

ISSN 2177-031X

# ENAPEF

44º ENCONTRO NACIONAL DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA



TORRES - RS

# 44 ANOS

28º CONGRESSO CIENTÍFICO  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA

7º FÓRUM DE MOBILIZAÇÃO GAÚCHA  
PELA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

4º ENCONTRO COMUNITÁRIO SOBRE ATIVIDADE  
FÍSICA, PREVENÇÃO E PROMOÇÃO A SAÚDE

05, 06, 07 e 08  
DE ABRIL DE 2018  
TORRES - RS



REALIZAÇÃO



2018 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

www.livrariavirtual.unilasalle.edu.br

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

E56a Encontro Nacional dos Profissionais de Educação Física (44. : 2018 : Torres, RS).  
Anais [do] 44º ENAPEF - Encontro Nacional dos Profissionais de Educação Física, 28º Congresso Científico de Educação Física, 7º Fórum de Mobilização Gaúcha pela Educação Física Escolar, 4º Encontro Comunitário sobre Atividade Física, Prevenção e Promoção à Saúde [recurso eletrônico] / APEF RS ; coordenação de eventos Sergio Martini. – Dados eletrônicos. – Canoas, RS : Ed. Unilasalle, 2018.

Evento realizado nos dias 5 a 8 de abril de 2018, em Torres, RS.

ISSN 2177-031X

1. Educação física – Eventos. I. Congresso Científico de Educação Física (28. : 2018 : Torres, RS). II. Fórum de Mobilização Gaúcha pela Educação Física Escolar (7. : 2018 : Torres, RS). III. Encontro Comunitário sobre Atividade Física, Prevenção e Promoção à Saúde (4. : 2018 : Torres, RS). IV. Associação dos Profissionais de Educação Física do Rio Grande do Sul. V. Martini, Sergio Roberto 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**

**44° ENAPEF – ENCONTRO NACIONAL DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**28° CONGRESSO CIENTÍFICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**7° FÓRUM DE MOBILIZAÇÃO GAÚCHA PELA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

**4° ENCONTRO COMUNITÁRIO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA,  
PREVENÇÃO E PROMOÇÃO A SAÚDE**

## **ANAIS**

**Coordenação de Eventos – APEF RS**

**Prof. Me. Sergio Martini**

**Coordenação Técnica do Evento – APEF RS**

**Prof. Esp. Quelin Cristini Gomes dos Santos**

**Coordenação da Sessão Científica**

**Prof. Dr. Marcelo Marques Soares – UNIVERSIDADE FEEVALE**

**Pareceristas**

**Prof. Dr. Marcelo Marques Soares – UNIVERSIDADE FEEVALE**

**Prof. Dr. Rodrigo Baptista Moreira – ULBRA**

**Prof. Me. Sergio Martini – APEF RS**

## SUMÁRIO

A INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO FUNCIONAL E DO TREINAMENTO DE FORÇA TRADICIONAL NA PERCEPÇÃO CORPORAL E FATORES MOTIVACIONAIS DE MULHERES PRATICANTES .....	6
A INTEGRALIZAÇÃO DE CONTEÚDOS ESPORTIVOS NO AMBIENTE ESCOLAR BASEADA NA REALIZAÇÃO DE GINCANAS .....	8
A LUDICIDADE NO ENSINO DA NATAÇÃO INFANTIL: PROJETO DE PESQUISA .....	10
A PERCEPÇÃO DOS PAIS E RESPONSÁVEIS SOBRE A INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO FÍSICO FUNCIONAL NO TRATAMENTO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM CÂNCER .....	12
ATIVIDADES LUDO-PEDAGÓGICAS NO MEIO AQUÁTICO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA: PROJETO PIRACEMA - UM RELATO DE EXPERIÊNCIA .....	14
A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E O BULLYING .....	16
A IMPORTÂNCIA DOS PROCESSOS PEDAGÓGICOS NO ENSINO DOS ESPORTES DURANTE AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR .....	18
AS PEDAGOGIAS UTILIZADAS EM ESCOLAS DE NATAÇÃO INFANTIL DE PORTO ALEGRE .....	20
CARACTERIZAÇÃO DO ESTILO DE VIDA: UM ESTUDO COM MULHERES PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE EXERCÍCIO FÍSICO PROGRAMADO .....	22
CONHECIMENTO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PROMOÇÃO DA SAÚDE EM ESCOLARES DO ENSINO MÉDIO .....	24
DISMORFIA MUSCULAR EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO .....	26
EDUCAÇÃO FÍSICA EM QUESTÃO - PROJETO DE EXTENSÃO DA UNISC: FORMAÇÃO CONTINUADA PARA PROFESSORES EGRESSOS .....	28
ESTÁGIOS DE INTENÇÃO DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DE IDOSOS DE UM BAIRRO DE NÍVEL SÓCIO ECONÔMICO MÉDIO ....	30
INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM ESQUIZOFRENIA RESIDENTE DO SERVIÇO DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL PARA MORADORES DE RUA E/OU MIGRANTES – SAI-POP (ALBERGUE) .....	32

<b>O BASQUETE DE RUA COMO CONTEÚDO DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UMA PROPOSTA DE ENSINO NA ESCOLA PÚBLICA .....</b>	<b>34</b>
<b>O EXERCÍCIO FÍSICO AERÓBICO ANTES E DEPOIS DE UMA CIRURGIA BARIÁTRICA: PROJETO DE PESQUISA .....</b>	<b>36</b>
<b>OS FATORES QUE INFLUENCIAM A ADERÊNCIA DE ALUNOS NAS ACADEMIAS DE PORTO ALEGRE .....</b>	<b>38</b>
<b>PARÂMETROS ANTROPOMÉTRICOS, FORÇA DE MEMBROS SUPERIOR E INFERIOR E HABILIDADES TÉCNICAS DO NADO: UM ESTUDO COM ESCOLARES DE SANTA CRUZ DO SUL .....</b>	<b>40</b>
<b>TREINAMENTO RESISTIDO: PERSPECTIVA DO CONHECIMENTO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA PRESCRIÇÃO DO TREINAMENTO DE FORÇA PARA GESTANTES ....</b>	<b>42</b>
<b>UMA AVALIAÇÃO NA COMPOSIÇÃO CORPORAL PRÉ E INTERTEMPORADA DOS ATLETAS DA EQUIPE FUTSAL UFSM .....</b>	<b>44</b>

# **A INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO FUNCIONAL E DO TREINAMENTO DE FORÇA TRADICIONAL NA PERCEPÇÃO CORPORAL E FATORES MOTIVACIONAIS DE MULHERES PRATICANTES**

Vitória de Lima Silveira, Deninson Nunes Ferenci

Centro Universitário Metodista (IPA)

Justifica-se este trabalho pois a cada dia que passa o treinamento funcional vem ganhando mais adeptos. Já o treinamento de força tradicional (mais conhecido como musculação), ainda é o método de treino mais consagrado e respeitado no que tange resultados estéticos (aumento do volume muscular, redução do percentual de gordura etc.). A cada dia que passa o treinamento funcional vem ganhando mais adeptos. Essa recente modalidade visa, segundo Michaelis (2009), propósitos específicos, geralmente reproduzindo ações motoras que serão utilizadas pelo praticante em seu cotidiano. Em contrapartida, o treinamento de força tradicional (mais conhecido como musculação), ainda é o método de treino mais consagrado e respeitado no que tange resultados estéticos (aumento do volume muscular, redução do percentual de gordura etc.). Segundo Chagas e Lima (2008), a musculação é um meio de treinamento caracterizado pela utilização de pesos e máquinas desenvolvidas para oferecer alguma carga mecânica de movimentos contra a resistência. A percepção do seu próprio corpo é muito importante para estabelecer parâmetros do que é benéfico para o corpo em particular, pois cada pessoa tem uma percepção única de si. Através dessa percepção é que são definidas nossas preferências de treinamento, afinal, hoje temos uma ampla gama de modalidades ofertadas na área do treinamento físico em geral. Essa percepção corporal, segundo Fonseca (2002), é o produto da inter-relação de aspectos neurológicos e comportamentais que integram a sensação da presença do corpo no ambiente, sendo considerada a base da estruturação psicomotora do indivíduo. Desse modo, o presente estudo tem como objetivo primário identificar os fatores motivacionais que levam mulheres a prática do treinamento funcional e o treinamento de força tradicional suas percepções acerca de sua imagem corporal e se ocorrem diferenças nessa percepção. Como objetivos secundários identificar os motivos para a busca do treinamento funcional; identificar os motivos para a busca do treinamento de força tradicional; identificar as percepções da imagem corporal das participantes de cada prática e identificar possíveis diferenças na percepção da imagem corporal das participantes de cada modalidade. A metodologia a pesquisa feita será qualitativa, que obterá as respostas através de entrevista com perguntas abertas e fechadas, realizado com 10(dez) mulheres que tenham entre 20 e 54 anos e praticam as duas atividades (treinamento funcional e musculação) no mínimo a 3 meses e serão excluídas desta pesquisa as participantes que tenham tido alguma lesão que limite a execução das atividades sob pena de alterar seu esforço e percepção sobre as atividades. A amostra foi formada pelo método de conveniência de maneira intencional, já que, este local é onde a pesquisadora atua profissionalmente, e a coleta de informações se dará a partir das entrevistas e posterior interpretação das mesmas (FLICK, 2009). O número de participantes foi designado conforme a constatação de

Creswell (2010), que relata ser desnecessária a escolha de locais e indivíduos em demasia para a realização de uma pesquisa qualitativa. A pesquisa obedecerá aos princípios éticos previstos pela Resolução nº 466/12, do Conselho Nacional de Saúde, do Ministério da Saúde e demais resoluções complementares à mesma (240/97, 251/97, 292/99, 303/2000, 340/2004, 346/2005 e 347/2005) sobre pesquisa, envolvendo seres humanos. O desfecho primário presume-se que esse estudo possa identificar a existência da influência das duas modalidades de treinamento (funcional e força tradicional) na percepção corporal e nos fatores motivacionais de mulheres praticantes. Espera-se identificar na entrevista as influências desses treinamentos, bem como, os motivos pela escolha de determinada prática, presumindo que serão fatores estéticos, de saúde, mídia ou socialização. O cronograma dentro desse período é possível observar que no semestre de 2017/2 (agosto a novembro), toda a parte teórica e de planejamento foi estruturada para que fosse possível dar seguimento à pesquisa no primeiro semestre de 2018. Já no período entre março a junho (2018/1), a pesquisa será aplicada e, em seguida, haverá a coleta de dados na instituição escolhida, a análise e discussão desses dados e, entre Agosto e Novembro de 2018/2, a entrega do relatório final.

Unitermos: Percepção Corporal, Treinamento Funcional, Treinamento de Força Tradicional.

[ferencinunes2@yahoo.com.br](mailto:ferencinunes2@yahoo.com.br)

(51) 997332224

## **A INTEGRALIZAÇÃO DE CONTEÚDOS ESPORTIVOS NO AMBIENTE ESCOLAR BASEADA NA REALIZAÇÃO DE GINCANAS**

Arno Quimberlee Duarte Ramos, Bruna dos Santos, Carlos Piegas Junior, Diozer Dalmolin da Silva,  
Leandro Denardi, Marcelo Freitas Prestes

Centro de Educação Física e Desportos, Universidade Federal de Santa Maria (UFSM)

O trabalho desenvolve uma ação conjunta entre o Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) e a disciplina de Jogos Esportivos Coletivos IV (DEC 1005), no que diz respeito à apresentação de uma prática pedagógica para o ensino esportivo no ambiente escolar. O objeto do trabalho envolve a realização de gincanas esportivas nas escolas integrantes do PIBID: EEEM Naura Teixeira, EEEM Irmão José Otão, EBE Érico Veríssimo e Escola Nossa Senhora do Perpétuo Socorro. O objetivo do trabalho concentra o estabelecimento de uma proposta para o ensino de gincanas esportivas como conteúdo regular junto ao universo escolar, desenvolvendo atividades diferenciadas que leve os envolvidos a protagonizar momentos de aprendizagem de inclusão e integração a partir das tarefas com base no conhecimento específico de atividades, brincadeiras e desafios voltados ao futebol. A metodologia foi dividida em dois procedimentos. O primeiro envolveu a preparação e o desenvolvimento das gincanas esportivas, com uma divisão priorizando três frentes de estruturação para a realização da intervenção junto às escolas. Ou seja, os aspectos práticos da gincana foram subdivididos em conhecimento, brincadeiras e desafios para a modalidade de futebol; objeto dos conteúdos da disciplina acima citada. Cabe destacar que, a gincana contou com a participação de 40 acadêmicos do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro de Educação Física e Desportos (CEFD) da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Também participaram do evento seis acadêmicos concluintes do Curso de Educação Física na condição de tutores nas intervenções; além de três supervisoras do PIBID, um professor colaborador, quinze bolsistas do PIBID e duzentas e cinquenta crianças de 07 a 12 anos. O segundo procedimento, recobriu ações de intervenção no ambiente escolar, baseadas no modelo de festivais de jogos, com os seguintes conteúdos: 1) Estruturação para uma abordagem dos elementos dos jogos da gincana esportiva; 2) Desenvolvimento de intervenções baseadas na tomada de decisão de execução para as ações em grupo, envolvendo a gincana esportiva; 3) Planejamento das atividades com ênfase na integração e inclusão dos alunos; 4) Adequação e aplicação às atividades para os diferentes níveis de ensino escolar; 5) Avaliação e discussão dos procedimentos de ensino desenvolvidos junto às gincanas esportivas. Nesse contexto, Huizinga (2007) acredita que o Jogo “é uma atividade ou ocupação voluntária, exercida dentro de certos e determinados limites de tempo e espaço, segundo regras livremente consentidas, mas absolutamente obrigatórias, dotado de um fim em si mesmo, acompanhado de um sentimento de tensão e alegria e de uma consciência de ser diferente da vida cotidiana”, em relação a isso Guerra (1988) reforça a ideia que as gincanas integram trabalhos em equipe e de reconhecimento

das potencialidades individuais e coletivas para o alcance de sucesso em determinada tarefa. Uma intervenção com base na proposta de uma gincana e festival de jogos, colabora para que o ambiente escolar agregue atividades esportivas e reforce a socialização em diferentes níveis. Na composição da proposta de gincana esportiva, os desafios surgem como uma possibilidade de incrementar os conteúdos da técnica e da tática esportiva. Uma atividade que se mostre distinta no ambiente escolar é uma ótima alternativa para a apresentação diferenciada e a reflexão sobre as possibilidades pedagógicas do esporte para as crianças. Geralmente as atividades esportivas seguem os modelos de referência adotados a partir da excelência esportiva. O que acaba favorecendo uma parcela muito pequena de alunos. Já na ideia que concentra a realização da gincana e festivais de jogos, é possível estabelecer outras relações, associando outras realidades com foco na ampliação de oportunidades para o desenvolvimento infantil.

Unitermos: Gincana Esportiva, Educação Física Escolar, Futebol.

[diozerdalmolin@hotmail.com](mailto:diozerdalmolin@hotmail.com)

(55) 996711779

## A LUDICIDADE NO ENSINO DA NATAÇÃO INFANTIL: PROJETO DE PESQUISA

Paulo César Boanova Lemos, Alexandre Scherer

Curso de Educação Física do Centro Universitário IPA - Grupo de Estudos em Educação Física (GEEF)

Desde que a natação começou a tomar uma maior importância no contexto educacional e no desenvolvimento infantil, fez-se pertinente ressaltar alguns aspectos importantes do mundo infantil para que se torne possível envolver a criança em situações que tenham significado em sua cultura, na tentativa de tornar a aula de natação um ambiente agradável e prazeroso. A medida que se percebe os interesses infantis por determinadas atividades que envolvem brincadeiras e fantasias pode-se aplicá-los como métodos de ensino para as aulas, iniciando a natação e ensinando-a dentro do ambiente imaginário e da brincadeira como contexto didático-pedagógico. As brincadeiras e as fantasias permitem também que a criança execute algumas atividades que são pré-determinadas, relacionadas a alguns movimentos básicos e fundamentais da natação enquanto atividade esportiva, não deixando de lado o prazer e a criatividade das aulas de natação (VENDITTI JUNIOR E SANTIAGO, 2008). Estas atividades são ligadas ao conceito de ludicidade. Luckesi (2000) afirma que a ludicidade traz a vivência de uma experiência plena, isto é, enquanto se participa de uma atividade lúdica, não há lugar para qualquer outra coisa além dessa própria atividade. Não há divisão. A criança está inteira, plena, flexível, alegre e saudável. A natação lúdica é motivadora na educação infantil. O professor vai ser o mediador estabelecendo uma relação privilegiada. Essa influência tem como forma a participação ativa do professor juntamente com o aluno, por meio da permissão do brincar no meio líquido, construindo laços afetivos entre eles, onde tanto o aluno como o professor aprendem juntos nesta construção do saber (GESELL, 2003). Este projeto de pesquisa se justifica ao propor uma melhor compreensão das diferentes possibilidades de metodologia lúdica para trabalhar, promovendo a motivação, suscitando emoções positivas, que são as grandes responsáveis pela prática de qualquer tipo de atividade no cotidiano das crianças, associando alegria, prazer, satisfação e total engajamento e envolvimento nas tarefas propostas pelos professores. O objetivo do estudo é compreender o ensino da natação a partir da análise da ludicidade. A metodologia proposta é de cunho qualitativo que, para Creswell (2010), emprega diferentes concepções filosóficas; estratégias de investigação; e métodos de coleta, análise e interpretação dos dados. Já, Flick (2009) afirma que os aspectos essenciais da pesquisa qualitativa consistem na escolha adequada de métodos e teorias convenientes, no reconhecimento e na análise de diferentes perspectivas; nas reflexões dos pesquisadores a respeito de suas pesquisas como parte do processo de produção de conhecimento; e na variedade de abordagens e métodos. Os procedimentos qualitativos baseiam-se em dados de texto e imagem, tem passos singulares na análise dos dados e se valem de diferentes estratégias de investigação. Neste projeto se utilizará a entrevista semiestruturada e a observação das aulas em uma academia de natação envolvendo dois professores. A interpretação

dos dados será realizada a partir da categorização sustentada por Bardin (2011). O projeto já foi construído e avaliado positivamente por um Comitê de Ética em 2017. No primeiro semestre de 2018 ocorrerá a coleta de informações e as primeiras interpretações. O trabalho será encerrado no segundo semestre de 2018 com apresentação dos resultados no final do ano.

Unitermos: Natação; Educação Física e Treinamento; Desenvolvimento Infantil.

[paulognu944@gmail.com](mailto:paulognu944@gmail.com)

(51) 981434756

# **A PERCEPÇÃO DOS PAIS E RESPONSÁVEIS SOBRE A INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO FÍSICO FUNCIONAL NO TRATAMENTO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM CÂNCER**

Vinícius Fontanella, Deninson Nunes Ferenci

Centro Universitário Metodista (IPA)

Justifica-se esta pesquisa pois o câncer atualmente é a principal causa de morte em crianças e adolescentes no mundo, juntamente com ele está o efeito de seu tratamento onde persiste em radioterapia e quimioterapia promovendo efeitos colaterais indesejáveis nos pacientes oncológicos como fraqueza, indisposição para realizar exercícios físicos, fadiga e perda de composição muscular esquelético entre outros. A partir destes aspectos o treinamento físico que vem crescendo muito nestes últimos anos na melhora da qualidade de vida, preparo físico, melhorando a autoestima e recuperando o tônus muscular em crianças e adolescentes que a praticam (ZICK, 2015; BOREHAM, 2001; BACURAU e ROSA, 1997). Segundo Zick (2015) a pratica do treinamento físico funcional nas crianças e adolescentes contribue para melhorar seu perfil lipídico, condicionando o sistema músculo esquelético, promovendo a saúde mental, elevando a autoestima e contribuindo para seu metabolismo, refletindo assim no estilo de vida ativo quando adulto, reduzindo as incidências de doenças crônicas degenerativas que levam a óbito. Outro fato tão relevante quanto a pratica do treinamento físico funcional é em virtude da tecnologia, do alto índice de violência e da diminuição dos espaços de lazer, favorecendo as atividades sedentárias como games, celulares, assistir televisão e o mundo virtual, deixando seus pais apreensivos quanto o benefício do treinamento físico funcional para saúde das crianças e adolescentes. Contrapartida ao aumento do sedentarismo, a facilidade de acesso a informação aumenta o conhecimento dos benefícios do exercício físico para o sujeito que até então desconhecia. O objetivo primário da pesquisa foi identificar a percepção dos pais ou responsáveis sobre a influência do treinamento físico funcional no tratamento de crianças e adolescentes com câncer. Os objetivos secundários foram identificar o objetivo dos pais ou responsáveis na participação da criança ou adolescente com câncer no treinamento físico funcional, em virtude da sua imunidade baixa; verificar quais os benefícios do treinamento físico funcional que a criança ou adolescente pode apresentar pós treino, notados pela família ou responsável; evidenciar na criança ou adolescente alteração de humor, alimentação e fadiga após o ingresso no treinamento físico funcional segundo os pais ou responsáveis; destacar se a vontade de ir para aula de treinamento físico funcional parte do responsável ou da criança e identificar a motivação do paciente e dos pais ou responsáveis para o ingresso no programa de treinamento físico funcional. A metodologia da pesquisa é de cunho qualitativo. A pesquisa foi realizada com os pais e/ou responsáveis das crianças e adolescentes com câncer que fazem parte do programa de treinamento físico funcional, buscando informações por meio de entrevistas. Os participantes foram escolhidos por conveniência totalizando 5 pais ou

responsáveis pelas crianças e adolescentes que participam do programa de treinamento físico funcional no Instituto de Câncer Infantil (FLICK, 2009) e por critério de exclusão não podem fazer parte desta pesquisa pais ou responsáveis que não residem na própria casa. Neste presente estudo como técnica de pesquisa foi realizado uma entrevista onde foram realizadas perguntas aos responsáveis sobre sua percepção das melhoras e benefícios do treinamento físico funcional. A entrevista teve aproximadamente duração de 30 minutos. Os dados coletados foram gravados e posteriormente analisados para obter o resultado parcial. A técnica utilizada para análise de dados foi a categorização. Como resultados parciais apresentamos as unidades de significado até aqui analisadas, sendo que, posteriormente estas irão gerar as categorias do estudo (BARDIN 2011). A percepção dos pais e responsáveis sobre a influência do treinamento físico funcional é de que esta é uma atividade positiva para a criança e/ou adolescente em tratamento no aumento da massa muscular (segundo avaliação nutricional), melhora da postura, motivação para atividades diárias, melhora da comunicação com os pais em casa, assim como melhora da mobilidade articular, percebida pela mãe na ausência de dores ao sentar em um plano baixo anteriormente ao treinamento relatada pela criança. Conclui-se parcialmente que o treinamento físico funcional ocasiona melhoras sociais e biomecânicas em crianças e adolescentes que praticam semanalmente a atividade.

Unitermos: Treinamento funcional, Câncer infantil, Percepção.

[ferencinunes2@yahoo.com.br](mailto:ferencinunes2@yahoo.com.br)

(51) 997332224

## ATIVIDADES LUDO-PEDAGÓGICAS NO MEIO AQUÁTICO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA: PROJETO PIRACEMA - UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Sandra Mara Mayer, Heloisa Elesbão, Letícia Borfe

Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC)

As pessoas com deficiência buscam combater a prática de exclusão social a qual foram submetidas, assim, idealizam uma sociedade mais integrada e digna para todos, sendo as atividades aquáticas, um meio para alcançar essa inclusão. Por meio do desenvolvimento de atividades aquáticas ludo-pedagógicas e recreativas, as pessoas com deficiência, conseguem alcançar melhoras em seus aspectos físicos, mentais e sociais. As atividades aquáticas facilitam esse processo, devido aos inúmeros benefícios proporcionados, principalmente aos deficientes, pois facilitam a locomoção dos mesmos sem a necessidade de um grande esforço. Esse trabalho está sendo desenvolvido com os alunos da Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE) de Santa Cruz do Sul - RS, em parceria com a Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), por meio do Projeto Piracema - Natação para Pessoas com Deficiência. Cabe destacar que este projeto acontece desde 1984. O objetivo deste trabalho é relatar as vivências de um projeto extensionista da Universidade de Santa Cruz do Sul - UNISC, expor os meios utilizados para proporcionar o desenvolvimento de atividades de lazer, aumentando repertórios de experiências e atitudes no meio aquático, conhecendo assim suas limitações. A equipe é composta por professores de Educação Física da APAE/UNISC e duas bolsistas do curso de Educação Física, que realizam o trabalho interdisciplinar no meio aquático, três vezes por semana. Participam do projeto 32 alunos, com idades entre 4 e 44 anos que possuem diversas patologias, entre elas: síndrome de *down*, paralisia cerebral, microcefalia, mielomeningocele, autismo, deficiência visual, física e intelectual leve, moderada e severa. Eles são divididos em três turmas, a primeira e a terceira turma atendem grupos mais dependentes, ou seja, que possuem um maior comprometimento motor, físico e intelectual, nestas turmas os alunos são acompanhados dos pais ou responsáveis e interagem em atividades orientadas. Na segunda turma os alunos são mais independentes, sendo acompanhados apenas pelo professor e bolsistas durante as sessões, executando atividades orientadas. Nas aulas são propostas atividades como: jogos recreativos aquáticos, adaptação ao meio líquido, propulsão, flutuação e relaxamento muscular, estimulação a coordenação motora ampla e fina, exercícios de respiração. Os materiais utilizados são disponibilizados pela Piscina Pedagógica da UNISC, local em que as aulas são realizadas. Dentre os materiais utilizados, podemos citar as pranchas, espaguete, halteres, arcos e bolas de pequeno, médio e grande porte. O projeto faz uso da Escala de Desenvolvimento de Rosa Neto para avaliar o desenvolvimento motor de seus participantes. As avaliações são realizadas em março, quando o projeto tem início e em dezembro, quando o mesmo encerra suas atividades. Posteriormente é realizado um comparativo entre o pré e o pós-teste. Além disso, também é

realizada uma observação direta. A partir destas avaliações, podemos perceber que, com o desenvolvimento das sessões, há uma melhora no desenvolvimento de coordenação dinâmica geral, esquema corporal e da percepção. Auxiliando-os em suas atividades na vida diária, mostrando que as atividades aquáticas, constituem um meio de ampliar suas experiências e vivências, sendo essas importantes para o seu desenvolvimento, demonstram ultrapassar suas limitações no meio líquido, podemos ressaltar a importância das atividades lúdicas para deficientes. As sessões acontecem três vezes, na segunda, quarta e sexta-feira. Os horários variam conforme o dia na segunda-feira as aulas acontecem no turno da tarde, das 13h30 às 14h20, das 14h20 às 15h10, das 15h10 às 16h. Na quarta e na sexta-feira as aulas ocorrem pela parte da manhã, das 8h às 8h50, das 9h às 9h50, das 10h às 10h50. Além disso, todos os integrantes do projeto se reúnem uma vez por semana, a fim de discutir assuntos pertinentes ao andamento das aulas, atividades a serem desenvolvidas, relatórios semanais, evolução dos alunos, participação dos alunos, pais ou responsáveis, comprometimento dos integrantes do projeto com o desenvolvimento das atividades.

Unitermos: Pessoas com deficiência, Atividades Aquáticas, Inclusão.

[smmayer@unisc.br](mailto:smmayer@unisc.br)

(51) 999816336

## A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E O BULLYING

Ronildo Neumann Pastoriza

Programa de Doutorado em Educação – UNINI México

Esta pesquisa abordou a presença do *bullying* nas aulas de Educação Física da Escola Municipal de Ensino Fundamental Heitor Villa-Lobos em Porto Alegre-RS. A relevância deste estudo surgiu a partir das reclamações de alunos que se sentiam agredidos física e moralmente, de forma repetitiva, contra um ou mais grupos de alunos, nas aulas práticas de Educação Física. O objetivo principal é orientar os professores de Educação Física a reconhecerem a prática de *bullying* em suas aulas, criando estratégias para o combate sistemático a esta prática perversa de intimidação por um ou mais alunos. Estas agressões podem ser físicas ou verbais e ocorrem sob as formas de humilhação, intimidação e discriminação, visando a desqualificação de um aluno(a) perante seus colegas ou grupo de trabalho. Entender seu mecanismo de ação é fundamental para que os professores possam minimizar ou erradicar esta prática discriminatória. A metodologia utilizada deve ser a forma dialógica entre o abusador e a vítima, com mediação do professor de Educação Física, mostrando ao infrator as consequências nefastas que o *bullying* pode causar ao atingido. Os principais indícios da ocorrência de *bullying* são, além da recusa de não participar das aulas de Educação Física, o baixo rendimento escolar, casos de depressão, insegurança, baixa autoestima, isolamento social ao não participar das aulas práticas de Educação Física incluindo jogos desportivos, brincadeiras, trabalhos e jogos cooperativos e em casos mais raros, até mesmo o suicídio. Os resultados mostraram que a simples punição ao agressor não resolvia o problema, pois este saía “empoderado”, servindo como exemplo negativo aos demais colegas. O que realmente surtiu efeito foi uma conversa franca com o abusador no sentido de sua conscientização para mudança de atitude. Importante relatar que a vítima também deve ser trabalhada, pois em muitos casos, ela se sente culpada por ter sofrido *bullying* (composição corporal, passando por suas crenças, seu modo de vestir, sua raça e até mesmo pelo seu gosto musical). A conclusão desta pesquisa, mais uma vez, reforça a necessidade do diálogo entre as partes conflitantes e enfatiza a necessidade da escola abordar o tema “bullying”, não apenas nas aulas de Educação Física, mas em todas as suas disciplinas, trazendo ao debate os malefícios que a prática do *bullying* acarreta para os alunos. Este estudo recomenda que todos os segmentos da escola pesquisada, utilize pedagogicamente os seus serviços (SOE, SOP, Coordenação) para abordar este tema em suas reuniões pedagógicas, trazendo profissionais palestrantes ligados a esta temática, além de recursos audiovisuais (filmes, documentários, estudos de caso) para servirem de subsídio a seus docentes trabalharem e combaterem esta prática nas dependências da sua escola. Embora este tema tenha ligação direta com práxis pedagógica diária da escola é importante salientar que a prática do *bullying* pode ocorrer nas casas, nos condomínios,

nos clubes, nas escolinhas desportivas, enfim, em qualquer lugar onde exista um agrupamento de crianças e adolescentes. Portanto, assim como os professores na escola, os pais devem estar constantemente em vigilância a seus filhos e procurar ajuda profissional, se seus filhos apresentarem mudança de atitude compatíveis com os sintomas da prática do *bullying*.

Unitermos: Educação Física, Bullying, Conscientização.

[ronildonp@ibest.com.br](mailto:ronildonp@ibest.com.br)

(51) 999693112

## **A IMPORTÂNCIA DOS PROCESSOS PEDAGÓGICOS NO ENSINO DOS ESPORTES DURANTE AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

Daniel Andrade Geraldi, Edgar Zanini Timm, Norberto da Cunha Garin

Centro Universitário Metodista (IPA)

Os projetos políticos pedagógicos e os núcleos de conhecimentos das escolas brasileiras se configuram como exigências legais e também como referenciais para os professores desenvolverem as suas práticas educacionais. Uma leitura atenta destes documentos propicia observar seus objetivos centrais, que em geral vão ao encontro de atender o desenvolvimento integral dos alunos, contemplando as dimensões procedimentais, conceituais e atitudinais do processo pedagógico escolar. Entretanto, quando se direciona um olhar atento ao cotidiano das práticas escolares, durante as aulas de Educação Física Escolar, observa-se que em muitos espaços os conteúdos ligados ao ensino do esporte deixam a desejar em termos de atender as diferentes dimensões do processo pedagógico escolar. Na ânsia de atender o processo de escolarização e provavelmente influenciados pela manifestação competitivista da Educação Física, desenvolvida no século XX, que ainda se perpetua até os dias de hoje nas escolas brasileiras, alguns professores de Educação Física continuam a privilegiar quase que exclusivamente a dimensão procedimental ao ensinar os esportes na escola, centrando suas ações pedagógicas no desenvolvimento e aprimoramento dos fundamentos técnicos, no conhecimento das regras e no conhecimento tático dos esportes. Esta priorização em nosso entendimento limita o processo pedagógico dos professores de Educação Física quando abordam o esporte como conteúdo escolar, na medida em que a não atenção à dimensão atitudinal do processo pedagógico escolar, diminui significativamente as intervenções intencionais dos professores referentes às relações intrapessoais e interpessoais, o que pode vir atingir os processos psicossociais dos alunos. Este estudo se destinou, em primeiro lugar, a propor uma alternativa pedagógica que pudesse contemplar as diferentes dimensões do processo pedagógico durante o ensino dos esportes, dentro do espaço escolar da Educação Física, desenvolvendo uma forte intencionalidade pedagógica diretamente aliada às intervenções pedagógicas dos professores de Educação Física, contemplando não apenas os aspectos psicomotores, físicos e cognitivos, mas também os aspectos sociais e emocionais, relativos aos processos psicológicos infantis. A alternativa pedagógica proposta, denominada de Programa Esporte-Educação apresenta princípios educacionais que vão ao encontro de considerar as crianças como as protagonistas do processo ensino e aprendizagem, de buscar identificar os principais interesses das crianças durante as suas práticas esportivas, de valorizar os conhecimentos e as habilidades prévias dos alunos, de incentivar a participação ativa e protagonista de todos os alunos, de incentivar as relações esportivas de alteridade, respeito, inclusão e integração, além de investir significativamente nas prévias e intencionais intervenções dos professores referente a reforços positivos, sendo estas concretizadas através das manifestações

de apoio, encorajamento e feedback dos professores em relação às ações de todos os alunos. O programa utilizou-se de referenciais educacionais associados à pedagogia do esporte interacionista representada pelos autores Roberto Paes, João Batista Freire, Júlio Garganta, Amândio Graça, Wilton Santana e Rogério Voser, de referenciais associados à Psicologia do Esporte cognitiva comportamental representada pelos autores Robert Weinberg, Daniel Gould, Rui Gomes, Frank Smoll e Ronald Smith, e de conceitos de outras áreas do conhecimento tais como a educação, a bioética e o direito esportivo. Em segundo lugar, o estudo se propôs a testar a eficácia deste programa, aplicando-o durante sessenta dias, numa escola particular da cidade de Porto Alegre – RS, durante as aulas de Educação Física de uma turma do 4º ano do ensino fundamental I, buscando observar se o programa seria capaz de qualificar os processos psicológicos de motivação e autoconceito dos alunos. Foi desenvolvida uma pesquisa tanto de caráter quantitativo como de caráter qualitativo, utilizando-se como técnicas de produção de dados entrevistas e questionários, que foram preenchidos pelos alunos da turma antes e após a aplicação do programa. Nestes instrumentos avaliativos os alunos tiveram a oportunidade de manifestar as suas percepções pessoais a respeito dos seus processos psicológicos de motivação e autoconceito. As análises dos instrumentos investigativos evidenciaram que após a aplicação do programa os alunos da turma demonstraram uma elevação significativamente positiva nos seus processos psicológicos de motivação e autoconceito, tanto nas análises quantitativas, quanto qualitativas. A conclusão da pesquisa reconheceu que o programa apresentou-se como uma possível estratégia pedagógica eficiente, não apenas para ampliar o desenvolvimento prático das diferentes dimensões do processo pedagógico escolar relativo ao ensino dos esportes durante as aulas de Educação Física, como também demonstrou eficiência para qualificar os processos psicológicos dos alunos.

Unitermos: Educação Física, Esporte, Processos pedagógicos.

[danielgeraldi73@gmail.com](mailto:danielgeraldi73@gmail.com)

(51) 999633859

## **AS PEDAGOGIAS UTILIZADAS EM ESCOLAS DE NATAÇÃO INFANTIL DE PORTO ALEGRE**

Neucimar Paulo Nunes, Alexandre Scherer

Curso de Educação Física do Centro Universitário IPA - Grupo de Estudos em Educação Física (GEEF)

A natação é uma atividade que existe desde os tempos da pré-história e consiste em obter habilidade de locomover-se imerso na água no plano horizontal em relação ao corpo humano. SANTOS (1996) afirma que a pedagogia do ensino deste esporte está associada a história mecânica do aprendizado. Por outro lado essa evolução pedagógica da natação vem contribuir para o surgimento da pedagogia do movimento no processo de aprendizagem da natação. Muitas são as discussões sobre os métodos de ensino desta modalidade esportiva. Sabendo disso, o profissional de Educação Física que ministra as aulas de natação infantil deve ter uma gama ampla de competências podendo variar as atividades conforme a necessidade no sentido de atrair a atenção dos seus alunos. A pedagogia é um conjunto de procedimentos e de ações que visam dirigir de maneira eficiente e organizada a aprendizagem, alcançando de modo objetivo as metas do processo educacional (TENROLLER, 2006). Utilizou-se neste estudo a classificação de Krug e Magri (2012) que divide a pedagogia em Método Global que se caracteriza por situações na aprendizagem nas quais o sujeito aprende por si mesmo. Essa concepção é entendida à medida que o indivíduo domina os gestos por ele mesmo e busca a solução de todos os problemas que se apresentam. Segundo os autores, também existe do método parcial onde é feita a divisão dos nados em partes e cada uma é aprendida separadamente e depois é combinada no total. Finalizando há o método misto que é uma variação do método parcial. Ele consiste em exercitar separadamente as duas partes iniciais de um conhecimento prático, depois articulá-las e progressivamente acrescentar conhecimentos parciais até que a habilidade esteja completa. A escolha do presente tema teve como justificativa enriquecer os conhecimentos sobre as pedagogias de ensino nas aulas práticas de natação infantil. O objetivo da pesquisa foi compreender quais as pedagogias de ensino são empregadas em escolas de natação infantil na cidade de Porto Alegre - RS. A metodologia deste estudo teve características de cunho qualitativo, e foi realizada em duas diferentes escolas de natação de Porto Alegre com cinco professores distintos no período de abril a maio de 2017. Foram utilizadas entrevistas semiestruturadas com perguntas abertas e observações das aulas. Para Gibbs (2009) os pesquisadores qualitativos estão interessados em ter acesso a experiências, interações e documentos em seu contexto natural, de uma forma que apareçam as particularidades e os materiais nos quais são estudados. Nesta pesquisa, foram constituídas duas categorias: a estrutura da aulas, o material utilizado e a pedagogia; e a relação professor/aluno e a pedagogia da natação. Conclui-se que há uma grande variedade de procedimentos pedagógicos nas aulas de natação infantil. Todos os professores utilizam dos três métodos de ensino. Tudo depende do momento da aula e do objetivo a ser buscado

pelo profissional de Educação Física. Porém, o método mais utilizado foi o sistema misto que se caracteriza pela transição constante entre o método global e parcial. O uso de materiais que auxiliam na prática da natação é de suma importância, mas não foi fundamental para o aprendizado. Entretanto, compreendeu-se que as relações professor-aluno se tornaram o ponto chave para um melhor desenvolvimento da criança como pessoa e na sua performance na natação. Este estudo levou os pesquisadores a considerar que não existem meios corretos e/ou incorretos para se ensinar a natação. O que existe é a elaboração de mecanismos que façam as aulas serem progressivas através da utilização de exercícios ou de brincadeiras. Além disso, concordou-se com Brougère (1997) que afirmou que a metodologia infantil de ensino deve seguir um caráter lúdico com moderação e equilíbrio o que reflete em muito a metodologia mista ressaltada por Krug e Magri (2012). Este aspecto foi estudado, referendado nas entrevistas e observado nas aulas com as crianças.

Unitermos: Natação; Metodologia; Criança.

[neupnunes82@hotmail](mailto:neupnunes82@hotmail)

(51) 996559855

## **CARACTERIZAÇÃO DO ESTILO DE VIDA: UM ESTUDO COM MULHERES PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE EXERCÍCIO FÍSICO PROGRAMADO**

Heloisa Elesbão, Leticia Borfe, Patricia Knod, Sandra Mara Mayer

Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC)

O estilo de vida pode ser denominado como um conjunto de costumes e hábitos, que vem a refletir sobre atitudes e ações tomadas pelo sujeito em relação às questões como qualidade do sono, ingestão de bebidas alcoólicas, fumo e prática de atividade física, entre outras. Dessa forma, o estilo de vida possui grande influência no que diz respeito à saúde e qualidade de vida das pessoas. Portanto, se as questões referentes à saúde e também ao bem-estar estão intimamente ligadas ao estilo de vida de cada pessoa, entende-se, que o estilo de vida pode ser considerado como fator primordial no que diz respeito à promoção da saúde. Assim, a adoção de hábitos saudáveis como melhora da qualidade do sono, prática regular de atividade física, não ingestão de álcool e não fumar irá influenciar positivamente o estilo de vida das pessoas. O objetivo deste estudo é caracterizar o estilo de vida, no que diz respeito às atividades realizadas em casa nos momentos de lazer e aos cuidados com a saúde, de mulheres praticantes e não praticantes de exercício físico programado. Estudo de caráter transversal, realizado com 48 mulheres na faixa etária de 18 a 60 anos, sendo 24 praticantes e 24 não praticantes de exercício físico programado, residentes nas zonas rural e urbana do município de Sinimbu - RS. Para se realizar a coleta de dados foi utilizado o questionário adaptado de Pohl (2002). A análise estatística utilizada foi descritiva, sendo os dados apresentados em frequência e percentual por meio do programa SPSS v. 20.0 (IBM, Chicago, USA). Através do questionário identificou-se que em ambos os grupos a atividade que as mulheres mais realizam quando estão em casa é assistir televisão, 17% no grupo ativo e 16% no inativo. Quanto à qualidade do sono, 87,5% das mulheres ativas e 79,2% do grupo inativo dormem de 6 a 8 horas por noite. Em relação às questões de saúde, 87,5% de ambos os grupos relatam nunca ter fumado; 54,2% do grupo ativo e 66,7% do grupo inativo raramente ingerem álcool, já no grupo inativo este índice se eleva para 66,7. No grupo ativo 80% não faz uso de nenhum tipo de medicamento, porém, no grupo inativo 70,8% fazem uso de algum medicamento. A hipótese inicial era de que as mulheres ativas, visto que são adeptas de exercício físico programado, praticassem alguma atividade física em seus momentos de lazer. No entanto, esta hipótese não se confirmou, podendo ser observado que a maioria opta principalmente por um lazer ócio, que é assistir televisão. O estilo de vida das mulheres pesquisadas não mostra diferenças relevantes na quantidade de horas de sono por noite, tabagismo ou ingestão de álcool entre os grupos. Contudo, os resultados diferem-se quando há o questionamento sobre a medicalização, pois, os resultados encontrados no grupo inativo nos mostram grande uso, uso este que, por vezes, a prática programada de exercícios poderia estabilizar, diminuir ou até mes-

mo substituir a medicação. Portanto, entende-se que para a obtenção de um estilo de vida mais saudável são necessárias diversas ações no cotidiano de cada indivíduo, como a prática regular de exercício físico, diminuição da medicalização sem orientação médica, melhora da qualidade do sono, não fumar e não ingerir de álcool.

Unitermos: Estilo de Vida, Mulheres, Exercício Físico.

[helisaelesbao@bol.com.br](mailto:helisaelesbao@bol.com.br)

(51) 995590125

## CONHECIMENTO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PROMOÇÃO DA SAÚDE EM ESCOLARES DO ENSINO MÉDIO

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

Núcleo de estudo em Exercício Físico e Saúde, Universidade Federal de Santa Maria -NESEFIS.

A busca pela saúde e a adoção de hábitos saudáveis, são temas discutidos por parte da população mundial. Programas de Educação Física Escolar favorecem a melhoria e a manutenção da capacidade funcional, reduzindo a probabilidade do desenvolvimento de inúmeras disfunções de caráter crônico não-transmissíveis. Apesar de inúmeras indicações reforçando a importância da atividade física regular para a saúde, tem se constatado uma diminuição dos níveis de AF em crianças e adolescentes ao longo do tempo. Em estudos direcionados a crianças e adolescentes, o comportamento sedentário tem sido usualmente representado pela exposição aos comportamentos de tela, que compreendem as medidas do tempo de televisão, videogame, tablets, aparelhos celulares e computador. A infância e a adolescência são períodos extremamente importantes para o desenvolvimento de um estilo de vida saudável. Os estudos realizados em crianças e adolescentes têm ganhado especial atenção, principalmente pelo fato de que as principais doenças crônicas não transmissíveis manifestadas durante a idade adulta parecem ter seu início nesses períodos. A escola como espaço de produção e construção de conhecimentos, e o local ideal para que crianças e adolescentes adquiram bons hábitos de saúde e que se mantenham ao longo da vida. Percebe-se que, mesmo havendo uma exposição acentuada do tema “atividade física e seus benefícios para a saúde”, a prevalência de estudantes fisicamente inativos ainda é bastante elevada. A diminuição da prática regular de atividade física com o avanço da idade é tida como padrão na sociedade atual devido a barreiras percebidas sejam comportamentais e / ou ambientais, sendo que o sedentarismo pode desencadear uma série de problemas de saúde. Além disso, há de se destacar que, cada vez mais, e mais cedo, as pessoas são acometidas de DCNTs, acarretando mais propensão ao isolamento, depressão, menor preparo físico e mais problemas de mobilidade, configurando-se um grave problema social e de saúde pública. A escola a meu entender deve ser um meio de informação para o aluno no seu futuro ser um ser ativo e um influenciador de opinião para a importância da prática regular de exercício físico. O objetivo foi verificar o conhecimento dos alunos sobre: benefícios proporcionados pelo exercício físico para a promoção da saúde e a preocupação com os riscos de doenças provocadas pelo sedentarismo. A pesquisa caracterizou-se como descritiva, composta por 46 alunos de ambos os sexos do Ensino Médio, sendo 22 do sexo masculino e 24 do sexo feminino, da Escola Estadual de Educação Básica Profª Lelia Ribeiro no município de São Martinho da Serra – RS, Brasil. Como instrumento foi utilizado um questionário validado para o uso em estudantes (Spohr et al., 2010), sendo utilizado cinco questões fechadas. Resultados: A média de idade dos alunos foi de 17±1,01 anos. Grande parte dos alunos 89,1% (n=41) afirmaram conhecer os benefícios

do exercício físico para a promoção da saúde, sendo que 97,8% (n= 45) concordam que o exercício físico pode prevenir doenças. Com relação a preocupação com a saúde, 95,7% (n=44) afirmam se preocupar com a sua saúde e 91,3% (n=42) com os riscos de doenças provocadas pelo sedentarismo. Ao serem questionados se a disciplina Educação Física se preocupa com a saúde, 93,5% (n=43) responderam “sim”. Os resultados encontrados destacam o conhecimento dos alunos dos benefícios do exercício físico para a promoção da saúde e a preocupação com os riscos das doenças provocadas pelo sedentarismo, valorizando cada vez mais a disciplina de Educação Física para a promoção da saúde e a escola como uma instância de atuação relevante na sociedade é um aliado importante para a concretização destas ações.

Unitermos: Educação Física Escola, Exercício Físico, Saúde.

[veronicasrd@gmail.com](mailto:veronicasrd@gmail.com)

(55) 996164296

## DISMORFIA MUSCULAR EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO

Deninson Nunes Ferenci, Jéssica Bobrzyk

Centro Universitário Metodista (IPA)

Justifica-se este trabalho pela temática da imagem corporal estar sendo bastante difundida no meio científico, pois vem se mostrando de extrema relevância na determinação dos fatores que levam sujeitos a prática excessiva de exercício físico, cuidados exagerados na alimentação e sono e estilos de vida que excedem o que se compreende como uma vida saudável. A imagem corporal se conceitua pelas experiências vividas pelo indivíduo e como ele se percebe em reação ao seu próprio corpo (TAVARES 2003). A partir das experiências vividas a influência da cultura se retrata na representação da imagem idealizada. De acordo com Aguiar (2003), a imagem corporal envolve diferentes aspectos: visuais, mentais, emocionais, cinestésicos e históricos. A dismorfia muscular possui quadro específico que leva diferentes denominações tais como; transtorno, síndrome e patologia. Este quadro vem chamando a atenção de pesquisadores na área da imagem corporal. O termo está relacionado à distorção de imagem que relaciona exclusivamente uma preocupação com o aumento excessivo da musculatura corporal em comportamentos que relacionam: vergonha do corpo, consumo de produtos hipercalóricos ao invés de produtos para emagrecimento e uso de anabolizantes. Diversos autores embasaram este trabalho (SCHILDER, 1999; THOMPSON, 2002; RUSSO, 2005; OLIVEIRA, 2010). O presente estudo trata-se de uma pesquisa do tipo quantitativa. Como problema de pesquisa foi possível avaliar uma possível presença de dismorfia muscular em praticantes de musculação na cidade de Porto Alegre. Como objetivo primário se analisou possíveis relações da dismorfia muscular com o uso de anabolizantes na referida cidade, e como secundários, analisar possíveis insatisfações com a imagem corporal em praticantes de musculação. Ainda, identificou quantos praticantes de musculação fazem uso de anabolizantes e recursos ergogênicos. O estudo foi realizado em duas academias de Porto Alegre e participaram do estudo sessenta praticantes de musculação de 20 a 40 anos que praticam musculação há pelo menos um ano. Como instrumento de pesquisa utilizou-se a coleta de dados através de três questionários fechados contendo um total de vinte e uma perguntas. Os dados coletados e parcialmente analisados de forma estatística através da frequência absoluta e relativa para as variáveis categóricas e teste qui quadrado para análises de associação. Foi considerado  $P < 0,05$ . Como resultados parciais a primeira análise faz referência ao número e porcentagem de pessoas que responderam SIM ou NÃO para às questões envolvendo o tema da vigorexia. Chama-se a atenção para o número elevado de pessoas que responderam SIM para a questão correspondente ao treinamento realizado enquanto se está lesionado, 33 participantes (71,7%) e NÃO apenas 13 participantes (28,2%). Também vale ressaltar o número alto de pessoas que mesmo sabendo das enfermidades ocasionadas pelo excesso de treinamento, estão dispostas a correr esse risco, onde 36 (78,2%) responderam SIM, contra, 10 (21,7%) que

responderam NÃO. Ainda se analisou os participantes que se sentem culpados quando não vão a academia e estes são 39 participantes (84.7) contra 7 (15.2%) que não se sentem culpados. A pressão social na busca pelo corpo perfeito modifica o comportamento frente ao exercício que deveria priorizar a aptidão para a saúde em pessoas não atletas. Com o auxílio de Assunção (2002) podemos afirmar uma relação direta entre a insatisfação da imagem corporal com o excesso de exercícios físico. Conclui-se que a vigorexia apesar de não ser tão conhecida como a anorexia, vem mostrando indícios de sua existência nos participantes investigados.

Unitermos: Autoimagem, Dismorfia muscular, Anabolizantes.

[ferencinunes2@yahoo.com.br](mailto:ferencinunes2@yahoo.com.br)

(51) 997332224

## **EDUCAÇÃO FÍSICA EM QUESTÃO - PROJETO DE EXTENSÃO DA UNISC: FORMAÇÃO CONTINUADA PARA PROFESSORES EGRESSOS**

Gilmar Fernando Weis, Sandra Mara Mayer, Leticia Borfe, Heloisa Elesbão

Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC)

A formação continuada está intimamente ligada à busca pelo conhecimento e troca de experiências, fazendo, com isso, uma articulação entre teoria e prática. Os profissionais que buscam uma formação continuada estão realizando um exercício de reflexão perante sua prática pedagógica, tendo como base uma teoria consistente, que permite aos mesmos buscar estratégias a fim de resolver possíveis problemas e dificuldades em sua prática pedagógica, além de, serem instigados a propor mudanças que virão a contribuir em prol de toda a comunidade escolar. O projeto “Educação Física em Questão” é um espaço de formação continuada, que busca junto aos professores de Educação Física realizar uma reflexão acerca de sua prática pedagógica, de maneira crítica e reflexiva. Teve início em 1989, porém, em 2009 encerrou suas atividades devido aos professores responsáveis terem sido inseridos em outros projetos da universidade. No ano de 2017, devido às solicitações da 6ª Coordenadoria Regional de Educação (CRE) o projeto retomou suas atividades e isso se estenderá neste ano de 2018. O projeto conta com a participação voluntária dos professores do Departamento de Educação Física e Saúde e do Departamento de Educação, visa promover a troca de conhecimentos entre os professores, a fim de minimizar as dificuldades encontradas em seu campo de trabalho. O objetivo deste resumo é relatar o trabalho desenvolvido junto ao Projeto “Educação Física em Questão” da Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC). Expor os meios utilizados na busca da atualização dos professores de Educação Física, os meios utilizados para promover um espaço para troca de conhecimentos e experiências na área de Educação Física atendendo as temáticas de interesses e necessidades, buscando alternativas que visem subsidiar os professores, minimizando as dificuldades do cotidiano pedagógico na Educação Física. O projeto é desenvolvido com os egressos do curso de Educação Física, devidamente inscritos da rede estadual, municipal e privada dos Vales do Rio Pardo e Taquari, isso se manterá neste ano de 2018. Para o desenvolvimento das palestras, rodas de conversa e oficina, são convidados professores do corpo docente do Departamento de Educação Física e Saúde, e Departamento de Educação da UNISC. Eles desenvolverão as temáticas nos encontros com palestras e/ou aulas práticas aos egressos, sendo que os temas das palestras serão escolhidos no primeiro encontro, que ocorrerá em abril de 2018, em que será aplicado um questionário, para com isso serem definidos os temas e calendário dos dez encontros deste ano. Cada encontro terá duração de 4h/a, perfazendo um total de 40h/a. O projeto, assim como nos anos anteriores, espera proporcionar um espaço de reflexão e troca de conhecimentos entre os professores dentro dos campos da Educação Física Escolar e também da educação. Isso tudo se dará por meio do desenvolvimento de temas pertinentes aos interes-

ses dos participantes, objetivando um melhor desenvolvimento de suas atividades pedagógicas junto a suas instituições de ensino. Cabe ressaltar, que na última edição do projeto, os temas mais solicitados para serem desenvolvidos foram o *bullying*, devido a implementação da nova lei e também as campanhas desenvolvidas pelo governo do estado e pelos municípios e os esportes de aventura que são um tema atual e terão a presença marcada junto as próximas olimpíadas. Neste ano, para questões de avaliação do projeto, no último encontro será aplicado um questionário com perguntas fechadas, numa escala entre os valores de um a cinco, sendo seu valor médio três, visando uma avaliação geral das atividades desenvolvidas ao longo do projeto. O projeto terá início em abril, os encontros serão sempre aos sábados, ocorrendo uma vez ao mês. As datas dos encontros serão definidas junto aos participantes no primeiro encontro, cada dia equivalerá a 4h/a e o curso terá um total de 40h/a distribuídas em 10 encontros. Os temas a serem desenvolvidos serão escolhidos de acordo com a solicitação dos participantes mediante um questionário a ser respondido junto ao primeiro encontro.

Unitermos: Formação Continuada, Professores, Educação Física.

[gilmar@unisc.br](mailto:gilmar@unisc.br)

(51) 999816336

## **ESTÁGIOS DE INTENÇÃO DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DE IDOSOS DE UM BAIRRO DE NÍVEL SÓCIO ECONÔMICO MÉDIO**

Nicanor da Silveira Dornelles, Temístocles Vicente Pereira Barros, Bárbara Sutil Silva, Patrícia Fagundes Soares, Mateus Beltrame Giacomini, Daniela Lopes dos Santos.

Núcleo de Estudo em Exercício Físico e Saúde, Universidade Federal de Santa Maria – NESEFIS-UFSM

O envelhecimento no Brasil tem sido cada vez mais evidenciado nos estudos sobre atividade física e saúde. 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 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. 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 os Estágios de Mudança de Comportamento (EMC) para prática de atividade física (AF) de acordo com o nível sócio econômico do local de moradia dos idosos, pois são informações de caráter relevante para a implantação de políticas públicas, ações e serviços de saúde. O objetivo dessa pesquisa foi verificar os Estágios de Mudança de Comportamento (EMC) de idosos residentes em um bairro de nível sócio econômico médio, da zona urbana do município de Santa Maria/RS, Brasil. A metodologia utilizada foi de um estudo epidemiológico de corte transversal descritivo, de base domiciliar. A seleção do bairro foi feita por consulta ao banco de dados do IBGE (2010), sendo critérios adotados na seleção à renda média total do bairro e o percentual total de idosos frente à quantidade de residentes. 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). A coleta de dados foi realizada nos meses de setembro a dezembro de 2015, e amostra composta por 49 idosos, de ambos os sexos, sendo 17 (34,7%) do sexo masculino e 32 (65,3%) do sexo feminino, com média de idade de  $68,97 \pm 7,32$  anos. Em relação aos EMC foi possível identificar que 61,23% dos idosos não apresentaram um estilo de vida fisicamente ativo, estando nos estágios pré-contemplação (16,33%),

contemplação (38,78%) e preparação (6,12%). No entanto, 38,77% dos idosos apresentaram um estilo de vida fisicamente ativo, estando nos estágios de ação (6,12%) e manutenção (32,65%). A maioria dos idosos do estudo estava nos três primeiros EMC (pré-contemplação, contemplação e preparação) e não apresentavam um estilo de vida fisicamente ativo, necessitando de um estímulo para tornarem-se e manterem-se fisicamente ativos. Destaca-se a necessidade dos idosos 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.

Unitermos: Comportamento, Atividade física, Idoso.

[profedfnica@gmail.com](mailto:profedfnica@gmail.com)

(55) 999939195

# **INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM ESQUIZOFRENIA RESIDENTE DO SERVIÇO DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL PARA MORADORES DE RUA E/OU MIGRANTES – SAI-POP (ALBERGUE)**

Renan Machado Bazzo, Fernanda Cocco, Leandro Silva Vargas

FUNDASUL – CAMAQUÃ/RS

A esquizofrenia é um distúrbio mental com um número considerável de estudos na área da psiquiatria, no entanto ainda pouco estudada por outras áreas acadêmicas. Segundo Shirakawa (2000), as principais abordagens psicossociais à esquizofrenia são a psicoterapia, terapia ocupacional, acompanhamento terapêutico e orientação familiar além do tratamento farmacológico. Porém acredita-se que a atividade física atrelada as demais formas de tratamento seja um aliado importante para beneficiar a qualidade de vida dos esquizofrênicos. Sabe-se que a atividade física em si traz benefícios a todo ser humano, benefícios como estímulo da produção de hormônios, proporciona o bem estar, aumento da taxa de metabolismo entre outros. Segundo Silva et al. (2012) para ter uma boa qualidade de vida, saúde e maior longevidade um dos fatores fundamentais é a prática de atividade física regular, que além de atuar na prevenção/manutenção em doenças da ordem metabólica também melhora o bem-estar e o alto estima. Nesse sentido o sedentarismo tem cada vez mais atingindo a sociedade moderna, principalmente a população jovem. Entretanto, diversos estudos apontam para a diminuição nos níveis de atividade física em adolescente. Essa redução se deve a diversos fatores tais como biológicos, psicossociais e ambientais, além das inovações tecnológicas que tem favorecido para o aumento de hábito inativo. Deste modo, essa problemática tem preocupado pesquisadores de diferentes áreas da saúde, que busca compreender sobre essa temática. Sabe-se que a prática de atividade física/exercício físico regular vem contribuir de forma positiva para um estilo de vida saudável e ativo desta população. Embora muito se sabe dos benefícios da prática de atividade física para a saúde, uma grande parcela da população não a pratica com a frequência recomendada” (*apud* FILHO et al. [2012?]). No entanto acredita-se que a atividade física possa ajudar também na redução de sintomas relacionados a esquizofrenia tais como diminuição da ansiedade, controle de impulsos, melhora na autoestima, controle de estresse entre outras manifestações patológicas. Conforme esses argumentos essa pesquisa tem como problema: Como a atividade física pode auxiliar os portadores de esquizofrenia em seu cotidiano? Para que possa responder ao problema dessa pesquisa, utiliza-se como objetivo primário de pesquisa a busca da identificação dos benefícios da atividade física para esse determinado grupo. Os objetivos secundários dessa pesquisa baseiam-se em: analisar os processos de ação e identificar os benefícios da atividade física para pessoas com esquizofrenia; buscar entender como a doença se manifesta no indivíduo; identificar como é feito o acesso a atividade física; e analisar como é feita essa atividade

física e aderência dos participantes. Embora a esquizofrenia seja um dos temas mais estudados por pesquisadores da área da psiquiatria e psicologia, ainda é um estudo sem um número relevante de artigos acadêmicos e publicações ligados a atividade física e Educação Física em geral. Por meio deste estudo acreditamos que seja possível estimular o desenvolvimento específico de atividades físicas voltadas para os esquizofrênicos além de servir incentivo para demais pesquisas. Conjuntamente busca-se trazer conhecimento e entendimento sobre essa população que precisa ser reconhecida como um grupo de pessoas capazes de realizar diversas atividades e não serem excluídas por possuírem certas limitações, porém se estimuladas podem melhorar e muito sua qualidade de vida. O referencial teórico da referida pesquisa foi dividida em 3 capítulos: Esquizofrenia, tratando dos principais sintomas positivos e negativos da doença, o segundo Capítulo da atividade física de uma forma geral e o terceiro de esquizofrenia e atividade física. Como metodologia a pesquisa foi de caráter qualitativo com entrevista semi estruturada e análise de dados através de categorização de Bardin(2011). Foram construídas duas categorias: a primeira Aspectos Neurológicas e Psicossociais e a segunda Aspectos Físicos e Metabólicos. Conclui-se que a atividade física ajuda e melhora de forma significativa as pessoas com transtornos mentais, no caso os esquizofrênicos. Fica o alerta que a atividade física é um componente importante para o bem estar das pessoas, mas que o acompanhamento médico é o principal acompanhamento a ser feito com esta população.

Unitermos: Atividade física. Qualidade de vida. Esquizofrenia.

[professorleandrovargas@gmail.com](mailto:professorleandrovargas@gmail.com)

(51) 999555342

## O BASQUETE DE RUA COMO CONTEÚDO DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UMA PROPOSTA DE ENSINO NA ESCOLA PÚBLICA

Amanda Simões Martins, Márcia Morschbacher

Universidade Federal de Santa Maria (UFSM)

A prática do basquetebol nas escolas brasileiras, que em sua maioria não possui espaço adequado para aulas de Educação Física (65,5% das escolas não possui quadra de esporte, conforme o Censo Escolar de 2015), é também dificultada pela falta de tabelas e aros. Porém, para que não se negue a apropriação deste conteúdo de ensino aos alunos é preciso estabelecer propostas de ensino de acordo com os recursos que se apresentam ao professor de Educação Física, com adaptação de materiais e espaços físicos. **Objetivo:** Apresentar uma proposta de ensino para aulas de basquete de rua, adaptando-se às condições físicas e materiais de uma escola da rede municipal de Santa Maria-RS. **Método:** A partir da abordagem crítico-emancipatória (KUNZ, 1991, 1994), seguindo os passos da “transcendência de limites”, foi elaborada uma proposta de ensino do basquete de rua para uma turma de nono ano do ensino fundamental, composta por aulas em que foram contempladas as regras desse esporte e do basquete 3x3, bem como elementos da cultura *hip hop*, como o *rap*, estilo musical presente nas quadras de basquete das periferias. Devido às condições da quadra da escola, não era possível realizar partidas em seu formato original, dessa forma, propôs-se um jogo adaptado. A atividade utilizou meia quadra como área de jogo, foi amarrado um aro (bambolê) no travessão da goleira e a área do handebol foi delimitada como área de limite para se chegar perto da meta de arremesso. Porém, foram colocadas “passagens” para dentro dessa área, limitada por pares de cones próximos um do outro. Inicialmente eram quatro pares de cones, os alunos jogavam partidas de cinco minutos, em trios, e a pontuação era de um ponto para cada cesta feita dentro da área. Um dos membros do trio deveria entrar pelos cones, sem posse da bola e recebê-la no tempo máximo de 12 segundos (tempo para ataque no basquete 3x3). Como característica da abordagem pedagógica, os alunos foram instigados a procurar soluções para os problemas apresentados durante o jogo. O diálogo estava presente a cada nova situação-problema. A relação cultural do esporte também foi incluída como pauta das aulas, introduzindo elementos da cultura *hip hop*. Os alunos foram capazes de caracterizar o esporte através de letras de rap que contavam histórias do basquete nas periferias. O estilo musical, a vestimenta, o jeito de agir e falar foram levantados pelos alunos a partir do seu mundo vivido e do que assimilaram sobre o conteúdo. **Resultados:** Os alunos apresentaram soluções coletivas para os problemas que surgiram durante o jogo: um exemplo foi a facilidade que os jogadores tiveram para entrar na área e marcar o ponto. Foi sugerido por eles que se reduzissem as passagens de cones para apenas um par centralizado em frente à área. Também foi sugerido pelos alunos, que cestas de fora da área fossem consideradas e obtivessem uma pontuação de 2 pontos. Por ser um jogo dinâmico, de curto tempo de duração,

e que podia acontecer simultaneamente nas duas metades da quadra, teve boa aceitação pela turma. Assim, ao finalizar o conteúdo, ocorreu um festival de basquete de rua, com campeonato de trios entre a turma, e os alunos foram convidados a levar músicas da cultura *hip hop* para embalar as partidas. **Conclusão:** Conclui-se, a partir da experiência relatada, que apesar da falta de recursos materiais e de espaço físico adequado é possível proporcionar vivências e apropriação de conhecimentos de diversos elementos da cultura de movimento aos alunos da escola pública. A abordagem crítico-emancipatória mostrou-se eficaz para o desenvolvimento crítico e coletivo de soluções de problemas, bem como para introdução de elementos culturais envolvidos nas diversas práticas esportivas, uma vez que busca a reflexão sobre o *se-movimentar* humano bem como sobre os fenômenos sociais a ele envolvidos. O basquete de rua tem representação histórica da resistência de um povo que por muito tempo se encontrou e ainda se encontra marginalizado. Abordar esse conteúdo na escola possui importância para valorização da cultura vinda das periferias e para conscientização de situações dos mais diversos tipos de preconceito e desigualdades sociais, instigando reflexões para a transformação deste estado de coisas.

Unitermos: Educação Física Escolar, Ensino, Basquete de Rua.

[simoesm.amanda@gmail.com](mailto:simoesm.amanda@gmail.com)

(53) 999683428

## O EXERCÍCIO FÍSICO AERÓBICO ANTES E DEPOIS DE UMA CIRURGIA BARIÁTRICA: projeto de pesquisa

Nicholas Zarichta Marinho, Alexandre Scherer

Curso de Educação Física do Centro Universitário IPA - Grupo de Estudos em Educação Física (GEEF)

O desenvolvimento social, o avanço da tecnologia, os estilos de vida menos ativos, a utilização de meios de transportes mais práticos e cômodos, a busca por uma alimentação que esteja a pronto alcance e as rotinas de trabalho pesadas são fatores que influenciam diretamente no desenvolvimento do público obeso na sociedade contemporânea. Buscando uma possibilidade de reversão deste quadro Moraes e Zanesco (2012) afirmam que em razão do grande dispêndio energético proporcionado, o exercício aeróbico pode ser a modalidade primária do programa para a redução de peso. O esquema de treinamento deve priorizar o alto volume de exercício físico com frequência semanal de cinco dias e sessões com duração de 45 minutos no mínimo. Para Brian (2006) o treinamento aeróbio também melhora a capacidade do músculo para produzir energia aerobiamente e metabolizar a gordura. Queimar gordura reduz o armazenamento e diminui seus níveis no sangue e reduz o risco cardiovascular e de diabetes aumentando a sensibilidade da insulina. Classifica-se às atividades aeróbicas como uma grande possibilidade de mudança do quadro ao que se refere a obesidade, mas nem sempre o exercício físico consegue ter esse resultado. Atualmente temos outras opções, e uma que vem sendo muito utilizada é a cirurgia bariátrica. Diniz e Maciente (2012) afirmam que dentro deste complexo quadro de saúde pública, a cirurgia bariátrica surgiu na década de 1950 como uma opção terapêutica para o controle da obesidade. Para Merling (2010) a redução de estômago é, talvez, a última oportunidade de o obeso passar a ter uma vida digna. Além de emagrecer, de poder ter uma vida normal, de ter saúde e qualidade de vida, o obeso irá deixar de sofrer preconceitos e constrangimentos. Considera-se que esse tipo de cirurgia seja, provavelmente, a única opção viável para a perda ponderal sustentada em indivíduos com o Índice de Massa Corporal (IMC) maior que 35 Kg/m<sup>2</sup> portadores de comorbidades e para aqueles com o IMC maior que 40 Kg/m<sup>2</sup> portadores ou não de comorbidades. Entende-se que esse estudo tem alto nível de relevância, no qual trará conhecimento profissional para a área por se tratar de um quadro atual na sociedade global, onde se busca trazer dados e informações que possam colaborar com a futura atuação de profissionais de Educação Física. O Objetivo do estudo é compreender se uma cirurgia bariátrica altera o significado do exercício físico aeróbico em um paciente operado. Este projeto de pesquisa é de caráter qualitativo, que segundo Creswell (2010) é considerado uma pesquisa onde se coletam dados através de exames de documentos, de observação do comportamento ou de entrevista com os participantes. Como estratégia, utiliza-se de um estudo de caso, onde será possível conhecer com profundidade a realidade de um fenômeno especial na forma de investigação empírica de seu contexto (YIN, 2010). Serão realizadas duas entrevistas semiestruturadas com

uma pessoa submetida a cirurgia bariátrica. Uma antes do procedimento e outra após a intervenção num período em que ele já esteja praticando qualquer tipo de exercício aeróbico, nesse caso o sujeito é praticante de corrida. O projeto de pesquisa já foi construído e avaliado positivamente por um Comitê de Ética em 2017 além de realizada a primeira entrevista. No primeiro semestre de 2018 ocorrerá a segunda entrevista, as interpretações do estudo e a escrita do relatório final.

Unitermos: Exercício aeróbico; Cirurgia bariátrica; Percepção.

[marinhonica@gmail.com](mailto:marinhonica@gmail.com)

(51) 981990124

## OS FATORES QUE INFLUENCIAM A ADERÊNCIA DE ALUNOS NAS ACADEMIAS DE PORTO ALEGRE

Leonardo Landeosi, Fernanda Cocco, Leandro Silva Vargas

Centro Universitário Metodista (IPA)

Por ser próprio de o homem estar em movimento, a partir da década de 80, a área da Educação Física passou a estudar o homem mais amplamente, considerando o ser biológico, fatores sociais, culturais, e históricos no processo de formação de hábitos voltados ao exercício físico. Independentemente dos fatores que levam o homem a prática diária de exercícios e atividades físicas, sabe-se, que 30 minutos de atividade física diária em grande parte dos dias da semana, desenvolvidas continuamente, em intensidade moderada, já são suficientes para a promoção da saúde, aumentando o volume sistólico, ventilação pulmonar, ganho de força e massa corporal do indivíduo, assim como a diminuição da pressão arterial e gordura corporal. A aderência de alunos as atividades ofertadas pelas academias e centros de treinamento, permeia pelos mais diversos motivos e fatores. Sendo assim, o trabalho tem como objetivo primário avaliar os fatores que permeiam a rotatividade de alunos nas academias, e como objetivo secundário analisar os motivos que levam os alunos a permanecerem nas academias, inquirir o perfil sócio econômico dos alunos que permanecem vinculadas a esses serviços, verificar os fatores técnicos, sociais e de estrutura física que levam os alunos a permanecerem nas academias. O referencial teórico e dividido em quatro capítulos, o primeiro se refere a história das academias desde seu surgimento na Grécia antiga com Platão fundando as Akademies, em homenagem ao herói grego Akademos, onde a população recebia instrução para práticas lúdicas e esportiva, até sua evolução para o modelos mais próximos dos quais conhecemos hoje com o alemão Professor Attila, em 1867, o segundo capítulo trata da adesão a prática de atividade físicas caracterizando-a como quando conseguimos criar entre o indivíduo e a atividade, um elo emocional, geramos um ambiente propício à prática, resultado e satisfação, o terceiro capítulo trata de marketing de academias, o movimento dentro do mercado de academias tem subido exponencialmente, contudo existem os que não se identificam com o ambiente de treinos, e com isso acabem por precisar de um estímulo diferente para conseguirem se manter focados nos seus objetivos, no quarto e último capítulo fala sobre a motivação dentro do esporte e do exercício físico. Diante disto, este trabalho estudou e investigou os fatores que influenciam na aderência desses alunos nas academias da cidade de Porto Alegre. O método utilizado foi o qualitativo com entrevista semi-estruturada e com análise de dados através de categorização de Bardin (2011). Foram construídas duas categorias: Fatores Pessoais de Aderência e Fatores Técnicos Estruturais. Como resultados verificou-se que os principais motivos que levam os alunos a permanecerem nas academias são: Conforto e praticidade, quanto ao perfil sócio econômico os mesmos apresentam um perfil elevado de poder aquisitivo, os fatores técnicos são importantes para a manutenção dos alunos na academia, mas

os mesmos solicitam também Equipamentos de qualidade, limpeza, organização do ambiente, e atendimento. Quanto aos fatores sociais que fazem os alunos permanecerem na academia os mesmos relatam que o sentimento de pertencimento a um determinado local e grupo é significativo, Conclui-se então que a permanência dos alunos nas academias não está ligado somente a questão técnica e sim a questão do ambiente acolhedor e onde os mesmos fiquem a vontade, seja um local perto de sua residência e acolhedor.

Unitermos: academia; atividade física, retenção

[professorleandrovargas@gmail.com](mailto:professorleandrovargas@gmail.com)

(51) 999555342

# **PARÂMETROS ANTROPOMÉTRICOS, FORÇA DE MEMBROS SUPERIOR E INFERIOR E HABILIDADES TÉCNICAS DO NADO: UM ESTUDO COM ESCOLARES DE SANTA CRUZ DO SUL**

Leticia Borfe, Heloisa Elesbão, Sandra Mara Mayer

Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC)

A natação é uma modalidade esportiva de predominância aeróbia e tem por objetivo, contribuir no fortalecimento dos sistemas respiratório e cardiovascular, além de desenvolver inúmeras valências físicas, como força, resistência, flexibilidade e coordenação. Além disso, configura-se uma atividade física eficiente para controlar ou reduzir o percentual de gordura corporal de adolescentes praticantes desta modalidade, contribuindo tanto nos aspectos físicos, na prevenção e controle de doenças, melhora dos sistemas cardiovascular e respiratório, fortalecimento da musculatura, aprendizagem da lateralidade e equilíbrio, como no aspecto social, com o aumento do círculo de amizades, confiança e auto estima. O objetivo do estudo é avaliar os efeitos de aulas de natação para iniciantes sobre parâmetros antropométricos, força de membros superiores e inferiores e habilidades técnicas dos nados crawl e costas em adolescentes com sobrepeso/obesidade. Estudo semi-experimental que avaliou 7 adolescentes com idades entre 10 a 12 anos com sobrepeso/obesidade, participantes de um programa de intervenção desenvolvido pelo Projeto “Obesidade em escolares da Educação Básica: um estudo de intervenção interdisciplinar” na Universidade de Santa Cruz do Sul. Foram realizadas avaliações antropométricas: índice de massa corporal – IMC conforme preconiza a OMS (2007) e circunferência da cintura – CC (FERNÁNDEZ et al., 2004), avaliação da força explosiva de membros superiores e inferiores (PROESP – BR, 2016) e avaliação dos fundamentos dos nados crawl e costas utilizando-se uma ficha de avaliação elaborada previamente observando os objetivos propostos. Estas avaliações foram realizadas antes e após as sessões com aulas técnicas de natação. As aulas tiveram a frequência de uma vez por semana e a duração de uma hora/aula, durante três meses, em que foram desenvolvidas atividades de iniciação ao nado, correção e aprimoramento da técnica dos nados crawl e costas. A análise estatística foi realizada no programa SPSS 20.0 utilizando-se a média por idade e frequência absoluta. Os resultados mostram que nos testes de força de membros superiores e inferiores não foram encontrados resultados relevantes quando comparados o pré e pós-teste. Resultados mais expressivos são observados apenas no sexo masculino na idade de 11 anos, na qual houve melhora nos valores e classificações do IMC e da CC. Embora a classificação não tenha mudado, houve uma redução considerável nos valores do IMC e CC do sexo masculino com 10 anos. Na avaliação dos fundamentos dos nados, houve melhora em todos os parâmetros avaliados em ambos os sexos sendo que, no nado crawl a melhora configurou-se mais expressiva. Todos os adolescentes avaliados mostraram aprimoramento de seus movimentos de execução nas atividades de avaliação, o que demonstra que as aulas foram

efetivas no treinamento técnico da natação. Conclui-se que, embora o programa de intervenção não tenha demonstrado diferenças relevantes na melhora dos parâmetros antropométricos e da força de membros superiores e inferiores, foi efetivo na melhora das habilidades técnicas dos nados crawl e costas em um curto período de tempo de desenvolvimento das atividades. Neste aspecto, ressalta-se que o professor de Educação Física deve estar atento e preparado para atuar com o ensino da natação como uma nova possibilidade de proporcionar o desenvolvimento cognitivo, afetivo e na melhoria da saúde dos escolares.

Unitermos: Natação, aptidão física, escolares.

[borfe.leticia@gmail.com](mailto:borfe.leticia@gmail.com)

(51) 996690891

# TREINAMENTO RESISTIDO: PERSPECTIVA DO CONHECIMENTO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA PRESCRIÇÃO DO TREINAMENTO DE FORÇA PARA GESTANTES

Jaqueline Lopes; Fernanda Cocco, Leandro Silva Vargas

Centro Universitário Metodista (IPA)

No transcorrer dos tempos, a mulher tem recebido cada vez mais orientações para uma evolução da época gestacional até a chegada do parto. Durante o período da gestação, as últimas recomendações têm sido atenuadas mais em questões comportamentais, buscando hábitos culturais mais do que evidências médicas. Por isso, nessas circunstâncias, as gestantes têm sido influenciadas a não praticarem atividades físicas. Os benefícios fisiológicos e psicológicos do exercício físico bem orientado, no entanto, têm mudanças significativas, como a diminuição dos inchaços, melhor controle respiratório, melhor recuperação do pós-parto e melhora dos níveis hormonais. Na prática do treinamento de força para gestantes, os profissionais de educação física devem incentivá-las e expô-las aos benefícios do treinamento durante a gestação, o que fica evidente em Montenegro (2014), destacando melhora da resistência anaeróbia, redução das câibras, diminuição da frequência cardíaca basal, melhora dos níveis de glicose no sangue, redução de peso corporal e, no instante do parto, a dor torna-se mais tolerável. Por essas razões, foi considerável verificar o conhecimento dos profissionais de educação física na prescrição de treinamento de força para mulheres gestantes e se estão aptos a aplicá-lo. A escolha para o referente tema foi em função de o assunto ser muito discutido, pois, atualmente, nota-se um aumento pela procura de atividade física durante a gestação, e, com o aumento dessa demanda, trabalhar com gestantes requer muito cuidado e atualizações teóricas frequentes, pois observou-se o despreparo de alguns profissionais para lidar com elas. O estudo se tornou relevante e de fundamental importância para a pesquisadora, porque, durante o período gestacional em que ela praticou treinamento de força nas academias, deparou-se com a falta de preparo e estudo dos profissionais de educação física na prescrição do treinamento de força para o público gestante. Desse modo, o presente estudo visou revelar o conhecimento do profissional de educação física na prescrição de treinamento de força para gestantes e, em meio a essa situação, surge o seguinte questionamento: quais são as competências do profissional de educação física para prescrever treinamento de Força para mulheres gestantes? O objetivo primário desta pesquisa é verificar se os profissionais de educação física têm competência para prescrever o treinamento de força para gestantes. Os objetivos secundários foram: identificar a formação dos profissionais de educação física que atuam com trabalho de força para gestantes; analisar a capacitação do profissional de educação física para a prescrição do trabalho de força para gestantes; verificar os possíveis benefícios que o treinamento de força traz para a gestante a partir do olhar do profissional de educação física. O estudo foi organizado em três capítulos. O primeiro aborda o treinamento resistido, tendo como subcapítulos “Treinamento de força para mulheres” e “Treinamento de força e sua influência nos hormônios”, os quais abordam o treinamento de força como

um todo e explica como este treinamento é realizado em mulheres. No segundo capítulo, cujo tema é gestante, encontra-se como pode ser realizado um treinamento de força eficaz para tal público. Por fim, o terceiro capítulo aborda a formação do profissional de educação física e seu conhecimento teórico e prático. Foi utilizado o método qualitativo, de caráter exploratório, através de entrevista semiestruturada, contendo sete perguntas abertas, com as quais se verificou com os entrevistados a importância do conhecimento da prescrição de treinamento de força para gestante pelo profissional de educação física e a análise de dados foi realizada através de categorização de Bardin (2011). Foram construídas 3 categorias: 1: Competências do profissional de educação física para prescrição do treinamento de força para gestantes. 2, Formação dos profissionais de educação física que atuam com treinamento de força para gestantes. 3: Capacitação do profissional de educação física para A prescrição do trabalho de força para gestantes. Concluiu-se que o profissional de educação física precisa de mais informações e capacitações para prescrever trabalho de força para gestantes, ainda se explora pouco esse campo de atuação, a formação acadêmica ainda deixa a desejar em relação ao assunto e que o mesmo não se sente seguro em prescrever trabalho de força para gestantes.

Unitermos: Gestantes, Prescrição de treinamento, Treinamento resistido

[professorleandrovargas@gmail.com](mailto:professorleandrovargas@gmail.com)

(51) 999555342

## UMA AVALIAÇÃO NA COMPOSIÇÃO CORPORAL PRÉ E INTERTEMPORADA DOS ATLETAS DA EQUIPE FUTSAL UFSM

Arno Quimberlee Duarte Ramos, Bruna dos Santos, Carlos Piegas Junior, Diozer Dalmolin da Silva, Leandro Denardi, Marcelo Freitas Prestes.

Centro de Educação Física e Desportos, Universidade Federal de Santa Maria (UFSM)

O futebol de salão, mais conhecido como futsal é uma modalidade dos jogos esportivos coletivos. Neste sentido, a modalidade se caracteriza como algo complexo e dinâmico, onde a todo o momento existe a busca pela resolução de problemas em velocidade elevada nos treinamentos e jogos. Além disso, diversos aspectos contribuem e auxiliam para o desempenho do atleta. Assim, o conhecimento sobre a composição corporal, bem como sobre os aspectos neuromotores, tem-se revelado imprescindível para a caracterização das exigências específicas desse esporte. Neste contexto, o treinamento específico na modalidade também se torna importante para que se desenvolva e aprimore as qualidades físicas do futsal. Ou seja, tais informações parecem ser relevantes tanto para a escolha das estratégias de preparação física a serem aplicadas quanto para o controle de cargas e metodologias de treinamento. O objetivo dessa pesquisa foi comparar a avaliação no percentual de gordura pré e intertemporada, em jogadores da equipe de futsal da UFSM que participam do Campeonato Estadual Série Bronze 2017. Desempenhou-se a avaliação da composição corporal no Laboratório de Biomecânica (LABIOMEC) da Universidade Federal de Santa Maria. O estudo foi composto por 13 sujeitos que participavam, periodicamente dos treinamentos, os quais eram realizados três vezes na semana. Os programas de treinamento da equipe eram compostos por exercícios de resistência aeróbica, potência, força, agilidade e velocidade, estes eram combinados com os treinamentos técnicos/táticos da equipe. Os sujeitos tinham idade entre  $23,7 \pm 3,6$  anos, estatura (EST)  $176,0 \pm 6,0$  cm, massa corporal (MC)  $79,5 \pm 15,01$ . A massa corporal, o %GC e a EST, foram mensuradas com o uso de uma balança digital da marca Welmy®; um estadiômetro fixo da marca Welmy®; e um adipometro da marca Cescorf®, com resolução de 0,1mm. Os dados coletados adotaram os procedimentos descritos por Faulkner, 1968. Após isso, as médias dos dados foram analisadas e comparadas entre as avaliações de pré (março/2017) e intertemporada (julho/2017). Foi possível verificar que a comparação entre o %GC procedente na pré-temporada no mês de março ( $17,3\% \pm 5,4$ ) e o %GC apresentado no mês de julho ( $16,6\% \pm 4,9$ ) não tiveram diferenças significativas entre as médias (-0,6). Embora treze atletas avaliados apresentaram diferença no %GC, quando comparadas as médias pré e intertemporadas, não foi considerada satisfatória pela comissão técnica. Diante disso, é possível considerar que as lesões durante a competição, a ingestão alimentar e as atividades diárias dos atletas, podem influenciar diretamente nos resultados (Fatores estes que não foram possíveis de controle). Assim, conclui-se que os treinamentos propostos não resultaram uma melhora tão esperada no %GC para os sujeitos do estudo e consideram-se que

algumas variáveis externas têm efeitos diretos nos resultados. Além disso, entende-se que este estudo serviu como “piloto” para outras pesquisas que possam vir a embasar o conhecimento na área do futsal, bem como o efeito do treinamento físico na composição corporal, atrelando outros fatores que interferem nesses aspectos.

Unitermos: Composição corporal, Futsal, Treinamento.

[brunasantos.ufsm@gmail.com](mailto:brunasantos.ufsm@gmail.com)

(51) 998805129

# ENAPEF

44º ENCONTRO NACIONAL DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

# 44 ANOS

7º FÓRUM DE MOBILIZAÇÃO GAÚCHA  
PELA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

28º CONGRESSO CIENTÍFICO  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA

4º ENCONTRO COMUNITÁRIO  
SOBRE ATIVIDADE FÍSICA, PREVENÇÃO  
E PROMOÇÃO A SAÚDE

05, 06, 07 e 08  
DE ABRIL DE 2018  
TORRES - RS

**Cursos do 1 ao 6 (Vespertino) dias 5, 6 e 7 de Abril**  
(Quinta, Sexta e Sábado das 17h às 21h)

**CURSO 1 - KETTLEBELL E REABILITAÇÃO NEUROMUSCULAR (TEÓRICO-PRÁTICO)**  
PROF. ESP. IVAN JARDIM (RS) - CREF RS - 006683  
PROF. ESP. FRANKLIN ROUBUSTE (RS) - CREF RS - 009466

**CURSO 2 - RECREAÇÃO: JOGANDO E BRINCANDO EM HOTÉIS, COLÔNIAS DE FÉRIAS E OUTROS ESPAÇOS DE LAZER (TEÓRICO-PRÁTICO)**  
PROF. ESP. MÁRCIO BERNARDES (SP) - CREF - SP 047805

**CURSO 3 - TREINAMENTO FÍSICO NO ENVELHECIMENTO E NAS DOENÇAS CARDIOMETABÓLICAS: APLICANDO AS EVIDÊNCIAS (TEÓRICO-PRÁTICO)**  
PROF. DR. RODRIGO DELEVATTI (SC) - CREF RS - 013674

**CURSO 4 - PSICOMOTRICIDADE: O DIFERENCIAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA E NO ESPORTE (TEÓRICO-PRÁTICO)**  
PROFª. ME. ROSIMERI PAVANATI - CREF RJ-009767

**CURSO 5 - JOGOS E ESPORTES ALTERNATIVOS PARA A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR (TEÓRICO-PRÁTICO)**  
PROF. ME. JOSÉ RICARDO MARTINS MACHADO (RJ) - CREF RJ 018839

**CURSO 6 - RITMOS (AULAS PRÁTICAS)**

**QUINTA-FEIRA:**

- Sertanejo (Prof. Daniel Vaz - CREF RS-022698)
- Fil Funk (convidado: Thyago Perla)
- Axé (Prof. Jacaré Martins - CREF RS-005660)
- Kizomba (Fábio Mees - CREF RS-025453)

**SEXTA-FEIRA:**

- Samba (Prof. Fábio Mees)
- Danças Urbanas (convidado: Leonardo Meirelles)
- Video Dance (convidado: Jayro Dance)
- Rainhas do Funk (convidado: Thyago Perla)

**SÁBADO:**

- Funk 2000 (Prof. Jacaré Martins)
- Pop (convidado: Jayro Dance)
- Zumba (Prof. Daniel Vaz)
- Aullão com todos os Professores

**Cursos do 7 ao 12 (Manhã) dias 6, 7 e 8 de Abril**  
(Sexta, Sábado e Domingo das 9h às 13h)

**CURSO 7 - EMPREENDEDORISMO E GESTÃO DE CARREIRA (TEÓRICO)**  
PROF. ME FÁBIO SABA (SP) - CREF SP 000007  
PROF. ME FELIPE MACHADO (RS) - RS-008513

**CURSO 8 - GESTÃO DE EVENTOS ESPORTIVOS: ORGANIZAÇÃO E ELABORAÇÃO DE PROJETOS (TEÓRICO-PRÁTICO)**  
PROF. ME. GEORGIOS S. HATZIDAKIS (SP) - CREF SP- 000688

**CURSO 9 - FUTSAL: INICIAÇÃO, RENDIMENTO E JOGOS DE INTELIGÊNCIA TÁTICA (TEÓRICO-PRÁTICO)**  
PROF. DR. ROGÉRIO VOSER (RS) - CREF RS-003584

**CURSO 10 - PRIMEIROS SOCORROS (TEÓRICO-PRÁTICO)**  
ENFERMEIRA DINORÁ CENCI E EQUIPE (SAMU - PORTO ALEGRE)

**CURSO 11 - PRESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA (TEÓRICO-PRÁTICO)**  
PROF. DRª. GABRIELA FISCHER (SC) - CREF RS 008810

**CURSO 12 - O ENSINO NO SÉCULO XXI: REFLEXÕES, AÇÕES, PRÁTICAS DE ENSINO E A ESCOLA NOS DIAS ATUAIS (TEÓRICO-PRÁTICO)**  
PROFª. ME. LUCIENE MALDONADO (RS)



REALIZAÇÃO



APOIO



**Informações:**

[apefrs@apefrs.com.br](mailto:apefrs@apefrs.com.br) | [www.apefrs.com.br](http://www.apefrs.com.br) | (51) 3221.0129

