



VII SEMANA ACADÊMICA E VII SEMINÁRIO DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

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

BORGES, Franciele Machado Ribeiro ¹; KRUG, Moane Marchesan ²; ROSSATO, Vania Mari ³; KRUG, Rodrigo de Rosso⁴

RESUMO

Sabendo-se que a aptidão física relacionada á 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 á 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, porem 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.

¹Academica do curso de Licenciatura em Educação Física da UNICRUZ.

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

³Professor(a) UNICRUZ.

⁴Doutorando do Programa de Pós-Graduação em Ciência Médicas da UFSC.

¹Academica do curso de Licenciatura em Educação Física da UNICRUZ.

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

³Professor(a) UNICRUZ.

⁴Doutorando do Programa de Pós-Graduação em Ciência Médicas da UFSC.