



UM ESTUDO DOS NÍVEIS DE FORÇAS DO MEMBRO SUPERIOR E ABDOMINAL DOS ALUNOS DO 5º ANO DO PIBID/UNICRUZ - EDUCAÇÃO FÍSICA

CORTES, Manoela Farias⁵⁹; ROSSATO, Vania Mari⁶⁰

Resumo: Esse estudo teve como objetivo avaliar os níveis de força do membro superior e do membro abdominal de alunos dos 5^{os} anos do ensino fundamental, das escolas integrantes do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência PIBID/ UNICRUZ no subprojeto do curso de Educação Física, da cidade de Cruz Alta – RS do ano de 2017. Teve como característica quantitativa descritiva diagnóstica. Participaram desse estudo 39 alunos dos 5^{os} anos das escolas participantes do PIBID: Escola Estadual de Ensino Fundamental Doutor Cândido Machado e Instituto Estadual de Educação Professor Annes Dias. O instrumento de pesquisa utilizado foi composto de dois testes que fazem parte da bateria de testes preconizados pelo Projeto Esporte Brasil PROESP-BR. Foram utilizados o teste de força explosiva de membros superiores para aptidão física e desempenho desportivo e teste de resistência abdominal para aptidão física e a saúde. Os dados foram interpretados a partir do programa SPSS através da análise estatística descritiva (frequência e percentual), para observar se existem diferenças significativas entre as escolas. Esse estudo permitiu conhecer os níveis de força dos membros superiores dos alunos, possibilitando a reflexão dos professores na importância de ter um treinamento de força além de atividades distintas para melhor desempenho físico no seu dia a dia e sobre a importância da utilização deste treinamento com supervisão correta para melhor eficácia no treinamento e assim uma melhor qualidade de vida.

Palavras-Chave: Educação física escolar, PIBID, força, aptidão física.

⁵⁹ Acadêmica do curso de Educação Física – Licenciatura UNICRUZ. Bolsista PIBID/UNICRUZ – Educação Física. E-mail: manoelafcortes@hotmail.com.

⁶⁰ Mestre em ciência do movimento (UNISC) Professora do curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ. Coordenadora PIBID/UNICRUZ – Educação Física. E-mail: vaniarst@hotmail.com