

AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA DE ESCOLARES DO ENSINO FUNDAMENTAL I

SOUZA, Jean Cesar Andrade de (autor) – UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga.

SILVA, Henderson Roberto Martins da (autor) – UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga.

SOUZA, Caciene Dallemole (orientadora) – UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga.

A aptidão física consiste na capacidade de realizar exercícios musculares de maneira satisfatória, ajudando no desenvolvimento das capacidades psicomotoras e intelectual, favorecendo no desempenho escolar e convívio social. Portanto, o objetivo do presente estudo foi avaliar a aptidão física de escolares entre 9 e 10 anos de idade. Participaram 28 meninas e 22 meninos de um CEM do Município de Votuporanga/SP atendidos pelo Projeto Pibid Educação Física. Foram avaliadas medidas antropométricas e testes motores conforme o PROESP-Brasil (2015). Foram feitas avaliações de Peso Corporal (PC), Altura (ALT), Envergadura (ENV), Flexibilidade (FLEX), Resistência Muscular Localizada (RML), Resistência Cardiorrespiratória (RESISTC), Força Explosiva de Membros Superiores (FEMS), Força Explosiva de Membros Inferiores (FEMI), Agilidade (AGIL) e Velocidade (VEL). Os dados foram tabulados por meio da análise descritiva seguido do teste de normalidade de Kolmogorov Smirnov. Para a comparação entre grupos (sexo) utilizou-se o teste t para amostras independentes e para a comparação entre grupos (idade) Anova One Way. Por meio do teste T para amostra independentes, observou-se diferenças estatísticas entre os gêneros ($p < 0,05$) para as variáveis ENV, FLEX, RML e AGIL. De acordo com o teste Anova One Way, as diferenças dos valores médios entre as idades foram significativas ($p < 0,05$) para as seguintes variáveis: PC, EST, ENV, RESISTC, FEMS e AGIL. Concluiu-se que, portanto, para a maioria das medidas e testes realizados, os meninos se sobressaíram quando comparados às meninas, com exceção da capacidade flexibilidade. Na comparação entre as idades houve aumento nos resultados de PC, EST e ENV, já, nos testes de RESISTC, FEMS e AGIL, meninos e

meninas da faixa etária de 10 anos obtiveram melhores resultados que os escolares de 9 anos, constatando que houve uma evolução no desenvolvimento dos componentes da aptidão física.

Palavras Chaves: Aptidão Física; Capacidades físicas; Escolares.

REFERÊNCIAS:

GAYA, Adroaldo et al. Projeto Esporte Brasil: Manual de testes e avaliação Versão 2015. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/proesp/arquivos/manual-proesp-br-2015.pdf>. Acesso em 15/10/2015.