



## PIBID/UNISC - EDUCAÇÃO FÍSICA: aplicação de testes relacionados à saúde em escolares

*Felipe Luís Hickmann<sup>1</sup>  
Leandro Tibiriçá Burgos<sup>2</sup>  
Miriam Beatris Reckziegel<sup>3</sup>  
Miria Suzana Burgos<sup>3</sup>*

### RESUMO

**Introdução:** A aplicação de testes relacionados à saúde é de suma importância para que os professores estejam cientes das capacidades físicas de seus alunos, podendo, posteriormente, elaborar planos de aula adequados à realidade, promovendo o bem-estar do escolar. Neste contexto, o Programa Institucional de Iniciação à Docência (PIBID), ao ofertar bolsas de ensino à docência a acadêmicos dos cursos de licenciatura, se configura como uma estratégia que possibilita o incentivo a novas práticas, incluindo métodos de avaliação do trabalho escolar, aspecto esse que contribui para a construção de uma educação comprometida com a promoção da saúde na escola. **Objetivo:** Avaliar a aptidão física relacionada à saúde em escolares participantes das aulas de monitoria do PIBID em Santa Cruz do Sul-RS. **Método:** Participaram do presente estudo transversal 38 escolares, sendo 20 meninos, do 1º, 2º e 7º ano do Ensino Fundamental de uma escola municipal, entre 6 e 15 anos de idade. Aplicaram-se os testes de aptidão física relacionada à saúde, protocolados pelo Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR). Foram aplicados o teste de flexibilidade (sentar e alcançar com banco de Wells), classificado por meio do PROESP-BR (2009) em desejável e indicador de risco, e os testes de resistência muscular abdominal e de aptidão cardiorrespiratória (APCR), ambos classificados por meio do PROESP-BR (2016) em zona de risco à saúde e zona saudável. Também, foram verificados o peso e a estatura para a avaliação do Índice de Massa Corporal (IMC), classificado através das curvas de percentis estabelecidos pela Organização Mundial da Saúde (WHO, 2007). Os dados foram analisados no programa estatístico SPSS v. 20.0, através do teste t de variáveis independentes e Qui-quadrado e expressos em percentuais, média e desvio-padrão. **Resultados:** Observa-se que, em relação à flexibilidade, 90,0% dos meninos e 83,3% das meninas estão na faixa indicador de risco. Para o teste de resistência muscular abdominal, 55% do sexo masculino

PROMOÇÃO:



APOIO:





e 39,9% do sexo feminino foram classificados dentro da zona de risco à saúde. Resultados similares foram observados na APCR, em que 45% dos meninos e 66,7% das meninas estão na zona de risco à saúde. Houve diferença significativa entre a média de metros percorridos quando comparados os sexos no teste de APCR ( $p=0,003$ ). Em relação ao IMC, constatou-se presença de sobrepeso/obesidade em 50% dos meninos. Já nas meninas, constatou-se frequências similares, sendo que 33,3% estão com sobrepeso e 5,6% com obesidade. **Conclusão:** Nota-se diferença significativa nos resultados do teste de APCR, em que os meninos obtiveram resultados mais satisfatórios do que as meninas. Também, observou-se elevado índice de sobrepeso e obesidade e baixos níveis de aptidão física relacionada à saúde entre os escolares de ambos os sexos.

**Palavras-chaves:** Aptidão física, saúde, sobrepeso e obesidade.

## REFERÊNCIAS

PROESP-BR. Projeto Esporte Brasil. Manual 2009. Disponível em: <<http://www.proesp.ufrgs.br>>. Acesso em: 17 ago. 2017.

PROESP-BR. Projeto Esporte Brasil. Manual 2016. Disponível em: <<http://www.proesp.ufrgs.br>>. Acesso em: 17 ago. 2017.

WHO. World Health Organization. Growth reference 5-19 years. 2007. Disponível em: <[http://www.who.int/growthref/who2007\\_bmi\\_for\\_age/en/](http://www.who.int/growthref/who2007_bmi_for_age/en/)>. Acesso em: 17 ago. 2017.

PROMOÇÃO:



APOIO:

