



A CONTRIBUIÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NO DESENVOLVIMENTO DE ADOLESCENTES

Gilmar Elicker¹; Solange Beatriz Billig Garces²

Sabe-se que a adolescência é uma fase do ciclo da vida com bastante conflitos e dúvidas para os jovens pois é um momento de transição entre a vida de criança e de adulto. Neste período, portanto buscam alguns artifícios para o enfrentamento das diversas mudanças que se operam nesta fase, como as transformações físicas, psicológicas e o aumento das responsabilidades. Neste sentido considera-se que a atividade física pode ser um dos aliados para os adolescentes. Portanto, esta pesquisa teve como objetivo analisar como as atividades físicas contribuem no desenvolvimento de adolescentes que freqüentam a 8ª Série do Ensino Fundamental de uma escola da região Noroeste do Estado do RS. Para isso verificou-se se os alunos praticavam atividades físicas fora da escola e com qual regularidade para identificar os níveis de atividade física, o desempenho nas diferentes disciplinas e os indícios de depressão, para então relacionar uma variável com a outra. Como metodologia a pesquisa se classificou como descritiva tendo como sujeitos trinta e dois alunos de duas turmas de 8ª série do ensino fundamental de uma escola de um município da região Noroeste do Estado do RS. Utilizou-se como instrumentos de pesquisa um questionário adaptado de Cezário(2008) para identificar se os alunos realizam atividades físicas fora da escola; o IPAQ (International Physical Activity Questionnaire) na sua versão curta (CRAIG *et al.*, 2003); o Inventário de Depressão Infantil (CDI) desenhado para crianças e adolescentes (GOLFETO *et al.*, 2002) e também foi analisado o desempenho escolar dos alunos a partir da análise de documentos (histórico escolar) e registrado em ficha. Assim os resultados demonstraram que 23,52% dos alunos são sedentários e 76,48% são ativos, onde os meninos são 20,84% mais ativos que as meninas. 8,82% dos alunos apresentam indícios de depressão. Quanto ao desempenho escolar os adolescentes demonstram um bom desempenho, pois 61,76% dos alunos apresentam média superior a 7,00. Já quando relacionado o desempenho escolar com índices de depressão bem como com atividade física os resultados não se mostraram estatisticamente significativos. Uma constatação preocupante que ficou evidente é a falta de interesse dos alunos pelas aulas de Educação física, pois 70,05% dos mesmos preferem fazer atividade física fora da escola, onde os meninos preferem o

¹Acadêmico do curso de Licenciatura em Educação Física da UNICRUZ - Autor

²Professora do Centro de Ciências da Saúde da UNICRUZ. Mestre em Ciências do Movimento Humano (UDESC) e Doutoranda em Ciências Sociais com ênfase em Políticas Públicas e Práticas Sociais pela UNISINOS - Orientadora.

futebol e as meninas a caminhada. Assim sugere-se novas pesquisas para identificar o porquê desta preferência.

Palavras-Chave: Atividade Física. Depressão. Adolescência.