidade, aumento do colesterol e infarto do miocárdio. A vida sedentária pode também ser causa direta ou indireta de morte súbita. **Objetivo:** avaliar a qualidade de vida entre adolescentes e correlacioná-la ao cansaço percebido. **Metodologia:** Foram aplicados em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular em Hortolândia, os seguintes protocolos: Escala multidimensional do cansaço e Questionário sobre qualidade de vida, ambos do PedsQL, o QAFA, que avalia hábitos de atividade física, e uma ficha de dados sócio-demográficos. **Resultados:** Foi observado que há correlação positiva do sedentarismo e percepção de cansaço. A prática de atividades físicas mostrou ter influência direta na qualidade de vida dos indivíduos. **Conclusão:** A prática regular de atividades físicas pode estabelecer uma base sólida para a redução do sedentarismo na idade adulta, contribuindo desta forma para uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Sedentarismo; Cansaço; Atividades Físicas; Qualidade de Vida.



INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NA INTEGRAÇÃO ADOLESCENTE E SOCIEDADE

Eliene da Silva Cangussu – FAH/UNASP – HT
Roseli Dos Santos – FAH/UNASP – HT
Ronivaldo Martins – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT
E-mail: elienesilva204@gmail.com

RESUMO

Introdução: O adolescente encontra-se inserido em uma sociedade que possui sua própria cultura, permeando certos padrões de comportamento que envolve a família, comunidade, escola e amigos. Neste contexto a atividade física pode ter uma grande importância no desenvolvimento, conhecimento e convívio com indivíduos que possuem características sociais diferentes das suas, podendo diminuir distâncias e desaparecer desigualdades, sendo que um sujeito social faz parte de organização familiar que está inserida em uma sociedade, sendo a socialização uma marca comum da maioria dos adolescentes. **Objetivo:** Verificar a prática de atividade física como meio de socialização do adolescente. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal, baseado em análise de questionários aplicados em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular em Hortolândia, com os seguintes protocolos: Questionário sobre qualidade de vida, ambos do PedsQL, o QAFA, que avalia hábitos de atividade física. Participaram do estudo 119 alunos, sendo 73 meninas e 46 meninos com idade entre 13 e 17 anos. **Resultados:** Os dados mostraram que os alunos praticam pelo menos uma atividade física diariamente. Com relação ao convívio com outras pessoas, do total apenas 2,52% relatam ter quase sempre dificuldade em se relacionar, 3,36% relatam que outras pessoas não querem ser amigos, 5,04% que outros adolescentes implicam comigo, 3,36% relatam não conseguir fazer coisas que outros adolescentes de sua idade fazem e 1,68% relataram que é difícil acompanhar os adolescentes da sua idade. **Conclusão:** A prática de atividade física realizada por alguns alunos facilita sua socialização e ajuda na inclusão de forma que eles se sentem participativos e ativos na sociedade. Além disso, a maioria dos adolescentes relatou não ter dificuldades em se relacionar com outras pessoas.

Palavras-chave: Atividade Física; Adolescente; Sociedade.

AUTOESTIMA E SUA INFLUÊNCIA NA QUALIDADE DE VIDA DE ADOLESCENTES OBESOS

Ana Claudia Gabriel – FAH/UNASP – HT
Ariane Carvalho da Silva – FAH/UNASP – HT
Jaqueline Ribeiro Barcelos – FAH/UNASP – HT
Mariane Silva e Silva – FAH/UNASP – HT
Mirian Oliveira dos Santos – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
E-mail: ariane_carvalho@yahoo.com.br



RESUMO

Introdução: A adolescência é um período da vida marcado por uma série de mudanças, entre elas, nota-se a transição entre a infância e a vida adulta. É perceptível a influência da imagem corporal na vida do adolescente, podendo acarretar riscos ao comportamento, convívio social e bem-estar físico ao longo dos anos. Segundo os estudos analisados, o número de adolescentes obesos, depressivos e com distúrbios alimentares, nos últimos anos, tem crescido demasiadamente.

Objetivo: O presente artigo buscou analisar a correlação entre a obesidade entre adolescentes e autoestima e confiança, bem como sua qualidade de vida. **Metodologia:** Foram aplicados em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular em Hortolândia, os seguintes protocolos: Escala multidimensional do cansaço e Questionário sobre qualidade de vida, ambos do PedsQL, que avalia hábitos de atividade física, e uma ficha de dados sócio demográficos. Foi calculado o IMC, medidas as dobras cutâneas, circunferências de quadril e cintura. **Resultados:** Entre os cento e vinte e oito alunos entrevistados, 10% se encontram em algum nível de obesidade. Entre os alunos que responderam os questionários, e foram classificados em algum grau de obesidade, pode-se notar que 21% sentem dificuldade quase sempre em correr, que 28% sentem dificuldades, algumas vezes, em ajudar a realizar pequenas tarefas domésticas, 14% se sentem muitas vezes sem energia e disposição, 21% deles se sentem tristes, muitas vezes, 7% afirmam sofrer preconceito por outros adolescentes e 14% dizem ter dificuldade em fazer amizade e conviver com indivíduos da mesma faixa etária. **Conclusão:** Foi possível verificar nos dados analisados que os adolescentes obesos sentem dificuldades em realizar pequenas tarefas e exercícios físicos e se alimentam de forma errônea, o que acarreta uma má absorção de nutrientes, deixando-os assim sem energia e disposição, as quais são imprescindíveis para uma vida saudável, tanto nos aspectos físicos, como nos sociais e psicológicos, tornando-se solitários e frustrados na tentativa de se socializar, apresentando assim um comportamento retraído e problemas que afetam a autoestima. A obesidade é um problema mundial na era atual, atingindo a qualidade de vida em todos os sentidos. É preciso conscientizar não só os adolescentes, mas a população em geral, da importância de hábitos saudáveis, como a prática de atividade física regular e alimentação balanceada, com isso podem obter os benefícios que essas mudanças podem proporcionar ao longo da vida.

Palavras-chave: Obesidade; Qualidade de Vida; Adolescentes; Autoestima.

QUALIDADE DE VIDA E QUANTIDADE DE SONO ANÁLISE DE COORELAÇÃO DOS FATORES

Fabio Gabriel Castro Queiroz – FAH/UNASP – HT
João Vitor de Oliveira Mazzini – FAH/UNASP – HT
Otton Gomes Curcino – FAH/UNASP – HT
Victor Hugo de Lima Campos – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT
E-mail: fabin_gabriel@hotmail.com



RESUMO

Introdução: A escola é um local privilegiado de partilha de conhecimentos e aprendizagens. Para tal é imprescindível que os alunos frequentem nas melhores condições físicas e psíquicas para que possam desenvolver competências de aprendizagem, de tomada de decisões e de relacionamento saudável com os seus pares, professores e comunidade. O sono é essencial para nossa qualidade de vida, conforme vários estudos e pesquisas demonstram, pois é um processo fisiológico influenciado por fatores biológicos, sociais, ambientais e culturais. Em relação ao desempenho escolar, atividade física e concentração no ambiente de ensino, é favorecida uma ampla absorção de conhecimento se o cérebro está com descanso apropriado, evitando fadiga mental e acarretando um bom funcionamento do corpo em geral, incluindo boas horas de sono. As crianças precisam de mais horas de sono do que se imagina. O sono é fundamental para a saúde e o desenvolvimento. O principal problema da vida moderna é a falta de ritmo, ou seja, a falta de rotina. A vida moderna dos pais faz com que a família viva correndo, a pessoa acorda atrasada de manhã, corre para tomar café e passa o resto do dia ansioso, isso incomoda a criança facilmente. Elas sofrem com essa falta de rotina, com a vida apressada dos pais, ficam agitadas, e essa falta de ritmo leva à hiperatividade da criança; isso geralmente tem relação direta com a falta de rotina dos adultos. **Objetivo:** analisar a Qualidade de Vida e a disposição para praticar exercícios físicos de alunos que dormem mais e menos de oito horas durante a noite. **Metodologia:** Para isso foram aplicados, em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular em Hortolândia, os seguintes protocolos: Escala multidimensional do cansaço e Questionário sobre qualidade de vida, ambos do PedsQL. A pesquisa foi realizada com 128 alunos do primeiro ano do ensino médio. Para isso, foi entregue o termo de consentimento livre e esclarecido para os pais e o termo de assentimento para os alunos, explicando o objetivo da pesquisa e como seria realizado o estudo. **Resultados:** avaliou-se que os alunos dormem em média 7,2 horas por noite, dos 128 alunos entrevistados, apenas quatro dormem antes das 22 horas, sendo que 67% do grupo analisado dorme após a meia-noite. **Conclusão:** Em detrimento de dormirem pouco e em um horário mais tarde, o desempenho dos mesmos no questionário de percepção de cansaço foi bom, onde os mesmos não demonstraram se sentir cansados para o desempenho escolar e do dia-a-dia. Os adolescentes parecem não ter sua percepção de cansaço afetada pelo horário que costumam ir dormir.

Palavras-chave: Sono; Atividade Física; Qualidade de Vida; Disposição.

MOTIVAÇÃO EM RELAÇÃO À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE ADOLESCENTES

Ana Lucia de Oliveira – FAH/UNASP – HT
Julia Gasparini da Silva – FAH/UNASP – HT
Maria Izabel Martins – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT
E-mail: julia.gasparini22@gmail.com



RESUMO

Introdução: Aprender já foi considerado sinônimo de acúmulo de conhecimento, a vivência escolar baseia-se em muito mais do que a aprendizagem de conteúdos prontos. Atualmente o mérito da questão está em interpretar e selecionar informações na busca de soluções de problemas ou daquilo que está a vontade de aprender. A adolescência atual difere em muitos aspectos da juventude de um século atrás, pois esta fase da vida tem mudado significativamente ao longo da história e tem sido prolongada pela sociedade moderna. Com essas mudanças, surge para o professor o desafio de motivar o adolescente moderno a se engajar nas atividades escolares. O jovem de hoje parece viver em constante conflito de interesses, seduzido por uma infinidade de atrativos da sociedade moderna. O esforço, principal indicador de motivação, só é utilizado se o aluno acreditar na capacidade do êxito, existem dois tipos de motivações: intrínseca e extrínseca. **Objetivo:** Esta pesquisa teve como objetivo conhecer as causas que podem motivar alunos de ambos os gêneros, de uma escola particular, integrantes do primeiro ano do ensino médio, para a prática das aulas de Educação Física. **Metodologia:** Investigando as causas que impedem maior participação dos alunos nas aulas de Educação Física, foram aplicados em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular em Hortolândia, os seguintes protocolos: Escala multidimensional do cansaço e Questionário sobre qualidade de vida, ambos do PedsQL, o QAFA, que avalia hábitos de atividade física, e uma ficha de dados sócio demográficos. **Resultados:** Foi observado que o adolescente que não tem a prática da atividade física não só por não quererem, mas também por fatores pessoais, isso tem influência direta na qualidade de vida dos indivíduos. Desta forma os valores obtidos do total de qualidade de vida e as atividades praticadas pelos alunos são de baixa autoestima, tendo influência direta no questionário feito. **Conclusão:** A prática regular de atividades físicas pode estabelecer uma base para os adolescentes, influenciando futuramente na vida adulta; é também a ajuda do professor ao aluno um fato positivo para ajudá-lo a desenvolver isso.

Palavras-chave: Motivação; Adolescentes; Educação Física Escolar.

QUALIDADE DE VIDA E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA SOB A PERCEPÇÃO DOS ADOLESCENTES

Beatriz Munhoz Aquino – FAH/UNASP – HT
Carla Daniela Santana – FAH/UNASP – HT
Fábio Leonardi – FAH/UNASP – HT
Juliana Eliza Borges da Silva – FAH/UNASP – HT
Michela Afonso Lacerda – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
Heber do Ouro Lopes – FAH/UNASP – HT
Email: julianaeborges@yahoo.com.br

RESUMO

Introdução: As recomendações atuais sugerem que os adolescentes pratiquem 60 minutos, ou mais, por dia de atividades físicas (AF) de intensidade moderada a vigorosa, na maioria dos dias da semana. Os hábitos de AF adquiridos na adolescência podem predizer o nível de prática de AF na idade adulta. **Objetivo:** verificar o nível de qualidade de vida e os fatores associados à prática de



atividade física. Tratou-se de uma pesquisa de caráter descritivo, onde as opiniões dos alunos foram registradas por meio de questionários e analisadas de forma quantitativa descritiva. **Metodologia:** Participaram desta pesquisa 102 adolescentes entre 15 e 17 anos, estudantes de uma Instituição particular da Região Metropolitana de Campinas. Para coleta de dados foram aplicados os seguintes protocolos: Questionário sobre qualidade de vida do PedsQL™ 4.0 e o QAFA, que avalia hábitos de atividade física. Com relação à QV, os adolescentes poderiam pontuar com as respostas do questionário de 0 a 100 pontos, sendo que a pontuação mais alta revela melhor QV. **Resultados:** Os adolescentes obtiveram uma média de $70,78 \pm 14,55$, sendo que uma média 100 é um ótimo estado de QV, portanto a média 70,78 demonstra que de uma maneira geral a QV dos adolescentes é muito boa. Os resultados referentes aos fatores associados à prática de AF foram divididos em blocos, onde os adolescentes poderiam pontuar de um a quatro em cada questão, sendo que a média por questão quanto mais próxima da pontuação quatro, mais positiva sua resposta. O bloco atitude em relação à prática de AF obteve uma média de $3,33 \pm 0,16$, demonstrando que os adolescentes têm uma atitude positiva em relação à prática de AF. Em relação ao bloco percepção da autoeficácia, as questões referentes aos motivos para à prática de AF obteve a média $2,60 \pm 0,08$ e as questões referentes aos recursos para à prática de AF obteve a média $2,68 \pm 0,06$, demonstrando que os adolescentes são bem motivados à prática de atividade física podendo realizá-la mesmo que tenham diversos fatores que possam impedi-lo. No bloco ambiente da comunidade, as questões referentes ao acesso e atratividade dos locais obtiveram a média $2,69 \pm 0,21$ e questões referentes à estrutura e manutenção obteve média $2,46 \pm 0,64$, demonstrando que os bairros oferecem infraestrutura que possibilitam o acesso à prática de AF. Já no bloco Apoio Social, as questões referentes ao apoio dos pais para à prática de AF obteve uma média de $2,52 \pm 0,36$, e as questões referentes ao apoio dos amigos obteve uma média de $2,41 \pm 0,17$, demonstrando que frequentemente os pais e amigos estimulam os adolescentes à prática de AF. **Conclusão:** O presente estudo evidenciou que um grande número de jovens que praticam AF regular, o que, conforme já indicado, é um fator importante para a manutenção da saúde na vida adulta. Um dado positivo encontrado com a pesquisa foi a menção, por parte dos adolescentes dos fatores associados como principal incentivo à prática regular de AF.

Palavras-chave: Adolescentes; Qualidade de vida; Atividade Física; Fatores Associados.

PERFIL LIPÍDICO ASSOCIADO À ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES ESCOLARES

João Jerônimo – FAH/UNASP – HT
José Francisco Leme – FAH/UNASP – HT
Marcelo Gomes de Oliveira – FAH/UNASP – HT
Tiago Merissi de Carvalho – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT
E-mail: marcelormg73@gmail.com

RESUMO

Introdução: Os adolescentes, devido às alterações biológicas e fisiológicas ocorridas em seus organismos, necessitam ter uma alimentação balanceada para que possam desenvolver-se satisfatoriamente. Uma boa dieta sem o exercício físico, não é suficiente para se ter um corpo



saudável. A atividade física tem função essencial na qualidade de vida dos indivíduos, além de melhorar as capacidades cardiorrespiratórias, ajuda na perda de gordura corporal e ganho de massa magra. Os fatores de riscos metabólicos causados pelo perfil lipídico, que é determinado por gorduras presentes na corrente sanguínea, sendo estas o Colesterol Total (CT), o Colesterol de Lipoproteína de Alta Densidade (HDL), o Colesterol de Lipoproteína de Baixa Densidade (LDL) e Triglicérides (TG), vem sendo desenvolvidos na adolescência independentemente de seu IMC, sendo que quando as mesmas são alteradas, podem gerar doenças cardiovasculares, cerebrais ou outras doenças crônicas não transmissíveis. **Objetivo:** O intuito deste estudo foi verificar a associação dos níveis de atividades físicas e perfil lipídico em alunos do 1º ano do Ensino Médio de uma escola particular de Hortolândia SP. **Metodologia:** Foram aplicados em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular em Hortolândia os protocolos: PedsQL (PediatricQualityofInventory) e o QAFA (Questionário de Atividade Física para Adolescentes), que avaliam hábitos de qualidade de vida e atividade física. Foram também coletadas amostras de sangue por punção venosa, através do sistema VACUTEINER, sendo utilizado o kit da marca Bioclin, para avaliação de perfil glicêmico e lipídico. Os alunos também foram submetidos a testes físicos para avaliação de flexibilidade, força de membro inferior e velocidade. Foi calculado o IMC, medidas as dobras cutâneas, circunferências de quadril e cintura. **Resultados:** No total dos avaliados, 44% dos meninos apresentaram perfil lipídico alterado e 56% valores normais. Com relação à classificação de valores do IMC, foi estipulado como normal (75%), obesidade II (6%), acima do peso (6%), abaixo do peso (6%) e muito abaixo (7%). Entre as meninas, 74% apresentaram perfil lipídico alterado e 26% entre a normalidade. E o IMC estipulado como normal (68%), acima do peso (16%), obesidade (6%), e abaixo do peso (10%). **Conclusão:** É possível assim observar que o comportamento sedentário, e os hábitos de alimentação inadequada, podem promover alterações dos perfis antropométricos, glicêmicos e lipídicos, em adolescentes. Com isso a atividade física escolar possibilita aos adolescentes a diminuição da adiposidade corporal, melhora nos valores do perfil lipídico e na redução do risco de cardiopatias.

Palavras-chave: Perfil lipídico; Dislipidemias; Atividade física; Adolescentes; Escolares.

A INFLUÊNCIA DO SONO NA PERCEPÇÃO DE CANSAÇO EM ADOLESCENTES

Antonio Rafael da Silva dos Santos – FAH/UNASP – HT
José Nascimento Moreira – FAH/UNASP – HT
Ralph de Paula, Silvia Maria de Souza – FAH/UNASP – HT
Tanara Crislaine Maria Ferreira – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT
Email: ralph.dp33@hotmail.com

RESUMO

Introdução: O sono é essencial para nossa saúde e bem-estar, conforme vários estudos e pesquisas demonstram, o sono é um processo fisiológico influenciado por fatores biológicos, sociais, ambientais e culturais. Em relação ao desempenho escolar, atividade física e concentração no ambiente de ensino, ele favorece para uma ampla absorção de conhecimento pelo cérebro, quando está com descanso apropriado, evitando fadiga mental e acarretando um bom



funcionamento do corpo em geral. Um descanso bem aproveitado, certamente é perceptível através do horário em que o indivíduo dorme ou com as horas/sono em que o mesmo se permite descansar. Ao longo dos anos, diversos estudos vêm demonstrando os efeitos causados pela quantidade, em horas, e qualidade do sono na vida dos indivíduos. As pesquisas apresentadas até então, na grande maioria, dão uma dimensão do impacto gerado no cotidiano das pessoas que sofrem algum tipo de distúrbio e/ou irregularidade dessa natureza. A quantidade de horas recomendadas para os adolescentes dormirem são nove horas, e os adultos em torno de oito horas diárias, sem interrupções. Em média, um terço de nossa vida, passamos dormindo, usando como parâmetro a quantidade de horas de sono recomendada para que se atendam as necessidades fisiológicas do ser humano. **Objetivo:** De acordo com esse pressuposto, o objetivo deste estudo foi analisar correlação entre horas de sono e percepção de cansaço, e avaliar a influência do sono na concentração de estudantes adolescentes. **Metodologia:** Foram aplicados em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular em Hortolândia, os seguintes protocolos: Escala multidimensional do cansaço do PedsQL e outro protocolo que perguntava sobre o horário que os adolescentes costumam dormir e quantas horas dormem em média por noite. Os dados coletados foram submetidos à tabulação, para análise posterior. **Resultados:** Os resultados apontaram que os alunos dormem em média sete horas e meia por noite. No protocolo de percepção de cansaço, obteve-se a média de pontuação de 8,4, sendo que o mínimo seria zero e o máximo 24 pontos, e quanto maior a pontuação, maior a percepção de cansaço. **Conclusão:** Não foi possível verificar uma relação direta entre sono e percepção de cansaço entre os adolescentes, e alguns estudos mostram que nessa faixa etária, a falta de sono ainda influencia pouco o desempenho físico e cognitivo dos alunos.

Palavras-chave: Sono; Cansaço; Concentração.

ANÁLISE DA DIFERENÇA ENTRE GÊNEROS DE ALUNOS DO PRIMEIRO ANO DO ENSINO MÉDIO PARTICIPANTES DE UMA PESQUISA

Paulo Ramos Santos – FAH/UNASP – HT
Francis Hebert Luiz – FAH/UNASP – HT
Marcus Vinicius Silva de Moraes – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT
E-mail: pauloramosjoey@gmail.com

RESUMO

Introdução: A prática de atividade física regular na vida adulta é, muitas vezes, reflexo dos hábitos de vida ativa adquiridos na infância. Nessa perspectiva, atividade física deve ser prioritária na infância e na adolescência e os princípios de respostas fisiológicas ao exercício são os equivalentes para crianças, adolescentes e adultos. **Objetivo:** investigar as diferenças entre gêneros de alunos do ensino médio, para melhor compreender os hábitos diários relacionados ao nível de cansaço, tempo de sono, prática de atividade física fora do âmbito escolar, prática de dieta e o desjejum antes de ir para a escola. **Metodologia:** Foi utilizado, como base de dados, um questionário de dados sócio-demográficos. **Resultados:** Dentre os entrevistados, 61,54% eram do gênero feminino e 38,46% do gênero masculino. Entre os jovens entrevistados e avaliados, do



gênero feminino, 46% dos indivíduos já fizeram algum tipo de dieta. Enquanto, o mesmo item, para homens, foi de 29%. Vale ressaltar que, dentre os itens confrontados, o resultado relacionado à dieta foi o único em que o gênero feminino superou o gênero masculino em respostas positivas com o maior percentual de diferença entre os dois gêneros, de 17%. Quanto à prática de atividades físicas, 65% dos indivíduos do sexo feminino praticam algum tipo de atividade física após o horário de aula, enquanto o grupo masculino obteve 78% de respostas afirmativas, superando o gênero feminino em 13%. Em relação às horas de sono noturno, quando indagados se dormem mais de sete horas por noite, ou menos de sete horas por noite, obtivemos novamente 65% de respostas afirmativas para o gênero feminino. Quanto ao gênero masculino, esse percentual subiu para 76%, com uma diferença de 11% entre os gêneros. Quando questionados se acordam cansados após o sono noturno, obtivemos mais uma vez um percentual mais alto para indivíduos do gênero feminino, sendo 61% de respostas afirmativas, e 53% de respostas para o gênero masculino. Por último, o questionamento referente à alimentação antes da aula, o gênero feminino apresentou 57% de afirmações, enquanto, para o gênero masculino, resulta em 62% de respostas afirmativas. Porém, dentre os hábitos analisados, foi observado que o gênero feminino apresentou respostas negativas na maioria das questões, se comparado ao masculino, indicando uma tendência para um nível de estresse mais elevado para o gênero feminino. Essas observações podem estar relacionadas tanto a reações químicas do organismo (liberação do cortisol na circulação) quanto a hábitos comportamentais relacionados à atividade física, sono e hábitos alimentares. **Conclusão:** Isso nos indica que há necessidade de melhor orientação aos jovens sobre o nível de estresse, causas, efeitos, como combatê-los e trazer medidas didáticas que despertem um interesse maior pela prática de atividade física.

Palavras-chave: Gênero; Alimentação; Atividade Física; Sono.

QUALIDADE DE VIDA E PREVALÊNCIA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES

Paula Grazielle Nascimento dos Santos – FAH/UNASP – HT

Drielle Fernanda dos Santos Corrêa – FAH/UNASP – HT

Cleiberson Ferreira de Oliveira – FAH/UNASP – HT

Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT

Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT

E-mail: paulagrazy10@hotmail.com

RESUMO

Introdução: Hábitos saudáveis, alimentação, qualidade de vida e o nosso comportamento em relação à manutenção da nossa saúde, são escolhas que fazemos ao decorrer da vida que gera uma consequência que causa impacto seja pelo lado positivo ou negativo daquilo que escolhemos viver. Atualmente o sedentarismo tem se tornado um problema de grande proporção em nível epidemiológico, incentivado pelas grandes indústrias tecnológicas, que na busca de facilitar o dia-a-dia da população, por sua vez, promove a inatividade fazendo com que os jovens percam o hábito de se exercitar. A prevalência de baixa aptidão física na adolescência nos dias atuais, juntamente com o sedentarismo, que possivelmente deve estar associado ao avanço da tecnologia, gera agravos à saúde na vida adulta como sobrepeso, síndrome metabólica e dificuldades de executar tarefas no cotidiano. Por isso é de extrema importância conhecer o nível de atividade física dos



adolescentes a fim de buscar o incentivo necessário para que os mesmos passem a se exercitar, promovendo melhoras na qualidade de vida, alcançando a longevidade. **Objetivo:** verificar a prevalência de atividade física e sua influência na qualidade de vida em adolescentes do ensino médio. **Metodologia:** Foram aplicados em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular em Hortolândia, os seguintes protocolos: Escala multidimensional do cansaço e Questionário sobre qualidade de vida, ambos do PedsQL, o QAFA, que avalia hábitos de atividade física, e uma ficha de dados sócio demográficos. **Resultados:** 23% dos alunos não fazem nenhuma atividade física fora da Educação Física Escolar. Quanto à Qualidade de vida, os alunos podem pontuar de zero a 92, sendo que quanto mais alta a pontuação, menor a qualidade de vida. **Conclusão:** A média dos 128 alunos foi de 25.42, com dp de 14.1, apontando uma boa qualidade de vida dos alunos. Dos oito alunos que pontuaram mais de 46 pontos, num total de 92, somente um é ativo fisicamente, e os outros oito não praticavam atividades físicas fora do horário da educação física escolar, o que demonstra que a atividade física mostrou correlação com a melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Sedentarismo; Aptidão Física; Adolescentes; Qualidade De Vida.

A INFLUÊNCIA DA TECNOLOGIA NA QUALIDADE DE VIDA E NO NÍVEL DE APTIDÃO FÍSICA DE ADOLESCENTES

Otávio Augusto Gruntman – FAH/UNASP – HT
Marcel Nicchio Vieira – FAH/UNASP – HT
Lucas de Castro Florencio – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT
E-mail: otavio_gruntman@hotmail.com

RESUMO

Introdução: Quando se pensa em aptidão física relacionada com a saúde e qualidade de vida, denominamos a mesma como a capacidade de realizar as mais diversas atividades do nosso dia a dia. Nos dias de hoje é comum a presença de fatores tecnológicos alterarem nosso cotidiano. Notamos que, às vezes, a tecnologia influencia a fazermos coisas as quais não nos oferecem benefícios relacionados à saúde como aptidão física e qualidade de vida. **Objetivos:** O estudo realizado teve como um de seus objetivos produzirem dados relacionados ao uso excessivo de tecnologia em adolescentes de um Colégio particular. **Metodologia:** Após análise detalhada dos questionários aplicados, obteve-se uma amostra composta por 55 adolescentes de ambos os sexos, sendo 19 do sexo masculino e 36 do sexo feminino, compreendida na faixa etária entre 14 e 17 anos de idade. Foram aplicados em três turmas do primeiro ano do ensino médio os seguintes protocolos: Escala multidimensional do cansaço e Questionário sobre qualidade de vida, ambos do PedsQL, o QAFA, que avalia hábitos de atividade física, e uma ficha de dados sócio demográfico. Foi também feito uma avaliação antropométrica dos alunos para calcular o IMC. **Resultados:** Analisando a média do IMC dos alunos avaliados encontramos o valor de 21. Na correlação entre o IMC e o tempo de uso de aparelhos eletrônicos, encontramos 0,681 no R de Pearson. Já na correlação do IMC com a média semanal dos alunos vendo televisão, foi encontrado 0,524 no R de Pearson. Nos testes de domínio físico e percepção de cansaço ambos apresentaram uma boa média entre os alunos, que ficaram, respectivamente, 78,29% e 70,85%. Correlacionando estes



dois domínios, os alunos obtiveram bons resultados em ambos os questionários. Analisando o IMC, constatamos que a média dos alunos avaliados está em 21,78, e somente 29% (16 alunos) estão acima do peso normal. Após analisar o R de Pearson do IMC com o tempo de uso de aparelhos eletrônicos, conseguimos provar, em partes, uma de nossas hipóteses. Mas, em contrapartida, não foi encontrado uma correlação significativa para o tempo de uso de TV e IMC. O R de Pearson. Encontrado na correlação do questionário de percepção de cansaço e qualidade de vida, nos mostra que o resultado é consideravelmente bom. Para melhor afirmação da hipótese, seria necessário realizar pesquisas com maior número de participantes. **Conclusão:** Isso nos indica que os alunos avaliados apresentaram uma média boa quando pensamos em capacidades físicas e percepção de cansaço. Portanto, concluímos que a tecnologia pode influenciar diretamente a qualidade de vida e a aptidão física dos alunos, porém é importante ressaltar que é preciso fazer uma pesquisa com maior coleta de dados para que os resultados sejam mais relevantes e menos particulares.

Palavras-chave: Qualidade de vida; Tecnologia; Adolescentes; Aptidão física.

O PERFIL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS PAIS E AMIGOS DE ADOLESCENTES E A POSSÍVEL INFLUÊNCIA SOBRE HÁBITOS DE ATIVIDADE FÍSICA

Anderson Douglas Gregorio Santos – FAH/UNASP – HT

Leandro Palma – FAH/UNASP – HT

Marcos Paulo Florentino – FAH/UNASP – HT

Mario Sérgio Araújo Tarasiuck – FAH/UNASP – HT

Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT

Heber do Ouro Lopes Silva – FAH/UNASP – HT

E-mail: mariotarasiuck@gmail.com

RESUMO

Introdução: O sedentarismo tem sido identificado como, um dos maiores problemas de saúde entre os adolescentes, como obesidade, diabetes, hipertensão. Em sentido inverso, um estilo de vida ativo traz inúmeros benefícios para a saúde. Na adolescência a atividade praticada regularmente está associada a benefícios comportamentais, corporais e de saúde. A atividade física e os esportes mostram-se como fatores que interferem no desenvolvimento ósseo, uma vez que a densidade mineral óssea é alterada por fatores endógenos e exógenos. O GH e o IGF-I exercem efeitos metabólicos em curto e longo prazo que são potencialmente importantes durante a atividade física (lipólise, síntese proteica, adaptações musculoesqueléticas, alterações na força e outros fatores). A influência social é um dos fatores associados à prática de atividade física em adolescentes. O apoio social dos pais e dos amigos representam as formas de influência social mais frequentemente estudadas em adolescentes. Há evidências de que pais e amigos fisicamente mais ativos oferecem mais apoio social, e de que esse apoio está positivamente associado à prática de atividade física em adolescentes. Pais e amigos podem influenciar na participação dos adolescentes em atividade física mediante o fornecimento de diferentes tipos de apoios, como incentivar, estimular, praticar junto, oferecer ou transportar os adolescentes até os locais de prática. **Objetivo:** analisar o perfil de atividade física dos pais e amigos de adolescentes participantes de



uma pesquisa realizada avaliando a possível influência sobre os hábitos de atividade física dos mesmos. **Metodologia:** Foram aplicados em três turmas do primeiro ano do ensino médio de uma escola particular em Hortolândia, os seguintes protocolos: o QAFA, que avalia hábitos de atividade física, e uma ficha de dados sócio-demográficos. **Resultados:** Através dos resultados foi observado que a maioria dos pais pratica pouca ou nenhuma atividade física com seus filhos, o que pode vir a influenciar o sedentarismo deles. Porém, esses jovens poderiam receber grande influência positiva de seus amigos, pois a maioria destes pratica algum tipo de atividade. **Conclusão:** É importante que os pais estimulem seus filhos para a atividade física, a fim de minimizar o sedentarismo de seus filhos. Mais estudos seriam necessários para verificar a correlação do sedentarismo dos pais em relação aos filhos.

Palavras-chave: Influência; Atividade Física; Pais; Amigos.

A RELAÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE ALUNOS DE 7º ANO

Wallisson Lucas dos Santos Farias – UFGD
Aline Rodrigues Guedes da Silva – UFGD
Vivian Mendes de Souza – UFGD
Josiane Fujisawa Filus de Freitas – UFGD
Gustavo Levandoski – UFGD
Email: josianeffreitas@ufgd.edu.br

RESUMO

Introdução: A Educação Física Escolar deve oferecer aos estudantes da escola básica o conhecimento para buscarem possibilidades e motivações para a prática de atividade física, contribuindo, assim, para um ensino que pressupõe a relação teoria-prática, no que diz respeito à saúde e bem-estar. **Objetivo:** Desta forma objetivo desta pesquisa foi identificar a relação existente entre a Educação Física Escolar e a prática de atividades físicas externas à escola. **Metodologia:** Como definição metodológica de uma pesquisa de campo de natureza qualitativa do tipo descritiva, aplicou-se um questionário fechado, contendo 14 questões, adaptado de Darido (2004), porém neste estudo foram analisadas seis questões sobre frequência de atividade física e educação física escolar. Participaram da pesquisa 13 instituições de ensino, 43 salas de aula de 7º ano do ensino fundamental (anos finais), 486 alunos, sendo estudantes de escolas públicas e particulares da região metropolitana de Campinas-SP. Os dados foram coletados no ano de 2015, pelo Grupo de Estudos Pedagógicos em Educação Física Escolar/UNASP. **Discussão:** Os resultados obtidos sinalizam que a grande maioria dos alunos possui uma visão positiva diante da disciplina e se sentem bem praticando as atividades propostas pelo professor, salientando o fato de que as práticas esportivas são predominantes nas aulas. Os dados revelam que 74% se sentem bem durante as aulas e as consideram animadas (63%) e legais (75%), porém, entre estes alunos, somente 46% buscam atividades físicas fora do âmbito escolar. Uma das atividades mais procuradas é o jogo de futebol, seguida de andar de bicicleta, que pode ser oriunda de diversos fatores, desde hábitos saudáveis ou relacionados à economia. Observamos assim que a porcentagem de alunos que praticam com frequência atividades físicas fora da escola é pequena quando consideramos a faixa etária pesquisada. Além disso, os dados nos sugerem que as aulas de Educação Física não estimulam os alunos a praticar atividades físicas fora da escola,



possivelmente devido à escassez de conteúdos ministrados pelos professores, nos quais predomina o esporte, privilegiando os mais habilidosos em sua metodologia. **Conclusão:** Concluimos assim que, para os alunos pesquisados, as aulas de Educação Física não influenciam na prática de atividades físicas fora da escola, ressaltando, portanto, a necessidade de maiores reflexões sobre a prática pedagógica da Educação Física Escolar.

Palavras-chave: Educação Física Escolar; Ensino Fundamental; Atividade física.

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO SÉCULO XXI: DO ADESTRAMENTO COLETIVO À EDUCAÇÃO PELO MOVIMENTO

Evan Bonfim – FAH/UNASP – HT
Admilson Gonçalves de Almeida – FAH/UNASP – HT
Email: admilson.almeida@ucb.org.br

RESUMO

Introdução: A Educação Física é uma disciplina que utiliza a cultura corporal do movimento como ferramenta pedagógica para capacitar os alunos nos aspectos biológicos, sociais e intelectuais. Enquanto disciplina presente no currículo escolar deve assumir um papel de suma importância na medida em que pode estruturar um ambiente adequado para o educando, pode ainda oferecer experiências que resultam numa promoção no desenvolvimento integral do aluno. **Objetivo:** Averiguar a história da disciplina de Educação Física no Brasil através de suas origens e influências, incluindo suas abordagens e perspectivas para o século XXI. **Métodos:** Para a elaboração deste trabalho foi utilizado, como fonte de pesquisa, a revisão bibliográfica. **Resultados:** A Educação Física foi inserida na escola por interesse político para desenvolver seres preparados para o trabalho braçal e prevenir futuras doenças através de métodos eugênicos. Posteriormente, houve o investimento no esporte de alto rendimento dentro das escolas para formar atletas, para que estes possam trazer medalhas para a Nação. Existem atualmente perspectivas que almejam uma educação física crítica para capacitar os alunos, além das capacidades motoras, também, as sociais, cognitivas e afetivas. **Conclusões:** Levando em consideração toda a história da disciplina, deve-se esquecer dos métodos tecnicistas e reprodutivistas e investir numa educação que explore as capacidades físicas, biológicas, sociais e intelectuais do aluno.

Palavras-chave: História; Educação Física Escolar; Perspectivas; Educação Física Crítica.

PERCEPÇÃO DOS PROFESSORES SUPERVISORES DO PIBID SOBRE AS CONTRIBUIÇÕES E DESAFIOS DO PROGRAMA

Leonardo Tavares Martins – UNASP – SP
Fabianna Evangelista Azevedo – UNASP – SP
Esaú dos Santos Carvalho – UNASP – SP
Joatan Silvério da Silva Santos – UNASP – SP



José Carlos Rodrigues Júnior – UNASP – SP
Natalia Cristina de Oliveira – UNASP – SP
E-mail: leonardo.martins@ucb.org.br

RESUMO

Introdução: A formação dos professores nos cursos de licenciatura no Brasil é um desafio para as políticas educacionais, mesmos após as propostas e reformas curriculares que surgiram a partir dos anos 90. Como forma de antecipar o vínculo do docente com a profissão, foi criado o PIBID, um programa de bolsas de iniciação à docência, que tem como objetivo favorecer a inserção dos alunos das licenciaturas no ambiente escolar. Um dos objetivos do PIBID é trazer o jovem estudante de licenciatura para a realidade dos processos que são parte do cotidiano escolar, permitindo a articulação entre a educação superior e as escolas do sistema público de educação básica. **Objetivo:** O objetivo deste trabalho foi identificar a percepção dos professores supervisores do PIBID acerca das contribuições e desafios do programa para a formação de professores e para a escola pública que recebe os bolsistas. **Método:** Foi aplicado um questionário aberto a professores supervisores do programa, e os dados foram analisados qualitativamente por meio da análise de discurso. **Resultados:** Dentre as contribuições, os professores relataram que os bolsistas passam por um crescimento pessoal e profissional, pois vivenciam a realidade da sala de aula, ajudando-os a afirmar sua escolha profissional e preparando-os para seu papel como professores. Entre os desafios, destaca-se o desenvolvimento de estratégias e métodos para conduzir uma sala de aula. **Conclusão:** Conclui-se que o PIBID traz a certeza do apoio da universidade à escola pública na busca pela solução de alguns problemas e parcerias no desenvolvimento de projetos.

Palavras-chave: Ensino; Educação; Docentes.

IMPACTO DA OBESIDADE SOBRE A APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE E AO ESPORTE DE ESCOLARES ADOLESCENTES DO SEXO MASCULINO

Leslie Andrews Portes – UNASP – SP
Natália Cristina de Oliveira – UNASP – SP
E-mail: natalia.oliveira@ucb.org.br

RESUMO

Introdução: A prevalência de pessoas com excesso de peso vem crescendo no Brasil e no mundo, e constitui um importante problema de saúde pública por trazer consigo aumento do risco de diversas doenças e estar associado a baixas taxas de sucesso em testes de aptidão física. **Objetivo:** avaliar o impacto do sobrepeso (SOB) e da obesidade (OBE) sobre a aptidão física de alunos do ensino médio do sexo masculino. **Métodos:** seiscentos e noventa e oito rapazes foram avaliados quanto à antropometria (estatura, peso e pregas cutâneas tricípital e subescapular). Calculou-se o índice de massa corporal (IMC), o percentual de gordura corporal (%G), a massa livre de gordura (MM) e avaliou-se o crescimento, desenvolvimento, o IMC e a adiposidade



corporal. A aptidão física foi determinada pelos testes de resistência cardiorrespiratória (caminhada/corrida em 12 minutos), força e resistência muscular localizada (repetições na barra e abdominais), agilidade (shuttle-run) e potência muscular (impulso vertical). As prevalências foram analisadas pelo teste do qui-quadrado e as comparações entre diferentes grupos em relação ao IMC e ao %G pela “ANOVA one way” seguida do teste de Tukey ($p < 0,05$). **Resultados:** embora mais de 94% dos adolescentes tenham exibido estatura e peso adequados à idade, e mais de 70% tenham alcançado resultados adequados ou acima do esperado nos testes de aptidão física (>50% no VO2 máximo), as prevalências de SOB e OBE, respectivamente, pelo IMC (12% e 5%) e pelo %G (12% e 17%) afetaram negativamente os resultados dos testes, sendo que o %G exerceu o maior impacto. **Conclusão:** O SOB e a OBE exerceram fraco a moderado impacto negativo sobre a aptidão física dos adolescentes, sugerindo que outros aspectos de estilo de vida exerçam influência e devem ser identificados.

Palavras-chave: Adolescentes; Crescimento e Desenvolvimento; Obesidade; Aptidão Física.

EFEITO DA ALTERAÇÃO NA CONCENTRAÇÃO DA ALBUMINA SOBRE O RENDIMENTO FÍSICO NO ADOLESCENTE

Bianca Mattos dos Santos – FAH/UNASP – HT
Caroline dos Santos Moreira – FAH/UNASP – HT
Jennifer Stephany Promocena – FAH/UNASP – HT
Sarah de Oliveira Tolentino – FAH/UNASP – HT
Wilton Marlindo Santana Nunes – FAH/UNASP – HT
E-mail: caroline.moreira53@yahoo.com.br

RESUMO

Introdução: As concentrações normais da albumina no sangue estão entre 3,5 – 5,00 mg/dl, sendo ela uma proteína que é encontrada no plasma celular em grande quantidade, principalmente na fase de maturação na vida de um indivíduo, a fase da adolescência. **Objetivo:** O objetivo do trabalho é buscar uma possível ligação entre o fator de desidratação, e as concentrações da proteína albumina nos alunos do ensino médio de uma escola particular da cidade Hortolândia-SP. **Metodologia?** Foram convidados a participarem desse estudo 144 adolescentes, de três turmas do primeiro ano de Ensino Médio. Através dos questionários e dos pré-requisitos para a realização dos testes, apenas 25 dos alunos puderam ser incluídos na pesquisa e os seus dados utilizados. Foram realizados testes para obtenção da albumina através de exame de sangue; teste de 40 segundos, teste de flexão de braço, teste de velocidade de deslocamento (20 metros), teste de salto de força explosiva dos membros inferiores - salto horizontal, teste de resistência abdominal, teste de resistência geral (9 minutos). **Conclusão:** Os resultados dos testes apontaram que a concentração de albumina sanguínea estava acima da média, sendo importante salientar que a albumina no sangue de um indivíduo saudável deve estar entre 3,5 – 5,00 mg/dl. Nos testes de aptidão física os alunos obtiveram melhores resultados; nos testes de caráter anaeróbio, como no teste de 40 segundos, velocidade de deslocamento (20 metros), salto horizontal e no teste de resistência abdominal. Os testes que se faziam necessário um condicionamento físico melhor, de caráter aeróbio, não obtiveram resultados satisfatórios pelos adolescentes como no teste de 9 minutos e flexão de braço. Neste trabalho, verificamos uma alteração consideravelmente maior que das concentrações plasmáticas da albumina na corrente sanguínea. Esta alteração pode influenciar o



rendimento físico dos adolescentes, já que provocam uma desregulação hídrica no organismo. No entanto, alterações fisiológicas que acometem estes indivíduos, devido a fase que se encontram no seu desenvolvimento, podem mascarar a relação entre albumina e desempenho físico. Portanto, são necessários outros trabalhos para confirmar esta hipótese.

Palavras-chave: Albumina; Adolescente; Desidratação.

DIFICULDADE DO APRENDIZADO E O DESEJUM DE ESCOLARES: UMA ASSOCIAÇÃO RELEVANTE?

Luciana Silva Carvalho – FAH/UNASP – HT
Letícia Praia Encinas – FAH/UNASP – HT
Lucas Magela Pinto – FAH/UNASP – HT
Ledimar Brianezi – FAH/UNASP – HT
Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT
E-mail: luciana_s.carvalho@hotmail.com

RESUMO

Introdução: A falta do desjejum pela manhã traz problemas severos na variação da glicemia plasmática e interfere no aprendizado. A glicose é o combustível primário utilizado no cérebro. O aumento da concentração deste monossacarídeo no sangue circulante pode facilitar o funcionamento cognitivo. **Objetivo:** O objetivo desse trabalho foi verificar a associação entre a glicemia de jejum e o comprometimento da capacidade de memorização e aprendizado de escolares de uma unidade de ensino particular do município de Hortolândia - SP. **Metodologia:** O estudo foi realizado em uma Instituição escolar de cunho particular, após a assinatura do TCLE. Foi aplicado a Escala Multidimensional de Cansaço (PedsQL™). As amostras de sangue foram coletadas através de punção venosa após jejum de 12 horas, por meio do sistema vacuteiner. A concentração da glicose sanguínea foi determinada pelo método enzimático colorimétrico. **Discussão:** Os dados do estudo mostraram que a glicemia de jejum dos alunos foi: 66,66% (normoglicêmicos), 31,37% (hipoglicêmicos) e 1,96% (hiperglicêmicos). Com relação a resposta da pergunta do questionário: “Costuma comer algo, antes de vir para a escola”, 66,66% dos alunos respondeu que sim e 33,33% respondeu que não. Nas questões referentes a dificuldade para prestar a atenção, dificuldade para lembrar do que as pessoas lhe contaram, a dificuldade de memória recente, a dificuldade para pensar com rapidez, a dificuldade para lembrar daquilo que estava pensando agora mesmo, e a dificuldade para lembrar de mais de uma coisa de cada vez, as porcentagens maiores se concentraram na opção quase nunca. **Conclusão:** Portanto, através dos resultados obtidos por este estudo, foi possível verificar uma associação entre a glicemia de jejum e o comprometimento da capacidade de memorização e aprendizagem dos escolares, devido a necessidade de maior ativação cerebral no período matutino. Apesar dos resultados indicativos de que a hipoglicemia matinal pode provocar uma diminuição na atenção e no aprendizado, mais trabalhos nesta área devem ser realizados para quantificar com maior precisão esse tema.

Palavras-chave: Hipoglicemia; Aprendizado; Desjejum; Escolares.



PERFORMANCE TÁTICA, MATURAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA EM ADOLESCENTES ESCOLARES

Caio Stephano de Almeida Martins – FAH/UNASP – HT
Josué Rodrigues de Arian – FAH/UNASP – HT
Marcos Martins de Barros Filho – FAH/UNASP – HT
Luciano Fogaça de Almeida – FAH/UNASP – HT
Thiago José Leonardi – FAH/UNASP – HT
Email: caiomartins19@hotmail.com

RESUMO

Introdução: O esporte é um dos conteúdos da educação física escolar e a melhora da performance é dependente de múltiplos fatores, dentre eles aspectos relacionados à aprendizagem e ao desenvolvimento físico e maturacional dos jovens. **Objetivo:** Neste estudo verificou-se a correlação entre os índices de performance tática e os níveis maturacionais e o desempenho físico de jovens escolares do ensino médio. **Metodologia:** Participaram deste estudo 42 sujeitos, sendo 20 meninas (15,7±0,6 anos) e 22 meninos (16,0±0,9 anos), os quais foram divididos em 4 grupos para análise: alunos do 1º ano do ensino médio: 12 meninas (15,4±0,5 anos) e 14 meninos (15,8±1,0 anos); e alunos do 2º ano do médio: oito meninas (16,2±0,2 anos) e oito meninos (16,2±0,5 anos). Todos os sujeitos apresentaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado para que pudessem participar voluntariamente deste estudo. Todos os sujeitos participaram das seguintes avaliações: antropometria (estatura, estatura sentado e massa corporal) (MIRWALD et al, 2002), salto contramovimento (BOSCO; LUHTANEN; KOMI, 1983), yo-yo intermitente test level 1 (BANGSBO, 1994) e teste tático 3x3 (LEONARDI et al, 2016). O índice de maturity offset foi inferido indiretamente de acordo com a proposta de Moore et al (2015). Os dados de antropometria, salto contramovimento e yo-yo intermitente test level 1 foram apontados no computador em planilha *ad hoc* do software Excel for Windows 2016® conforme foram sendo coletados. Os dados do 3x3 foram filmados e tabulados a posteriori, utilizando o software Windows Media Player. Os dados foram analisados estatisticamente nos softwares Prism5 e SPSS®. **Discussão:** Procedeu-se a uma análise estatística descritiva, a regressões lineares simples e a análises de correlações para verificar as relações entre o resultado no teste 3x3 e os resultados obtidos para altura, massa corporal, maturity offset, salto contramovimento e yo-yo intermitent test level 1. Observou-se um melhor desempenho dos meninos (14,2±5,3) do que nas meninas (12,87±5,2) no teste de 3x3. Em geral, apenas o peso corporal e a estatura não apresentaram qualquer relação com o desempenho no teste tático. Os resultados das regressões e correlações do teste tático 3x3 para com demais variáveis foram significativas apenas para os meninos, sendo esses valores influenciados sobretudo pelos meninos do 1º ano do ensino médio, para os quais as correlações do teste tático 3x3 para com o maturity offset ($r=0,54$), salto contramovimento ($r=0,67$) e yo-yo ($r=0,56$) tiveram $p<0,05$. Esses resultados indicam que há correlação entre o nível de aptidão física e o desempenho no teste tático 3x3 para esse grupo. **Conclusão:** Observamos neste estudo, portanto, que houve correlação entre a maturação e a aptidão física, sobretudo de potência de membros inferiores e resistência aeróbia, e a performance dos sujeitos no teste tático 3x3, tendo sido isso evidenciado a partir dos alunos do gênero masculino do 1º ano do ensino fundamental que participaram deste estudo.

Palavras-chave: Escola; Basquetebol; Desempenho; Análise de Correlação.



INOVANDO JOGOS TRADICIONAIS – QUEIMADA RPG: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO FUNDAMENTAL I

Rogério de Araújo Gemeinder – FAH/UNASP – HT
Magda J. Andrade de Barros – FAH/UNASP – HT
E-mail: r.mac81@hotmail.com

RESUMO

Introdução e objetivo: O presente estudo tem como objetivo relatar uma prática nas aulas de Educação Física em turmas do 4ºs e 5ºs anos do ensino fundamental I, na qual foi trabalhado o conteúdo jogos com a temática jogos populares. Os Jogos são conteúdos de grande importância a serem trabalhados nas aulas de Educação Física e estão inseridos nas propostas curriculares nacionais. Assim, resgatar os jogos tradicionais nas aulas de educação física, além de proporcionar uma rica experiência motora, é uma forma de disseminar a cultura popular nas escolas, pois os jogos tradicionais são encontrados em diferentes culturas, fazendo parte da vida de muitas crianças, sendo assim transmitidos de geração em geração. Durante o ensino fundamental I, faz-se necessário o trabalho com brincadeiras antigas, tradicionais, visto que a criança nesta faixa etária precisa vivenciar diversas práticas corporais, pois neste período é muito importante uma variedade de atividades motoras para melhorar o desenvolvimento de suas capacidades e habilidades. Sendo assim, propomos um jogo que é uma adaptação do tradicional jogo de queimada, que aqui será denominado Queimada Militar ou simplesmente Queimada RPG. Desenvolvimento: queimada militar – similar ao jogo tradicional de queimada, porém neste jogo proposto, o objetivo é queimar o personagem central do jogo: o general da equipe adversária. Antes de começarmos o jogo, os alunos receberam a explicação e um papel com o nome de um personagem que iriam vivenciar no jogo. Cada equipe teve seus integrantes como personagens de guerra, cada um com uma função diferente durante o jogo. Os personagens só eram revelados no momento em que cada jogador era queimado: General – Peça chave do jogo, queima normalmente os outros jogadores, mas tem que se proteger, pois, se for queimado, sua equipe perde a batalha; 1 general por equipe. Médico – Somente se for queimado, poderá resgatar alguém de sua equipe que estiver no cemitério (com exceção, se houver apenas 1 pessoa). Soldado – Pode decidir o jogo se queimar o general; queima e é queimado normalmente. Jogador mais comum da equipe. Herói de guerra – se for queimado, levará alguém do adversário com ele para o cemitério. Até 2 por equipe. Traidor infiltrado – Pertence a uma equipe, mas estará jogando dentro da outra, infiltrado, se pegar a bola, deverá queimar alguém de sua falsa equipe. Depois, deverá tentar sobreviver, pois será descoberto; 1 traidor por equipe. De começo, os alunos se preocuparam mais em “sobreviver” e tentar acertar o adversário, do que pensar no jogo, porém paramos o jogo em certos momentos para fazê-los refletir que eles tinham que pensar o jogo e suas possíveis estratégias, afinal, eram personagens que estavam em jogo. Foi então que aos poucos as estratégias foram surgindo, e foi possível observar mudanças de comportamento no jogo: os personagens dos generais começaram a se expor menos e a se proteger mais. Os heróis, quando queimados, procuraram tirar de campo o melhor jogador do adversário. Os médicos, quando queimados, procuraram trazer de volta a campo o melhor jogador de sua equipe que estava no cemitério, ao invés do melhor amigo. O traidor ficava bem discreto. Já os soldados, assim que o traidor era eliminado de seu campo, faziam uma espécie de proteção ao redor do general, e quando recuperavam a bola, procuravam acertar o general adversário, e não simplesmente acertar com a bola qualquer adversário. No geral, os



alunos apreciaram muito este jogo, pois puderam pensar em suas próprias estratégias para jogá-lo. **Conclusão:** Assim podemos concluir que os jogos tradicionais nas aulas de educação física vão proporcionar para a criança seu desenvolvimento integral, visto que, os mesmos possibilitam para quem brinca uma grande variedade de movimentos e possibilidades, atuando no desenvolvimento de uma melhor consciência corporal, melhorando a motricidade, a cognição e ajuda na socialização. Reinventar um jogo popular é torná-lo mais dinâmico e lúdico. Nesta aula foi verificadô que os alunos participaram com muito mais empolgação, até mesmo aqueles alunos que não gostam muito do jogo de Queimada. Percebemos que, em algumas turmas, os personagens dos soldados se colocavam a frente dos generais com o intuito de protegê-lo e até se sacrificar por ele, dando assim, também, a imagem de um jogo cooperativo.

Palavras-chave: Jogos Tradicionais; Educação Física; Ensino Fundamental.



COMITÊ CIENTÍFICO

Prof. Dr. Leonardo Tavares Martins – UNASP – SP – (Presidente)

Prof. Dr. Admilson Gonçalves de Almeida – FAH/UNASP – HT

Prof. Ms. Alvin Fuentes – Washington Adventist University – WAU

Prof. Dr. Charles Ricardo Lopes – UNIMEP/FAH/UNASP – HT

Profª Dra. Elaine Cristina Carraro – FAH/UNASP – HT

Prof. Dr. Eli Prates – FAH/UNASP – HT

Profª Dra. Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT

Prof. Dr. José Carlos Rodrigues Junior – UNASP – SP

Prof. Drd. Ledimar Brianezi – FAH/UNASP – HT

Prof. Dr. Lelio Lelis – FAH/UNASP – HT

Profª Drd. Leslie Portes – UNASP – SP

Prof. Dra. Natalia Cristina de Oliveira Vargas e Silva – UNASP – SP

Prof. Drd. Thiago José Leonardi – FAJ / FAH/UNASP – HT



COMISSÃO ORGANIZADORA DOS ANAIS DO IV CONGRESSO BRASILEIRO ADVENTISTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DO IV SIMPÓSIO INTERNACIONAL ADVENTISTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Prof. Dr. Ledimar Brianezi – FAH/UNASP – HT

Prof. Dr. Leonardo Tavares Martins – UNASP – SP – (Presidente)

Prof. Dr. Admilson Gonçalves de Almeida – FAH/UNASP – HT

Prof. Dr. Charles Ricardo Lopes – UNIMEP/FAH/UNASP – HT

Profª Dra. Elaine Cristina Carraro – FAH/UNASP – HT

Prof. Dr. Eli Prates – FAH/UNASP – HT

Profª Dra. Helena Brandão Viana – FAH/UNASP – HT

Prof. Dr. José Carlos Rodrigues Junior – UNASP – SP

Prof. Dr. Lelio Lelis – FAH/UNASP – HT

Profª Drd. Leslie Portes – UNASP – SP

Prof. Dra. Natalia Cristina de Oliveira Vargas e Silva – UNASP – SP

Prof. Ms. Telmo Bahia Carvalho – FAH/UNASP – HT

Prof. Ms. Tércio Alves do Nascimento – FAH/UNASP – HT

Prof. Drd. Thiago José Leonardi – FAJ / FAH/UNASP – HT

