



VII Semana Acadêmica e VII Seminário de Pesquisa em Educação Física

ISSN: 279-359X

www.unicruz.edu





APRESENTAÇÃO

A Universidade de Cruz Alta apresenta à comunidade local e regional o VII Seminário de Pesquisa em Educação Física que neste ano esteve integrada a VII Semana Acadêmica, com a temática “Lutas e Ginástica o movimento a favor da saúde” objetivando promover aos alunos do Curso de Educação Física um ambiente de conhecimento e aprendizado. Sendo organizado pelos acadêmicos do sétimo semestre do curso de Educação Física, matriculados na disciplina de Pesquisa em Educação Física, sob a supervisão do docente responsável pela referida disciplina.

Nesta oportunidade é que os acadêmicos, juntamente com seus professores orientadores, têm a oportunidade de apresentar a comunidade suas contribuições científicas, e com ela socializar. Essa socialização faz com que a comunidade veja a importância da pesquisa, e também abra novos temas para futuras produções, baseados em suas próprias problemáticas locais, como também regionais.

O Seminário de Pesquisa em Educação Física, tem como objetivo principal, a socialização das produções científicas, realizadas na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso – TCC, do curso de Educação Física da Unicruz, nesta edição, estão publicados onze resumos oriundos dos TCC dos acadêmicos.

Lucieli Bartsch Zanoso
Fátima Petry
Acadêmicas do 7º semestre do curso de Educação Física
Coordenadoras da comissão científica do VII SePEF



VII SEMANA ACADÊMICA E VII SEMINÁRIO DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

COORDENAÇÃO

Marília de Rosso Krug

Alessandra Adam

COMISSÃO CIENTÍFICA

Fátima Petry

Lucieli Bartsch Zanoso

ORGANIZAÇÃO

Adrieli Fontoura Nascimento, Alessandra Adam, Carlise Godoy Ferretti, Eduardo Trautmann, Fátima Petry, Franciele Machado Ribeiro Borges, John Hebert Alves Miranda Silva, Lucieli Bartsch Zanoso, Marília Basílio Puglia, Pablo Vieira dos Santos, Rui Guilherme Fernandes Pedroso.



VII SEMANA ACADÊMICA E
VII SEMINÁRIO DE PESQUISA
EM EDUCAÇÃO FÍSICA

CATALOGAÇÃO

S471a Seminário de Pesquisa do curso de Educação Física: obesidade, lutas, ginástica e saúde. (7: 2016: Cruz Alta)
Anais do VII Seminário de Pesquisa do curso de Educação Física: obesidade, lutas, ginástica e saúde, 01 de junho de 2016 – Cruz Alta: UNICRUZ, 2016.

ISSN 2179-359X

1. Educação Física - seminário 2. Pesquisa - seminário I. Título.

CDU 796(063)

Catálogo na fonte: Bibliotecária Samanta do Nascimento CRB-10/2380



VII SEMANA ACADÊMICA E VII SEMINÁRIO DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

SUMÁRIO

Formação do profissional de Educação Física, um olhar sobre a licenciatura e o bacharelado.....	05
Perfil do estilo de vida de acadêmicos iniciantes em educação física da universidade de Cruz Alta.....	06
Escolinhas de futebol: analisando as atividades desenvolvidas com crianças de 7 a 10 anos.....	07
Prática pedagógica do professor de educação para inclusão de alunos com necessidades especiais no ensino regular.....	08
Estilo de vida: um estudo com sujeitos de uma comunidade de periferia de Cruz Alta – RS.....	09
Associação da Educação Física escolar no ensino médio com aptidão física relacionada a saúde.....	10
A influência do treinamento físico no estado emocional dos militares do 29 GAC AP.....	11
Condições de acessibilidade em aulas de educação física nas escolas estaduais de Panambi – RS.....	12
Aptidão física de escolares com deficiência intelectual leve.....	13
As oficinas de capoeira no projeto mais educação na escola municipal de ensino fundamental Frei Galvão de Tupanciretã/RS.....	14
Índice de massa corporal, circunferência da cintura e consumo máximo de oxigênio: um estudo de caso com um sujeito com síndrome de Down.....	15



FORMAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM OLHAR SOBRE O BACHARELADO E A LICENCIATURA

PETRY, Fátima¹; GARCES, Solange Beatriz Billig²

O objetivo do estudo foi identificar habilidades e competências necessárias aos profissionais de Educação Física em sua atuação. Realizou-se pesquisa descritiva interpretativa, com entrevista estruturada para 05 profissionais da área representando 05 das 22 Escolas da Rede Municipal de Educação e 07 profissionais atuantes em 07 academias da cidade, que totalizam 15 profissionais, com formação generalista. A formação dos profissionais até 2005 era uma formação generalista e permitia o profissional atuar tanto no contexto escolar como fora dele na academia essa formação teve mudança com a resolução 07/2004 separando a formação em Licenciado (atua somente no contexto escolar) e Bacharel (atua somente fora da escola). Os resultados demonstram que em relação às habilidades e competências utilizadas os profissionais de Educação Física que estão atuando na área constataam que a formação generalista era mais completa do que a formação atual (licenciado e bacharelado), pois ambos utilizam das mesmas habilidades e competências para solucionar problemas em seu dia a dia, sendo elas conhecimentos práticos de anatomia, fisiologia, biomecânica, procedimentos éticos, articulação da teoria com a prática, boa didática e principalmente que o profissional deve estar sempre em busca de uma formação continuada que lhe garanta estar sempre atualizado. Assim sendo esta discussão é bastante dialética em um período onde o Conselho Nacional de Educação discute duas possibilidades: a de separação definitiva do bacharelado e da licenciatura, com reforço da Resolução 2/2015 (DCN formação de professores) e a do retorno de uma licenciatura ampliada em Educação Física com a extinção do bacharelado.

PALAVRAS - CHAVE: Educação Física. Habilidades. Competências. Bacharelado. Licenciatura.

¹Acadêmica do Curso de Educação Física Licenciatura da Universidade de Cruz Alta- RS UNICRUZ. fatima-petry@hotmail.com

²Professora Dr^a do Curso de Educação Física do CCSA/UNICRUZ - sbgarces@hotmail.com



PERFIL DO ESTILO DE VIDA: UM ESTUDO COM ACADÊMICOS DO PRIMEIRO SEMESTRE DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDADE DE CRUZ ALTA-RS

NASCIMENTO, Adrieli Fontoura¹; KRUG, Marília de Rosso²

Esse estudo teve como objetivo analisar o comportamento do estilo de vida de universitários ingressantes no curso de Educação Física antes e após 3 meses de inserção em um programa de prática corporal. As informações foram obtidas a partir de um formulário contendo: dados sócio demográficas; e o questionário pentáculo do bem estar, para avaliar o estilo de vida. Os dados foram analisados através da estatística descritiva, frequência relativa e percentual. Para identificação da associação entre o perfil de estilo de vida individual e o perfil sócio demográfico foi utilizado o teste do Quiquadrado e o teste exato de Fisher ($p \leq 0,05$). A maioria dos acadêmicos avaliaram o programa como muito bom, apenas um universitário disse que a participação no programa não o levou a refletir sobre seu estilo de vida. Quanto as modalidades oferecidas (voleibol, basquetebol, handebol e dança) as de preferência da maioria foram o futsal e o voleibol, Dos cinco componentes do estilo de vida avaliados, os resultados evidenciaram melhoras estatisticamente significativas em quatro: nutrição, para as três questões avaliadas; atividade física e relacionamentos sociais, em duas das três questões avaliadas; e, no componente preventivo e controle do estresse, em uma das três questões analisadas. Quando comparou-se o índice de referência de bem estar do pré para pós-teste, nos cinco componentes estudados, observou-se melhoras significativas nos componentes nutrição, atividade física e relações sociais. Após a análise dos dados foi possível concluir que houveram alterações significativas positivas no perfil de estilo de vida dos universitários do curso de Educação Física do início para o final do primeiro semestre.

Palavras-Chave: Educação Física. Estilo de vida. Saúde

¹Acadêmica do curso de Educação Física – Licenciatura da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ adrielifn@hotmail.com

²Professora Dr^a. do Curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ mkrug@unicruz.edu.br



ESCOLINHAS DE FUTEBOL: ANALISANDO AS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS COM CRIANÇAS DE 7 A 10 ANOS

ADAM, Alessandra¹; BATISTELLA, Pedro Antônio²

O futebol é um dos esportes mais conhecidos e praticados no mundo, e é cada vez maior o número de crianças que frequentam as chamadas escolinhas de futebol, que tem como objetivo ensinar e aprimorar as crianças no desporto, por isto este estudo teve como objetivo analisar se as atividades desenvolvidas com crianças de 7 -10 anos em escolinhas da cidade de Panambi –RS são adequadas conforme modelo de desenvolvimento motor proposto por Gallahue e Ozmun (2005). Este estudo caracterizou-se por uma pesquisa descritiva com cunho qualitativo, onde participaram quatro professores de escolinhas que trabalham com a faixa etária pesquisada e que aceitaram participar da pesquisa. Para realizar a coleta de dados utilizou-se a ficha de observação elaborada através de uma matriz de análise. Constatou-se que a maioria dos professores que desenvolveram os treinamentos observados tem uma formação recente, são considerados jovens e possuem um perfil adequado para ministrá-los, com a exceção de um “treinador” sem formação na área. As atividades desenvolvidas com crianças de 7-8 anos não atenderam as necessidades da criança, pois ocorreu pouca diversificação das habilidades motoras fundamentais. Assim como as atividades desenvolvidas com as crianças de 9-10 anos não contemplaram o modelo de desenvolvimento motor utilizado, pois pouco ocorreu o refinamento das habilidades motoras fundamentais. Todas as escolinhas apresentaram uma estrutura organizacional em seus treinamentos, com poucas falhas. Concluiu-se que as atividades desenvolvidas em escolinhas de futebol da cidade de Panambi com crianças de 7 a 10 anos não foram adequadas para seu estágio de desenvolvimento, conforme o modelo de desenvolvimento motor proposto por Gallahue e Ozmun.

Palavras-chave: Desenvolvimento motor. Escolinhas. Futebol.

¹Acadêmica do curso de Educação Física – Licenciatura da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – alessandrah18@hotmail.com

²Professor Me. do Curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – pab@comnet.com.br



PRÁTICA PEDAGÓGICA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA INCLUSÃO DE ALUNOS COM NECESSIDADES ESPECIAIS NO ENSINO REGULAR

FERRETTI, Carlise Godoy¹; KRUG, Rodrigo de Rosso²

Todas as pessoas tem direito a educação. Assim, a inclusão dever ser devidamente enfrentada no ensino regular, sendo considerada um desafio, tanto para gestores, funcionários, pais, alunos como para professores. Nas aulas de Educação Física este desafio também é evidente. Neste sentido, este estudo teve como objetivo verificar as práticas pedagógicas dos professores de Educação Física em relação a inclusão de alunos com necessidades especiais no ensino regular. Pesquisa de campo exploratória de cunho qualitativo com três professores de Educação Física de escolas regulares do município de Cruz Alta/RS. Aplicou-se questionário com perguntas abertas interpretado pela análise de conteúdo. Evidenciou-se que os professores não tiveram em sua formação a temática educação inclusiva, nunca trabalharam em escolas especiais, somente um professor realizou curso sobre o tema, todos já trabalharam com alunos com necessidades especiais e continuam trabalhando atualmente, e todos relataram ter dificuldades para efetivar a inclusão. Eles citaram que para a inclusão ser realizada com sucesso é necessária a busca de informações e cursos sobre o tema e que a mesma seja abordada na formação inicial. Quanto a prática pedagógica para a inclusão escolar os professores comentaram incluíram normalmente o aluno com necessidades especiais na aula com participação igual a dos outros alunos, oferecendo atividades que o aluno gostasse mais, além de adaptar algumas atividades da aula de acordo com a necessidade do aluno. Os professores pesquisados relataram que as vantagens da inclusão escolar são aprender a conviver e aceitar as diferentes necessidades especiais que os colegas podem ter, a solidariedade entre os alunos e a minimização do preconceito. Conclui-se que os professores de Educação Física pesquisados não estão preparados para trabalhar com a inclusão nas escolas, principalmente pela falta de formação adequada a esta temática na formação inicial e continuada dos mesmos.

Palavras-chave: Professores. Prática pedagógica. Inclusão. Educação Física.

¹Acadêmica do curso de Educação Física – Licenciatura da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – ferretti@unicruz.edu.br

²Professor Me. do Curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – rkrug@unicruz.edu.br



ESTILO DE VIDA: UM ESTUDO COM SUJEITOS DE UMA COMUNIDADE DA PERIFERIA DE CRUZ ALTA – RS

TRAUTMANN, Eduardo e Silva¹; KRUG, Marília de Rosso²

Conhecer o estilo de vida dos sujeitos da comunidade pode ser um instrumento valioso para a elaboração de estratégias que possam proporcionar aos moradores conhecimentos para adotar uma atitude favorável em relação ao seu estilo de vida. Dessa forma esse estudo teve como objetivo analisar o estilo de vida individual e a relação deste com as características sócio demográficas dos sujeitos participantes da I Semana da Promoção da Saúde: Câncer alerta de prevenção. Esse estudo caracterizou como uma pesquisa descritiva. Participaram da mesma 161 sujeitos de uma comunidade da periferia da cidade de Cruz Alta – RS que participaram da “I Semana da Promoção da Saúde: câncer alerta de prevenção” realizada nos dias 19 e 20 de novembro de 2014 na Escola Estadual Professora Maria Bandarra Wetesphalen. Para obtenção das informações de caracterização dos participantes foi utilizado um questionário com perguntas fechadas e para verificar o perfil de estilo de vida individual foi utilizado o Pentáculo do Bem Estar. Os dados foram analisados através da estatística descritiva, frequência relativa e percentual e o teste do Quiquadrado ($p \leq 0,05$). Os resultados evidenciaram que os adolescentes tem desconhecimento sobre sua saúde e ingerem mais álcool e fumam tabaco em relação aos adultos/idosos. Os adolescentes homens praticam mais atividade física moderadas e intensas em relação aos adultos/idosos mulheres. Os adultos/idosos se relacionam mais com seus amigos em relação aos adolescentes; as mulheres adultas/idosas se preocupam mais com a ingestão de alimentos gordurosos e doces em relação aos homens. Dessa forma foi possível concluir que os homens adolescentes precisam rever seus hábitos alimentares, ingerindo mais frutas e vegetais e menos doces e gorduras, conhecer mais sua saúde, ingerirem menos álcool e fumar menos, já os adultos/idosos precisam praticar mais atividades físicas moderadas e intensas. É necessário, também, repensar aspectos relacionados às relações sociais, principalmente no que se refere a discussões familiares ou em grupo.

Palavras-Chave: Estilo de Vida. Atividade Física. Saúde.

¹Acadêmico do curso de Educação Física – Licenciatura da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – eduardo.trautmann@gmail.com

²Professora Dr^a. do Curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ mkrug@unicruz.edu.br



ASSOCIAÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO MÉDIO COM A APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA A SAÚDE

BORGES, Franciele Machado Ribeiro¹; KRUG, Moane Marchesan²; ROSSATO,
Vania Mari³; KRUG, Rodrigo de Rosso⁴;

Sabendo-se que a aptidão física relacionada à saúde está diretamente ligada ao melhor estado de saúde e conseqüentemente a inúmeros benefícios biopsicossociais, este estudo teve como objetivo relacionar a participação nas aulas de Educação Física no ensino médio com a aptidão física de escolares. Estudo descritivo quantitativo com 43 alunos de ambos os sexos com idade entre 15 e 17 anos, regularmente matriculados no 1º e 2º anos do ensino médio de uma escola estadual de Cruz Alta/RS. Os alunos foram divididos em dois grupos, participantes de Educação Física (22) e não participantes (21). Utilizou-se ficha sociodemográfica, o Questionário Internacional de Atividades Físicas nos domínios lazer e deslocamento e testes de avaliação da aptidão física para a saúde do Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR), versão 2012. A análise de dados ocorreu por meio do teste de *Wilcoxon*. A maioria dos alunos encontrava-se na zona saudável no que se refere ao IMC (81,4%) e flexibilidade (58,1%), e em zona de risco na aptidão cardiorrespiratória (58,1%) e resistência abdominal (81,4%). A única variável que apresentou diferença significativa foi a aptidão cardiorrespiratória ($p=0,033$), onde o grupo que participa das aulas da disciplina teve melhores índices de aptidão cardiorrespiratória (média de $1201,00 \pm 204,11$) quando comparados aos alunos que não participavam (média de $980,00 \pm 278,64$). Concluiu-se que a Educação Física por si só não pode ser considerada como fator determinante no desenvolvimento geral da aptidão física relacionada saúde nem na melhora do desempenho cognitivo, porém se bem planejada, pode contribuir para um estilo de vida mais ativo, proporcionando uma melhor aptidão física.

Palavras- Chave: Educação Física Escolar. Aptidão Física. Saúde.

¹Acadêmica do curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ –

²Professora da UNIJUI e doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Educação Física – UFSC

³Professora Me. do Curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ –

vaniarst@hotmail.com

⁴Professor Me. do Curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ –

rkrug@unicruz.edu.br



A INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO FÍSICO NO ESTADO EMOCIONAL DOS MILITARES DO 29º GAC AP

SILVA, John Hebert Alves Miranda¹; MARTINS, Erecy Roberto Segala²

O presente estudo tem como objetivo analisar o perfil emocional dos militares do 29º GAC AP em função do treinamento físico militar. É uma pesquisa quase experimental com a finalidade de investigar a influência de um programa de exercícios físicos no estado emocional de seus praticantes. Para verificação do perfil emocional foi utilizado o teste POMS que avalia seis estados (Tensão - TS; Depressão - DP; Raiva - RV; Vigor - VG; Fadiga - FD; Confusão Mental - CM). O teste foi aplicado 15 minutos antes (M1) e 15 minutos após (M2) a uma sessão de treinamento físico militar. A análise estatística dos dados foi tratada utilizando a estatística descritiva, média e desvio padrão e o teste "t" de student, para comparar o estado de humor de pré e pós teste. O nível de significância adotado foi de $p \leq 0,05$. Após a análise dos dados observou-se que os resultados da pesquisa apontaram haver diferenças significativas ($p < 0,05$) entre os momentos M1 e M2. Sendo que, a maioria das variáveis negativas reduziu exceção a fadiga, seus níveis iniciais e no sentido inverso, o Vigor, fator positivo aumentou. Dessa forma foi possível concluir que o treinamento físico interferiu no perfil emocional dos militares estudados.

Palavras-Chaves: Atividade física. Perfil emocional. Treinamento físico militar.

¹Acadêmico do curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – john-mineiro@hotmail.com

²Professor do Curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – betosegalla@hotmail.com



CONDIÇÕES DE ACESSIBILIDADE EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NAS ESCOLAS ESTADUAIS DE PANAMBI - RS

ZANOSO, Lucieli Bartsch¹; ROSSATO, Vania Mari²

A acessibilidade é uma questão fundamental para que se consolide o processo de inclusão, a qual é atualmente a maior pretensão das escolas públicas. Dessa forma realizou-se este trabalho com a finalidade de verificar se as escolas estaduais da cidade de Panambi-RS possuem acessibilidade para receber alunos com diferentes tipos de deficiências em suas dependências e imediações. Participaram desta pesquisa as cinco, das sete escolas estaduais, que se localizavam na zona urbana do município. Como instrumento para coleta de dados foi utilizado roteiro com indicadores para o levantamento do número de alunos com deficiência e outro roteiro de observação das condições físicas da escola e também os registros fotográficos feitos durante a visita. Nas cinco escolas pesquisadas de um total de 3.140 matrículas dos ensinos fundamental e médio, nas modalidades regular e EJA, encontrou-se 17 alunos com alguma deficiência e destes apenas três não participavam das aulas de educação física. Esta não participação, não se deve à falta de acessibilidade das escolas e sim por outros fatores. Portanto, as escolas no geral possuem condições básicas de acessibilidade, algumas mais e outras menos condições, esta acessibilidade estaria condicionada ao tipo de deficiências que a escola viria a receber.

Palavras-Chave: Escola. Acessibilidade. Educação Física. Deficiências.

¹Acadêmica do curso de Educação Física – Licenciatura da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – lucielibartsch@yahoo.com.br

²Professora Me. do Curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – vaniarst@hotmail.com



APTIDÃO FÍSICA DE ESCOLARES COM DEFICIÊNCIA INTELLECTUAL LEVE

PUGLIA, Marília Basílio¹; PANDA, Maria Denise Justo²

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de campo do tipo descritiva que teve como objetivo avaliar a aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho esportivo dos escolares diagnosticados com deficiência Intelectual leve. Participaram todos os alunos diagnosticados das três escolas participantes do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência - PIBID/ UNICRUZ/ Educação Física do Município de Cruz Alta/ RS, totalizando 21 alunos, na faixa etária de 06 a 12 anos. Após a autorização da coordenadora institucional do PIBID/UNICRUZ, da direção das escolas, aceite dos alunos e assinatura do TCLE – termo de consentimento livre e esclarecido pelos responsáveis dos alunos, foram marcadas a data para aplicação dos testes. O instrumento utilizado foi o Manual de testes e avaliação PROESP-BR (Projeto Esporte Brasil) que avalia a aptidão física relacionada a saúde e ao desempenho esportivo. Esta pesquisa teve como intenção verificar o nível de desenvolvimento dos alunos no sentido de obter indicadores que possam contribuir com um planejamento de atividades de acordo com as reais necessidades dos alunos, levando em conta que as oficinas de educação psicomotora devem apresentar significância para todos os seus participantes. As variáveis que avaliaram a saúde dos educandos mostraram que a maioria dos alunos, das três escolas, está na zona de risco, o que indica que uma maior atenção deve ser dada no trabalho realizado pelos bolsistas juntamente com ações da direção das escolas, que também tem um papel importante na orientação dos alunos e dos familiares, na busca de uma vida mais saudável para as crianças. O mesmo demonstrou as variáveis relacionadas ao desempenho esportivo desses alunos, a grande maioria ficou aquém do esperado, salvo poucas exceções em poucas variáveis, o que não nos possibilitou encontrar nenhum talento esportivo.

Palavras Chave: Deficiência Intelectual. Escolares. Aptidão Física. PIBID.

¹Acadêmica do curso de Educação Física – Licenciatura da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – mariliabpuglia@gmail.com

²Professora Dr^a. do Curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ - dpanda@unicruz.edu.br

PIBID – Programa Institucional de Bolsa de Iniciação a Docência com fomento da CAPES.



AS OFICINAS DE CAPOEIRA NO PROJETO MAIS EDUCAÇÃO NA ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL FREI GALVÃO DE TUPANCIRETÃ/RS

RAMOS, Pierre José¹; PANDA, Maria Denise Justo²

Este estudo teve como objetivo analisar as contribuições da capoeira para as crianças participantes do Programa Mais Educação da Escola Municipal de Ensino Fundamental Frei Galvão de Tupanciretã-RS, com relação às formas de comunicação e as atitudes dos alunos participantes. Foram sujeitos os professores dos anos iniciais do ensino fundamental e a diretora da escola, totalizando sete participantes. Para coleta das informações com as professoras foi utilizado um questionário com questões fechadas. Primeiro o estudo fez uma descrição da característica didática das aulas e após foi utilizada a estatística descritiva com inferência percentual dos resultados do questionário. As aulas de capoeira no Programa Mais Educação na EMEF Frei Galvão se caracterizam por atender trinta alunos em aulas com duração de quarenta e cinco minutos desde o ano de 2013, sendo enfatizadas as questões de respeito e ética social. Concluiu-se que as aulas de capoeira vêm de encontro às propostas do Programa Mais Educação, desenvolvendo aulas produtivas ensinando aos alunos as técnicas e táticas dos golpes, bem como, transmitindo a eles a fragmentos da história da capoeira com todo seu início e fim de roda, onde se aplicam todos os conhecimentos motores, emocionais, sociais e cognitivos aprendidos nas aulas. Também são fortalecidas as ações voltadas aos valores humanos e práticas direcionadas à formação da cidadania. Com relação aos aspectos investigados referentes às aprendizagens manifestadas pela expressão corporal, verbal e escrita se concluiu que 100% dos professores entrevistados concordaram que houve benefícios no que se diz respeito à expressão corporal, 85,7% concordaram ser positivo para expressão verbal e 14,3% em relação à expressão escrita, sendo isso justificado pelo fato de a capoeira trabalhar mais com as habilidades motoras amplas. No que se referem às atitudes evidenciadas 71,4% dos professores concordaram que as aulas de capoeira contribuíram para as atitudes de respeito, 100% de concordância no que se diz respeito à cooperação, 71,4% concordaram no aumento da atenção, e 85,7% concordaram para os aspectos atitudinais disposição/participação. O estudo evidencia ser importante favorecer atividades físicas voltadas a cultura corporal com ênfase nos valores humanos.

Palavras chave: Capoeira. Comunicação, Atitudes. Escolares.

¹Acadêmico do curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – belujax@gmail.com

²Professora Dr^a. do Curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ - dpanda@unicruz.edu.br



ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA E CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO: UM ESTUDO DE CASO COM UM SUJEITO COM SÍNDROME DO DOWN

FERNANDES, Rui Guilherme Pedroso¹; KRUG, Marília de Rosso²

A Síndrome de Down (SD) caracteriza-se por uma condição genética associada ao retardo mental, resultante de anormalidades cromossômicas. A falta de percepção, de equilíbrio, o subdesenvolvimento dos sistemas respiratórios e cardiovasculares, a visão e audição limitadas são algumas das características apresentadas por pessoas com SD, além da síndrome metabólica e obesidade que ainda são uma prevalência nessa população. Desta forma, este estudo tem como objetivo analisar o efeito de um programa de atividade físicas, envolvendo exercícios resistidos e aeróbicos, realizado três vezes semanais, durante uma hora em uma pessoa com SD. As informações foram obtidas a partir do prontuário do caso em estudo armazenado no banco de dados do Instituto de Cardiologia de Cruz Alta-RS, com data inicial em setembro do ano de 2004 e data final em agosto de 2014. As variáveis estudadas foram: o índice de massa corporal (IMC), a circunferência da cintura (CC) e o consumo máximo de oxigênio ($VO_2MÁx$). vale ainda ressaltar que os aspectos nutricionais não foram controlados durante esse período de tempo. No ingresso ao programa de treinamento o aluno possuía o IMC de $36,5\text{kg/m}^2$ classificando-se como Obeso Grau II, na segunda análise o IMC do avaliado encontrava-se em $30,2\text{kg/m}^2$ classificado em Obesidade Grau I, ocorrendo desta maneira um declínio nesse índice o que representa melhora na sua composição corporal. Corroborando o IMC na composição corporal, notou-se também redução na CC, ou seja, sua classificação mudou de muito aumentado para aumentado, caracterizando melhora de 5% nesse índice. A obesidade ainda é a doença que predispõe a outras doenças crônicas e está presente em grande frequência na população com SD necessitando assim conscientizar o aluno e familiares da importância de uma dieta balanceada e adequada as necessidades individuais como método de prevenção e combate da obesidade e sobrepeso. Na variável o $VO_2máx$ o aluno adentrou no programa com $14,98\text{ ml/kg/min}$ e classificação muito fraca, após o período de treinamento aumentou para $24,85\text{ ml/min/min}$ e a classificação passou de muito fraca para fraca, caracterizando uma melhora de 66%. Sabe-se que o $VO_2máx$ caracteriza-se como o maior volume de oxigênio por tempo que um indivíduo consegue captar durante uma atividade máxima e ainda seus valores podem auxiliar a classificar o nível de aptidão física atual deste indivíduo, sendo este um item fundamental na vida diária desta população e que necessitam de uma constante manutenção para que os agravos metabólicos e funcionais não se agravem e comprometam a saúde deste indivíduo. Com esse estudo foi possível concluir que um programa de atividade física contendo exercícios aeróbicos e resistidos, realizados durante o período do estudo promoveram melhoras na composição corporal e aptidão cardiorrespiratória no caso estudado.

Palavras Chaves: Síndrome de Down. Composição Corporal. Aptidão Cardiorrespiratória.

¹Acadêmico do curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – fernandes.rui@outlook.com

²Professora Dr^a. do Curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ mkrug@unicruz.edu.br