

Anais da VI Mostra de Trabalhos Acadêmicos dos Cursos de Educação Física Bacharelado e Licenciatura - CCBS e CCHS



ISBN 978-85-8167-188-8

EDITORAS
UNIVATES

Derli Juliano Neuenfeldt
Leonardo De Ross Rosa
(Orgs.)

Anais da VI Mostra de Trabalhos Acadêmicos dos Cursos de Educação Física Bacharelado e Licenciatura - CCBS e CCHS

1^a edição



Lajeado, 2017

**Centro Universitário UNIVATES****Reitor:** Prof. Me. Ney José Lazzari**Vice-Reitor e Presidente da Fuvates:** Prof. Dr. Carlos Cândido da Silva Cyrne**Pró-Reitora de Pesquisa, Extensão e Pós-Graduação:** Profa. Dra. Maria Madalena Dullius**Pró-Reitor de Ensino:** Prof. Dr. Carlos Cândido da Silva Cyrne**Pró-Reitora de Desenvolvimento Institucional:** Profa. Dra. Júlia Elisabete Barden**Pró-Reitor Administrativo:** Prof. Me. Oto Roberto Moerschbaecher**Editora Univates****Coordenação e Revisão Final:** Ivete Maria Hammes**Editoração:** Glauber Röhrig e Marlon Alceu Cristófoli**Conselho Editorial da Editora Univesates****Titulares**

Adriane Pozzobon

Marli Terezinha Quartieri

Rogério Schuck

Fernanda Cristina Wiebusch Sindelar

Suplentes

Fernanda Rocha da Trindade

Ieda Maria Giongo

João Miguel Back

Alexandre André Feil

Avelino Tallini, 171 – Bairro Universitário – Lajeado – RS, Brasil

Fone: (51) 3714-7024 / Fone/Fax: (51) 3714-7000

editora@univates.br / <http://www.univates.br/editora>

M915Mostra de trabalhos acadêmicos dos cursos de Educação Física Bacharelado
e Licenciatura - CCBS e CCHS (6. : 2016 : Lajeado,RS)Anais da VI mostra de trabalhos acadêmicos dos cursos de Educação
Física Bacharelado e Licenciatura - CCBS e CCHS, 21 e 24 de novembro
de 2016, Lajeado, RS / Derli Juliano Neuenfeldt, Leonardo De Ross Rosa
(Orgs.) – Lajeado : Ed. da Univates, 2017.

78 p.

ISBN 978-85-8167-188-8

1. Educação Física 2. Mostra de Trabalhos 3. Anais I. Título

CDU: 796

Catalogação na publicação – Biblioteca da Univates

As opiniões e os conceitos emitidos, bem como a exatidão, adequação e procedência das citações e referências, são de exclusiva responsabilidade dos autores.

APRESENTAÇÃO

Os Cursos de Educação Física - Bacharelado e Licenciatura - do Centro Universitário UNIVATES iniciaram sua trajetória em 2000 possuem tradição no incentivo à produção do conhecimento e compreendem a pesquisa como princípio educativo. A partir disso organizou-se a I e II Mostra de Iniciação Científica dos Cursos de Educação Física, em 2013. O evento ganhou força em 2014, sendo que a terceira e quarta edição passou a denominar-se “Mostra de Trabalhos Acadêmicos dos Cursos de Educação Física, Bacharelado e Licenciatura – CCBS E CCHS”. Em 2015, após experimentar quatro edições e com o amadurecimento do evento, a V Mostra de Trabalhos Acadêmicos dos Cursos de Educação Física, Bacharelado e Licenciatura – CCBS E CCHS foi realizada no segundo semestre e passou a ser anual.

Em 2016, nesta VI Mostra, os trabalhos em forma de resumo transitaram nos eixos: Escola; Estudos sociais do movimento; saúde; treinamento. Assim, é com grande satisfação que apresentamos a produção científica dos alunos do curso, edição 2016, intermediada pela orientação de nossos professores. São 66 resumos simples ora publicados nesses Anais.

Entendemos que o incentivo à pesquisa, vinculada de forma indissociável ao ensino e à extensão é missão da academia. Frente a este histórico de seis edições e com mais de 300 trabalhos produzidos, temos o sentimento de dever cumprido, mas sabemos que trata-se de trabalho e empenho contínuos pela qualificação do ensino e da formação de nossos estudantes.

Agradecemos a todos que contribuíram para a consolidação de mais uma edição do evento.

*Derli Juliano Neuenfeldt
Leonardo de Ross Rosa*

VI mostra de trabalhos acadêmicos dos cursos de Educação Física Bacharelado e Licenciatura - CCBS e CCHS

21 e 24 de novembro de 2016

REALIZAÇÃO

Cursos de Educação Física, Bacharelado e Licenciatura

ORGANIZAÇÃO

Derli Juliano Neuenfeldt
Leonardo De Ross Rosa

COMISSÃO CIENTÍFICA

Alessandra Brod
Carlos Leandro Tiggemann
Clairton Wachholz
Danise Vivian
Derli Juliano Neuenfeldt
Eduardo Sehnem
Lauro Inácio Ely
Leandro Oliveira Rocha
Leonardo De Ross Rosa
Lydia Christmann Espindola Köets
Marcos Minoru Otsuka
Rodrigo Lara Rother
Silvane Fensterseifer Isse
Tais Prinz Cordeiro
Tania Micheline Miorando



SUMÁRIO

ESCOLA

A EXPERIÊNCIA DOCENTE NO ENSINO DA DANÇA, DA CAPOEIRA E DO ESPORTE ADAPTADO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL.....	11
Amanda Bergonci, Leonice Marinês Nieland, Derli Juliano Neuenfeldt	
EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E MEIO AMBIENTE: UM ESTUDO EM ESCOLAS DO CAMPO DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DE TEUTÔNIA/RS/BRA.....	12
Istefan Diehl, Derli Juliano Neuenfeldt	
O APROFUNDAMENTO DO CONHECIMENTO NA EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO MÉDIO: ESTUDO EM UMA ESCOLA DA REDE ESTADUAL DE ENSINO DO RS.....	13
Iara Regina Gräbin, Silvane Fenstersseifer Isse	
SIGNIFICADO DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA ALUNOS DO ENSINO MÉDIO EM UMA ESCOLA DA REDE PRIVADA DE TEUTÔNIA.....	14
Iara Regina Gräbin, Clairton Wachholz	
AVALIAÇÃO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM ESTUDO COM PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO	15
Moriâne Alessi De Paula, Silvane Fensterseifer Isse	
CAPOEIRA NA EDUCAÇÃO INFANTIL, UM OLHAR FAMILIAR	16
Lucas Rufino Marmitt, Thales Santos de Mello, Leandro Oliveira Rocha	
EXPERIÊNCIA DOCENTE NA EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL: É POSSÍVEL FAZER DIFERENTE?	17
Josué Rauber, Vanessa Ahne, Leo Bettio, Derli Juliano Neuenfeldt	
EXPERIÊNCIAS DA PRÁTICA DOCENTE DO ESTÁGIO SUPERVISIONADO II – ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL	18
Jaqueleine Gusatto ¹ , Derli Juliano Neuenfeldt ²	
POR QUE OS ALUNOS DA MODALIDADE EJA DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO MÉDIO REYNALDO AFFONSO AUGUSTIN DE TEUTÔNIA/RS PARTICIPAM DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA, SENDO SUA PRÁTICA FACULTATIVA AO ALUNO DE ACORDO COM A LEI Nº 10.793, DE 1º.12.2003?	19
Rocheli Schuster, Lauro Inácio Ely	
QUALIDADE DE VIDA DE ESCOLARES PARTICIPANTES E NÃO PARTICIPANTES DE PROGRAMAS DE INICIAÇÃO ESPORTIVA.....	20
Tailine de Borba Zvirtes, Rodrigo Lara Rother	
UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO SUPERVISIONADO II - ANOS FINAIS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR	21
Tailine de Borba Zvirtes, Maiara Gross, Derli Juliano Neuenfeldt	

ESTUDOS SOCIOCULTURAIS DO MOVIMENTO

ANÁLISE DE UM GRUPO ESPORTIVO DE CORRIDA: BENEFÍCIOS, DIFICULDADES E A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA.....	23
Anderson Caraballo Yate, Anderson Lucas Nierich, Claiton Luiz Castro Crovatto Junior, Jéferson da Luz Markus, Derli Juliano Neuenfeldt	
BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DE DANÇA A PRATICANTES DE UMA CIDADE DO VALE DO TAQUARI/RS/BRA	24
Bárbara Stédile, Bibiana Nicolini, Gricielle Gheno dos Santos, Rafaela Taborda, Derli Juliano Neuenfeldt	
ESTRUTURA E ORGANIZAÇÃO DE UMA EQUIPE DE FUTEBOL DE VETERANOS DO VALE DO TAQUARI	25
Anderson Lucas Nierich, Douglas Rodrigues Allebrandt, Luisa Marina Borsato, Ricardo Henrique Maria da Silva, Vitória Lenhard, Zalmiro de Araújo Ramos Jr, Derli Juliano Neuenfeldt	

IMPLICAÇÕES DA PRÁTICA DO VOLEIBOL ESCOLAR NOS HÁBITOS ESPORTIVOS NA IDADE ADULTA	26
Gustavo Eugênio Koerbes, Rodrigo L. Rother	
O ESPORTE NO AUXÍLIO DO DESENVOLVIMENTO EDUCACIONAL DE CRIANÇAS QUE FREQUENTAM O SESI	27
Letícia Cardoso da Silva, Marcelo Magon Weizenmann, Rafael Cole, Rafael Gallon, Rafaela Chitolina Taborda, Samantha SchneiderTrindade, Derli Juliano Neuenfeldt	
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO NA EDUCAÇÃO FÍSICA – LICENCIATURA: SOBRE O QUE PESQUISAR?	28
Francis T. S. Lopes, Derli Juliano Neuenfeldt	
AS MULHERES NA HISTÓRIA DA CAPOEIRA.....	29
Monique Bianchetti, Leandro Oliveira Rocha	
ATLETISMO NA INFÂNCIA: EDUCAÇÃO E RENDIMENTO.....	30
Diego Loss, Fabian Arruda Barbosa, Laude Juliana Bayer, Rômulo Augusto Scherer, Derli Juliano Neuenfeldt	
CAPOEIRA: A LINGUAGEM DOS GESTOS SILENCIOSOS.....	31
Mauricio Andrés Pinzón Garzón, Derli Juliano Neuenfeldt	
CONTEXTO DO FUTSAL ESCOLAR NAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TEUTÔNIA/RS.....	32
Rocheli Schuster, Lauro Inácio Ely	
CORPO GORDO, INFÂNCIA E CONTEMPORANEIDADE	33
Maéli Zenatti Paliosa, Silvane Fensterseifer Isse	
FUTSAL NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: AS APRENDIZAGENS DAS MENINAS	34
Alex de Souza Queiroz, Silvane Fensterseifer Isse	
HISTÓRIA E REGRAS BÁSICAS DO BOLÃO 23	35
Maiara Gross, Marta Velere, Ricardo Schneider, Tais Ruver, William L. Zanini, Derli Juliano Neuenfeldt	
NATAÇÃO PARAOLÍMPICA.....	36
Alfredo Henrique Potzapski Signori, Charlene Leal Tomazino, Daina Schmitz, Diego Loss, Fabian Arruda Barbosa, Rômulo Augusto Scherer, Taís Prinz Cordeiro	
NATAÇÃO PARA ASMÁTICOS	37
Jaqueline Luiza Klein, Monique Bianchetti, Taís Prinz Cordeiro	
OS BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO EM INDIVÍDUOS COM PARALISIA CEREBRAL	38
Bárbara Stédile, Bibiana bet nicolini, Deise R. Piassini, Gislaine Fontoura Cardoso, Ismael Leonisio Costantin, Janice Gossmann, Juliana Silveira de Avila, Natália H. Pavi, Taís Prinz Cordeiro	
OS BENEFÍCIOS QUE A HIDROGINÁSTICA PROPORCIONA PARA UM GRUPO DE 3^a IDADE DO MUNICÍPIO DE GUAPORÉ - RS.....	39
Denis Dullius, Gedeão Cenci, Jefferson Vargas, Marcelo Rossetto, Derli Juliano Neuenfeldt	
RUGBY FEMININO: SIGNIFICADOS, MÍDIA E IMAGINÁRIOS SOCIAIS	40
Aline Oliveira Dutra, Camila Contini, Dionas Kich, Diovana Harth, Luis Carlos Guarín Cortes, Derli Juliano Neuenfeldt	
 SAÚDE	
BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO NA DEPRESSÃO: REVISÃO DE LITERATURA	42
Bruna Schlabitz Battisti, Jéssica Luana Dornelles da Costa, Roger Rieger, Carlos Leandro Tiggemann	
BRINQUEDOS E BRINCADEIRAS: UMA PROPOSTA DE CUIDADO EM SAÚDE.....	43
Daniela Borelli, Taís Prinz Cordeiro	
CORRELAÇÃO DA FLEXIBILIDADE COM A DOR LOMBAR EM MULHERES JOVENS	44
Fabiele Cristina Imperatori, Jóice Sanini da Silva, Carlos Leandro Tiggemann	

CUIDADOS COM A POSTURA NO POSTO DE TRABALHO	45
Rafaela C. Taborda, Leonardo De Ross Rosa, Lydia E. C. Koetz, Eduardo Sehnem	
ESCLEROSE LATERAL AMIOTRÓFICA: ATENDIMENTO INTERDISCIPLINAR NO ESTÁGIO EM SAÚDE NA CURES	46
Eduardo Pires, Rodrigo Lara Rother	
ESPAÇO CONVIVER: UMA VISÃO DE CLÍNICA AMPLIADA.....	47
Alexandre Joanella, Daniel Pedro Trarbach Vanzin, Fabian Arruda Barbosa, Patrícia Uhlmann, Alessandra Veit, Taís Prinz Cordeiro, Rodrigo Lara Rother, Leonardo De Ross Rosa	
ESTUDO DE CASO SOBRE PLANO DE ATIVIDADES COM INDIVÍDUO PORTADOR DE TRAUMA RAQUIMEDULAR NÍVEL C6	48
Leonardo Roberto Gassen, Lucas Rufino Marmitt, Diego Camargo Hobus, Taís Prinz Cordeiro, Leonardo De Ross Rosa	
ESTÁGIO DE ATENDIMENTO COMPARTILHADO NA CURES: EXPERIÊNCIA INTERDISCIPLINAR ENTRE OS CURSOS DE PSICOLOGIA E EDUCAÇÃO FÍSICA.....	49
Paulo Ricardo Daltoé, Alessandra Veit, Rodrigo Lara Rother	
ESTÁGIO DE ATENDIMENTO COMPARTILHADO NA CURES: EXPERIÊNCIA INTERDISCIPLINAR ENTRE OS CURSOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA, PSICOLOGIA E FISIOTERAPIA	50
Évelin Steffens, Alessandra Veit, Taís Prinz Cordeiro	
ESTÁGIO NA CURES: AÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA COMO AUXILIARES NO ATENDIMENTO DE UM CASO ESPECÍFICO DA PSICOLOGIA	51
Daniela Patrícia Braga, Leonardo de Ross Rosa, Rodrigo Lara Rother	
ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE I EDUCAÇÃO FÍSICA, SAÚDE E INCLUSÃO	52
Daniela Beatriz da Silva, Leonardo de Ross Rosa	
IMPORTÂNCIA DA ANAMNESE E ELABORAÇÃO DE FICHA-TREINO: PERMITINDO AOS USUÁRIOS DO PROGRAMA ACADEMIA DA SAÚDE UMA MAIOR PERCEPÇÃO ACERCA DAS ATIVIDADES QUE REALIZAM.....	53
Felipe Martini Zambiasi, Rodrigo Lara Rother	
PERFIL FÍSICO DE ATLETAS SUB 17 DE UMA EQUIPE DE FUTEBOL DE CAMPO.....	54
Bruna Schlabitz Battisti, Jéssica Luana Dornelles da Costa, Felipe da Cunha Kssesinski, Tales Rejane Cabeceira, Carlos Leandro Tiggemann	
PERFIL MOTOR DE CRIANÇAS DO 3º E 4º ANO DE UMA ESCOLA DO MUNICÍPIO DE RELVADO/RS	55
Bruno De Maman, Deiver Adans da Silva Reinoso, Roberto Bruxel, Leonardo de Ross Rosa	
PROPOSTA DE ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE I - EDUCAÇÃO FÍSICA, SAÚDE E INCLUSÃO: ATENDIMENTO DE UMA USUÁRIA COM AVE.....	56
Fabiele Cristina Imperatori, Taís Prinz Cordeiro	
QUALIDADE DE VIDA DOS USUÁRIOS DA ACADEMIA DA SAÚDE DE NOVA BRÉSCIA	57
Bruno De Maman, Rodrigo Lara Rother	
RELATO DE EXPERIÊNCIA NO ATENDIMENTO INTERDISCIPLINAR.....	58
Aline Carla Zanatta, Taís Prinz Cordeiro	
SUJEITOS ATIVOS E SEDENTÁRIOS EM RELAÇÃO ÀS PERCEPÇÕES DE DISTÂNCIAS	59
Carolina Gedoz, André Luiz Lopes	
TREINAMENTO	
A UTILIZAÇÃO DO SOFTWARE KINOVEA PARA ANÁLISE DE MOVIMENTOS DE ATLETAS DA GINÁSTICA DE TRAMPOLIM – UM ESTUDO DE CASO.....	61
Alexandre Possamai, Marcos Minoru Otsuka, Carlos Leandro Tiggemann	

CORRELAÇÃO ENTRE A FORÇA MÁXIMA DE MÚSCULOS ABDUTORES E ADUTORES HORIZONTAIS DE OMBRO EM HOMENS E MULHERES	62
Roger Rieger, Luis Carlos Barbosa, Jeremias Henrique Koppe, Carlos Leandro Tiggemann	
IMPORTÂNCIA DA PROXIMIDADE DA FAMÍLIA NA FORMAÇÃO ESPORTIVA DE JOVENS ATLETAS NA PERSPECTIVA DA QUALIDADE DE VIDA	63
Bárbara Schinader, Rodrigo Lara Rother	
PROJETO DE PESQUISA: ASSOCIAÇÃO DOS NÍVEIS DE MASSA MUSCULAR COM A CAPACIDADE FUNCIONAL DE MULHERES IDOSAS	64
Daniela Beatriz da Silva, Augusto Brugnera, Carlos Leandro Tiggemann	
A INFLUÊNCIA DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NO EQUILÍBRIOS EM IDOSAS	65
Fabian Arruda Barbosa, Bruno De Maman, Daniela Beatriz da Silva, Augusto Brugnera, Rômulo Augusto Scherer, Carlos Leandro Tiggemann	
ALTERAÇÕES FISIOLÓGICAS E OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA EM DEPRESSIVOS	66
Roger Rieger, Bruna Schlabitz Battisti, Leonardo de Ross Rosa	
ALTURA DO SALTO E O TEMPO DE VOO PARA A REALIZAÇÃO DE UM ELEMENTO ACROBÁTICO DA EQUIPE DE GINÁSTICA DE TRAMPOLIM	67
Cristian Finger, Alexandre Possamai, Marcos M. Otsuka, Carlos L. Tiggemann	
ANÁLISE DE DESENVOLVIMENTO MOTOR ATRAVÉS DO TGMD-2 EM CRIANÇAS DE 9 E 10 ANOS DE IDADE.....	68
Aline Dorr Schulze, Fernanda Bersch, Rafaela Alcará, Leonardo De Ross Rosa	
COMPARAÇÃO DA CORRIDA EM ESTEIRA E PISTA: REVISÃO NA LITERATURA.....	69
Jéssica Luana Dornelles da Costa, Bruna Schlabitz Battisti, Carlos Leandro Tiggemann	
CORRELAÇÃO ENTRE OS TESTES DE FORÇA MÁXIMA AVALIADO E ESTIMADO EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS	70
Daiana Schmitz, Graziele Cossul, Jóice Sanini da Silva, Carlos Leandro Tiggemann	
ESCALA DE PERCEPÇÃO DE ESFORÇO DE BORG: PERFIL DE PRATICANTES DE NATAÇÃO NÃO ATLETAS.....	71
Nadine Sulzbach, Ioná Carreno	
INFLUÊNCIA DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE MULHERES IDOSAS	72
Bruno De Maman, Augusto Brugnera, Daniela Beatriz da Silva, Fabian Arruda Barbosa, Rômulo Augusto Scherer, Carlos Leandro Tiggemann	
MODELO DE PERIODIZAÇÃO ESPORTIVA “ATR” E SEUS RESULTADOS SOBRE A PREPARAÇÃO FÍSICA	73
Alexandre Joanella, Rodrigo Lara Rother	
RELAÇÃO ENTRE MASSA CORPORAL E FORÇA MÁXIMA EM INDIVÍDUOS NÃO TREINADOS EM DIFERENTES EXERCÍCIOS	74
Alana Bruxel, Carina de Almeida Miguel, Letícia R. de Quadros, Michele Sehn, Nadine Sulzbach, Carlos Leandro Tiggemann	
RELAÇÃO ENTRE MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS E FORÇA MÁXIMA EM DIFERENTES EXERCÍCIOS	75
Daniela Beatriz da Silva, Daiane Ghiggi, Carlos Leandro Tiggemann	
TREINO DE FORÇA PARA CARDIOPATA	76
Letícia Beatriz Birck, Rodrigo L. Rother	
VALIDADE E REPRODUTIBILIDADE ENTRE OS TESTES DE EQUILÍBRIOS EM MULHERES IDOSAS: PROJETO DE PESQUISA.....	77
Augusto Brugnera, Bruno de Maman, Daniela Beatriz da Silva, Rômulo Augusto Scherer, Carlos Leandro Tiggemann	

ESCOLA

A EXPERIÊNCIA DOCENTE NO ENSINO DA DANÇA, DA CAPOEIRA E DO ESPORTE ADAPTADO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Amanda Bergonci¹, Leonice Marinês Nieland², Derli Juliano Neuenfeldt³

Resumo: A Educação Física escolar é uma disciplina na qual os alunos devem ter a possibilidade de aprender e vivenciar diferentes práticas corporais. No entanto, isso nem sempre ocorre. Dessa forma, em nosso estágio, ao se pensar a proposta pedagógica optamos por diversificar os conteúdos. **Objetivo:** O presente trabalho apresenta o ensino da diversidade dos conteúdos nas aulas de Educação Física escolar abordando a experiência do ensino da Dança, da Capoeira e do Esporte Adaptado. **Procedimentos Metodológicos:** as aulas foram ministradas no Estágio Supervisionado II, Anos Finais do Ensino Fundamental, do curso de Educação Física – licenciatura do Centro Universitário UNIVATES. As aulas forma ministradas em uma Escola Estadual de Ensino Médio do Vale do Taquari/RS/BRA, com as turmas 71, 72 e 73 do 7º ano. As aulas foram pensadas após ter sido feito um questionário com os alunos para verificar o interesse deles referente a novas aprendizagens. **Resultados:** A partir das aulas possibilitou-se aos alunos vivenciar a dança como aquisição e aprimoramento das habilidades básicas, das potencialidades expressivas humanas, favorecendo a criatividade e a socialização entre gêneros. A partir da Capoeira, os alunos conheceram fatos histórico-políticos, que os negros foram oprimidos e fizeram uso dela em busca de sua liberdade. Além disso, a Capoeira desenvolveu os aspectos cognitivos, psicomotores e afetivos, aprimorando movimentos e a expressão corporal. O Esporte Adaptado fez os alunos refletirem sobre o dia a dia de uma pessoa com deficiência, suas limitações e por meio das mesmas as suas superações diárias. Ainda, foi possível mostrar que pelo esporte, aspectos psicológicos como a autoconfiança e a autoestima ajudam a alcançar objetivos frente às dificuldades. As aulas com Esporte Adaptado mostraram o sentimento das pessoas frente à deficiência, entre eles o pré-julgamento, oportunizando os alunos a experimentarem, a conhecer um novo movimento, colocarem-se no lugar do outro, conhecer as limitações, capacidades do outro e de nós mesmos. **Considerações Finais:** Possibilitar na escola vivências diversificadas em relação aos conteúdos da Educação Física, demonstrar que cada pessoa é diferente, culturalmente, em relação aos gêneros, aos gostos, diversificar é uma forma de contemplar a individualidade, mas também de colocar o aluno frente ao diferente. Portanto, oferecer novas possibilidades de movimento é essencial, assim como é substancial formar para novas experiências para a educação para a inclusão e respeito às diferenças.

Palavras-chave: Experimentar. Diversificar. Cultura. Escola. Educação Física.

1 Acadêmica do Curso de Educação Física - Licenciatura, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física Licenciatura, amandabergonci@gmail.com

2 Acadêmica do Curso de Educação Física - Licenciatura, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física Licenciatura, lenieland9@gmail.com.

3 Mestrado, Centro Universitário UNIVATES, derlijul@univates.br.

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E MEIO AMBIENTE: UM ESTUDO EM ESCOLAS DO CAMPO DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DE TEUTÔNIA/RS/BRA

Istefan Diehl¹, Derli Juliano Neuenfeldt²

Resumo: Com a atual crise ambiental que vivemos, encontrar formas de minimizar os danos causados pela homem e formas de recuperar nosso ecossistema está se mostrando uma das maiores preocupações do século XXI. Neste aspecto, a educação é uma ferramenta de conscientização e transformação de pensamentos e ações advindos de uma cultura predatória do meio ambiente. Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) dizem que o tema meio ambiente deve ser abordado nas aulas de Educação Física como tema transversal. Porém, para que isso ocorra, é fundamental uma formação inicial e continuada destes professores que contemple esse tema. **Objetivos:** Este estudo visou a identificar e analisar como professores de Educação Física de escolas do campo da rede de ensino Municipal de Teutônia/RS/BRA estão tratando o tema meio ambiente em suas aulas. Além disso, se investigou a formação inicial e continuada destes professores no que diz respeito ao tema meio ambiente. **Procedimentos metodológicos:** Esta pesquisa se caracteriza como qualitativa. Para a coleta de dados foram entrevistados três professores que atuam em oito escolas do campo de Teutônia. A entrevista, de caráter qualitativa e semiestruturada, foi constituída por oito perguntas abertas e flexíveis. Os dados coletados foram confrontados entre si e entre o que a literatura traz sobre a temática do meio ambiente nas aulas de Educação Física, focalizando em escolas da zona rural de Teutônia. **Resultados:** Constatou-se que os professores que participaram do estudo tratam o local onde a prática é feita como abordagem do tema meio ambiente e não a discussão do tema em si, pois não tiveram nenhuma preparação específica sobre o tema para que pudessem desenvolver o assunto plenamente. **Considerações finais:** Ficou evidente a necessidade de uma formação mais ampla destes profissionais no que diz respeito à temática da pesquisa, uma vez que todos relataram não ter uma formação apropriada em suas graduações para trabalhar o meio ambiente nas aulas de Educação Física. Porém, também, pode-se notar que, devido à proximidade destas escolas com a natureza, todos os professores trabalham o tema meio ambiente nas aulas de Educação Física, mesmo que de forma indireta e não sistematizada. Dessa forma, eles demonstram sensibilidade para aproveitar oportunidades do cotidiano destes alunos para disseminar ações de Educação Ambiental.

Palavras-chave: Meio ambiente. Educação Física. Temas transversais. Formação de professores. Escolas do campo.

¹ Acadêmico do curso de Educação Física Licenciatura, Univates, Educação Física Licenciatura, idiehl1@univates.br.

² Doutorando do Programa de Pós-Graduação em Ambiente e Desenvolvimento, Univates, Educação Física Licenciatura, derlijul@univates.br.

O APROFUNDAMENTO DO CONHECIMENTO NA EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO MÉDIO: ESTUDO EM UMA ESCOLA DA REDE ESTADUAL DE ENSINO DO RS

Iara Regina Gräbin¹, Silvane Fenstersseifer Isse²

Resumo: Segundo a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional 9.394/96, o Ensino Médio é a etapa da Educação Básica em que deve ocorrer o aprofundamento dos conhecimentos construídos no Ensino Fundamental, o que tem se constituído num grande desafio para o campo da Educação Física, já que é bastante comum que o Ensino Médio se constitua numa mera repetição de conteúdos já tratados no Ensino Fundamental. Dessa forma, o **objetivo** desse estudo, que se encontra na fase final de elaboração do projeto, será compreender como os professores de Educação Física aprofundam os conteúdos da Educação Física no Ensino Médio, conforme prevê a legislação de ensino brasileira. A pesquisa, de caráter qualitativo, será realizada em uma escola da rede estadual de ensino do município de Teutônia/RS. Os **procedimentos metodológicos** serão as entrevistas semiestruturadas, com questões abertas, as quais serão realizadas com os professores de Educação Física atuantes no Ensino Médio da escola investigada. Será realizada, também, a análise do Projeto Político-Pedagógico da escola e do Plano de Estudos da disciplina de Educação Física. Além disso, serão realizadas observações das aulas dos professores investigados, as quais serão registradas em diário de campo. Após a coleta de dados será realizada a análise das informações. **Espera-se** que os **resultados** da pesquisa contribuam para a compreensão acerca do aprofundamento do conhecimento na Educação Física escolar, dando visibilidade à relevância desse debate. Além disso, espera-se que o estudo contribua para que os professores entrevistados possam refletir sobre a sua atuação na Educação Física no Ensino Médio.

Palavras-chave: Educação Física. Ensino Médio. Conhecimento. Aprofundamento.

¹ Acadêmica do curso de Educação Física, Licenciatura; Centro Universitário UNIVATES; irgrabin@univates.br.

² Docente do curso de Educação Física, Licenciatura; Centro Universitário UNIVATES; silvane@univates.br.

SIGNIFICADO DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA ALUNOS DO ENSINO MÉDIO EM UMA ESCOLA DA REDE PRIVADA DE TEUTÔNIA

Iara Regina Gräbin¹, Clairton Wachholz²

Resumo: Durante a realização do estágio III- Licenciatura Ensino Médio, observei a falta de interesse de alguns alunos, provocando uma certa resistência para a realização das atividades durante as aulas, provocando em alguns momentos dificuldades em ministrar as aulas. O problema do estudo é qual o significado que os alunos atribuem às aulas de educação Física? Os **objetivos** do estudo são: analisar as aulas de educação física no ensino médio, compreender os significados atribuídos as aulas e investigar quais as possíveis causas da falta de interesse em participar das aulas de educação física. Para esse trabalho foi necessário utilizar os **procedimentos metodológicos** em que primeiramente ocorreu a análise das aulas de educação física, por meio da observação dos alunos durante a aula e também do registro do diário de campo. E posteriormente para investigar a falta de interesse dos alunos, foi entregue um questionário, de caráter qualitativo, para que cada aluno respondesse individualmente. Dessa forma, os **resultados** encontrados demonstraram que os alunos participam das aulas de educação física com certa resistência, principalmente quando se trata de aulas mais desportivas. Assim com um interesse maior nas aulas com conteúdos não voltados ao desporto. E conforme algumas respostas do questionário, alguns alunos consideraram que a educação física fará diferença para vida deles, para sair do sedentarismo, ou então como forma de manter saúde física e mental. Por isso, pode-se **concluir** que os alunos compreendem o significado das aulas de educação física, entendem qual a finalidade dessa disciplina, demonstrando interesse em conteúdos que não são somente os conteúdos desportivos. E em relação a resistência na participação das aulas de educação física, notou-se que era uma resistência devido à frequência que o conteúdo acabava sendo desenvolvido nas aulas, sendo principalmente quando tratava-se de conteúdos desportivos.

Palavras-chave: Educação Física. Ensino Médio. Significado.

¹ Acadêmica do curso de Educação Física, Licenciatura; Centro Universitário UNIVATES; irgrabin@univates.br.

² Docente do curso de Educação Física, Licenciatura; Centro Universitário UNIVATES. xis@univates.br.

AVALIAÇÃO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM ESTUDO COM PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

Moriane Alessi De Paula¹, Silvane Fensterseifer Isse²

Contextualização: Atualmente, a avaliação da aprendizagem tem sido um grande desafio para os professores de Educação Física. Há uma grande discussão sobre os sistemas de avaliação instituídos nas bases da educação brasileira. A avaliação em Educação Física escolar tem perdido uma função importante, que é o ensino e a aprendizagem como elementos do projeto pedagógico. **Objetivos:** este estudo buscou compreender os critérios de avaliação adotados por professores de Educação Física de um município da Serra Gaúcha e compreender o entendimento dos professores participantes do estudo sobre avaliação escolar. **Procedimentos metodológicos:** A pesquisa foi realizada com quatro professores de Educação Física, atuantes no Ensino Fundamental e Médio, de duas escolas, das redes estadual e municipal de um município da Serra Gaúcha. A metodologia de pesquisa utilizada neste trabalho foi de cunho qualitativo. Para a coleta das informações, foram utilizadas análise dos Projetos Político-Pedagógicos das escolas participantes e entrevistas semiestruturadas, com questões abertas, com os professores de Educação Física. **Resultados:** Os docentes acreditam que o ato de avaliar um educando por nota seria o ideal, já que eles buscam conhecimento. Nesse sentido, avaliar por conceito acaba não sendo o ideal para a maioria dos professores, pois eles relatam que o aluno não se esforça tanto como deveria e a avaliação é restrita a comportamento, participação, pontualidade, vestimentas adequadas, respeito, provas práticas e teóricas e exames. **Considerações finais.** A avaliação é de extrema importância no processo de ensino-aprendizagem. É nela que o professor busca verificar o conhecimento adquirido pelo aluno, o qual será traduzido em nota ou conceito.

Palavras-chave: Avaliação. Educação Física. Docentes.

¹ Acadêmica do curso de Educação Física, Licenciatura; Centro Universitário UNIVATES; moriapaula90@gmail.com.

² Docente do curso de Educação Física, Licenciatura; Centro Universitário UNIVATES; silvane@univates.br.

CAPOEIRA NA EDUCAÇÃO INFANTIL, UM OLHAR FAMILIAR

Lucas Rufino Marmitt¹, Thales Santos de Mello², Leandro Oliveira Rocha³

Resumo: Este estudo foi elaborado na disciplina de Capoeira do Centro Universitário UNIVATES, durante o semestre 2016/B, e tematiza a capoeira na Educação Infantil. O tema do estudo emerge de alguns debates, onde foi discutido o caráter educativo da capoeira no âmbito escolar, somado ao fato de um dos autores desse texto desenvolver um projeto de capoeira na Educação Infantil, no município de Venâncio Aires/RS. Ao longo do projeto, desenvolvido a um ano com uma turma de dezoito crianças de ambos os sexos, de três anos de idade e com diferentes realidades sociais, foram coletados relatos dos pais das crianças sobre o que pensam do projeto capoeira e suas possíveis contribuições para o desenvolvimento psicomotor e relacional das crianças. Nesse sentido, o **objetivo** desse estudo é identificar e analisar esses relatos para compreender melhor a capoeira na Educação Infantil. **Metodologicamente**, foi lido o total de quinze relatos e identificadas categorias para análise. É importante salientar que os pais das crianças do projeto não acompanham as aulas de capoeira desenvolvidas na Escola Infantil e seus relatos são a partir do que observam em casa, nas atitudes diárias de seus filhos. Ao que tange a **resultados**, destacamos o modo como os pais reconhecem a importância de promover práticas diversificadas, como a capoeira, para crianças nesta fase da infância, uma vez que, para eles, é nesse momento que as crianças constroem as bases para o seu desenvolvimento motor e conhecimentos sobre a cultura. Outro ponto que chama atenção nos relatos dos pais é o modo como o projeto parece contribuir para desenvolver a autoconfiança e a criatividade das crianças, algo visível no modo como elas tentam realizar os movimentos da capoeira em casa, caem, levantam e tentam novamente, e frequentemente demonstrando estar se divertindo. **Conclusão:** destacamos o elemento que mais nos chamou atenção: o modo de como a capoeira modifica a interação familiar. Nesse caso, conforme os relatos, as crianças reproduzem em casa os gestos, os movimentos, as cantigas e as histórias da capoeira. Por vezes, elas ensinam os pais a “jogar” capoeira, algo que propiciou momentos lúdicos entre a família e, por isso, renovam-se os vínculos familiares a cada semana. Em vista disso, destacamos a riqueza do “mundo da capoeira” para a formação da criança, bem como para somar a interação no âmbito escolar e familiar.

Palavras-chave: Educação Física. Escola. Capoeira. Educação Infantil.

¹ Estudante, Univates, Educação Física Licenciatura, lucasrmitt2@gmail.com

² Estudante, Univates, Educação Física Bacharelado, galeto_mello111@hotmail.com

³ Mestre em Ciências do movimento Humano (UFRGS), Univates, Educação Física Licenciatura, leandro.rocha@univates.br.

EXPERIÊNCIA DOCENTE NA EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL: É POSSÍVEL FAZER DIFERENTE?

Josué Rauber¹, Vanessa Ahne², Leo Bettio³, Derli Juliano Neuenfeldt⁴

Resumo: O presente estudo consiste no relato de experiência docente do Estágio Supervisionado II – Anos Finais do Ensino Fundamental, realizado no segundo semestre de 2016. A prática docente foi desenvolvida em uma escola pública estadual de Ensino Médio localizada no município de Travesseiro/RS/BRA. A escola conta com o total de 124 alunos desde o 6º ano do Ensino Fundamental até o 3º ano do Ensino Médio. O grupo escolar é composto por 15 professores, sendo que um deles é o professor de Educação Física. A prática docente foi realizada no turno da manhã, com as turmas do 8º e 9º ano, sendo a turma do 8º ano composta por 19 alunos. Já a turma do 9º ano é composta por 17 alunos. As aulas foram desenvolvidas no salão, área verde e na quadra de esportes da Escola. A partir das observações realizadas no período 09/08 até 26/08 de 2016 percebemos que as aulas necessitavam de maior diversidade em relação aos conteúdos e, principalmente, à metodologia de ensino.

Objetivos: Este trabalho apresenta a docência desenvolvida no Estágio Supervisionado II – Anos Finais do Ensino Fundamental do Curso de Educação Física – Licenciatura da Univates. O estágio teve como objetivo geral ampliar e problematizar a cultura corporal de movimento dos alunos através da vivência de práticas diversificadas, fazendo com que superem suas dificuldades/limites e desenvolvam o espírito crítico, superativo e emancipatório em relação ao seu desenvolvimento integral. **Procedimentos metodológicos:** construímos a proposta pedagógica baseada na abordagem Crítico Emancipatória que busca uma ampla reflexão sobre os conteúdos, a fim de contextualizar as relações sociais envolvidas nas práticas corporais. Nesse caso, o caráter crítico pode ser entendido como a capacidade do aluno de problematizar e analisar as práticas corporais e tecer relações com as diferentes realidades do contexto escolar; cuja proposta permite mobilizar os alunos a participar de decisões durante as aulas, visando sua autonomia e a capacidade de decidir coletivamente (KUNZ, 1991). **Resultados:** destacamos a evolução da cultura corporal de movimento dos alunos e o envolvimento dos mesmos nas aulas, tornando-se protagonistas e o centro da relação ensino/aprendizagem. **Considerações finais:** constatamos que a teoria e a prática devem andar juntas, uma complementando a outra, pois assim as aprendizagens tornam-se mais significativas e os conteúdos devem ser passíveis de adaptações.

Palavras-chave: Estágio. Anos Finais do Ensino Fundamental. Abordagem crítica-emancipadora. Protagonismo discente.

REFERÊNCIAS:

KUNZ, Elenor. *Educação Física: ensino & mudanças*. Ijuí, Editora Unijuí, 1991.

1 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física - Licenciatura, *joso_rauber@hotmail.com*.

2 Acadêmica, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física - Licenciatura, *vahne@univates.br*.

3 Professor de Educação Física da Rede Estadual de ensino, *leoerickb@gmail.com*.

4 Mestre, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física - Licenciatura, *derlijul@universo.univates.br*.

EXPERIÊNCIAS DA PRÁTICA DOCENTE DO ESTÁGIO SUPERVISIONADO II – ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Jaqueleine Gusatto¹, Derli Juliano Neuenfeldt²

Resumo: Introdução: Realizei o Estágio Supervisionado II - Anos Finais do Ensino Fundamental com as turmas 62 e 63, dois 6º Anos de uma escola Municipal de Ensino Fundamental de Lajeado/RS, sendo que esse estágio faz parte do currículo do curso Educação Física – Licenciatura da Univates. Enquanto estagiária, busquei adquirir conhecimentos e experiência quanto à questão da prática docente. Os objetivos para os discentes elaborados a partir das 10 horas de contextualização da escola, que envolveu entrevistas com direção e professor de Educação Física e observação de aulas de Educação Física, foram: vivenciar atividades de iniciação esportiva para o desenvolvimento do aluno e, assim, realizar os fundamentos básicos do voleibol e basquetebol, cooperar e interagir com os colegas, manifestar atitudes de escuta e diálogo melhorando assim a participação e envolvimento nas aulas, desenvolver o gosto de práticas diferenciadas. **Objetivo:** Este trabalho visa a apresentar a experiência docente realizada no Estágio Supervisionado II. **Procedimentos metodológicos:** Optei por fundamentar as aulas de Educação Física na abordagem construtivista que tem como princípios: partir dos conhecimentos prévios dos alunos, a construção coletiva de conhecimentos e desenvolver a cooperação entre os alunos. Busquei estimular os alunos a participarem das aulas, dialogando, organizando atividades, posicionando-se frente aos colegas, apresentando novas ideias e colocações para a construção do conhecimento e resolução de problemas. Dessa forma, constrói-se conhecimento na relação aluno–professor onde as respostas aos problemas não são dadas de forma pronta e, sim, construídas em conjunto. Ministrei 40 horas aulas, no período de agosto a novembro de 2016. **Resultados:** Além do voleibol e do basquetebol, trabalhei a cooperação, atividades rítmicas e expressivas e o tema transversal meio ambiente. Conseguí atingir os objetivos desejados, principalmente avanços nas manifestações dos alunos de atitudes de escuta e diálogo melhorando assim a participação e envolvimento nas aulas. Isso se evidenciou principalmente com a turma 63, porém o mesmo aconteceu com a turma 62, respeitando as particularidades de cada turma. **Considerações finais:** Ao final do Estágio Supervisionado II – Anos Finais Ensino Fundamental, posso dizer que realmente houve uma troca de conhecimentos onde aprendi muito com os alunos e eles aprenderam comigo. Acredito que evolui muito em relação à prática docente do início ao fim, sinto-me mais segura e confiante para a docência após a experiência do estágio.

Palavras-chave: Estágio Supervisionado II. Abordagem construtivista. Participação.

POR QUE OS ALUNOS DA MODALIDADE EJA DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO MÉDIO REYNALDO AFFONSO AUGUSTIN DE TEUTÔNIA/RS PARTICIPAM DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA, SENDO SUA PRÁTICA FACULTATIVA AO ALUNO DE ACORDO COM A LEI N° 10.793, DE 1º.12.2003?

Rocheli Schuster¹, Lauro Inácio Ely²

Resumo: Este tema surgiu na disciplina do Estágio Supervisionado III – Ensino Médio do curso de Educação Física/Licenciatura – este que proporciona ao acadêmico uma experiência prévia de inserção no contexto escolar, que encontrará após a graduação. Para obtenção de aprovação na disciplina tem-se como tarefa final desenvolver um artigo sobre algum tema referente a acontecimentos durante o estágio e/ou algo que chamassem a atenção durante as aulas, utilizando para embasamento o diário de campo, que são as anotações importantes para a construção do artigo final. Como parte do Ensino Médio o estágio está sendo aplicado na modalidade EJA, **Educação de Jovens e Adultos** que é um programa de ensino criado pelo governo, que transcorre todos os níveis da Educação Básica do país. Essa modalidade é destinada a jovens e adultos que não deram continuidade em seus estudos e para aqueles que não tiveram o acesso ao Ensino Fundamental e/ou Médio na idade apropriada. **Objetivo:** a partir das aulas já vivenciadas, busca-se compreender porque os alunos da modalidade EJA participam ativamente das aulas de educação física se possuem a lei nº 10.793 que ocasiona a prática para alguns alunos como facultativa. **Procedimentos metodológicos:** A metodologia utilizada para alcançar os objetivos do estudo será descritiva e de corte qualitativo, utilizando como instrumento para coleta das informações um questionário aberto composto por cinco questões. Este questionário será aplicado em sala de aula para 68 alunos da modalidade EJA que participam do estágio. **Resultados Esperados:** Após concluir o presente trabalho, espera-se conseguir entender os principais motivos da participação nas aulas de Educação Física dos integrantes dessa amostra.

Palavras-chave: Educação Física. Escola Estadual. EJA Teutônia.

¹ Acadêmica do Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física, rochinhaschuster@hotmail.com.

² Professor do Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física, lauroely@brturbo.com.br.

QUALIDADE DE VIDA DE ESCOLARES PARTICIPANTES E NÃO PARTICIPANTES DE PROGRAMAS DE INICIAÇÃO ESPORTIVA

Tailine de Borba Zvirtes¹, Rodrigo Lara Rother²

Resumo: Levando-se em consideração que fatores de risco para doenças crônicas podem ter seu início na adolescência, esta fase da vida pode ser considerada como chave para intervenções e modificações de hábitos e comportamentos. Uma vida equilibrada entre distintos fatores como alimentação, relações interpessoais, ambiente e atividade física, pode promover não só a saúde como também a Qualidade de Vida (QV) destes adolescentes. Sabendo que a escola é o local onde passam uma grande parte do seu tempo diário, parece ser um local adequado para a promoção destes bons hábitos, principalmente, quanto à prática de atividades físicas e esportivas. **Objetivos:** Analisar as relações entre prática esportiva e QV, comparando a mesma entre participantes e não participantes dos programas de iniciação esportiva dentro das escolas do município promovidos pela Secretaria Municipal de Esporte e Lazer (SMEL) de Estrela/RS. **Procedimentos Metodológicos:** Participarão do estudo 60 escolares, de 14 a 16 anos, participantes e não participantes de programas de iniciação esportiva da SMEL, de três escolas do município. Estes serão divididos em três grupos, sendo G1 os que participam 1 ou 2 vezes por semana as atividades de iniciação esportiva; G2 os que participam três ou mais vezes; G3 os que não participam. Cada escolar responderá ao questionário WHOQOL-bref, que avalia os níveis de QV nas dimensões social, ambiental, física e psicológica. Os resultados obtidos serão agrupados conforme divisão da amostra, tabulados em planilha Excel e submetidos à análise estatística de média, desvio padrão e comparação entre grupos. **Resultados Esperados:** Espera-se com estes resultados obter mais informações que ampliem o conhecimento sobre o tema e permitam nortear novas ações que promovam a saúde e a QV dentro da escola, valorizando a importância da prática esportiva como promotora efetiva destes dois aspectos.

Palavras-chave: Esporte na escola. Programas de Iniciação Esportiva. Qualidade de Vida.

¹ Acadêmica, Univates, Educação Física - Licenciatura, tailine.zvirtes@universo.univates.br

² Doutorando em Ambiente e Desenvolvimento, Univates, rodrigorother@univates.br.

UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO SUPERVISIONADO II - ANOS FINAIS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Tailine de Borba Zvirtes¹, Maiara Gross², Derli Juliano Neuenfeldt³

Resumo: O Estágio Supervisionado II – Anos Finais do Ensino Fundamental, faz parte do currículo do curso de Educação Física – Licenciatura do Centro Universitário UNIVATES. Ele foi desenvolvido no segundo semestre de 2016. As atividades foram realizadas com as turmas 6º, 8º e 9º ano do Ensino Fundamental, sendo no total onze aulas com cada turma.

Objetivos: este trabalho apresenta a experiência docente do Estágio Supervisionado II, Anos Finais, realizado em uma escola estadual do Vale do Taquari/R/BRA. Os objetivos do estágio para os alunos foram: desenvolver fundamentos de iniciação esportiva das modalidades vôlei, basquete, handebol e proporcionar experiências corporais múltiplas que venham a contribuir no desenvolvimento do aluno e, para as estagiárias, vivenciar a realidade do ambiente escolar.

Procedimentos Metodológicos: Utilizou-se a abordagem crítico-emancipatório que trabalha com os alunos as competências objetiva, social e comunicativa. As aulas foram mistas com a realização de reflexões e trabalhos em grupos. As aulas iniciavam com uma breve explicação da atividade planejada, seguida de demonstração de como seria realizada e, após, aplicada durante os encontros. No final de cada aula haverá um momento de conversas entre os alunos e os professores, momento esse para ouvir colocações e opiniões dos alunos, procurando sempre estimular a fala, o pensamento e a criatividade nesse momento. **Resultados:** A participação foi efetiva, os alunos demonstraram determinação e motivação na realização dos exercícios. Não podemos dizer que eles adquiriram maior habilidade nas práticas pois faltou se apropriarem mais das regras e fundamentos com mais precisão de movimentos, o que poderá ser sanado com mais estímulos. Porém, foi visível a aquisição do gosto pelas atividades. Conseguiram desenvolver os jogos de forma fluída. Para a formação docente a experiência com essas turmas fez refletir que a postura do professor deve ser diferenciada. A forma de falar com as novas gerações deve ser em tonalidade baixa, com postura firme, mas sem ser autoritário. **Conclusão:** Por fim, apontamos a necessidade de estudos, utilização de mídias para que o professor se aproprie de novos conhecimentos e metodologias de trabalho. É importante ressaltar que para a formação docente essa experiência nos desenvolveu a autonomia e a capacidade de criar.

Palavras-chave: Educação Física Escolar. Anos Finais do Ensino Fundamental. Experiências Corporais. Estágio.

¹ Acadêmica, Univates, Educação Física - Licenciatura, tailine.zvirtes@universo.univates.br.

² Acadêmica, Univates, Educação Física – Licenciatura, mayara_gross@hotmail.com.

³ Mestrando, Univates, Educação Física – Licenciatura, derlijul@univates.br.

ESTUDOS SOCIOCULTURAIS DO MOVIMENTO

ANÁLISE DE UM GRUPO ESPORTIVO DE CORRIDA: BENEFÍCIOS, DIFICULDADES E A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA

Anderson Caraballo Yate¹, Anderson Lucas Nierich², Claiton Luiz Castro Crovatto Junior³, Jéferson da Luz Markus⁴, Derli Juliano Neuenfeldt⁵

Resumo: A Corrida de Rua é uma atividade aeróbica, de manutenção da saúde e pode ser praticada ao ar livre. É uma modalidade esportiva pouco praticada no Brasil comparando-a com futebol e o voleibol. **Objetivo:** Este estudo buscou compreender quais são os benefícios da prática da Corrida de Rua para os praticantes, analisando os significados, a sua importância e dificuldades para a sua realização. **Metodologia:** participaram da pesquisa três pessoas que participam de Corrida de Rua, integrantes de um grupo de corrida localizado em um município do Vale do Taquari/RS/BRA. Os encontros do grupo ocorrem duas vezes por semana, no turno da noite, sendo que o grupo é composto pelo gênero masculino e feminino. A coleta de dados ocorreu por meio de entrevistas, realizadas nas residências dos participantes, em horário marcado, para não atrapalhar nas atividades ou compromissos deles. A entrevista foi composta por oito questões, que abordam os dados de identificação de cada indivíduo, qual foi a origem do grupo, desde quando participa, os benefícios e dificuldades encontradas com a prática da corrida, a importância desta prática, entre outras questões. Ao analisarmos as entrevistas, pode-se constatar que o grupo já existe a mais de três anos, iniciando-se a partir de um grupo de amigos. **Resultados:** Esta pesquisa demonstrou que o benefício da prática da Corrida de Rua ao ar livre está aumentando o número de integrantes, demonstrando um crescimento de pessoas de ambos os sexos e de diferentes idades para praticar a Corrida de Rua. Em razão da Corrida de Rua ser de fácil acesso e de baixo custo, facilita ter mais praticantes. O número de desistências é baixo devido à companhia dos integrantes do grupo onde cada um acaba motivando o outro a seguir em frente e alcançar seus objetivos, porém a falta de apoio do município para desenvolver um projeto social voltado ao lazer e rendimento, dificulta a prática. **Conclusão:** Pode-se concluir que o esporte vai muito além da prática de algum exercício físico, pois proporciona momentos de socialização, conhecimento, cooperação e trabalho em equipe. A Corrida de Rua apresenta-se como uma possibilidade que já se tornou algo presente na rotina de cada indivíduo, pois ao estar nesse espaço, sente-se bem, alegre e faz algo que lhe proporciona diversos benefícios.

Palavras-chaves: Corrida de Rua. Benefícios. Dificuldades. Motivação. Qualidade de vida.

1 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física - Licenciatura, zamael@hotmail.com

2 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física – Licenciatura, andi.nierich@gmail.com

3 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física – Licenciatura, claitonjr@yahoo.com.br

4 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física - Licenciatura, jeferson.markus@hotmail.com

5 Mestrado, Univates, Curso de Educação Física – Licenciatura, derlijul@univates.br

BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DE DANÇA A PRATICANTES DE UMA CIDADE DO VALE DO TAQUARI/RS/BRA

Bárbara Stédile¹, Bibiana Nicolini², Gricielle Gheno dos Santos³, Rafaela Taborda⁴, Derli Juliano Neuenfeldt⁵

Resumo: A dança é uma arte que expressa a sensibilidade por movimentos corporais. No decorrer da história passou por modificações, vindo a ter diferentes significados, ou seja, pode tanto ser uma forma de atividade física que os indivíduos se utilizam por prazer ou performance, como forma de expressão artística. Além de proporcionar diversos benefícios para o corpo, tais como melhor elasticidade muscular, diminui riscos de doenças cardiovasculares, a dança também combate o estresse, diminuindo a tensão e relaxando a musculatura, controla a ansiedade, estimula a concentração, melhora a comunicação, aumenta a autoestima e traz aos praticantes mais disposição para o dia a dia. **Objetivos:** Este trabalho propõe-se a mostrar os benefícios da dança para os indivíduos que a praticam. **Procedimentos Metodológicos:** Foi elaborado um questionário que busca verificar dados como idade, quantas vezes por semana pratica a dança, se realiza mais algum exercício e quais os benefícios que a dança lhe proporciona, realizado com dez praticantes de dança, todas mulheres, de uma cidade do Vale do Taquari/RS/BRA. Ademais, foram realizados estudos bibliográficos que possuem relação com a temática central do trabalho. **Resultados:** As entrevistadas possuem idade média de 32,8 anos. Em relação aos benefícios que a dança proporciona 90% afirmou praticar a dança pela melhoria na qualidade de vida, 60% por apreciar a prática, 40% busca perder peso e 30% pelas contribuições na estética. Das dez entrevistadas, cinco delas praticam a dança duas vezes por semana, duas praticam uma vez por semana e três praticam três vezes ou mais. Além da dança, 80% das entrevistadas praticam a musculação, 40% realizam caminhadas e 40% praticam esportes como vôlei, ciclismo, natação e muay thai. As entrevistadas relataram que a partir da dança observaram melhorias de humor e autoestima, além de terem mais disposição e melhor coordenação motora, aumento de resistência e sensação de bem-estar. **Conclusão:** conclui-se que a dança traz benefícios significativos tanto fisicamente quanto mentalmente, tornando-se um importante aliado para aqueles que buscam uma atividade diferenciada e prazerosa para sair do sedentarismo e melhorar sua qualidade de vida.

Palavras-chave: Dança. Qualidade de vida. Saúde.

1 Acadêmica do curso de Educação Física bacharelado, Univates, barbarastedile@yahoo.com.br.

2 Acadêmica do curso de Educação Física licenciatura, Univates, bibibetnicolini@gmail.com.

3 Acadêmica do curso de Educação Física bacharelado, Univates, ggdsantos1@universo.univates.br.

4 Acadêmica do curso de Educação Física bacharelado, Univates, rafaela.taborda@univates.br.

5 Professor dos Cursos de Educação Física – Licenciatura e Bacharelado, Univates, derlijul@univates.br

ESTRUTURA E ORGANIZAÇÃO DE UMA EQUIPE DE FUTEBOL DE VETERANOS DO VALE DO TAQUARI

Anderson Lucas Nierich¹, Douglas Rodrigues Allebrandt², Luisa Marina Borsato³, Ricardo Henrique Maria da Silva⁴, Vitória Lenhard⁵, Zalmiro de Araújo Ramos Jr⁶, Derli Juliano Neuenfeldt⁷

Resumo: O presente trabalho foi realizado em um clube de futebol amador do Vale do Taquari/RS/BRA no qual ocorrem práticas de futebol em competições com veteranos. O clube tem o trabalho com futebol para veteranos como principal foco. **Objetivo:** Pesquisar como funciona a seleção de atletas em uma equipe de veteranos e como é o funcionamento do clube nos quesitos financeiro e administrativo. **Procedimentos Metodológicos:** O estudo se classifica como descritivo e qualitativo. A pesquisa, ocorreu no segundo semestre de 2016, foi realizada por estudantes do curso de Educação Física - Licenciatura e Bacharelado. A coleta de dados ocorreu por meio de um questionário com questões abertas realizada com o presidente de um clube de futebol amador do Vale do Taquari/RS/BRA. As perguntas foram organizadas a fim de abranger todos os objetivos traçados previamente, atingindo assim aos resultados esperados. **Resultados:** Constatou-se que a equipe possui uma estrutura muito boa para a prática do esporte, contendo em sua sede um campo cercado, vestiários para equipe mandante, visitante e árbitros, todos bem equipados com chuveiros, vasos e pias. Ao lado do campo, há uma arquibancada coberta para cerca de quinhentas pessoas. É de cuidado do clube também um salão para festas, de onde provém parte dos recursos utilizados pela equipe. Nesse salão há uma quadra para prática do futsal, copa, banheiros e palco para shows e cozinha, sendo que, em dias de jogos da equipe, é nesse local que são preparados os lanches, almoços ou jantas. O clube se organiza através de parceiros e dos próprios atletas da equipe, que contribuem com um valor mensal, que faz com que as despesas sejam pagas. A seleção de atletas ocorre por afinidades ou indicação de pessoas próximas ao clube. É importante salientar a doação das pessoas responsáveis pela direção do clube, pois diariamente trabalham para manter o clube e, assim, fazer com que a comunidade possa desfrutar do mesmo. **Considerações Finais:** Concluímos que, através dos resultados obtidos na pesquisa, podemos perceber o quanto difícil é manter uma equipe de futebol amadora, e que se deve ter sempre responsáveis capacitados a fazer a parte administrativa.

Palavras-chave: Futebol. Veteranos. Lazer. Educação Física. Equipe.

¹ Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física - Licenciatura, andi.nierich@gmail.com

² Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física - Licenciatura, douglasallebrandt@outlook.com

³ Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física - Bacharelado, luisamarina10@hotmail.com

⁴ Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física-Licenciatura, ricardohmaria@gmail.com

⁵ Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física - Licenciatura, vy.lenhard@gmail.com

⁶ Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física - Bacharelado, zalmiroramos@outlook.com

⁷ Mestrado, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física- Licenciatura, derlijul@univates.br

IMPLICAÇÕES DA PRÁTICA DO VOLEIBOL ESCOLAR NOS HÁBITOS ESPORTIVOS NA IDADE ADULTA

Gustavo Eugênio Koerbes¹, Rodrigo L. Rother²

Resumo: O voleibol é um dos esportes mais praticados no Brasil, sobretudo por crianças e adolescentes em idade escolar. Sabe-se que os hábitos adquiridos nestas idades refletem no comportamento apresentado quando adultos. Sendo a escola um local que potencializa hábitos para toda a vida, promotora da prática de atividades física e esporte. **Objetivo:** Relacionar a manifestação esportiva do voleibol praticado na escola e as implicações nos hábitos esportivos adotados na idade adulta. **Procedimentos e Métodos:** Foram entrevistados trinta adultos, com idades variando entre 18 e 30 anos, que tiveram contato com o voleibol na escola, seja na Educação Física ou em treinamento de equipes escolares. Estes adultos foram divididos em três grupos de acordo com seu hábito atua, ou seja, que hoje o praticam em suas manifestações de lazer, de rendimento ou que não o praticam. Os participantes foram entrevistados com seis questões abertas, elaboradas pelo pesquisador, tendo suas respostas classificadas e categorizadas segundo análise de seu conteúdo proposto por Minayo (2007). **Resultados:** Foram encontradas diferentes respostas nos grupos estudados, evidenciando que a prática esportiva na escola depende muito do significado que cada aluno dá para ele. Ainda assim, alguns padrões foram percebidos, como no grupo dos adultos que hoje não praticam voleibol, onde a maioria destes afirmou ter presenciado uma falta de estímulos na escola, com professores pouco interessados e que isso interferiu negativamente para que não mantivessem e/ou optassem por esta prática na idade adulta. Já no grupo que hoje pratica voleibol de rendimento, grande parte dos relatos foram no sentido de a escola ter tido total influência no tipo de prática realizada atualmente, mas vinculando às experiências que tiveram em horários extraclasses, em treinamentos da modalidade para compor equipes que representariam a escola em eventos e atribuíram isso a presença de bons professores. Quanto aos que praticam voleibol por lazer, foi onde surgiram as mais variadas respostas, como por incentivo de amigos, falta de outra opção de lazer ou opção para manutenção da saúde. **Conclusão:** As experiências vividas na escola têm influência na escolha da prática do voleibol na idade adulta, seja por boas ou más experiências vividas. A qualidade e o interesse do professor em ensinar a modalidade é citado como fator determinante para criação do gosto pelo voleibol na escola. A prática por lazer na idade adulta é vinculada muito mais a relações sociais e incentivo de amigos do que a qualquer experiência vivida na escola.

Palavras-chave: Esporte escolar. Voleibol. Hábitos saudáveis.

REFERÊNCIAS

MINAYO; M.C.S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** 10º edição. São Paulo. 2007.

¹ Acadêmico, Univates, Educação Física - Licenciatura, gkoerbes@universo.univates.br.

² Doutorando em Ambiente e Desenvolvimento, Docente curso Educação Física, Univates, rodrigorother@univates.br.

O ESPORTE NO AUXÍLIO DO DESENVOLVIMENTO EDUCACIONAL DE CRIANÇAS QUE FREQUENTAM O SESI

Letícia Cardoso da Silva, Marcelo Magon Weizenmann, Rafael Cole, Rafael Gallon, Rafaela Chitolina Taborda, Samantha SchneiderTrindade, Derli Juliano Neuenfeldt

Resumo: O esporte e o lazer são fatores de desenvolvimento humano porque contribuem na formação integral das pessoas e na melhoria da qualidade de vida. A partir disso, o presente trabalho foi desenvolvido no SESI (Serviço Social da Indústria), que tem por objetivo promover a qualidade de vida do trabalhador, tanto em casa como no seu local de trabalho. Ele proporciona inúmeros serviços além de diversos eventos, atividades de lazer e entretenimento. Entre as oficinas oferecidas no RS temos: teatro, dança, música, língua estrangeira, artes plásticas, informática educativa, culinária e diferentes modalidades esportivas. O SESI oferece diariamente alimentação balanceada com acompanhamento nutricional às crianças que o frequentam. Um programa desenvolvido pelo SESI é o Atleta do Futuro, o qual oferece diversos benefícios, desde o estímulo à prática de atividades físicas até a promoção de valores ligados ao esporte e de formação pessoal, também propicia a prática esportiva em suas diversas formas de manifestação tendo como finalidade a criação da cultura e do hábito esportivo, promovendo desenvolvimento físico, pessoal e social dos participantes. **Objetivos:** apresentar e descrever o que é o SESI, destacando como o esporte desenvolvido pela instituição tem ajudado as crianças no seu desenvolvimento. **Procedimentos Metodológicos:** O trabalho foi realizado no SESI, no município de Guaporé – RS/BRA. Foram realizadas duas entrevistas com as colaboradoras do mesmo. A primeira entrevista foi com uma estagiária, formada em Educação Física licenciatura e que atualmente está finalizando o curso de Educação Física bacharelado. A segunda entrevista foi com a analista de lazer, formada em licenciatura plena. **Resultados:** A primeira entrevistada está estagiando na Educação Infantojuvenil e desenvolve atividades voltadas ao esporte, tais como: basquete, handebol, vôlei, salto em altura, salto com obstáculos, além de atividades lúdicas e recreativas. A segunda entrevistada, analista de lazer, traz que muitas crianças que frequentam o SESI são de classe baixa, que possuem problemas familiares, refletindo nas suas atitudes. As atividades propostas como brincadeiras e atividades esportivas fazem as crianças esquecer dos problemas cotidianos e interagir com os colegas e professores. **Considerações Finais:** a atuação dos profissionais de Educação Física é de extrema importância na área da educação, lazer e saúde. Promovem aos seus alunos bem estar, bem como incentivo à práticas esportivas, promovendo oportunidades educativas a todas as crianças, inclusive as que não possuem uma renda favorável. A disponibilidade do SESI em atendê-las é muito importante, favorecendo no crescimento pessoal e no amadurecimento das mesmas.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Esporte. Saúde. SESI.

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO NA EDUCAÇÃO FÍSICA – LICENCIATURA: SOBRE O QUE PESQUISAR?

Francis T. S. Lopes¹, Derli Juliano Neuenfeldt²

Resumo: O conhecimento científico se faz presente nos programas de pós-graduação, nos projetos de pesquisa, mas, também nos cursos de graduação que, na sua maioria, solicitam ao graduando a elaboração de um projeto de pesquisa e sua efetivação como condição para a conclusão do curso, conhecido como Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Ele tem extrema importância para o processo de iniciação científica e explora um assunto único que visa aprofundar conhecimentos e contribuir no crescimento e desenvolvimento da sua carreira. É um instrumento de avaliação final de um curso superior. É elaborado em forma de artigo ou monografia, visando à iniciação e envolvimento dos alunos de graduação no campo de pesquisa científica. **Objetivo:** Esta pesquisa teve por objetivo identificar e analisar quais fatores influenciam os alunos do curso de Educação Física - licenciatura na definição da escolha do tema de estudo do seu Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). **Metodologia:** Esta pesquisa caracteriza-se como descritiva, de cunho qualitativo. As informações foram coletadas mediante a realização de 12 questionários com acadêmicos do curso de Educação Física – Licenciatura, todos matriculados no semestre 2016B, na disciplina de Estudos Dirigidos para Conclusão de Curso e no Trabalho de Conclusão de Curso, perfazendo um total de 38 acadêmicos. **Resultados:** Os acadêmicos fazem a escolha do tema baseado na sua história de vida, identificação com o assunto e também por futuramente utilizar o conhecimento adquirido com a pesquisa. Constataram-se alguns pontos negativos referentes ao TCC: a) alguns acadêmicos acreditam que o TCC é desnecessário e b) dificuldade de conseguir fazer uma ligação da iniciação à pesquisa com as disciplinas do Curso. **Considerações finais:** Conclui-se que há necessidade de aprofundar a compreensão da iniciação à pesquisa com os estudantes do curso de Educação Física - Licenciatura.

Palavras-chaves: TCC. Iniciação à Pesquisa. Conhecimento. Educação Física.

¹ Acadêmica. Univates, Educação Física - Licenciatura, franci_lopest@hotmail.com.

² Mestrado. Univates. Educação Física – Licenciatura. derlijul@univates.br.

AS MULHERES NA HISTÓRIA DA CAPOEIRA

Monique Bianchetti¹, Leandro Oliveira Rocha²

Resumo: Este estudo foi elaborado na disciplina de Capoeira, do Centro Universitário UNIVATES, no semestre 2016/B. Trata-se de um trabalho avaliativo da disciplina, cuja proposta consiste em elaborar um artigo de caráter científico com informações empíricas a partir de um tema específico. Dessa forma, esse estudo, de viés qualitativo, tematiza a mulher na capoeira e tem como **objetivo** principal conhecer um pouco as experiências vividas por mulheres capoeiristas na capoeira e identificar como elas percebem as relações de gênero na capoeira. De forma periférica, esse estudo visa identificar também como a capoeira é desenvolvida nos espaços onde elas praticam, seja em escolas, projetos sociais ou grupos de capoeira e se elas percebem algum tipo de relação de preconceito. **Metodologicamente**, foram realizadas duas entrevistas semiestruturadas com duas mulheres praticantes de capoeira, as quais consentiram a publicação das informações para fins acadêmicos por meio de assinatura no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). **Resultados:** A partir desse estudo, foi possível identificar que a presença feminina vem crescendo significativamente no universo particular da capoeira onde elas praticam, e que as relações interpessoais são marcadas pelo respeito mútuo e atitudes que não envolvem preconceito com a presença da mulher nos treinos e na Roda de Capoeira. No entanto, ao cotejar as informações coletadas com a literatura sobre o tema, é possível identificar que muitas situações de ordem machista e patriarcal ainda podem estar presentes na capoeira, por exemplo, em letras de algumas músicas ou no modo como ações geralmente atribuídas ao homem ganham mais destaque. **Considerações finais:** De qualquer forma, a presença da mulher na capoeira, com seus modos de ler e agir no mundo, sugere um avanço de ordem social e que a capoeira, como manifestação cultural, compreende um espaço de superação de preconceitos, sejam raciais, sociais ou com as mulheres.

Palavras-chave: Capoeira. Cultura. Mulher. Preconceito. Pesquisa qualitativa.

¹ Estudante, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Licenciatura, mony_bian@hotmail.com.

² Professor, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física, leandro.rocha@univates.br.

ATLETISMO NA INFÂNCIA: EDUCAÇÃO E RENDIMENTO

Diego Loss¹, Fabian Arruda Barbosa², Laude Juliana Bayer³, Rômulo Augusto Scherer⁴, Derli Juliano Neuenfeldt⁵

Resumo: O atletismo é um esporte praticado há mais de mil anos e em todas as partes do planeta. Contudo, no contexto escolar, sua prática não é habitual. Isso ocorre devido à falta de infraestrutura ou por se priorizar outras práticas esportivas, principalmente as coletiva. No Colégio Teutônia (CT) o atletismo se faz presente, tanto no âmbito educacional como de rendimento. A pista de atletismo foi construída no ano de 2001, dando início a trabalhos com os alunos nas aulas de Educação Física e no turno inverso voltado a aprimoramento dos atletas para possíveis competições. **Objetivo:** Este trabalho tem por objetivo apresentar a prática esportiva do atletismo desenvolvida no Colégio Teutônia, no âmbito educacional e de rendimento. **Procedimentos metodológicos:** Em relação ao referencial teórico, pesquisou-se no *google* acadêmico, *scielo* e *pubmed* e em livros. Na parte da pesquisa de campo, foi realizada entrevista com um dos profissionais de Educação Física atuantes no projeto de atletismo do Colégio em estudo, com sede na cidade de Teutônia, no estado do Rio Grande do Sul, Brasil, que conta com a participação de aproximadamente 75 crianças e jovens. **Resultados:** Constatou-se que, na escola, com o atletismo se amplia consideravelmente o aparato motor. Há um bom entendimento dos aspectos gerais da modalidade, tornando os alunos capazes de praticar e compreender esse esporte de uma forma satisfatória. No Colégio Teutônia, se observou que, através do Projeto de Atletismo, se consegue estimular nas crianças o sentimento de pertencimento a um grupo, o conceito de coletividade ao mesmo tempo em que conseguem trabalhar a autonomia, promover a cidadania e o bem-estar, a saúde e o desenvolvimento físico, motor e intelectual, proporcionando o aprendizado de valores para a vida, como: união, respeito, cooperação, competitividade e ética. **Conclusão:** Nota-se que são inúmeros os fatores positivos do desenvolvimento do atletismo no contexto escolar, na formação de crianças e jovens, pois a prática da atividade de alto rendimento na infância são fatores importantes na construção da formação da criança, como: força de vontade, determinação, superação, cooperativismo e respeito às regras.

Palavras-chave: Atletismo. Infância. Esporte. Educação. Rendimento.

-
- 1 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, diegoloss89@gmail.com.
 - 2 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, Fabian_barbosa1975@hotmail.com.
 - 3 Acadêmica, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, lj_bayer@yahoo.com.br.
 - 4 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, romulo_fuxo@yahoo.com.br.
 - 5 Professor, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física, derlijul@univates.br.

CAPOEIRA: A LINGUAGEM DOS GESTOS SILENCIOSOS

Mauricio Andrés Pinzón Garzón¹, Derli Juliano Neuenfeldt²

Resumo: Capoeira, catalogada por muitos como uma dança é uma arte que contém muitas nuances e possibilidades nos setores cultural, social, religioso, político, educacional e desportivo tendo a corporeidade eixo central do ser. **Objetivo:** este trabalho visa descrever a origem da Capoeira e ressaltar as particularidades dessa prática. **Procedimentos Metodológicos:** a pesquisa foi feita de forma bibliográfica e através de entrevistas com praticantes de capoeira da Colômbia e Brasil. **Resultados:** Existem duas versões de seu origem, o primeiro que sugere que ela nasceu em África e foi trazida para o Brasil e outra que diz que ela é uma expressão propriamente brasileira, ainda não temos conhecimento de qual versão pode ser considerada correta. Contudo, sabemos que a Capoeira se manifestou nas senzalas, como movimento de resistência dos escravos brasileiros. Ao se praticar a capoeira, esta arte afro-brasileira que surgiu nos quilombos do século XVII, o corpo sente uma prática corporal que carrega a histórica sociocultural, que carrega o sincretismo das culturas afro, trazida pelos escravos, com elementos da cultura corporal brasileira. Além de sua conotação histórica, cabe destacar que a Capoeira é também uma forma de comunicação não-verbal, que através de um comportamento cinestésico e paralinguístico, tem no gesto a principal forma de comunicação. Na capoeira o corpo movimenta-se num todo e a música desempenha um papel fundamental no seu desenvolvimento. **Considerações Finais:** A Capoeira tem sua própria terminologia com uma linguagem particular e sintaxe que permite a possibilidade de traduzir palavras em gestos e vice-versa. A Capoeira, hoje, não é mais praticada apenas no Brasil, mas em diversos países do mundo. É dança, jogo, arte e esporte.

Palavras-chave: Arte. Cultura. Capoeira. Educação. Corpo.

¹ Acadêmico Universidad Pedagógica Nacional de Colômbia, Licenciatura em Educação Física, fef_mapinzong817@pedagogica.edu.co.

² Mestrando, Univates, Curso de Educação Física – Licenciatura. derlijul@univates.br.

CONTEXTO DO FUTSAL ESCOLAR NAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TEUTÔNIA/RS

Rocheli Schuster¹, Lauro Inácio Ely²

Resumo: O futsal, na atualidade, é um esporte que vem se desenvolvendo de maneira rápida e significativa em todo o mundo. No Brasil, o futsal é considerado um dos esportes mais populares. O futsal quando ensinado na escola deve ter um caráter educativo, formado pela prática e pela reflexão da modalidade esportiva. Diferentemente do que é o futsal de rendimento, o futsal escolar deve abranger questões pedagógicas, lembrando que, na escola, não vamos formar atletas e, sim, cidadãos críticos que, ao gostarem de determinado conteúdo, busquem informações sobre, e façam uso das escolinhas especializadas no esporte de rendimento.

Objetivo: O principal objetivo é identificar o contexto do futsal nas escolas municipais de Teutônia. **Procedimentos Metodológicos:** A pesquisa foi descritiva e exploratória, de corte qualitativo, como característica de pesquisa de campo. A população que fez parte da pesquisa foi dividida em três amostras, sendo elas: os sete professores de Educação Física, e os seis diretores das escolas municipais de Teutônia que trabalham com os anos finais do ensino fundamental e a Secretaria da Educação. **Resultados:** A partir de entrevistas gravadas, os dados foram analisados e constatou-se que as escolas municipais de Teutônia possuem/e trabalham com um planejamento específico para as aulas de futsal escolar, tendo cada escola sua especificidade. Verificou-se que as escolas possuem recursos materiais, financeiros e estrutura física adequada para as aulas de futsal, o que não há no momento é disponibilidade de horários no turno inverso as aulas para a prática do futsal no turno oposto. As escolas municipais não possuem política específica de esporte e de educação física, elas possuem objetivos estabelecidos em seus projetos políticos pedagógicos. Quando se trata das políticas de avaliação, a avaliação a que se referem são os métodos como os alunos são avaliados e qual a obtenção de nota que devem atingir no final do semestre. **Considerações Finais:** A partir das informações coletadas, identificou-se que as escolas municipais de Teutônia estão bem preparadas quando se trata do assunto futsal escolar.

Palavras-chave: Futsal. Escolas Municipais. Contexto.

¹ Acadêmica do Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física, rochinhaschuster@hotmail.com

² Professor do Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física, lauroely@brturbo.com.br

CORPO GORDO, INFÂNCIA E CONTEMPORANEIDADE

Maéli Zenatti Paliosa¹, Silvane Fensterseifer Isse²

Resumo: A sociedade contemporânea preza pelos corpos magros e esguios e esta questão reflete na vida social das pessoas que estão acima peso e, consequentemente, levam as crianças a criarem expectativas sobre este padrão corporal ditado na contemporaneidade. Tal questão gera impactos emocionais e psicossociais dentro da escola. As pessoas que estão acima do peso vivem constantemente em um mundo onde o preconceito e a exclusão se volta para elas. As situações de discriminação que as pessoas gordas sofrem no dia-a-dia não é menos dolorosa do que a discriminação de raça ou deficiência, levando estas pessoas ao constrangimento, causando a sensação de que estão vivendo em um mundo que não foi feito para elas (Stenzel, 2002). **Objetivos:** O presente estudo teve por objetivo compreender as percepções das crianças em relação ao corpo infantil gordo na escola. **Procedimentos metodológicos:** A pesquisa, que não está com a análise das informações concluída, foi de caráter qualitativo. Utilizou-se a técnica de pesquisa do grupo focal, caracterizado pela conversa de aproximação do pesquisador com o grupo. Os participantes da pesquisa foram seis crianças, com idade entre 4 e 5 anos de idade, de uma escola de Educação Infantil localizada em um município do Vale do Taquari. **Resultados:** Este estudo realizado sobre Corpo Gordo Infância e Contemporaneidade teve como base o conhecimento dos participantes sobre o assunto em pesquisa, aonde pudemos constatar que as crianças já têm uma opinião formada sobre o corpo. **Considerações finais:** Este tema ainda precisa ser mais pesquisado, pois é na infância que temos as primeiras impressões do mundo em que vivemos. A pesquisa com crianças ainda é algo muito recente, que necessita ser ampliado no campo escolar.

Palavras chave: Corpo. Infância. Contemporaneidade.

REFERÊNCIAS

STENZEL, Lucia Marques. **Obesidade:** o peso da exclusão. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2002.

¹ Acadêmica do curso de Educação Física, Licenciatura; Centro Universitário UNIVATES; maeli_zp@hotmail.com.

² Docente do curso de Educação Física, Licenciatura; Centro Universitário UNIVATES; silvane@univates.br.

FUTSAL NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: AS APRENDIZAGENS DAS MENINAS

Alex de Souza Queiroz¹, Silvane Fensterseifer Isse²

Resumo: Historicamente, as mulheres têm tido menor visibilidade em relação aos homens, em diferentes modalidades esportivas, principalmente no futsal. Atualmente, as mulheres vêm se aprimorando na modalidade referida, mas ainda há diferenças entre gêneros. **Objetivos:** O estudo teve por objetivo geral compreender como se dá o envolvimento das meninas nas aulas de futsal do ensino médio em uma escola pública estadual de um município do Vale do Taquari/RS. Os objetivos específicos foram analisar a participação das meninas nas aulas de futsal, identificar quais elementos do futsal são desenvolvidos nas aulas de Educação Física e identificar qual o tempo e o espaço que as meninas usam na prática do futsal. **Procedimentos metodológicos:** Esse foi um estudo de corte qualitativo. Os instrumentos para coleta das informações foram as entrevistas semiestruturadas, com seis alunas do ensino médio, e as observações semanais das aulas de Educação Física, no período de dois meses. **Resultados:** A análise das informações ainda não está concluída, porém pode-se destacar que, das seis alunas entrevistadas, apenas duas têm experiências mais longas com o futsal. Em relação às suas aprendizagens, as participantes referiram os fundamentos, técnicas de execução dos mesmos e trabalho em equipe. Quando questionadas se praticavam futsal fora da escola, três meninas disseram que não e as outras três disseram que praticam semanalmente, sendo que uma delas joga somente com meninas e as outras duas praticam com grupos mistos. Cinco meninas responderam que preferem aprender o futsal praticando com meninos e somente uma prefere aprender jogando com as meninas. A partir das observações realizadas nas aulas de Educação Física, pode-se analisar que as meninas participamativamente das aulas, jogando e realizando as atividades propostas pela professora (atividades compostas por execuções de fundamentos, marcação e posicionamento). Observou-se, também, que as meninas possuem o mesmo espaço que os meninos nas práticas. **Considerações finais:** Algumas meninas afirmaram que os meninos são mais agressivos, o que não ficou evidente nas aulas observadas. Há um gosto demonstrado pelas meninas por jogar futsal com os meninos. A pesquisa evidenciou que há um reposicionamento das meninas em aulas de futsal, o que nos provoca a refletir sobre sua posição no esporte escolar.

Palavras-chave: Ensino Médio. Educação Física Escolar. Gênero. Futsal.

¹ Acadêmico do curso de Educação Física, Licenciatura; Centro Universitário UNIVATES; alexqueiroz.edf@gmail.com.

² Docente do curso de Educação Física, Licenciatura; Centro Universitário UNIVATES; silvane@univates.br.

HISTÓRIA E REGRAS BÁSICAS DO BOLÃO 23

Maiara Gross¹, Marta Velere², Ricardo Schneider³, Tais Ruver⁴, William L. Zanini⁵, Derli Juliano Neuenfeldt⁶

Resumo: O presente trabalho foi elaborado na disciplina de História da Educação Física do Curso de Educação Física da Univates. Ele trata de uma prática esportiva, o bolão 23, modalidade que se faz presente em clubes esportivos. **Objetivo:** este trabalho se propõe a apresentar os resultados de uma pesquisa sobre o bolão 23, tratando de sua origem e desenvolvimento na atualidade. **Procedimentos Metodológicos:** entrevistou-se quatro pessoas que possuíam ou possuem algum contato com o bolão 23. Elas são das cidades de Lajeado, Bom Retiro do Sul e Arvorezinha. Os entrevistados conheceram o bolão por meio de amigos ou familiares. **Resultados:** Muitas pessoas confundem o bolão 23 com o boliche, mas ele é um esporte diferente, pois não possui as mesmas regras e táticas de jogo. A federação de bolão do Rio Grande do Sul foi fundada em 1944 por imigrantes alemães, com o intuito de regulamentar e expandir a modalidade. É chamado de bolão bola 23, pois a bola de bolão deve ter o diâmetro de 23 cm. As regras básicas são: para as competições estaduais e nacionais, as canchas devem ter quatro pistas, sendo que em cada pista são jogadas cinco bolas, com direito de a primeira ser de experiência, não valendo a pontuação se não forem derrubados os 9 pinos. O jogo é em equipe de 10 integrantes, na modalidade masculina e feminina ou em outra categoria que é a de casais. Vence a equipe que obtiver a maior pontuação somando todos os atletas, sendo a pontuação máxima por jogador de 180 pontos. Na região do Vale do Taquari existem cerca de 400 adeptos cadastrados na liga regional e no RS cerca de 5.000 adeptos cadastrados na Federação Gaúcha. **Considerações Finais:** percebeu-se que o bolão 23 é um esporte pouco conhecido e pouco divulgado na mídia, apesar de ser um dos esportes de lazer mais antigos. Ainda, constatou-se que houve modificações, tais como o incremento de tecnologias que hoje em dia facilitam muitas tarefas, tal como o levantamento dos pinos que foi automatizado, o que facilita a armação. Um aspecto que deve ser destacado é que o bolão não é apenas um jogo para idosos, há uma renovação entre os participantes e os jovens se fazem presentes. Esta pesquisa foi importante por possibilitar conhecer o bolão, modalidade presente em nossa região, mas que apenas algumas pessoas conhecem.

Palavras-chave: Bolão. Jogo. Competição. História. Bola 23.

¹ Graduando, Univates, Educação Física, mayara_gross@hotmail.com.

² Graduando, Univates, Educação Física,

³ Graduando, Univates, Educação Física, kakobirigui@hotmail.com.

⁴ Graduando, Univates, Educação Física, tais.ruver@gmail.com

⁵ Graduando, Univates, Educação Física, zanini_tricolor@hotmail.com

⁶ Mestrado, Univates, Educação Física – Licenciatura, derlijul@univates.br

NATAÇÃO PARAOLÍMPICA

Alfredo Henrique Potzapski Signori¹, Charlene Leal Tomazino², Daina Schmitz³, Diego Loss⁴, Fabian Arruda Barbosa⁵, Rômulo Augusto Scherer⁶, Taís Prinz Cordeiro⁷

Resumo: A natação é umas das modalidades esportivas que possui o maior número de participantes. Desta forma, o presente estudo tem a intenção de contar a história da natação paraolímpica no Brasil e a sua evolução durante os anos. A natação paraolímpica faz parte dos Jogos Paraolímpicos desde Roma 1960 (primeira edição do evento). Possui provas de revezamentos e provas individuais envolvendo todas as modalidades do nado crawl, peito, costas e borboleta. Na época, participavam apenas atletas com lesões musculares. Esta modalidade começou a ganhar força no Brasil no ano de 1984 em *Stoke Mandeville*, onde foi conquistada a primeira medalha de ouro na modalidade, mas somente em 2004 nos jogos de Atenas que o país começou a se destacar, conquistando sete medalhas de ouro. **Objetivo:** Este estudo tem por objetivo fazer uma breve revisão sobre a natação paraolímpica no Brasil, sua evolução e características dos tipos de nados da modalidade. **Procedimentos metodológicos:** O estudo se caracteriza de forma descritiva através de pesquisa no *google* acadêmico, *scielo* e *pubmed* e sites do Comitê Olímpico Brasileiro (COB), Comitê Paraolímpico Brasileiro (CPB) e BRASIL 2016. **Resultados:** A natação paraolímpica supera o atletismo em números de competidores, proporcionando desta forma maior participação de pessoas com deficiências físicas nos jogos paraolímpicos, sendo necessárias várias adaptações nas regras da Federação Internacional de Natação (FINA) para as disputas paraolímpicas, para que as pessoas deficientes pudessem competir. **Conclusão:** No Brasil a natação paraolímpica é uma das modalidades esportivas que mais possui atletas envolvidos, superando o atletismo. É a modalidade que mais traz medalhas para o país nas paraolimpíadas, podendo torná-lo potência nessa modalidade de desporto adaptado.

Palavras-Chave: Natação Paraolímpica. Esporte Adaptado. Pessoas Deficientes. Rendimento.

1 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, alfredosig@hotmail.com.

2 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, charlenetomazino@gmail.com.

3 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, janasd@hotmai.com.

4 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, diegolosss@hotmail.com.

5 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, fabian_barbosa1975@hotmail.com.

6 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, romulo_fuxo@yahoo.com.br.

7 Professora, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física, taisprinz@yahoo.com.br.

NATAÇÃO PARA ASMÁTICOS

Jaqueline Luiza Klein¹, Monique Bianchetti², Taís Prinz Cordeiro³

Resumo: A asma, atualmente, é uma patologia bastante presente e considerada até uma doença crônica pela Sociedade Brasileira de Pneumologia e Tisiologia. A partir desta afirmação nos remetemos a pensar em soluções que auxiliem e melhorem a qualidade de vida de pessoas acometidas por esta, buscando de alguma forma certo conforto para quem sofre. É de senso comum que a natação contribui muito para esta qualidade de vida e melhora buscada por estas pessoas. **Objetivo:** trazer indicações de diversos autores e apresentar entrevistas realizadas que comprovem ou não o benefício da natação para asmáticos. **Procedimentos metodológicos:** O método utilizado para a elaboração deste trabalho é qualitativo da modalidade de estudo de caso sobre a natação e a asma e sua relação. Para tanto foi utilizada uma entrevista semiestruturada realizada na cidade de Lajeado com duas pessoas escolhidas aleatoriamente que praticam natação e são acometidas pela asma. **Resultados:** como resultado obteve-se que a natação traz uma contribuição para melhora da asma e sua qualidade de vida, isto também é evidenciado em inúmeros estudos sobre o tema e que são trazidos à tona neste trabalho. Entre os benefícios encontrados estão principalmente a reeducação respiratória e diminuição da falta de ar. As pessoas acometidas pela asma em alguns estudos feitos e na própria pesquisa realizada comentam sentir-se bem ao praticar a natação. Nos estudos buscados, foi encontrada uma relação entre desvio postural e asma e também estudos que afirmam que a natação contribui muito para este ajuste correto da postura. Os estudos nos mostram que além de todos os benefícios expostos devemos ficar atentos aos componentes químicos utilizados na piscina que podem ser prejudiciais tanto para quem é acometido pela asma como para quem não é. **Considerações finais:** conclui-se que a natação contribui para a melhora na qualidade de vida e controle da asma, diminuindo também o uso de medicamentos por parte dos acometidos, porém ela não é a cura para a mesma precisando tomar os cuidados necessários.

Palavras-chave: Natação. Asma. Benefício.

1 Estudante, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Licenciatura, Jaqueline-klein@hotmail.com.

2 Estudante, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Licenciatura, mony_bian@hotmail.com.

3 Professora, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física, taisprinz@yahoo.com.br.

OS BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO EM INDIVÍDUOS COM PARALISIA CEREBRAL

Bárbara Stédile, Bibiana bet nicolini, Deise R. Piassini, Gislaine Fontoura Cardoso, Ismael Leonisio Costantin, Janice Gossmann, Juliana Silveira de Avila, Natália H. Pavi, Taís Prinz Cordeiro

Introdução: O presente trabalho foi desenvolvido na disciplina de Práticas Corporais Aquáticas I do curso de Educação Física do Centro Universitário UNIVATES. O tema escolhido foi a natação e a paralisia cerebral em crianças. A incidência desta deficiência está aumentando a cada ano no Brasil e no mundo. **Objetivo:** O objetivo desse estudo foi construir conhecimento de quais são os benefícios da atividade aquática para crianças portadoras de paralisia cerebral. **Metodologia:** Para a realização da pesquisa, foi realizada uma revisão bibliográfica baseada em diversos autores e obras literárias averiguadas durante os meses de setembro e outubro. **Resultados:** Rocha et.al (2009) aponta que paralisia cerebral significa que o indivíduo não tem o controle muscular e que o mesmo é causado por um dano cerebral. Já Aidar et.al (2006) aponta que uma criança com paralisia cerebral pode apresentar dificuldades de locomoção e que a paralisia pode ser distinguida como leve, regulada ou rigorosa. Arroyo e Oliveira (2007) apontam que para a melhora sensorial e ação motora de um indivíduo o ambiente aquático transmite experiências significativas para seu desenvolvimento. Um estudo realizado por Arroyo e Oliveira (2007) traz respostas positivas para crianças portadoras de paralisia cerebral. Diversos autores apontam que as práticas aquáticas trazem benefícios relevantes para o tratamento da mesma, tanto para aspectos físicos, sociais e para uma melhor qualidade de vida. Arroyo e Oliveira (2007) apontam em seus resultados que as atividades aquáticas levam a melhorias consideráveis nos aspectos psicomotores como coordenação e equilíbrio, lateralidade, esquema corporal, orientação espacial e orientação temporal. Estes praticantes podem tornar-se mais hábeis nas atividades em meio líquido, onde a facilitação do movimento favorece a percepção do corpo e de suas capacidades e potencialidades, promovendo assim novas adaptações tanto intrínsecas como extrínsecas. Para os mesmos autores, ao participarem das aulas de natação com outras crianças e jovens, as crianças não apresentaram nenhuma dificuldade de adaptação ou de relacionamento, o que leva a considerar que o trabalho conjunto de crianças com paralisia cerebral e sem, facilita a inclusão. **Considerações finais:** Podemos concluir que realizar tratamentos e atendimentos físicos/motores no meio aquático resulta em respostas positivas para as crianças, proporcionando uma independência na vida social futuramente.

Palavras-chave: Paralisia Cerebral. Crianças. Práticas Aquáticas.

REFERÊNCIAS

AIDAR, Felipe José; et.al. Paralisia cerebral e atividades aquáticas: aspectos ligados a saúde e função social. *Revista Motricidade*, n.2, v.2b, 2006.

ARROYO, Claudia Teixeira; OLIVEIRA, Sandra Regina Garijo de. Atividade aquática e a psicomotricidade de crianças com paralisia cerebral. *Revista Motriz*, Rio Claro, v.13, n.2, p.97-105, abr./jun. 2007.

ROCHA Jaciara Rocchigiani; OLIVEIRA Jussara Santos; ROCHA Saulo Vasconcelos. A natação como tratamento alternativo para crianças portadoras de paralisia cerebral: Um estudo de caso. *Revista Digital EFDeportes*, Buenos Aires, a.13, n.130, mar. 2009.

OS BENEFÍCIOS QUE A HIDROGINÁSTICA PROPORCIONA PARA UM GRUPO DE 3^a IDADE DO MUNICÍPIO DE GUAPORÉ - RS

Denis Dullius¹, Gedeão Cenci², Jefferson Vargas³, Marcelo Rossetto⁴, Derli Juliano Neuenfeldt⁵

Resumo: Desde os anos de 460-375 a. C. a água já era usada por gregos e romanos como forma terapêutica e recreativa; atualmente, uma das formas de utilização do meio aquático para fins terapêuticos e recreativos é a hidroginástica, visto que corresponde a um exercício físico praticado em piscinas e estudos comprovam que a prática da mesma provem melhorias tanto no sistema cardiovascular, quanto na resistência muscular localizada. **Objetivos:** Este trabalho teve como objetivo analisar os benefícios que a hidroginástica traz para um grupo da terceira idade no município de Guaporé-RS e os motivos pelos quais seus praticantes a procuram.

Procedimentos metodológicos: Esta pesquisa caracteriza-se como quanti-qualitativa. Os participantes da pesquisa fazem aulas de hidroginástica em um grupo do município de Guaporé-RS. Os critérios de inclusão na pesquisa observaram pontos como: idade, tempo de prática da atividade, a quantidade de alunos na turma e sua vontade de participar da pesquisa. O instrumento de coleta foi um questionário contendo 14 questões, sendo 11 de múltipla escolha e três dissertativas, aplicado a 12 mulheres, sendo 70% delas com mais de 60 anos e os 30% restante tendo menos de 60 anos e mais de 40 anos. **Resultados:** a partir da análise de dados dos questionários, pode-se concluir que a hidroginástica é opção para suprir a necessidade da prática de uma atividade física, sendo que além de proporcionar melhorias físicas nas praticantes, como o alívio de dores por exemplo, também representa uma grande melhoria para a qualidade de vida de seus praticantes, devido a seus benefícios quanto a parte social e psicológica. Quanto a alívio de dores, pode-se observar que 100% dos participantes relataram alívio nas mesmas. **Considerações finais:** esta pesquisa veio a concluir que, a prática da hidroginástica na terceira idade deve ser estimulada, devido a seus inúmeros benefícios sócio, psicológicos e físicos, sendo que o somatório dos três fatores aumenta significativamente a qualidade de vida dos praticantes.

Palavras-chave: Hidroginástica. Terceira idade. Qualidade de vida.

1 Estudante de graduação do curso de educação física, Univates, email: ddullius3@universo.univates.br

2 Estudante de graduação do curso de educação física, Univates, email: ortec.artmetais@gmail.com

3 Estudante de graduação do curso de educação física, Univates, email: jvadbz@hotmail.com

4 Estudante de graduação do curso de educação física, Univates, email: marcelorosseto@hotmai.com

5 Orientador do trabalho, professor do curso de educação física, Univates, derlijul@univates.br

RUGBY FEMININO: SIGNIFICADOS, MÍDIA E IMAGINÁRIOS SOCIAIS

Aline Oliveira Dutra¹, Camila Contini², Dionas Kich³, Diovana Harth⁴, Luis Carlos Guarín Cortes⁵, Derli Juliano Neuenfeldt⁶

Resumo: Vários autores relatam que o rugby surgiu, em 1823, na Inglaterra, a partir de um jogo de futebol no qual um dos jogadores pegou a bola com suas mãos e seguiu com ela até ultrapassar a linha do fundo do campo. No Brasil, não é um esporte muito praticado. **Objetivo:** O presente estudo analisa os significados da prática de rugby para praticantes femininas e visa compreender a incidência da mídia e os imaginários sociais no reconhecimento da mulher no âmbito esportivo. **Metodologia:** A pesquisa caracteriza-se como qualitativa. As participantes do estudo possuem vínculo com o time de Rugby Centauros de Estrela/RS/BRA. A equipe treina de segunda a sexta à noite após as vinte e duas horas, aproximadamente até a meia noite. Durante o final de semana, os treinos ocorrem pela manhã e pela tarde. A técnica de coleta de dados utilizada foi a entrevista, na qual foram entrevistadas quatro integrantes da equipe. A entrevista foi composta por oito questões abertas que abordaram a percepção da sociedade acerca da prática do rugby pelas mulheres, incidência da mídia, sensações, benefícios, entre outras questões que permitem a obtenção de insumos importantes para se fazer a análise das informações e responder ao objetivo do estudo. **Resultados:** Pode-se constatar que as mulheres entrevistadas atribuem um significado de rendimento físico ao rugby, onde encontram um espaço para melhorar suas capacidades físicas. A respeito do questionamento sobre os imaginários sociais e a influência da mídia identificou-se que as mulheres ainda têm um rol antagônico no âmbito esportivo, ou seja, tem menor importância nesse campo ficando sempre em segundo plano em relação aos homens e, às vezes, a mídia contribui para a preservação de tal rol através de suas diferentes formas de comunicação e expressão. Portanto uma das dificuldades manifestadas pelas praticantes é a falta de difusão na mídia do time feminino e o pouco apoio pela prefeitura e empresas da região. **Conclusão:** Conclui-se que o rugby proporciona um crescimento no estado físico, promove valores e possibilita viver continuas experiências tanto individuais como grupais que geram uma filosofia de vida única para suas praticantes. Neste sentido, o rugby constitui um espaço que pode gerar um maior reconhecimento da mulher no contexto social, rompendo com a compreensão de que o esporte é uma prática predominantemente masculina.

Palavras-chave: Rugby. Mulher. Imaginários sociais. Mídia.

1 Estudante de Educação Física Licenciatura, Univates, a.oliveira.dutra@bol.com.br.

2 Estudante de Educação Física Licenciatura, Univates, camicontini25@gmail.com.

3 Estudante de Educação Física Licenciatura, Univates, Kichdionas@gmail.com.

4 Estudante de Educação Física Licenciatura, Univates, dharth.cel@gmail.com.

5 Estudante de Educação Física Licenciatura, Univates, luis.cortes@universo.univates.br.

6 Mestrado, Univates, derlijul@univates.br.

SAÚDE

BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO NA DEPRESSÃO: REVISÃO DE LITERATURA

Bruna Schlabitz Battisti¹, Jéssica Luana Dornelles da Costa², Roger Rieger³, Carlos Leandro Tiggemann⁴

Resumo: A depressão é uma doença que coloca em risco a vida do ser humano e pode ser definida como um transtorno mental comum, caracterizado por tristeza, perda de interesse, ausência de prazer, oscilações entre sentimentos de culpa e baixa autoestima, além de distúrbios do sono, apetite e cansaço. Desta forma, a literatura demonstra a importância da realização de exercícios físicos por pessoas com depressão, destacando seus benefícios. **Objetivo:** Identificar quais os benefícios do exercício físico na vida de depressivos. **Procedimentos metodológicos:** Foi realizada uma revisão bibliográfica. **Resultados:** A literatura demonstrou que a prática de exercícios regulares, além dos benefícios fisiológicos, acarreta em benefícios psicológicos, tais como: melhor sensação de bem estar, humor e autoestima, assim como, redução da ansiedade, tensão e depressão (COSTA; SOARES; TEIXEIRA, 2007). Outros estudos demonstram uma prevalência de depressão no gênero feminino entre duas e cinco vezes maior do que no sexo masculino, possivelmente por conta de fatores genéticos, biológicos, reprodutivos, de características psicológicas e de personalidade (SILVEIRA; DUARTE, 2004). Dimeo et al. (2001) ressaltam que os exercícios podem ser considerados como um coadjuvante das propostas multidisciplinares de intervenção terapêutica para depressão. De acordo com o mesmo estudo os autores revelam que atividades aeróbias são as que apresentam resultados mais consistentes na diminuição dos sintomas da depressão. Cooper apud Stella et al. (2002) salienta que o exercício físico aeróbio realizado com intensidade moderada e longa duração, propicia alívio do estresse ou tensão, devido a um aumento da taxa de um conjunto de hormônios denominados endorfinas que agem sobre o sistema nervoso, reduzindo assim, o impacto estressor do ambiente e com isso prevenir ou reduzir transtornos depressivos. Além disso, a atividade física contribui de diferentes maneiras para melhorar a condição clínica geral e a condição mental do deprimido, como por exemplo, elevando a autoestima, contribuindo para a implementação das relações psicossociais e estimulando as funções cognitivas, principalmente a capacidade de concentração e de memória (STELLA et al., 2002). **Considerações finais:** Não resta dúvida que fazer com que pessoas deprimidas se tornem fisicamente ativas é um desafio, neste sentido, esforços devem ser realizados para desenvolver programas que visem à prática da atividade física no tratamento desta doença.

Palavras-chave: Doença. Atividade física. Benefícios. Tratamento.

REFERÊNCIAS

COSTA, Rudy Alves; SOARES, Hugo Leonardo Rodrigues; TEIXEIRA, José Antônio Caldas. BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA E DO EXERCÍCIO FÍSICO NA DEPRESSÃO. **Revista do Departamento de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p.269-276, 2007.

DIMEO, Freie et al. Benefits from aerobic exercise in patients with major depression: a pilot study. **British Journal Of Sports Medicine**, EUA, v. 35, p.114-117, 2001.

SILVEIRA, Lucineia Daleth da; DUARTE, Maria de Fátima da Silva. NÍVEIS DE DEPRESSÃO, HÁBITOS E ADERÊNCIA A PROGRAMAS DE ATIVIDADES FÍSICAS DE PESSOAS DIAGNOSTICADAS COM TRANSTORNO DEPRESSIVO. **Revista Brasileira Cineantropometria Desempenho Humano**, Santa Catarina, v. 6, n. 2, p.36-44, 2004.

STELLA, Florindo et al. Depressão no Idoso: Diagnóstico, Tratamento e Benefícios da Atividade Física. **Motriz**, São Paulo, v. 8, n. 3, p.91-98, 2002.

1 Educação Física – Bacharelado, Centro Universitário UNIVATES, bruna.s.battisti@gmail.com

2 Graduação, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física - Licenciatura, jluana@universo.univates.br

3 Educação Física - bacharelado, Centro Universitário UNIVATES, roger.rieger@outlook.com

4 Doutor em Ciência do Movimento Humano, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, cltiggemann@univates.br.

BRINQUEDOS E BRINCADEIRAS: UMA PROPOSTA DE CUIDADO EM SAÚDE

Daniela Borelli¹, Taís Prinz Cordeiro²

Resumo: O presente trabalho aborda as vivências práticas do Estágio Profissionalizante I – Educação Física, Saúde e Inclusão desenvolvido no semestre B de 2016, na Clínica Universitária Regional de Educação e Saúde (CURES) do Centro Universitário UNIVATES, no grupo Brinquedos e Brincadeiras. Esse grupo tem como objetivo, por meio de atividades lúdicas, despertar a criatividade, fortalecer o convívio entre os usuários, respeitar limites e regras, e principalmente ter autonomia. **Objetivo:** Refletir sobre a proposta de estágio na CURES no grupo Brinquedos e Brincadeiras. **Procedimentos metodológicos:** Esse trabalho é de abordagem qualitativa e de natureza descritiva. Este se deu através da intervenção no grupo Brinquedos e Brincadeiras com mais quatro estagiárias dos cursos de Farmácia, Nutrição e Psicologia, tendo como proposta a confecção de brinquedos e jogos com materiais alternativos e como ação diferencial do estágio. O grupo é composto por quatro usuários com idade entre seis a onze anos. Os instrumentos deste estudo são as percepções e reflexões da acadêmica com relação a sua atuação até o momento. **Resultados esperados:** Com o envolvimento do grupo até agora, acredita-se que a proposta planejada reforçou principalmente a autonomia, a confiança e a responsabilidade de cada um e do grupo como um todo. **Considerações finais:** Mesmo com o estágio ainda em andamento, já se pode afirmar que o estágio se trata de uma experiência única, onde se aprende a ter um olhar ampliado em relação aos usuários e se desenvolve uma sensibilidade em se colocar no lugar do outro. Esta oportunidade se trata de um aprendizado tanto para a vida pessoal como profissional.

Palavras-chave: Brinquedos. Brincadeiras. Cuidado. Saúde.

¹ Acadêmica, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física bacharelado, daniela-borelli@hotmail.com.

² Professora, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física bacharelado, doremi@univates.br.

CORRELAÇÃO DA FLEXIBILIDADE COM A DOR LOMBAR EM MULHERES JOVENS

Fabiele Cristina Imperatori¹, Jóice Sanini da Silva², Carlos Leandro Tiggemann³

Resumo: Quando o indivíduo se encontra na posição ortostática, encontramos importantes músculos envolvidos na postura da coluna, quando os *músculos* flexores de quadril apresentam tensão, principalmente iliopsoas e reto femoral, e os músculos abdominais apresentam fraqueza e inibição, permitem uma anteversão da pelve e consequente aumento da curvatura lombar. Havendo esse desequilíbrio muscular, ocorrem encurtamentos musculares, gerando má postura da região lombo pélvica, precisando que exista equilíbrio entre músculos anteroposteriores, laterais, rotatórios do tronco e de membros inferiores para boa postura. **Objetivo:** Avaliar e correlacionar à flexibilidade e a dor lombar em mulheres jovens.

Procedimentos Metodológicos: A amostra foi selecionada de forma não probabilística intencional, constituída

por 61 mulheres, com idade de $31,52 \pm 7,56$ anos, massa corporal de $65,17 \pm 9,17$ kg e estatura de $1,63 \pm 5,91$ m. As avaliadas assinaram ao (TCLE), sendo este estudo aprovado pelo Comitê de Ética/Univates. Após preencheram anamnese com dados pessoais, as mesmas realizaram os testes de flexibilidade de tronco, dos músculos extensores por meio do banco de Wells (cm), e os músculos flexores por meio do teste de extensão de tronco, sendo avaliado por cinemetria em graus (o.) e distância linear (cm). A dor foi avaliada pelo questionário de intensidade da dor e por meio da escala visual analógica (VAS) (cm). A correlação de Pearson foi utilizada para verificar a associação entre as variáveis ($p < 0,05$). **Resultados:** Somente foi encontrada uma relação negativa e significativa ($p < 0,05$) entre a extensão lombar (graus) e a dor com valor de $r = -0,349$, ou seja, quanto maior a flexibilidade da musculatura flexora do tronco, menor o nível de dor lombar. **Considerações Finais:** Indivíduos que permanecem sentados por longos períodos diariamente, tendem a desenvolver encurtamento da musculatura isquiotibial e iliopsoas, o que pode gerar uma hiperlordose lombar, ocasionando dor lombar. Desta forma, para manter uma boa postura, a flexibilidade é fundamental, pois diminui a sobrecarga na coluna, minimizando as dores lombares (CANDIOTI; NOLL; CRUZ, 2010). Deste modo, conclui-se no estudo, que uma boa flexibilidade de flexores de tronco pode amenizar a dor lombar.

Palavras-chave: Flexibilidade. Dor lombar. Mulheres jovens.

¹ Acadêmica, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física Bacharelado, fimperatori@universo.univates.br

² Acadêmica, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física Bacharelado, joice.sanini@hotmail.com

³ Professor orientador, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física Bacharelado, cltiggemann@univates.br

CUIDADOS COM A POSTURA NO POSTO DE TRABALHO

Rafaela C. Taborda¹, Leonardo De Ross Rosa², Lydia E. C. Koetz³, Eduardo Sehnem⁴

Resumo: Cada vez mais as empresas deparam-se com um índice elevado de doenças ocupacionais causadas por postos de trabalhos inadequados, ocasionando lesões em seus trabalhadores, fato que traz como consequência o afastamento dos mesmos de seu local de trabalho. Sem uma boa postura corporal, a saúde do trabalhador é comprometida, uma vez que o trabalho sentado, apesar de proporcionar maior eficiência, reduzindo o esforço das pernas e maior estabilidade da parte superior do corpo humano, também provoca a curvatura da coluna vertebral e sobrecarga dos músculos das costas, principalmente se mantida uma má postura no posto de trabalho. **Objetivos:** analisar o tempo em que os funcionários de uma Instituição de Ensino Superior passam sentados em seu local de trabalho. **Procedimentos Metodológicos:** Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), cujas perguntas são referentes a última semana habitual dos entrevistados, resultando na totalidade de horas em que os mesmos permanecem sentados ao final da semana. Foi aplicado também um questionário sócio demográfico que busca verificar dados como idade, peso, altura, total de horas que trabalha semanalmente e há quanto tempo exerce a profissão. **Resultados:** foram avaliados 767 funcionários no total. São em sua grande maioria jovens com idade média de 28,6 anos. Cerca de 5% dos trabalhadores entrevistados trabalha na instituição 44 horas semanais. Vale lembrar que, por se tratar de uma instituição de ensino, muitos permanecem na instituição mais de um turno como estudantes de graduação. 46,5% passam em torno de 58 horas ou mais sentados semanalmente, aproximadamente 8,41 horas diárias, 39,4% passam em torno de 54,3 horas semanais, aproximadamente 7,76 horas diárias. Apenas 13% dos funcionários da instituição permanecem menores períodos sentados, 51,35 horas semanais, aproximadamente 7,33 horas diárias. **Conclusão:** grande parte dos entrevistados são jovens, que passam longos períodos de tempo em sedestação. É importante que os mesmos sejam orientados a manter uma postura adequada no posto de trabalho, a fim de evitar possíveis lesões futuras.

Palavras-chave: Postura. Saúde do trabalhador. Posto de trabalho.

1 Acadêmica, Centro Universitário Univates, Educação Física Bacharelado, rafaela.taborda@univates.br;

2 Mestre em Educação, Professor do curso de Educação Física-Bacharelado do Centro Universitário Univates, ldrrossa@univates.br

3 Doutora em Ambiente e Desenvolvimento, Professora do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Univates, lkoetz@univates.br

4 Mestre em Ambiente e Desenvolvimento, Professor do curso de Educação Física-Bacharelado do Centro Universitário Univates, eduardosehnem@univates.br

ESCLEROSE LATERAL AMIOTRÓFICA: ATENDIMENTO INTERDISCIPLINAR NO ESTÁGIO EM SAÚDE NA CURES

Eduardo Pires¹, Rodrigo Lara Rother²

Resumo: A Clínica Universitária Regional de Educação e Saúde (CURES) traz como filosofia a atenção à saúde com práticas interdisciplinares visando a integralidade do usuário, entre as ações está o cuidado mental, saúde do trabalhador, saúde do idoso educação e promoção a saúde. As ações desenvolvidas na CURES são realizadas por estagiários dos cursos de Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Nutrição, Odontologia, Pedagogia e Psicologia, onde estes constituem uma equipe multiprofissional trabalhando de forma articulada com as redes de serviços dos municípios conveniados. O usuário objeto deste estudo se chama L.N., tem cinquenta e seis anos e foi diagnosticado com Esclerose Lateral Amiotrófica (ELA) em 2002, aos quarenta e dois anos de idade. Esta doença é também conhecida como de "Charcot" (França) ou de "Lou Gehring" (EUA). É uma enfermidade neurodegenerativa de causa desconhecida, que acomete principalmente os neurônios motores da medula espinhal, do tronco cerebral e do encéfalo. Iniciou fisioterapia na Clínica Escola da Univates em 2003. Passou a ser atendido na CURES em 2013 juntamente com o atendimento na Clínica Escola. No ano de 2016 passou a ser atendido em casa por motivo de locomoção dificultada. **Objetivo:** Relatar a experiência vivida no atendimento de um usuário da CURES diagnosticado com Esclerose Lateral Amiotrófica (ELA). **Procedimentos Metodológicos:** Uma equipe da CURES composta por alunos dos cursos de Educação Física (EF), Nutrição, Psicologia e Fisioterapia passou fazer o atendimento residencial quinzenal, coordenados por um professor da Nutrição. Pela EF e Fisioterapia foram realizados exercícios para liberar o tônus muscular. Pela Psicologia uma escuta com a família para compreender como têm vivenciado a situação e como podem auxiliá-lo em suas tarefas cotidianas. Pela Nutrição foi oferecido apoio para equilibrar a ingesta alimentar. As reuniões interdisciplinares de planejamento ocorreram semanalmente na CURES e todas ações foram registradas num prontuário exclusivo do usuário. **Resultados:** Foi percebida melhora das ações da família nos cuidados prestados ao usuário. Além disso, melhorias nas relações entre seus membros, contribuindo com a qualidade de vida nesse núcleo familiar. **Conclusão:** O atendimento interdisciplinar prestado pela CURES proporciona melhorias tanto ao usuário quanto a sua família, contribuindo com a qualidade de vida de ambos.

Palavras-chave: Estágio em Saúde. CURES. Qualidade de Vida.

¹ Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, eduardopires8@gmail.com

² Professor, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, rodrigorother@univates.br.

ESPAÇO CONVIVER: UMA VISÃO DE CLÍNICA AMPLIADA

Alexandre Joanello¹, Daniel Pedro Trarbach Vanzin², Fabian Arruda Barbosa³, Patrícia Uhlmann⁴, Alessandra Veit⁵, Taís Prinz Cordeiro⁶, Rodrigo Lara Rother⁷, Leonardo De Ross Rosa⁸

Resumo: A Clínica Universitária Regional de Educação e Saúde (CURES), local onde alunos e docentes, das áreas de saúde realizam atividades de estágio buscando constituir equipes multiprofissionais, articuladas com as redes de serviços dos municípios conveniados. Os estagiários têm a possibilidade de vivenciar o funcionamento e organização de uma equipe multidisciplinar e trabalhar a interdisciplinaridade pensando o indivíduo de maneira humanizada e em sua plenitude. A CURES disponibiliza uma sala de espera denominada Espaço Conviver, que tem como objetivo servir como uma sala de recepção para os usuários e seus acompanhantes. **Objetivo:** Promover aos usuários o atendimento fundamentado na Clínica Ampliada. **Procedimentos metodológicos:** Esse trabalho é de abordagem qualitativa e de natureza descritiva, a partir da demanda apresentada no turno, que foi verificado a possibilidade de proporcionar um atendimento diferenciado em relação ao que era realizado anteriormente. Após reuniões com a equipe multidisciplinar, os acadêmicos do curso de Educação Física Bacharelado, desenvolveram a ampliação do espaço conviver, levando os usuários para praticar atividades fora da sala destinada a este atendimento, utilizando outros espaços, dando origem a intervenção do Espaço Conviver Ampliado, obtendo os resultados através da percepção dos estagiários e supervisores. **Resultados:** As práticas possibilitaram aos usuários, acompanhantes e estagiários novas experiências vinculadas a clínica ampliada, desviando o foco da doença. **Considerações finais:** Mesmo com o estágio ainda em andamento, já se pode afirmar que o estágio se trata de uma experiência única e que as intervenções têm sido bem recebidas por todos os envolvidos na clínica. Identificamos até o momento que estas práticas proporcionaram uma melhor compreensão do conceito de clínica ampliada para os estagiários, além de oportunizar novas vivências relacionadas às práticas corporais dos atendidos. Estas produziram influência aos usuários, nos atendimentos específicos de outros cursos. Fortalecendo assim o processo de interdisciplinaridade no espaço da CURES.

Palavras-chave: CURES. Espaço conviver. Interdisciplinaridade. Clínica Ampliada.

1 Acadêmico, Univates, Curso de educação física bacharelado, ajoanella1@universo.univates.br.

2 Acadêmico, Univates, Curso de educação física bacharelado, bilucavanzin@hotmail.com.

3 Acadêmico, Univates, Curso de educação física bacharelado, fabian_barbosa1975@hotmail.com.

4 Acadêmica, Univates, Curso de educação física bacharelado, patiamng@hotmail.com.

5 Supervisora, Univates, Curso de educação física bacharelado, aleveit@univates.br.

6 Professora, Univates, Curso de educação física bacharelado, taisprinz@univates.br.

7 Professor, Univates, Curso de educação física licenciatura, rodrigorother@univates.br.

8 Professor, Univates, Curso de educação física bacharelado, ldrrosa@univates.br.

ESTUDO DE CASO SOBRE PLANO DE ATIVIDADES COM INDIVÍDUO PORTADOR DE TRAUMA RAQUIMEDULAR NÍVEL C6

Leonardo Roberto Gassen¹, Lucas Rufino Marmitt², Diego Camargo Hobus³, Taís Prinz Cordeiro⁴, Leonardo De Ross Rosa⁵

Resumo: O traumatismo raquimedular é uma agressão à medula espinhal que pode ocasionar danos neurológicos, tais como alteração das funções motora, sensitiva e autônoma (BRUNI, 2004). O TRM envolve uma série de complicações, dentre elas o choque medular, que representa uma repentina perda da atividade reflexa na medula espinhal (arreflexia) abaixo do nível do trauma. Os músculos enervados pela parte do segmento da medula situada abaixo do nível da lesão ficam completamente paralisados e flácidos e os reflexos são ausentes (SMELTZER et al., 1994 apud BRUNI et al., 2004). O termo tetraplegia, segundo Defino (1999), refere-se à perda da função motora e ou sensitiva nos segmentos cervicais da medula espinhal devido à lesão dos elementos neuronais no interior do canal vertebral. A tetraplegia resulta em alteração das funções dos membros superiores, tronco, membros inferiores e órgãos pélvicos, não sendo incluídas nessa categoria de lesão as lesões do plexo braquial e nervos periféricos fora do canal vertebral. **Objetivo:** Através da disciplina de Educação física e Inclusão, objetivou-se por meio do basquete adaptado e da hidroginástica adaptada, realizar exercícios visando desenvolver destreza no deslocamento com cadeira de rodas, fortalecimento muscular, visando à resistência muscular para melhora da independência funcional em transferências posturais (cadeira de rodas para cama, solo, carro, vaso sanitário). **Procedimentos metodológicos:** Estudo qualitativo do tipo estudo de caso, sobre o qual foram realizados por quatro encontros, planos de atividades relacionados ao basquete adaptado (três planos de aula) e hidroginástica adaptada (um plano de aula). Os locais realizados foram no complexo poliesportivo e na piscina adaptada fisioterápica (ambos na Univates). **Resultados:** Observou-se que os exercícios propostos nos planos de atividades foram satisfatórios, pois apesar do indivíduo ser diagnosticado como tetraplégico nível C6, por meio de cirurgias e sessões semanais de fisioterapia e hidroginástica, tem boa funcionalidade dos membros superiores, com exceção dos flexores dos dedos da mão esquerda. Por meio de exercícios em circuito, realizavam-se exercícios com altas repetições visando melhora da resistência muscular. **Conclusão:** Em suma, com base nos planos de atividades propostos, buscou-se realizar uma melhora da independência funcional do indivíduo. Sugere-se a consistência de uma rotina de exercícios semanalmente a fim de perder os benefícios fisiológicos. Os esportes adaptados dão excelentes oportunidades para os portadores de deficiência medulares, que muitas vezes não tem a devida acessibilidade que merecem, tanto em relação aos esportes como pela sociedade.

Palavras-chave: Educação física e inclusão. Trauma raquimedular. Tetraplegia.

REFERÊNCIAS

BRUNI, Denise Stela et al. Aspectos fisiopatológicos e assistenciais de enfermagem na reabilitação da pessoa com lesão medular. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 38, n. 1, p. 71-79, março 2004.

DEFINO, Helton L. A. Trauma raquimedular. **Medicina, Ribeirão Preto**. v. 32, n. 4, p. 388-400, outubro/dezembro. 1999.

SILVA, Gelson Aguiar da et al. Avaliação funcional de pessoas com lesão medular: utilização da escala de independência funcional - MIF. **Texto contexto - enferm.** Florianópolis, v. 21, n. 4, p. 929-936, dezembro, 2012.

1 Acadêmico, Univates, Educação Física - Bacharelado, leonardo_gassen@hotmail.com.

2 Acadêmico, Univates, Educação Física - Licenciatura, lucasrmitt2@gmail.com

3 Acadêmico, Univates, Educação Física - Bacharelado, dyeguu@yahoo.com.br

4 Mestre Professora, Univates, Educação Física – Bacharelado e Licenciatura, taisprinz@yahoo.com.br

5 Mestre Professor, Univates, Educação Física – Bacharelado e Licenciatura, ldrrosa@univates.br

ESTÁGIO DE ATENDIMENTO COMPARTILHADO NA CURES: EXPERIÊNCIA INTERDISCIPLINAR ENTRE OS CURSOS DE PSICOLOGIA E EDUCAÇÃO FÍSICA

Paulo Ricardo Daltoé, Alessandra Veit, Rodrigo Lara Rother

Resumo: No estágio desenvolvido na Clínica Universitário Regional de Educação e Saúde (CURES), diferentes cursos de graduação da área da saúde prestam serviço de forma interdisciplinar a usuários indicados através da rede que compõem o Sistema Único de Saúde e algumas escolas dos municípios conveniados. **Objetivo:** Através do trabalho conjunto dos cursos da Psicologia e Educação Física, observando suas demandas, o usuário de forma integral, compreendendo os aspectos que o norteiam e o permeiam, objetivamos desenvolver suas potencialidades de modo a contribuir para a formação de futuros profissionais da saúde, bem como, auxiliar o usuário no encontro de seu equilíbrio psíquico e fisiológico. **Procedimentos e Métodos:** Através de atendimentos que buscam compreender as reais demandas dos usuários e a partir daí criar atividades e estratégias de atendimento e cuidado desse usuário, utilizamos dinâmicas, atividades físicas, atividades de reflexão sobre diversos assuntos que o usuário mostra interesse. Buscando sempre trabalhar em rede, para assim podermos fazer um Plano Terapêutico Singular (PTS), que são estratégias de atendimentos e assuntos abordados, onde o usuário, estagiários e a rede em conjunto constroem esse plano de atendimento. **Resultados:** Com esse modo interdisciplinar de acolher e atender os usuários da CURES, feita pelos estagiários, podemos observar uma melhorias nas relações interpessoais, fortalecimento de vínculo dos usuários com os estagiários, evoluções graduais nos atendimentos. **Conclusão:** Conclui-se que o trabalho interdisciplinar proposto na CURES tem contribuído na promoção de saúde dos usuários e em uma formação mais qualificada dos estagiários como futuros profissionais da saúde.

Palavras-chave: Interdisciplinar. Usuário. Promoção da Autonomia.

ESTÁGIO DE ATENDIMENTO COMPARTILHADO NA CURES: EXPERIÊNCIA INTERDISCIPLINAR ENTRE OS CURSOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA, PSICOLOGIA E FISIOTERAPIA

Évelin Steffens, Alessandra Veit, Taís Prinz Cordeiro

Resumo: Este trabalho aborda experiências e vivências obtidas durante o Estágio I, do curso de Educação Física, desenvolvido na Clínica Universitária Regional de Educação e Saúde (CURES) da Univates. A CURES traz como filosofia a atenção à saúde com práticas interdisciplinares, e estão envolvidos neste trabalho diversos cursos da área da saúde. **Objetivo:** Contribuir para o desenvolvimento do equilíbrio pessoal e como um todo do usuário que a equipe atende, e refletir sobre a proposta do Estágio na CURES. **Procedimentos e Métodos:** Através do trabalho em conjunto dos três estagiários dos respectivos cursos: Educação Física, Psicologia e Fisioterapia; são realizados atendimentos semanais a um usuário que sofreu um assalto, e como consequência levou mais de dois tiros, o que ocasionou um TCE (Traumatismo Cranioencefálico) e demais sequelas. Este usuário busca ajuda física e psicológica. Nos encontros procura-se compreender as reais demandas do mesmo para a partir disso, criar atividades e estratégias de atendimento. Na maioria dos encontros acontecem reflexões sobre diversos assuntos relacionados ao usuário, e em outros, atividades físicas e/ou de fisioterapia buscando mobilidade de membros e redução de possíveis dores. **Resultados:** Devido o envolvimento interdisciplinar do grupo de estagiários com o usuário, pudemos observar uma melhora nas relações interpessoais, na confiança do mesmo com os estagiários através da criação de um vínculo e também na evolução dos relatos dele durante os atendimentos. **Conclusão:** O estágio ainda não foi encerrado, mas já se percebe que o trabalho interdisciplinar que acontece na CURES é muito válido e contribui muito na promoção a saúde física e psicológica dos usuários que têm a oportunidade de serem atendidos lá. Nota-se também que o estágio ajuda em uma formação mais qualificada dos estagiários.

Palavras-Chave: Usuário. Estágio. Interdisciplinar.

ESTÁGIO NA CURES: AÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA COMO AUXILIARES NO ATENDIMENTO DE UM CASO ESPECÍFICO DA PSICOLOGIA

Daniela Patrícia Braga¹, Leonardo de Ross Rosa², Rodrigo Lara Rother³

Resumo: A Clínica Universitária Regional de Educação e Saúde (CURES) que funciona na Univates, tem suas atividades voltadas para saúde mental, do trabalhador e do idoso. Os atendimentos são realizados por meio dos convênios entre prefeitura e Unives. Os casos são organizados e planejados de forma interdisciplinar. Um destes atendimentos é com o usuário “Be” que tem nove anos, diagnosticado com Transtorno de Déficit de Atenção Hiperatividade (TDAH), faz uso contínuo de medicação, é órfão e vive em um lar com duas mães sociais e demais crianças. Frequentava a CURES pelo segundo semestre. A Educação Física entra com uma força diferencial num momento chave para que este usuário traga suas demandas com maior objetividade, em se tratar de um trabalho voltado para o movimento estimulando uma maior aproximação, o toque e a criação de novos vínculos, seja como facilitador para a intervenção psicológica ou como simples gatilho. **Objetivos:** A presente intervenção busca maximizar o desempenho do atendimento específico que vem sendo realizado pela estagiária de psicologia, com o Usuário, onde vinha percebendo a necessidade de uma mudança na abordagem. Através do estudo do caso e da demanda do usuário os objetivos com ele são: trabalhar higiene pessoal, compreensão de regras, percepção corporal, respeitar espaços e permissões, atenção focal, estimular o cuidado para com materiais pertencentes a ele e dos outros. **Procedimentos Metodológicos:** Dentro destas perspectivas utilizaremos dois espaços e dois métodos: um deles, com o usuário na piscina, de forma individual e em dupla, onde abordaremos alguns dos objetivos, entre eles a higiene pessoal, cuidados com pertences; o outro, método de circuito funcional, onde colocaremos dentro das estações o trabalho com objetivo de aprimorar a atenção focal, respeito aos espaços. **Resultados esperados:** Esperamos que até o final das intervenções o usuário consiga demonstrar evolução quanto aos objetivos citados. A avaliação se dará de forma qualitativa, a partir do relato da estagiária da psicologia e da supervisora do caso. **Considerações Finais:** Acreditamos que seja um caso para contínuo acompanhamento do profissional de Educação Física que, além de mostrar de forma objetiva o que realmente o usuário quer trazer, trata de maneira natural e direta.

Palavras-chave: TDHA. Educação Física. Interdisciplinar.

1 Licenciada e Acadêmica do Curso de Bacharel em Educação Física, Unives, danielapatriciabraga@hotmail.com.

2 Mestre em Educação, Professor Curso de Educação Física-Bacharelado da Unives, ldrrosa@unives.br.

3 Mestre, Docente do Curso de Educação Física na Unives, rodrigorother@unives.br.

ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE I EDUCAÇÃO FÍSICA, SAÚDE E INCLUSÃO

Daniela Beatriz da Silva¹, Leonardo de Ross Rosa²

Resumo: A academia é vinculada com a saúde pública, à estrutura da ESF, podem ser atendidas a população em geral e usuários da unidade de saúde, residentes na cidade de Lajeado e região. Sua estrutura envolve serviços para a prática de atividade física, parceria junto com o posto de saúde, onde constam enfermeiras e nutricionistas. **Objetivos:** Gerais - avaliar, contribuir e promover práticas saudáveis para ter uma boa qualidade de vida. Específicos - avaliar como é a qualidade de vida dessas pessoas que frequentam a Academia da Saúde; propor atividades para contribuir com a melhora dessa qualidade de vida; promover momentos para passar conhecimentos sobre modos de vida mais saudáveis. **Procedimentos metodológicos:** Serão realizados dois encontros por semana, onde são atendidas três turmas por encontro, são elas: Turma Jovem Guarda (duas turmas) – pessoas acima de 60 anos; Turma entre Damas (três turmas) – mulheres entre 20 e 60 anos; Turma Ciranda Cirandinha (uma turma) – crianças. A profissional envolvida é a professora Andressa Araújo. Serão realizadas atividades para trabalhar a integração e socialização com o grupo, conversas e orientações sobre uma boa qualidade de vida e atividades físicas. As atividades desenvolvidas serão discutidas e planejadas junto com a profissional responsável. Como ação diferencial iremos aplicar o questionário do IPAC, para avaliar o nível de atividade física dessas pessoas que frequentam a Academia da Saúde. Existem duas versões do questionário do IPAQ, versão curta, e a versão longa. Aplicaremos a versão curta, que é composta por sete questões, e seus dados permitem calcular o tempo gasto por semana em diferentes extensões de atividade física, como, caminhadas e esforços físicos de intensidades moderada e vigorosa, e também, de inatividade física, que seria, o tempo gasto na posição sentada. **Resultados esperados:** Acreditamos que com a aplicação do questionário, junto com conversas e atividades físicas, iremos contribuir com a melhora na qualidade de vida das pessoas frequentadoras da academia. **Considerações finais:** A partir desse estágio esperamos conseguir atingir os objetivos do mesmo, para que os frequentadores da academia tenham hábitos de vida mais saudáveis.

Palavras-chave: Academia. Atividades físicas. Qualidade de vida.

¹ Acadêmica do Curso de Educação física – Bacharelado, UNIVATES, dany@universo.univates.br.

² Professor pertencente ao Curso de Educação Física, UNIVATES, ldrrosa@univates.br.

IMPORTÂNCIA DA ANAMNESE E ELABORAÇÃO DE FICHA-TREINO: PERMITINDO AOS USUÁRIOS DO PROGRAMA ACADEMIA DA SAÚDE UMA MAIOR PERCEPÇÃO ACERCA DAS ATIVIDADES QUE REALIZAM.

Felipe Martini Zambiasi¹, Rodrigo Lara Rother²

Resumo: Este presente trabalho é fruto de uma experiência de estágio realizada no município de Nova Bréscia, precisamente no Programa Academia da Saúde. O objetivo principal deste programa é estimular a criação de espaços e ferramentas adequados para o incentivo e prática de atividade física. É previsto por lei a implementação de polos com infraestrutura e equipamentos direcionados à prática de atividades individuais e coletivas com orientação de profissionais qualificados. Além destas práticas, o desenvolvimento de atividades voltadas à segurança alimentar, nutrição e demais atividades que estimulem hábitos de vida saudáveis também são propósitos a serem desenvolvidos. Na organização destas ações encontram-se profissionais da Atenção Primária à Saúde que atuam na Estratégia de Saúde da Família, especialmente nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF). Junto com esta equipe, estão estudantes da Univates, da disciplina de Estágio 1. **Objetivo:** Elaborar material que sirva como coleta de dados no acesso dos usuários ao serviço (ficha de anamnese e questionário PARQ), além da elaboração de fichas de treino para compreensão e acompanhamento dos usuários ao longo dos atendimentos. **Procedimentos Metodológicos:** A pesquisa caracterizou-se pela elaboração da Anamnese e ficha de treino. Após a elaboração, a anamnese foi entregue à supervisora local com o objetivo de aplicar aos novos usuários. A ficha de treino foi elaborada contendo alguns exercícios possíveis de fazer com o material existente no local, sendo apresentada e aplicada em 10 usuários do programa selecionados para que pudesse ser feito o acompanhamento de seus treinos. Além disso, foi apresentada a Escala de BORG, para que pudéssemos acompanhar a intensidade dos exercícios realizados. A verificação de frequência cardíaca também foi ensinada aos usuários. **Resultados esperados:** Potencializar a segurança e qualidade no atendimento prestado aos usuários. Pela anamnese poderá ser identificada a necessidade de encaminhamento para outro profissional, quando necessário for. Além disso, objetiva-se permitir que os usuários entendam o que estão fazendo, sempre buscando traçar objetivos claros no que diz respeito ao treinamento. Permitir que consigam, de forma simples, mensurar a intensidade de seus esforços durante as atividades.

Palavras-chave: Academia da Saúde. Estágio I. Exercício Físico.

¹ Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, fmz_182@hotmail.com.

² Professor, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, rodrigorother@univates.br.

PERFIL FÍSICO DE ATLETAS SUB 17 DE UMA EQUIPE DE FUTEBOL DE CAMPO

Bruna Schlabitz Battisti¹, Jéssica Luana Dornelles da Costa², Felipe da Cunha Ksesinski³, Tales Rejane Cabeceira⁴, Carlos Leandro Tiggemann⁵

Introdução: O futebol é o jogo coletivo mais praticado e conhecido em todo o mundo, não sendo diferente esta prática no Vale do Taquari. Diversos fatores são fundamentais para um bom rendimento de futuros atletas profissional e evolução da equipe, tais como intensidade de treinamento, força máxima, aspectos psicológicos, desempenho técnico e tático, etc. Além destes fatores é fundamental a realização de uma correta avaliação, para eventual identificação de deficiências físicas e declino do desempenho destes atletas durante uma temporada.

Objetivo: Identificar o perfil físico de atletas sub 17 de uma equipe de futebol de campo do Vale do Taquari. **Procedimentos metodológicos:** Os dados foram coletados em maio de 2016 de uma equipe sub17 de futebol, junto ao Laboratório de Fisiologia do Exercício da Univates, em 31 atletas, com idade entre 15 e 17 anos ($16,29 \pm 0,69$ anos). Os procedimentos constaram a avaliação neuromuscular, que avaliou força absoluta máxima através do teste de 1RM (*leg press*). Já a avaliação cardiorrespiratória ($VO_{2\text{máx}}$) foi estimada pelo teste de YoYo-Test. Para avaliação de potência anaeróbia foi aplicado o Rast Test, e para agilidade o teste do quadrado. E com a avaliação antropométrica avaliou a massa corporal, estatura, dobras cutâneas, diâmetros, perímetros e percentual de gordura que se obteve a força relativa. Os dados foram analisados por meio de média e desvio padrão. **Resultados:** O grupo apresentou $176,26 \pm 6,65$ cm de estatura, $68,90 \pm 6,72$ kg de massa corporal e um percentual de gordura de $9,67 \pm 1,89\%$. A força máxima absoluta foi de $66,41 \pm 17,80$ kg e a força relativa de $0,97 \pm 0,21$ kg/kg⁻¹, enquanto a capacidade cardiorrespiratória decorreu em um $VO_{2\text{máx}}$ de $52,98 \pm 3,34$ ml.min.kg⁻¹. A potência anaeróbia máxima resultou em $727,15 \pm 161,02$, já o índice de fadiga em percentual foi de $36,65 \pm 12,20$ e o teste de agilidade $6,27 \pm 0,28$ segundos. **Considerações finais:** Por meio dos resultados obtidos, a comissão técnica poderá acompanhar o desempenho individual de cada futuro atleta, sanando as deficiências, e contribuir para um melhor desempenho da equipe.

Palavras-chave: Equipe. Avaliação física. Rendimento. Desempenho.

1 Educação Física – Bacharelado, Centro Universitário UNIVATES, bruna.s.battisti@gmail.com

2 Graduação, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física - Licenciatura, jluana@universo.univates.br

3 Especialista em Gestão Profissional do Futebol, INISC, felipek.futebol@gmail.com

4 Administração, Centro Universitário UNIVATES, tales1310@hotmail.com

5 Doutor em Ciência do Movimento Humano, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, cltiggemann@univates.br

PERFIL MOTOR DE CRIANÇAS DO 3º E 4º ANO DE UMA ESCOLA DO MUNICÍPIO DE RELVADO/RS

Bruno De Maman¹, Deiver Adans da Silva Reinoso², Roberto Bruxel³, Leonardo de Ross Rosa⁴

Resumo: As alterações do desenvolvimento motor caracterizam-se por deficiências em diferentes áreas, estando entre elas o desenvolvimento motor grosso. Desta forma atrasos motores podem acarretar em prejuízos na ordem social e psicológica e estes interferir no desempenho escolar. **Objetivo:** avaliar o perfil motor de crianças do 3º e 4º ano de uma escola do município de Relvado/RS. **Procedimentos Metodológicos:** O estudo foi constituído por uma amostra de 10 crianças, estudantes de uma escola da cidade de Relvado/RS, com idade entre nove anos e 10 anos e 11 meses, aparentemente saudáveis. Para se avaliar o perfil motor das crianças foi aplicado o Teste de Desenvolvimento Motor Grosso (TGMD2), que se constitui em um instrumento simples e prático para avaliar o perfil motor de crianças. O teste avalia habilidades motoras fundamentais composto por 12 itens, sendo composto por seis subtestes de locomoção e seis subtestes de controle de objetos. **Resultado:** Na classificação do TGMD-2 4 alunos (40 %) foram classificados como muito pobre, atingindo em média 60,25 no quociente de desenvolvimento motor; quatro alunos estão classificados como pobres, com média de 74,50 pontos no quociente de TGMD-2; um aluno (10 %) foi classificado como abaixo da média, atingindo 82 pontos no quociente de TGMD-2 e um aluno (10 %) estava na média, apresentando valor de 91 no quociente de desenvolvimento motor. **Conclusão:** Concluímos que a aplicação do teste foi de fundamental importância para o conhecimento dos acadêmicos como também se mostra importante na identificação de sinais em dificuldades ou futuras dificuldades na aprendizagem que se relacionam ao desenvolvimento motor de crianças.

Palavras-chave: Desenvolvimento Motor. Crianças. Habilidade.

¹ Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, bruno2846@hotmail.com.

² Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, deiveradans@gmail.com.

³ Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, roberto.bruxel@hotmail.com.

⁴ Professor, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, ldrrosa@univates.br.

PROPOSTA DE ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE I - EDUCAÇÃO FÍSICA, SAÚDE E INCLUSÃO: ATENDIMENTO DE UMA USUÁRIA COM AVE

Fabiele Cristina Imperatori¹, Taís Prinz Cordeiro²

Resumo: O presente estágio se realiza na Clínica Universitária Regional de Educação e Saúde (Cures) do Centro Universitário UNIVATES, tendo como finalidades: representar um espaço para reorganizar a formação e as práticas em saúde, possibilitando vivências interdisciplinares e transdisciplinares, por meio do trabalho em equipes e qualificar a formação dos profissionais e futuros profissionais da área da saúde, mediante a construção coletiva de projetos de intervenção, respeitando as especificidades de cada área. Entre as atividades da Clínica estão o cuidado em saúde mental, saúde do trabalhador e saúde do idoso. As atividades priorizam as necessidades sociais das pessoas ou famílias atendidas e são planejadas em conjunto com as equipes locais, de acordo com as necessidades de cada atendido. Assim, nossa usuária foi encaminhada aos atendimentos através da ESF do Bairro Montanha de Lajeado. Trata-se de uma senhora de 70 anos que sofreu um Acidente Vascular Cerebral Isquêmico (AVC).

Objetivos: melhorar a autonomia da usuária, desenvolvendo a mobilidade funcional por meio de atividades e exercícios realizados durante o estágio. **Procedimentos metodológicos:** estão sendo realizadas atividades funcionais com a usuária, no período de uma vez por semana, com sessão de duração de 45 minutos, para que a mesma possa aos poucos voltar a conseguir fazer suas tarefas diárias de forma autônoma. Realizamos a confecção de uma salada de frutas onde a usuária descascou as frutas, confeccionamos almofadinhas de tecido, ralamos legumes com a utilização de um ralador para fazer salada, sempre estimulando a fala e a demonstração de quais atividades ela gostaria de realizar a próxima semana, entre outras atividades. **Resultados:** víhamos conseguindo realizar diversas atividades com a usuária, tendo um progresso na autonomia da mesma, porém na semana do dia 15 de outubro de 2016, ela teve mais um AVE, impossibilitando-a de comparecer aos atendimentos. Assim, conversamos com seu esposo que se trata de seu cuidador, e ele nos relatou que ela está se recuperando. **Conclusão:** Até o momento em que conseguimos desenvolver as atividades com a usuária, a mesma demonstrou estar com mais autonomia, mostrando-nos o que gostaria de fazer ou não de atividades.

Palavras-chave: AVE. Autonomia. Atividades Funcionais.

¹ Acadêmica, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física Bacharelado, fimperatori@universo.univates.br

² Professora orientadora, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física Bacharelado, taisprinz@yahoo.com.br.

QUALIDADE DE VIDA DOS USUÁRIOS DA ACADEMIA DA SAÚDE DE NOVA BRÉSCIA

Bruno De Maman¹, Rodrigo Lara Rother²

Resumo: O programa Academia da Saúde tem como objetivo principal estimular a criação de espaços adequados para a prática de atividade física. O projeto prevê a implantação de polos com infraestrutura e equipamentos direcionados à prática de atividades individuais e coletivas com orientação de profissionais qualificados. Também, esta previsto o desenvolvimento de atividades de segurança alimentar, nutrição e outros modos de vida saudável. O desenvolvimento das ações deverá contar com a participação de profissionais da Atenção Primária à Saúde que atuam na Estratégia de Saúde da Família, especialmente nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF). Fazem parte deste grupo de trabalho alunos do Estágio I do Educação Física da Univates. **Objetivo:** Comparar os níveis de Qualidade de Vida dos usuários da academia que fazem somente atividades na academia com usuários que fazem também outras atividades além desta. **Procedimentos Metodológicos:** A pesquisa classificou-se como um estudo transversal, a população consistiu de 20 usuários da Academia da Saúde de Nova Bréscia com idade média de $58,15 \pm 22,62$ anos. A amostra foi dividida em dois grupos, um que só fazia academia (GA) e outro que fazia outras atividades proporcionadas pela prefeitura municipal (GO). Para análise da Qualidade de Vida foi aplicado o questionário WHOQOL-bref, validado pela Organização Mundial da Saúde. Esse instrumento avalia a qualidade de vida dividindo-a nos domínios físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. **Resultados:** O GA teve uma média pelo quociente de variação do teste WHOQOL-bref de $76,84 \pm 7,12\%$ e o GO obteve média de $75,97 \pm 12,44\%$, não mostrando diferença significativa entre os grupos. **Conclusão:** Não há diferença quanto ao nível de qualidade de vida entre o grupo que faz somente academia e o grupo que pratica também outras atividades.

Palavras-chave: Academia da Saúde. Estágio I. Qualidade de Vida.

¹ Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, bruno2846@hotmail.com.

² Professor, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, rodrigorother@univates.br.

RELATO DE EXPERIÊNCIA NO ATENDIMENTO INTERDISCIPLINAR

Aline Carla Zanatta, Taís Prinz Cordeiro

Resumo: O presente trabalho aborda as vivências práticas do Estágio Profissionalizante I – Educação Física, Saúde e Inclusão desenvolvidas no semestre B de 2016, na Clínica Universitária Regional de Educação e Saúde (CURES) do Centro Universitário UNIVATES, em um atendimento individual, no qual está sendo realizado atendimento por uma acadêmica da Educação física e outra de psicologia. A CURES tem em vista a integralidade da atenção em saúde e as atividades são pensadas e planejadas pela equipe que prioriza as necessidades de cada indivíduo que for atendido no local. **Objetivo:** Refletir sobre a proposta de estágio junto a CURES, a qual tenta atender a demanda do usuário. **Procedimentos metodológicos:** Esse trabalho é de abordagem qualitativa e de natureza descritiva, uma vez que visa realizar uma reflexão de uma prática que está sendo realizada. A proposta de estágio está ocorrendo através dos atendimentos de um usuário do sexo masculino, de nove anos de idade o qual há dois anos foi abandonado pela mãe e encaminhado para a CURES pela escola por ser um aluno agressivo e que tinha muitas dificuldades de aprendizagem. O atendimento ocorre uma vez por semana e tem duração aproximada de 45 minutos. **Resultados:** O estágio ainda está em andamento, mas já se percebe um desenvolvimento da confiança e autonomia do usuário na realização das atividades oferecidas pelo estágio. **Considerações finais:** Mesmo com o estágio ainda em andamento, já se pode dizer que o estágio é uma experiência única, onde podemos desenvolver a nossa escuta e nos colocar no lugar do outro, também é um local onde aprendemos a trabalhar em equipes e a realizar atendimentos multidisciplinares.

Palavras-chave: Interdisciplinar. Equipe. Autonomia.

SUJEITOS ATIVOS E SEDENTÁRIOS EM RELAÇÃO ÀS PERCEPÇÕES DE DISTÂNCIAS

Carolina Gedoz¹, André Luiz Lopes²

Resumo: A literatura explora pouco a relação sobre o motivo que leva sujeitos a gostarem ou não da realização e adesão de práticas de atividade física. A psicóloga Emily Balcetis realizou dois estudos (2011 e 2013) em relação aos níveis de percepção que afetam diretamente o modo como vemos diferentes situações tentando compreender por que algumas pessoas enxergam o exercício físico de uma forma mais prazerosa e outros não. **Objetivo:** analisar se existe diferença entre valores antropométricos e a percepção de distâncias e velocidade de execução de atividade física em sujeitos sedentários e fisicamente ativos. **Materiais e Métodos:** Este estudo é caracterizado por uma pesquisa experimental quantitativa. A amostra, que foi selecionada por conveniência, contou com indivíduos do sexo feminino, com idades entre 20 e 40 anos, praticantes e não praticantes de exercícios físicos. Submetidos à avaliação antropométrica, índice de massa corporal (IMC), relação cintura/quadril (RCQ), teste de percepção de distância e aplicação do questionário internacional de atividade física (IPAQ) – versão curta. **Resultados:** foram verificadas diferenças significativas nas dobras cutâneas, na percepção de distância e no tempo de deslocamento, quando comparados os grupos ativos e sedentários. Não houve diferenças significativas na massa corporal, índice de massa corporal (IMC) e relação cintura/quadril (RCQ). **Conclusões:** O grupo dos participantes ativos que possui menor adiposidade corporal, perceberam as três distâncias estipuladas mais curtas e percorreu a distância de 90 (noventa) metros em menor tempo, em comparação ao grupo de sedentários. Possivelmente, as discrepâncias presentes no estudo, estão associadas à inatividade física, má alimentação e fatores psicológicos. Todos esses fatores interferem diretamente na motivação do sujeito, quando influenciado a realizar uma tarefa.

Palavras-chave: Percepção. Motivação. Exercício Físico.

¹ Acadêmica, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física, carolgedoz@yahoo.com.br.

² Doutor em Ciências do Movimento Humano, andregym23@hotmail.com.

TREINAMENTO

A UTILIZAÇÃO DO SOFTWARE KINOVEA PARA ANÁLISE DE MOVIMENTOS DE ATLETAS DA GINÁSTICA DE TRAMPOLIM – UM ESTUDO DE CASO

Alexandre Possamai¹, Marcos Minoru Otsuka², Carlos Leandro Tiggemann³

Resumo: A cinemetria é um ótimo método existente e validado para controle da postura em movimento na área da biomecânica, utilizado por meio de câmeras de vídeo. Na área da biomecânica, a cinemetria é utilizada para detectar variáveis como o deslocamento, a velocidade, a posição e a orientação do corpo e de suas partes no espaço, principalmente para avaliar os ângulos. A utilização da cinemetria está cada vez mais presente no mundo esportivo, com o objetivo principalmente de identificar e selecionar o melhor movimento esportivo. O software Kinovea. Setup é um dos softwares utilizados para essas análises esportivas, podendo auxiliar de forma direta no treinamento esportivo de atletas. **Objetivo:** Utilizar o software Kinovea. Setup, para análise do gestual esportivo de atletas da Ginástica de Trampolim. **Procedimentos Metodológicos:** O presente estudo de caso, descreve a análise técnica e biomecânica de atletas entre 11 e 17 anos, todos da equipe de Ginástica de Trampolim, realizada durante a disciplina de Estágio Profissionalizante II. A análise dos movimentos no trampolim foi feita através do software Kinovea. Setup, sendo a análise realizada durante as séries que os atletas possuíam maiores dificuldades, sendo analisado os vídeos, os ângulos de determinados pontos anatômicos, como a do quinto metatarso, maléolo lateral, côndilo lateral, quadril, centro do úmero, epicôndilo lateral e trago de ambos os lados, todos estes demarcados com adesivo pimaco 12mm. **Resultados:** A partir da análise biomecânica e técnica durante a apresentação, foi possível identificar nos atletas uma maior compreensão e facilidade de assimilar o que estava certo e o que precisaria melhorar na sua série, auxiliando os atletas de forma direta para uma melhor execução de suas séries, principalmente em novos movimentos. **Considerações Finais:** A cinemetria é sim um facilitador para análise técnica e biomecânica, principalmente se utilizada em âmbito esportivo.

Palavras-chave: Cinemetria. Análise. Atletas. Ginástica de Trampolim.

¹ Graduando do Curso de Educação Física – Bacharelado, Centro Universitário UNIVATES, email: apossamai2@gmail.com.

² Profissional de Educação Física, Técnico da equipe, email: minoru@univates.br.

³ Profissional de Educação Física, Professor orientador do estágio, email: cltiggemann@univates.br.

CORRELAÇÃO ENTRE A FORÇA MÁXIMA DE MÚSCULOS ABDUTORES E ADUTORES HORIZONTAIS DE OMBRO EM HOMENS E MULHERES

Roger Rieger¹, Luis Carlos Barbosa², Jeremias Henrique Koppe³, Carlos Leandro Tiggemann⁴

Resumo: O *American College of Sports Medicine* (ACSM, 2002) destacou os benefícios dos exercícios de força objetivando a saúde. Dentre esses benefícios, estão inclusos a melhora da força, potência, resistência muscular e aumento de massa magra. **Objetivo:** Correlacionar a força máxima de músculos abdutores horizontais de ombros com a de adutores horizontais de ombro em homens e mulheres. **Procedimentos Metodológicos:** Para realização do estudo utilizamos dez indivíduos, saudáveis, sendo cinco do sexo masculino e cinco do sexo feminino. Foram realizados testes de uma repetição máxima (1RM) nos exercícios de remada sentada (abdução horizontal de ombro) e supino reto (adução horizontal de ombro). Para ambos os exercícios foram utilizados uma série de aquecimento com baixa carga, com aumento gradativo da carga, sendo adotado um intervalo de 3 a 5 minutos entre cada tentativa. Para a associação entre os valores de 1RM foi utilizada a correlação de Pearson ($p<0,05$). **Resultados:** Os números encontrados apontam para uma correlação de $r = 0,94$ para os homens e de $r = 0,77$ para as mulheres. **Considerações finais:** Acerca dos resultados obtidos percebemos que a diferença entre os músculos em questão, no sexo masculino é reduzida, apresentando apenas 15% em favor dos abdutores. No entanto, no sexo feminino esta diferença chegou a 41%, sendo novamente maior nos músculos abdutores de ombro. Assim, essa diferença nos níveis de correlação pode ser justificada por um menor nível de treinamento do grupo muscular de adutores horizontais de ombros nas mulheres, uma vez que os homens participantes do estudo relataram maior frequência a academias de musculação.

Palavras-chave: Musculação. Força Máxima. Teste de 1RM. Exercícios de Força.

REFERÊNCIAS

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). Progression models in resistance training for healthy adults. *Med Sci Sports Exerc*, v.34, n.2, p.364–380, 2002.

1 Graduando em Educação Física Bacharelado no Centro Universitário UNIVATES, roger.rieger@gmail.com

2 Graduando em Educação Física Bacharelado no Centro Universitário UNIVATES, barbosa.luizcarlos@yahoo.com.br

3 Graduando em Educação Física Bacharelado no Centro Universitário UNIVATES, jererique@gmail.com

4 Doutor em Ciência do Movimento Humano, professor do curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário UNIVATES, cltiggemann@univates.br

IMPORTÂNCIA DA PROXIMIDADE DA FAMÍLIA NA FORMAÇÃO ESPORTIVA DE JOVENS ATLETAS NA PERSPECTIVA DA QUALIDADE DE VIDA

Bárbara Schinader¹, Rodrigo Lara Rother²

Resumo: Para tornarem-se atletas profissionais muitos jovens deixam o convívio de suas famílias para treinarem em clubes que são referência na formação de atletas. Por conta disso, alguns clubes possuem alojamentos para receber da melhor forma possível esses atletas, são as chamadas “Repúblicas”. Essa realidade pode afetar a Qualidade de Vida (QV) dos atletas de forma significativa, mesmo obtendo outros benefícios que o esporte proporciona em contrapartida a isso. Dentre as práticas esportivas mais populares do Brasil está o voleibol. Graças às várias conquistas das seleções nacionais, sendo a última delas o título olímpico no Rio 2016, desperta o interesse de vários jovens por todo o país. **Objetivo:** Este estudo terá por objetivo analisar a percepção da QV e do rendimento esportivo de atletas de voleibol feminino de base que moram em uma “República” e comparar com atletas que moram com suas famílias. **Procedimentos metodológicos:** Esta pesquisa terá abordagem quali-quantitativa e será exploratório-descritiva-comparativa. A população do estudo será uma equipe de voleibol feminino de base do interior do Rio Grande do Sul que mantém uma “República” para receber as atletas com origem em municípios distantes. Participarão 30 atletas femininas, com idade entre 14 e 17 anos. A escolha da amostra será intencional, contemplando 15 atletas que moram no alojamento da equipe e igual número que moram em casa com suas famílias. Os instrumentos usados serão o WHOQOL-bref para avaliação da QV e um Questionário Esportivo, com seis perguntas abertas que relacionam rendimento no voleibol e morar em casa ou na “República”. Todas as atletas receberão um Termo de Assentimento (TA), no qual aceitam participar do estudo e um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para ser assinado pelos participantes e pelos seus responsáveis, os quais autorizam a participação de suas filhas no estudo. **Resultados esperados:** Os níveis da QV nas dimensões física e social das atletas que moram na “República” tendem a ser mais altos quando comparado às que moram com os pais, pelas interações sociais e pela possibilidade de maior descanso e recuperação entre treinos e jogos. **Conclusão:** São raros os estudos em QV com atletas em formação e relacionados a proximidade com a família, esperando-se assim contribuir com novos conhecimentos na área.

Palavras-chave: Qualidade de Vida. Voleibol. Equipes de base.

¹ Acadêmica, Univates, Educação Física - Licenciatura, ba8_volei@hotmail.com.

² Doutorando em Ambiente e Desenvolvimento, Univates, rodrigorother@univates.br.

PROJETO DE PESQUISA: ASSOCIAÇÃO DOS NÍVEIS DE MASSA MUSCULAR COM A CAPACIDADE FUNCIONAL DE MULHERES IDOSAS

Daniela Beatriz da Silva¹, Augusto Brugnera², Carlos Leandro Tiggemann³

Resumo: A população idosa está aumentando a cada ano, estima-se que em 2025 o Brasil terá um aumento de aproximadamente 33 milhões, tornando-se assim, o sexto país no mundo com a maior percentual de população idosa. O envelhecimento tem sido descrito como um conjunto de processos, característico a todos os seres vivos e que se demonstra pela perda da capacidade de adaptação e pela diminuição da funcionalidade, associado assim a inúmeras alterações com repercuções na mobilidade, autonomia, funcionalidade e saúde desta população, desta maneira, na sua qualidade de vida. Embora esse aumento da população idosa seja um sinal na melhora da qualidade de vida, é notável que o envelhecimento está direcionado a perdas de inúmeras capacidades físicas. A redução de massa muscular é considerada um dos principais fatores associados com essa perda, causando dependência e aumento da fragilidade. **Objetivo:** Tem como objetivo relacionar os níveis de massa muscular com a capacidade funcional de mulheres idosas. **Procedimentos metodológicos:** A pesquisa classifica-se como descritiva correlacional. A população será constituída por 30 mulheres com idade entre 60 e 75 anos. Todas participarão de testes para avaliar a capacidade funcional e sarcopenia. Para avaliação da capacidade funcional, serão realizados os seguintes testes: subir degraus, sentar e levantar em uma cadeira e Timed Up-and-Go. Para avaliar a sarcopenia será feita a antropometria, e por meio de medidas de perimetria e dobras cutâneas, avaliar o grau de sarcopenia de cada indivíduo. **Resultados esperados:** A partir dos testes realizados, acredita-se que a massa muscular pode ter relação com a capacidade funcional das mulheres idosas. **Considerações finais:** Esse estudo tem como importância informar se a perda de massa muscular, sarcopenia, pode prejudicar a capacidade funcional da pessoa idosa.

Palavras-chave: Envelhecimento. Massa muscular. Capacidade funcional. Mulheres idosas.

1 Acadêmica do Curso de Educação Física – Bacharelado, Univates, dany@universo.univates.br.

2 Acadêmico do Curso de Educação Física – Bacharelado, Univates, augustoguto9@hotmail.com.

3 Professor Dr. do Curso de Educação Física, Univates, cltiggemann@univates.br.

A INFLUÊNCIA DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NO EQUILÍBRIO EM IDOSAS

Fabian Arruda Barbosa¹, Bruno De Mamann², Daniela Beatriz da Silva³, Augusto Brugnera⁴, Rômulo Augusto Scherer⁵, Carlos Leandro Tiggemann⁶

Resumo: A expectativa de vida população mundial vem crescendo consideravelmente nos últimos anos, resultando no aumento da população idosa, sendo que no Brasil seguimos esta tendência mundial. O envelhecimento pode ser conceituado de diferentes formas, dentre as quais a definição mais difundida é a perda da eficiência dos processos morfológicos e funcionais, fatores que são responsáveis por possíveis quedas, traumas e doenças relacionadas aos idosos. **Objetivo:** Avaliar a influência do nível de atividade física no equilíbrio de idosas.

Procedimentos Metodológicos: O estudo foi constituído por uma amostra de 15 idosas, com idade entre 60 e 78 anos, aparentemente saudáveis. Para se avaliar o nível de atividade física das idosas foi aplicado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), que se constitui em um instrumento simples e prático para avaliar as atividades desenvolvidas na última semana, como atividades domésticas, exercício físico e transporte. Após responderem o IPAQ as idosas foram divididas em dois grupos, grupo idosas sedentárias (GSED) com oito idosas e o grupo ativas (GATI) com 7 idosas. Para a avaliação o equilíbrio foi utilizado o instrumento da Escala de Equilíbrio de Berg, que tem por finalidade para avaliar o equilíbrio funcional, com base em 14 itens comuns para a vida cotidiana. A pontuação máxima a ser alcançado nesta escala é 56 e cada item tem uma escala ordinal que consiste em cinco opções variando de 0 a 4 pontos de acordo com o nível de dificuldade (quanto maior a pontuação, melhor o equilíbrio). Os dados estatísticos foram apresentados por meio da estatística descritiva (média ± desvio padrão). A comparação das médias das variáveis entre os grupos foi testada por meio do teste t independente. Um nível de significância de $p < 0,05$ foi utilizado. **Resultado:** O GSED obteve pontuação média de $52,75 \pm 2,31$ e o GATI $54,71 \pm 0,76$, não acusando diferença significativa entre os grupos ($>0,05$). **Conclusão:** Conclui com base no que foi encontrado, que as idosas sedentárias e ativas foram iguais no teste, indicando que o nível de atividade física não tem influência no equilíbrio estático. Se especula que por serem idosas aparentemente saudáveis e atingirem na média dos grupos quase a pontuação total do teste, que a Escala de Equilíbrio de Berg não se mostra uma ferramenta ideal quando queremos comparar o nível de equilíbrio entre os dois grupos de idosas.

Palavras-chave: Nível de atividade física. Idosas. Equilíbrio.

1 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, Fabian_barbosa1975@hotmail.com.

2 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, abrugnera@universo.univates.br.

3 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, bruno2846@hotmail.com.

4 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, dany@universo.univates.br.

5 Acadêmico, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, romulo_fuxo@yahoo.com.br.

6 Professor, Centro Universitário UNIVATES, Curso de Educação Física Bacharelado, cltiggemann@univates.br.

ALTERAÇÕES FISIOLÓGICAS E OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA EM DEPRESSIVOS

Roger Rieger¹, Bruna Schlabitz Battisti², Leonardo de Ross Rosa³

Resumo: A depressão trata-se de um transtorno mental comum, caracterizado por tristeza, perda de interesse, ausência de prazer, oscilações entre sentimentos de culpa e baixa autoestima, além de distúrbios do sono ou do apetite. Também há a sensação de cansaço e falta de concentração. Esta doença é multifatorial, ou seja, com várias causas a determinar sua origem. Autores têm afirmado que estamos ou mesmo somos predispostos a sofrer com a depressão, e existem diferentes disparadores da doença para cada indivíduo, podendo ser: o luto, uma demissão inesperada, separação conjugal, etc. Da mesma forma, configura-se como uma doença sem marcas aparentes, seus sintomas podem passar despercebidos e não há como ser diagnosticada por exames de imagem podendo ser confundida como uma tristeza normal. O indivíduo depressivo apresenta baixa produção do neurotransmissor Serotonina, assim como a baixa produção de outros neurotransmissores como a dopamina e a noradrenalina. **Objetivo:** Identificar as alterações fisiológicas e os benefícios da atividade física em depressivos. **Procedimentos Metodológicos:** foi utilizada a pesquisa bibliográfica. **Resultados:** Diante da pesquisa realizada podemos afirmar que a prática de exercícios físicos com intensidade moderada e de longa duração (acima de 30 minutos) propiciam alívio do estresse ou tensão, devido ao aumento de endorfinas que agem sobre o sistema nervoso, podendo prevenir ou reduzir transtornos depressivos. Autores indicam também que exercícios aeróbicos juntamente a anaeróbicos, três vezes por semana, tem contribuído de forma positiva para diminuição dos sintomas depressivos. **Considerações finais:** Com este estudo podemos afirmar que a atividade física promove benefícios ao indivíduo depressivo. Sendo estes relacionados a condição mental, aumento da autoestima, contribui para a implementação de relações psicossociais e estimula as funções cognitivas, principalmente a capacidade de concentração e memória. É de relevância ressaltar que em grande parte dos estudos realizados há a indicação de exercícios físicos, ou seja, é importante que as atividades a serem realizadas por este indivíduo sejam prescritas por um profissional da Educação Física.

Palavras-chave: Depressão. Exercícios Físicos. Benefício da atividade física.

¹ Graduando em Educação Física Bacharelado no Centro Universitário UNIVATES, roger.rieger@gmail.com

² Graduanda em Educação Física Bacharelado no Centro Universitário UNIVATES, bruna.s.battisti@gmail.com

³ Mestre em Educação, professor do curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário UNIVATES, ldrrossa@univates.br

ALTURA DO SALTO E O TEMPO DE VOO PARA A REALIZAÇÃO DE UM ELEMENTO ACROBÁTICO DA EQUIPE DE GINÁSTICA DE TRAMPOLIM

Cristian Finger, Alexandre Possamai, Marcos M. Otsuka, Carlos L. Tieggemann

Resumo: O desempenho é a execução ótima de uma tarefa de movimento, alem de também ser um componente essencial do esporte em todos os níveis. A evolução na ginástica artística está associada à repetição intensiva de movimentos e séries até atingir certa consistência na execução. Na ginástica de trampolim não é diferente, quanto mais o atleta treinar, melhor será seu desempenho. **Objetivo:** Analisar o tempo de voo do salto com o ganho de altura para a realização de um elemento acrobático com os atletas da equipe de ginástica de trampolim.

Metodologia: A respeito de um relato de estágio de uma equipe de rendimento da modalidade de ginástica de trampolim. A equipe de ginástica da Univates é composta por cinco atletas: duas meninas de 16 anos, e três meninos, um de 17 anos, um de 11 anos e um de 12 anos de idade. Os treinos são realizados, em segundas, quartas, quintas e sextas-feiras. Os atletas treinam de duas horas até três horas por sessão de treino, totalizando dez horas e meia de treino semanal, sendo o treinamento dividido em microciclos semanais. Em cada sessão de treino, são trabalhadas todas as valências físicas para a modalidade, sendo elas a força, potência, resistência e flexibilidade. Além da preparação física, a parte técnica também é realizada nas sessões de treino. Conforme a data de competição, o treinador da equipe, prioriza os trabalhos que necessita mais ênfase, quando a preparação física for a necessidade, a intensidade do treino será alta, porém porem nesta sessão os alunos farão pouco treino específico no trampolim. Em contrapartida, quando o foco for a parte técnica, os atletas executarão um treino de intensidade moderada e com mais ênfase treino específico no trampolim. Para a avaliação dos saltos, é utilizado um cronômetro para marcar o tempo de voo de cada atleta, sendo que para medir a altura de cada salto, utilizamos o sistema de filmagem em câmera lenta, uma fita métrica colocada próxima ao trampolim de salto e analisamos a altura no computador com o programa Kinovea.Setup.0.8.15. **Resultados Esperados:** Com as análises de tempo de voo e de altura atingida pelos atletas, os mesmos deverão ter um melhor desempenho durante os treinos. **Conclusão:** É de suma importância que os atletas tenham em mente qual seu tempo de voo/ salto e a altura que atingem, pois esses dados, somados aos treinos lhes darão um melhor desempenho na execução de um elemento acrobático de grande dificuldade.

Palavras-chave: Ginástica de Trampolim. Técnica. Cinemetria.

ANÁLISE DE DESENVOLVIMENTO MOTOR ATRAVÉS DO TGMD-2 EM CRIANÇAS DE 9 E 10 ANOS DE IDADE

Aline Dorr Schulze¹, Fernanda Bersch², Rafaela Alcará³, Leonardo De Ross Rosa⁴

Resumo: O desenvolvimento motor se refere ao amadurecimento do controle sobre os diferentes músculos do organismo. Cada criança possui uma velocidade diferente no processo de desenvolvimento motor, influenciado pelo contexto que ela está inserida e pelas vivências que possui, repercutindo assim na sua vida futura tanto nos aspectos sociais e intelectuais quanto culturais. Este estudo teve por **objetivo** verificar o desempenho em tarefas de habilidade motora grossa através do teste TGMD-2 (Test of Gross Motor Development – Second Edition) proposto por Ulrich (2000). **Procedimentos Metodológicos:** participaram do estudo 10 crianças com idade entre 9 anos e 0 meses à 10 anos e 11 meses matriculadas na E.M.E.F. São Caetano de Arroio do Meio - RS. Na ocasião foram analisadas 4 meninas e 6 meninos. Foram feitos os 12 (doze) subtestes que compreendem o TGMD-2: correr, galopar, saltar, saltito (pré-coxinho), salto horizontal, corrida lateral, rolar a bola, rebater, driblar, receber, chutar e arremessar. **Resultados:** Houve diferença entre meninos e meninas, observando que em determinados testes as meninas conseguiram realizar melhor e em outras capacidades motoras os meninos apresentaram melhores parâmetros. Notou-se também que os meninos que relataram participar de escola esportiva em turno oposto aos estudos apresentaram melhor desempenho motor na maioria dos testes. **Considerações Finais:** A avaliação do desenvolvimento motor é importante para identificar atrasos e poder agir possibilitando uma melhora no desempenho destas crianças. Quanto mais ricas forem as situações vivenciadas, mais desenvolvido será o esquema corporal e por consequência maior será o aumento qualitativo na coordenação do movimento.

Palavras-chave: Desenvolvimento motor. Teste TGMD-2. Capacidade motora.

¹ Acadêmica, Univates, Educação Física-Bacharelado, alineh_ls Schulze@hotmail.com.

² Acadêmica, Univates, Educação Física-Bacharelado, fezynha_10@hotmail.com.

³ Acadêmica, Univates, Educação Física-Bacharelado, rafaela_alcara@hotmail.com.

⁴ Mestre em Educação, professor da Univates, ldrrosa@univates.br.

COMPARAÇÃO DA CORRIDA EM ESTEIRA E PISTA: REVISÃO NA LITERATURA

Jéssica Luana Dornelles da Costa¹, Bruna Schlabitz Battisti², Carlos Leandro Tiggemann³

Introdução: A capacidade cardiorrespiratória está principalmente ligada ao estado funcional do sistema respiratório, cardiovascular e músculo esquelético, os quais estão diretamente relacionados à condição de saúde de um indivíduo. Atualmente o exercício aeróbio vem sendo muito recomendado para a melhoria do desempenho cardiorrespiratório, sendo representado em muitas vezes por atividades de corrida, a qual pode ser praticada em esteira rolante ou ao ar livre. Já para parâmetros de avaliação cardiorrespiratória, existem protocolos específicos para ergômetros e pista. Desta forma, algumas pesquisas tentam determinar se existem diferenças nos diversos parâmetros entre a corrida em esteira ou pista. **Objetivo:** Comparar parâmetros biomecânicos e fisiológicos da corrida em esteira e em pista. **Procedimentos metodológicos:** Revisão bibliográfica. **Resultados:** A literatura não possui um consenso sobre as comparações entre a corrida em esteira e em pista. Kong et. al (2012) teve como objetivo de sua pesquisa a comparação da percepção da velocidade entre esteira e pista, e conclui que mesmo todos os sujeitos da amostra perceberem estar correndo na mesma velocidade, na esteira a velocidade foi 27,1% mais lento. Em concordância a este achado, Dal et al. (2010) também verificou uma velocidade de corrida menor em esteira (17,2%). Sendo que neste mesmo estudo, o custo energético foi maior em pista devido a uma maior velocidade de corrida, podendo ser explicado pelo fato dos sujeitos não estarem familiarizados com a esteira, por falta de coordenação, equilíbrio e até mesmo o medo de cair. Em contrapartida, Oliveira et al. (2016) encontrou velocidades similares em esteira e pista, com corrida em velocidade preferida. Ainda, constatou que a ativação muscular de músculos dos membros inferiores e a média de passadas, foram semelhantes entre a corrida da esteira e pista. No que se refere ao consumo máximo de oxigênio (VO_2 máx) McMiken e Daniels (1976) concluíram em seu estudo que, em corrida com velocidades máximas o VO_2 máx teve boa correlação ($r = 0,95, p < 0,01$) entre esteira e pista. Meyer et al. (2003) também realizou em seu estudo, corrida com velocidades máximas em esteira e pista, e a variável VO_2 máx não apresentou diferenças significativas, como também para o valor de lactato. **Considerações finais:** Percebe-se a importância de reconhecer as diferenças existentes da corrida realizada em esteira ou pista, para uma prescrição do exercício de forma adequada.

Palavras-chave: Corrida. Esteira. Pista.

REFERÊNCIAS

- DAL, Ugur. et al. Determination of preferred walking speed on treadmill may lead to high oxygen cost on treadmill walking. **Gait & Posture**, v. 31, n. 3, p. 366-369, 2010.
- KONG, Pui W. et al. Unmatched perception of speed when running overground and on a treadmill. **Gait & Posture**, v. 36, p. 46-48, 2012.
- MCMIKEN, D. F. DANIELS, J. T. Aerobic requirements and maximum aerobic power in treadmill and track running. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 8, n.1, p. 14-17, 1976.
- MEYER, Tobias. et al. Maximal oxygen uptake during field running does not exceed that measured during treadmill exercise. **European Journal of Applied Physiology**, v. 88, n. 4, p. 387- 389, 2003.
- OLIVEIRA, Anderson S. et al. Modular Control of Treadmill vs Overground Running. **Journal Pone**, 2016.

1 Graduação, Centro Universitário UNIVATES, Educação Física - Licenciatura, jluana@universo.univates.br

2 Educação Física - Bacharelado, bruna.s.battisti@gmail.com

3 Doutor em Ciência do Movimento Humano, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, cltiggemann@univates.br

CORRELAÇÃO ENTRE OS TESTES DE FORÇA MÁXIMA AVALIADO E ESTIMADO EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Daiana Schmitz¹, Grazielle Cossul², Joice Sanini da Silva³, Carlos Leandro Tiggemann⁴

Resumo: Repetição máxima é a capacidade do músculo ou grupamento muscular de gerar tensão máxima em uma única repetição. Poucos estudos têm investigado a confiabilidade de testes de repetição máxima estimado, relacionando o mesmo com respostas à força máxima avaliada. **Objetivo.** Correlacionar os testes de força máxima avaliado e estimado em diferentes exercícios de musculação. **Metodologia.** A avaliação foi realizada com 19 alunos do sexo feminino e masculino, com idades entre 21 a 33 anos do Centro Universitário UNIVATES, da disciplina de Musculação. Para mensurar os testes de força máxima, foi utilizado para membros superiores o exercício supino na máquina e para membros inferiores o extensor de joelhos unipodal, através do teste de uma repetição máxima (1RM Avaliado) (Baechle e Earle, 2000) e 1RM Estimado (Lombardi 1989), por meio do uso de repetições máximas. Para verificar a associação entre os testes, a correlação Pearson foi adotada ($p<0,05$). **Resultados.** Os valores de média e desvio padrão para o supino máquina foram de $39,28\pm19,63$ kh no teste de 1RM avaliado e $39,07\pm19,63$ kg no teste de 1RM estimado. Já no extensor de joelho unipodal, a média ficou em $57,35\pm23,75$ kg no teste 1RM avaliado e $55,74\pm23,51$ kg no teste de 1RM estimado. Quanto à correlação entre os dois testes de força máxima avaliado e estimado, os resultados apresentam uma correlação significante ($p<0,05$), sendo de $r=0,93$ para membros superiores e $r=0,97$ para membros inferiores. **Conclusão.** O teste de 1RM estimado apresenta forte correlação com o teste de 1RM avaliado. Através deste estudo concluiu-se que ao realizar o teste de 1RM estimado obtém-se resultados muitos próximos aos valores de 1RM avaliado, sendo esta ferramenta eficaz para identificar a força máxima dos sujeitos.

Palavras-chave: Força. Repetição Máxima. Avaliação.

¹ Acadêmica do Centro Universitário UNIVATES, Educação Física Bacharel, janasdaiay@hotmail.com.

² Acadêmica do Centro Universitário UNIVATES, Educação Física Bacharel, grazicossul@yahoo.com.br.

³ Acadêmica do Centro Universitário UNIVATES, Educação Física Bacharel, joice.sanini@hotmail.com.

⁴ Professor Doutor do Centro Universitário UNIVATES, Educação Física Bacharel, cltiggemann@universo.br.

ESCALA DE PERCEPÇÃO DE ESFORÇO DE BORG: PERFIL DE PRATICANTES DE NATAÇÃO NÃO ATLETAS

Nadine Sulzbach¹, Ioná Carreno²

Resumo: A intensidade na qual o esforço é realizado constitui-se um aspecto fundamental na elaboração e no controle de qualquer programa de exercícios. Considerando que a frequência cardíaca e percepção subjetiva do esforço são os indicadores mais utilizados no controle da intensidade do esforço em exercícios aquáticos. **Objetivo:** Identificar o perfil dos alunos não atletas que praticam natação e utilizam a escala de percepção de esforço de Borg, assim como os objetivos específicos são organizar treinos intervalados a partir da escala subjetiva de esforço, analisar a distância nadada no teste de resistência de 30 minutos, antes e após a aplicação da periodização do treinamento de natação utilizando a escala de percepção de esforço de Borg, em um período de três meses e verificar a Frequência Cardíaca (FC) pós-teste. **Procedimentos Metodológicos:**

O estudo será do tipo quantitativo, descritivo, transversal e prospectivo. A coleta de dados será na Academia de Natação, com 40 alunos, não atletas, praticantes de natação, que utilizam a escala de percepção de esforço de Borg, utilizando o teste T30 para verificar a resistência pré- e pós-treinamento, além de aferir a Frequência Cardíaca pós-teste.

Resultados Esperados: Espera-se poder delinear o perfil dos alunos e verificar a melhora na resistência cardiorrespiratória, utilizando a escala de percepção de esforço de Borg para periodizar o treinamento. **Considerações Finais:** Oferecer ao aluno, o entendimento das suas percepções de esforço, facilitar o controle de intensidade de exercício, tendo como principal benefício à identificação de uma maneira simples de periodizar o treinamento de natação, por meio da escala de percepção de esforço de Borg, oferecendo melhora do condicionamento físico e promovendo saúde, respeitando os limites e percepções de cada aluno.

Palavras Chaves: Natação. Percepção de esforço. Treinamento.

¹ Acadêmica de Educação Física, Univates.

² Professora Dra. Ioná Carreno, Univates.

INFLUÊNCIA DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE MULHERES IDOSAS

Bruno De Maman¹, Augusto Brugnera², Daniela Beatriz da Silva³, Fabian Arruda Barbosa⁴, Rômulo Augusto Scherer⁵, Carlos Leandro Tiggemann⁶

Resumo: O aumento da população idosa no Brasil se tornou um assunto recorrente nos últimos anos. O envelhecimento leva a mudanças fisiológicas progressivas, perdas substanciais de funções, redução da força muscular devido à perda de massa muscular (sarcopenia) e redução da atividade física. **Objetivo:** Verificar a influência do nível de atividade física na capacidade funcional de mulheres idosas. **Procedimentos Metodológicos:** A pesquisa classificou-se como um estudo transversal, a população consistiu de 15 mulheres com idade entre 60 e 78 anos, aparentemente saudáveis. A amostra foi caracterizada quanto o nível de atividade física por meio da aplicação do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ, 2005), resultando em dois grupos, caracterizadas como ativas (GATI; n = 7) e sedentárias (GSED; n = 8). Para avaliar a capacidade funcional foi aplicado o teste *Time Up and Go* (TUG). Os dados foram apresentados por meio da estatística descritiva (média ± desvio padrão), e a comparação das médias entre os grupos foi testada por meio do teste t independente ($p \leq 0,05$), por meio do pacote estatístico SPSS v. 18.0. **Resultados:** O GATI realizou o teste em $6,03 \pm 0,48$ segundos e o GSED em $6,89 \pm 0,88$ segundos, havendo diferença significativa ($p \leq 0,05$) entre os grupos. Em um estudo que comparou o equilíbrio dinâmico de idosos ativos e sedentários, os ativos realizaram o TUG em tempos significativamente menor que os sedentários, o que corrobora com este trabalho. Outro estudo comparou idosos que praticavam atividade física regular e que não praticavam e mostrou que o grupo ativo teve uma média de tempo para o teste de 7,75 segundos e o grupo de idosos sedentários teve média de 13,56 segundos, tempo significativamente menor para os ativos. Podemos explicar a diferença com idosas sedentárias, pois a atividade física propicia a quem pratica melhorias na aptidão física, postura e equilíbrio corporal. **Conclusão:** O nível de atividade física influenciou na capacidade funcional em mulheres idosas.

Palavras-chave: Capacidade funcional. Idosas. TUG.

1 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, bruno2846@hotmail.com.

2 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, abrugnera@universo.univates.br.

3 Acadêmica, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, dany@universo.univates.br.

4 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, fabian_barbosa1975@hotmail.com.

5 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, romulo_fuxo@yahoo.com.br.

6 Professor, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, cltiggemann@univates.br.

MODELO DE PERIODIZAÇÃO ESPORTIVA “ATR” E SEUS RESULTADOS SOBRE A PREPARAÇÃO FÍSICA

Alexandre Joanella¹, Rodrigo Lara Rother²

Resumo: O treinamento esportivo refere-se ao conjunto de ações voltadas ao emprego de técnicas e métodos visando uma melhora na preparação física, técnica, tática e psicológica para obtenção da melhor performance. O conjunto de ações realizadas de forma organizada é denominado periodização. Muitos são os modelos de periodização existentes, cabendo aos técnicos e preparadores físicos das equipes um estudo para analisar os modelos que mais se adequam aos objetivos e a realidade da equipe. O modelo de periodização baseado na Acumulação, Transformação e Realização (ATR) tem como característica a presença de três mesociclos interligados. Este modelo se caracteriza por trabalhar na forma de blocos, unindo os conteúdos técnico, tático e físico dentro de cada bloco. **Objetivos:** Descrever a aplicação de uma periodização ATR em uma equipe de voleibol feminino de base e avaliar os resultados obtidos na preparação física das atletas desta equipe. **Procedimentos metodológicos:** O estudo será realizado com uma equipe de voleibol feminino de base (sub-17), composta por 14 atletas, que realizam treinamentos sistemáticos com preparação técnico/tática e física em 14 horas semanais. Esta equipe participará no segundo semestre de 2016 do Campeonato Estadual da Federação Gaúcha de Voleibol (FGV) e do Campeonato Estudantil do Rio Grande do Sul. A disposição no calendário das duas competições citadas torna possível a realização de seis semanas de treinamento, o que motivou a equipe técnica a realizar uma preparação baseada no modelo de periodização ATR. Para descrever e detalhar as ações realizadas com a equipe no planejamento e aplicação do modelo e as percepções sobre seu uso será realizada uma entrevista com a equipe técnica. Para descrever as modificações ocorridas nas avaliações antropométricas, nas cargas máximas de força e nos testes de capacidade de salto antes, durante e após o período de aplicação do modelo, será realizada análise no banco de dados da equipe. **Resultados esperados:** Espera-se encontrar resultados que apontem ganho de força máxima e de potência, principalmente relacionadas aos membros inferiores. **Considerações finais:** O estudo possibilitará uma melhor compreensão acerca de um modelo de periodização que ainda é pouco utilizado pela equipe, seus ganhos e as percepções sobre o trabalho realizado.

Palavras-chave: Treinamento Esportivo. Voleibol. Categoria de base.

¹ Acadêmico, Univates, alexandrejoanella@outlook.com..

² Professor Mestre, Univates, rodrigorother@univates.br.

RELAÇÃO ENTRE MASSA CORPORAL E FORÇA MÁXIMA EM INDIVÍDUOS NÃO TREINADOS EM DIFERENTES EXERCÍCIOS

Alana Bruxel¹, Carina de Almeida Miguel², Letícia R. de Quadros³, Michele Sehn⁴, Nadine Sulzbach⁵, Carlos Leandro Tiggemann⁶

Resumo: A força muscular é uma medida de aptidão física relacionada à saúde. Sobre este aspecto, inúmeras variáveis interferem e caracterizam a individualidade de cada sujeito, sendo que uma destas é a massa corporal. **Objetivo:** Verificar se há relação entre massa corporal e força máxima em indivíduos não treinados, em diferentes exercícios. **Procedimentos**

Metodológicos: O estudo caracteriza-se como do tipo quantitativo, transversal e descritivo. A coleta de dados ocorreu na Academia de Musculação do Centro Universitário UNIVATES, como prática da disciplina de Musculação, com oito indivíduos não treinados, utilizando o teste de repetição máxima (1RM) nos exercícios de Supino e Cadeira Extensora. Foram realizados os registros de massa corporal destes indivíduos. A análise foi realizada por meio da correlação de Pearson, média e desvio padrão, sendo adotado um nível de significância de $\alpha \leq 0,05$.

Resultados: Os indivíduos apresentaram massa corporal média de $73,75 \pm 17,85$ Kg, obtiveram resultado de $57,50 \pm 27,70$ Kg no teste de 1RM no exercício de Cadeira Extensora e $47,25 \pm 32,21$ Kg no exercício de Supino. A correlação entre massa corporal e força máxima apresentou-se significativa nos dois exercícios sendo de 0,69 na Cadeira Extensora e de 0,77 no Supino.

Considerações Finais: Estudo realizado por Marsola, Carvalho e Robert-Pires (2011) mostrou que há relação de 0,73 entre peso corporal e peso levantado em teste de 1RM no exercício de supino reto, sugerindo que a massa corporal é uma variável que pode ser considerada na prescrição de treinamento de força. Este resultado corrobora com os dados obtidos no nosso estudo, apresentando relação entre massa corporal e força muscular. Sugere-se outras pesquisas que relacionem força com outras variáveis da composição corporal.

Palavras Chaves: Musculação. Força Máxima. Massa Corporal.

REFERÊNCIAS

MARSOLA, Thiago S; CARVALHO, Raphael S. T; ROBERT-PIRES, Cássio M. Relação entre peso levantado em teste de 1RM e peso corporal de homens sedentários, no exercício Supino Reto. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício.** v.5. n.30. p. 484-489. 2011.

1 Acadêmica, Univates, Educação Física, alana.bruxel@universo.univates.br.

2 Acadêmica, Univates, Educação Física, calmeida1@universo.univates.br.

3 Acadêmica, Univates, Fisioterapia, lrdquadros@univates.br.

4 Acadêmica, Univates, Educação Física, msehn3@universo.univates.br.

5 Acadêmica, Univates, Educação Física, nadi.s313@gmail.com.

6 Professor Dr., Univates, Educação Física, ctiggemann@univates.br.

RELAÇÃO ENTRE MEDIDAS ANTROPOMETRICAS E FORÇA MÁXIMA EM DIFERENTES EXERCÍCIOS

Daniela Beatriz da Silva¹, Daiane Ghiggi², Carlos Leandro Tiggemann³

Resumo: O treinamento de força tem o objetivo de provocar adaptações na musculatura esquelética através de sobrecargas. Existem vários testes, como o de uma repetição máxima (1RM), que medem a força máxima dos músculos esqueléticos. Muitas variáveis podem influenciar na força máxima, e entender o quanto as variáveis antropométricas possuem relação com a força máxima é importante para uma adequada avaliação. **Objetivo:** Relacionar as medidas antropométricas do braço e da coxa com a força máxima de extensor de cotovelo e extensor de joelho, respectivamente. **Procedimentos metodológicos:** Foram submetidos à avaliação quatro sujeitos treinados e três não treinados, da disciplina de Musculação. Para tanto foi realizado o teste de 1RM nos exercícios de supino e cadeira extensora, sendo feito um aquecimento nos próprios aparelhos antes da realização dos testes, também foram avaliados os perímetros do braço e da coxa, juntamente as dobras cutâneas do tríceps e da coxa média, todas medidas foram feitas conforme orientações segundo a metodologia ISAK. Para relacionar as variáveis, foi realizada a correlação de PEARSON, com nível de significância de $p < 0,05$. **Resultados:** Foram identificados: correlação positiva substancial de ($r = +0,55$), entre a força máxima no supino com o perímetro do braço; entre a dobra cutânea do tríceps houve uma correlação negativa substancial ($r = -0,58$); sobre o perímetro e força da coxa, foi constatado uma correlação positiva moderada ($+0,43$); e entre a dobra da coxa e a força houve uma correlação negativa baixa ($-0,28$). **Considerações finais:** No final de nosso estudo, conseguimos concluir que quanto maior o perímetro de braço e coxa, maior a força máxima exercida pelo músculo ativado no exercício.

Palavras -chaves: Medidas antropométricas. Dobras cutâneas. Força máxima.

1 Acadêmica do Curso de Educação Física – Bacharelado – Univates – dany@universo.univates.br

2 Acadêmica do Curso de Educação Física – Bacharelado – Univates – daighiggi@hotmail.com

3 Professor Dr. do Curso de Educação Física – Bacharelado – Univates – ctiggemann@univates.br

TREINO DE FORÇA PARA CARDIOPATA

Letícia Beatriz Birck¹, Rodrigo L. Rother²

Resumo: O presente trabalho relata as ações realizadas no Estágio II – Educação Física Bacharelado, efetivado na Academia da Univates durante do segundo semestre de 2016. O estágio se constituiu na orientação e acompanhamento dos alunos frequentadores de musculação e como ação diferencial destaca-se o acompanhamento de um aluno cardiopata, através da orientação e prescrição de um programa de exercícios. **Objetivos:** Acompanhar e orientar os alunos da academia durante a execução de seus exercícios; acompanhar o aluno cardíaco, prescrevendo um programa de exercícios de acordo com suas especificidades; prescrever exercícios respeitando os princípios do treinamento esportivo. **Procedimentos metodológicos:** O aluno frequentou a academia de musculação duas vezes por semana, com duração de treino resistido em torno de uma hora, sendo que nos demais dias, realizava treino aeróbico de forma autônoma. O trabalho realizado na academia teve duração de três meses e a prescrição de exercícios baseou-se no laudo médico do aluno. O controle das atividades aeróbias foi feito através do monitoramento da frequência cardíaca (frequencímetro) e das anaeróbias/musculação através da percepção subjetiva de esforço (Escala de Borg) ao final de cada exercício e da sessão de treinamento. **Resultados:** Com este trabalho foi possível perceber, através de novo exame de esforço realizado em 24 de outubro que o aluno melhorou seu condicionamento físico, especialmente sua capacidade aeróbica, em que seu VO2 máximo obteve maiores resultados - em relação ao exame de esforço anterior datado em janeiro deste ano - atingindo 106,9% do previsto. Além de melhorar consideravelmente a FC máxima nos exercícios aeróbicos, chegando a 92,1% do previsto. **Considerações finais:** O exercício físico tem auxiliado no tratamento de diversas doenças cardiovasculares durante a regeneração cardíaca, o que foi possível perceber no aluno cardiopata através do exame de esforço. Exercícios aeróbicos e anaeróbicos trabalhados de forma complementar em cardiopatas e monitorados pela FC e percepção de esforço podem trazer diversos benefícios para este público como melhora da força e resistência muscular localizada; redução das demandas cardíacas do dia a dia; manutenção da independência; elevação da confiança; redução dos riscos de osteoporose e obesidade.

Palavras-chave: Prescrição. Cardíaco. Treinamento de força.

¹ Acadêmica, Unives, Educação Física - Bacharel, leti_birck@hotmail.com.

² Doutorando em Ambiente e Desenvolvimento, orientador estágio Educação Física, Unives, rodrigorother@univates.br.

VALIDADE E REPRODUTIBILIDADE ENTRE OS TESTES DE EQUILÍBRIO EM MULHERES IDOSAS: PROJETO DE PESQUISA

Augusto Brugnera¹, Bruno de Maman², Daniela Beatriz da Silva³, Rômulo Augusto Scherer⁴, Carlos Leandro Tiggemann⁵

Resumo: A crescente expectativa de vida da população no mundo, assim como no Brasil, conduziu o crescimento da população idosa. Por consequência deste aumento, as doenças crônicas e degenerativas associadas ao envelhecimento vêm crescendo cada vez mais. O equilíbrio é uma das funções mais prejudicadas decorrente do envelhecimento, ele pode ser dividido em equilíbrio estático, equilíbrio dinâmico ou recuperado. Entre os instrumentos utilizados para avaliar o equilíbrio estão as escalas funcionais e os equipamentos por sistemas. Portanto, a escolha de um bom teste passa por aqueles que obtenham bom grau de validade, sendo importante que eles sigam os critérios de reproduzibilidade, fidedignidade, objetividade, repetibilidade e validez. **Objetivo:** verificar a validade de conteúdo entre os testes *Timed Up-and-go* (TUG); Escala de Equilíbrio de Berg (EEB) e a Baropodometria e a reproduzibilidade entre os mesmos. **Procedimento:** O recrutamento será através de ferramentas como a internet, folders, panfletos e visitas a centros de convivência de idosos, as quais deverão ter entre 60 e 75 anos de idade. Serão realizados três testes para avaliar o equilíbrio, TUG, EBB e a Baropodometria. As avaliações serão agrupadas em dois blocos de testes, sendo os blocos randomizados a cada grupo de seis sujeitos. Os testes de cada bloco seguirão sempre a mesma ordem de realização, respeitando um intervalo mínimo de 20 min entre cada teste. Cada bloco de testes será realizado em dia específico, tendo um intervalo mínimo de 72h entre os mesmos, sendo realizado o reteste após uma semana de intervalo. Os dados serão analisados por meio da estatística descritiva (média \pm desvio padrão). A validade e reproduzibilidade será testada por meio da Correlação de Pearson, com um nível de significância de $p < 0,05$, por meio do pacote estatístico SPSS v. 18.0. **Resultados Esperados:** espera-se boa correlação entre os diferentes testes (interclasse) e boa correlação entre os dois momentos (intraclasse; teste e reteste). **Considerações finais:** Para os idosos, o equilíbrio torna-se importante para a melhora da qualidade de vida, podendo minimizar os efeitos adversos do processo de envelhecimento. Portanto, é primordial a utilização de equipamentos validos e confiáveis, capazes de medir aquilo a que se propõe.

Palavras-chave: Equilíbrio. Validade. Reproduzibilidade. Testes de equilíbrio. Idosos.

1 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, augustoguto9@hotmail.com.

2 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, bruno2846@hotmail.com

3 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, dany@universo.univates.br.

4 Acadêmico, Univates, Curso de Educação Física Bacharelado, romulo_fuxo@yahoo.com.br.

5 Professor, Univates. Curso de Educação Física Bacharelado, cltiggemann@univates.br



R. Avelino Tallini, 171 | Bairro Universitário | Lajeado | RS | Brasil

CEP 95900.000 | Cx. Postal 155 | Fone: (51) 3714.7000

www.univates.br | 0800 7 07 08 09