



## **AVALIAÇÃO DAS VARIÁVEIS RELACIONADAS À SAÚDE COM ESCOLARES PARTICIPANTES NO PIBID/UNICRUZ/EDUCAÇÃO FÍSICA<sup>1</sup>**

FISCHER, Jerônimo Oliveira<sup>2</sup>; VILLA REAL, Matheus Rodrigues<sup>2</sup>; ROSA Bruna Pires da<sup>2</sup>;  
ROSSATO, Vania Mari<sup>3</sup>; PANDA, Maria Denise Justo<sup>4</sup>

O real significado do tema aptidão física, é a compreensão dos benefícios promovidos pela prática de atividades físicas de forma regular auxiliando na promoção de uma melhoria da saúde; colocando isso dentro de uma escola conduz para a atenção quanto à relação entre atividades físicas e índices de aptidão física na infância e juventude. Esta é uma pesquisa de campo do tipo descritiva com caráter diagnóstico que teve como objetivo avaliar a aptidão física relacionada à saúde. Foram sujeitos dezenove (19) alunos dos anos iniciais do ensino fundamental, segundo ano, do Instituto Estadual de Educação Professor Annes Dias, participantes do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência - PIBID/ UNICRUZ/ Educação Física do município de Cruz Alta/ RS. Os alunos estão na faixa etária de 6 e 7 anos. Para coleta dos dados foi utilizado como instrumento o manual de testes e avaliação PROESP-BR - Projeto Esporte Brasil. O tratamento dos dados foi a estatística descritiva por inferência percentual. Como resultados em relação a composição corporal, o percentual possui índice de risco próximo a metade e zona saudável pouco acima da metade sendo ZR - 42,1% e ZS - 57,9%. Já a aptidão cardiorrespiratória apresentou melhores resultados, tem índice de zona saudável superior em relação a zona de risco, ZR- 26,31% e ZS - 73,69%. O mesmo ocorreu com a flexibilidade na qual também há uma superioridade da zona saudável sobre a zona de risco, ZR- 15,79% e ZS - 84,21% e com a resistência muscular localizada, que também há superioridade da zona saudável, sobre a zona de risco ZR- 26,31% e ZS - 73,69%. O estudo mostrou um percentual satisfatório em relação às variáveis de aptidão cardiorrespiratória, flexibilidade e resistência muscular localizada; o que leva a crer que as atividades físicas realizadas pelos alunos estão sendo positivas para o seu desenvolvimento motor, contudo, as aulas devem continuar enfocando essas atividades para que os alunos continuem evoluindo e melhorando a sua aptidão física. Porém, há um índice insatisfatório em relação a composição corporal, com crianças classificadas com sobrepeso e até obesidade. Este resultado preocupa, pois indica risco para a saúde de mais da metade desses alunos. Os resultados obtidos indicam que o bolsista PIBID deve planejar e realizar exercícios ativos que conduzam a um maior gasto calórico e conseqüente perda de peso. Juntamente com o professor da turma podem ser feitas ações para orientar e conscientizar alunos, familiares e escola quanto a nutrição, alimentação adequada e prática frequente de atividade física.

**Palavras Chave:** Aptidão Física. Saúde. Escolares. PIBID.

<sup>1</sup> PIBID- Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência/UNICRUZ/Ed. Física. Fomento da CAPES.

<sup>2</sup> Acadêmicos do curso de Educação Física/Licenciatura – Bolsistas PIBID/ UNICRUZ/Educação Física. Membros GEPEF/CNPQ jeronimo\_oli@hotmail.com ;mateusvreal@hotmail.com

<sup>3</sup> Mestre em Ciência do Movimento Humano. Profª no curso de Educação Física. Bolsista coordenadora PIBID/UNICRUZ/Educação Física. Membro GEPEF/CNPQ vrossato@unicruz.edu.br

<sup>4</sup> Doutora em Educação. Profª no curso de Educação Física. Bolsista coordenadora PIBID/UNICRUZ/Educação Física. Membro GEPEF/CNPQ dpanda@unicruz.edu.br