ISSN 2177-031X

ENAPEF

42º ENCONTRO NACIONAL DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
26º CONGRESSO CIENTÍFICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
5º FÓRUM DE MOBILIZAÇÃO GAÚCHA PELA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR
2º ENCONTRO COMUNITÁRIO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA, PREVENÇÃO E PROMOÇÃO À SAÚDE

42 anos

28, 29, 30 de Abril e 01 de Maio/2016

Capão da Canoa/RS - Brasil

PROMOÇÃO / REALIZAÇÃO

APEF-RS 70 Anos 1945-2015 Educação Física
www.apefrs.com.br

CAPÃO DA CANOA

APOIO

SINPEF/RS

UNIVERSIDADE FEEVALE

UnilaSalle Editora

CREF2/RS

2016 Editora Unilasalle

Todos os direitos desta edição reservados à APEFRS.

Arte da capa: APEFRS

Diagramação/Projeto Gráfico: Ricardo F. Neujahr

UnilaSalle Editora

Editora Unilasalle

Av. Victor Barreto, 2288 - Canoas - Centro - 92.010-000

editora@unilasalle.edu.br

+55 51 3476.8603

http://www.revistas.unilasalle.edu.br

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

E56e Encontro Nacional dos Profissionais de Educação Física (42. : 2016 : Capão da Canoa, RS).
ENAPEF, 42 anos : 42º Encontro Nacional dos Profissionais de Educação Física, 26º Congresso Científico de Educação Física, 5º Fórum de Mobilização Gaúcha pela Educação Física Escolar, 2º Encontro Comunitário sobre Atividade Física, Prevenção e Promoção à Saúde, 28, 29, 30 de abril e 01 de maio 2016, Capão da Canoa, RS, Brasil [recurso eletrônico] / Associação dos Profissionais de Educação Física do Rio Grande do Sul ; [organização e coordenação geral Sergio de Brito Martini]. – Dados eletrônicos. – Canoas, RS : Ed. Unilasalle, 2016.
1 CD-ROM : color. ; 4 ¾ pol.

ISSN 2177-031X

1. Educação física – Eventos. I. Congresso Científico de Educação Física (26. : 2016 : Capão da Canoa, RS). II. Fórum de Mobilização Gaúcha pela Educação Física Escolar (5. : 2016 : Capão da Canoa, RS). III. Encontro Comunitário sobre Atividade Física, Prevenção e Promoção à Saúde (2. : 2016 : Capão da Canoa, RS). IV. Associação dos Profissionais de Educação Física do Rio Grande do Sul. V. Martini, Sergio de Brito. VI. Título.

CDU: 796:37(063)

Bibliotecário responsável: Samarone Guedes Silveira - CRB 10/1418

Os textos assinados, tanto no que diz respeito a linguagem como ao conteúdo, são de inteira responsabilidade dos autores e, não expressam necessariamente a opinião da APEF. É permitido citar parte dos textos sem autorização prévia, desde que seja identificada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei n.º 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

ISSN – 2177-031X

ORGANIZAÇÃO E COORDENAÇÃO GERAL

Sergio de Brito Martini / APEF-RS – CREF 007371 G/RS

COORDENADOR DO CONGRESSO CIENTÍFICO

Prof. Dr. Marcelo Marques Soares / FEEVALE

Pareceristas

Profª.Dra. Adriana Marque Toigo
(Unilasalle)

Prof. Dr. Alexandre Scherer
(Rede Metodista de Educação do Sul – IPA)

Prof. Dr. Eraldo dos Santos Pinheiro
(UFPEL)

Prof. Me. Marcelo Curth
(FEEVALE)

SUMÁRIO

1. A INFLUÊNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NOS NÍVEIS DE ANSIEDADE EM ADOLESCENTES 06

2. APROPRIAÇÃO DA PRAÇA DA JUVENTUDE PELA COMUNIDADE: O CASO DE NOVO HAMBURGO/RS 08

3. A SOCIALIZAÇÃO SEGUNDO PETER BERGER E THOMAS LUCKMANN 10

4. AVALIAÇÃO DOS NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA DE IDOSOS SEDENTÁRIOS .. 12

5. CAPOEIRA NA ESCOLA: UMA PROPOSTA DE APRENDIZAGEM PARA AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO MUNICÍPIO DE PORTO ALEGRE 14

6. CARACTERIZAÇÃO DO *BULLYING*: UM ESTUDO REALIZADO COM ESCOLARES NOS MUNICÍPIOS DE ENCRUZILHADA DO SUL, NOVO CABRAIS, PASSO DO SOBRADO – RS 16

7. CRITÉRIOS PARA SELEÇÃO DE ALUNOS PARA DISPUTA DE MODALIDADES COLETIVAS DOS JOGOS ESCOLARES 18

8. EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM ESTUDO DE CASO NOS ANOS INICIAIS DA ESCOLA PAULO FREIRE 20

9. EFEITOS DE AULAS DE YOGA NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS 22

10. ESTADO NUTRICIONAL DE HIPERTENSOS FREQUENTADORES DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE NA CIDADE DE CACEQUI-RS 24

11. ESTÁGIO DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSAS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA E IDOSOS CLIENTES DE UMA CLÍNICA DE DERMATOLOGIA 26

12. ESTÁGIO DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM PROFESSORES DE UMA ESCOLA PÚBLICA 28

13. ESTRATÉGIAS E DIVERSIDADE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA DESENVOLVER CONTEÚDOS RELACIONADOS AO VOLEIBOL 30

14. EXERCÍCIOS AQUÁTICOS PARA PACIENTES COM LOMBALGIA CRÔNICA: ENSAIO CLÍNICO ALEATÓRIO 32

15. LUTA: UMA CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO PARA SER EXPLORADA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA 34

16. NA PONTA DOS PÉS: SUSTENTANDO O PRECONCEITO 36

17. OS CURRÍCULOS DE FORMAÇÃO INICIAL DO EDUCADOR FÍSICO COM ENFOQUE NA SAÚDE: ESTADO DA ARTE 38

18. POLÍTICAS PÚBLICAS E A ATUAÇÃO DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA 40

19. PROJETO E.M.E.F. ARAÇÁ NA MEDIDA CERTA 42

20. RELAÇÃO ENTRE A AGILIDADE E EQUILÍBRIO DINÂMICO COM A GLICEMIA DE PARTICIPANTES DOS GRUPOS DO PET-VIGILÂNCIA EM SAÚDE 44

21. RELAÇÃO ENTRE IMC E A CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA EM ADOLESCENTES DE 10 A 12 ANOS DE ESCOLAS ESTADUAIS DE CANOAS/RS 46

22. QUESTÕES ÉTNICO-RACIAIS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UMA INVESTIGAÇÃO DOCENTE 48

A INFLUÊNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NOS NÍVEIS DE ANSIEDADE EM ADOLESCENTES

Camila Felin Fochesatto, Claudinara Botton Dal Paz, Aniele Elis Scheuermann, Carlise Olshowsky Pereira, Mabel Micheline Olkoski, Vera Lucia Rodrigues de Moraes

Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – Câmpus de Frederico Westphalen

RESUMO

Fazemos parte de uma geração turbulenta marcada pela ascensão da tecnologia e sua rápida disseminação. Novidades surgem a todo instante em busca de usuários que optam por acompanhá-las, inserindo-as em suas atividades cotidianas, na sua vida social. Além disso, a falta de tempo, a sobrecarga de responsabilidades, o excesso de informações – características de uma sociedade sob constante pressão – vulnerabiliza seus indivíduos a situações que promovam o aparecimento de patologias psicológicas. Diante disso, dispomos da pesquisa, que é uma ferramenta de fundamental importância para o aprimoramento científico, através do qual busca-se de maneira efetiva suprir as carências e solucionar problemas que atingem a sociedade. No caso da área da saúde, essa necessidade é visível já que se trabalha com o ser humano que está em constante transformação. A Educação Física Escolar tem sido alvo de diversas discussões que investigam seus benefícios aos praticantes. O presente estudo teve por objetivo avaliar os níveis de ansiedade antes e após as aulas de Educação Física, para verificar se esta disciplina é capaz de influenciar no bem-estar psicológico dos adolescentes com distinção de gêneros. Participaram da pesquisa doze alunos do Ensino Médio com idade entre 16 e 18 anos de ambos os sexos, aptos a realizarem a intervenção proposta. A pesquisa teve fundamentação teórica com revisão bibliográfica, descritiva e de campo, com abordagem quantitativa. Na coleta de dados realizou-se um teste psicológico (Escala de Back) para verificar a ansiedade dos adolescentes O inventário constitui-se de um formulário com vinte e um itens que direcionam aos principais sintomas comuns de ansiedade e que devem ser avaliados pelo sujeito com referência em si mesmo, numa escala de quatro pontos, que refletem níveis crescentes dos sintomas. O escore total é o resultado da soma dos escores dos itens individuais. O total do escore possibilita a visualização do nível de ansiedade do indivíduo. Sete dias depois, foi aplicada a intervenção que consistiu em uma aula de Educação Física composta de parte inicial, principal – atividade recreativa (futebol em dupla) - e volta à calma, com duração de sessenta minutos. Logo após a aula, os participantes responderam novamente o teste psicológico para avaliar possíveis alterações nos níveis de ansiedade. Para isso utilizou-se o teste T Pareado empregado para comparar duas amostras em dois momentos diferentes, como por exemplo, quando um grupo é testado pré e pós-intervenção. Os resultados foram os seguintes: em ambos os sexos, uma pontuação com média e desvio padrão pré-intervenção de 10,75±9,08 o que indica um nível de ansiedade que varia de leve a mínimo e pós-intervenção de 7,08±6,97 pontos, apresentando um nível de ansiedade mínimo. Nas escolares do sexo feminino em média e desvio padrão, no momento pré-intervenção foram

13,13±10,45 pontos e no pós-intervenção foram 8,75±8,1. No sexo masculino a média e desvio padrão apresentaram no momento pré-intervenção 6±1,41 e no pós-intervenção 3,75±1,71. Tal resultado apresenta significância estatística (p = 0,009). Concluiu-se que após a realização da aula de Educação Física, os adolescentes escolares apresentaram níveis mais baixos de ansiedade, ocorrendo com maior efetividade no sexo feminino.

Ansiedade, Adolescentes, Educação Física Escolar.

camila-fochesatto@hotmail.com

(55) 9923-1979

APROPRIAÇÃO DA PRAÇA DA JUVENTUDE PELA COMUNIDADE: O CASO DE NOVO HAMBURGO/RS

Alison Trindade de Vargas

Universidade do Vale do Rio dos Sinos - UNISINOS

RESUMO

O programa Praça da Juventude, criado pelo Governo Federal em 2007, é uma ação destinada a aumentar os espaços urbanos de convivência comunitária e oferecer um equipamento público e qualificado às comunidades com índices de vulnerabilidade social que possuem reduzido ou nenhum acesso a equipamentos públicos de esporte e lazer. Para que se cumpra essa finalidade, as praças criadas por esse programa precisam ser apropriadas pela comunidade em acordo com seus objetivos. Ou seja, para que esse programa de Governo alcance os resultados esperados não basta apenas a disponibilidade de recursos do Governo Federal, a iniciativa e capacidade de gestão das prefeituras, além disso, é também preciso que a comunidade se aproprie desses espaços públicos em acordo com os objetivos dessa política. Este artigo apresenta os resultados de uma investigação que teve tem por objetivo analisar se a apropriação da Praça da Juventude pela comunidade do Bairro Santo Afonso, em Novo Hamburgo/RS, corresponde aos objetivos dessa política pública: a democratização do acesso ao esporte e ao lazer, a inclusão e a promoção da saúde. O artigo se estrutura em acordo com a metodologia desenvolvida na investigação, apresentando análises de documentos oficiais e citados pelo Ministério como referências para essa política pública, observações diretas da interação entre a comunidade e o espaço da Praça da Juventude, assim como análises de entrevistas semiestruturadas com usuários e gestores. Os resultados da investigação evidenciaram que a Praça da Juventude tem sido apropriada pela comunidade em acordo com os seus objetivos. Ao triangular as entrevistas com as observações realizadas pudemos observar a forte frequência da comunidade às atividades que animam esse equipamento público que oferece práticas esportivas, atividades recreativas, educativas, culturais e sociais, atingindo assim a democratização do acesso ao esporte e ao lazer. Também observamos que a Praça da Juventude de Novo Hamburgo ao oferecer atividades diversificadas também possibilita a inclusão de gênero, são homens e mulheres usufruindo das atividades ofertadas e dos espaços da Praça. Da mesma forma, observou-se, quanto à intergeneracionalidade, que as atividades oferecidas contemplam a participação de crianças, jovens e adultos. Para atingir os objetivos dessa política, alguns fatores foram determinantes: a articulação de esforços dos poderes Federal e Municipal na concretização dessa ação; o amplo leque de atividades ofertadas com orientação, o estimulo ao lazer ativo, a qualidade dos equipamentos, a gratuidade e a segurança; assim como a participação da comunidade, tanto na utilização quanto na gestão da Praça por meio da Associação de Amigos da Praça, criada pela comunidade. Por outro lado, dois aspectos devem ser melhor desenvolvidos: primeiramente, há ausência de uma maior participação da juventude, principalmente em atividades dirigidas. A juventude parece ocupar espaços/tempos marginais na Praça da Juventude, aqueles que não contemplados por projetos ou ativi-

dades dirigidas. Os espaços e atividades centrais da praça parecem se relacionar a um padrão normatizado e disciplinado de comportamento, que agrada a adultos e crianças, mas que não dá espaço para as necessidades de exercício de autonomia da juventude. Em segundo lugar, pessoas com deficiência ou os usuários do Centro de Atenção Psicossocial existente no bairro não se apropriam desse espaço. Alguns fatores foram determinantes para o bom desenvolvimento dessa política pública: a articulação de esforços dos poderes Federal e Municipal na concretização dessa iniciativa; o amplo leque de atividades ofertadas com orientação, o estimulo ao lazer ativo, a qualidade dos equipamentos, a gratuidade e a segurança; assim como a participação da comunidade, tanto na utilização quanto na gestão da Praça. Esperamos com essa investigação dar uma contribuição às pesquisas e projetos comprometidos com a democratização do esporte e do lazer. Ao mesmo tempo, a investigação permitirá dar um retorno à comunidade da Praça da Juventude do bairro Santo Afonso, com a finalidade de qualificar essa política pública. Acreditamos que políticas de esporte e lazer como essa promovem a inclusão social, o enfrentamento das desigualdades e o fortalecimento da cidadania; garantindo o exercício de direitos e a construção de uma sociedade mais justa.

Políticas de esporte e lazer, Praça da Juventude, Cidadania.

alison.esteio@gmail.com

51 9722 0188

A SOCIALIZAÇÃO SEGUNDO PETER BERGER E THOMAS LUCKMANN

Jéssica Frasson, Victor Julierme Santos da Conceição, Elisandro Wittizorecki

Grupo de Estudos Qualitativos Formação de Professores e Prática Pedagógica
em Educação Física e Ciências do Esporte – F3p-efice

RESUMO

Este resumo tem como objetivo apresentar os elementos teóricos que embasam uma dissertação de mestrado, cujo o tema central é o processo de socialização docente de professores de Educação Física iniciantes. Desta forma, traçamos uma discussão sobre o conceito de socialização, embasados no campo da sociologia. Para isso, nos apropriamos das reflexões de Berger e Luckmann (2012). Os autores apresentam que o homem constrói o seu próprio conhecimento da realidade, tratando das relações entre o pensamento humano e o contexto social dentro do qual ele vive. Mas, ainda destacam que "o indivíduo não nasce membro da sociedade. Nasce com a predisposição para a sociabilidade e torna-se membro da sociedade" (p.167). Neste momento de predisposição inicia-se um processo, no qual se desenlaça pelas interações sociais, ao mesmo tempo que inscrevo o sujeito no social também sou inscrito, ou seja, o homem constrói e molda a sociedade e é por ela influenciado, e é por ela moldado. Assim como os professores de Educação Física iniciantes ao ingressarem nas escolas. Os professores não pertencem aquela determinada cultura, mas se colocam a predisposição para a sociabilidade. Para Berger e Luckmann (2012, p. 167) "estar em sociedade é participar da dialética da sociedade". Através desse processo ontogenético é que os autores caracterizam a socialização, como uma "ampla e consistente introdução de um indivíduo no mundo objetivo de uma sociedade ou um setor dela" (p.169). Deste modo, entendemos que o processo de socialização consiste em fazer com que o indivíduo seja capaz de interagir na sociedade, de interiorizar, subjetivar, objetivar, e, dessa forma ser um ser social capaz de modificar o meio em que vive no intuito de suprir as suas necessidades. O mesmo ocorre com os professores de Educação Física, que além de ingressar na cultura, precisa interagir com os demais sujeitos em um processo de compreensão e construção de si mesmo e também dos mecanismos de rotina da realidade de vida cotidiana na cultura escolar. Berger e Luckmann (2012, p.169) ainda conceituam a socialização em primária e secundária, "a socialização primária é a primeira socialização que o indivíduo experimenta na infância, e em virtude da qual torna-se membro da sociedade." É desenvolvida pela criança, através da incorporação de um "saber de base", que depende das relações que se estabelecem entre o mundo social da família e a escola, permitindo a construção e a antecipação das condutas sociais. Já a socialização secundária diz respeito à incorporação de saberes especializados — saberes profissionais — definidos e construídos por referência a um campo especializado de atividades. "É a interiorização de "submundos" institucionais ou baseados nas instituições" (p.179). Compreendemos a socialização secundária como um processo que introduz o indivíduo já socializado em novos setores da sociedade. Ao contrário da socialização primária, onde o indivíduo possuía, em princípio, menor resistência a aceitação, devido à confiança dispensada à seus pais, por

exemplo; na socialização secundária o indivíduo já se reserva o direito de contestar o que lhe é objetivado e endereçado pelo seu universo simbólico. Finalizamos esse resumo com a compreensão de que a socialização é um processo permanente e nunca concluído, implicando esforços contínuos de atualização. A mudança social, acelerada em certos períodos, implica nos processos de socialização, ao transformar práticas, linguagens, ideologias e estruturas sociais. Podemos destacar que a intensidade da socialização varia ao longo da vida. Ainda, podemos ressaltar que em ambos os momentos (primaria e secundária) a intensidade da socialização se dá pelo fato da dependência. Ou seja, na primaria depende dos outros sujeitos para me inscreverem no social, para que possa conhecer o mundo objetivo. E na secundária essa dependência dos sujeitos acontece pelo fato de eu precisar do outro para construir minhas relações, minhas colisões, para que possa construir minha subjetividade. Assim, esse processo de socialização nos remete a pensar sobre os professores de Educação Física iniciantes, em como se constitui a dialética de serem inscritos e inscreverem na cultura escolar, de conhecer e integrar-se na cultura.

Socialização, Professores iniciantes, Educação Física.

jehfrasson@hotmail.com

AVALIAÇÃO DOS NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA DE IDOSOS SEDENTÁRIOS

Bianca Aparecida Lopes de Paula, Sandra Rozanski

Secretaria Educação do Estado do Paraná (SEED/PR)

RESUMO

Com o aumento da população idosa mundial, tornou-se importante a identificação das condições que melhor permitem envelhecer com qualidade. Um dos fatores que determina a expectativa de vida saudável é a independência para a realização de atividades físicas diárias. A aptidão física é a capacidade de realizar atividades cotidianas sem esforço e com tranquilidade e que está relacionada diretamente com a saúde e qualidade de vida. Atualmente a grande maioria das pessoas tem uma postura errônea com relação ao potencial dos idosos. Por isso, é importante frisar que quando um idoso se mantém ativo, realizando atividades físicas, ele tende a manter sua qualidade de vida. Neste contexto, objetivou-se com este estudo avaliar o nível de aptidão física de um grupo de idosos, verificando a força e flexibilidade dos membros superiores e inferiores, equilíbrio, agilidade e resistência aeróbia. Foram avaliados 47 idosos do sexo masculino e feminino, com idade igual ou superior a 60 anos, do centro de convivência, do município de Foz do Jordão/Pr. As avaliações consistiram em teste de levantar da cadeira, flexão de braço, índice de massa corporal (IMC), marcha estacionária de dois minutos, sentar e alcançar os pés, alcançar as costas e teste de levantar e caminhar, sendo aplicados respectivamente nessa ordem. Esta bateria de testes pertence ao protocolo proposto por Rikli e Jones (2008). Os materiais utilizados foram cadeiras com encosto reto (sem braços) com altura aproximadamente de 43 cm, balança antropométrica da marca Welmy (com capacidade para 150 kg, com precisão de 100g e com altura máxima de dois metros e precisão de 0,5 cm), cronômetros com precisão de segundos, pesos manuais (2,27 kg para mulheres e 3,63 kg para homens), cones, régua de 50 cm, fita métrica, fita crepe, fichas de escore individuais, cartazes para sinalizar os percursos. Os dados foram analisados com estatística descritiva com tendência central (média) e dispersão (desvio-padrão), frequência absoluta e relativa. Para comparar os resultados dos testes dos homens e mulheres foi utilizado o teste “t” de student para amostras independentes. O nível de confiança adotado foi de 0,05. Houve um elevado percentual de idosos com sobrepeso, principalmente do sexo masculino (65%). No teste de força muscular do segmento corporal inferior 95% dos homens estavam abaixo da média e 78% das mulheres, no teste de flexão de braço que avalia a força e resistência muscular do segmento superior do corpo, essa perda ficou mais evidente entre as mulheres que apresentaram 67% abaixo da média, o grupo masculino foram 45%, no teste de marcha que estima a resistência aeróbia, a maioria (95%) das mulheres e homens avaliados foi classificada dentro da média recomendada, com relação à flexibilidade do segmento inferior do corpo a maioria apresentou 85% de flexibilidade abaixo do esperado para a idade que têm no teste de alcançar as costas que procura avaliar a movimentação geral do ombro, 37% do grupo de mulheres ficaram abaixo do nível recomendado, por fim no teste de levantar e caminhar que avalia a mobilidade, velocidade e equilíbrio dinâmico, a maioria do grupo masculino (50%)

ficou abaixo da média recomendada. Desta forma a aptidão física possui um papel importante em adiar a fragilidade e manter a mobilidade nos idosos. Os idosos apresentaram valores abaixo do recomendado principalmente nos testes que envolvem força e flexibilidade, bem como os que envolvem agilidade e equilíbrio. Apesar de essas perdas serem características da senescência esse fator é preocupante, pois impossibilita o idoso a realizar com facilidade diversas atividades diárias de maneira satisfatória. Sobretudo, é importante que estudos com abordagens qualitativas sejam realizados, visto que entender a percepção que idosos atribuem a si mesmo e a qualidade do seu viver é fundamental para que propostas de programas de atividades físicas dessa população possam atingir cada vez mais uma perspectiva positiva de envelhecer.

Aptidão Física, Idoso, Sedentarismo.

bialopesdepaula@hotmail.com

(42) 9967-2358

CAPOEIRA NA ESCOLA: UMA PROPOSTA DE APRENDIZAGEM PARA AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO MUNICÍPIO DE PORTO ALEGRE

Tiago Silva Medeiros, Lia Terezinha Hofmann

Prefeitura Municipal de Porto Alegre - Secretaria de Educação

RESUMO

Na Educação física escolar há conteúdos que devem ser trabalhados de maneira sistemática com os alunos. Um desses conteúdos, que cabe salientar não é muito desenvolvido, é o das Lutas (PCNS, 1997). Inicialmente o planejamento das aulas de Educação física necessitaria sofrer algumas alterações para contemplar a inclusão das aulas de Capoeira em uma escola municipal de Porto Alegre que eu realizo meu trabalho como professor dessa disciplina. Essa iniciativa teve origem na própria auto avaliação e na observação que eu fazia do trabalho que estava sendo feito além do retorno que os alunos me davam das aulas ministradas. Nessas constatações senti a necessidade de qualificar as aulas fazendo uso de uma modalidade esportiva diferente, que talvez os alunos ainda não tivessem experimentado. É necessário salientar que esse interesse em desenvolver um trabalho na escola com a Capoeira é também fruto de experiências passadas que tive com essa modalidade esportiva/luta. Nessa proposta de estudo procurei explorar a Capoeira tentando retirar das ações práticas o caráter violento e agressivo das lutas existentes. Para isso tentei evidenciar o caráter lúdico da modalidade conduzindo as explicações e conhecimentos sobre essa arte para o jogo, o jogar Capoeira e não tanto lutar Capoeira. Desta forma, procurei dar ênfase ao ganhar e perder, “ao jogar com e não o jogar contra”, ao auxiliar o colega com menos capacidade ou conhecimento e não subjugá-lo. Um outro recurso que fiz uso foi a música e os instrumentos musicais presentes na Capoeira. Nesta proposta de aula tive por objetivos introduzir alguns conhecimentos sobre a Capoeira, estilos de jogo, a história dessa modalidade com o caráter de luta de libertação na época do Brasil colônia e a Capoeira como manifestação de cultura brasileira. Além dos conhecimentos teóricos trabalhados com alguns alunos de 3º ciclo da escola, realizamos as práticas da movimentação dessa modalidade assim como as vivências fazendo uso da musicalidade, momentos em que utilizamos os instrumentos percussivos que compõem a roda de Capoeira. Na realização desse estudo com a Capoeira dividi o tempo das aulas em alguns dias da semana dentro de dois trimestres de aula. Organizei dessa forma para desenvolver as aulas com essa luta/jogo contemplando aulas teóricas e aulas práticas, sem deixar de lado os outros conteúdos trabalhados ao longo do ano como: esportes, jogos e conhecimentos sobre o corpo. Para realizar esse estudo fiz uso do método da pesquisa-ação descrita por Gaya et. Al. (2008). Para avaliar as aulas realizei observações sobre a prática dos alunos e sobre as aulas teóricas avaliei por meio de trabalhos individuais ou em grupo, provas e relatórios escritos. Nos momentos de aula em que realizei essa proposta de estudo procurei considerar que a aprendizagem dessa modalidade era algo novo para os alunos e que não era o mais importante realizar movimentos com destreza e sim participar das aulas e aprender um pouco sobre essa importante manifestação cultural que teve origem no Brasil.

De maneira geral posso dizer que os alunos gostaram das aulas. Talvez por ser um conteúdo diferente e por diversificar as práticas que eles próprios estão acostumados a fazer. As aulas envolveram um número de aproximadamente 90 alunos, aconteceram nos períodos de aula da disciplina de Educação física e foram realizadas em uma escola municipal de Porto Alegre da zona leste. Mesmo considerando que as aulas foram proveitosas e que tive um bom retorno por parte dos alunos é pertinente ressaltar que houveram percalços nessa proposta de estudo. Entre alguns problemas que tivemos destaco a conscientização dos alunos que a Capoeira é uma luta, um jogo e que também possui conhecimentos próprios que devem ser assimilados para um melhor entendimento dessa arte. A prática por si só, os movimentos de ataque e defesa além das acrobacias estão diretamente ligados a um contexto histórico do Brasil e da própria cultura de matriz africana. Assim como ainda se constatou que se necessita um pouco mais de tempo de aprendizagem sobre essa modalidade para entender os procedimentos da roda, as formas de jogar, cantar e tocar e a cultura da Capoeira de uma maneira mais ampla.

Capoeira, Educação Física, Escola.

thiago.sm1@hotmail.com

(051)9955-2012

CARACTERIZAÇÃO DO *BULLYING*: UM ESTUDO REALIZADO COM ESCOLARES NOS MUNICÍPIOS DE ENCRUZILHADA DO SUL, NOVO CABRAIS, PASSO DO SOBRADO - RS

Heloisa Elesbão, Sandra Mara Mayer

Universidade de Santa Cruz do Sul – UNISC

RESUMO

Os debates referentes às questões de violência escolar, causadora de comportamentos agressivos e anti-sociais, estão sendo cada vez mais frequentes, ainda mais por conta de estes atos estarem ocorrendo principalmente entre os jovens. Isso representa um problema de saúde pública, uma vez que o ato de agressão não se limita apenas ao caráter físico, mas também a moral e o psicológico do agredido. Essa questão não é um problema recente, porém, o que é importante ressaltar é a idade cada vez menor de seus envolvidos, e principalmente as repetições destes atos violentos, denominados então *bullying*. *Bullying* se refere à pessoa cruel, que pratica atos desumanos e maldosos contra o próximo, ou seja, seu conceito refere-se a um comportamento agressivo, executado de maneira continua, onde a agressividade é demonstrada através de atos físicos, psicológicos e verbais. O presente estudo tem por objetivo verificar a caracterização do *bullying*, identificar as principais formas de agressão, verificar o local onde ocorre a maioria das agressões, além de identificar se as vítimas costumam contar aos pais sobre as agressões sofridas, como também detectar se os professores costumam falar com os alunos agressores sobre suas atitudes. Este estudo é caracterizado como uma pesquisa descritivo-exploratória, realizada com 839 escolares do 6º ao 9º ano de escolas dos municípios de Encruzilhada do Sul - RS, Novo Cabrais - RS, Passo do Sobrado-RS, com idade entre 10 e 17 anos. Os dados de identificação e de caráter sócio afetivo foram coletados através de um questionário adaptado. Ao analisarmos os dados percebemos que 27,58% dos alunos de Encruzilhada do Sul - RS já haviam sofrido algum tipo de agressão na escola, em Novo Cabrais este índice é de 36,40%, já em Passo do Sobrado - RS este percentual é consideravelmente mais elevado (51,18%) dizem já ter sofrido agressões. Em todos os municípios onde foi realizada a pesquisa a principal forma de agressão relatada é a verbal, sendo assim a opção mais mencionada no questionário foi “Me disseram nomes feios. Disseram coisas de mim e/ou do meu corpo.”. Nos municípios de Novo Cabrais - RS, as agressões ocorrem principalmente na hora do recreio, (23,0%) e (15,64%) respectivamente. Os agressores se caracterizam basicamente como um menino em Novo Cabrais - RS (18,20%), Passo do Sobrado - RS (17,06%), já em Encruzilhada do Sul- RS o agressor é caracterizado como sendo muitos meninos com 12,07%. Em todos os municípios foi constatado que a maioria dos professores costuma falar com seus alunos sobre as agressões realizadas, nas vezes em que ficaram sabendo das agressões. Outro ponto a destacar é que em três dos quatro municípios pesquisados as vítimas costumam contar aos pais sobre as agressões sofridas, Encruzilhada do Sul - RS (13,80%), Novo Cabrais - RS (20,0%) e Passo do Sobrado - RS (31,18%). É necessário se compreender que a violência escolar é um fenômeno perigoso e que precisa ser

combatido, especialmente se o mesmo ocorrer de forma repetitiva. O que todos precisam ter em mente é que a melhor forma para se combater esse fenômeno é com a educação, fazendo com que todos os setores da escola caminhem juntos, a fim de construir um ambiente onde todos tenham opiniões e ideais respeitadas.

***Bullying na* Escola, Violência, Agressores, Vítimas.**

heloisaelesbao@bol.com.br

(51) 99816336

CRITÉRIOS PARA SELEÇÃO DE ALUNOS PARA DISPUTA DE MODALIDADES COLETIVAS DOS JOGOS ESCOLARES

Uilian Maciel de Almeida, Lineker Maciel de Almeida

Capacitar Centro Educacional e Empresarial

RESUMO

Os jogos escolares, enquanto fenômeno esportivo, que agrega milhares de alunos em todo o país é um tema ainda pouco abordado por estudiosos da área do movimento humano. Embora seja uma rica oportunidade de aprendizado e convivência social, as competições escolares geralmente são disponibilizadas apenas para uma parte da população escolar e não a sua maioria, conforme alguns trabalhos já publicados acerca do tema, que afirmam que um mesmo aluno disputa os jogos em várias modalidades. Assim sendo, traçou-se como objetivo do presente estudo identificar, através de níveis de importância, os principais aspectos considerados por professores nas suas seleções de atletas para os Jogos Escolares do Rio Grande do Sul (JERGS), fase municipal, da cidade de Vacaria-RS. Tendo como base evitar o empirismo na seleção de alunos/atletas, indagaram-se professores sobre aspectos que eles consideram relevantes para a sua seleção, como: físicos, técnicos, táticos e comportamentais. O estudo foi uma pesquisa descritiva, com viés quantitativo, na medida em que os dados foram agrupados por percentuais. A amostra foi composta por 10 professores de Educação Física, sendo 05 homens e 05 mulheres, com idade média de 36,3 anos, responsáveis pelos jogos escolares em sua escola, na cidade de Vacaria-RS, que em 2015 possuiu 19 escolas participantes dos Jogos Escolares do Rio Grande do Sul. Os entrevistados responderam a um questionário, que os indagava, através de uma Escala de Likert de 05 pontos, onde as respostas eram nada importante, pouco importante, relevante, importante, ou muito importante, sobre fatores de seleção de alunos para disputa dos jogos escolares, como: características físicas, habilidades técnicas, habilidades táticas e comportamento em aulas e jogos. Como resultado, percebeu-se quanto às características físicas, que 10% as consideram nada importantes, 10% pouco importante, 20% relevante, 40% importante e 20% muito importante. Já quanto às habilidades técnicas, 10% as consideraram relevantes, 50% importantes e 40% muito importantes. Por outro lado as habilidades táticas foram consideradas relevantes por 40% dos entrevistados, 30% importantes e 30% muito importantes. Por fim, em relação ao comportamento em aulas e jogos, os participantes responderam que consideram tal fator importante: 50%; ou muito importante 50%. Pelos dados obtidos a maior relevância para a seleção dos alunos, por parte dos professores, para a disputa dos jogos escolares está centrada principalmente no comportamento dos estudantes nas aulas e jogos, assim como há destaque para a observação das habilidades técnicas exigidas em cada esporte. Por outro lado, os entrevistados demonstram pouco menor atenção às características físicas e habilidades táticas dos alunos. Tais fatos nos fazem concluir que a seleção de alunos para a disputa de competições escolares, está voltada principalmente a observação direta realizada nas aulas, principalmente em termos comportamentais e na realização dos gestos técnicos de cada modalidade. Por outro lado, as habilidades táticas, como resolução rápida de problemas nos jogos e as capacidades

físicas, como peso e altura, por exemplo, merecem um pouco menos de atenção, por parte dos professores de educação física.

Jogos Escolares, Seleção de Alunos, Educação Física Escolar.

uilian.maciel@hotmail.com

(54) 81641868.

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM ESTUDO DE CASO NOS ANOS INICIAIS DA ESCOLA PAULO FREIRE

Jéssica de Azevedo Ramos

Universidade do Vale do Rio dos Sinos

RESUMO

O presente estudo ocorreu a partir de uma investigação sobre o perfil das aulas de Educação Física nos Anos Iniciais, cujo objetivo foi descrever e discutir o planejamento e a execução das aulas de Educação Física dos professores unidocentes nos anos iniciais no município de São Sebastião do Caí/RS, especificamente no Instituto Estadual de Educação Paulo Freire, sendo assim um estudo de caso. Desde quando me interessei pela Educação Física, vivenciei as diversas discussões sobre qual o lugar que ela ocupa nos Anos Iniciais. Durante meus estágios, notei que inúmeras vezes os professores dos anos iniciais mencionaram a dificuldade encontrada por eles para planejar e executar as aulas Educação Física de forma que não fosse necessário "largar a bola de futebol" para satisfazer seus alunos. Por ser filha de professora de Educação Física, sempre estive envolvida com essa profissão. Percebi, então, a necessidade de mostrar a presente realidade das aulas de Educação Física de forma a buscar soluções que visem o alcance de uma melhor qualidade destas aulas durante os anos iniciais, uma vez que, independentemente do profissional responsável pela docência neste espaço, há conteúdos, valores e formas particulares de Educação Física que precisam e devem ser aqui vivenciados. A partir disto, a realização desta pesquisa foi importante, uma vez que atualmente as aulas de Educação Física nos anos iniciais do 1º ao 5º ano vêm sendo ministradas por professores unidocentes, os quais relataram dificuldades e insegurança para planejar e ministrar as aulas de Educação Física. Em função da experiência adquirida no Programa Institucional de Bolsa de iniciação à Docência (PIBID), e dos estágios desenvolvidos durante o curso de Educação Física, repensei sobre a importância do planejamento das aulas a partir de objetivos específicos, pois durante o Curso Normal aprendemos a atuar de forma decisória no processo ensino-aprendizagem com os alunos da Educação Infantil e Anos Iniciais, através de uma metodologia sistemática e coerente e que venha ao encontro das necessidades psicomotoras da criança. Coube aqui expor algumas das minhas experiências adquiridas durante o Curso de Magistério, no qual cursei na escola Paulo Freire onde foi realizada a pesquisa, e também conhecimentos adquiridos durante o Curso de Educação Física. A investigação assumiu um enfoque fenomenológico com abordagem qualitativa, utilizando como desenho metodológico o estudo de caso. Os sujeitos do estudo foram compostos por cinco professores unidocentes que atuam nas turmas de Ensino Fundamental I da rede pública estadual. Para a coleta de dados foi aplicada uma entrevista semiestruturada. Os resultados do trabalho permitiram concluir que, na perspectiva das professoras unidocentes, é importante o desenvolvimento das aulas de Educação Física nos anos iniciais e que sua maior dificuldade no planejamento e, principalmente, na execução destas aulas, é a insegurança em realizar abordagens normativas e técnicas dos

esportes que elas não têm completo domínio. Por fim, todas as professoras ressaltam que a Educação Física tem fundamental importância nos anos iniciais, pois desenvolve a criança como um todo, fundamentando-se nas concepções de corpo e movimento. No entanto, algumas questões ficaram evidentes para mim, mas ainda há outras que podem ser mais exploradas, pois a escola onde realizei a pesquisa é a única da cidade em que tem o Curso Normal (Magistério) e durante o curso, as turmas dos anos iniciais servem como laboratório para os estágios deste mesmo curso. Como recomendação, sugiro que esta pesquisa possa ser realizada em outra escola em que as professoras estejam "encobertas", onde não tenha o Curso Normal, pois talvez estas professoras da pesquisa se empenham mais em planejar as aulas de Educação Física por estarem mais "visíveis" e também devido ao grau de exigência do seu trabalho ser maior por estar exposto para todo o Curso Normal. Como principal contribuição, esta pesquisa proporcionou um olhar mais detalhado sobre a escola, destacando a importância das aulas de Educação Física bem planejadas e executadas, destacando como os conhecimentos na área da Educação Física podem auxiliar na formação de pedagogos, colocando-se em discussão um trabalho conjunto entre estes profissionais.

Planejamento, Educação Física Escolar, Anos Iniciais.

jessicaramos_93@hotmail.com

Telefone: (51) 9843-6970.

EFEITOS DE AULAS DE YOGA NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS

Fernanda Dias Massierer, Juliana Ludwig Justo, Adriana Marques Toigo

Centro Universitário La Salle - Unilasalle

RESUMO

A atividade física regular traz benefícios para o corpo e mente de seres humanos. Acarreta ao aumento de tônus muscular, ganho de massa óssea; diminui os percentuais de colesterol e glicose, índices de estresse e traz normalização do peso corporal (ANDERSON, et. al., 1998). Esses fatores contribuem para a melhora da qualidade de vida, especialmente em pessoas idosas, pois segundo Mantovani (2013), pessoas acima dos 50 anos de idade representam a população mais sedentária entre os adultos, causando assim, um envelhecimento inativo, onde justamente a prática de atividades físicas significa manutenção da saúde e da qualidade da vida diária. Programas de yoga vêm mostrando boa aceitação por idosos. Além disso, a prática do yoga ajuda na melhora de seus problemas de saúde, como: mudanças de humor, distúrbios do sono, fadiga, sintomas de estresse, queixas somáticas; relatam também melhoras em seu sistema imunológico, na flexibilidade, na autonomia funcional e no sistema metabólico, nos quais todos esses são fatores que contribuem para a qualidade de vida de idosos (DiBenedetto, et. al., 2005). Objetivo: O objetivo deste estudo foi verificar se houve a diferença nas variáveis de qualidade de vida de idosos que participaram de um programa de yoga. Além disso, também buscou-se comparar as mesmas variáveis de qualidade de vida entre o grupo de idosos que participaram de um programa de yoga a um grupo de idosos sedentários. Métodos: O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da mesma instituição em setembro de 2014 (protocolo de aprovação nº 781.074). Este estudo foi caracterizado como transversal. Randomicamente, a amostra foi composta por 50 idosos e ambos os sexos (25 participantes do grupo experimental e 25 do grupo controle). O tamanho amostral final foi de 44 indivíduos. Os idosos entre 65 e 80 anos deveriam estar regularmente inscritos na Universidade Aberta da Terceira Idade (UNATI) do Centro Universitário La Salle, localizado em Canoas, RS. As aulas de yoga foram elaboradas a partir do método Hatha/Iyengar yoga, nos quais os asanas (posturas) têm como foco principal o alinhamento de membros e articulações, assim auxiliando a manutenção da saúde dos idosos. As aulas ocorreram duas vezes por semana, em sessões de uma hora, durante 10 semanas e ao término do programa, os idosos foram submetidos a uma avaliação da qualidade de vida por meio dos questionários Whoqol-old e Whoqol-bref (elaborados e validados pela Organização Mundial da Saúde, sendo o primeiro uma versão específica para idosos e o segundo uma versão abreviada do Whoqol-100, que é utilizada para adultos em geral). Foi utilizado o teste de Kolmogorov-Smirnov (K-S) para verificar a normalidade dos dados no grupo de praticantes de yoga e observou-se que somente as facetas do questionário *Whoqol-old Habilidades Sensoriais e Autonomia* bem como do questionário *Whoqol-bref* os domínios Físico e Meio Ambiente apresentaram distribuição normal para um intervalo de confiança de 95%. Por essa razão, essas variáveis foram analisadas pelo teste *t* de Student para amostras pareadas e as demais, pelo teste de Wilcoxon. Foi novamente

utilizado o teste de Kolmogorov-Smirnov (K-S) para verificar a normalidade dos dados em ambos os grupos e observou-se que somente a faceta *Participação Social* do questionário *Whoqol-old* bem como o domínio *Físico* do questionário *Whoqol-bref* apresentaram distribuição normal para um intervalo de confiança de 95%. Por essa razão, essas variáveis foram analisadas pelo teste *t* de Student para amostras independentes e as demais, pelo teste de Mann-Whitney. Para analisar se havia diferenças entre as facetas nos pré e pós-testes do grupo de idosos praticantes de yoga, foram adotados testes de comparação entre médias para amostras pareadas. Resultados: No grupo experimental, somente houve diferença significativa, comparando-se pré e pós-teste, na faceta Habilidades Sensoriais (Whoqol-old). Com relação aos dados coletados ao término do programa, comparando-se o grupo experimental ao grupo de sedentários, houve diferença estatisticamente significativa nas facetas Participação Social; Atividades Passadas, Presentes e Futuras e Intimidade, apontando uma melhora, mesmo que discreta, na qualidade de vida dos idosos praticantes de yoga. Conclusão: Apesar das outras facetas não apresentarem diferenças significativas, houve um breve aumento nas variáveis analisadas, exceto nas facetas Habilidades Sensoriais (Grupo pós e sedentários) e Morte e Morrer (Grupo pré e pós), o que indica que a prática da yoga pode servir como adjuvante na melhora da qualidade de vida de idosos.

Idosos, Yoga, Qualidade de Vida.

femassierer@gmail.com

ESTADO NUTRICIONAL DE HIPERTENSOS FREQUENTADORES DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE NA CIDADE DE CACEQUI-RS

Michele Vieira Cezar, Nicanor da Silveira Dornelles, Daniela Lopes dos Santos

Núcleo de estudos em Exercício Físico e Saúde – Universidade Federal de Santa Maria. NESEFIS – UFSM

RESUMO

Atualmente podemos notar que a maioria da população dedica ou dispõe de pouco tempo para cuidar da sua saúde e lazer. A falta de atividade física ocasiona o aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), como a hipertensão, ela é uma doença determinada por elevados níveis de pressóricos nas veias e artérias, o que faz com que o coração exerça maior esforço do que o necessário para fazer circular o sangue através dos vasos sanguíneos, sendo um dos principais fatores de risco para a ocorrência de acidente vascular cerebral (AVC), enfarte agudo do miocárdio, aneurisma arterial, doença arterial periférica, além de ser uma das causas de insuficiência renal crônica e insuficiência cardíaca. Além do sedentarismo, o excesso de sal, o tabagismo, a obesidade, o consumo excessivo de álcool, níveis altos de colesterol e até mesmo o estresse também são fatores causadores da hipertensão arterial. Apesar da crescente preocupação com a saúde e a qualidade de vida, nos últimos anos, percebemos que as pessoas estão muito ligadas ao trabalho, estudos, tarefas domésticas, entre outras atividades. Isso faz com que os indivíduos optem por uma atividade de lazer mais acessível e próxima de suas residências, como é o caso das academias ao ar livre. A implantação das academias ao ar livre, em praças e em determinados pontos da cidade, contribuíram para um melhor acesso da população as atividades físicas e ao lazer. A relevância acadêmica do desenvolvimento desse trabalho reside na comprovação dos benefícios das atividades com grupos especiais realizadas com orientação de profissional de Educação Física em academias ao ar livre: Alongamentos de Cadeia Muscular, Fortalecimento Muscular, Tonificação Muscular, circuitos metabólicos monitorados, atividades aeróbicas. Sendo as atividades executadas de acordo com as necessidades e objetivos individualizados. O presente estudo teve como objetivo verificar o estado nutricional de hipertensos frequentadores da prática de atividades físicas nas academias ao ar livre, do município de Cacequi, Rio Grande do Sul, Brasil. A pesquisa caracterizou-se como descritiva, de corte transversal, composta por 20 indivíduos hipertensos, sendo 08 do sexo masculino e 12 do sexo feminino, em cinco academias ao ar livre no período de seis meses, durante esse período foram executadas 03 coletas de Índice de Massa Corpórea (IMC). O estado nutricional foi definido através do cálculo do IMC, seguindo os pontos de corte segundo preconiza a Organização Mundial de Saúde (WHO). O grupo de hipertensos apresentou uma média nas avaliações dos meses de agosto e outubro de 2015 e janeiro de 2016 respectivamente de IMC de 31 kg/m^2, 29 kg/m^2 e 25 kg/m^2, caracterizando um decréscimo no IMC do grupo estudado. Os alunos, em sua maioria, antes das atividades realizadas, estavam inativos, com IMC acima do normal e Pressão Arterial elevada. Os resultados obtidos foram positivos, com baixa nestes índices. O acesso às academias ao ar livre com orientação de profissionais de Educação Física é essencial para que se realize um

trabalho seguro e de qualidade, motivando e orientando a população do quanto é importante e necessário termos uma vida ativa com a prática de exercícios regulares.

Estado Nutricional, Hipertensão, Academia.

michelevieiracezar@gmail.com

(55) 96919459

ESTÁGIO DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSAS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA E IDOSOS CLIENTES DE UMA CLÍNICA DE DERMATOLOGIA

Nicanor da Silveira Dornelles, Veronica Silva Rufino Dornelles, Rosanne Meyne Flores Spiazzi, Daniela Lopes dos Santos.

Núcleo de Estudos em Exercício Físico e Saúde - Universidade Federal de Santa Maria. NESEFIS-UFSM

RESUMO

O envelhecimento no Brasil tem sido cada vez mais evidenciado nos estudos sobre atividade física e saúde. Apesar de todas as recomendações e mesmo que os conceitos de um estilo de vida saudável tenham sido estudados, a inatividade física em idosos é ainda um problema em países em desenvolvimento; e as razões para a não adesão a um estilo de vida ativo têm sido estudadas em todo o mundo. Estudos que buscam entender os fatores que influenciam a prática de atividade física, seja para sua adoção, manutenção ou desistência, estão diretamente ligados às investigações sobre o comportamento humano. A mudança de comportamento é influenciada por uma tríade de fatores que interagem: fatores ambientais, pessoais e do próprio comportamento. A comunicação entre estes fatores determina a mudança de comportamento, sendo que uma intervenção será efetiva quando utilizar técnicas e estratégias específicas para cada estágio de mudança. Para haver modificação de um comportamento é preciso cumprir um percurso cíclico e gradual, sendo cada estágio de mudança de comportamento mutuamente exclusivo. Apesar do conhecimento sobre a importância da atividade física estar bem difundido, pouco se sabe sobre os Estágios de Mudança de Comportamento (EMC) para prática de atividade física em idosos. O fato de um indivíduo estar ciente dos benefícios da prática de atividade física, não necessariamente resulta em adoção ou manutenção de um estilo de vida ativo. Comparar os EMC para a prática de atividade física em idosas praticantes de Hidroginástica de uma Associação Esportiva, e de idosos clientes de uma clínica privada de dermatologia no município de Santa Maria – RS, Brasil. A pesquisa caracterizou-se como descritiva, de corte transversal. Como instrumento de coleta de dados utilizou-se o Questionário de Estágios de Mudança de Comportamento para a prática de Atividade Física proposto por Prochaska e Marcus (1994). O grupo de idosas praticantes de hidroginástica foi composto por 11mulheres, com idade média de 67,54±6,48 anos. Em relação aos EMC todas as idosas se encontravam nos estágios considerados fisicamente ativos, sendo, 63,64% (n=4) no estágio de manutenção e 36,36% (n=7) no estágio de ação. O grupo de idosos clientes de uma clinica de dermatologia foi composto por 15 indivíduos, sendo seis do sexo masculino e nove do sexo feminino, com média de idade de 75,6±12,36 anos. Em relação aos EMC, 60% (n=9) dos idosos não apresentaram um estilo de vida fisicamente ativo, estando nos estágios de preparação (13,33%), contemplação (20%) e pré-contemplação (26,67%). No entanto, 40% (n=6) dos idosos apresentaram um estilo de vida fisicamente ativo, estando nos estágios de manutenção (20%) e ação (20%). As idosas do grupo de praticantes de hidroginásti-

ca encontram-se nos estágios considerado fisicamente ativo, estando de acordo com as orientações de atividade física da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia para pessoas idosas, assegurando a manutenção da mobilidade e da agilidade, prolongando a independência do idoso e melhorando sua qualidade de vida. Mas a maioria dos idosos do grupo de clientes de uma clinica de dermatologia não apresentavam um estilo de vida fisicamente ativo e encontravam-se nos três primeiros EMC, necessitando de um estimulo para tornarem-se e manterem-se fisicamente ativos.

Comportamento, Idoso, Atividade Física.

profedfnica@gmail.com

Telefone: (55) 99939195

ESTÁGIO DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM PROFESSORES DE UMA ESCOLA PÚBLICA

Veronica Silva Rufino Dornelles, Nicanor da Silveira Dornelles, Daniela Lopes dos Santos.

Núcleo de estudos em Exercício Físico e Saúde – Universidade Federal de Santa Maria. NESEFIS – UFSM

RESUMO

O impacto substancial que os hábitos pessoais e o estilo de vida ativo têm na saúde dos mais diversos grupos já é conhecido na comunidade cientifica. A atividade física é um fator biopsicossocial, sendo que sua prática regular e o aumento do nível de atividade física estão associados com a diminuição da morbimortalidade por diversas patologias, previnem as doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), além disso, estão também associados a uma melhor qualidade de vida e percepção de bem-estar. Apesar do conhecimento sobre a importância da atividade física estar bem difundido, pouco se sabe sobre os Estágios de Mudança de Comportamento (EMC) para prática de atividade física em adultos. Os EMC referem-se, então, à condição na qual o indivíduo se encontra com relação aos seus hábitos e intenções de iniciar ou manter a prática da atividade física. O fato de um indivíduo estar ciente dos benefícios da prática de atividade física, não necessariamente resulta em adoção ou manutenção de um estilo de vida ativo. A relevância acadêmica do desenvolvimento desse trabalho reside na contribuição para o estudo de um tema pouco explorado, isto é, pouco se sabe sobre os EMC para prática de atividade física em professores de escolas públicas da região sul. O presente estudo teve como objetivo analisar a prevalência dos Estágios de Mudança de Comportamento para a prática de atividade física de professores em uma escola pública estadual do município de São Martinho da Serra, Rio Grande do Sul, Brasil. Pesquisa descritiva, de corte transversal, composta por 15 professores, sendo cinco do sexo masculino e dez do sexo feminino. Como instrumento de coleta de dados, para avaliar os estágios de prontidão para mudança comportamental, utilizou-se o Questionário de Estágios de Mudança de Comportamento para prática de Atividade Física proposto por Prochaska e Marcus (1994), adaptado para o uso relacionado à atividade física e exercício. Os dados percentuais analisados advêm das respostas obtidas do questionário, sendo que para uma melhor compreensão dos resultados, os percentuais são apresentados em forma de grupos, de acordo com sua abrangência e discutidos conforme os objetivos do estudo. O grupo de professores apresentou uma média de idade de 40,6 ±5,25 anos. Dos professores estudados, a maioria 60% (n=9) se encontravam nos estágios considerados fisicamente inativos, estando nos estágios de preparação (13,33%), contemplação (26,66%) e pré-contemplação (20%). No entanto, 40% (n=6) dos professores foram considerados fisicamente ativos, estando no estágio de manutenção (40%). Os resultados corroboram com a estimativa que no Brasil cerca de 60% das pessoas sejam insuficientemente ativas. A inatividade física é um importante fator de risco para as DCNTs, aumenta o risco de doenças cardiovasculares, câncer de mama, câncer de cólon, entre outras, e reduz a expectativa de vida. A maioria dos professores do estudo se encontrava nos estágios considerados fisicamente inativos (estágios de pré-contemplação, contemplação e

preparação), necessitando de um estímulo para tornarem-se e manterem-se fisicamente ativos. Destaca-se a necessidade dos professores que se encontram nos estágios fisicamente inativos, de adotarem uma atitude diferenciada em relação à atividade física, visando um comportamento ativo, na busca de um compromisso com a qualidade de vida.

Comportamento, Atividade Física, Escola.

profedfnica@gmail.com

Telefone: (55) 99939195

ESTRATÉGIAS E DIVERSIDADE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA DESENVOLVER CONTEÚDOS RELACIONADOS AO VOLEIBOL

Magda Baroni, Bianca Flores Simon, Fernanda Martins Duarte, Jéssica Brenda, Hildegard Sausen Hamester

Universidade do Vale do Rio dos Sinos - UNISINOS, Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência - PIBID, Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES, Ministério da Educação e Cultura - MEC, Governo Federal

RESUMO

Pensando em aprimorar os conhecimentos dos alunos sobre voleibol, a partir de uma solicitação dos próprios alunos da escola, as bolsistas do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID), juntamente com a professora supervisora da escola, apresentaram e trabalharam o voleibol em suas diversas formas, a fim de proporcionar uma vivência mais rica desse conteúdo nas aulas de Educação Física. O presente trabalho tem por objetivo relatar o desenvolvimento dos conteúdos referentes ao voleibol nas aulas de Educação Física para os alunos do ensino fundamental séries finais e do ensino médio de uma escola estadual. Os registros deste processo foram realizados por meio dos diários de campo, filmagens, *PowerPoint*, pesquisas dos alunos, atas e reflexões das reuniões semanais do PIBID na escola. Visando ampliar o conhecimento sobre o voleibol, inicialmente as bolsistas realizaram uma apresentação em *PowerPoint* aos alunos sobre história, regras, fundamentos e curiosidades sobre a modalidade. Após, na prática foram trabalhados os fundamentos de forma individual como: toque, saque, levantamento, cortada, manchete, bloqueio e recepção; sendo trabalhado um a dois fundamentos por aula. Nos minutos finais das aulas, os alunos praticavam o jogo, onde eram enfatizados os fundamentos trabalhados até o momento, de forma a ir acrescentando esse conhecimento. Como na escola há dois alunos usuários de cadeira de rodas, foram elaborados jogos adaptados que além de aprimorar o conteúdo do voleibol, foi possível mostrar aos discentes as possibilidades e potencialidades dos atletas com deficiência, além de ser um meio para trabalhar questões que envolvem a inclusão escolar e, oportunizar a participação destes alunos usuários de cadeira de rodas. Para esse trabalho, os alunos vivenciaram o voleibol sentado, onde executavam o jogo sentado no chão, podendo usar apenas os membros superiores para o desenvolvimento do jogo e, vivenciaram também o “voleibol cego”, realizado com uma lona sobre a rede impedindo a visualização da quadra adversária. Em realação ao desenvolvimento dos jogos adaptados, os alunos estranharam a atividade de inicio, falavam que não conseguiriam jogar imobilizados, mas logo se adaptaram ao jogo e perceberam as dificudades que seus colegas enfrentam no dia a dia. Para o fechamento dessa primeira parte do trabalho, foi realizada uma avaliação individual (prática e teórica) com os alunos, a fim de identificar as aprendizagens ocorridas com o decorrer das aulas. Como culminância do conteúdo trabalhado, foi realizada uma Interséries de voleibol, com times mistos, onde as três melhores equipes ganharam premiações. Com esta Interséries, os alunos puderam interagir em grupo além de aperfeiçoar suas habilidades. A partir dos relatos dos alunos, observou-se que a proposta desenvolvida foi significativa, pois além dos

conhecimentos adquiridos em relação aos conteúdos, os alunos com deficiência foram incluídos de forma efetiva nas aulas e, alunos que não gostavam de participar das aulas de Educação Física, sentiram-se motivados a participar. Criar estratégias visando a diversidade para trabalhar os conteúdos referentes ao voleibol tornou as aulas mais atraentes despertando a curiosidade dos alunos sobre o conteúdo. Os jogos adaptados fizeram com que os alunos refletissem sobre as questões que envolvem respeito e inclusão escolar.

Educação Física, Voleibol, Conteúdo.

Magdabaroni@hotmail.com

Telefone: 51 97228540

EXERCÍCIOS AQUÁTICOS PARA PACIENTES COM LOMBALGIA CRÔNICA: ENSAIO CLÍNICO ALEATÓRIO

Mabel Micheline Olkoski; Laís Faganello Dela Bela; Josilainne Marcelino Dias; Rodrigo Gustavo da Silva Carvalho; Ligia Maria Facci; Jefferson R. Cardoso.

Laboratório de Biomecânica e Epidemiologia Clínica / Grupo de Pesquisa PAIFIT – UEL / Centro de Fisioterapia Aquática "Prof. Paulo A. Seibert"

RESUMO

A dor lombar crônica (DLC) tem sido considerada umas das causas mais comuns de incapacidade. Sua prevalência é próxima a 84% na população adulta e onera o sistema de saúde. O ambiente aquático promove alterações que muitas vezes são benéficas como por exemplo, a menor descarga de peso que facilita a realização de exercícios com menor *stress* sobre as articulações que, compensada pela resistência da água que é 12 vezes maior que a do ar, favorece a prática de exercícios em intensidades elevadas, sem submeter o corpo a altos impactos e possíveis lesões. Os exercícios normalmente utilizados durante a fisioterapia aquática visam a melhora da resistência e da flexibilidade. Mas alguns estudos têm verificado que a adição da prática do exercício aeróbio como por exemplo, o *deep running* (DR), no tratamento promove melhoras nos desfechos dor e funcionalidade para pacientes com DLC. Mas ao comparar a fisioterapia com exercícios fora da água acrescida ou não de 20 minutos do DR, verificou-se melhoras em ambo tratamentos. Apesar da fisioterapia aquática ser considerada um tratamento eficaz para pacientes com DLC, ainda não há resultados conclusivos sobre o acréscimo de exercício aeróbio (DR) para pacientes com DLC. Avaliar os efeitos de um programa de fisioterapia aquática associada ou não com exercício aeróbio (*Deep Running*) em pacientes com dor lombar crônica para os desfechos dor, condição aeróbia e resistência muscular. Trata-se de um ensaio clínico aleatório (*Consort-Statement*) aprovado pelo Comitê de Ética local (073/2013) e registrado no banco de dados americano para ensaios clínicos *clinicaltrials.gov* (NCT02422693). Foram considerados elegíveis os sujeitos com diagnóstico médico de dor lombar crônica (específica e não-específica), de ambos os gêneros e com idade entre 18 e 60 anos. Também não poderiam ter realizado fisioterapia nos últimos 3 meses, ser gestante, possuir outra doença osteomioarticular, câncer ou doença dermatológica. Assim, fizeram parte do estudo 20 pacientes, sendo que 10 realizaram a fisioterapia aquática (FA) e 10 realizaram o tratamento de fisioterapia aquática mais o *deep running* (FADR). Os sujeitos foram submetidos à avaliação inicial dos desfechos dor (escala visual análoga – EVA), condição aeróbia (teste progressivo máximo em bicicleta da marca *monark*) e resistência muscular da região abdominal (abdominais por minuto) e da região lombar (*Sorensen*). Após as avaliações, deram início aos tratamentos em piscina aquecida, com temperatura média de 32,5 ºC, com dimensão 15x13x1,30 m com lâmina da água de 1,21 m. Já no espaço onde foi realizado o DR a profundidade foi de 2,20 m. Os tratamentos, supervisionados individualmente, foram realizados duas vezes por semana, com duração de 40 minutos (FA) e 60 minutos (FADR), por nove semanas, totalizando 18 sessões. O protocolo dos exercícios de fisioterapia aquática

dos dois grupos contemplou: aquecimento, mobilizações, trações, alongamentos, estabilizações da região lombar, exercícios dinâmicos e relaxamento. O grupo FADR realizou também o exercício aeróbio DR a 80% da frequência cardíaca (FC) de reserva, segundo prescrições específicas para o meio aquático. Durante a realização dos exercícios, a intensidade foi controlada por meio de frequencímetro (marca *polar*). Os sujeitos foram novamente reavaliados ao final das 18 sessões e dos 3 meses de seguimento. Para a análise de dados, foram realizadas análise de equações de estimações generalizadas, sendo que quando foram verificadas diferenças estatísticas, realizou-se comparações múltiplas de *Bonferroni* ($P < 0,05$). Nas comparações entre os grupos, apenas o desfecho dor apresentou diferenças no momento final, onde o grupo FADR apresentou menor valor na escala visual análoga = 0,95 (0,42) cm do que FA = 2,49 (1,63) cm. Para esse desfecho, o grupo FADR também apresentou redução da dor ao comparar os momento inicial e final do tratamento (inicial: = 4,17 (2,00) cm; final: = 0,95 (1,42) cm). O grupo FADR também apresentou diferenças para o desfecho resistência abdominal entre os momentos inicial (= 22,5 (17,22)) e final (= 36,40 (12,49)) e inicial e após seguimento de 3 meses (= 35,60 (18,01)). Os desfechos de condição aeróbia e resistência da região lombar não apresentaram diferenças. A FADR foi superior a FA nos desfechos dor e resistência abdominal em pacientes com DLC.

Hidroterapia, Aeróbio, Dor Lombar Crônica.

mabelolkoski@hotmail.com

(55) 9692-2815

LUTA: UMA CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO PARA SER EXPLORADA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Bianca Flores Simon, Luciana Lunkes, Hildegard Suasen Hamester, Magda Baroni, Fernanda Martins Duarte, Jéssica Brenda

Universidade do Vale do Rio dos Sinos - UNISINOS, Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência - PIBID, Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES, Ministério da Educação e Cultura - MEC, Governo Federal.

RESUMO

Visando inserir novas culturas corporais de movimento nas aulas de Educação Física, as bolsistas do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID), juntamente com a professora supervisora da escola, aplicaram um questionário aos alunos, a fim de identificar os conteúdos de interesse dos mesmos, a serem trabalhados nas aulas de Educação Física. Como sugestão apareceu taco, dança de rua e boxe, sendo, nessa sequência, trabalhados na escola. A cultura corporal da luta foi explorada, no terceiro trimestre do ano letivo, como conteúdo das aulas de Educação Física. O presente trabalho tem por objetivo relatar o processo e os efeitos da inserção da cultura corporal da luta nas aulas de Educação Física. Participaram deste estudo alunos das séries finais do Ensino Fundamental e do Ensino Médio. Os registros desta vivência foram realizados por meio dos diários de campo, filmagens, atas e reflexões das reuniões semanais do PIBID na escola. Com o objetivo de proporcionar um conhecimento geral sobre a cultura corporal da luta e destacar um olhar pedagógico sobre esse tema, inicialmente as bolsistas realizaram uma apresentação aos alunos em *PowerPoint*, contendo textos, imagens e vídeos sobre a história das lutas, as diversas modalidades, os movimentos de luta e de combate, os equipamentos e as vestimentas utilizadas em cada modalidade. Posteriormente, aprofundou-se o conhecimento teórico e prático, sobre o Boxe, devido interesse dos alunos pelo esporte. As bolsistas pesquisaram e estudaram o Boxe a fim de apresentar aos alunos, organizando um *PowerPoint* com golpes e técnicas mais utilizadas. Como introdução para as aulas práticas de lutas, foram desenvolvidos jogos de oposição de forma lúdica e divertida, trabalhando equilíbrio, força, agilidade e mobilidade. Para dar continuidade ao conteúdo proposto, foram valorizados os conhecimentos prévios dos alunos, onde dois dividiram suas experiências do Boxe com os demais colegas, pois praticavam o esporte. Durante as aulas práticas, auxiliaram as bolsistas, planejando e ensinando algumas técnicas aos colegas, aplicando atividades recreativas com cordas, envolvendo os elementos de treinamento do Boxe, bem como, disponibilizaram suas luvas para qualificar a experiência. Observou-se que esses alunos, que já tinham conhecimento e praticavam esse esporte, sentiram-se importantes e valorizados por demonstrarem seus conhecimentos para aos colegas, para as bolsistas e para a professora supervisora. Posteriormente, em um outro momento, ocorreu a participação de um colega bolsista do PIBID de outra escola, que pratica o Boxe. O bolsista realizou diversas atividades com jogos de oposição e a prática dos

principais golpes do Boxe. Como complemento das lutas, trabalhou-se também com a Esgrima. Os alunos aprenderam as principais regras e confeccionaram suas espadas com jornais. A fim de incluir um aluno com deficiência física, usuário de cadeira de rodas, foi levada para a escola outra cadeira de rodas e os alunos conheceram as regras e praticaram a Esgrima adaptada. Desenvolver o tema lutas nas aulas de Educação Física foi gratificante, porque a grande maioria dos alunos nunca havia vivenciado essa cultura corporal de movimento. Desta forma, a proposta tornou-se significativa, pois além dos conhecimentos adquiridos em relação ao conteúdo, a prática resgatou alunos que não participavam das aulas de Educação Física. Entretanto, não foi fácil para a professora supervisora e para as bolsistas do PIBID desenvolverem esse tema, pois não dominavam o conhecimento sobre essa cultura corporal de movimento, no entanto, buscaram conhecimento, pesquisaram, dialogaram com outros profissionais e futuros profissionais, trocaram experiências e, a esperada aprendizagem, aconteceu. Esta proposta nos mostra, que a luta na escola pode ir além de ser apenas praticada em academias, podendo ser tratada como conteúdo da Educação Física, quando se tem um olhar pedagógico para essa cultura corporal de movimento.

Educação Física, Luta, Proposta Pedagógica.

E-mail: bibifsimon@hotmail.com

Telefone: 51 9784-8262

NA PONTA DOS PÉS: SUSTENTANDO O PRECONCEITO

Paulo Roberto Zanchin Junior, Camila Felin Fochesatto, Carlise Olschowsky Pereira, Aniele Elis Scheuermann, Vera Lucia Rodrigues De Moraes, Claudinara Botton Dal Paz

Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, Câmpus de Frederico Westphalen RS.

RESUMO

Estamos inseridos em um meio onde a mídia, a tecnologia e a falta de tempo fazem parte do nosso cotidiano. De um lado, temos a mídia que nos impõem padrões sociais, econômicos, pragmáticos e estéticos de acordo com seus interesses. Alienados mediante tamanha pressão, passamos a rotular a padronizar tudo e todos que nos cerca. De outro, temos a tecnologia que nos acomoda e nos convida a uma vida sedentária, sem a prática de hábitos saudáveis. Para tanto, percebemos que pessoas com obesidade ou algum sobrepeso são em menor número em aulas de dança clássica a partir de nossa vivência enquanto dançarinos clássicos. O presente trabalho surgiu como proposta da disciplina de "Educação Física Inclusiva" oferecida pelo Curso de Educação Física da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, Câmpus de Frederico Westphalen - RS. O objetivo do artigo é buscar compreender a ausência de pessoas com sobrepeso ou obesas na prática do balé clássico profissional. A metodologia utilizada para investigação é bibliográfica. Na formação de um bailarino é imprescindível que ele se submeta a uma carga e rotina intensas de aulas, ensaios, repetições, uma alimentação regrada, levando muitas vezes, o corpo a exaustão. A técnica desse complexo estilo envolve questões anatômicas, de estabilidade, a perpendicularidade, postura e eixo. A excelência e domínio desses aspectos são a essência para um bailarino. Além disso, é necessário equilíbrio emocional devido a constante cobrança e a competição que há no meio, dedicação e disciplina. A sobrecarga emocional e principalmente física levam muitos a desistirem durante o processo. Neste meio, observa-se um padrão estético: fortes, porém magros. Essa situação gera exclusão de uma parcela nas pessoas que se interessam por essa prática. Diante da bibliografia pesquisada e consonância com conversas informais pelos camarins sabemos que no ponto de vista fisiológico o balé exige algumas posturas que tem por base a contração muscular isométrica. Porém, por questões anatômicas as pessoas que possuem sobrepeso ou obesas sentem maior dificuldade em manter a isometria o que, geralmente impede um movimento em excelência e acaba desistindo ou não praticando. Outra questão, é que a gordura limita a execução de movimentos como, por exemplo o arabesque. Já nas pontas, pode vir a prejudicar a coluna, pois todo o peso concentra-se na ponta dos dedos. Para dançar com o partner o peso prejudica tanto na execução como na coluna do bailarino que vai levantá-la. Além disso, são visíveis os problemas ortopédicos relacionados ao excesso de peso. Os danos á cartilagem articular e declínio na função física são muito frequentes. Fraturas, dores nas articulações (principalmente joelho, tornozelo) e músculos o que aumenta a probabilidade de ocorrer uma lesão num nível mais alto. É notável que corpos com menores índices de gordura localizada são benéficos para o profissional da dança clássica sendo este, o principal motivo pelo qual não se vê bailarinas (os) obesos em palco. Por outro lado, sabe-se que temos historicamente uma cultura preconceituosa de que um corpo longilíneo

e magro é esteticamente mais bonito e aceitável do que um com medidas maiores.

Balé, obesidade, sobrepeso.

paulorobertofw@hotmail.com

(55) 99951029

OS CURRÍCULOS DE FORMAÇÃO INCIAL DO EDUCADOR FÍSICO COM ENFOQUE NA SAÚDE: ESTADO DA ARTE

Paula Betina Bock de Prass

UNIJUÍ- RS.

RESUMO

O campo de estudos da educação física está sendo reformulado nos últimos anos, especialmente a partir da década de 80. Passou-se a aspirar novos horizontes para área que não discutam apenas o corpo e o movimento humano em seus aspectos biológicos, mas vinculados as demandas sócio históricas e culturais. A dimensão teórica da educação física relacionada a saúde acompanha este movimento e permanece em processo de transformação, no qual, evidenciou-se entre outros a necessidade de repensar os cursos de graduação da área. Na tentativa de fazer uma análise deste movimento, desenvolveu-se um estudo cujo objetivo principal foi levantar as produções científicas referentes a estruturação curricular dos cursos de educação física do Brasil, a fim de compreender sob que ótica e medida a temática saúde tem sido abordada nas graduações. Trata-se de um estudo bibliográfico de abordagem qualitativa, do tipo estado da arte, no qual foram consultados os periódicos indexados pela Capes, no período de 2005 à 2015, no idioma português com os descritores "currículo e educação física". Para compor o *corpus* de análise, foram selecionados apenas os artigos que se referiam a formação da educação física no ensino superior para área da saúde. A análise dos dados foi apoiada na metodologia de análise textual discursiva, a partir de suas etapas de desconstrução e unitarização da qual foram extraídas unidades de sentido que permitiram a definição de categorias de análise emergentes. Foram identificados no primeiro momento 77 artigos dos quais foram refinados 13 e analisados 5 que contemplavam o foco do estudo. No processo de desconstrução elencaram-se quatro unidades de sentido: Separação da profissão em licenciados e bacharéis; Mudanças de disciplinas e o movimento das reformas curriculares; Enfoques diferentes e atuação profissional; Concepções de currículo. Na etapa de unitarização emergiram três categorias de análise: Separação dos cursos- Licenciatura e bacharelado; Desafios de adequação curricular para a nova perspectiva profissional e constituição dos currículos de formação. Identificou-se que embora incipientes, os estudos demonstram que é tendência forte a discussão da separação do curso em licenciatura e bacharelado. Além disso, concordam que os cursos de educação física atuais entendem que as duas formações permitem atuação na área da saúde, talvez com enfoques diferentes. Salientam ainda, que a definição legal para essa atuação não é clara, portanto a separação dos cursos não contribuiu para qualificar a formação e atuação na saúde. Foi possível analisar que as instituições de ensino superior estão encontrando dificuldades para atender à complexidade da formação para atuação na saúde e seus currículos ainda priorizam aspectos biológicos ao tratar a temática, embora considerem que estes não são suficientes. A educação física ainda não encontrou legitimação para atuação no campo da saúde que ultrapassem os aspectos prescritivos legais. A legitimação para atuação neste campo permanece com subsídios biologicistas,

contrapondo as novas tendências da educação física. Conclusão: Os currículos de formação são ferrramentas que precisam colaborar, mas no momento não estão estruturados de forma adequada para contribuir com a formação da educação física para a área da saúde. Reformas nos currículos devem objetivar mudanças reais, a partir de críticas reflexivas que movimentem e rompam com o equilíbrio instaurado da formação profissional. Permanece a necessidade e ensaios de adequação, que compreendam a intencionalidade do currículo embasada em uma nova ótica profissional que transcenda o viés biológico ao tratar de saúde.

Currículo, Educação Física, Graduação.

Betina.prass@hotmail.com

55 91190739

POLÍTICAS PÚBLICAS E A ATUAÇÃO DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Fernanda Cocco, Maria Teresa Cauduro

Escola de Ensino Médio Casa Familiar Rural – Frederico Westphalen

Universidade do Vale dos Sinos - UNISINOS

RESUMO

Os desafios que os professores encontram na escola desde 1996, mais especificamente com a Resolução do Conselho Federal de Educação Física de 07/2004 que diferenciou a licenciatura do bacharelado segue ainda com interrogações. O problema de investigação é: Qual a repercussão nas escolas das leis, diretrizes, padrões curriculares nacionais e o Plano Nacional da Educação para o período – 2014-2024? A legislação pertinente às políticas públicas educacionais precisam de entendimento por parte dos professores. Alertamos que para entender sobre essas políticas, reportamo-nos a Ball (2001) quando este explica os ciclos das políticas. A análise dessas políticas foca-se no ciclo constituído por cinco contextos: Contexto de Influência, Contexto da Produção de Texto, Contexto da Prática, Contexto dos Resultados (efeitos) e Contexto da Estratégia Política. (MAINARDES, 2006). Frente a isso, o objetivo será estudar todas as legislações desde a LDB 1996 até o PNE 2014-2024 referente a Educação Básica na Educação Física no grupo de pesquisa de formação de professores. Muito se fala sobre formação de professores. Esta é uma questão que permeia a nossa sociedade há muito tempo e que é motivo de muitas pesquisas nas universidades – principalmente nos programas de pós-graduação em nível de mestrado e doutorado. Na década de 1990, há a criação do Conselho Federal de Educação Física (CONFEF) e a regulamentação da profissão, instituídos pela lei nº. 9696/98 que dispõe sobre a regulamentação da Profissão de Educação Física e cria os respectivos Conselho Federal e Conselhos Regionais de Educação Física (CREF). A partir dela, surge a Resolução CNE/07/2004 que dispõe alterações entre o graduado e o licenciado em Educação Física. Em 2002, no governo de Luiz Inácio Lula da Silva houve uma modificação para a formação de professores. Nessa ficou estabelecida pela Resolução CNE/CP 1, de 18 de fevereiro de 2002 que institui as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Formação de Professores da Educação Básica, em nível superior, curso de licenciatura, de graduação plena. Em seu artigo Art. 2º estabelece que a organização curricular de cada instituição observará, além do disposto nos artigos 12 e 13 da lei nº. 9.394, de 20 de dezembro de 1996, LDB, outras formas de orientação inerentes à formação para a atividade docente. Em junho de 2014 foi sancionada a lei nº. 13.005, implementando o Plano Nacional de Educação (PNE) para o período 2014-2024, no governo de Dilma Rousseff. De todas essas metas do PNE, somente três delas contemplam a Educação Física na especificidade de esporte e atividades recreativas. Notamos que toda a filosofia colocada nos PCNs para a educação básica, com relação ao corpo e à cultura corporal, foi desconsiderada e não incluída. Houve um retrocesso. Perguntamos por que as mudanças necessárias não conseguem ser implementadas na Educação Física. Frequentemente, as respostas a essas perguntas fazem referência às complexas relações sociais que estão embutidas na escola, à descontinuidade nas políticas educacionais

devido aos secretários da educação apresentarem apenas o viés político-partidário e, às vezes, não pertencerem ao setor da educação. Por outro lado, com base em pesquisas relevantes sobre o tema, Gatti (2014) discute os aspectos que mais recorrentemente emergem sobre as políticas educacionais, a saber: improvisação de professores; ausência de uma política nacional específica para as licenciaturas; pouca atenção às pesquisas sobre o tema; diretrizes curriculares isoladas por curso; currículos fragmentados; estágios sem projeto e acompanhamento; aumento da oferta de cursos à distância; despreparo de docentes das instituições de ensino superior para formar professores; características socioeducacionais e culturais dos estudantes; permanência e evasão nos cursos. Para essa pesquisa utilizar-se-á a metodologia qualitativa com estudo de caso na Casa Familiar Rural de FW/RS entrevistando a supervisão da escola e o professor de Educação Física, no período de março a maio de 2016. Os resultados serão apresentados no próximo evento de Educação Física no RS.

Educação Física, Políticas Públicas Educacionais, Formação de Professores.

fernanda.cocco@hotmail.com

(55) 96456066

PROJETO E.M.E.F. ARAÇÁ NA MEDIDA CERTA

Éverton Alexandre Figueiredo; Marcelo Curth

Prefeitura Municipal de Viamão; Universidade FEEVALE

RESUMO

A incidência crescente do sobrepeso e da obesidade representa um sério problema de saúde pública com implicações para a sociedade e para os sistemas de saúde, indicando que o sobrepeso e, principalmente a obesidade infantil é uma “epidemia” global. Além disso, os problemas com o peso em períodos de formação acarretam problemas nas fases posteriores da vida dos indivíduos. Em 2005, segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde) havia aproximadamente 1,6 bilhões de adultos com sobrepeso e pelo menos 400 milhões de adultos eram obesos em todo o mundo. A previsão para 2015, segundo o mesmo órgão, é de que fosse contabilizado cerca de 2,3 bilhões de adultos com sobrepeso e mais de 700 milhões com obesidade em todo o mundo. Dessa forma, avaliar a prevalência e a incidência da obesidade é um dos passos importantes para o desenvolvimento de estratégias efetivas e sustentáveis de promoção da saúde e de prevenção e controle dos principais fatores de risco, principalmente das doenças cardiovasculares, diabetes e neoplasias. Nesse sentido, o trabalho teve como objetivo identificar a incidência de sobrepeso e obesidade em uma E.M.E.F (Escola Municipal de Ensino Fundamental) do município de Viamão/RS. Para isso, foram realizadas as medidas antropométricas de IMC (Índice de Massa Corporal) da população da instituição, composta por 547 indivíduos, sendo eles alunos (1º a 5º anos, 6º a 9º anos e EJA) e funcionários da instituição (professores, direção e colaboradores de outras áreas). A antropometria foi utilizada no estudo por auxiliar tanto o diagnóstico da desnutrição quanto no da obesidade, além de ser um procedimento prático, de manuseio relativamente simples, não-invasivo, viável, confiável, de baixo custo e por possibilitar a comparação com um padrão de referência. Os resultados apontaram que 65% dos alunos do 1º ao 5º anos apresentam IMC saudável, enquanto 35% apresentaram sobrepeso ou obesidade. Além disso, 66% dos alunos do 6º ao 9º anos apresentam IMC saudável, enquanto que 33% estão com sobrepeso ou obesos e 1% está abaixo do peso considerado saudável. Com relação aos resultados dos funcionários, 26% dos professores e demais funcionários da escola apresentam IMC saudável, enquanto 74% estão com sobrepeso ou obesos. Assim, os resultados sugerem que os alunos da E.M.E.F. avaliada estão acima das médias nacionais, bem como os demais integrantes (professores e demais funcionários). Dessa forma, concluiu-se que o ambiente escolar analisado apresenta uma grande lacuna no que tange a qualidade da alimentação do envolvidos, pois tanto os funcionários quanto os professores apresentaram níveis elevados de IMC, acarretando, possivelmente, no aumento do risco de doenças associadas, como DCNT (doenças crônicas não transmissíveis) e assim resultando no aumento dos índices de afastamento do trabalho e níveis de estresse, prejudicando assim sua qualidade de vida e de atividade laboral. Tais atividades estão ligadas diretamente à qualidade de ensino e desenvolvimento das aptidões dos educados, visto que a relação do processo ensino-aprendizagem entre educando e educador é estreita e

caso o educador esteja doente, esta relação pode ser influenciada. Além disso, entende-se que o resultado sugere a carência de referências para os adolescentes por parte dos funcionários educadores. Com relação aos resultados dos alunos, observou-se que a maioria estava em situação de, no mínimo, sobrepeso. Isso sugere a necessidade de trabalhos educativos alimentares com os envolvidos, visando melhores hábitos alimentares não somente dos indivíduos da instituição, mas também da localidade.

Sobrepeso; Obesidade; IMC.

everton.alexandre@hotmail.com

(51) - 81360161

RELAÇÃO ENTRE A AGILIDADE E EQUILÍBRIO DINÂMICO COM A GLICEMIA DE PARTICIPANTES DOS GRUPOS DO PET- VIGILÂNCIA EM SAÚDE

Letícia Ullmann, Carlos Kemper, Tiago Bittencourt de Oliveira.

Programa de Educação pelo Trabalho – PET – Vigilância em Saúde - URI – Campus Santo Ângelo

RESUMO

O envelhecimento causa uma diminuição da agilidade e do equilíbrio dinâmico dos indivíduos, gerando dificuldades durante as Atividades da Vida Diária (AVDs). A atividade física contribui para manter o idoso ativo para realizar suas AVDs. Já o exercício físico em um trabalho mais elaborado, melhora a mobilidade das articulações e a força muscular, prevenindo lesões e quedas, neutralizando ou minimizando disfunções e possibilitando uma melhora no estilo de vida. Uma das patologias que um indivíduo idoso pode adquirir é o diabetes mellitus, que é uma doença metabólica caracterizada por um elevado nível da glicose no sangue quando o indivíduo se encontra em jejum, tendo como característica defeitos na secreção ou da incapacidade de utilizar a insulina. O exercício físico praticado regularmente auxilia no controle da glicemia sanguínea pois o mesmo utiliza a glicose como fonte de energia para a contração muscular. O Programa de Educação pelo Trabalho (PET), na diretriz Vigilância em Saúde, realizou com os bolsistas dos cursos da área da saúde, grupos nas comunidades de Santo Ângelo para que os participantes possam ser acompanhados por estes bolsistas através da educação em saúde. Estes grupos eram compostos por hipertensos e diabéticos que participavam de reuniões semanais como forma de aprender sobre as doenças em que eles eram acometidos. O objetivo deste trabalho é verificar a relação entre a agilidade e equilíbrio dinâmico e a glicemia de hipertensos e diabéticos participantes dos grupos de educação em saúde do PET- Vigilância em Saúde. O estudo realizado foi um estudo quantitativo de causa e efeito. Foi utilizado como instrumentos para essa verificação o teste de sentar e levantar cronometrado e antes e depois da realização do teste foi realizada a coleta de dados da glicemia dos participantes através do aparelho Accu-Check. O teste de sentar e levantar cronometrado necessita dos seguintes equipamentos: uma cadeira, uma fita métrica, um cronômetro e um cone. Os participantes foram instruídos a levantar da cadeira, caminhar ao redor do cone e voltar a sentar, o mais rápido possível. O teste foi aplicado três vezes, e foi definido o menor tempo dos três para análise, conforme protocolo do teste. O resultado é comparado com a tabela que indica o percentil, dividido em masculino e feminino e por faixas etárias. A amostra deste trabalho foi de 21 indivíduos com idade entre 56 e 84 anos, sendo destes 12 indivíduos do gênero masculino e 9 do gênero feminino. Todos os participantes do teste assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido de sua participação. Os resultados encontrados na glicemia a partir da média geral antes do teste foi de 157,09±68,22 mg/dL e, após a realização do teste foi de 153,57±67,35 mg/dL. A média geral feminina pré-teste foi de 125,22±38,15 mg/dL e pós-teste de 118,66±30,93 mg/dL. Já a média geral masculina pré-teste foi de 181,00±77,13 mg/dL, e após o teste foi de 179,75±76,21 mg/dL. Conclui-se que a realização do teste de sentar e levantar cronometrado proporciona queda nos níveis glicêmicos,

mostrando desta forma que atitudes simples auxiliam no controle desta doença.

Agilidade e equilíbrio dinâmico, glicemia, PET- Vigilância em Saúde.

leti.ullmann@r7.com

(55) 9144-5286

RELAÇÃO ENTRE IMC E A CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA EM ADOLESCENTES DE 10 A 12 ANOS DE ESCOLAS ESTADUAIS DE CANOAS/RS

Pâmela Andrieli da Silva Tristão, Ricardo Pedrozo Saldanha

Grupo de Pesquisa do Mestrado em Saúde e desenvolvimento Humano, Centro Universitário La Salle

RESUMO

Em levantamento realizado pelo IBGE em 2014, o índice de sobrepeso e obesidade beira os 60% da população brasileira. Este percentual representa cerca de 82 milhões de pessoas com este tipo de classificação (≥ 25 Kg/m²). Desta forma, por se tratar de uma doença integrante do grupo de Doenças Crônicas Não-Transmissíveis, surgiu a necessidade de correlacionar os escores do IMC e a CC de adolescentes e o sobrepeso e obesidade. Para tanto, foi realizado um estudo corte transversal, conduzido no segundo semestre de 2014 no município de Canoas/RS, o qual o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, do Centro Universitário La Salle (CAEE, 37436614.4.0000.53070) avaliou e aprovou o referido estudo. Os sujeitos responderam ao Questionário de Identificação de Controle de Variável (QICV) com a finalidade de obter algumas informações acerca sobre o sexo, idade, ano, tempo de prática de atividade física, participação nas aulas de educação física na escola, qual principal atividade de lazer, alimento favorito e número de refeições diárias. Além dos dados de identificação foram coletadas medidas antropométricas de peso, estatura e CC. A partir dessas informações, calculou-se o índice de massa corporal, dividindo-se a massa corporal pelo valor da estatura (esta última, elevada ao quadrado), com base nos valores de referencia específicos para sexo e idade propostos por (COLE et. al, 2000). A medida de circunferência da cintura foi realizada com fita métrica inelástica, graduada em centímetros e milímetros, seguindo procedimentos preconizados por (GILLUM et. al, 1999). Para operacionalização das análises de dados, foi utilizado o programa estatístico SPSS versão 22.0. Dois grupos de análises foram realizados, a saber: descrição dos sujeitos e análises correlacionais. A análise da distribuição permitiu tomar a decisão a respeito do uso de instrumental paramétrico ou não paramétrico. O segundo e último grupo de cálculos contemplou as análises correlacionais, a fim de se obter a intensidade, sinal e nível de significância das correlações (realizadas pelo teste de correlação de Spearman) entre as variáveis. Assim a exploração dos escores obtidos pelos instrumentos seguiu os princípios norteadores comumente aceitos na literatura especializada (HILL; HILL, 2008; PESTANA; GAGEIRO, 2008; FIELD, 2009). A amostra foi composta por 341 sujeitos de 10 a 12 anos, os quais 18 sujeitos (5,27%) estavam abaixo do peso, 238 sujeitos (69,79%) caracterizavam-se como eutróficos, 68 sujeitos (19,94%) estavam com sobrepeso e 17 sujeitos (4,98%) estavam com obesidade. Os resultados da correlação (Spearman) constatou uma correlação fortíssima ($p>0,90$), positiva e significativa ($p<0,00$). O resultado da correlação foi conforme o esperado, pois os índices de IMC e CC são considerados como marcadores de sobrepeso e obesidade. O Índice de Massa Corporal (IMC) é um exemplo de um indicador de sobrepeso e obesidade frequentemente utilizado na prática clínica e epidemiológi-

ca, devido à fácil aplicação, baixo custo e forte poder de predição de fatores de risco à saúde da criança. A CC representa o acúmulo de gordura abdominal e pode predizer o risco à saúde tão bem ou até melhor do que o IMC; Portanto, o diagnóstico de sobrepeso e obesidade com base na combinação desses indicadores antropométricos pode permitir uma estimativa mais confiável do risco cardiovascular entre crianças, de acordo com Barbosa Filho et al. (2015).

Obesidade, Circunferência da Cintura, Índice de Massa Muscular.

pamela.tristao@hotmail.com

(051) 8481-5221.

QUESTÕES ÉTNICO-RACIAIS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UMA INVESTIGAÇÃO DOCENTE

RONILDO NEUMANN PASTORIZA

EMEF HEITOR VILLA LOBOS

RESUMO

Este estudo procurou identificar as várias formas de manifestações racistas que ocorrem nas aulas de Educação Física nas Escolas Municipais situadas no bairro Lomba do Pinheiro em Porto Alegre. Nosso objetivo é refletir e problematizar a ocorrência dessas situações que muitas vezes, ocorrem de modo muito sutil, mas que na verdade está inserida num emaranhado e intrínseco gesto de racismo e preconceito racial que permeiam nossas escolas. Os anos de discriminação e preconceitos sofridos pelos afrodescendentes nos levaram a compreender a urgência de Ações Afirmativas e de políticas educacionais que objetivem reparar as injustiças e a perversidade cometida ao povo negro no Brasil, e no caso específico desse estudo, no âmbito escolar. Enviamos formulários escritos a Professores de Educação Física das escolas pesquisadas com foco em algumas questões centrais: se eles já presenciaram alunos seus sofrerem algum ato de preconceito racial e também, se eles próprios acreditam que existe racismo na escola e no Brasil. Questionamos também se eles têm conhecimento das Leis Federais 10.639/03 e 11.645/08 ou de outra legislação pertinente às questões étnico-raciais. Os resultados mostraram que a maioria dos Professores de Educação Física pesquisados relataram ter presenciado a ocorrência de atos discriminatórios, principalmente relacionados à associação entre cor da pele e atributos fenotípicos (negão, macaco, zulu, pneu...), também foram citadas expressões racistas como: isto é coisa de negão; só podia ser negrice; nego quando não faz na entrada..., e na intenção de chocar ainda mais, foram relacionados expressões comparativas: nariz de macaco; cabelo de Bombril. Constatamos que alguns professores consideraram esses fatos como “normais” na escola, justificando: “aqui na escola isto é normal, todos se chamam assim...”; “aqui na comunidade todo mundo é preto, não existe racismo...”; “existem muitos namoros entre brancos e negros”. Porém estes mesmos professores indagados se existia racismo no Brasil, foram unânimes em afirmar que sim, existe racismo no Brasil. A conclusão que chegamos sobre este estudo nos revela que uma parcela de Professores de Educação Física ainda possuem uma visão ingênua e muito tênue sobre as questões étnico-raciais. Compactuam com o “mito da democracia racial” que perdura por muitos anos em nossas escolas e no nosso país. Muitos dos professores pesquisados relataram não conhecer as legislações antirracistas existentes e que gostariam de receber formações mais específicas para lidarem com as questões étnico-raciais em suas escolas, que são frequentadas, majoritariamente, por alunos e famílias afrodescendentes. Por outro lado, encontramos uma parcela bem significativa de professores que estavam inteirados com a cultura e a historia afro-brasileira (saliento que muitos deles são negros) e que tem conhecimento, principalmente da Lei 10.639/03 e inclusive buscam seus conteúdos didáticos nos pressupostos

desta Lei, destacando-se a prática da capoeira, bem como danças, ritmos, jogos e brincadeiras de origem africana. Portanto, apesar de existir um grupo de professores engajados nas questões da cultura afro-brasileira, muitos deles oriundos dos Movimentos Negros, precursores da luta contra a discriminação racial a negros e seus descendentes no sistema de ensino brasileiro, ainda temos um longo caminho a percorrer, pois as escolas parecem se lembrar dos seus afro-descendentes apenas no dia 20 de Novembro, Dia da Consciência Negra. Nos demais meses do ano letivo, parece haver um silêncio e uma quase ausência das questões étnico-raciais nas escolas. Esta pratica de manter a invisibilidade dos alunos negros que não se veem nos murais e cartazes das escolas que frequentam, decorre de um modelo eurocentrista que tem como norma e padrão o modelo da branquidade, tanto nas escolas bem como em toda a sociedade brasileira.

Educação Física, Questões Étnico-Raciais, Investigação.

ronildonp@ibest.com.br

(51) 9969.3112

ENAPEF

42º ENCONTRO NACIONAL DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
26º CONGRESSO CIENTÍFICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
5º FÓRUM DE MOBILIZAÇÃO GAÚCHA PELA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR
2º ENCONTRO COMUNITÁRIO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA, PREVENÇÃO E PROMOÇÃO À SAÚDE

APEF-RS
70 Anos
1945-2015
Educação Física

www.apefrs.com.br

ISSN 2177-031X
9 772177 031002

UNILASALLE
CANOAS-RS