



ÍNDICE DE VELOCIDADE DOS ESCOLARES PARTICIPANTES DAS OFICINAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO PIBID/UNICRUZ¹

WINTERFELD, Keli²; PEDROTTI, Paulo Henrique²; HORBACH, Alexandre Maurer²; ROSSATO, Vania Mari³; PANDA, Maria Denise Justo⁴

Palavras-Chave: PIBID. Escolares. Velocidade.

INTRODUÇÃO

“Uma boa aptidão física é fundamental, não apenas pelos seus benefícios diretos com a saúde, mas também, pela influência que pode ter na intenção de praticar atividades físicas” (LOUREIRO, 2007, p.16). A aptidão física no âmbito escolar, não vem recebendo a devida importância, mesmo com a consciência que ela oferece aos professores indicadores reais para um trabalho de acordo com as necessidades e possibilidades dos alunos.

Se direcionar a aptidão física relacionada ao desempenho motor, vamos incluir componentes necessários para termos um desempenho máximo no trabalho ou nos esportes. Se falarmos da aptidão física relacionada à saúde, englobaremos características que em níveis adequados permitem mais energia para o trabalho e o lazer, proporcionando menor risco de desenvolver doenças crônico-degenerativas associadas ao baixo nível de atividade física habitual.

Tratando do desempenho motor e suas capacidades físicas, podemos ressaltar que a velocidade manifesta-se na possibilidade de o atleta executar as ações motoras no menor tempo possível, em determinado percurso. Comparando a rapidez da reação motora e a rapidez dos movimentos observou que o atleta, mesmo que tenha uma reação motora mais rápida nem sempre será o que terá um melhor desempenho em alguma prova de velocidade, pelo seu tempo de reação. (GOMES, 2009).

Considerando ser a velocidade importante para a aptidão física dos alunos, este estudo focou na velocidade e determinou como objetivo avaliar a velocidade dos escolares participantes do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação a Docência – PIBID/UNICRUZ/EDUCAÇÃO FÍSICA.



MATERIAIS E MÉTODO

É uma pesquisa de campo, descritiva com caráter diagnóstico. Foram sujeitos do estudo os alunos dos anos iniciais do ensino fundamental (primeiro ao quinto ano) das escolas participantes do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência - PIBID/ UNICRUZ/ Educação Física do município de Cruz Alta/ RS, totalizando 644 (seiscentos e quarenta e quatro) alunos, na faixa etária de 6 a 14 anos.

Primeiramente foi feito o contato com a coordenação institucional do PIBID/UNICRUZ e com a coordenação da subárea de Educação Física, para solicitar autorização para a realização da pesquisa. Em seguida foi realizada a comunicação com as três escolas participantes do programa fazendo contato com a direção e os professores unidocentes das turmas envolvidas, bem como o professor de Educação Física e supervisor PIBID na escola, para explicar os objetivos e os procedimentos do estudo. Após, foram explicados aos alunos os objetivos e os procedimentos da pesquisa e encaminhado aos pais/responsável o Termo de Consentimento Livre Esclarecido-TCLE solicitando que voluntariamente, os que aceitassem a participação do seu filho, assinassem o mesmo.

Para coleta dos dados foi utilizado como instrumento o manual de testes e avaliação PROESP-BR - Projeto Esporte Brasil (GAYA & GAYA, 2016), que avalia a aptidão física relacionada a saúde e ao desempenho esportivo, sendo que os resultados dos testes realizados com os alunos foram digitados e organizados em uma planilha Excel, recebendo imediatamente os relatórios da avaliação, pois os mesmos possuem tabelas com parâmetros de classificação do referido sistema. Esse banco de dados está disponível no Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência - PIBID/ UNICRUZ/ Educação Física, sendo que para este estudo foi usado apenas os resultados a partir da aplicação do protocolo do teste de velocidade do referido manual.

Para tratamento dos dados foi utilizada a estatística descritiva com inferência percentual.

Seguindo a resolução do Conselho Nacional de Saúde número 466 de 12/12/2012, este estudo é parte de uma pesquisa que foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa da UNICRUZ, aprovada sob o parecer de número 818.441 de 17/09/2014.



RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo avaliar a velocidade dos escolares participantes das oficinas de educação psicomotora do PIBID/UNICRUZ/Educação Física. Participaram os alunos das escolas E. E. E. M. Maria Bandarra Westphalen, I.E.E. Annes Dias e E. E. E. B. Venâncio Aires, com o intuito de classificar em excelente, muito bom, bom, razoável e fraca velocidade de acordo com a idade (6 a 7, 8 a 9, 10 a 11 e maiores de 12 anos). A tabela a seguir apresenta os resultados.

Tabela 01: Classificação da velocidade dos escolares participantes das oficinas de educação psicomotora do PIBID/UNICRUZ/Educação Física.

Idade	n=643	Fraco	Razoável	Bom	M. Bom	Excelente
6-7 anos	n=156	53.20%	17.95%	17.30%	7.70%	3.85%
8-9 anos	n=246	50.00%	16.66%	16.26%	12.60%	4.47%
10-11 anos	n=191	28.80%	17.80%	22.51%	27.75%	3.14%
+ 12 anos	n=50	22.00%	16.00%	12.00%	44.00%	6.00%

Como pode ser visualizado na tabela dos 643 alunos participantes no estudo 24.26 % (156) estão na faixa etária de 6 e 7 anos; 38.26 % (246) estão com 8 e 9 anos; 29.70% (191) com 10 e 11 anos e 7.78 % (50) com mais de 12 anos.

Com relação a velocidade desses alunos é possível observar que a maioria, representada por 53,20% dos participantes, que possuem idade entre 6 e 7 anos, estão classificados em nível fraco. Em nível fraco também a predominância de 50% foi daqueles com idade entre 8 e 9 ano, igualmente os de 10 e 11 anos obtiveram 28, 80% fraco e muito próximo 27,75% em muito bom, já os com mais de 12 anos obtiveram 44% classificados com velocidade muito boa..

Ao analisar os resultados verifica-se que os níveis de velocidade variam indiferente da faixa etária, pois isso não depende de fatores ambientais e sim diretamente à fatores genéticos. No músculo podemos identificar as fibras lentas (conhecida como vermelha pela maior presença de capilares) e as rápidas (branca pois apresenta menos capilares), são as que predominam em velocistas e diferem-se das brancas na velocidade com que se encurtam levando a produzir uma alta potência mecânica, mas que entram rapidamente em fadiga pela baixa presença de oxigênio. (CORREIA *apud* CHARRUA; PINHEIRO, 2011).

No entanto, os exercícios que envolvam velocidade devem ser iniciados ainda na infância, fase que o sistema nervoso central está em desenvolvimento, tornando melhor as



XVIII

Seminário Internacional de Educação no MERCOSUL

II Mestrado de Tecnologias
na Educação a Distância
III Mestrado de Trabalhos
Científicos do PIBID
VI Curso de Práticas Socioculturais
Interdisciplinares
VIII Encontro Estadual de
Formação de Professores



características genéticas. Isso poderá levar a uma melhora do componente da variável física velocidade (CORREIA *apud* CHARRUA; PINHEIRO, 2011).

CONCLUSÃO

O objetivo foi avaliar a velocidade de escolares, uma qualidade que se observarmos no decorrer desta pesquisa, varia ao longo dos anos, não sendo marcante somente em uma faixa etária, pois a literatura prevê que ela é determinada hereditariamente e possui grande dificuldade de melhora através de treinamentos. Com essa amostra a velocidade se mostrou com menores índices dos 6 aos 9 anos, melhorando com o avançar da idade. Importante ressaltar que a prática da velocidade pode levar a um melhor recrutamento de fibras brancas por meio do sistema nervoso central.

REFERÊNCIAS

CHARRUA, A.; PINHEIRO, V. O treino de velocidade no contexto esportivo. Buenos Aires, **Revista Digital**, 2011.

GAYA, A.; GAYA, A. R.. **Projeto esporte Brasil PROESP-Br. Manual de testes e avaliação. Versão 2016**. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/proesp/como-aplicar-o-proesp.php> . Acessado em 10 mar 2018.

GOMES, Antônio Carlos. **Treinamento Desportivo: Estruturação e periodização**. 2º ed. Porto Alegre, Artmed 2009.

LOUREIRO, A. C. M. **Aptidão física, composição corporal e maturação sexual**. Porto: Dissertação de licenciatura apresentada à Faculdade de Desporto da universidade do Porto, 2007.