

Motriz



Revista de Educação Física - UNESP

Volume 13
Número 2
Suplemento 1
Maio/Agosto 2007



Revista de Educação Física - UNESP
Volume 13 • Número 2 • Suplemento 1 • Mai/Ago 2007

Editor-chefe

Mauro Gonçalves

Editores Associados

Benedito Sérgio Denadaí

Carlos Alberto Anaruma

Gisele Maria Schwartz

Luiz Augusto Normanha Lima

Wilson do Carmo Júnior

Cibertecária

Suely de Brito Clemente Soares - CRB 8/1335

A revista Motriz é um órgão de divulgação do Departamento de Educação Física do Instituto de Biociências da Universidade Estadual Paulista (UNESP), campus de Rio Claro, SP.

© Copyright 2007 Motriz

ISSN 1980-6574



Revista de Educação Física - UNESP
Volume 13 • Número 2 • Suplemento 1 • Mai/Ago 2007

Prof. Dr. Marcos Macari
Reitor da Universidade Estadual Paulista, UNESP

Prof. Dr. Herman Jacobus Cornelis Voorwald
Vice-Reitor da Universidade Estadual Paulista, UNESP

Prof. Dr. Amilton Ferreira
Diretor do Instituto de Biociências, IB, UNESP, Rio Claro

Prof. Dr. Wilson do Carmo Junior
Chefe do Departamento de Educação Física, IB, UNESP, Rio Claro



Revista de Educação Física - UNESP
Volume 13 • Número 2 • Suplemento 1 • Mai/Ago 2007

Motriz

Publica trabalhos de profissionais e pesquisadores de diferentes áreas como educação física e esportes, fisioterapia, educação especial, psicologia e outras cujos manuscritos tenham perfis direcionados à ciência da Motricidade Humana ou pertinentes aos interesses dos leitores da Motriz.

Direitos Autorais

A Motriz reserva os direitos autorais dos artigos aqui publicados. Qualquer reprodução parcial ou total destes está condicionada à autorização escrita do editor da Motriz.

Indexador

A Motriz está indexada no SIBRADID.

Periodicidade

Quadrimestral.

Secretaria e Editoração

M. Cristina de Almeida e S. Siqueira.

Divulgação

Benedito Sergio Denadai

Revisão Técnica

Moema Baptista de Medina - CRB 8/1776
Regina Maria Seneda - CRB 8/6175
Sílvia Ap. X. C. Picelli - CRB 8/3362
Suely de Brito Clemente Soares - CRB 8/1335
Vera Gracia L. Ferreira - CRB 8/1610

Capa

Foto da escultura "Fascinação" Carusto (19-3239-5457)

V Congresso Internacional de Educação Física e Motricidade Humana e XI Simpósio Paulista de Educação Física:

<http://www.rc.unesp.br/ib/simposio/index07>

Editor da Revista Motriz

Departamento de Educação Física, UNESP

Av. 24-A, 1515, Bela Vista

Rio Claro, SP 13506-900

Fone: (19) 3526-4305

Fax: (19) 3526.4321

e-mail: motriz@rc.unesp.br

<http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/revista.htm>

<http://cecemca.rc.unesp.br/ojs/index.php/motriz>

Universidade Estadual Paulista

Instituto de Biociências da UNESP de Rio Claro.



Mais que um banco. O Nosso Banco.

PROEX



Revista de Educação Física - UNESP
Volume 13 • Número 2 • Suplemento 1 • Mai/Ago 2007

Consultores

Afonso Antonio Machado, UNESP, Rio Claro SP
Ana Márcia Silva, UFSC, Florianópolis SC
Ana Maria Pellegrini, UNESP, Rio Claro SP
Antonio Carlos Bramante, UNISO, Sorocaba SP
Alberto C. Amadio, USP, São Paulo SP
Angelina Zanesco, UNESP, Rio Claro SP
Carlos José Martins, UNESP, Rio Claro SP
Carmem Lúcia Soares, UNICAMP, Campinas SP
Carmen Maria Aguiar, UNESP, Rio Claro SP
Catia Mary Volp, UNESP, Rio Claro SP
Claudio Gobatto, UNESP, Rio Claro SP
Dartagnan Pinto Guedes, UEL, Londrina PR
Edison de Jesus Manoel, USP, São Paulo SP
Eduardo Kokubun, UNESP, Rio Claro SP
Eliane Mauerberg-deCastro, UNESP, Rio Claro SP
Eliete Luciano, UNESP, Rio Claro SP
Elizabeth P. Machado de Souza, UNICAMP, SP
Emerson Franchini, USP, São Paulo, SP
Emerson Silani Garcia, UFMG, Belo Horizonte MG
Florindo Stella, UNESP, Rio Claro SP
Glaucio Nunes S. Ramos, UFSCar, São Carlos SP
Go Tani, USP, São Paulo SP
Helder Guerra de Resende, UGF, Rio de Janeiro RJ
Irene C. Andrade Rangel, UNESP, Rio Claro SP
João Batista Freire da Silva, Florianópolis SC
Jorge R. Perrou de Lima, UFJF, Juiz de Fora MG
Jorge S. Pérez Gallardo, UNICAMP, Campinas SP
José Angelo Barela, UNESP, Rio Claro SP
José Francisco Silva Dias, UFSM, Santa Maria RS
José Roberto Gnecco, UNESP, Rio Claro SP
Juarez Vieira do Nascimento – UFSC, Florianópolis SC
Leila M. de Albuquerque, UNESP, Rio Claro SP
Lilian T. Bucken Gobbi, UNESP, Rio Claro SP
Luis Augusto Teixeira, USP, São Paulo SP
Luis Mochizuki, USP, São Paulo SP
Luiz Alberto Lorenzetto, UNESP, Rio Claro SP
Luzia Mara Silva Lima, UNISAL, Americana SP
Marcelo Weishaupt Proni, UNICAMP, Campinas SP
Maria Alice Roston de Mello, UNESP, Rio Claro SP
Marli Nabeiro, UNESP, Bauru SP
Mônica M. Viviani Brochado, UNESP, Rio Claro SP
Nelson Carvalho Marcellino, UNAERP, Piracicaba SP
Osvaldo Luiz Ferraz, USP, São Paulo SP
Paulo Sergio Chagas Gomes, Rio de Janeiro RJ
Renato de Moraes, USP, São Paulo SP
Ricardo Demétrio Pettersen, UFRGS, Porto Alegre RS
Ricardo M. Leite de Barros, UNICAMP, Campinas SP
Rodrigo Villar, University of Waterloo, Canada
Ruth Eugenia Cidade, UFPR, Curitiba PR
Sara Quenzer Matthiesen, UNESP, Rio Claro SP
Sérgio Cunha, UNICAMP, Campinas SP
Sebastião Gobbi, UNESP, Rio Claro SP
Selva M. Guimarães Barreto, UFSCar, São Carlos SP
Silvia Deutsch, UNESP, Rio Claro SP
Suraya Cristina Darido, UNESP, Rio Claro SP
Vera Lúcia Simões da Silva, UNESP, Rio Claro SP
Verena J. Pedrinelli, USJT, São Paulo SP

Motriz

Revista de Educação Física - UNESP

Volume 13 • Número 2 • Suplemento 1 • Mai/Ago 2007

V Congresso Internacional de Educação Física e Motricidade Humana e XI Simpósio Paulista de Educação Física



Comissão Organizadora

Presidente: Prof. Dr. Wilson do Carmo Junior

Vice-Presidente: Prof. Dr. José Angelo Barela

Membros:

Prof.^ª. Dr.^ª. Carmen Maria Aguiar

Prof.^ª. Dr.^ª. Catia Mary Volp

Prof. Dr. Mauro Gonçalves

Sr. Ari Araldo Xavier de Camargo

Sr.^ª. Rosangela Maria Ribeiro Nogueira

Sr.^ª. Cláudia Moster Barros

Comissão de Secretaria Geral e Tesouraria

Coordenação Secretaria Geral: Sr.^ª

Rosangela Maria Ribeiro Nogueira

Sr.^ª Adriana Maria Rodrigues Franco Freitas

Sr.^ª. Claudia Moster Barros

Sr.^ª. Maria Cristina de Almeida e Silva Siqueira

Sr.^ª. Sandra Regina Garijo de Oliveira

Coordenação Tesouraria: Prof. Dr. José Ângelo Barela e Prof. Dr. Wilson do Carmo Junior

Bruno Augusto do Vale

Milena Razuk

Natália Madalena Rinaldi

Beatriz Bresighello Beig

Guy Ginciene

Danilo Roberto Pereira Santiago

Comissão Científica

Coordenação: Prof. Dr. Mauro Gonçalves

Prof.^ª. Dr.^ª. Ana Maria Pellegrini

Prof. Dr. Benedito Sérgio Denadai

Prof. Dr. Carlos Alberto Anaruma

Prof.^ª. Dr.^ª. Gisele Maria Schwartz

Prof. Dr. Luiz Alberto Lorenzetto

Prof.^ª. Dr.^ª. Maria Alice Rostom de Mello

Prof.^ª. Dr.^ª. Suraya Cristina Darido

Prof.^ª. Dr.^ª. Leila Marrach Basto de Albuquerque

Anderson de Sousa Castelo de Oliveira

Carina Helena Wasem Fraga

Priscila de Brito Silva

Marcelo Pinto Pereira

Sarah Regina Dias da Silva

Luis Fabiano Barbosa

Rodrigo Smokowisk Silva

Patrícia Raquel Carvalho Aguiar

Jailton Gregório Pelarigo

Juliana Mendonça Arantes

Andrei Guilherme Lopes

Motriz

Revista de Educação Física - UNESP
Volume 13 • Número 2 • Suplemento 1 • Mai/Ago 2007

V Congresso Internacional de Educação Física e Motricidade Humana e XI Simpósio Paulista de Educação Física



Comissão de Divulgação e Patrocínio

Coordenação: Prof. Dr. José Angelo Barela e Prof. Dr. Wilson do Carmo Junior
Prof. Dr. Luiz Augusto Normanha Lima

Comissão de Transporte e Recepção

Coordenação: Prof^ª. Dr^ª. Catia Mary Volp
Prof. Dr. Afonso Antonio Machado
Prof^ª. Dr^ª. Angelina Zanesco
Prof^ª. Dr^ª. Sara Quenzer Matthiesen
Prof^ª Dr^ª Silvia Deutsch
Denise Marcelino
Helne Boricheski
Natália Oliveira
Rúbia Roveri
Sofia Razaboni

Comissão de Atividades Culturais

Coordenação: Prof^ª. Dr^ª. Carmen Maria Aguiar
Prof. Dr. Carlos José Martins
Prof. Dr. Luiz Augusto Normanha Lima
Tatiana Pereira das Neves
Camila Roberta Molina da Silva
Heraldo Marconi da Costa Teixeira
Pâmela Belan

Grupo de Avaliação

Coordenação: Prof. Dr. Wilson do Carmo Júnior
Prof. Dr. José Ângelo Barela

Grupo de Apoio Geral

Coordenação: Prof. Dr. Francisco Pereira Santi
Sr. Eduardo Custódio
Sr. José Roberto Rodrigues da Silva
Sr. Paulo Roberto Gimenez
Sr. Mauro Henrique
Damian Guimarães Konopczyk Maluf Farhat
Filipe Stefanini

Grupo de Audiovisual

Sra. Cláudia Moster Barros
Sr. Odair Antônio Mariano Leite
Sr. Roberto Aparecido Nobre Franco

Grupo de Atendimento médico:

Sr^ª Clarice Y. Sibuya
Sr. João Brasil Bueno Neto
Sr. Mauricio Gama Cirilo

Apoio Logístico:

Cooperativa Eventos

Motriz

Revista de Educação Física - UNESP

Volume 13 • Número 2 • Suplemento 1 • Mai/Ago 2007

V Congresso Internacional de Educação Física e
Motricidade Humana e XI Simpósio Paulista de Educação
Física



Editorial

O Departamento de Educação Física do Instituto de Biociências da UNESP, Campus de Rio Claro está realizando entre 27 e 30 de abril de 2007 o **V Congresso Internacional de Educação Física e o XI Simpósio Paulista de Educação Física**. Nesse momento no qual a profissão – *educação física* – ganha corpo e se expande no contexto da cultura geral conseguimos estruturar um conceito de evento tão científico quanto filosófico, que incorpora um espírito de unidade multidisciplinar. Mais uma vez, divulgaremos o conhecimento de temas atuais e necessários ao desenvolvimento de conteúdos que contribuirão para um melhor desempenho de profissionais e acadêmicos da área. Estamos conscientes da responsabilidade de expor publicamente o conhecimento que, de alguma forma, provocará transformações de ordem teórica e prática na categoria profissional na qual se vive o esporte, a dança, as atividades lúdicas, as diferentes categorias de práticas corporais, mostradas em diferentes linguagens. Estamos conscientes, também, do quanto a profissão vem se fortalecendo, dando lastros de saberes e de domínio de conhecimento puro no campo da saúde e da qualidade de vida. Não é mera impressão de que a profissão adquiriu um corpo de conhecimento estruturado, com aberturas interdisciplinares as quais sempre estiveram representadas ao longo da história desse Departamento, e sobretudo, no formato desse evento ao longo da sua história. Essa mesma história *indefensável* na qual fundou-se e firmou-se uma tradição pelo saber e conhecer sobre *educação física*. Não nos cabe vertigens, mas sim um *pensar e agir* pelo que acreditamos ter acertado. Aprendemos a construir o conhecimento e aplicá-lo sem o desgosto da verdade absoluta. Apreendemos a natureza e o conceito de Educação Física e a usamos imediatamente acreditando que o uso não é etéreo, é prático, no seu sentido mais vigoroso. No rigor da tradição acadêmica, o V CIEFMH e o XI SPEF parece ter atendido ao anseio da profissão – a de ser independente e fiel às questões sobre a corporeidade e a motricidade mais humana do nunca nos dias de hoje. Convidamos todos a conviver e a refletir sobre a Educação Física, e para tal, a comissão organizadora fará com que cada um dos entretidos faça uso concreto de toda sua presença.

Sejam bem-vindos.

Prof. Dr. Wilson do Carmo Junior

Chefe do Departamento de Educação Física UNESP Rio Claro

Motriz

Revista de Educação Física - UNESP
Volume 13 • Número 2 • Suplemento 1 • Mai/Ago 2007

V Congresso Internacional de Educação Física e
Motricidade Humana e XI Simpósio Paulista de Educação
Física



Programa

27.04.2007 Sexta-feira

8h00 às 12h00

Recepção e credenciamento

14h00 às 18h00

Workshop

Xadrez na escola: estratégias recreativas

Provedora: Profa. Dra. Gisele Maria Schwartz -
LEL/IB/UNESP

Palestrante: Profa. Danielle Ferreira
Christofoletti

Workshop

**Temas transversais na escola e na Educação
Física: uma perspectiva teórico-prática**

Provedoras: Profa. Dra. Suraya Cristina Darido
e Profa. Dra. Irene Conceição Andrade Rangel -
LETPEF/IB/UNESP

Workshop

**Atividade física e envelhecimento:
capacidade funcional e saúde mental**

Provedor: Prof. Dr. Sebastião Gobbi -
LAFE/IB/UNESP

Prof. Ms. Leandro Ferreira (LAFE, PROFIT,
FAFIBE/Bebedouro, FEUC/São José do Rio
Pardo). e Profa. Msda. Merlyn Mércia Oliani
(LAFE, PROFIT, UNIFADRA/Dracena).

Workshop

**Metodologia para análise genética de caracteres
quantitativos em gêmeos**

Provedor: Prof. Dr. Eduardo Kokubun -
LEES/IB/UNESP

Palestrante: Prof. Marcos Roberto Queiroga
UNICENTRO – Guarapuava/PR e Laboratório de
Exercício, Esporte e Saúde - LEES/UNESP)

Workshop

Coordenação motora e suas formas de avaliação

Provedora: Profa. Dra. Ana Maria Pellegrini -
LABORDAM/IB/UNESP

Profa. Dra. Cynthia Y. Hiraga, Msdo. Adriano Percival
Calvo, Msda. Angélica da Rocha Diz, Msdo. Bruno
Nascimento Alleoni e Msdo. Daniel Traina Gama
(LABORDAM/UNESP).

Workshop

Psicologia do esporte aplicada a atletas de alto nível

Provedor: Prof. Dr. Afonso Antonio Machado -
LEPESPE/IB/UNESP

Prof. Msd. Henrique L. Botura, Prof. Msd. Ricardo
Macedo Moreno, Prof. Msd. Marcelo Callegari Zanetti
e Prof. Msd. Tiago Nicola Lavoura -
LEPESPE/IB/UNESP.

Workshop

Danças circulares: teoria e vivência

Provedores: Profa. Dra. Lúcia Helena Hebling Almeida
- UNICAMP, Prof. Dr. Luiz Alberto Lorenzetto -

LETPEF/IB/UNESP e Profa. Dra. Catia Mary Volp - LACCEM/IB/UNESP

19h00

Cerimônia de Abertura

19h30

Conferência de Abertura

Prof. Dr. Mário Sérgio Cortella – USP

21h30

Coquetel

Lançamento de Livros:

"*Atletismo - teoria e prática*", "*Atletismo se aprende na escola*" e "*Caminho das pedras: as publicações de Wilhelm Reich em português*" - Ed. Guanabara - Profa. Dra. Sara Quenzer Matthiesen - IB/UNESP

"*Educação Física e Temas Transversais*" - Ed. Mackenzie - Profa. Dra. Suraya Cristina Darido e Profa. Dra. Irene Conceição Andrade Rangel - IB/UNESP

28.04.2007 Sábado

9h00 às 10h30

Mesa redonda

“A Natureza Social do Corpo”

Coord. Prof. Dr. Carlos José Martins – IB/UNESP

Prof.^a. Dr.^a. Meily Assbú Linhales – PUC/SP

Prof.^a. Dr.^a. Ana Lúcia de Castro – SENAC/SP

Prof.^a. Dr.^a. Ligia Amparo da Silva Santos – UFBA

Mesa redonda

“Obesidade e Exercício Física”

Coord. Prof.^a. Dr.^a. Angelina ZanESCO – IB/UNESP

Profa. Dra. Ivani Credidio Trombetta – USP

Prof. Dr. Gilberto de Nucci – USP

Prof. Camila de Moraes – IB/UNESP

Prof. Gustavo R.da Mota – IB/UNESP

Mesa redonda

“Implicações da Avaliação no processo do Treinamento Desportivo”

Coord. Prof. Dr. Benedito S Denadai – IB/UNESP

Prof. Dr. Herbert Gustavo Simões – UCB

Prof. Dr. Miguel de Arruda – UNICAMP

Prof. Dr. Emerson Franchini – USP

10h30 às 10h45

Coffee Break

10h45 às 12h15

Temas Livres

14h00 às 15h30

Mesa redonda

“Saúde Mental, Atividade Física e Envelhecimento”

Coord. Prof. Dr. Sebastião Gobbi – IB/UNESP

Prof.^a. Dr.^a. Yael Netz – Zinman College of Physical Education and Sport Sciences

Dr. Ivan Ramos de Oliveira – Instituto Bairral

Prof. Dr. Jerson Laks – UFRJ

Mesa redonda

“Estados Emocionais e Movimento”

Coord. Prof.^a. Dr.^a. Gisele M. Schwartz IB/UNESP

Prof. Dr. Afonso Antonio Machado IB/UNESP

Prof.^a. Dr.^a. Vera Lúcia de Menezes Costa UGF/RJ

Prof.^a. Dr.^a. Ludmila Nunes Mourão – UGF/RJ

Prof. Dr. Daniel Presoto – ESEFJ

15h30 às 16h00

Coffee Break

16h00 às 17h15

Temas Livres

17h30 às 18h30

Apresentação de Pôster

21h00

Atividades Culturais

29.04.2007 Domingo

9h00 às 10h30

Mesa redonda

“Biomecânica”

Coord. Prof. Dr. Mauro Gonçalves – IB/UNESP

Prof. Dr. Alberto Carlos Amadio – USP

Prof. Dr. João Paulo Vilas-Boas

Mesa redonda

“Dança e Cultura”

Coord. Prof.^a. Dr.^a. Catia Mary Volp – IB/UNESP

Prof. Dr. Joachim Andrade – PUC/SP

Prof.^a. Dr.^a. Maristela Moura Silva Lima – UFV

Local: Anfiteatro do IB

Mesa redonda “Fenomenologia”

Coord. Prof. Dr. Luiz Augusto Normanha Lima – IB/UNESP

Prof. Dr. Wilson do Carmo Júnior – IB/UNESP

Prof.^a. Dr.^a. Maria Ap. Viggiani Bicudo – IGCE/UNESP

Prof. Dr. Tadeu Santos –

10h30 às 10h45

Coffee Break

10h45 às 12h15

Temas Livres

14h00 às 15h30

Mesa redonda

“Multiculturalismo e Educação Física escolar”

Coord. Prof^ª. Dr^ª. Irene Conceição Andrade Rangel – IB/UNESP

Prof^ª. Dr^ª. Ana Canem – UFES

Prof^ª. Dr^ª. Suraya Cristina Darido – IB/UNESP

Mesa redonda

“Drogas, Esportes e Educação Física”

Coord. Prof. Dr. Carlos Alberto Anaruma – IB/UNESP

Prof. Dr. José Garcia

Prof. Dr. Eduardo Henrique de Rose –

Presidente da Academia Olímpica Brasileira

Prof. Dr. Luiz Nelson Lopes Ferreira Gomes – UFRJ

Mesa redonda

“Metabolismo e Exercício em Modelos Experimentais: O uso de animais nas pesquisas de Educação Física”

Coord. Prof^ª. Dr^ª. Leila Marrach Basto de Albuquerque – IB/UNESP

Ilmo. Laerte Fernando Levai – Promotor de

Justiça da Comarca de São José dos Campos

Prof. Dr. Steven Engler – Mont Royal College Calgary/Canadá

Prof^ª. Dr^ª. Eliane Stevanatto – UNITAU - UNIP

Biólogo Sergio Greis – CETESB/SP

15h30 às 16h00

Coffee Break

16h00 – 17h15

Encontro de Áreas – Grupos Temáticos

Estados Emocionais e Movimento

Prof. Dr. Afonso Antonio Machado

Ementa: Este encontro propicia discussões e reflexões acerca das relações emocionais que permeiam as diversas nuances do contexto da área de Motricidade Humana, evidenciando perspectivas de intervenções qualitativas na área.

Encontro de Áreas – Grupos Temáticos

Lazer

Prof^ª. Dr^ª. Gisele M. Schwartz

Ementa: O evento evidencia discussões e reflexões acerca das dinâmicas concernentes ao campo do Lazer, salientando as possibilidades de aprimoramento das intervenções nesta área de estudos.

Encontro de Áreas – Grupos Temáticos

Formação Profissional e Campo de Trabalho em Educação Física

Prof. Dr. Samuel de Souza Neto e Profa. Dra. Dagmar Hunger

Ementa: Analisa conhecimentos relacionados a Formação Profissional no espaço social da Educação Física, Esporte, Lazer e Dança, com ênfase nas perspectivas curricular, sociocultural e histórica. No âmbito desse contexto trabalha com os pressupostos teóricos relacionados a teoria das profissões, teoria de campo e noção de habitus, profissionalidade docente e processo civilizador, tendo como objeto de estudo a prática profissional e a prática pedagógica, a formação inicial e a formação continuada, a relação que se estabelece entre Educação Física e Sociedade.

17h30 às 18h30

Apresentação de Pôster

21h00

Atividades Culturais

30.04.2007 Segunda-feira

9h00 às 10h00

Temas Livres

10h00 às 10h30

Coffee Break

10h30 às 11h30

Conferência de Encerramento

“Atividade Física e Saúde Mental: Consenso, Armadilhas e Desafios”

Prof^ª. Dr^ª. Yael Netz - Head, School of Exercise and Sport Sciences - Aging Studies

Zinman College of Physical Education and Sport Sciences - Wingate Institute

11h30

Cerimônia de Encerramento

Resumos das conferências e mesas redondas

As relações natureza/cultura e biológico/social na construção da corporalidade contemporânea¹

Ligia Amparo da Silva Santos²
UFBA/BA

Analisa as relações natureza/ cultura e biológico/ social na construção da corporalidade contemporânea. Inicialmente versa sobre a relação natureza e cultura enquanto uma premissa do pensamento científico ocidental no qual o homem moderno estabelece uma nova relação com a natureza marcada pelo distanciamento e separação de si. A noção de 'natureza humana' e as suas representações e a de 'natureza interior' são analisadas. Em relação a esta última, foca a polaridade entre uma espécie de 'natureza orgânica', anátomo-fisiológica, submersa às leis da 'natureza' cuja metáfora da máquina é uma referência; e uma outra 'não orgânica' associada à alma, espírito, psíquico, sopro divino, força interior, dentre outras demarcações, balizadas pelo caráter subjetivo de difícil alcance da ciência. O segundo momento discorre sobre dimensões da corporalidade contemporânea e as profundas transformações na condição humana ocorridas no decorrer do século XX sob a égide da construção do 'bem estar do corpo' o qual, a partir de então, é visto como um direito humano. O terceiro momento centra na discussão da natureza social da anátomo-fisiologia dos corpos contemporâneos. O corpo, configurado como um objeto especialmente a partir do empreendimento das dissecações anatómicas após século XVII, tem a ciência e biotecnologia como instrumentos centrais nas intervenções corporais. A construção do corpo saudável contemporâneo é fundada na racionalidade instrumental, em que a utilidade, a eficiência e o progressivo aperfeiçoamento são signos. Para tanto, a atividade física e dieta alimentar são componentes centrais a serviço do controle deste corpo e, conseqüentemente, da sua natureza. A construção anatómica do corpo contemporâneo confere a afirmação de que 'a anatomia não é mais o destino'. Está em curso uma antropomorfia que compreende o corpo como uma 'matéria bruta', parcela conferida a sua natureza, a ser lapidada pela cultura. Questiona-se então onde termina a natureza e onde começa a cultura. Dois binômios vinculados a este fenômeno são abordados: o da magreza e obesidade, fenômenos que são construídos através de comportamentos corporais adotados, os quais são qualificados como 'saudáveis' e 'não saudáveis'; e o da muscularidade e adiposidade onde a musculatura e a lipofobia se confrontam diametralmente. Associados a

¹ Resumo do texto a ser apresentado na Mesa Redonda 'A natureza Social do Corpo' no V Congresso Internacional de Educação Física e Motricidade Humana, promovido pelo Departamento de Educação Física do Instituto de Biociências da Universidade Estadual Paulista, UNESP/ Campus Rio Claro, no período de 27 a 30 de abril de 2007.

² Profa Adjunta do Depto Ciência da Nutrição, Escola de Nutrição, Universidade Federal da Bahia. Nutricionista e Licenciada em Educação Física; Mestre em Medical Education, University of Dundee – Escócia; Doutora em Ciências Sociais pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

isso, têm-se os fenômenos fisiológicos que também se reorganizam frente aos fenômenos sociais e culturais. O corpo, sob o signo da magreza/ saúde/ juventude, constrói um novo metabolismo corporal fundado no ícone da atividade física e do movimento, seja para promover o gasto energético, seja para prevenção de doenças cardiovasculares trazendo ao imaginário da circulação sanguínea a idéia da 'purificação' das artérias e do corpo, afastando assim as doenças e prolongando a vida. Desta maneira, o interior do corpo *light* redefine-se, a exemplo do estômago, órgão repleto de significados e metáforas, que tem modificado o seu papel histórico na fisiologia corporal. O estomago firma-se menos com um receptáculo do que um espaço de passagem do alimento em prol da noção de 'leveza estomacal'. A principal arena onde se trava a batalha contra a fome e os desejos alimentares vê as suas dimensões se tornando 'obsoletas', não sendo por acaso que as cirurgias bariátricas se popularizam, indicando uma possível necessidade social de 'corrigir a natureza' para adequar-se ao mundo contemporâneo. Por fim, conclui-se que tais reflexões concebem que natureza e cultura – assim como biológico e social –, embora possam ser vistas como conceitos distintos, possui uma intercomunicação constante que não as colocam como excludentes: a cultura é também um fruto da evolução biológica assim como a sua polarização com a natureza é fruto do pensamento social. Pensar o corpo, a sua construção anátomo-fisiológica, é pensar na sua história biológico-social fundada em outros paradigmas que contemplem as interferências mútuas destes fenômenos construtores da corporalidade.

Avaliação da Maturação: implicações para o treinamento

Miguel de Arruda
UNICAMP/SP

Este texto é decorrente de um convite para compor uma Mesa Redonda intitulada: "Implicações da Avaliação no Processo de Treinamento Desportivo", junto ao XI Simpósio Paulista de Educação Física e V Congresso Internacional de Educação Física e Motricidade Humana, a temática desta participação é "Avaliação da Maturação: implicações para o treinamento desportivo". Destaca-se, a importância da avaliação no contexto da Maturação Biológica, e dentre os procedimentos metodológicos aborda-se neste texto a Maturação Sexual, que é um procedimento imprescindível, nos acompanhamentos do desenvolvimento físico e desempenho motor de crianças e jovens atletas. Decorre desta ação, de verificação do estágio maturacional, o acompanhamento do desempenho motor e suas relações com os indicadores maturacionais, pois é a partir destas relações que se promove inferências nos programas de treinamentos desportivos nas diferentes modalidades e em ambos os sexos.

Estabelece-se, portanto, um processo, onde os indicadores maturacionais explicam as mudanças no desempenho motor, ao longo de um programa de

treinamento desportivo, notadamente nas intervenções de busca de aumento no rendimento motor.

Por sua vez, este rendimento motor sofre alterações em decorrência do programa de treinamento realizado com ênfase nas capacidades físicas intervenientes na modalidade desportiva em pratica.

Justifica-se o uso deste instrumento de estagiamento maturacional sexual em razão de que crianças e jovens quando agrupados, para participar de determinadas modalidades com finalidades competitivas, o são por indicadores cronológicos das respectivas datas de nascimento, e, na maioria das modalidades em grupos etários de dois anos. Desta feita, o espaço de tempo entre a entrada e saída da categoria de idade, de um praticante, é aproximadamente de dois anos, pois, um atleta que entra se juntará a um grupo que já existia no ano anterior, ocorrendo, assim, este distanciamento de tempo entre os participantes.

Decorre que, neste espaço de tempo muitas alterações biológicas e ambientais (processo de treinamento desportivo), ocorrem por efeito biológico ou são estimuladas em razão de carga de treinamento recebida, e assim, precisam ser acompanhadas através de medições e verificações periódicas. Evidenciando, portanto, respostas intervencionais, nos programas de treinamentos, que são decorrentes destas análises dos resultados, propiciando, a seu modo, avanços nos rendimentos motores de acordo com alterações biológicas.

As questões relativas ao processo maturacional e aos procedimentos de treinamento, devem ser dimensionadas em relação a determinadas características fisiológicas presentes na pratica da modalidade desportiva. E desta feita, as abordagens serão realizadas com dados originados de projetos de investigação com praticantes de futebol envolvendo atletas do sexo masculino.

Verifica-se que pelo caráter intermitente das ações motoras do futebol, estas são identificadas como relacionadas a desempenhos de velocidade e força motora, nas suas divisões de acordo com distâncias percorridas ou ações acíclicas e de curta duração, presentes nas solicitações motoras durante a pratica desta modalidade.

No pratica do futebol, as ações motoras envolvem deslocamentos e as distâncias destes estão ao redor de 20 metros, com diferentes solicitações de mudanças de direção, com acelerações e desacelerações, sendo determinadas por ações musculares excêntricas e concêntricas, e estas solicitações musculares são definidas como “ciclo alongamento-encurtamento” CAE, onde o músculo é pré-ativado primeiramente para o alongamento, ação excêntrica, e então seguido pelo encurtamento, ação concêntrica, as sobrecargas nos esforços envolvendo o CAE são ativações mecânicas muito fortes e as respostas decorrentes destas ativações são diferentes inter e intra-pessoal. Dentre os sujeitos diferem pelas respostas de seus desempenhos, com forte interação com a treinabilidade e das diferentes modelos de treinamentos realizados; e ao longo da evolução etária de cada sujeito, variam por influência genética

com distinções nas diferentes velocidades e durações dos estágios maturacionais dos sistemas orgânicos.

Prioritariamente, os procedimentos metodológicos para o acompanhamento das respostas destes indivíduos são as verificações de desempenho motor de velocidade de deslocamento, capacidades de desempenhos em exercícios de saltos com técnicas específicas e estagiamento maturacional sexual, além de medições antropométricas.

Verifica-se, no futebol, nas categorias iniciais de idade, sub-15, que as repostas para as ações motoras de correr em velocidade ou saltar à vertical com técnicas específicas, são diferentes entre os sujeitos de uma mesma categoria de idade, e estas repostas tornam-se diferentes quando estes sujeitos são expostos a determinadas cargas de treinamento físico com enfoques específicos em certas capacidades físicas. No entanto, nem todos os indivíduos respondem igualmente, pois, a treinabilidade inter-indivíduos, também os diferenciam, estes achados são explicáveis pelas diferenças nas idades biológicas representadas pelos estágios maturacionais sexuais, além do mais, estas também provocam diferenciações somáticas nas variáveis de estatura, massa corporal e nas derivações destas, como percentual de gordura, massa muscular magra e áreas musculares.

O entendimento adequado destas diferenciações, propiciam, intervenções de prescrição de treinamento desportivo com maiores acertos metodológicos e com respostas orgânicas mais ajustadas do ponto de vista das adaptações neuro-musculares. As diferenças que são observadas nas idades iniciais, ao longo do tempo, com a instalação das prontidões maturacionais, tornam-se ausentes, enquanto relações com os estágios maturacionais, e, a partir de então o diferencial passa a ser de ordem metodológica do treinamento de acordo com os períodos que são divididos as etapas de preparação dos atletas de acordo com as competições a serem disputadas.

Avaliação e prescrição do treinamento anaeróbio: bases conceituais

Emerson Franchini
USP/SP

A avaliação do exercício anaeróbio para prescrição do treinamento é restrita, em decorrência da ausência de definição quanto ao método padrão a ser utilizado e/ou aos procedimentos mais aceitos (biópsia muscular, MAOD) serem de alto custo operacional. Além disso, considerando que o exercício anaeróbio tem como principal característica a curta duração, para que o estímulo seja adequado e possa desencadear ajustes de longo prazo há necessidade de repetição da atividade, ou seja, trabalho intermitente. Dessa forma, sua complexidade é muito maior do que aquela do exercício contínuo, pois é preciso considerar, pelo menos: (1) intensidade e duração da atividade; (2) intensidade e duração da recuperação; (3) relação esforço-pausa (E:P). Estes três fatores determinam o tipo de solicitação metabólica nas diferentes séries, a

recuperação dos substratos e remoção dos metabólitos e, conseqüentemente, a intensidade que poderá ser mantida em cada estímulo. O principal problema na compreensão dos ajustes ao exercício e ao treinamento anaeróbio reside no fato das combinações serem infinitas, pois as manipulações, especialmente do tempo e intensidade do intervalo, são muito grandes (Plisk, 1991; Ross e Leveritt, 2001). Recomenda-se que o estímulo considere (Plisk, 1991): i) atividade apropriada e específica das unidades motoras, ii) fluxo de substratos, iii) padrões de produção de força e velocidade que, preferencialmente, ativem as vias energéticas anaeróbias. Esta estimulação periódica e sistemática gera ajustes de longo prazo relacionados a aspectos neurais, metabólicos e estruturais (morfológicos) (Fox et al., 1977; Roberts et al., 1982; Simoneau et al., 1986; Thorstenson et al., 1975). Embora as combinações sejam muito grandes, alguns aspectos básicos devem ser seguidos na elaboração de exercícios anaeróbios: (1) a intensidade deve ser maior do que a correspondente ao VO_2 máx (intensidades acima de 120% parecem ser mais eficazes), uma vez que isso garante a predominância do metabolismo anaeróbio ao menos no primeiro estímulo; (2) o exercício deve ter duração menor do que 65-75s (quando executado na maior intensidade possível), pois a partir daí a predominância será aeróbia (Gastin, 2001). A elaboração das relações E:P nesse tipo de exercício deve considerar, pelo menos, quatro fatores (Plisk, 1991): (1) a característica específica da modalidade competitiva; (2) a cinética de recrutamento dos sistemas bioenergéticos; (3) o curso de recuperação/reposição dos estoques de substratos, sobretudo da creatina fosfato (CP); (4) a remoção de inúmeros metabólitos, especialmente daqueles que tenham maior acúmulo durante a atividade proposta, como H^+ e P_i .

Physical activity in the context of prevention and as an integrant in the treatment of dementia

Yael Netz
Wingate Institute/Israel

It has been well-documented that increased age is associated with lower performance on various measures of cognitive functions. Beginning in the 40s and continuing throughout the rest of life, there is a gradual deterioration in the functioning of the brain. It is clear, however, that the variability of age-related functional losses increases with age. Some individuals maintain a relatively high level of mental functioning in old age while others experience a dramatic mental decline. This variability of mental functioning in old age is often explained on the basis of factors extrinsic to the aging process. One of these factors is physical fitness. Animal research has shown that aerobic exercise promotes the development of new capillary networks in the brains of old rats, and enhances cortical choline uptake; it increases dopamine-receptor density in the brains of old rats, and the levels of key neurochemicals

such as brain-derived neurotrophin factor (BDNF), insulin-like growth factor (IGF-1), and serotonin. In addition, it decreases amyloid load.

Cross-sectional and longitudinal observational studies in humans, whether using clinical testing for cognitive impairment or cognitive tasks assessing different cognitive functions such as attention, memory or executive function, have clearly indicated a negative association between physical activity, usually aerobic, and risk of cognitive decline. Furthermore, in studies assessing various age groups, the fitness effect found for elderly subjects was not always found for young subjects. Intervention studies are less consistent in their findings, possibly due to methodological difficulties. However, they too show a trend of cognitive improvement, especially in executive control processes, as a result of physical activity, mainly aerobic activity. Furthermore, recent studies employing MRI or fMRI techniques, show significant increases in brain volume in both gray and white matter regions as a function of fitness training for older adults who participated in aerobic fitness training but not for younger participants. The lower risk of developing Alzheimer's disease (AD) and related cognitive disorders in physically active as compared with sedentary individuals has been clearly shown in longitudinal observational studies. AD, on the other hand, is known to affect physical function. There is evidence indicating that AD patients are more sedentary than healthy older adults, and that their physical function is lower. Mobility, body care and home management skills decline more rapidly in persons with AD than in healthy persons. The risk of injury, including falls and fractures, is also greater among persons with impaired cognitive functioning.

In contrast to the cognitive impairment caused by AD, physical function may be amenable to interventions such as physical activity. However, it is not known whether demented individuals can realistically participate in a systematic exercise program. The presentation will elaborate on a study designed to examine the applicability of group physical activity for AD patients in a day-care routine, to assess the impact of the program on functional fitness, and to examine the cognitive level of participants and their rate of performance as potential moderators of this impact. Participants were 29 severely ($MMSE \leq 12$) and mildly ($MMSE 13-23$) demented older adults who were exposed to moderately intensive physical activity following a no intervention period and an ineffective low intensity physical activity program. Assessments included the Timed Get Up and Go (TGUG), Sit to Stand and Functional Reach. Most participants attended at least 70% of the activity classes, and 80% performed more than half of the exercises during the classes. Following the moderately intensive program, significant improvement was demonstrated on TGUG, in both levels of dementia, and a pattern of improvement was seen in the other two measurements. The implications are that group physical activity for demented older adults is applicable and also effective provided that it is sufficiently intensive.

Saúde Mental, Atividade Física e Envelhecimento

Ivan Ramos de Oliveira
Instituto Bairral/SP

O Instituto Bairral de Psiquiatria é um hospital psiquiátrico de grande porte, atendendo tanto ao setor SUS, como pacientes particulares e de outros convênios. Tem por característica o TPDS, tratamento baseado no perfil diagnóstico dos pacientes. Cada unidade funciona como um pequeno hospital, que acolhe determinado perfil de pacientes, desenvolvendo um programa específico com equipe multidisciplinar própria.

Será abordado a educação física como parte integrante do tratamento dos pacientes nas diversas equipes, ressaltando o trabalho diferenciado e específico, assim como os objetivos a serem alcançados.

O imaginário social de aventureiros do extremo: a busca de emoções e sensações

Vera Lúcia de M. Costa
UGF/RJ

O aparecimento e crescimento de diferentes práticas esportivas envolvendo a aventura e o risco calculado, seja na natureza ou em zonas urbanas vem encaminhando os atores a um ambiente selvagem, carregado de incertezas, que se lhes apresenta ao mesmo tempo hostil e agradável, de difícil controle, mas também tranquilizante. Esse fascínio pela incerteza, pelo vazio, pelo inesperado surge entre indivíduos das sociedades modernas que valorizam a segurança, o compromisso de residência, do endereço, da direção. Essa mudança de comportamento da pós-modernidade, cujo valor supremo é a “vontade de liberdade”, resulta num mundo vivido como incerto, incontrolável e, para muitos, assustador (Guiddens, 1991; Bauman, 1998; Lyotard, 2002; Maffesoli, 2003; Lipovetsky, 2004). O crescimento das práticas de aventura reorganizou o sistema de esportes, ocasionando uma renovação simbólica e de signos que constituem o imaginário esportivo de determinada época.

Próprios da contemporaneidade, os praticantes desses esportes de aventura adotam princípios de singularidades individuais na busca de qualidade de vida, de sensibilidade, proclamando o indivíduo e o seu direito de se realizar à parte do que é comum, o direito de vivenciar a autonomia. Uma vivência ativa de um estilo de vida que relaciona lazer e saúde nas perspectivas da beleza e do bem estar, cujas práticas corporais resgatam os sistemas multipolares, a integração corpo/mente/espírito. Em torno dessas práticas, são constituídas redes em que os sujeitos partilham, entre si, costumes, discursos, emoções e os sentidos por eles atribuídos a essas práticas. Vão ao encontro da vontade de autonomia e particularização dos grupos e dos indivíduos em nossa sociedade. Vivenciados a partir de sensações e de

emoções intensas, sob condições de risco calculado, buscam a expansão de seus limites, realizando manobras arrojadas e controladas, como superação de habilidades de desafio extremo (Costa, 2000). Mas o que os motiva a buscarem essas práticas em condições arriscadas e num movimento de procura incessante de emoções e de lugares especiais? O que os leva a não resistirem a colocar suas vidas deliberadamente em jogo nessas atividades? O que os conduz a viver virtuosamente, sob rigorosa disciplina, em prol de seu sucesso e segurança?

A exigência do esforço intenso do organismo, a grande habilidade técnica de execução, o autocontrole emocional do praticante, o controle exagerado das condições de uso dos equipamentos expõem a vida do praticante na busca dos limites do desempenho, e tudo isso realizado no menor tempo possível, exige dos atletas um desgaste fisiológico e emocional que supera aquilo que conhecemos como humano, tornando-os pessoas detentoras de superiores condições físicas e psicológicas de desempenho (Costa & Coiceiro, 2006). E só a vivência da vertigem, a associação de angústia e de prazer, vinculadas às experiências anteriores, forma uma sólida base psicológica, que lhes permitem brincar e desafiar a sensação de vertigem, abusando do vazio. Conseguindo tirar proveito dessa situação, os atores sentem enorme prazer em estar bem próximo da situação de risco, de estar sobre a linha divisória da vida com a morte.

A experiência da vertigem se apresenta como essencial aos esportes de risco, em especial nestes de extremo, sendo uma emoção corporal que consiste na tentativa de desvanecer a realidade. A “vertigem e a incerteza vão temperando a vida dos aventureiros e expandindo-lhes o desejo” (Costa, 2000, p. 102), envolvendo momentos de fusão do sujeito com o mundo num transe especial de emoções, de sensações e de verdadeira paixão, um transe profano, numa forma moderna de mística selvagem, um outro caminho à espiritualidade (Le Breton, 1995, 2000). O sacrifício, a contemplação da natureza e da própria natureza, a antropomorfização do ambiente como adversário ou parceiro, a limitação do corpo e o êxtase da proeza realizada dão o tom das performances dramáticas. A vivência da paixão pelo risco é uma maneira de enganar a morte, mesmo que por um curto momento: superar o risco é a garantia de uma vida por inteiro.

Todas as modalidades de vivenciar uma experiência extrema na natureza são carregadas de risco e de aventura. O risco, evadido de objetividade, é calculado e controlado sob rigorosas condições de segurança, suscitando um prazer que beira a dimensão do lúdico. A aventura, essa flui livre pelos caminhos subjetivos da imaginação, conduzindo seu portador a produções imaginárias fantásticas. A energia proveniente da natureza muito contribui para a fusão do sujeito com o mundo, encaminhando os praticantes a um modo de vida especial, a vivência da paixão por aquilo que acredita.

A Perspectiva Psicanalítica dos Afetos e o Movimento

Daniel Presoto
ESEF/SP

A experiência emocional pode se desenvolver nas mais diversas situações da vida cotidiana. Sentimo-nos emocionados na leitura de um romance, ao assistir um filme no cinema, ao brincar com uma criança, ao acariciar um cachorro, enfim, o emocionar-se apresenta o lado humano de cada um. Emocionamo-nos porque sentimos, somos tocados por alguma coisa, seja ela concreta, como uma carícia, seja subjetivamente, através de uma lembrança que nos pega desprevenidos num dado momento. Ou seja, o emocionar-se situa-se no campo do “Sinto” e não no do “Penso”. Daí o sentir-se emocionado, com medo, com alegria, com raiva, tristeza, angustiado, etc.

Observa-se, deste modo, que a experiência emocional pode culminar numa expressão emocional do tipo choro, punhos cerrados, gargalhadas, vermelhidão na pele, além de outras. Disse “pode”, porque nem sempre as emoções são expressas, isto é, elas numa boa parte das vezes, são reprimidas, acarretando naquele que sente um funcionamento um tanto complicado e não gratificante (em termos de subjetividade).

No campo da experiência motora, muitos movimentos, ao serem executados, podem conduzir ao afloramento de emoções. Elas podem até ser simulada, como no caso do teatro. Ao movimentar-se, movimentamos as emoções e, com efeito, uma experiência emocional em nexos com uma experiência motora, tornam esse “movimentar-se” repleto de significações. Desta maneira, emoção e movimento se encontram intimamente relacionados. Isso parece muito claro nos movimentos numa dança, nos gestos de futebolistas ao brindar um gol, ou mesmo, no prazer sentido após uma aula de ginástica, no torcer pela vitória do time preferido. As emoções dão um aspecto colorido ao movimento. A idéia é que as emoções, ao serem expressas, comunicam algo.

A emoção representa o estado individual, excitação que emerge do indivíduo e se externaliza em estado muscular e glandular, aparecendo a um observador externo como face vermelha de cólera, lágrimas de pesar, gargalhadas, etc. (Woodworth e Marquis, 1963). Denotando, de alguma forma, também o aspecto de relação que envolve o emocionar-se. Isto é, ele não surge do acaso, mas, como resposta as relações interpessoais. Assim, o emocionar-se faz parte do que se convencionou chamar de experiência íntima, que afeta a totalidade individual qualificando como vida afetiva (Mira Y López, 1974).

A vida afetiva constitui um fenômeno instigante e é motivo de investigações nas mais variadas áreas do saber, dentre eles, o campo psicanalítico. Através do método da interpretação e tendo como material a história de vida das pessoas (experiências) é possível auxiliá-las a ter um contato profundo com aspectos que ela desconhece (aspectos que não sabe que sabe sobre si mesma). Ou seja, existem certos acontecimentos, no

âmbito do psíquico, que nos conduzem a um saber que foge ao nosso alcance consciente. Estes, pertencem ao campo do que se costumou denominar de inconsciente. A guinada fundamental da Psicanálise foi afirmar que não somos senhores de nossa própria casa, não temos controle total sobre nós mesmos.

A Psicanálise tem duas hipóteses fundamentais, isto é, a de que existe um determinismo psíquico e que a consciência é antes um atributo excepcional do que um atributo comum dos processos psíquicos (Brenner, 1987). Dito de outra maneira, nada acontece por acaso ou de modo fortuito, existe uma causalidade na vida mental e não estamos conscientes disso. Os aspectos inconscientes seriam a regra e não a exceção dentro dos comportamentos humanos. Essas duas hipóteses representam a base do funcionamento de nosso psiquismo e como tal, de nossa vida afetiva.

Já no princípio da vida, o ser humano carrega consigo certa quantidade de energia psíquica que, de maneira semelhante à energia física (muscular, que movimenta) propicia “animação” ao corpo. Ela é constituída por um processo dinâmico, força ou pressão (carga energética, fator de motricidade) que faz com que o organismo tenda para um objetivo (Laplanche, 1997), são os Impulsos (semelhante aos instintos, pulsões). Estes, não podem ser observados, são abstrações ou conceitos operacionais que servem para explicar o dinamismo da vida mental.

Os impulsos vem misturados tanto de Impulso de Vida (Eros, sexual ou erótico) quanto de Impulso de Morte (Tânatos, agressivo ou destrutivo), em quantidades diferentes de indivíduo para indivíduo. Eles compreendem o campo dos afetos primordiais, isto é, o amor e o ódio. Deles, derivam todas as demais emoções.

Desta maneira, Rapaport (1950, in: Strongman, 1998) analisando a teoria psicanalítica das emoções, considera que os afetos podem ser energias psíquicas ou processos de descarga associados a estas energias. Com efeito, para compreender a emoção é necessário escavar no inconsciente e nos impulsos. Chegamos aqui a um entendimento no qual a Psicanálise não se preocupa com as possíveis seqüências dos acontecimentos emocionais, mas, antes disso, com suas causas primeiras. Portanto, Freud considerava os afetos como a ou uma energia psíquica. E, baseando-se em Darwin (2000), considerou-os como tendo uma base filogenética, arcaica, e que não sofreu seleção ao longo da evolução. Os afetos são típicos e universais e muitos deles não possuem palavras que os denominem (Freud, 1996).

Chiozza (1998) enfatiza que: “Os afetos constituem uma classe determinada de processos de descarga: são atos motores ou secretores que se realizam no próprio corpo, diferente da ação específica, eficaz que se desenvolve sobre o mundo “exterior”.” (p.215). Freud (1996) considera que os afetos têm uma chave de inervação que está localizada nas idéias do inconsciente. A noção de inervação reside no fato da energia ser transmitida a um sistema de nervos (eferentes) tendendo a uma descarga dela. O termo

chave indicaria que a descarga se realiza em acordo com uma configuração afetiva estabelecida inconscientemente.

Na verdade, os afetos quando ligados a uma idéia (representação, idéia inconsciente) caracterizariam uma emoção (afeto associado a uma idéia inconsciente) que, desta forma, encontrando uma “chave de inervação” descarrega-a convenientemente, numa ação eficaz no mundo “real”. Para Chiozza (1998): “A chave de inervação do afeto é uma idéia inconsciente que determina a particular qualidade de cada uma das distintas descargas vegetativas que caracterizam os diferentes afetos. Quando um afeto conserva íntegra a coerência de sua chave, é possível reconhecê-la como uma determinada emoção.” (p. 219). Neste caso, nominamos a emoção com palavras tais como medo, raiva, cólera, desgosto, etc.

Do contrário, “Quando o afeto, pela deformação da chave mediante a qual se descarrega, não pode ser reconhecido como tal, costuma ser percebido pela consciência como uma “afecção” somática, privada de seu significado emotivo.” (Chiozza, 1998, p.214). É como se um caminho desviante fosse trilhado na tentativa de solucionar o problema. E, esse caminho conduz ao próprio corpo da pessoa como doença psicossomática.

Em resumo, para Chiozza (1998) o afeto possui características dos fenômenos “somáticos” e “psíquicos”. De um lado é uma descarga real, somática, de outro uma reminiscência, uma lembrança psíquica.

Na verdade, de maneira sucinta, em termos psicanalíticos, teríamos que, na vida afetiva: os impulsos pressionam os afetos (configurados como disposição ou potência no inconsciente e como atualidade na consciência enquanto sensação somática) que, associados a idéias inconscientes, naturalmente seriam descarregados na forma de emoções, configurando uma “chave de inervação”. As emoções seriam sentidas e nominadas por aquele que as experienciou de maneira intelectual (sinto raiva, alegria, medo e me lembro de tal e qual coisa). Logo, tem-se que essa descarga carrega consigo o campo somático e um campo psíquico de maneira a transbordar no mundo real eficazmente. Pode, por outro lado, utilizar-se de outros recursos como a projeção, a negação ou, repressão, na tentativa de aliviar o organismo de possíveis desagradados. Até que, como uma panela de pressão, uma explosão ocorra de maneira inadequada, seja no próprio corpo, seja no mundo das relações interpessoais.

Tomar contato com as emoções constitui de vital importância para a Psicanálise e conforme Music (2005): “A psicanálise considera um indício de maturidade a capacidade de lidar com os próprios estados emocionais, em vez de transferi-los para os outros.” (p.52). Só daí poderíamos considerar a existência de um progresso emocional.

As experiências emocionais envolvidas nos movimentos necessitam ser investigadas e conforme aponta Bock el alii (1993): “O estudo da razão tem sido privilegiado no interesse dos homens,

principalmente na ciência, pois emoções e afetos têm sido vistos como deformadores do conhecimento objetivo.” (p.190). Afinal de contas, se as emoções possuem raízes arcaicas, o que dizer da evolução dos movimentos humanos? Parece, então, que nossa ancestralidade emocional clama por significação na atualidade. E, com certeza, o movimentar-se pode propiciar pontes que em muito contribuirá para mostrar que não ocorrem deformidades, mas que as emoções colore a vida afetiva de todos.

Parece que a relação entre movimento e emoção ainda constitua uma incógnita. Pois, emoções são expressas com movimentos e movimentos expressam emoções. Como entender esse fato? Suspeito que respostas ao binômio movimento-emoção podem ser encontrados no uso que os artistas, no teatro, fazem de ambos. O artista promove a emergência de emoções em si mesmo e naquele que o assiste. Nesse encontro, as humanidades se confrontam. Somos seres de afetividade.

Afora os aspectos inconscientes que possam envolver o movimentar-se com emoção, é preciso salientar que não somos senhores Spocks, da série “Jornada nas Estrelas”, mas seres de desejos e, os desejos necessitam de descarga. Que estas descargas ocorram plenas de prazer e contribuam para um conhecimento de si mesmo. O movimento tem esse potencial, porém, é preciso descobri-lo ou atualizá-lo, conforme nos aponta a Psicanálise.

Referências Bibliográficas Básicas

- BOCK, A. , FURTADO, O. e TEIXEIRA, M. De L. T. **Psicologias**: uma introdução ao estudo de psicologia. 5º ed. São Paulo: Saraiva, 1993.
- BRENNER, C. **Noções básicas de psicanálise**: introdução à psicologia psicanalítica. Rio de Janeiro: Imago, 1987.
- CHIOZZA, L. A. (Org.). **Os sentimentos Ocultos em hipertensão essencial, transtornos renais**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.
- DARWIN, C. **A expressão das emoções no homem e nos animais**. São Paulo: Companhia da Letras, 2000.
- FREUD, S. **A interpretação dos sonhos**. V.IV-V. Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud. Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- FREUD, S. **Um estudo autobiográfico, inibições, sintomas e ansiedade, a questão da análise leiga e outros trabalhos**. V.XX. Obras psicológicas completas de Sigmund Freud: Edição standard brasileira. Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- LAPLANCHE, J. **Vocabulário da Psicanálise**: Laplanche e Pontalis. São Paulo: Martins Fontes, 1997.
- MIRA Y LÓPEZ, E. **Psicologia Geral**. 6º ed. São Paulo: Melhoramentos. 1974.
- MUSIC, Graham. **Afetos e emoções**. São Paulo: Relume Dumará/Ediouro, 2005.
- STRONGMAN, K. T. **A psicologia da emoção**: uma perspectiva sobre as teorias da emoção. 4º ed. Lisboa: CLIMEPSI Editores, 1998.

WOODWORTH, R. S. e MARQUIS, D. G. **Psicologia**. São Paulo: Editora Nacional, 1963.

EMOÇÕES e ESPORTES: fantástico cadinho diferenciador

Afonso Antonio Machado
UNESP/SP

Uma das mais antigas formas de diversão da humanidade, o esporte é a arena única, em que muitas restrições tradicionais da sociedade quanto à masculinidade são relaxadas, permitindo aos homens experimentar facetas deles mesmos, que raramente poderiam tentar em outro lugar. Os esportes permitem a oportunidade de jogar numa atmosfera livre, de forma que possam ser eles mesmos e expressar ampla gama de emoções – desde a excitação de um gol no último minuto até o profundo desapontamento com a derrota para o adversário, da alegria de ser aquele que fez uma jogada inesperada ao constrangimento e choro por ter desperdiçado uma bola, no último tempo de jogo. Acredita-se, assim, que os esportes são um teatro onde os homens expressam seus sentimentos, livres de regras ou restrições, um lugar onde é bom ser espirituoso, emotivo e apaixonado.

Entendemos que os processos emocionais, no esporte, não são provocados apenas por atos externos, mas pode haver uma manifestação que contagie o grupo que pratica e o que assiste, como uma manifestação de alegria de uma equipe em situação de desempenhos satisfatórios que contagie o público (MACHADO, 1998), que delira de entusiasmo, especialmente por haver uma situação que ambos estavam desejando.

Igualmente, a reação do público diante da performance realizada, seja negativa ou positiva, raramente não “atinge” o atleta: ele será contagiado pelas emoções dos espectadores. O entusiasmo dos espectadores pode proporcionar-lhe a sensação de auto-segurança e confiança no desempenho, que o induz a novos esforços, como a decepção e a raiva dos espectadores pode abalar o atleta, deixando contagiar-se pela decepção e perder o sentimento de segurança. A transferência dos processos emocionais entre atletas e espectadores ocorre quando ambos os grupos perseguem os mesmos objetivos, identificando-se mutuamente e desenvolvendo um sentimento de “nós”.

O medo é outro aspecto relacionado com o processo emocional, e ocorre com frequência no esporte, podendo ter múltiplas causas, por exemplo, o atleta pode ter medo do fracasso que ameaça sua performance e carreira. Ter medo da contusão, do vexame social ou da consequência do mau desempenho e, segundo Cratty (2004), conscientemente os atletas têm medo de perder. Mas o medo não é o único dos estados emocionais a tinturar os momentos esportivos: vários fatores levam os esportistas a praticarem atos de agressividade no esporte, considerando-se ou não seus níveis de ansiedade. Entre eles estão o local, a importância e resultado do jogo; o comportamento do árbitro, dos técnicos; a quantidade e o comportamento dos torcedores e as estruturas das regras esportivas.

Estudos realizados por Serpa (1999) afirmam que o papel da mídia é a não publicação da agressão como espetáculo, procurando, assim, por um lado, uma verdadeira imersão em episódios agressivos, favorecendo a aprendizagem por observação de tais comportamentos, sem que se procure explicitar os objetivos do noticiário.

Os esportes podem, sim, então impeli-los para uma cultura de competição, a meta de ganhar a qualquer custo, uma busca de glória narcisista, às custas dos outros. Fazem com que algumas pessoas – especialmente aquelas que não estão interessadas em esportes ou que não foram talhados para praticá-los – sintam-se de lado, sem valor e envergonhados.

A competição ferrenha entre os homens raramente eleva o caráter e pouco faz para aproximá-los uns dos outros. Mas praticar esportes pode ser um feito excepcionalmente bom para eles. Quando os esportes são mantidos numa perspectiva adequada – quando os vemos primordialmente como uma oportunidade para estarem juntos para uma brincadeira alegre, espirituosa, altamente enérgica – podem ajudar a descobrir novas habilidades, reafirmar seus sentimentos de valor próprio, reunir suas vozes autênticas, permitindo-lhes expressar as mais profundas e excitantes emoções, ampliando seu círculo de ligações.

Acredito que os benefícios para os homens diminuem quando os esportes deixam de ser praticados. Para manter os esportes numa perspectiva apropriada e equilibrada, será preciso cultivar o espírito do jogo, espírito esse tão fácil de perder diante do culto da vitória ou da competição. Então, e apenas então, os esportes irão preencher sua verdadeira missão, oferecendo-lhes oportunidades verdadeiras para uma transformação pessoal.

Referências bibliográficas básicas

CRATTY, B.J. **Psychologie et activité physique**. Paris: Seuil Éd., 2004.

MACHADO, A.A. **Interferências da torcida na agressividade e ansiedade de atletas adolescentes**. Rio Claro: UNESP (tese de livre-docência), 1998.

SERPA, S. Em pequenino para não ficar menino. IN **Seminário Internacional: Treino de Jovens**. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Esportiva, 1999. p.31-35.

Análise biomecânica do movimento humano

Mauro Gonçalves
UNESP/SP

O avanço no estudo do movimento humano depende do desenvolvimento de novas ferramentas biomecânicas de análise, e nos últimos séculos vários avanços fundamentais ocorreram permitindo nosso entendimento da locomoção humana, do esporte e da relação do homem nas situações de trabalho e da vida diária. No esporte, muitas pesquisas sobre a corrida têm sido realizadas, uma vez que fatores como a velocidade e o tipo do calçado podem influenciar o padrão da

corrida, sendo que alguns deles ainda permanecem não esclarecidos, particularmente aquele relacionado à fadiga muscular. Neste sentido, a presente mesa redonda apresentará os mais recentes avanços da aplicação da biomecânica nas áreas do esporte, do trabalho e da vida diária com perspectiva do desenvolvimento de indicadores que permitam uma participação cada vez mais ativa na prevenção de determinados mecanismos de lesão nas áreas acima citadas.

Obesidade e Exercício Físico

Gustavo Ribeiro da Mota
UNESP/SP

A obesidade é um problema de saúde pública que provoca sérias conseqüências sociais, físicas e psicológicas. Sua etiologia não é de fácil identificação, uma vez que a mesma é caracterizada como doença multi-fatorial, de complexa interação entre fatores comportamentais, culturais, genéticos, fisiológicos e psicológicos. Recentes avanços na área de endocrinologia e metabolismo mostram que, diferentemente do que se acreditava há alguns anos, o adipócito sintetiza e libera diversas substâncias não sendo apenas uma célula armazenadora de energia. Entre as diversas substâncias liberadas pelo adipócito incluem-se a adiponectina, o fator de necrose tumoral- α (TNF- α) e a leptina. A leptina desempenha importante papel no controle da ingestão alimentar e do peso corporal em mamíferos. A adiponectina, por sua vez, atua na prevenção e reversão do quadro de resistência à insulina e síndrome metabólica. Por outro lado, o TNF- α tem sido associado com a patogênese da resistência à insulina e diabetes tipo 2. As alterações que o exercício físico provoca na fisiologia endócrino-metabólica talvez poderiam contribuir positivamente para a interação desses hormônios e a prevenção de algumas doenças. Os trabalhos mostram que a relação entre o exercício físico e a concentração plasmática destes peptídeos ainda não está clara. As razões para isso poderiam ser devidas aos diferentes protocolos de exercícios e/ou treinamento físico empregados nos estudos e também graças às diferenças genéticas ou individuais.

Palavras-chave: Exercício físico; Leptina; Adiponectina, Fator de Necrose Tumoral Alfa e Obesidade.

Fenomenologia, Motricidade e Linguagem

Wilson do Carmo Júnior
UNESP/SP

No trajeto desta reflexão, pudemos abordar a questão da corporeidade e da motricidade e da linguagem - conceitos estes correlatos dentro da educação física -, refletindo sobre ela e compreendendo melhor o sentido das práticas corporais, das *atividades físicas*, como atividades culturais. Tal questão foi aqui proposta como atividade que revela multiplicidade de sentidos, a partir da idéia de que corporeidade e motricidade se originam

da necessidade de expressar a vida, o que é de suma relevância para se compreender melhor o significado da educação física na cultura. Da mesma forma que a multiplicidade de sentidos, a polissemia permite a toda ciência correlacionar-se com a filosofia e com ela formar um todo articulado; sobretudo, quando estamos interessados em compreender a corporeidade e a motricidade como fenômenos inseparáveis da natureza humana. Façamos com isso uma tentativa de repensar a antropologia dos sentidos.

Nesse caminho intrigante da aceitação de que nós *somos o próprio corpo* e não que temos um corpo, impõem-nos uma revisão no sentido dos sentidos. E já vimos que a fenomenologia deu a nova perspectiva, aquela na qual, abre-se o debate pela *subjetividade corporal*, uma progressiva qualificação da fisiologia que ultrapassa o campo biológico – fenômeno no qual toda educação física deseja conhecer muito mais, além de experimentos da ciência e do método formal. É para justificar a importância de uma revisão nos conceitos sobre corporeidade e motricidade, que nos impõe uma preocupação com a filosofia dos sentidos, a arte, a ciência, a linguagem e o corpo se declaram essencialmente incompetentes explicar as *nuance* perceptivas das coisas corporais além das funções do material orgânico. Mesmo porque os órgãos sensoriais não contemplam o que podemos ver, ouvir, tocar, mover..., como um conjunto articulado de percepções e o julgamento preciso da qualidade de cada sentido interagindo num mesmo momento. É por isso que podemos afirmar seguindo a *fenomenologia da percepção* que toda motricidade é linguagem e que toda corporeidade é o reagente motor expresso na dança, no lúdico, na capacidade de esforço, na fadiga, no sexo, uma espécie de magnitude sensorial de longo alcance subjetivo; e por poder ser mensurado passa a não fazer sentido. A fisiologia pode explicar o sentido da visão, mas jamais explicar o ato de ver e o que ver. Erro biológico ou equívoco filosófico?

Sabemos pela fisiologia que todo organismo humano, das células, órgãos, sistemas e suas funções correspondem a um sistema proprioceptivo nem sempre tão visível. No campo das sensações resultantes das capacidades física, que conhecemos nos fornece dados sensoriais sobre o próprio organismo, é ilimitado. Assim o sujeito se faz como sempre, agente motor, o que nos permite associar no campo da motricidade humana que somos seres corporais e motores tanto quanto somos humanos. Essa metáfora elege o ser humano a um *status* sujeito atuante no mundo. Seu organismo passa a ser *si mesmo*, na própria idéia de Merleau-Ponty: somos o nosso próprio corpo, somos a extensão do mundo, não há fronteiras limitantes entre a pele e o ar. Os limites do “meu organismo” são dados, de um lado, pelo fato de eu poder me movimentar enquanto sujeito de forma imediata, e, de outro, de eu sentir imediatamente um contato com o *orgânico* que sou. Ainda nesse aspecto, a incrível relação do *meu* organismo em movimento com a indistinta capacidade motora com o *outro* organismo. No universo dos objetos corpóreos. Portanto, toda motricidade e toda

corporeidade enquanto entidades conceituais se ajustam no momento em que nos transformamos em seres corporais. O uso do corpo como pré-existência da experiência motora, revelado por Merleau-Ponty, nos trás uma opção legítima no campo conceitual. De todas as possibilidades de entrarmos em contato com o mundo como organismo vivo, nas sensações e percepções construímos uma fisionomia do mundo: que é visível que pode ser tocado, que soa que se entrelaçam mutuamente. Dessa relação intrínseca renasce o conceito de sujeito atuante diante do mundo. Meu próprio *existir-como-corpo* representa para mim, o sujeito, um *conflito*, cuja insolubilidade é dada pela divisão ontológica sujeito-objeto; irreduzível tanto para o fisiologista quanto para o filósofo. Nas lições da antropologia, no rigor conceitual no qual evidenciamos nossos atos motores mais refinados, descobrimos pelo corporal. Um material sensorial que talvez não seja explicável à luz dos modelos estesiológicos que aprendemos ou fomos treinados. Com isso, como representantes incondicionais dos nossos sentidos é possível avançar na questão de uma outra modalidade sensorial na qual somos. Uma análise da existência humana não se pode deixar para trás uma coordenação recíproca de sensomotricidade, isto é, da articulação do mundo aparente e da motricidade como uma outra linguagem. Dessa forma uma abertura para o mundo que poderia permitir um enlace sem o antagonismo dos comandos instintivos contra os comandos conscientes com finalidades de adaptações formais na ordem das coisas previstas. Adaptações que nos levou a um imobilismo pensado.

Seria nosso imobilismo um preço que teremos que pagar pelo processo cultural das educações? Parece que sim. A naturalidade humana se distanciou no organismo, distancia essa mantida pela lei do conforto ou do menor esforço e de toda forma industrial na qual se meteu. Vivemos um controle motor às avessas, uma espécie de disciplina técnica, na qual acreditamos ser possível melhorar o rendimento e obter respostas aos esforços de forma econômica e eficiente para uma tarefa restrita. Não parece ser essa a experiência antropológica que a natureza humana, surpreendentemente adotou para sobreviver: a técnica corporal como modalidade sensorial pura exige que seja tradicional na amplitude da necessidade; que seja eficaz e que sirva a tarefas de múltiplas categorias das práticas corporais.

No projeto filosófico que aproxima a corporeidade e a motricidade da educação física, parece ser possível a legitimação e a identificação de uma área de conhecimento bastante plausível. No campo prático, o sentido literal faz valer seu fundamento: somos seres práticos na totalidade de nossas atitudes. É essa *praticidade* que aproxima o ser humano da totalidade que buscamos conhecer. Nessa perspectiva, a prática se torna teoria, ou, podemos dizer *praxis* em outro sentido: com efeito de totalidade.

Nas concepções de corporeidade e de motricidade que encontramos, há sempre um diferencial para a relação entre expressão e significação das práticas como forma

de cultura. À história é dada a responsabilidade de revelar o passado; à antropologia, cabe rever o projeto do ser corporal, no distanciamento entre o sujeito e seu meio; à filosofia, o exercício da reflexão sobre o organismo vivo a ser explorado; à linguagem, cabe a riqueza dos sentidos que permite as aproximações. Finalmente, a referência à educação física como motivo desse encontro entre o corpo, a motricidade e a cultura da prática. Portanto, podemos afirmar que à educação física é reservado o espaço para refletir sobre a experiência do corpo tanto quanto sobre a cultura.

Evocamos uma condição de repensar o projeto educação física no campo conceitual e para isso é preciso, mais que mover o corpo, é preciso *pensá-lo ativamente*, o contrário que somos nesse momento da cultura corporal. Nesse aspecto reflexivo, a condição humana na sua motricidade nos faz rever também a necessidade do esforço físico para viver. A essência da motricidade não se esgota na significação da sua natureza, não tem o caráter final do ato em si, pois, se assim o fosse, a fadiga, o estresse, as contrações musculares e qualquer outra tarefa motora não faria o menor sentido a não ser para o biomecânico ou fisiologista. Assim, poderemos aceitar a idéia que corpo humano não se resume ao complexo bioquímico de provas e funções. Talvez seja essa uma das justificativas que promovem o ser humano em ser corporal e motor, indistintamente. Uma vez que acreditarmos que a motricidade ou mesmo o conceito de práticas corporais têm o caráter de sobrepor corpo-organismo na totalidade do ser, este se faz pelo seu corpo em motricidade contínua, cujo objetivo é o sentido da vida.

Finalmente, defendemos que *significar* ou procurar novos sentidos é possível se palmilharmos o campo da filosofia que aproxima motricidade e corporeidade como fenômenos integrados, e não desprestigia o legado biomecânico que compõe o eixo estrutural da identidade da educação física. Pelo contrário, aquela filosofia que integra conceitos. A nosso ver, essa possibilidade está na reflexão fenomenológica, sobretudo no pensamento de Merleau-Ponty. Essa possibilidade está na reflexão fenomenológica, no pensamento de que realmente somos entidades corporais que nos permite atribuir à corporeidade, o status de *homem na sua totalidade*, à motricidade, o status de *linguagem* e à educação física, o status de atividade da cultura.

A construção do corpo nas interfaces entre fenomenologia e cultura

Tadeu dos Santos³
UNIMES/SP

³ Coordenador do Curso de Educação Física da Faculdade de Educação Física de Santos – FEFIS/UNIMES
Professor da Universidade Santa Cecília - UNISANTA
Membro da Sociedade de Estudos e Pesquisa Qualitativa – 1.º
Tesoureiro – SE&PQ
Membro do Conselho da Comunidade Negra de Santos

O objetivo deste texto é problematizar a questão do corpo no Ocidente, tendo como base a fenomenologia e a etnografia da matriz religiosa africana no Brasil. Partindo das três vertentes do conhecimento difundidas a partir da modernidade: realista, idealista e kantiana, propomos chamar a atenção para a dicotomia entre razão e corpo, que funciona há alguns séculos como instrumento de dominação e ratificação da superioridade cultural do ocidente sobre as demais. Este discurso dicotômico gerou um processo cultural caracterizado por um conjunto de signos ligados a regras fixas, que leva a uma construção metafísica de pessoa, que prima pela relação olho-cérebro, construindo uma trama ontológica, na qual, o corpo é considerado diferente do sujeito. Para (des)construir essa trama, analisaremos as civilizações africanas, e, no Brasil o candomblé, na qual, perceberemos que essa religiosidade promove uma verdadeira união entre o macro e microcosmo, onde o corpo funciona como estabilizador entre os elementos cósmicos, individual e social. Retomaremos ao longo do texto os seguintes conceitos: experiência vivida, relação intersubjetiva e corpo-próprio, desenvolvidos por Merleau-Ponty, na intenção de mostrar que o corpo na civilização africana não é reduzido a um puro mecanismo fisiológico, mas é veículo das intenções individuais: um modo singular de ser-no-mundo. Esse corpo, que ganha raízes no espaço por ele habitado, é seu ponto de referência para o desenvolvimento da experiência vivida, dinâmica e significativa, o que irá possibilitar sua abertura às coisas e ao outro, por meio de afetos e da sensibilidade motora e perceptiva. Neste ponto podemos estabelecer uma relação entre a fenomenologia do corpo e o aspecto cultural, pois a idéia do ser-em-situação não indica só a unidade corpo-mente, mas também o enraizamento fundamental do indivíduo no contexto social, porque é sempre "ser" com os outros. O ritual torna-se, assim, uma experiência central nas civilizações africanas, e inseparável do corpo. Conscientes da insuficiência da fala e dos limites da comunicação discursiva, essas civilizações buscam no silêncio do corpo, a interiorização de um simbolismo, que se torna perceptível nos movimentos, na dança, na celebração e nos diferentes modos de percepção do mundo, como salientou Muniz Sodré.

A pesquisa rigorosa segundo a abordagem fenomenológica

Maria Aparecida Viggiani Bicudo
IGCE-UNESP/SP

A Fenomenologia é um pensar filosófico, que tem sua origem com Edmund Husserl, filósofo que viveu de 18 a 19. De origem judaica, nasceu na Moravia, estudou em escolas alemãs para pessoas que visam prosseguir seus estudos em virtude de apresentarem uma sólida formação. Matemático, estudou com matemáticos renomados como Weierstrass e com Franz Brentano, filósofo estudioso de assuntos da psicologia. O rigor que busca no que denomina como fenomenologia,

entendida por ele como ciência do rigor, encontra suas raízes na matemática e também nos trabalhos de Brantano.

Profundo conhecedor da ciência europeia contemporânea, é testemunha da grande crise pela qual essa ciência passa no período do fim do século de 1800 até mais ou menos a década 1930, primordialmente, a crise dos fundamentos da matemática.

É esse conhecimento que o leva a interrogar a ciência denominada, desde a época cartesiana, de objetiva, colocando essa interrogação no âmbito da matemática e perguntando "o que faz com que uma evidência que se dá na subjetividade de um sujeito, portanto na esfera psicológica, possa alcançar o estatuto de objetiva, permanecendo como tal durante o tempo, quando já aqueles que tiveram as primeiras evidências, bem como seus companheiros, já não vivem?" Essa a interrogação que o persegue pela vida toda e que o leva a penetrar por questões da subjetividade, intersubjetividade e, nesse caso, abrangendo a comunicação, e, portanto, a empatia, a linguagem e encaminhar-se em direção à compreensão dos invariantes estruturais. Sua trajetória o leva a buscar o solo onde as experiências vívidas ocorrem, entendendo que elas podem conduzir à manifestação do fenômeno, vindo a se tornar o solo primeiro de nosso conhecimento sobre o mundo-vida, que é o mundo onde nos encontramos e somos-com-os-outros; que é o horizonte de nossas compreensões e onde buscamos o sentido da vida, de nós mesmos e da história social e cultural.

Esse é conhecimento primeiro, constituído e construído em um nível pré-reflexivo, sendo que o conhecimento científico é de segunda ordem, pois refinado por sucessivas abstrações efetuadas segundo procedimentos rigorosos em nível refletido. Antes de adentrar na questão dos procedimentos da pesquisa, é importante que se diga que o fenômeno é o que se mostra a uma consciência, que é intencionalidade, atentamente dirigida a ele em postura de interrogação. É preciso também dizer que essa é uma postura assumida ao se estar ao mundo, por sempre sermos já intencionalidade, o que significa que sempre estamos voltados para. Assim, homem e mundo formam uma totalidade de maneira que nada há no mundo que não tenha sido objeto de percepção efetuada de maneira carnal no corpo-próprio. O termo fenomenologia é formado por fenômeno mais logos, sendo então compreendido como o discurso, entendido como inteligibilidade expressa de modo articulado, do que se mostra.

Essa é a trajetória da pesquisa, em sua estrutura. Interrogar, colocar o fenômeno em evidência, descrevê-lo, buscar compreender seu sentido e significados, analisá-lo e interpretá-lo à luz desses sentidos e significados, buscar seus invariantes mediante reduções sucessivas, efetuar um trabalho articulador cujo processo é de teorização, pontuar a essência e caminhar, pela variação imaginativa, em direção à essência eidética. Até aqui expomos a estrutura do fenômeno. Avançando, busca-se efetuar uma hermenêutica, quase em termos de uma meta-compreensão, sobre o

significado do estudado na região de inquérito do investigado e sobre horizontes antevistos.

É um modo rigoroso de conhecer, porque efetua a crítica radical, que é a de ir às raízes dos atos constituintes da produção do conhecimento. Como tal, é passível de ser efetuado em todas as áreas do conhecimento. Porém, nas Ciências Humanas, tem se mostrado um procedimento importante para se compreender o que é específico do humano, enquanto vivências, partindo-se delas mesmas e não do postulado por teorias objetivamente formuladas. Por assumir o círculo existencial hermenêutico, investigador e investigado fazem parte de uma mesma realidade, não sendo exigido que seja neutro, mas apenas lúcido, o que é possibilitado pela prática do rigor fenomenológico. É uma investigação que se afasta da objetividade, neutralidade e exatidão, valores positivos para a ciência de base cartesiana e que separa sujeito e objeto. O pensar fenomenológico assume a não separação homem-mundo, como já abordado acima, e caminha para a dimensão intersubjetiva que expressa o nexo entre o percebido e sentido subjetivamente, o comunicado pela empatia, pela linguagem gestual, proposicional e outras de suas modalidades, e o objetivo que é mantido na estrutura linguística.

Multiculturalismo e Educação Física Escolar

Ana Canen
UFRJ/RJ

A palestra trata das contribuições do multiculturalismo para se pensar sobre a Educação Física Escolar. Discute, inicialmente, conceitos e abordagens do multiculturalismo, enfatizando suas implicações na educação para a valorização da diversidade cultural e desafio a preconceitos. Partindo da premissa de que o multiculturalismo desafia discursos que homogeneizam identidades culturais e busca reconstruí-los em novas perspectivas, a segunda parte da palestra mostra formas pelas quais o pensamento multicultural pode contribuir na desconstrução da idéia massificada de corpo e de atividades físicas escolares, de modo a valorizar a pluralidade de expressões corporais e de identidades culturais presentes nas escolas e na sociedade brasileira.

Multiculturalismo e educação física escolar

Suraya Cristina Darido
UNESP/SP

Tendo em vista a atualidade do tema do multiculturalismo e a necessidade de investigações que aprofundem nessa discussão, esta apresentação, terá como objetivo aproximar a Educação Física desse universo, já que, no dia-a-dia do trabalho de seus profissionais não faltam exemplos a ele relacionados. Concordamos com Moreira e Candau (2003), quando se referem às pesquisas na universidade, principalmente àquelas que se desenvolvem sobre e com a escola, de

forma a catalisarem experiências que tornem o cotidiano escolar não como espaço da rotina e da repetição, mas como espaço de reflexão, de crítica e de justiça curricular. É neste sentido que tenho o intuito de apresentar questões pertinentes ao multiculturalismo, possibilitando uma maior orientação do trabalho dos professores de Educação Física no cotidiano de suas aulas. É preciso esclarecer que o multiculturalismo, constitui uma ruptura com a perspectiva na qual se acreditava na homogeneidade e evolução “natural” da humanidade rumo a um acúmulo de conhecimentos que levariam à construção universal do progresso. Ao contrário, entende-se por multiculturalismo a abordagem que vai além da valorização da diversidade cultural em termos folclóricos ou exóticos, mas sim aquela que questiona a construção das diferenças e, por consequência, dos estereótipos e preconceitos contra aqueles percebidos como diferentes em sociedades desiguais e excludentes (CANEN, OLIVEIRA, 2002). A escola e a Educação Física de modo particular, sempre tiveram dificuldades em lidar e abrir espaços para a manifestação e a valorização das diferenças. Tenderam, ao longo da sua história, a silenciá-la e neutralizá-la, sentindo-se muito mais seguras e confortáveis com a homogeneização e a padronização. Construir um currículo baseado no multiculturalismo requer dos professores, novas posturas, novos saberes, novos conteúdos e novas estratégias de ensino. Essas novas perspectivas serão discutidas nessa apresentação.

Referencias bibliográficas básicas

CANEN, A. OLIVEIRA, Â.M.A. (2002).

Multiculturalismo e currículo em ação: um estudo de caso. *Revista Brasileira de Educação*, n.21, p.61-74,.

MOREIRA, A. F. B., & CANDAU, V. M. F. (2003). Educação escolar e cultura(s): Construindo caminhos. *Revista Brasileira de Educação*, n.23, p.156-168.

Vozes do silêncio: o paradigma da crueldade – Limites éticos da experimentação animal

Laerte Fernando Levai

Promotor de Justiça em São José dos Campos/SP

A experimentação animal, definida como toda e qualquer prática que utiliza animais para fins didáticos ou de pesquisa, decorre de um erro metodológico que a considera o único meio para se obter conhecimento científico. Abrange a vivissecação, que é um procedimento cirúrgico realizado em animal vivo. No Brasil, a exemplo do que ocorre em quase todo o mundo, todo dia um incontável número de animais perde a vida em experimentos cruéis, submetidos a testes cirúrgicos, toxicológicos, comportamentais, neurológicos, oculares, cutâneos, etc., sem que haja limites éticos - ou mesmo relevância científica - em tais atividades. Macabros registros de experiências com animais praticadas nos centros de pesquisa, nos laboratórios, nas salas de aula, nas fazendas industriais ou mesmo na clandestinidade, revelam os ilimitados

graus da estupidez humana. Sob a justificativa de buscar o progresso da ciência, o pesquisador prende, fere, quebra, escarpela, penetra, queima, secciona, mutila e mata. Nas suas mãos o animal vítima torna-se apenas a coisa, a matéria orgânica, enfim, a máquina-viva.

Em termos legais, a atividade vivissecionista esteve durante muito tempo respaldada unicamente na Lei nº 6.638/79. Com o advento da Lei nº 9.605/98, na qual o legislador inseriu um dispositivo específico sobre crueldade para com animais, sua prática passou a ser considerada delituosa caso não adotados os métodos substitutivos existentes. É que o artigo 32 § 1º do diploma jurídico ambiental incrimina “quem realiza experiência dolorosa ou cruel em animal vivo, ainda que para fins didáticos ou científicos, quando existirem recursos alternativos”, cominando aos infratores pena de três meses a um ano de detenção, além de multa, sem prejuízo da respectiva sanção pecuniária administrativa. A reprimenda é aumentada em um sexto a um terço “se ocorre a morte do animal” (par. 2º).

O tipo penal descrito no artigo 32 *caput* da Lei nº 9.605/98 é de conteúdo misto ou variado, porque se perfaz mediante ações diversas: abusar, maltratar, ferir ou mutilar. Todas essas modalidades agressivas podem ser resumidas em uma única expressão, crueldade, termo mais genérico e que reúne em si aquelas hipóteses, podendo exprimir quaisquer ações relacionadas à violência, à insensibilidade ou ao sadismo em detrimento dos animais.

Considerando a existência, na atualidade, de uma vasta gama de recursos hábeis a livrar os animais de seus padecimentos na mesa do vivisector, faz-se necessária uma mudança de paradigma na mentalidade dos pesquisadores, uma pequena revolução interior que lhes permita conciliar a ética à atividade científica. As restrições à atividade experimental não se limitam aos animais oriundos de biotérios, mas também àqueles apanhados nos Centros de Controle de Zoonoses, após sua captura nas ruas, situação essa que lhes acarreta ainda mais padecimento.

O caminho para o abolicionismo das cobaias de laboratório, portanto, foi indicado pelo artigo 32 § 1º da Lei nº 9.605/98: adoção de métodos alternativos à experimentação animal. Este dispositivo ajusta-se perfeitamente ao mandamento supremo expresso no artigo 225, § 1º, VII, da Constituição Federal, em que o legislador houve por bem vedar as práticas que submetam animais a agressões e maus tratos: “*Incumbe ao Poder Público proteger a fauna e a flora, vedadas, na forma da lei, as práticas que coloquem em risco sua função ecológica, provoquem a extinção das espécies ou submetam os animais à crueldade*”.

É preciso, todavia, romper o silêncio que impera no campo da experimentação animal, enfrentando os tabus existentes, desmistificando crenças, questionando verdades preconcebidas, ampliando nossa perspectiva ética e projetando a noção do justo para além da espécie dominante, tudo isso para, enfim, ouvir as vozes dos animais subjugados pelo homem. Como bem escreveu o professor Thales Tréz, no prefácio ao livro

“Alternativas ao uso de animais vivos na educação”, de autoria do biólogo Sérgio Greif, a vivissecção faz com que os próprios alunos se tornem vítimas indiretas de seu equivocado método de pesquisa: “*O uso de animais expõe o estudante muitas vezes a contradições, como o de matar para salvar, ou desrespeitar para respeitar*. Segundo ele, “*a prática do uso de animais seja em que área for, é insustentável do ponto de vista econômico, ecológico, ético, pedagógico e principalmente, incompatível com uma postura de respeito e cuidado para com a vida*. Tudo leva a crer que a plena abolição da metodologia científica oficial, tão cruel quanto injusta, seja apenas uma questão de tempo.

Physical Activity and Mental Health: Consensus, pitfalls and challenges

Yael Netz

Wingate Institute/Israel

Accumulated evidence supports the popular belief that physical activity is associated with psychological health. Specifically, there has been increasing interest in the role of exercise not only as a therapy for mental illness, as a means of coping with mental illness by those who are affected, but also as a means of improving mental health and psychological well-being in the general population. This presentation will review the evidence on the links between physical activity and psychological well-being.

A key methodological issue integral to the study of the relationship between physical activity and psychological well-being is correlation *versus* causation, assessed respectively by cross-sectional or longitudinal non-interventional studies *versus* interventional studies, (Netz, 2007). *Cross-sectional and longitudinal non-interventional studies* are unable to establish causal links between differential levels of physical activity or fitness and psychological responses, given that a multitude of other factors can also co-vary with the decision to lead a physically active life.

Intervention studies, on the other hand, investigate the effects of exercise on psychological well-being. The importance of this type of research is that if a causal relationship is established, people can be encouraged to start an exercise program in order to improve their psychological well-being as well as their physiological functioning.

Of key interest are the mechanisms mediating physical fitness or physical activity and psychological functioning. Several mechanisms have been proposed to identify physiological and psychological mechanisms as potentially underlying the exercise-wellbeing relationship. The most commonly stated hypothesis is that the positive psychological effects are a direct consequence of improvement in cardiovascular functioning. Thus the mediating factor is fitness as a result of aerobic exercise rather than participation in exercise. These are the *physiologically based mechanisms*, including the neurotransmitter imbalance hypothesis, the endorphin hypothesis, and the cerebral circulation hypothesis.

Psychologically based mechanisms imply that the positive psychological effect of physical activity is a result of participation rather than of physiological alterations. The mastery/efficacy and the distraction hypotheses suggest these mechanisms. One conclusion is clear, however. It is unlikely that any one mechanism, whether psychological or physiological, will adequately explain this complex relationship. Rather, multidisciplinary approaches to the study of the physical activity/psychological function relationship that embrace the interaction of such mechanisms are warranted.

Reported psychological benefits of exercise include reductions in anxiety and depression, with improvements in mood, self-esteem and overall well-being in clinical and healthy populations, in chronic and acute exercise models. Following is a selection of studies representing various designs and populations.

Anxiety: The consequences of physical activity on anxiety were examined in one of the first meta-analyses on exercise and mental health (Petruzzello, et al., 1991). Moderate but significant effect sizes were found on both - acute (-0.24) and chronic exercise (-0.34). At that time only limited information was available on the effects of exercise in clinical anxiety disorders, and so the results were collapsed across clinical and non-clinical samples.

Only one study (Broocks et al., 1998) compared the efficacy of a 10-week walk-run exercise regimen with anti-anxiety medication (clomipramine) and a placebo in anxiety patients diagnosed with panic disorder. Exercise was more effective than placebo but less effective than medication. Compared with medication, exercise took longer before symptoms were relieved.

Depression: For both cross-sectional and prospective studies across cultures, higher levels of physical activity are associated with little or no symptoms of depression. In individuals performing moderate amounts of physical activity, there is a decrease in depressive symptoms, particularly in women and older adults. In experimental studies - both moderate and vigorous exercise can reduce symptoms of depression. In a meta analysis (North et al., 1990) on the effect of exercise on depression on healthy and clinical populations, an effect size of -0.53 was found.

A meta analysis on the effect of exercise on clinical depression indicated an effect size of -0.72 (Craft & Landers, 1998). Blumenthal and colleagues (1999) compared the benefits of exercise to antidepressant medication in individuals clinically diagnosed with moderate depression. They found reductions in symptoms in all three conditions: 16 weeks of a walk-run program, antidepressant medication, and both exercise and medication. Although medication was reported to alleviate symptoms more rapidly, particularly in patients with the most severe depression, a follow-up study of the sample 6 months after cessation of treatments revealed that the relapse rate was lowest for the exercise condition.

Exercise dose necessary to provide effective treatment is an important issue. The benefits of different exercise

regimens on depression were compared in order to identify an effective minimal dosage (Dunn, et al., 2005). Adults diagnosed with major depressive disorder were exposed to 12-week programs of either a placebo condition (flexibility) or one of 4 conditions of aerobic exercise. Results indicated that the reduction in depression was significantly greater for the moderate energy expenditure condition compared with the low expenditure or placebo control, while frequency had no effect. The conclusion was that major depressive disorder can be effectively treated with an exercise prescription based on public health recommendations.

Body image: In a study examining differences in satisfaction with bodily appearance among physically active and inactive Norwegian women and men of different ages (Loland, 2000), it was shown that satisfaction with bodily appearance increased linearly with age among moderately/highly active men and women, whereas it decreased linearly among inactive men and women. Breast cancer survivors who exercise, particularly older women, report more positive attitudes toward their physical condition, less negative mood states, and greater vigor than do sedentary women (Pinto et al., 2004).

The effect of exercise on body dissatisfaction in Bulimia Nervosa patients (Sundgot-Borgen et al., 2002) was much superior to the effect of cognitive behavior therapy. Furthermore, the symptom load in the exercise group gradually decreased toward the level of healthy controls, whereas a deterioration of effect over time was found in the cognitive behavior group.

Acute exercise and mood: In a study assessing the effect of acute exercise on mood in healthy young and middle-aged individuals (Netz & Lidor, 2003) it was found that mood was enhanced with swimming, yoga and Feldenkrais while the enhancement following dance aerobics was minor. In another study assessing the effect of acute exercise on mood (Lane & Lovejoy, 2001) it was found that aerobic dance has a significantly greater mood enhancing effect among individuals reporting symptoms of depressed mood before the exercise class starts.

Well-being: Some researchers are specifically interested in the effects of exercise on persons with average or even above-average mental health. Findings from this work are important for determining the efficacy of physical activity in maintaining normal emotional health and preventing the development of mental illness. Moreover, identifying forms of exercise that provide optimal psychological benefits may help fitness professionals keep participants involved in exercise programs.

A recently published meta analysis (Netz et al., 2005) assessed the effect of organized physical activity on the well-being of older adults without clinical disorders. Based on a conceptual framework proposed for evaluating well-being in older age, four general components were considered: (a) emotional well-being (i.e., state and trait anxiety, stress, tension, state and trait depression, anger, confusion, energy, vigor, fatigue, positive affect, negative affect, and optimism),

(b) self-perceptions (i.e., self-efficacy, self-worth, self-esteem, self-concept, body image, perceived physical fitness, sense of mastery, and locus of control), (c) bodily well-being (i.e., pain, and perception of physical symptoms), and (d) global perceptions such as life-satisfaction and overall well-being.

Besides examining the overall effect of physical activity on psychological well-being, the moderating effect of exercise dose and exercise mode was also examined. Results indicated a small but significant effect of exercise on well-being. However, treatment groups showed almost three times as much pre-post change as did control groups, suggesting a causal effect for physical activity on psychological well-being enhancement. Aerobic training was most beneficial when followed by strength training. Physical activity had the strongest effects on self efficacy, and longer exercise duration was less beneficial for several types of well-being, though findings were inconclusive. Moderate intensity activity was most beneficial. Improvement in cardiovascular, strength and activities of daily living were linked to well-being improvement.

Future challenges: Progress towards obtaining conclusive evidence attesting to a relationship between exercise and psychological health is slowed by a host of methodological, conceptual, and design problems. However, as research design and methodology improves, as measurement tools become refined, and as new theoretical avenues are pursued, a more definitive relationship may begin to emerge. Following are some questioned for future studies: How much physical activity (frequency, duration etc.) is needed to improve psychological function? To what extent is improvement in fitness a mediating factor between physical activity and psychological functioning? At what stage of the physical activity program does psychological improvement start? Is the psychological improvement stable? What is the most desired physical activity type in order to improve psychological functioning?

References

- Blumenthal, J.A., Babyak, M.A., Moore, K.A., Craighead, W.E., Herman, S., Khatri, P., Waugh, R., Napolitano M.A., Forman, L.M., Appelbaum, M., Doraiswamy, P.M. & Krishnan, K.R. (1999). Effects of exercise training on older patients with major depression. *Archives of Internal Medicine*, 159, 2349-2356.
- Broocks, A., Bandelow, B., Pekrn, G., George, A. Meyer, T., Bartmann, u., Hillmer-Vogel, U., & Ruther, E., (1998). Comparison of Aerobic exercise, clomipramine, and placebo in the treatment of panic disorder. *American Journal of Psychiatry*, 155, 603-609.
- Craft, L. L., & Landers, D. M. (1998). The effect of exercise on clinical depression and depression resulting from mental illness: A meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20, 339-357.
- Dunn, a.L., Trivedi, M.H., Kampert, J.B., Cark, C.G., & Chambliss, H.O. (2005). Exercise treatment for

depression: Efficacy and dose response. *American Journal of Preventive Medicine*, 28, 1-8.

Lane, A.M., & Lovejoy, D.J. (2001). The effects of exercise on mood changes: the moderating effect of depressed mood. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 41, 539-545.

Loland, N. W. (2000). The aging body: Attitudes toward bodily appearance among physically active and inactive women and men of different ages. *Journal of Aging and Physical Activity*, 8, 197-213.

Netz, Y. (2007). Physical activity and psychological functioning in advanced age: emotive, neurocognitive and self-perception aspects. (p. 492-508). In: R. Eklund & G. Tenenbaum (Eds). *Handbook of Sport Psychology* (3rd Edition) .

Netz, Y., & Lidor, R. (2003). Mood alterations in mindful versus aerobic exercise modes. *The Journal of Psychology*, 137, 405-419.

Netz, Y., Wu, M. J., Becker, B. J., & Tenenbaum, G. (2005). Physical activity and psychological well-being in advanced age: A meta-analysis of intervention studies. *Psychology and Aging*, 20, 272-284.

North, T. C., McCullagh, P., & Tran, Z. V. (1990). Effect of exercise on depression. *Exercise and Sport Science Reviews*, 18, 379-415.

Petruzzello, S. J., Landers, D. M., Hatfield, B. D., Kubitz, K. A., & Salazar, W. (1991). A meta-analysis on the anxiety-reducing effects of acute and chronic exercise. *Sports Medicine*, 11, 143-182.

Pinto, B.M., & Trunzo J.J. (2004). Body esteem and mood among sedentary and active breast cancer survivors. *Mayo Clinic Proceeding*, 79, 181-186.

Sundgot-Borgen, J., Rosenvinge, J.H., Bahr, R., & Sundgot Schneider, L. (2002). The effect of exercise, cognitive therapy, and nutritional counseling in treating bulimia nervosa. *Medicine & Science in Sports & exercise*, 34, 190-195.

Dança e Cultura

Maristela Moura Silva Lima⁴

Catia Mary Volp⁵

A dança pode ser definida como a arte de movimentar o corpo com ritmo para expressar emoção ou idéia ou simplesmente para se deliciar com os próprios movimentos. O impulso da dança data, sem evidência concreta, do início da existência do homem na terra, como o primeiro meio de comunicação, assim como acontece com as crianças que dançam antes de aprenderem a se comunicar com palavras.

A dança como arte se diferencia das outras; é inatingível, existindo apenas no corpo da pessoa e morrendo com ela. Muita dança se perdeu no tempo e

⁴ Professora Titular Curso de Dança, Depto. de Artes e Humanidades, Universidade Federal de Viçosa; 36570-000 Viçosa, MG. <teinha@ufv.br>

⁵ Professora Livre Docente do Depto. de Educação Física, Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro, SP, 13.506-780, SP. <cnvolp@rc.unesp.br>

no espaço e quem dançou reconheceu o seu poder de expressão. Muita dança se multiplicou no tempo e no espaço e quem dançou se apaixonou pelo que viu e ouviu. As evidências que o homem primitivo dançava estão registradas em pinturas nas pedras e vasos encontrados em cavernas e sítios arqueológicos com milhares de anos de existência. Provavelmente, a batida de pés no chão devia caracterizar a dança dos povos primitivos, costume mantido até hoje como tradição dos ancestrais pelas tribos remanescentes em lugares distintos da civilização moderna.

A função da dança ainda serve como meio de expressão do homem com a natureza, com o outro e como comunicação da força e individualidade dos povos. Súplica aos deuses, adoração, agradecimento, ritos de passagens, imitação dos animais e cortejo são motivos para a execução de dança firmando-se como a autêntica expressão dos povos que não usam a escrita para perpetuarem suas tradições (KRAUS, CHAPMAN, 1981).

Onde é possível ver-se dança

Digno de nota é a visão de Rudolf Laban (1879-1958), que afirmou que todo movimento é dança e pode-se interpretar essa afirmação em um sentido amplo, metafórico e poético, olhando-se o mundo em que se vive e as circunstâncias que se enfrenta no cotidiano (1951). Dança, no sentido amplo de recrear, de re-criar momentos, sensações agradáveis, ou apenas, sentir prazer de viver o momento presente. Dança no sentido de estar vivo, aberto às situações corriqueiras ou especiais que preenchem a vida.

As surpresas de cada dia acontecem com o movimento dos seres vivos e objetos que se deslocam no entorno de pessoas, com seus ritmos próprios, oferecendo espetáculos gratuitos de ação e drama. O balanço das folhas e flores, as ondas do mar, o passar das nuvens, o batimento cardíaco, a luta pela sobrevivência são manifestações de dança.

Movimento é sinônimo de ritmo, de vida. Enfrenta-se nova situação constantemente e essa novidade torna a vida interessante e desafiadora. Cabe a todos deleitarem-se com a dança espontânea que se cria a cada momento em casa, no trabalho, na rua, ao se perceberem ocorrências momentâneas com a visão de um artista que capta as cores, ritmos e movimentos do ambiente privado ou público.

No ambiente rural, pode-se observar o movimento das árvores, animais no campo, passarinhos que transitam livremente, fumaça de chaminés, charretes sacolejando nas estradas de terra e ações de plantio e colheita. Na cidade, o corre-corre das pessoas, engarrafamento de trânsito, construções, lojas, viralatas e pessoas populares da cidade que circundam o transeunte que observa ou ignora o movimento, a dança ... frenética, em sua volta.

A dança está inserida em toda obra de arte, porque é através do movimento de segurar a palheta, pincel, caneta, folha de papel, madeira, massa, cinzel para esculpir, digitação no teclado, da gesticulação de todo o

corpo e da dança das mãos e dedos que o artista concretiza sua criação.

Enquanto arte, a dança é produto da expressão intencional que permite a liberação da índole criativa do homem, transcende as ações no tempo e no espaço e se transforma em algo inédito. É a arte de organizar movimentos com elementos que possibilitam a criação improvisada ou previamente concebida que traduzem a intenção expressiva do homem. Essa arte comunica a liberdade de usar o corpo como um instrumento da interpretação dos conceitos de energia corporal, ritmo, espaço, valores estéticos e culturais, bem como emoções de um povo, concretizadas através de danças executadas individualmente, em pequenos ou grandes grupos.

Globalização e identidade

O homem do século XXI parece viver um conflito existencial dramático quando uma parcela da sua identidade permanece apegada a laços culturais tradicionais, relacionados aos valores familiares, hábitos e costumes perpetuados até o presente pelas experiências de gerações passadas. Na visão de Hall (2003), as sociedades da modernidade tardia, identificadas como as do período após a década de 1950, estão em constante transformação, em ritmo acelerado pela tecnologia desenfreada e ao processo de globalização com um forte impacto sobre a identidade cultural do indivíduo. Segundo esse autor, a velocidade das informações veiculada pelos meios de comunicação está causando uma ruptura com as tradições consagradas, incutindo novos valores morais, éticos e estéticos que se fundem em uma "homogeneização cultural".

A questão da identidade de uma pessoa perpassa pelo significado que os elementos culturais representam socialmente, porém, torna-se difícil para a família e as instituições educacionais competirem com a rapidez das informações que têm afetado a noção de tempo e espaço, sugerindo novos modos de vida e de relacionamentos. A perda de identidade se dá pelo rompimento com as tradições em simples aspectos culturais que ao longo do tempo vão influenciando a língua, costumes e tradições (ALVES, 2004). Historicamente, o Brasil tem recebido uma enorme influência de países europeus e norte-americanos, assim como em outros países da América Latina fato que tem impedido a valorização da nossa própria cultura.

SOS ao Brasil

O povo brasileiro apresenta características muito distintas manifestas na linguagem, na alimentação e nas tradições culturais, devido à sua dimensão continental e diversidade geográfica. A arte de Jobim, por exemplo, traz uma verdade incontestável, quando afirma que "O Brasil não conhece o Brasil, o Brasil, SOS ao Brasil".

Falta ao povo brasileiro ufanismo, sentimento de orgulho pela pátria (fora da época da Copa do Mundo) e honra de ter nascido em um país tão privilegiado em recursos naturais, de climas amenos, sem cataclismos severos que causam destruição e morte e uma cultura

extremamente rica e diversificada. Devido à falta de acesso à educação e informação sobre a beleza do seu país, a maioria dos brasileiros ignora as riquezas da sua própria cultura advinda da diversidade da composição miscigenada da raça brasileira. Essa alienação cultural impede que o brasileiro conheça e valorize detalhes importantes da própria família, sua ancestralidade, aspectos importantes da cidade e da região em que habitam e de todo o país.

Atualmente, os meios de comunicação de massa e a falta de bom senso e espírito humanitário dos governantes, renegam as características próprias da cultura brasileira e permitem a invasão de notícias, programas e filmes, que transmitem idéias e valores pouco edificantes e pobres de mensagens educativas. Os canais de televisão, as emissoras de rádio e a comunicação pela internet atingem um grande número da população brasileira em grandes centros e nas áreas rurais e a programação destes meios de comunicação não valorizam a arte e as autênticas manifestações culturais do povo brasileiro.

É claro que os aparelhos de TV, rádio e computador, não têm vida própria e não se impõem nas salas de estar das famílias. Mas é o homem que tem o domínio, o livre arbítrio para ligar ou desligar o aparelho acionando um simples botão. Entretanto, falta a este homem espírito crítico, educação, para avaliar o que deve ser feito e quando, e entender que pode fazer suas escolhas.

Segundo dados do IBGE, o Brasil tem 34 milhões de jovens na faixa de idade entre 10 e 19 anos. Considerando esse patrimônio humano fantástico, é inconcebível que em uma sociedade de população tão jovem não haja investimento financeiro nessa faixa-etária, no campo da educação e das artes, na busca de se promover uma conscientização social, artística e cultural.

A invasão cultural estrangeira na sociedade brasileira

A partir da análise do nosso cotidiano, pode-se observar as contradições e a forte influência da cultura européia e norte-americana nos costumes da sociedade brasileira. É possível observar a invasão dos costumes e das tradições das sociedades globalizadas no *modus vivendi* do povo brasileiro. Podemos citar três exemplos que são refletidos no modo de vestir, na padronização de itens comerciais e nos meios de comunicação.

O brasileiro, fruto de uma combinação de raças renega o vestuário de tecidos estampados com motivos desenhados impregnados de cores e formas, típicos das culturas africanas e indígenas, que ofereceram um toque especial à nossa formação cultural.

Por influência européia e norte-americana, a moda brasileira segue uma linha, clássica e monótona, fazendo uso de cores neutras e escuras. No imaginário social dos países de primeiro mundo parece ser inconcebível o traje com estampas diferentes, é considerado brega e de mau gosto. No entanto, obedecemos cegamente às regras de países que sofrem

inverno rigoroso e frio por mais de seis meses, anualmente. Nestes países as cores escuras são usadas por seu aspecto prático e funcional, pois atraem o calor do sol e aquecem o corpo dos seus usuários. Temos o nosso clima tropical, o nosso jeito de ser, nossa ginga, a natureza exuberante em cores e formas e deveríamos usufruir desta realidade.

A safra de produção de carros brasileiros de cores neutras é outro exemplo de imposição do gosto estrangeiro. Atualmente, predominam as versões metálicas do azul marinho ou petróleo, prata, preto, dourado, verde escuro ou branco. São poucas as fábricas que lançam novos modelos com cores alegres e vivas. Até a década de 90, eram lançados carros com variadas cores que enfeitavam ruas, avenidas e estradas com diversos tons de amarelo, vermelho, azul e verde.

Uma questão paira no ar azul, amarelo e verde das pessoas que amam o Brasil de todo coração. Por que o brasileiro não se liberta das regras de padronização impostas pelos países ditos civilizados? Porque não podemos ter um mundo mais colorido produzido pelas mãos do homem?

A padronização chegou aos meios mais populares de comunicação, como o rádio. Uma grande parte dos comunicadores se expressa de maneira sensacionalista, com propagandas e chamadas emitidas com tons de vozes nivelados ao de emissoras de outros estados. De norte a sul do Brasil, a entonação dos comunicadores de rádio está padronizada, negando a riqueza dos sotaques típicos de cada região e da variedade de ritmos e música em comerciais, neutralizando o impacto dos arranjos instrumentais da música brasileira, tão rica e apreciada pelo mundo inteiro.

Comercialmente analisando, observamos que o turismo nacional não é valorizado. É mais fácil, em termos de oferta e economicamente falando, engajar-se numa viagem ao estrangeiro do que aos muitos lugares no Brasil. Entretanto, nosso Brasil é vendido lá fora a preços módicos e muitos estrangeiros vêm até nós em busca do exótico, ansiosos também por apreciar nossos ritmos e danças. Eles procuram pelo que é nosso, enquanto nossos brasileiros se ocupam em se “atualizar” com a cultura globalizada e sem identidade.

Brasil, cultura rica em ritmos e danças

As músicas e as danças brasileiras são sempre reverenciadas como exuberantes e ricas em ritmo e beleza por povos de outras culturas, mas o brasileiro tem a tendência de modificar o que é autêntico e valorizar o que é estranho aos nossos valores morais, éticos e culturais. A invasão cultural estrangeira proporciona a distorção e a desvinculação dos produtos culturais com as suas raízes e origens. Três exemplos podem ilustrar como este fenômeno tem afetado a vivência das nossas manifestações autênticas por brasileiros de várias faixas etárias.

A cada ano aumenta o número de integrantes das escolas de samba, que virou uma consequência do *marketing* visual proporcionado pelo grande espetáculo de brilho, pompa e ritmo. Basta pagar uma taxa, dividida em suaves prestações ao longo do ano, e a pessoa se integra ao número de figurantes da

agremiação. Esta possibilidade de desfilar no Sambódromo da Sapucaí, certamente, nutre o ego do estranho participante e o bolso da escola, mas afirma a alienação do mesmo com a comunidade e com a realidade daquela escola de samba.

O Hip-Hop, como segundo exemplo, é um tipo de dança que nasceu nos guetos americanos, como um movimento genuinamente negro, que se configura como uma expressão da identidade das comunidades negras que representam um percentual de 48% da população norte-americana. Associado ao rap (rhythm and poetry), uma linguagem musicada que denuncia as mazelas sociais da sociedade americana em versos rimados, o Hip-Hop, tomou uma dimensão de movimento cultural de protesto e reivindicação em vários países. No Brasil, o Hip-Hop foi rapidamente absorvido pelas populações da periferia das cidades, que se identificaram com a problemática racial dos negros norte-americanos, e adotaram o mesmo estilo para protestarem contra o sistema discriminatório da sociedade brasileira.

Na fusão do Hip-Hop com o “tempero” rítmico brasileiro surgiu a hibridização deste tipo de dança com a batida do samba, divulgado pelo compositor e cantor Marcelo D2, entre outros. Podemos afirmar que o rap não é nada mais que uma releitura da literatura de cordel, que o povo nordestino já expressava no início do século XX, como uma linguagem poética e sutil de comunicar sua penúria, seus romances e de se afirmar como uma raça corajosa e criativa. Ainda hoje, se mantém forte e presente, o embate entre dois repentistas que com suas violas desafiam a imaginação do oponente e ao mesmo tempo satirizam temas relacionados à situação política, social e cultural do país.

O forró universitário serve também como um exemplo da distorção das nossas tradições. Surgiu como dança de salão, no início da década de 90, uma adaptação do forró nordestino, atividade social exercida desde o início do século XX, marca registrada da musicalidade do povo do nordeste.

Esta prática social de lazer apresenta-se como uma releitura de uma das mais tradicionais danças brasileiras, acrescida de sofisticação do casal que executa figuras elaboradas e se envolvem em giros rápidos dos parceiros numa acelerada movimentação de braços e pés, com uma forte intenção performática. Assim denominado, por ter sido originado nos redutos estudantis universitários dos estados do Rio de Janeiro, São Paulo e Espírito Santo, surgiu como um novo formato no sentido da execução exigindo os passos e deslocamentos da dama na ponta dos pés e um posicionamento da cabeça dos parceiros fora do eixo central do corpo, comprometendo a boa postura do casal.

O autêntico forró nordestino envolve os parceiros em um contato íntimo, com deslocamentos em passos miúdos, enfatizando o movimento dos quadris de ambos, sem o exagero de figuras e giros estereotipados. Ao som dos trios constituídos pelo acordeon, zabumba e triângulo, ou mesmo motivados por sons eletrônicos,

os casais desfilam pelo salão, dançando com modesta descrição.

Cabe aqui fazer alusão às danças de festas familiares e às realizadas em locais públicos como discotecas e galpões. As danças de salão estiveram em vanguarda durante muito tempo até que com o advento das grandes guerras mundiais os pares, por falta principalmente do parceiro masculino, se descaracterizaram. A música, também em resposta às consequências das guerras, mudou suas características estruturais. Inicia-se o rock, enfatizando o dançar individual no salão e a mocidade adere a esta nova forma de expressão. A dança aos pares permanece nos salões da velha guarda e, internacionalmente, se perpetua com a Dança Competitiva, codificada e divulgada pelo Conselho Inglês de Danças de Salão.

Nas festas onde não há dança, as pessoas conversam, sentadas ou em pé, segurando um copo de bebida para manter as mãos ocupadas e se sentirem mais à vontade. A música funciona como um apoio circunstancial do ambiente que acolhe os convivas, que permanecem conversando e se divertindo em pequenos grupos.

Nas festas onde as pessoas dançam, cria-se um ambiente alegre e descontraído. Ao som da música as pessoas vão ficando mais à vontade, alteram o volume da voz para se comunicarem, ampliam a gesticulação e demonstram maior descontração no ambiente. Os amantes da dança se entregam às delícias do movimento seja aos pares, sozinho ou em grupo. São nestes momentos que as pessoas passam a se integrar com outras, demonstrando sua maneira de responder ao ritmo das músicas, de se relacionar com o outro em um contexto que permite a exibição do seu modo de ser.

Uma festa onde as pessoas dançam assemelha-se à uma sessão de catarse, de terapia em grupo. Neste momento são deixados de lado os maneirismos e comportamentos socialmente aceitos, adequados à representação teatral da vida na sociedade, cedendo lugar à livre expressão corporal e ao prazer.

Mas a nossa dança também tem seus expoentes reconhecidos, representantes da arte da dança. Como exemplo de referência nacional e reconhecimento internacional podemos citar grupos de renome tais como: Grupo Corpo (BH), Quasar Cia de Dança (Goiânia), Balé Stagium, Cia Cisne Negro, Balé da Cidade (São Paulo). Estas e outras companhias de dança traduzem a diversidade dos nossos ritmos e danças em uma linguagem estética primorosa, abrindo os olhos dos brasileiros para o que temos de melhor em cultura e arte, levando para outros países, adaptações para a Dança Contemporânea dos movimentos de danças étnicas e folclóricas, que em seus locais de origem, perpetuam as tradições de nossas danças.

Em termos acadêmicos de formação temos ainda um paradoxo. A população brasileira, dançante em sua caracterização, possui apenas 4 cursos superiores gratuitos de dança, a saber: Escola de Dança da Universidade Federal da Bahia (UFBA), criada em 1956, Departamento de Artes Corporais da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)

criado em 1985, a Faculdade da Cidade do Rio de Janeiro (FCRJ) e o Curso de Dança da Universidade Federal de Viçosa (UFV).

A UFV oferece os cursos de Licenciatura e Bacharelado em Dança, cujo projeto pedagógico está fundamentado na visão humanística de Rudolf Laban que visualizou para o homem moderno, a arte da dança como meio de comunicação e socialização. Os cursos objetivam formar, respectivamente, professores de dança e coreógrafos para atuar no ensino formal e não formal preparando profissionais para intervir, produzir e apreciar mostra de dança, além de investigar a linguagem coreográfica e sua articulação com a educação e a arte.

Esta universidade foi a primeira a incluir Dança de Salão como uma de suas atividades de extensão e como disciplina obrigatória do Curso de Dança. De 1983 até os dias de hoje, inúmeras pessoas têm participado dos benefícios da Dança de Salão promovidos pelo Departamento de Educação Física e do Curso de Dança desta instituição.

Considerando as formações em dança que incluem as licenciaturas e a preparação do profissional para atuar em escolas da rede formal de ensino contamos com um outro empenho. A legislação não cobre a atuação destes profissionais nas escolas, embora o conteúdo dança seja abordado nas artes e na educação física. Portanto, ainda há muito trabalho a ser realizado no sentido de desmistificar a dança em todas as camadas sociais para que “as danças” tenham lugar “oficial” e de direito na vida de todos os cidadãos.

Conclusão

Com o propósito de encerrar estas reflexões sobre o tema em questão, pode-se apresentar um pensamento de Laban que sintetiza, em poucas palavras, uma síntese da finalidade da sua teoria da Arte do Movimento:

A pessoa que se preocupa muito com detalhes materiais da vida, não pode ter tempo e nem energia para participar criativamente de uma comunidade e do espírito festivo da vida, o que deveria ser a suprema inspiração de toda cultura (Laban, 1951).

Não é concebível compreender porque, precisamente nesta fase histórica da humanidade, de tantas incertezas, contradições e desesperanças e,

sobretudo, de inquietação com o futuro do homem na terra, os professores, educadores e dançarinos (e ... sonhando alto, políticos, empresários e pais de família), negligenciam a mensagem de esperança que a arte da dança pode proporcionar. De fato, se olharmos com mais cuidado, poderemos compreender que cada ser humano é portador de uma riqueza infinita de expressões e comunicação através dos movimentos. Celebrar a vida através da dança sempre fez parte das atividades de todas as culturas.

No Brasil, terra de povo composta pela miscigenação de diversas etnias, existem celebrações com festas populares entre elas: o Carnaval, Frevo, Bumba-Meu-Boi, Quadrilha Junina e as festas dos Centros de Tradições Gaúchas, entre outras, que abrigam milhares de pessoas capazes de gerar uma energia constante de demonstrações de ruas, praças e clubes.

A dança tem um poder de atuar como um instrumento de comunicação para agregar pessoas e promover relações sociais. É a arte que mais favorece as relações entre pessoas, ou seja, parafraseando Vinicius de Moraes, podemos dizer que a dança é a arte do encontro.

Referências

- ALVES, Júlia F. **A invasão cultural norte-americana**. 2.^a ed. São Paulo: Editora Moderna, Ltda. 2004.
- HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade**. Rio de Janeiro, DP&A Editora, 2003, p.75
- KRAUS, Richard. Chapman, Sarah. **History of Dance in Art and Education**. New York: Prentice-Hall, 1981.
- LABAN, Rudolf. **What has led you to study movement?** In: The Laban Art of Movement Guild – News Sheet. Bartle & Son LTD., Scunthorpe, England. 1951.
- LABAN, Rudolf. **Notes on Choral Dancing**. In: The Laban Arte of Movement Guild. Surrey, England. 1969.

Mecanismos moleculares de indução de obesidade e resistência à insulina em animais destreinados submetidos a uma dieta rica em lipídes

José Rodrigo Pauli
Dennys Esper Cintra
Eduardo Rochete Ropelle
Cláudio Teodoro de Souza
Juliana Contin Moraes
Mário José Abdalla Saad

Laboratório de investigação dos mecanismos moleculares de sinalização da insulina do Departamento de Clínica Médica – FCM/Unicamp SP

Resumo: A cessação do treinamento físico (destreinamento) resulta em rápido acréscimo da massa adiposa, ganho de peso e resistência à insulina tanto em humanos quanto em animais. No entanto, os mecanismos moleculares envolvidos nesse processo permanecem desconhecidos. Diferentes proteínas intracelulares podem estar envolvidas no processo de aquisição de ganho de peso e diminuição na ação da insulina nesse modelo animal. Este estudo teve como objetivos investigar as vias PI 3-quinase/Akt e CAP/Cbl, ambas importantes na captação ou utilização de glicose estimulada por insulina no tecido muscular adiposo branco. Utilizou-se, ratos Wistar que foram submetidos a um protocolo de exercício de natação por 8 semanas. Posteriormente os animais foram destreinados e nesse mesmo período de cessamento do programa de exercício foi oferecida aos ratos uma dieta rica em lipídes. Para análise das proteínas de interesse, foi realizado o método de imunoblot e imunoprecipitação. Verifica-se, através dos resultados obtidos, que animais destreinados tem um ganho de peso e de gordura epididimal mais acentuado comparado a animais sedentários. Esse fato foi associado a uma maior responsividade à insulina no tecido adiposo através da via IRS/PI 3-quinase/Akt dos animais destreinados submetidos à dieta rica em lipídes. Além disso, verifica-se, que a via CAP/Cbl encontra-se mais responsiva à insulina no tecido adiposo de animais destreinados em relação aos outros grupos experimentais. Conclui-se, que o destreinamento físico é acompanhado por um rápido período de ganho de peso e de massa adiposa e essas adaptações deve-se no mínimo em parte pela maior responsividade à insulina da via CAP/Cbl em tecido adiposo branco.

Palavras-chave: Destreinamento. Obesidade. Resistência à insulina.

Molecular mechanisms on induction obesity and insulin resistance in detrained animals submitted a high-fat diet

Abstract: The termination of exercise training (detraining) results in rapid fat accretion, weight gain and insulin resistance in both humans and rats. There is evident relationship between physical inactivity and insulin resistance. Different mechanisms may be involved in insulin resistance in this animal model. The aim of this study was to investigate the PI3-kinase/Akt and CAP/Cbl signaling pathways both involved with insulin-stimulated glucose uptake in white adipose tissue in detrained and sedentary animals submitted a high-fat diet. Wistar rats were submitted to swimming training during 8 weeks. Next this period the animals stop the training and received a rich-fat diet. The proteins from the insulin signaling pathway were analyzed by immunoprecipitation and immunoblotting. The results demonstrated that detraining result in an increased body mass and rapid body fat accretion. This fact was associated with increases insulin responsiveness in adipose tissue through IRS/PI3-Kinase/Akt pathway in detrained rats fed with a rich-fat diet. In addition, the CAP/Cbl pathway in adipose tissue was more insulin responsive in the detrained animals feeding with a rich-fat diet than S-DHL animals. In conclusion, the cessation of exercise is accompanied by increased body mass and rapid fat accretion and this aspect to have relation at least in part to increased insulin responsiveness in adipose tissue through CAP/Cbl pathway.

Key Words: Destraining. Obesity. Insulin resistance.

Introdução

A atividade física aumenta a sensibilidade à insulina independentemente da redução do peso e de mudanças na composição corporal, e o principal efeito do exercício parece ser o aumento da expressão de elementos intracelulares da via de sinalização da insulina em particular dos transportadores de glicose na musculatura esquelética (GOODYEAR; KAHN 1998; BASSUK; MANSON 2005). Por outro lado, a cessação do treinamento físico (destreinamento) resulta em rápido acréscimo da massa adiposa, ganho de peso e resistência à insulina tanto em humanos (PERIZKOVA, 1977; ALMÉRAS et al., 1997) quanto em animais (APPLEGATE; STERN 1987; WALBERG et al., 1983; ECKEL; YOST, 1987). Tal consideração pode ser reforçada por outros estudos que demonstraram que a sensibilidade à insulina decresce em alguns dias quando indivíduos fisicamente ativos se tornam sedentários (KRISKA et al., 1993; MAYER-DAVIS et al., 1998). Considerando as evidências descritas acima, pode-se dizer que o músculo esquelético tem papel primordial sobre a redução da utilização de glicose estimulada por insulina na situação de inatividade física. No entanto, são poucos os estudos que investigaram as adaptações moleculares frente à situação de destreinamento.

Para abordar os mecanismos pelo qual o cessamento do exercício físico diminui a captação de glicose estimulada por insulina, aumenta o ganho de peso e causa rápido acréscimo da massa adiposa, é necessário inicialmente descrever como a insulina transmite seu sinal desde seu receptor até os efetores finais.

A insulina age em vários tecidos periféricos, incluindo músculo, fígado e tecido adiposo. Seus efeitos metabólicos imediatos incluem: aumento da captação de glicose, principalmente em tecido muscular e adiposo, aumento da síntese de proteínas, ácidos graxos e glicogênio, bem como bloqueio da produção hepática de glicose, da lipólise e proteólise, entre outros (SALTIEL; KAHN, 2001). A compreensão das etapas moleculares de sinalização à insulina pode proporcionar novas abordagens terapêuticas para estados de resistência à insulina, incluindo obesidade, diabetes mellitus do tipo 2, hipertensão arterial e intolerância à glicose associada a diversas endocrinopatias.

A sinalização intracelular da insulina começa com sua ligação a um receptor específico de membrana, uma proteína heterotetramérica com atividade quinase, composta por duas subunidades alfa e duas subunidades beta denominado receptor de insulina (IR) (PATTI; KAHN 1998). A ativação do IR resulta em fosforilação em tirosina de diversos substratos, incluindo substrato do receptor de insulina 1 (IRS-

1) e (IRS-2) (WHITE 1998). Após a fosforilação em tirosina, IRS-1 e IRS-2 associam-se e ativam a fosfatidilinositol 3-quinase (PI 3-quinase). A ativação da PI 3-quinase aumenta a fosforilação em serina da proteína quinase B (Akt) (PESSIN; SALTIEL 2000), que então estimula o transporte de glicose no músculo e tecido adiposo, estimula a síntese de glicogênio no fígado e músculo, e estimula a lipogênese no tecido adiposo. Portanto, a via PI 3-quinase/Akt tem um importante papel nos efeitos metabólicos da insulina.

Além da ativação da PI 3-quinase, outros sinais também podem ser necessários para que a insulina estimule o transporte de glicose (PESSIN; SALTIEL 2000). Essa segunda via envolve a fosforilação do protooncogene c-Cbl e é aparentemente independente da ativação da PI 3-quinase (RIBON; SALTIEL 1997). Na maioria dos tecidos sensíveis à insulina, Cbl está associado com a proteína adaptadora CAP ("Cbl-associated protein") (RIBON et al., 1998). Após a fosforilação o complexo Cbl-CAP migra para a membrana celular e interage com a proteína adaptadora CrkII, que também está constitutivamente associada com a proteína C3G (BRAUMANN et al., 2000). A C3G é uma proteína trocadora de nucleotídeos que catalisa a troca de GDP por GTP da proteína TC10, ativando-a. Uma vez ativada, a TC10 desencadeia um segundo sinal para a translocação da proteína GLUT4 para a membrana celular, em paralelo à ativação da via da PI 3-quinase (CHIANG et al., 2001). Recentemente foi demonstrado que a insulina estimula agudamente a fosforilação em tirosina de Cbl e sua associação com a CAP no tecido adiposo de animais normais, e também que essa via pode participar do controle da adiposidade em modelos animais de resistência à insulina.

Desde que as vias PI 3-quinase/Akt e CAP/Cbl desempenham papel importante na captação de glicose, sugere-se que ambas possam determinar pelo menos em parte, a entrada de glicose no tecido adiposo e consequentemente contribuir com o aumento da massa adiposa corporal. Portanto, a avaliação destas vias moleculares frente a uma situação de destreinamento físico é pertinente de investigação. Assim, os objetivos do nosso estudo são avaliar o ganho de peso, a sensibilidade periférica à insulina e as alterações moleculares envolvidas na sinalização da insulina através das vias IRS/PI 3-quinase/Akt e CAP/Cbl em tecido adiposo branco de animais destreinados alimentados ou não com uma dieta rica em lipídeos.

Matérias e Métodos

Animais experimentais e protocolos de pesquisa

Todos os experimentos foram conduzidos de acordo com os princípios e procedimentos descritos pela *National Motriz, Rio Claro, v.13, n.2 (Supl.1), p.S19-S28, mai./ago. 2007*

Institutes of Health Guidelines for the Care and Use of Experimental Animals e foram aprovados pelo comitê de ética da Universidade Estadual de Campinas. Os animais foram mantidos em gaiolas individuais em ambiente com temperatura controlada de 22°C a 24 °C e com ciclos de luz artificial (12 horas claro e 12 horas escuro). Após 3 dias de aclimação, ratos Wistar machos foram aleatoriamente divididos em 4 grupos experimentais com similar peso corpóreo (250 ± 5 g): ratos controles alimentados com dieta padrão para roedores (C), ratos sedentários alimentados com dieta padrão (semanas 1-8) e alimentados com uma dieta hiperlipídica (semanas 9-16) (S-DHL), ratos destreinados alimentados com dieta padrão (semanas 1-8) e alimentados com uma dieta hiperlipídica (semanas 9-16) (D-DHL) e ratos destreinados alimentados com dieta padrão para roedores (semanas 1-16) (D-DC).

Protocolo de exercício físico

O protocolo de exercício consistiu de natação, em grupos de 4 animais, que foi realizado em baldes plásticos com diâmetro de 60 cm e com profundidade de 100 cm. A temperatura da água foi mantida entre 34 °C e 35 °C.

Os animais dos grupos D-DHL e D-DC nadaram 1h/dia, 5 dias/semana, durante 8 semanas consecutivas, suportando uma sobrecarga que foi progressivamente aumentada em 2.5% a 5% do peso corporal do animal relativo a cada semana. O programa de exercício descrito acima foi interrompido ao final da 8ª semana, e esse período de inatividade física foi denominado de destreinamento, e perdurou por mais 8 semanas (semanas 9-16).

Avaliação de parâmetros fisiológicos

Ratos Wistar de ambos os grupos foram avaliados quanto à evolução de massa corpórea e ingestão alimentar semanalmente. O tecido adiposo epididimal foi cuidadosamente dissecado e pesado em balança analítica. Níveis sanguíneos de glicose e insulina foram avaliados ao final do período experimental. Seis animais de cada grupo foram aleatoriamente selecionados para realização do teste de tolerância à insulina.

Determinação da glicose, insulina e leptina.

A dosagem dosagem da glicose plasmática foi realizada através do método enzimático colorimétrico de glicose oxidase. A insulina plasmática das amostras de soro foram avaliadas por radioimunoensaio.

Teste de tolerância intraperitoneal à insulina (ipITT)

O teste foi realizado ao final do período experimental. Após jejum noturno de 6 h a primeira coleta de sangue foi

realizada (tempo 0) do teste. Após isso, a insulina (2U/Kg de peso corporal) foi injetada intraperitonealmente e amostras de sangue foram coletadas pela cauda nos tempos 5, 10, 15, 20, 25 e 30 minutos para a determinação da glicose sérica. A velocidade constante do decaimento da glicose (Kitt) foi calculada usando a fórmula $0,693/t_{1/2}$. O $t_{1/2}$ da glicose foi calculado a partir da curva da análise dos mínimos quadrados da concentração da glicose sérica durante a fase de decaimento linear.

Extração do tecido adiposo branco

Os ratos foram anestesiados com Tiopental sódico (4mg/100g de peso corporal) e para controle de anestesia foram observados os reflexos pedal e de córneo dos ratos antes de qualquer procedimento experimental. A cavidade abdominal foi aberta, e após localização da veia porta 0,2 ml de salina ou insulina (10^{-6} mol/l) foi injetada. Amostras do tecido adiposo epididimal foram retiradas após 90 s da infusão de insulina. Esse tecido foi homogeneizado em tampão de imunoprecipitação contendo 1% de Triton X 100, 100mM de Tris (pH 7,4), 100mM de pirofosfato de sódio, 100mM de fluoreto de sódio, 10mM de EDTA, 10mM de vanadato de sódio, 2mM de PMSF e 0,1 mg/mL de aprotinina a 4 °C. O homogeneizado foi então centrifugado à 11.000 RPM por 30 minutos. No sobrenadante foi determinada a concentração de proteína utilizando o método de Bradford de 1976. (BRADFORD 1976) e posteriormente foi realizada a determinação do extrato total e o ensaio de imunoprecipitação com anticorpo específico.

Anticorpos e reagentes utilizados

Os anticorpos, anti-fosfotirosina (α -PY), anti-IR β (α -IR), anti-IRS-1, anti-IRS-2, anti-c-Cbl (α -Cbl), anti-CAP (α -CAP), anti-fosfo-C3G, foram providos da Santa Cruz Technology (Santa Cruz, CA, USA). Anti-fosfo-Akt [ser 473] foi da Cell Signaling Technology (Beverly, MA, USA) e a subunidade p85 da PI 3-quinase foi da Upstate Biotechnology, NY. Os reagentes de rotina utilizados foram da Sigma Chemical Co. (St. Louis, MO, USA).

Imunoprecipitação (IP)

Após determinação da concentração das proteínas foi realizada a imunoprecipitação com anticorpo específico. Após incubação, os imunocomplexos foram recuperados com Proteína A Sefarose 6 MB por 2 horas à 4°C e decantados por centrifugação por 20 minutos à 4°C/11.000 RPM. O precipitado foi lavado três vezes, em intervalos de 5 minutos, com tampão de lavagem (2 mM ortovanadato de sódio, 100 mM Tris-HCl; 1 mM RDTA; 0,5% Triton X-100). O

sobrenadante foi descartado, ficando-se apenas com as proteínas precipitadas (imunocomplexos).

Imunoblot (IB)

Os imunocomplexos foram ressuspensos em tampão de Laemmli, contendo 100 mmol/L de DTT. Após rápida fervura foram aplicados em gel de poliacrilamida para separação por eletroforese (SDS-PAGE). As proteínas separadas em SDS-PAGE foram transferidas para membrana de nitrocelulose em aparelho de transferência da BIO-RAD. A membrana de nitrocelulose foi incubada "overnight" com anticorpo específico. A ligação de anticorpo a proteínas não-específicas foi minimizada pela pré-incubação da membrana de nitrocelulose com tampão de bloqueio (5% de leite em pó desnatado; 10 mmol/L de Tris; 150 mmol/L de NaCl; 0.02% de Tween 20) por 1,5 hora. O sinal foi detectado por tratamento com 2 μ Ci de [125I] Proteína A (30 μ Ci/ μ g) em 10 mL de tampão de bloqueio por 2 horas em temperatura ambiente e exposição a filmes de RX Kodak à -80°C de 12-48 horas. As bandas identificadas na autoradiografia foram quantificadas através de densitometria óptica através do programa Scion Image.

Análise estatística

Os resultados foram expressos como média \pm erro padrão da média. Quando comparando dois grupos, foi utilizado teste t de Student para dados não pareados. Quando necessário foi utilizada análise de variância, seguida de teste para comparação múltipla de médias. Foi adotado o nível de significância $P < 0.05$.

Resultados

Tabela 1. Observa-se que os animais que receberam uma dieta rica em lipídes tiveram maior ganho de peso em relação aos animais que se alimentaram apenas da dieta padrão para roedores. No entanto, evidencia-se, que os animais do grupo D-DHL apresentaram um ganho maior de peso quando comparado aos ratos do grupo S-DHL. Em relação aos níveis de glicose em repouso apenas o grupo D-DHL apresentou maior concentração quando comparado aos ratos controles. Para insulina sérica, ambos os grupos de animais S-DHL e D-DHL tiveram a concentração mais elevada se comparada aos controles.

Tabela 1. Peso corporal, concentração de glicose e insulina sérica dos animais controles, S-DHL, D-DHL e D-DC.

Parâmetros	Controle (n=8)	S-DHL (n=8)	D-DHL (n=8)	D-DC (n=8)
Peso corporal (g)	394.00 \pm 3.82	486.75 \pm 3.97 [#]	524.50 \pm 5.14 [*]	410.75 \pm 5.14
Glicose Sérica (mg/dL)	83.50 \pm 5.50	89.50 \pm 1.50	100.60 \pm 2.02 [*]	85.40 \pm 2.12
Insulina Sérica (ng/ml)	2.57 \pm 0.10	3.15 \pm 0.11 [*]	3.59 \pm 0.21 [*]	2.45 \pm 0.12

Dados são expressos como média \pm erro padrão da média, com 8 animais por grupo (n=8). * $P < 0.05$ versus Controle e # $P < 0.05$ S-DHL versus D-DHL.

Características dos animais

Figura 1 - A evolução do peso corporal não foi diferente nos grupos estudados até a 8ª semana. Entretanto, verifica-se, que os animais submetidos a uma dieta hiperlipídica, tiveram a partir da 9ª semana acréscimo maior de peso corpóreo, e isso, resultou em maior ganho final do peso em relação aos controles. Além disso, os animais D-DHL apresentaram na 14ª, 15ª e 16ª semanas de experimento um peso corporal estatisticamente maior quando comparado aos animais do grupo S-DHL (Fig. 1A). A média semanal de ingestão

alimentar mensurada em 24 horas não foi diferente nos grupos estudados (Fig. 2B).

No teste de tolerância à insulina (Kitt), observa-se, um distúrbio na taxa de desaparecimento da glicose, induzido pela dieta rica em lipídes nos animais S-DHL e D-DHL quando comparado aos controles (C e D-DC), e observa-se, menor consumo de glicose nos ratos D-DHL do que nos ratos S-DHL, após as 8 semanas de alimentação com a dieta hiperlipídica. Estes dados sugerem uma menor sensibilidade à insulina nos ratos D-DHL (Fig 2C). Nota-se, também, que o

tecido adiposo epididimal foi maior entre os animais S-DHL e D-DHL em relação aos grupos controles (C e D-DC), mas semelhantemente ao peso corpóreo, a gordura epididimal foi

maior nos animais D-DHL em comparação aos animais S-DHL (Fig. 2D).

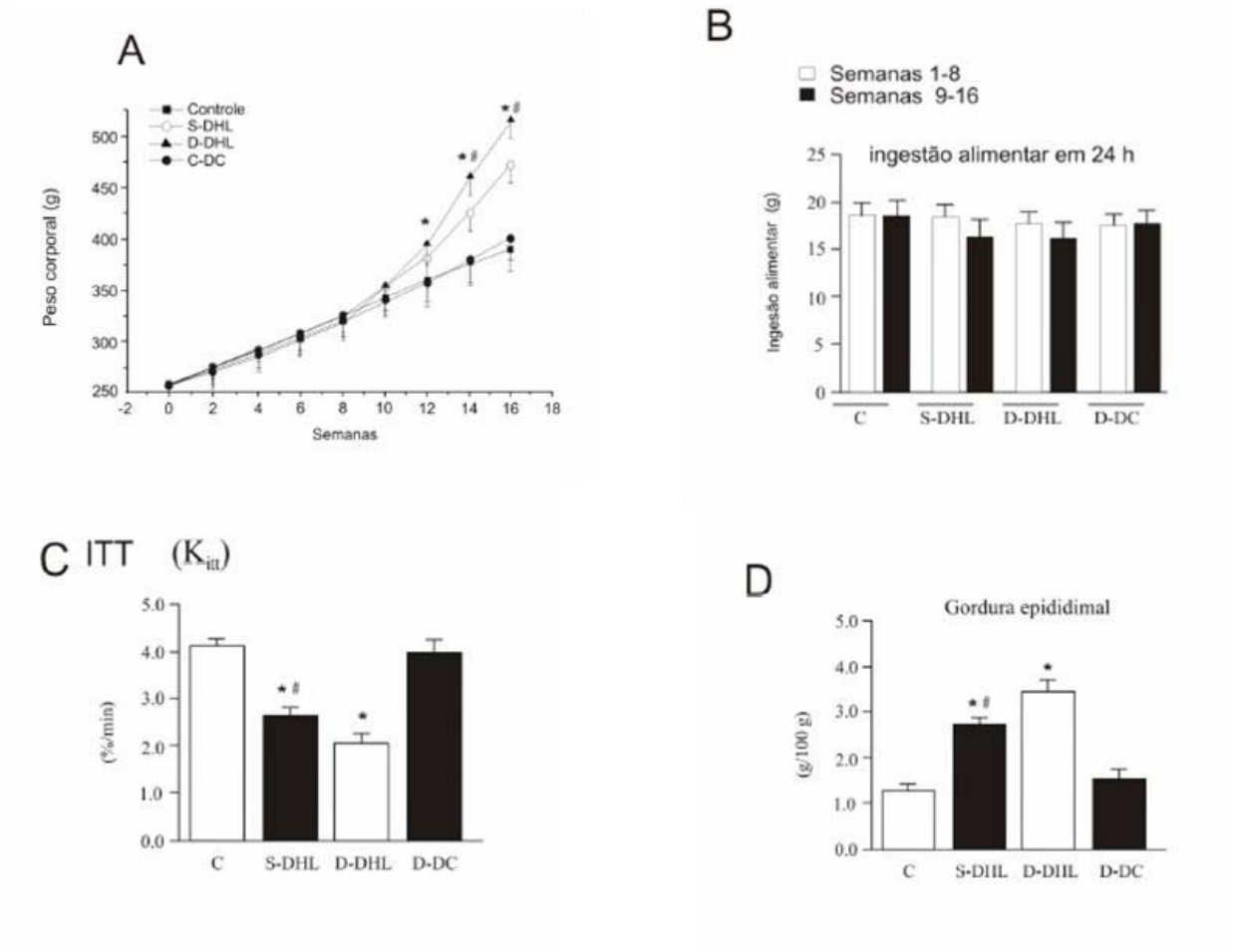


Figura 1. Características dos animais - A, temos a evolução do peso corporal dos animais durante as 16 semanas experimentais. B, foram apresentados os dados referentes à média de ingestão alimentar mensurada em 24 horas de cada grupo de animais. C, estão representados os resultados referentes ao teste de tolerância à insulina (Kitt) ao final do experimento. Por fim, a Fig. 1D, mostra o aumento da gordura epididimal de cada grupo de animais ao final do estudo. Dados são expressos como média ± erro padrão da média, em 8 animais por grupo (n=8). *P<0.05 versus Controle e #P<0.05 S-DHL versus D-DHL.

Sinalização da insulina no tecido adiposo branco (via IRSs/PI 3-quinase/Akt)

Na figura 2, os resultados mostram as conseqüências da ingestão de uma dieta rica em lipídes e do destreinamento físico sobre as etapas iniciais da via de sinalização da insulina no tecido adiposo branco. Houve redução significativa (40-50%) nos níveis de fosforilação em tirosina induzido por insulina do IR/IRS-1/IRS-2 (Fig. 2A, B, D), da associação

Motriz, Rio Claro, v.13, n.2 (Supl.1), p.S19-S28, mai./ago. 2007

IRS-1/PI 3-quinase, IRS-2/PI 3-quinase e na ativação da Akt nos grupos S-DHL e D-DHL quando comparado com os ratos controles (Fig. 2C, E, F). Por outro lado, evidencia-se uma considerável redução nos níveis de fosforilação induzidos por insulina do IRS-1, IRS-2 (Fig. 2B, D) e na associação IRS-1/PI 3-quinase, IRS-2/PI 3-quinase e na fosforilação em serina da Akt (Fig. (2C, E, F) nos ratos S-DHL comparado aos ratos D-DHL. Os níveis de proteínas totais não foram diferentes entre os grupos estudados (dados não mostrados).

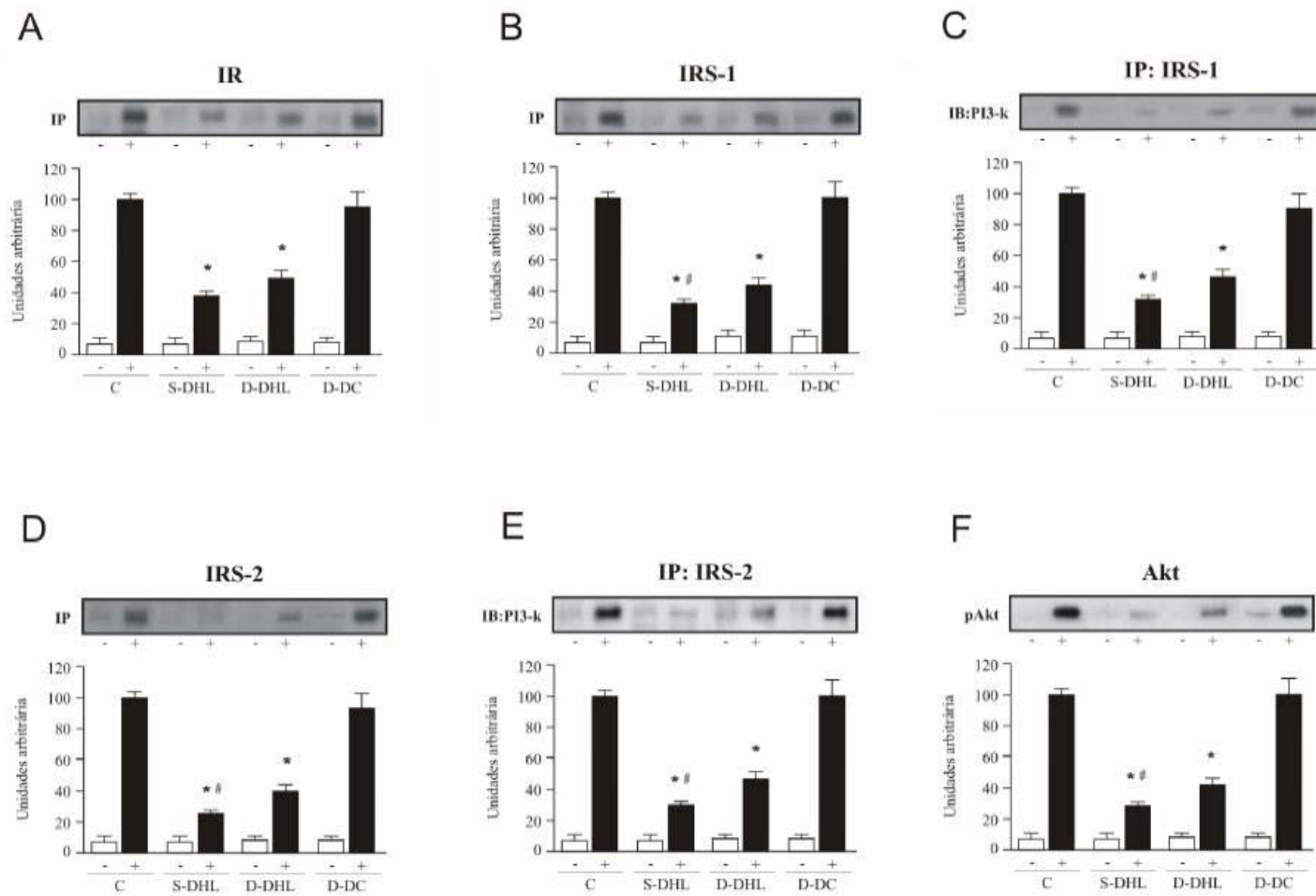


Figura 2. Sinalização da insulina no tecido adiposo epididimal dos ratos controles, S-DHL, D-DHL e D-DC - Extratos do tecido adiposo epididimal de animais injetados com salina ou insulina foram preparados como descrito em materiais métodos. A, extratos do tecido adiposo foram imunoprecipitado (IP) com anticorpo anti-IR β e imunoblottado (IB) com anticorpo anti-fosfotirosina ou anti-IR β . B e C, extratos do tecido muscular também foram IP com anticorpos anti-IRS-1 e IB com anticorpos anti-fosfotirosina, anti-PI 3-quinase ou anti-IRS-1. D e E, extratos do tecido adiposo também foram IP com anticorpos anti-IRS-2 e IB com anticorpos anti-fosfotirosina, anti-PI 3-quinase ou anti-IRS-2. F, extratos da gordura epididimal foram IB com anticorpos, anti-fosfo Akt e anti-Akt. Os resultados obtidos após densitometria óptica das bandas autoradiografadas e analisadas no programa *Scion Image* foram expressos como unidades arbitrárias. As barras representam as médias \pm erro padrão da média dos animais (n= 8). *P<0.05 versus Controle e #P<0.05 S-DHL versus D-DHL.

Sinalização da insulina no tecido adiposo branco (via CAP/Cbl)

Figura 3 - Houve um aumento na expressão da proteína Cbl (32% e 62%) e na expressão da CAP (45% e 75%) no tecido adiposo branco nos ratos S-DHL e S-DHL, respectivamente, quando comparado aos ratos controles (Fig 3A, B). No entanto, fica evidente que houve um aumento na expressão dessas proteínas (Cbl e CAP) nos animais D-DHL

em relação aos animais do grupo S-DHL. Nota-se também, que houve um aumento na fosforilação em tirosina estimulada por insulina da Cbl (41% e 51%), e na associação CAP/Cbl (25% e 83%) no tecido adiposo nos ratos S-DHL e D-DHL, respectivamente, quando comparados aos ratos controles (Fig 3C, D). Além disso, verifica-se que nos animais D-DHL houve um significativo aumento na fosforilação em tirosina estimulada por insulina da proteína Cbl e da associação CAP/Cbl quando comparado aos animais S-DHL. Por fim,

Motriz, Rio Claro, v.13, n.2 (Supl.1), p.S19-S28, mai./ago. 2007

observa-se, que ao estímulo da insulina, a proteína C3G teve um aumento na sua fosforilação em tirosina (32% e 93%) no tecido adiposo branco nos grupos S-DHL e D-DHL, respectivamente, comparado com os animais controles (Fig.

3E). Outra vez, nos animais D-DHL a fosforilação em tirosina da C3G quando estimulada por insulina foi maior do que a encontrada nos animais S-DHL.

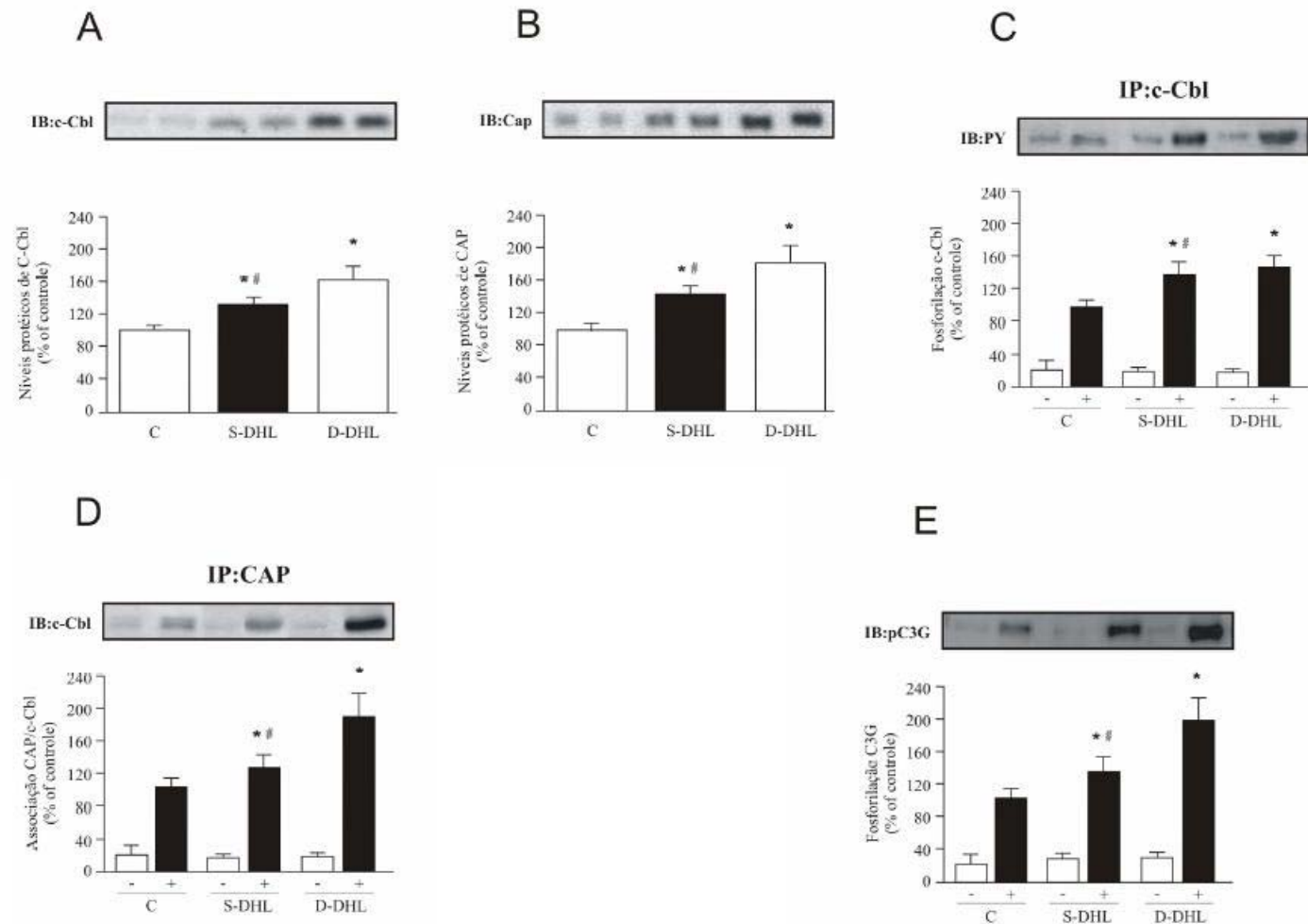


Figura 3. Via CAP/Cbl do tecido adiposo dos animais controles, S-DHL, D-DHL e D-DC - Extratos do tecido adiposo foram IB com anticorpos c-Cbl (A); α CAP (B); e IP com anticorpo α -c-Cbl e IB com α -fosfotirosina (C); IP com anticorpo α -c-Cbl e IB com α -CAP (D); IB com anticorpo α -p-C3G (E). Os resultados obtidos após densitometria óptica das bandas autoradiografadas e analisadas no programa *Scion Image* foram expressos como unidades arbitrárias. As barras representam as médias \pm erro padrão da média dos animais (n= 6). *P<0.05 versus Controle e #P<0.05 S-DHL versus D-DHL.

Discussão

Estudos em modelos animais e humanos mostram que a cessação do exercício físico leva a um aumento de peso corpóreo e a um rápido acréscimo do tecido adiposo (ALMÉRAS et al., 1997; APPLGATE; STERN 1987; WALBERG et al., 1983; ECKEL; YOST, 1987). Entretanto, em algumas pesquisas, o destreinamento físico tem sido

associado com um aumento na ingestão de calorias diárias, especialmente em ratos geneticamente predispostos a obesidade (APPLGATE; STERN 1987; SCHEMMEL; MICKELSEN; GILL 1970). Com isso, tem sido difícil separar os efeitos referentes a mudanças alimentares, dos resultantes da cessação do treinamento físico. Em nosso estudo, não tivemos alterações na ingestão de ração entre os

grupos experimentais, pode-se assim, descartar qualquer interferência de uma possível hiperfagia com o destreinamento. Portanto, o aumento significativo no ganho de peso e no acréscimo de tecido adiposo obtido pelos animais D-DHL quando comparados aos ratos S-DHL pode ser atribuído pela interrupção do programa de exercício de natação por si, sugerindo-se que o período de destreinamento promove um aumento na capacidade lipogênica independente de mudanças na ingestão de calorias ingeridas. Em acordo com nossos resultados, Lampert e colaboradores demonstraram que a razão do ganho de peso em 1 e 2 semanas em ratos destreinados foi significativamente maior do que animais sedentários ou treinados, e não houve diferenças na ingestão alimentar entre os grupos (LAMBERT et al., 1994). Em similaridade aos dados encontrados em nosso estudo, Giada e colaboradores, encontrou após 2 meses de destreinamento, um aumento de 2% e 4% na massa de tecido adiposo em ciclista jovens e idosos, respectivamente (GIADA et al., 1995).

Interessantemente, observa-se, em nosso estudo, que os ratos destreinados alimentados com a dieta padrão tiveram o peso e a gordura epididimal semelhante aos ratos controles. Parece evidente, então, que a sobrecarga energética (dieta hiperlipídica) associada à condição de destreinamento físico foi responsável pelas alterações mais acentuadas no ganho de peso e de gordura epididimal encontrada nos animais do grupo D-DHL com relação aos demais grupos estudados.

Sabe-se, que o aumento de peso é inversamente proporcional a sensibilidade à insulina. Por outro lado, diversos estudos demonstraram que o exercício físico tanto agudo como crônico pode ter efeitos benéficos na ação da insulina em situações de resistência a esse hormônio, mesmo quando não há redução no peso corporal. Entretanto, os efeitos induzidos pelo exercício físico não permanecem por longos períodos e são revertidos num curto espaço de tempo após a cessação do treinamento (HOUMARD et al., 1993; ARCIERO; SMITH; CALLES-ESCADON et al., 1998).

Estudos prévios mostraram que o exercício físico aumenta a responsividade à insulina em adipócitos, músculo esquelético, e este aumento na captação de glicose envolve no mínimo em parte a participação da via IRSs/PI 3-quinase/Akt (LUCIANO et al., 2002; PERES et al., 2005; ROPELLE et al., 2006). Por outro lado, a ingestão de dieta rica em lipídes é associada com uma redução na captação de glicose em diferentes tecidos, caracterizado pela redução na sensibilidade à insulina no fígado, músculo, hipotálamo, mas não em tecido adiposo, pelo menos durante o primeiro mês de dieta hiperlipídica (PRADA et al., 2006). Nosso laboratório, em recente estudo, mostrou que no tecido adiposo de animais

alimentados com dieta hiperlipídica, à redução na sinalização da insulina, através da fosforilação em tirosina do IRS-1 e IRS-3, e a ausência de qualquer alteração na via IRS-2/Akt contrasta com a habilidade da insulina em estimular a via CAP/Cbl/C3G em tecido adiposo (PRADA et al., 2006). Sendo que, a ativação desta última via resulta em um acréscimo de tecido adiposo corpóreo. Assim, sugere-se, que a diferença na sinalização da insulina (via PI 3-quinase/Akt) e da via CAP/Cbl/C3G em adipócitos de animais sedentários e destreinados submetidos a uma dieta rica em lipídes pode explicar a diferença de acúmulo de gordura epididimal entre esses grupos.

Nossos dados mostram que após 8 semanas de ingestão da dieta hiperlipídica, ambos os grupos S-DHL e D-DHL tiveram uma redução na taxa de desaparecimento da glicose avaliada pelo teste de tolerância à insulina quando comparados aos animais controles. No entanto, observa-se que os ratos D-DHL foram menos responsivos à insulina do que os ratos S-DHL. É possível que essa menor responsividade à insulina esteja relacionada com o maior acúmulo de tecido adiposo e aumento da produção de citocinas pro-inflamatórias como o fator de necrose tumoral alfa (TNF α) e interleucinas (IL-1 β , IL-6). Kern demonstrou em experimentos com humanos que indivíduos obesos apresentam um aumento na expressão de TNF e após a redução de peso corporal há uma diminuição de TNF e conseqüente melhora da sensibilidade periférica à insulina (Kern 1995). No entanto, tal hipótese deve ser melhor investigada e novas considerações deverão surgir para esclarecer o assunto.

Na tentativa de encontrar respostas para o maior acúmulo de tecido adiposo epididimal e rápido ganho de peso nos animais destreinados, avaliou-se as vias moleculares IRS/PI 3-q/Akt e CAP/Cbl em adipócitos, ambas importantes na captação de glicose. Nota-se, uma diminuição na fosforilação em tirosina induzida por insulina do IR, que foi acompanhada pelo decréscimo na fosforilação em tirosina do IRS-1, IRS-2 e da associação IRS-1/PI 3-quinase, IRS-2/PI 3-quinase, resultando em uma diminuição na fosforilação em serina da Akt nos animais S-DHL e D-DHL em relação aos grupos controles do nosso experimento. Surpreendentemente, verifica-se, que a diminuição do sinal da insulina foi mais acentuada entre os animais sedentários que receberam a dieta rica em lipídes quando comparados aos animais destreinados. Tal dado oferece a primeira evidencia para explicar o acréscimo mais acentuado de gordura epididimal nos animais D-DHL com relação aos S-DHL, já que a entrada de energia (glicose) nos adipócitos pode então ser convertida e armazenada na forma de triacilgliceróis. Assim, a maior

sensibilidade a insulina dos animais D-DHL em relação aos animais S-DHL, constatada através da via IRSs/PI 3-quinase/Akt, possivelmente favoreceu a entrada dessa hexose e conseqüente acúmulo de triglicérides no tecido adiposo. Peres e colaboradores, demonstraram, que o treinamento físico aeróbio realizado em esteira num período de 7 semanas, aumenta a responsividade à insulina em adipócitos isolados através da via IRS/PI 3-quinase/Akt (PERES et al., 2005). No entanto, o autor verificou, que tal modulação ocorreu logo após 24 horas da última sessão de exercício físico e em nosso estudo constatamos que esse comportamento persiste por mais tempo, e isso parece colaborar com o acréscimo maior de tecido adiposo epididimal nos animais destreinados alimentados com a dieta hiperlipídica.

Além disso, observa-se um aumento na fosforilação induzida por insulina da proteína Cbl, e em paralelo ocorreu o aumento na associação da CAP/Cbl como também um aumento na expressão de CAP e Cbl no tecido adiposo dos ratos S-DHL e D-DHL. Houve também, um aumento na fosforilação em tirosina induzida por insulina da proteína C3G desses animais. No entanto, ocorreu significativo aumento na expressão e fosforilação dessas proteínas acima descritas nos animais do grupo D-DHL quando comparados aos ratos sedentários. Portanto, esta maior sensibilidade nas etapas da via de sinalização da insulina com a habilidade da insulina em estimular a via CAP/Cbl/C3G no tecido adiposo dos ratos D-DHL possivelmente tenha colaborado para o maior acúmulo de gordura após a cessação do treinamento físico. Prada e colaboradores observaram que ratos sedentários alimentados com dieta rica em lipídes são resistentes à insulina, com decréscimo na ação do hormônio através da via IRS/PI 3-quinase/Akt em tecido adiposo. No entanto, a habilidade da insulina em estimular a captação de glicose pela via CAP/Cbl/C3G é mantida, o que explica o aumento da gordura epididimal desses animais por longos períodos. (PRADA et al., 2006).

Considerando os achados da literatura, nossos dados suportam a hipótese de que uma dieta rica em lipídes promove alterações deletérias à ação da insulina, causando resistência periférica ao hormônio. Em nosso modelo experimental, animais destreinados são menos responsivos à insulina do que animais sedentários quando submetidos a uma dieta hiperlipídica. Tal fato pode estar associado à produção de citocinas pró-inflamatórias como o TNF α e a IL-6 no tecido adiposo. No entanto, como não investigamos a ação desses mediadores químicos em nosso estudo, sugerimos que tal hipótese deva ser melhor investigada para que se obtenha resultados mais conclusivos sobre o assunto. Já no tecido

adiposo branco, observa-se que apesar de uma diminuição na sinalização da insulina através da via IRS/PI 3q/Akt nos animais submetidos a dieta hiperlipídica, os animais destreinados são mais responsivos do que os animais sedentários e este fato possivelmente tenha colaborado na aquisição de massa adiposa, já que a glicose pode ser convertida e armazenada na forma de triacilgliceróis. Além disso, no que diz respeito à via CAP/Cbl, observa-se que a mesma permanece responsiva após 2 meses da ingestão de uma dieta rica em lipídes. Interessantemente, os animais destreinados parecem ter essa via mais preservada. Este novo achado sugere que o ganho de peso e a rápida aquisição de tecido adiposo com o destreinamento físico, possam no mínimo em parte ser resultante da maior responsividade da via CAP/Cbl/C3G. Isso, conseqüentemente, favorece o desenvolvimento da obesidade, que parece agravar a resistência à insulina e em longo prazo pode evoluir para o diabetes do tipo 2.

Conclusão

A cessação do exercício físico resulta em rápido acréscimo de gordura e ganho de peso corporal independentemente de mudanças na ingestão alimentar dos ratos. Tais adaptações deve-se no mínimo em parte a maior responsividade à insulina observada através da via IRSs/PI 3-quinase e principalmente da habilidade da insulina em estimular a via CAP/Cbl em tecido adiposo epididimal de animais destreinados submetidos a uma dieta rica em lipídes.

Referências

- ALMÉRAS N.; LEMIEUX S.; BOUCHARD C.; TREMBLAY A. Fat gain in female Swimmers. **Physiological Behavior**, v.61, p.811-917, 1997.
- APLEGATE, E.A.; STERN J.S. Exercise termination effects on food intake, plasma insulin, and adipose tissue lipoprotein lipase activity in the Osborne-Mendel rat. **Metabolism**, v.36, p.709-714, 1987.
- ARCIERO P.J.; SMITH D.L.; CALLES-ESCADON J. Effects of short-term inactivity on glucose tolerance, energy expenditure, and blood flow in trained subjects. **Journal of Applied Physiology**, v.84, p.1365-1373, 1998.
- BASSUK S.S.; MANSON J.E. Epidemiological evidence for the role of physical activity in reducing risk of type 2 diabetes and cardiovascular disease. **Journal of Applied Physiology**, v.99, p.1193-1204, 2005.
- Bradford M.M. A rapid and sensitive method for the quantification of microgram quantities of protein utilizing the principle of protein-dye binding. **Analytical Biochemistry**, v.72 p.248-254, 1976.
- BRAUMANN C.A.; RIBON V.; KANZAKI M.; THURMOND D.C.; MORA S.; SHIGEMATSU S et al. CAP

- defines a second signaling pathway required for insulin-stimulated glucose transport. **Nature**, v.407, p.202-207, 2000.
- CHIANG S.H.; BAUMANN C.A.; KANZAKI M.; THURMOND D.C.; WATSON R.T.; NEUDAUER C.L et al. Insulin-stimulated GLUT4 translocation requires the CAP-dependent activation of TC10. **Nature**, 410; 944-948, 2001.
- ECKEL R.H.; YOST T.J. Weight reduction increases adipose tissue lipoprotein lipase responsiveness in obese women. **Journal of Clinical Investigation**, v.80, p. 992-997, 1987.
- GOODYEAR, L.J.; KAHN, B.B. Exercise, glucose transport, and insulin sensitivity. **Annual Review of Journal of Biochemistry**, v.49, p.235-261, 1998.
- GIADA F.; VIGNA G.B.; VITALE E.; BALDO-ENZI G.; BERTAGLIA M.; CRECCA R.; FELLIN R. Effect of age on the response of blood lipids, body composition, and aerobic power to physical conditioning and deconditioning. **Metabolism**, v.44, p.161-165, 1995.
- HOUWARD J.A.; SHINEBARGER M.H.; DOLAN P.L.; LEGGET-FRAZIER N.; BRUNER R.K.; McCammon M.R.; ISRAEL R.G.; DOHN GL. Exercise training increases GLUT-4 protein concentration in previously sedentary middle-aged men. **American Journal Physiology Endocrinology Metabolism**, v.264, p.896-901, 1993.
- KRISKA A.M.; LAPORTE R.E.; PETTIT D.J.; CHARLES M.A.; NELSON R.G.; KULLER L.H.; BENETT P.H.; KNOWLER W.C. The association of physical activity with obesity, fat distribution and glucose intolerance in Pima Indians. **Diabetologia**, v.36, p.863-869, 1993.
- KERN P.A. The expression of tumor necrosis factor in human adipose tissue. Regulation by obesity, weight loss, and relationship to lipoprotein lipase. **The Journal Clinical Investigation**, v.95, p.2111-2119, 1995.
- LAMBERT E.V.; WOODING G.; LAMBERT M.I.; KOESLAG J.H.; NOAKES T.D. Enhanced adipose tissue lipoprotein lipase activity in detrained rats: independent of changes in food intake. **Journal of Applied Physiology**, v.77, p.2564-2571, 1994.
- LUCIANO E.; CARNEIRO E.M.; CARVALHO CR.; CARVALHEIRA JB.; PERES SB.; REIS MA.; SAAD MJ et al. Endurance training improves responsiveness to insulin and modulates insulin signal transduction through the phosphatidylinositol 3-kinase/Akt-1 pathway. **European Journal Applied Physiology**, v.147, p.149-157, 2002.
- MAYER-DAVIS EJ.; D'AGOSTINO R JR.; KARTER AJ.; HAFFNER SM, REWERS MJ.; SAAD M.; BERGMAN R.N. Intensity and amount of physical activity in relation to insulin sensitivity: the insulin Resistance Atherosclerosis Study. **JAMA**, v.279, p.669-674, 1998.
- PATTI M.E.; KAHN C.R. The insulin receptor – a critical link in glucose homeostasis and insulin action. **Journal of basic and Clinical Physiology and Pharmacology**, v.9, p.89-109, 1998.
- PERIZKOVA J. Body fat and Physical Fitness. The Hague: Nijhoff, 1977.
- PESSIN J.E.; SALTIEL A.R. Signaling pathways in insulin action: molecular targets of insulin resistance. **Journal of Clinical Investigation**, v.106, p.165-169, 2000.
- PRADA P.O.; PAULI J.R.; ROPELLE E.R.; ZECCHIN H.G.; CARVALHEIRA J.B.C.; VELLOSO L.A.; SAAD M.J.A. Selective modulation of the CAP/Cbl pathway in the adipose tissue of high fat diet treated rats. **FEBS Letters**, v.580, p.4889-4894, 2006.
- RIBON V.; SALTIEL A.R. Insulin stimulates tyrosine phosphorylation of the proto-oncogene product of c-Cbl in 3T3-L1 adipocytes. **Biochemical Journal**, 273: 4073-4080, 1997.
- RIBON V.; HERRERA R.; KAY B.K.; SALTIEL A.R. A role for CAP, a novel, multifunctional Src homology 3 domain-containing protein in formation of actin stress fibers and focal adhesions. **Journal Biological Chemistry**, v.273, p.4073-4080, 1998.
- SALTIEL A.R.; KAHN C.R. Insulin signaling and regulation of glucose and lipid metabolism. **Nature**, v.414 p.799-806, 2001.
- ROPELLE E.R.; PAULI J.R.; PRARA P.O.; DE SOUZA C.T.; FARIA M.C.; PICARDI P.K.; SAAD M.J.A. et al. Reversal of diet-induced insulin resistance with a single bout of exercise: the role of PTP-1B and IRS-1 serine phosphorylation. **The Journal of Physiology**, v.12, p.1-11, 2006.
- SCHEMMELE R.; MICKELSEN O.; GILL J.L. Dietary obesity in rats: body weight and body fat accretion in seven strains of rats. **Journal of Nutrition**, v.100, p.1041-1048, 1970.
- PERES S.B.; DE MORAES S.M.F.; COSTA C.E.M.; BRITO L.C.; TAKADA J, ANDREOTTI S. et al. Endurance exercise increases insulin responsiveness in isolated adipocytes through IRS/PI3-Kinase/Akt pathway. **Journal of Applied Physiology**, v.98, p.1037-1043, 2005.
- WALBERG J.L.; GREENWOOD M.R.C.; STERN J.S. Lipoprotein lipase activity and lipolysis after swim training in obese Zucker rats. **American Journal Physiology Regulatory Comparative Physiology**, v.245, p.R706-R712, 1983.
- WHITE M.F. The IRS-signaling system: a network of docking proteins that mediate insulin action. **Molecular Cell Biochemistry**, v.182, p.3-11, 1998.

Endereço:

Laboratório de investigação dos mecanismos moleculares de sinalização da insulina, FCM/Unicamp
José Rodrigo Pauli
Rua Zeferino Vaz s/nº, Cidade Universitária
Campinas SP
13084-971
Tel: (19) 35218950, FAX: (19) 35218950
e-mail: rodrigose@yaho.com.br

Educação Física Escolar no ciclo II do ensino fundamental: aspectos valorizados pelos alunos

Claudson Lincoln Beggiano
Sheila Aparecida Pereira Dos Santos Silva

Universidade São Judas Tadeu e UNIFIEO

Resumo: Para a maioria dos adultos brasileiros quando se pensa nos conteúdos que lhes ensinaram na Educação Física escolar, logo mencionamos os esportes tradicionais trabalhados durante as aulas como conteúdos importantes. Como professores atuantes na escola sentimos a necessidade de pesquisar se esta representação social presente na mente dos adultos ainda permanece para os alunos mais jovens. A partir desta curiosidade, o objetivo do presente estudo foi verificar qual conteúdo da Educação Física escolar era valorizado por 87 (oitenta e sete) alunos do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental, de uma escola privada, localizada na região leste da cidade de São Paulo, no 1º semestre de 2006. A pesquisa é de natureza qualitativa, tipo descritiva e utilizou como instrumentos o registro, transcrição, análise e interpretação das respostas em relação às perguntas “O que você acha de importante nas aulas de Educação Física? Por quê?” Os resultados alcançados indicaram que a aprendizagem dos esportes foi a unidade de significado predominante entre os alunos pesquisados de todos os períodos, confirmando que o esporte permanece associado à imagem da Educação Física, sendo um forte componente das representações sociais. Tópicos como desenvolvimento físico e bem-estar foram mencionados em número menor do que o esporte. É possível refletir, a partir destes resultados, sobre as razões pelas quais outros conteúdos abordados durante as aulas ainda não atingiram a mesma importância para os alunos.

Palavras-chave: Significado. Representação Social. Educação Física Escolar.

Physical Education in elementary school: Important aspects pointed out by the students

Abstract: For the majority of Brazilian adults, remind the School Physical Education, let them remember the traditional sports worked as important content in the classes. As a school teacher, we fell some needs to investigate if this social representation of the adults remains on the students mind. So, this paper aims at investigating what are appreciated contents in the school physical education. The samples were eighty seven, which are students from sixth to ninth grade of elementary school, in the first semester, at private school, located in the east of the São Paulo City. This is a qualitative study, descriptive type. The students answered for the question: *What do you think is important in the physical education classes? Why?* The answers were registered, written out, analyzed and interpreted. The results showed us that the most important apprenticeship content for the students in this semester was sport, confirming the permanence of sport in the physical education image, interpreted as a strong social representation component. Well-being and physical development had been mentioned few times than sports. From these results, it is possible to reflect on the reasons that the others physical education contents no yet attained the students as the same importance that sports.

Keywords: Meaning. Social Representation. School Physical Education.

Introdução

Entendemos que, de acordo com o significado que a Educação Física possui na visão dos alunos, é possível introduzir modificações que venham a melhorar o ensino ou até mesmo introduzir novos conceitos que colaborem para que as pessoas tenham um melhor entendimento sobre questões relacionadas ao desenvolvimento físico e emocional, lazer, esporte, entre outros temas tão importantes para o bem-estar.

Um dos problemas com os quais nos deparamos no cotidiano do magistério são as dúvidas: será que os alunos

percebem e valorizam a Educação Física Escolar como um todo, com todas as possíveis contribuições que pode oferecer à sua educação? Ou será que valorizam um único conteúdo utilizado durante estas aulas?

Devemos salientar que a intenção nesta pesquisa é identificar os significados possíveis, para podermos refletir sobre as possibilidades de aprimorarmos a prática, aumentarmos o leque de conhecimentos fornecidos aos alunos, e assim, melhorar a qualidade das aulas, para que os educandos não percam a motivação e nem o gosto em frequentá-las, e em participar de atividades motoras, em geral, no transcorrer de suas vidas.

O objetivo desta pesquisa foi verificar qual conteúdo da Educação Física escolar é valorizado pelos alunos do 6º ao 9º ano no Ensino Fundamental, de uma escola privada, localizada na região leste da cidade de São Paulo, no 1º semestre de 2006.

Significado e representação social

O motivo pelo qual escreveremos sobre significado e representação social é para mostrarmos, especificamente, o quanto é essencial compreender estes termos quando se faz uma pesquisa deste tipo, pois, com isso, teremos melhores condições de analisar e interpretar como eles surgem dentro de uma aula de Educação Física escolar, nesta faixa etária que estamos abordando no momento.

O ser humano se encontra, incessantemente, exposto à incontroláveis influências do ambiente, no entanto, ele valoriza certos aspectos do contexto atribuindo-lhes maior importância do que a outros. Pode-se denominar este processo de atribuição de significados.

O conceito de Significado na perspectiva histórico-social exige que se entenda a diferenciação entre atividade humana e ação.

A atividade humana, segundo Leontiev (1978), constitui-se de um conjunto de ações, e a necessidade objetiva ou o motivo pelo qual o indivíduo age pode não coincidir com o fim ou o resultado imediato de cada uma das ações da atividade. Somente através de suas relações com o todo da atividade, isto é, com as demais ações que a compõem, que o resultado imediato de uma ação se relaciona com o motivo da atividade. Por exemplo, a ação da professora de arrumar as carteiras de modo a favorecer a interação e a troca de informações entre os alunos, pode parecer uma ação contrária ao bom andamento dos trabalhos escolares, pois se os alunos não entenderem que estão se sentando mais próximos e sendo estimulados a trocar idéias para participar de uma atividade em grupo, isto pode causar confusão, e o bom andamento dos trabalhos escolares ser comprometido. Assim, o significado das ações dos indivíduos que participam da atividade é apropriado por eles, fornecendo a essas ações o sentido correspondente ao seu significado.

No decorrer da vida, o homem vai acumulando e fixando formas de realizar determinadas ações para entender a realidade e, com isso, se comunica e expressa seus sentimentos, criando e fixando, pois, modos de agir, pensar, falar e sentir que se transformam com o desenvolvimento das relações sociais estabelecidas entre os homens para produção de sua sobrevivência.

Para compreendermos melhor como este conhecimento se aplica à Educação, devemos pensar no significado e importância que o professor tem diante de seus alunos.

O Significado é, então, a generalização e a fixação da produção humana, sintetizado em instrumentos, objetos, técnicas, linguagens, relações sociais e outras formas como arte e ciência (Leontiev, 1978).

A Representação Social, por sua vez, tem sido conceituada como um conhecimento estruturado no contexto e história cultural da pessoa, que a situa no mundo e define sua identidade social, sua expressão como ser social (Spink, 1995).

Para Tomanik (1994), esse conhecimento é utilizado para dar sentido ao contexto da vida da pessoa, constituindo para ela e para o seu grupo uma noção de realidade.

As Representações Sociais são assuntos que estão presentes no dia a dia das pessoas. Esses assuntos, de alguma forma, despertam o interesse e a curiosidade delas e, além disso, as incentivam a expressar seus pontos de vista pessoais. Dessa maneira, as pessoas constroem teorias que permeiam os diversos locais e ocasiões sociais do cotidiano. Essas teorias resultam da compreensão dos indivíduos sobre os assuntos correntes e são compartilhadas com os demais membros do grupo. Resumindo, as Representações Sociais resultam da construção de uma noção de realidade comum sobre um determinado contexto social subsidiada pelas formas habituais e tradicionais do pensamento do grupo.

Segundo Moscovici (1978), as Representações Sociais são teorias ou ciências coletivas destinadas à interpretação do real. Elas vão além do que é imediatamente dado na ciência ou na filosofia, da classificação de fatos e eventos. São teorias do senso comum que se elaboram coletivamente nas interações sociais, sujeito-sujeito e sujeito-instituição, num determinado tempo, numa cultura e num espaço próximo. A Representação Social não é um reflexo do objeto, mas um produto do confronto da atividade mental de um sujeito e das relações complexas que mantém com o objeto (Gebara & Marin, 2005).

A teoria das Representações Sociais oferece um instrumental teórico-metodológico de grande utilidade para o estudo sobre o pensamento e as condutas de pessoas e grupos, pois elas permitem a compreensão dos sistemas simbólicos que, afetando os grupos sociais e as instituições, também afetam as interações cotidianas na sociedade como um todo e/ou em determinados segmentos dessa sociedade.

De acordo com Gebara & Marin (2005), o processo de construção das Representações Sociais se dá no espaço público onde indivíduos pensam em conjunto com outros

Motriz, Rio Claro, v.13, n.2 (Supl.1), p.S29-S35, mai./ago. 2007

indivíduos e que se denomina de sistema de pensamento. É um saber do senso comum, socialmente elaborado e partilhado, com uma visão prática de entendimento do mundo e concorrendo para a construção de uma realidade de um conjunto social. Cada ser humano é um pensador ativo, pois produz e comunica incessantemente sua própria representação e solução específica para as questões que coloca a si mesmo. Portanto, as Representações Sociais são construídas em qualquer lugar e em qualquer momento, pois fazem parte da vida em sociedade.

Conceitos de Educação Física

Segundo Betti (1992), Educação Física é uma expressão que surge no século XVIII, em obras de filósofos preocupados com a educação na defesa e busca da educação integral (corpo, mente e espírito) do jovem, visando ao desenvolvimento pleno da sua personalidade.

Sem termos como afirmar que tal objetivo tenha sido plenamente atingido até os dias de hoje, podemos constatar, no entanto, que os atuais currículos escolares ainda obedecem aos critérios de transmissão fragmentada de conhecimentos, divisão esta gerada pelo paradigma da ciência moderna.

A tradição educacional brasileira vem situando, desde a década de 1920, a Educação Física como uma atividade complementar e relativamente isolada nos currículos escolares, concepção esta que hoje, infelizmente, demonstra sinais de seu esgotamento.

A fragmentação que, na maior parte das vezes, implica em perda de sentido dos conteúdos e aprendizagens na vida dos alunos, gera um

questionamento da atual prática pedagógica da Educação Física Escolar por parte dos próprios alunos que, não vendo mais significado na disciplina, desinteressam-se e forçam situações de dispensa. Contudo, valorizam muito as práticas corporais realizadas fora da escola (Betti, 1994, p.74).

A Educação Física, enquanto componente curricular da educação básica, deve assumir, então, outra tarefa: introduzir e integrar o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai usufruir do jogo, do esporte, das atividades rítmicas e danças, das ginásticas e práticas de aptidão física, em benefício da qualidade de vida (Betti & Zuliani, 2002).

A vida escolar foi bastante modificada pela nova Lei de Diretrizes e Bases (Brasil, 1996), dando abertura à iniciativa das escolas e à equipe de professores que, nesse momento, passam a ser mais exigidos quanto à sua qualificação e uso de seu conhecimento, principalmente no que corresponde ao

planejamento de atividades que venham ao encontro dos interesses e necessidades dos alunos.

A publicação dos Parâmetros Curriculares Nacionais (Brasil, 1998), um referencial de organização curricular para todas as disciplinas escolares, refletiu as preocupações do Ministério da Educação em participar do debate sobre as mudanças na educação brasileira. Percebe-se que a Educação Física brasileira, especialmente dos últimos dez anos, encaminhou-se para um desenvolvimento diferenciado em relação à sua prática.

Se, por um lado, persiste o modelo centrado nas decisões do professor que pretende preservar os objetivos tradicionais da disciplina previstos em legislações oficiais anteriores, e quais se configuram, basicamente, no desenvolvimento das modalidades esportivas e da aptidão física, por outro lado, ocorre cada vez mais intensamente o desenvolvimento de projetos para uma Educação Física escolar comprometida com finalidades mais amplas; ou seja, consecução de metas sócio-educacionais como o fomento à saúde e a formação da personalidade, buscando se inserir nas propostas político-educacionais de tendência crítica brasileira (Kunz, 2003).

O professor de Educação Física, neste novo tipo de orientação, deve buscar integração com o trabalho desenvolvido na escola, colocando o seu componente curricular num patamar de seriedade e compromisso com a formação integral do educando. Essas palavras podem soar como óbvias a muitos educadores, no entanto, sabe-se que em diversas escolas, a Educação Física ainda se encontra desprestigiada e relegada a segundo plano.

Por conta deste problema (desprestígio da Educação Física), o debate sobre a qualidade de ensino na escola dinamizou-se.

Freire & Scaglia (2003) consideram que o ambiente escolar continua muito restritivo, submetendo os alunos à permanência em reduzidos espaços físicos mantendo-os com pouca movimentação. Acrescentam que, um currículo, não importa se de Educação Física ou outra disciplina qualquer, precisa apontar soluções para a vida social. Afirma, ainda, que não faz mais sentido isolar crianças em bancos escolares e querer que, mais tarde, se tornem cidadãos.

Freire & Scaglia (2003) ressaltam também a

importância das tarefas coletivas, e para isso, em se tratando de Educação Física, existem diversos recursos, dentre eles o privilégio de contar com os jogos, como simulações da vida social, como micro universos de uma sociedade em crisálida (p.31).

Mesmo enfatizando o potencial educativo dos jogos, críticas se fazem presentes quando a ênfase, ou até mesmo

certa exclusividade é concedida ao conteúdo esportivo. Exemplo disto é retratado no trabalho de Moreira (in Piccolo, 1993) quando observou que nos conteúdos desenvolvidos no Ensino Fundamental, podia-se constatar uma forte inclinação ao ensino dos esportes e, principalmente, a utilização da mesma metodologia de ensino, ou seja, a execução de fundamentos seguida de vivências de situações de jogo. Em algumas escolas, inclusive, ainda é possível notar um aprofundamento tático das modalidades, o que nos dá a impressão de que o sentido da Educação Física passou a ser o desenvolvimento do comportamento estratégico durante a prática desportiva.

No novo contexto pedagógico preconizado pela atual legislação educacional e as orientações oficiais para o ensino, é recomendável que se reflita sobre a concepção de Educação Física e seus objetivos na escola, com a correspondente transformação da prática pedagógica.

A respeito deste tema, Betti (1994) destaca que, na fase, do 6º e 7º ano (antigas 5ª e 6ª séries) a aprendizagem de uma habilidade técnica deve ser secundária em relação à concretização de um ambiente e de um estado de espírito lúdico e prazeroso, devendo-se levar em conta o desenvolvimento do potencial psicomotor dos alunos. Defende que o aperfeiçoamento de habilidades específicas e a aprendizagem de habilidades mais complexas devem ser buscados no 8º e 9º ano (antigas 7ª e 8ª séries), do ensino fundamental, quando também pode iniciar-se um trabalho voltado à aptidão física, entendida como o desenvolvimento global e equilibrado das capacidades físicas (resistência aeróbica, resistência muscular localizada e flexibilidade).

Mattos & Neira (2000) afirmam que a aprendizagem deve ser uma aventura educacional significativa e partilhada. Em vez de ser levado “ao quê fazer” e ser instruído exatamente a “como fazer”, ao aluno deve ser apresentado um problema cuidadosamente estruturado (o aluno e o professor podem descobrir e estruturar o problema juntos) e, em seguida, solicitar-lhe que encontre soluções para esse problema. O professor, nesta abordagem, serve como um guia consciente e idealizador da situação.

Silva (1996) comenta que a atuação deste professor deve caracterizá-lo por ultrapassar a postura única e exclusiva de um instrutor de atividades físicas, de um recreacionista, de um terapeuta corporal ou psicomotricista. Acrescenta que sua atuação, no entanto, pode conter todas estas facetas, conscientemente assumidas e dosadas em função dos objetivos que se deseja alcançar.

Utilizando linguagem metafórica, afirma que a

“Educação Física escolar é um espetáculo onde o “script” é escrito pelo diretor da peça (professor e direção da escola), com a opinião dos atores (alunos) sendo que todo esse grupo chega a um consenso a respeito da mensagem que deseja transmitir e da impressão geral que deseja causar no público (objetivos atingidos com as aulas). Em outras palavras, os propósitos das aulas devem ser discutidos e selecionados, até que estejam bem claros para todos: direção, professor, pais e alunos. O professor, por sua vez, deve ter em mente seus compromissos políticos e as matrizes filosóficas que permeiam seu trabalho e, em relação à sua competência técnica, ter especial cuidado com a dimensão humanística-interacional para que a mesma ajude a constituir um terreno onde professor e alunos possam transitar em férteis diálogos e trabalhos, onde a expressão do aluno possa ocorrer como requisito básico para avançar em relação ao lugar onde está” (Silva, 1996, p.31).

A transformação da prática pedagógica também se processa por meio da inclusão de temas antes ausentes das preocupações curriculares, que passaram a marcar forte presença, como sexualidade, ética e pluralidade cultural.

Diante desta realidade dinâmica, a compreensão sobre o que a comunidade escolar em geral, e os alunos, em particular, pensam sobre a Educação Física e para quais aspectos atribuem valor é um fator primordial para que se avalie o atual quadro das representações sociais e para que seja possível planejar mudanças julgadas necessárias.

Metodologia

Para a realização deste estudo, optamos pela modalidade de pesquisa de natureza qualitativa, tipo descritiva (Thomas & Nelson, 2002). Especificamente, procurou-se registrar, transcrever, analisar e interpretar as respostas dos alunos em relação à disciplina de Educação Física, a partir das seguintes questões abertas: O quê você acha de importante durante as aulas de Educação Física? Por quê?

Primeiramente, os pesquisadores entraram em contato com a direção da escola para informá-la sobre os objetivos do estudo e solicitar autorização para realizar a coleta de dados.

A pergunta foi feita pelo professor que ministra aulas na escola e que, também, é responsável pelo desenvolvimento da pesquisa.

Foram distribuídos 100 (cem) termos de consentimento livre e esclarecido aos pais dos alunos que participaram do mesmo, no qual constava o detalhamento do estudo, dos quais retornaram 87 (oitenta e sete).

Antes dos alunos responderem o questionário, foi esclarecida a importância da fidelidade no momento de elaborar a resposta.

Motriz, Rio Claro, v.13, n.2 (Supl.1), p.S29-S35, mai./ago. 2007

Ao todo contamos com 87 (oitenta e sete) alunos, sendo 17 (dezesete) do 6º ano, 24 (vinte e quatro) do 7º ano, 20 (vinte) do 8º ano e 26 (vinte e seis) do 9º ano.

Destes, 15 (quinze) alunos, um equivalente a 17,24%, teve o primeiro contato com o professor somente em 2006, e os outros 72 (setenta e dois) alunos, totalizando 82,76%, estão nesta escola e com o mesmo professor de Educação Física há pelos menos 3 (três) anos.

Após escreverem suas respostas, fizemos a análise do conteúdo das respostas de todos os alunos destes períodos.

É importante ressaltar que o número total da somatória das unidades de significado provenientes das respostas é superior ao número de alunos pesquisados em razão do caráter aberto

da questão que proporcionava liberdade aos alunos em atribuir, se assim lhes conviesse, mais de um elemento significativo em sua resposta. Alguns alunos chegaram a atribuir até 3 (três) unidades de significado em suas respostas.

Análise dos Resultados

Os significados apontados com mais frequência foram o raciocínio e a competitividade.

O quadro seguinte, evidencia as unidades de significado mencionadas nos depoimentos distribuídas pelas 4 (quatro) turmas pesquisadas sem, no entanto, proceder a uma classificação entre elas. Nele podemos observar que há aspectos que são valorizados em todas as turmas e outros que foram valorizados por algumas turmas, apenas.

Quadro 1. Comparação entre os anos: respostas escritas

Significado.	6º ANO	7º ANO	8º ANO	9º ANO
1		Aprendizagem das regras		Aprendizagem das regras
2	Aprendizagem dos esportes	Aprendizagem dos esportes	Aprendizagem dos esportes	Aprendizagem dos esportes
3		Aprendizagem dos exercícios	Aprendizagem dos exercícios	Aprendizagem dos exercícios
4		Aprimorar as habilidades		Aprimorar as habilidades
5				Competição
6		Concentração no jogo		
7		Desenvolvimento do corpo	Desenvolvimento do corpo	Desenvolvimento do corpo
8		Desinibição		
9		Espírito Esportivo		
10	Exercícios para o bem-estar	Exercícios para o bem-estar	Exercícios para o bem-estar	Exercícios para o bem-estar
11		Fortalecimento dos músculos		Fortalecimento dos músculos
12		Desejo de ser futuro atleta profissional		
13	Desejo de ser futuro profissional de educação física			
14		Integração dos grupos	Integração dos grupos	Integração dos grupos
15	Melhora do condicionamento físico	Melhora do condicionamento físico	Melhora do condicionamento físico	Melhora do condicionamento físico
16	Receber orientação do professor			Receber orientação do professor
17				Prática do professor
18				Prática esportiva

Pudemos observar que os 3 (três) significados mais mencionados nos questionários foram: aprendizagem dos esportes, exercícios para o bem-estar e melhora do condicionamento físico.

Surgiram no 6º ano, 5 (cinco) unidades de significado, no 7º ano, 13 (treze), no 8º ano foram 6 (seis) e no 9º ano, 13 (treze).

O 7º e 9º ano foram os anos que apresentaram maior variedade de unidades de significado.

Identificamos que permaneceram ao longo dos anos as unidades: aprendizagem dos exercícios (7º, 8º e 9º ano), aprimorar as habilidades (7º e 9º ano¹), e orientação dos professores (6º e 9º ano). A unidade de significado: desejo de ser futuro profissional de Educação Física só foi citada no 6º ano.

Tais resultados nos levou a refletir sobre a influência do professor sobre a construção de significados e atribuição de valores.

Podemos compreender parte dos resultados alcançados neste estudo como resultado do estilo do professor que, além de ser atuante no meio esportivo, tem privilegiado a abordagem do conteúdo relativo ao esporte em suas aulas.

Talvez o fato do professor/pesquisador trabalhar com treinamento esportivo, como atividade extracurricular destes alunos, possa ter influenciado os alunos em suas respostas. Importante ressaltar que este professor iniciou sua carreira nesta escola em 2002, como professor de futsal e handebol, e após 2 (dois) anos passou a ministrar também as aulas de Educação Física Escolar no ensino fundamental I e II.

Como objetivo predominante, o professor tentou ao longo destes anos mostrar aos alunos o valor e a importância da Educação Física escolar.

Procurou-se trabalhar componentes esportivos, cooperativos, recreativos, aulas teóricas atreladas às práticas, exercícios de raciocínio rápido, atividades de inclusão, organização de eventos esportivos e sociais, entre outros, sempre com o intuito de mostrar que algo mais do que os jogos tradicionais devia ser inserido nos programas dos professores.

Apesar de o esporte ser o tipo de conteúdo no qual este trabalho pedagógico se encontra fundamentado, a questão do desenvolvimento físico e bem-estar foram tópicos também mencionados pelos alunos, ainda que em menor número de vezes.

Em conversas informais com muitos alunos após as coletas dos dados, percebeu-se que o fato do professor ser árbitro de futebol profissional e ter um cuidado especial com o próprio desenvolvimento do físico, talvez tenha influenciado alguns alunos a citarem este tópico como fator importante.

Na questão do bem-estar, a interferência do professor é visível, pois o mesmo, além de trabalhar com os alunos de 6º ao 9º ano, também ministra sessões de condicionamento físico aos seus pais 2 (duas) vezes por semana, no período noturno,

¹ Nesta escola somente a partir do 6º ano (antiga 5ª série) os alunos começam a ter aulas com professores especialistas.

e muitos destes alunos frequentam-nas na companhia dos pais.

A influência do trabalho do professor com aspectos relacionados à cooperação torna-se evidente quando se menciona a integração dos grupos. Isto é primordial para um melhor desempenho do aluno e sucesso da aula. Anteriormente, tínhamos muitas dificuldades em mostrar aos alunos, que o principal objetivo da aula era participar de forma prazerosa em busca do conhecimento, e não fazer da aula de Educação Física uma disputa acirrada sem respeito e educação a todos os envolvidos no contexto das atividades propostas, e esta dificuldade hoje é bem menor.

Sem dúvida alguma, os alunos são influenciados por todo um contexto sócio-cultural que dissemina a imagem da Educação Física associada ao fenômeno esportivo. Apenas recentemente é que tem retornado ao cenário dos meios de comunicação a divulgação da relação entre estilos de vida ativos e manutenção de padrões adequados de saúde no que se refere ao quesito da prática de atividades motoras.

Em relação ao que os alunos citaram nesta pesquisa, podemos fazer a seguinte colocação: tendo em vista que a aprendizagem dos esportes foi a unidade de significado predominante neste estudo, tópicos citados como aspectos de desenvolvimento físico, cooperativo, receber orientação do professor, exercícios para o bem-estar, e desejo de serem atletas e/ou profissionais de Educação Física, fizeram com que pudéssemos observar que nosso trabalho precisa, ao longo dos anos, tentar, de maneira agradável e prazerosa, mostrar aos alunos que todos os outros itens que apareceram no estudo tem a mesma importância que o esporte no ambiente escolar. Esta reflexão, no nosso entender, está em consonância com o que boa parte da comunidade acadêmica da Educação Física Escolar (Betti, 1992 e 2002; Silva, 1996; Mattos & Neira, 2000; Kunz, 2003; Freire & Scaglia, 2003), tem apontado em seus trabalhos nos últimos anos.

Os conteúdos veiculados não podem se situar num mesmo bloco, caso contrário os alunos não terão condições suficientes de identificar as práticas que lhes sejam mais significativas e de exercerem seu direito de escolha em praticá-las.

De acordo com Tomanik (1994), o conhecimento que é utilizado para dar sentido ao contexto da vida da pessoa, fica evidente quando são apresentadas as unidades de significado de cada sala, pois a representação social está presente no dia a dia das pessoas, e sendo assim, desperta o interesse delas. Ao longo dos anos deu para perceber como os alunos enxergam a Educação Física escolar. De acordo com que escreveram,

conseguiu-se identificar a evolução das unidades de significado citadas do 6º ao 9º ano, pois, inicialmente, tínhamos 5 (cinco) unidades de significado no 6º ano, e, posteriormente, no 9º ano chegou-se a 13 (treze) unidades de significado citadas.

Segundo Gebara & Marin (2005), o processo de construção das representações sociais se dá no espaço público onde indivíduos pensam em conjunto com outros indivíduos, e o que ocorreu durante o nosso estudo retrata muito bem a visão que os alunos tem em relação a Educação Física no Ensino Fundamental e a dinâmica das aulas contribuindo nesse processo.

Como as Representações Sociais são construídas em qualquer lugar e em qualquer momento (Gebara & Marin, 2005) precisamos ficar mais atentos aos conteúdos que estão sendo ensinados e assimilados pelos alunos, caso contrário estaremos desmotivando nossos educandos durante a prática da Educação Física escolar.

Considerações finais

Retornando ao objetivo da pesquisa, onde o nosso intuito era verificar quais conteúdos da Educação Física eram valorizados pelos alunos do 6º ao 9º ano do ciclo II, do Ensino Fundamental, foi possível aprender com este trabalho que a maneira com que abordamos determinados assuntos durante as aulas, é, extremamente, importante e delicado, pois se estes temas forem transmitidos de maneira inadequada, isto pode provocar grande influência na vida deles, sejam elas positivas ou negativas.

Sendo assim, devemos tomar o máximo de cuidado para não trabalharmos um único conteúdo, caso contrário não daremos a possibilidade de outros alunos mostrarem o seu verdadeiro potencial, e, além disso, estaremos excluindo aqueles que talvez se sintam inferiorizados em algumas atividades práticas.

Referências

BETTI, M. Ensino de 1º e 2º graus: Educação Física para quê? **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v.13, n.2, p.282-287, 1992.

_____. Valores e finalidades na Educação Física Escolar: Uma concepção sistêmica. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v.16, n.1, p.14-21, 1994a.

BETTI, M; ZULIANI, L. R. Educação Física Escolar: Uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte** – Ano I, n.I, p.73-81, 2002.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Diário Oficial da União de 20 de dezembro de 1996. Brasília, 1996.

Motriz, Rio Claro, v.13, n.2 (Supl.1), p.S29-S35, mai./ago. 2007

_____. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais**. Educação Física. Brasília. v.7, 1998.

DUARTE, N. **A Individualidade para si**. Campinas, Autores Associados, 1993.

FREIRE, J.B; SCAGLIA, A. J. **Educação como Prática Corporal**. Ed. Scipione, 2003.

GEBARA, Jamile & MARIN, Conceição A. (2005). Representação do Professor: um olhar construtivista. **Ciências & Cognição**; Ano 2, V.6, nov./2005. Disponível em <http://www.cienciasecognicao.org/>

KUNZ, E. **Transformação Didático-Pedagógica do Esporte**. 5ª. ed. Ijuí, Editora Unijuí, 2003.

LEONTIEV, A. **O Desenvolvimento do Psiquismo**. Lisboa, Horizonte, 1978.

MATTOS, M.G; NEIRA, M.G. **Educação Física na Adolescência: Construindo o conhecimento na escola**. São Paulo: Phorte Editora, 2000.

MOREIRA, W. W. Educação Física: a busca da relevância. In: PICCOLO, V. L. N. **Educação Física Escolar: ser ou... não ter**. Campinas: Editora da Unicamp, 1993.

MOSCOVICI, S. **A Representação Social da Psicanálise**. Tradução de Álvaro Cabral. Rio de Janeiro. Zahar Editores, 1978.

SILVA, S.A.P.S. Educação Física no 1º Grau: Conhecimento e Especificidade. **Revista Paulista Educação Física**, São Paulo, Supl. 2, p.29-35, 1996.

SPINK, M. J. (Org.). **O Conhecimento no Cotidiano: As Representações Sociais na Perspectiva da Psicologia Social**. São Paulo: Brasiliense, 1995.

TOMANIK, E. A. **O Olhar no Espelho: “Conversas” sobre a Pesquisa em Ciências Sociais**. Maringá: EDUEM, 1994.

THOMAS, J. R.; NELSON, J.K. **Métodos de pesquisa em Atividade Física**. São Paulo: 3. ed., Artmed, 2002.

Endereço:

Claudson Lincoln Beggiano

Rua Taubaté, 32 Vila Fernandes

São Paulo SP

03433-000

Telefones: (11) 6783-9057 / (11) 9847-5553

e-mail: lincolnbeggiano@estado.com.br

Imagem corporal de mulheres de diferentes classes econômicas

Elijane de Jesus Nantes Coelho
Tamir de Freitas Fagundes

Departamento de Educação Física - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

Resumo: Objetiva-se comparar a Imagem Corporal (IC) atual (SA), ideal (SI), e grau de satisfação com IC entre mulheres de diferentes classes econômicas (CE). A amostra foi de 100 indivíduos (idade = $36,06 \pm 12,7$ anos). Aplicou-se o CCEB para divisão da amostra por CE. Para verificação da IC, foi utilizada a escala de silhuetas de STUNKARD *et al*, 1983. A maioria indicou a silhueta 4 como SA (34%) e a 3 como SI (43%). 86% mostraram-se insatisfeitas. O índice de satisfação entre as CEs A2, B1 e B2 foi de 1 e entre as CEs C e D foi de 2. Na comparação entre as CEs houve diferença entre os grupos A2 e D, B1 e C e entre B1 e D para SA; entre A2 e os demais para SI e entre B1 e D para satisfação. O padrão magro de beleza é desejado pelas mulheres, independentemente da CE..

Palavras-chave: Imagem corporal. Mulheres. Aspectos econômicos.

Body image in women of different economic classes

Abstract: This paper aims at comparing the current and the ideal body image and the degree of satisfaction among women of different economic classes. One hundred women, aged $36,06 \pm 12,7$, were analysed. CCEB (Brazil Economic Classification Criterion) was used for the sampling of the economic class. To check the body image, STUNKARD *et al*'s scale of silhouettes was used. Most women identified silhouette 4 as their current one (34%) and silhouette 3 as their ideal one (43%). Eighty six per cent were dissatisfied. The index of satisfaction was 1 in the A2, B1 and B2 economic classes and 2 in the C and D ones. When the economic classes were compared, there was difference between groups A2 and D, B1 and C and between B1 and D in relation to the current silhouette; between A2 and the others as far as the ideal silhouette is concerned and between B1 and D regarding satisfaction. Independently of economic class, the slim beauty pattern is the favourite one among women.

Key Words: Body image. Women. Economic aspects.

Introdução

O ambiente envia informações ao nosso organismo que as recebe, processa e responde de maneira complexa. Para nós os estímulos tornam-se realidade através de mecanismos de percepção e representação que fazem manifestar significados particulares e singulares para cada indivíduo. (MOTTA, 2003)

A imagem corporal (IC) é uma construção multidimensional através da qual são amplamente descritas as representações internas da estrutura corporal e da aparência física, em relação a nós mesmos e aos outros. Vários fatores podem influenciar o processo de formação da IC, dentre eles o sexo, a idade, os meios de comunicação, além da relação do corpo com os processos cognitivos como crença, valores e atitudes inseridos em uma cultura. As normas socioculturais têm perpetuado o estereótipo da associação entre magreza e atributos positivos, principalmente entre as mulheres. (DAMASCENO *et al*, 2005; ALMEIDA *et al*, 2005)

“A mídia, a família e os amigos condicionam os indivíduos a se exercitar, a cuidar de seus corpos, o que os direciona a desejos, hábitos, cuidados e

descontentamentos com a aparência visual do corpo” (DAMASCENO *et al*, 2005, p. 181). Schuler *et al* (2004),

Apontam que a decisão em exercitar-se é, em parte, motivada pela percepção da forma do seu corpo.

Uma população pode ser dividida em grupos conforme o poder aquisitivo. A Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP) desenvolveu o Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB). Segundo este critério a população brasileira é classificada em sete grupos cuja renda familiar varia de R\$ 207,00 a R\$ 7.793.

A partir do pressuposto que quanto maior a renda familiar maior o acesso das pessoas à informação e à mídia e de que há um padrão de beleza imposto na sociedade tem-se a hipótese de que a IC atual e a satisfação com essa IC devem variar entre mulheres de classe econômica diferentes.

Dentre as referências buscadas sobre o assunto verificou-se que existem várias pesquisas a respeito de IC no Brasil e em outros países, como os Estados Unidos. Como principal referência para esta pesquisa adotou-se o trabalho de

Damasceno *et al* (2005), que realizou um estudo comparativo entre homens e mulheres praticantes de atividade física em determinado lugar. Durante o levantamento bibliográfico não foi encontrado um estudo referente à IC que comparasse grupos por classe econômica.

Pretende-se, neste estudo, comparar a IC atual e ideal, além do grau de satisfação com a IC entre mulheres de diferentes classes econômicas, praticantes de caminhada.

Mataruna (2004), explica que a IC se desenvolve desde o nascimento até a morte, dentro de uma estrutura complexa e subjetiva, sofrendo modificações que implicam na construção contínua, e reconstrução incessante, resultante do processamento de estímulos.

Sobre a construção da IC, Le Boulch (1987) escreve que a IC do bebê amadurece aos poucos na medida em que ele experimenta o toque, a exploração do espaço, a manipulação e contato com objetos. A idéia de separação de seu corpo de outros corpos e objetos se dá gradativamente, sendo que a percepção da existência do corpo próprio, individual, se dá por volta dos 18 meses. O autor enfatiza a grande importância da experiência do espelho, quando a criança vê sua imagem projetada no espelho e começa a explorar seu corpo estranho colocado a sua frente. Até então, a imagem de seu corpo encontra-se incompleta, fragmentada. A imagem do todo acontece quando ela reconhece que o corpo que ela sente é o mesmo daquele que ela observa no espelho. A criança passa então da imagem do corpo fragmentado à compreensão da unidade de seu corpo como um todo organizado.

Esta experiência na primeira infância é apenas uma das inúmeras mudanças que uma pessoa vive durante toda a sua vida. Sobre a contribuição dessas mudanças na IC, MATARUNA, 2004, escreve que “toda mudança reconhecível, entra na consciência comparando-se com situações já vivenciadas, realizando assim uma avaliação da nova situação que gera uma mudança na IC”.

Schilder (1980) também aponta que a IC jamais está totalmente fechada e completa, uma vez que é resultante de memórias e também de percepções presentes, sendo, portanto, uma estrutura dinâmica. Por estar em permanente aquisição e mudança é preciso o trabalho do ser humano no sentido de construí-la e elaborá-la continuamente. Para este autor, mais do que uma estrutura, a IC é uma estruturalização.

Para Almeida *et al* (2005), no decorrer da história, as culturas tendem a estigmatizar traços ou comportamentos que sejam considerados negativos ou desviantes. A percepção do tamanho corporal, sob este ponto de vista, vem sendo associada a fortes valores culturais.

Os corpos grandes e arredondados em dados períodos

foram considerados sinais de opulência e poder, tendo, assim, uma valorização positiva, em contraste com a desvalorização e cobrança que marcaram as últimas décadas, tendentes a valorizar corpos esbeltos e esguios. Nesse sentido, a obesidade tem sido considerada uma condição estigmatizada pela sociedade e associada a características negativas, favorecendo discriminações e sentimentos de insatisfação. (ALMEIDA *et al*, 2005, p.28)

Em seu estudo sobre o padrão da beleza feminina apresentado por três revistas brasileiras, Bohm (2004) conclui que um dos requisitos para se ter êxito e aceitação social, segundo esta mídia, é ter um físico apropriado, portanto, pelos valores culturais atuais é estar magra. Dentre os aspectos comuns das revistas estudadas a beleza é o primeiro deles, e é vendida exaustivamente e propagada de diversas formas.

Bohm acrescenta que:

O culto à magreza está diretamente associado à imagem de poder, beleza e mobilidade social, gerando um quadro contraditório e confuso, tendo em vista que, através da mídia escrita e televisiva, a indústria de alimentos vende gordura, com o apelo aos alimentos hipercalóricos, enquanto a sociedade cobra magreza. (BOHM, 2004, p.24)

Esta exigência da sociedade em relação à beleza é mais forte no universo feminino, enquanto que no universo masculino o desvio com relação ao padrão de beleza está vinculado à falta de tempo, em função do ritmo atribulado da vida profissional, para as mulheres, não cultivar a beleza é falta de vaidade – um qualitativo depreciativo da moral. (NOVAES e VILHENA, 2003)

Estas autoras escrevem que não podemos desconsiderar a existência de um mercado crescente voltado para a incorporação da população masculina nas práticas ditas de embelezamento corporal, mas ainda é reinante no imaginário popular a visão preconceituosa, que encara os cuidados excessivos de homens com a aparência como uma prática homossexual.

Se, por um aspecto da sociedade, tem-se o culto à magreza como padrão estético, por outro lado o tratamento que esta sociedade dá aos obesos é merecedor de destaque. Novaes e Vilhena (2003) apontam um paradoxo existente no tratamento a esta população: aos gordos é associado um estereótipo como simpatia e amabilidade; por outro lado, sua imagem inspira a lipofobia como um sintoma social.

A feiúra, frequentemente associada à gordura, sofre uma das maiores formas de discriminação nas sociedades que cultuam o corpo. Para eliminá-la, mitigá-la ou disfarçá-la, todos os esforços e sacrifícios serão despedidos. Discriminação ostensiva, manifesta e sem culpa. Ao contrário dos negros, pobres, gays ou

Motriz, Rio Claro, v.13, n.2 (Supl.1), p.537-543, mai./ago. 2007

qualquer outra minoria – discriminamos os feios e/ou gordos sem nenhum pudor ou vergonha. (NOVAES e VILHENA, 2003, p.32)

Puhl e Brownell (2001), em seu estudo sobre prevenção, discriminação e obesidade, apontam que existe na sociedade uma prevenção contra pessoas acima do peso e que esta prevenção pode, a qualquer momento, se mostrar como discriminação. Há evidências científicas suficientes sobre esta discriminação que sugerem que ela pode ser poderosa e ocorrer em áreas importantes da vida. Em seu artigo, as autoras relatam estudos sobre a discriminação ao obeso no emprego, na escola e nos serviços de saúde.

Nas pesquisas relatadas empregadores mostraram-se menos inclinados a contratar uma pessoa acima do peso do que uma pessoa magra, com as mesmas qualificações. Colegas fazem inferências negativas sobre os obesos no local de trabalho, sugerindo que estas pessoas são preguiçosas, sem autodisciplina e menos competentes. Esses atributos pré-definidos afetam salários, promoções e ações disciplinares. (PUHL e BROWNELL, 2001)

Mulheres acima do peso, para o mesmo trabalho, recebem salários menores que suas colegas magras. Este fato não se repete com os homens, mas para os obesos masculinos os empregos disponíveis são de nível mais baixo. Há evidências de que as perspectivas de promoção são menores para indivíduos acima do peso, e há muitos exemplos de pessoas que foram demitidas por causa do excesso de peso. (PUHL e BROWNELL, 2001)

Na educação a stigmatização se mostra em todas as idades. Desde a implicância dos colegas até ser aceito pela escola, um indivíduo acima do peso enfrenta sérios desafios. Pode-se esperar que estas situações afetem a auto-estima, a eficácia intelectual e os resultados como oportunidades de estudo universitário e de emprego. Um dos estudos apresentados em seu artigo aponta que, nos Estados Unidos, pais de crianças acima do peso as provêem menos recursos para a universidade do que para seus filhos magros. Este fato caracteriza a discriminação dos pais em relação a seus próprios filhos.

Puhl e Brownell (2001) reforçam que as atitudes discriminatórias são poderosas e consistentes e formam uma rede de estigmas, prevenções e preconceitos baseados em crenças que indivíduos e sociedade têm sobre pessoas obesas. Essas crenças resultam da confluência de vários fatores. Primeiro, presume-se que pessoas acima do peso têm múltiplas características negativas que variam desde falhas em esforço pessoal (preguiçoso), a outros pontos mais importantes como a inteligência e ser uma pessoa boa ou má.

Segundo os autores, acredita-se que indivíduos acima do peso são responsáveis pela sua condição e que um corpo imperfeito reflete uma personalidade imperfeita. Finalmente, males como prevenção e discriminação são aceitos, baseados no censo comum de que as pessoas têm o que merecem e merecem o que têm.

“E é neste horror à gordura que uma série de técnicas de emagrecimento forjam-se, avalizadas pelos discursos que são construídos nas malhas da cultura do *fitness* e do *body building*”. (NOVAES e VILHENA, 2003, p.19)

A conquista desta IC aceita pela sociedade, ou seja, a perda de peso, o estar magra, é mostrada nas revistas femininas e em outras mídias como algo que pode realizar-se com vontade e esforço. (BOHM, 2004)

Novaes e Vilhena (2003) acreditam que o que é normativo para a mulher contemporânea não é o fato de modelos de beleza serem impostos, uma vez que isso sempre existiu, nem mesmo que seja dito que ela deve ser bela (o discurso sempre foi este), mas o fato de afirmar-se, sem cessar, que ela pode ser bela, se assim o quiser. “Enquanto nos séculos passados podíamos culpar a natureza, na contemporaneidade a negligência é a responsável e a culpa é individual”.(NOVAES e VILHENA, 2003, p.25)

Método

A amostra foi composta por 100 mulheres que praticavam caminhada em três parques de Campo Grande, Mato Grosso do Sul, sendo um da região central da cidade e dois da periferia. As características dos indivíduos estão descritas na tabela 2. Não foi verificado há quanto tempo as voluntárias praticavam a caminhada e se essa prática era freqüente ou esporádica. Os dados foram coletados entre 4/10 e 27/12/2007.

As mulheres convidadas a participar da pesquisa foram informadas dos objetivos e assinaram o termo de consentimento de pesquisas envolvendo seres humanos segundo as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos (Resolução nº 196, de 10 de outubro de 1996) do Conselho Nacional de Saúde. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul.

Foi coletada a medida de massa corporal utilizando-se de uma balança aferida pelo Inmetro, e, em seguida, a medida da estatura, por meio de um estadiômetro também aferido. Com estas medidas foi calculado IMC utilizando-se a equação peso, em quilogramas, dividido pela estatura, em metros, elevada ao quadrado. Como retorno pela participação, cada sujeito recebeu um cartão com o seu valor de IMC, a tabela

de referência para este índice e a sua relação com fatores de risco para a saúde. Os dados de IMC serão analisados em uma futura complementação deste estudo.

Foi aplicado o Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB), desenvolvido pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP), para divisão da amostra em grupos por classe econômica. São sete as classes econômicas arroladas determinadas por um sistema de pontuação que toma como base de cálculo a posse de bens, a escolaridade do chefe de família e a presença de empregada mensalista. A renda média de cada classe bem como a distribuição percentual da população urbana brasileira por classe econômica é apresentada na tabela 1. Segundo a ABEP, o CCEB é uma ferramenta confiável, que permite a comparação de estudos de diferentes fontes dentro de uma perspectiva histórica.

Para a verificação da imagem corporal atual e ideal foi utilizada a escala proposta por STUNKARD *et al*, 1983 (figura 1). O conjunto de silhuetas foi mostrado aos indivíduos e foram feitas as seguintes perguntas: Qual é a silhueta que melhor representa a sua aparência física

atualmente? Qual é a silhueta que você gostaria de ter? A avaliadora isentou-se de opinião na escolha das silhuetas. Para verificar a satisfação com a IC foi utilizada a diferença entre a silhueta atual (SA) e silhueta ideal (SI), apontadas pelo indivíduo, em que o resultado igual a zero indica satisfação, enquanto que valores positivos e negativos indicam insatisfação (positivo = desejo de diminuir medidas; negativo = desejo de aumentar medidas)

Tabela 1. Renda familiar por classes

Classe	Renda média familiar (R\$)	Total Brasil (%)
A1	7.793	1
A2	4.648	5
B1	2.804	9
B2	1.669	14
C	927	36
D	424	31
E	207	4

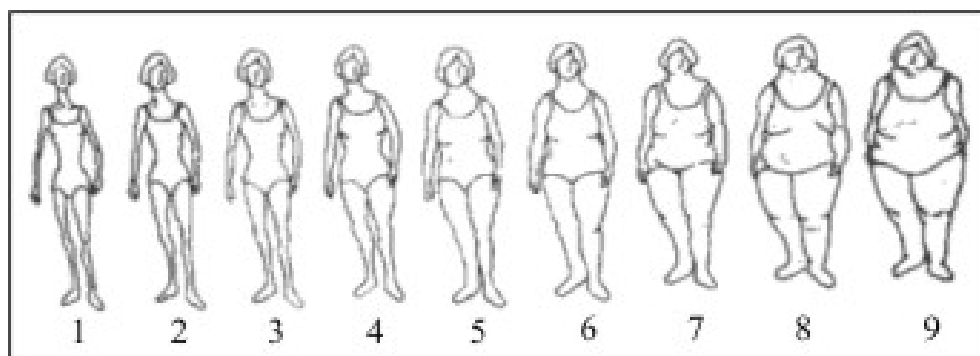


Figura 1. Conjunto de silhuetas femininas propostas por STUNKARD *et al*

Os dados foram submetidos à estatística não paramétrica. Foi utilizado o teste de Mann Whitney para comparação de SA, SI e grau de satisfação com a IC entre os grupos por classe econômica ($p \leq 0,05$). Para os cálculos foi utilizado o programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) versão 10.0.

Resultados

Na tabela 2 são descritos a média e o desvio-padrão das características da amostra. Na tabela 3 está a distribuição da amostra entre as classes econômicas. É importante destacar

que entre as participantes do estudo nenhuma foi classificada como da classe econômica A1 ou E.

Tabela 2. Característica da amostra estudada (n = 100)

Variável	Média	Desvio padrão
Idade (anos)	36,06	12,07
Peso (Kg)	65,18	11,98
Estatura (cm)	160	6
SA	4,71	1,39
SI	3,38	0,85

Tabela 3. Distribuição da amostra por classe econômica

Classe	n	%
A1	0	0
A2	9	9
B1	29	29
B2	23	23
C	30	30
D	9	9
E	0	0

A distribuição de SA, SI e grau de satisfação por classe econômica é exposta na tabela 5. Verifica-se que as mulheres de classe econômica A2, B1 e B2 apontam com mais frequência a silhueta 4 como atual e 3 como ideal, o que resulta numa satisfação de 1. Já as mulheres das classes C e D se dizem mais semelhantes à silhueta 6 e têm como ideal a silhueta 4, portanto apresentam um grau de satisfação de 2. O teste de Mann Whitney apontou que na comparação entre as classes econômicas em relação à SA houve diferença significativa ($p \leq 0,05$) entre os grupos A2 e D, B1 e C e entre B1 e D. Em relação à SI houve significância na diferença entre o grupo A2 e os demais. Já em relação ao grau de satisfação houve diferença significativa apenas entre os grupos B1 e D. Os níveis de significância são apresentados na tabela 6.

Tabela 4. Distribuição da amostra em relação à escolha da SA e da SI

Silhueta	SA		SI	
	Freq.	%	Freq.	%
1	1	1	1	1
2	3	3	12	12
3	13	13	43	43
4	34	34	37	37
5	15	15	6	6
6	27	27	0	0
7	5	5	0	0
8	1	1	0	0
9	1	1	0	0
Total	100	100	100	100

Tabela 5. Distribuição da amostra em relação à SA, SI e satisfação mais frequentes por classe econômica.

Classe	SA	SI	Satisfação
A2	4	3	1
B1	4	3	1
B2	4	3	1
C	6	4	2
D	6	4	2

Tabela 6. Níveis de significância relacionados por SA, SI e grau de satisfação com a IC por classe econômica

	A2/B1	A2/B2	A2/C	A2/D	B1/B2	B1/C	B1/D	B2/C	B2/D	C/D
SA	0,882	0,879	0,278	0,045*	0,638	0,048*	0,04*	0,372	0,134	0,495
SI	0,018*	0,025*	0,006*	0,019*	0,620	0,169	0,156	0,545	0,424	0,622
insatisf.	0,100	0,337	0,729	0,470	0,435	0,067	0,006*	0,435	0,110	0,294

* $p \leq 0,05$

Discussão

O objetivo deste estudo foi comparar a IC atual e ideal, além do grau de satisfação com a IC entre mulheres de diferentes classes econômicas, praticantes de caminhada. Tomou-se como pressuposto que quanto maior a renda familiar maior o acesso das pessoas à informação e à mídia e

Motriz, Rio Claro, v.13, n.2 (Supl.1), p.S37-S43, mai./ago. 2007

de que há um padrão de beleza imposto na sociedade, admitindo-se que as variáveis estudadas em relação à IC deveriam variar entre mulheres de classe econômica diferentes.

O instrumento usado foi o conjunto de silhuetas proposto por STUNKARD *et al.* (1983). Embora haja algumas limitações deste instrumento, tais como a bidimensionalidade

S41

das figuras (não permite a representação do indivíduo como um todo) e a subjetividade, a escala de silhuetas foi validada anteriormente na literatura. A forte correlação entre as figuras e o IMC também já foi afirmada em outros estudos. (GARDNER *et al*, 1998; DAMASCENO *et al*, 2005; ALMEIDA, *et al*, 2005)

Os resultados mostram que, de maneira geral, as mulheres pesquisadas apontaram como média de SA 4,71.

Na comparação da SA entre as classes econômicas houve diferença significativa entre os grupos A2 e D, B1 e C e entre B1 e D. Com estes dados pode-se perceber que as mulheres de maior poder aquisitivo (A2 e B1) percebem-se mais magras que as de menor poder aquisitivo (C e D). Os estudos de Damasceno *et al*, 2005 e de Almeida, *et al*, 2005, sugerem que a percepção quanto ao tamanho e a forma corporal real é correta, sendo escolhidas figuras compatíveis com o IMC da voluntária. Desta forma infere-se que as participantes das classes A2 e B1 são mais magras que as das classes C e D.

Em relação à SI, a média apresentada foi de 3,38. Ao comparar os valores de SI entre as classes econômicas é interessante notar que a diferença significativa ocorreu entre a classe A2 e todas as demais, ou seja, o corpo ideal para as mulheres de maior poder aquisitivo é diferente do idealizado para as mulheres das outras classes econômicas, apesar de apresentarem com maior frequência a mesma SA (4) e a mesma SI (3) que as voluntárias das classes B1 e B2.

Quanto ao índice de satisfação percebe-se que 86% das mulheres estão insatisfeitas com seu corpo. As voluntárias das classes A2, B1 e B2 desejam diminuir uma silhueta, enquanto que as das classes C e D desejam diminuir duas. Ao fazer a comparação entre grupos econômicos para este índice a diferença significativa ocorreu apenas entre os grupos B1 e D.

A sociedade pressiona as pessoas em numerosas circunstâncias a concretizar, em seu corpo, o corpo ideal da atual cultura (TAVARES, 2003). Desejos são criados e imagens reforçadas através dos meios de comunicação que padronizam corpos. As pessoas que se vêem fora de medidas, sentem-se cobradas e insatisfeitas. O reforço dado pela mídia em mostrar corpos atraentes faz com que uma parte de nossa sociedade se lance na busca de uma aparência física idealizada. (RUSSO, 2005)

Para Bohm (2004), o padrão estético de beleza feminina atual é o representado pelas modelos esqueléticas das passarelas e páginas de revistas segmentadas. Este modelo perseguido pelas mulheres sugere satisfação, realização pessoal e eterna juventude, muitas vezes em detrimento da saúde, o que pode causar transtornos alimentares, como anorexia e bulimia.

S42

Conclusão

Este estudo sugere que o padrão de beleza imposto pela sociedade afeta as mulheres, independentemente da classe econômica, sendo que as de maior poder aquisitivo vêm a si mesmas relativamente magras (SA = 4) e desejam emagrecer um pouco mais (SI = 3), enquanto que as de menor renda familiar percebem-se relativamente obesas (SA = 6), portanto mais distante do modelo atual de corpo, e gostariam de atingir uma silhueta = 4. Essa diferença poderá ser reforçada futuramente com a complementação deste estudo, em que será feita a comparação dos valores de IMC por classe econômica e será verificado se este valor aumenta sistematicamente de forma inversa em relação ao poder de compra.

Referências

- ALMEIDA, *et al*. Percepção de tamanho e forma corporal de mulheres: estudo exploratório. **Psicologia em Estudo**, v. 10, n. 1, p. 27-35, Maringá, jan./abr. 2005. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v10n1/v10n1a04.pdf>> Acesso em 15/11/2006
- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EMPRESAS DE PESQUISA (ABEP). **Critério de classificação econômica Brasil**. São Paulo, 2003. Disponível em <http://www.abep.org/codigosguias/ABEP_CCEB.pdf> Acesso em 16/11/2006.
- BOHM, C. C. **Um peso, uma medida: o padrão da beleza feminina** apresentado por três revistas brasileiras. 2004. 102 f. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Jornalismo) – Universidade Bandeirante de São Paulo, São Paulo. Disponível em <<http://www.dominiopublico.gov.br/download/texto/ea000030.pdf>> Acesso em 12/12/2006.
- DAMASCENO, *et al*. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, vol. 11, n. 3, p. 181-186, mai/jun, 2005. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/rbme/v11n3/a06v11n3.pdf>> Acesso em 15/11/2006.
- GARDNER, R. M; FRIEDMAN, B., N; JACKSON, N. A. Methodological concerns when using silhouettes to measure body image. **Perceptual and Motor Skills**, n. 86, p. 387-395, EUA: 1998.
- LE BOULCH, J. **O desenvolvimento psicomotor - do nascimento até 6 anos**. 5. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1988.
- MATARUNA, L. Imagem corporal: noções e definições. **www.efdeportes.com Revista Digital**. ano 10, n. 71, Buenos Aires, abril, 2004. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd71/imagen.htm>> Acesso em 18/10/2006
- MOTTA, R. C. **Avaliação da imagem corporal durante o processo do Rolfin®**. 2003. 124 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Estadual de Campinas, Campinas. Disponível em
Motriz, Rio Claro, v.13, n.2 (Supl.1), p.S37-S43, mai./ago. 2007

<http://libdigi.unicamp.br/document/?code=vtls_000300851>
Acesso em 15/11/2006.

NOVAES, J. V; VILHENA, J. De Cinderela a moura torta: sobre a relação mulher, beleza e feiúra. **Interações**, v. 8, n. 15, p. 9-36, São Marcos, jan./jun. 2003. Disponível em < <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/354/35401502.pdf> >
Acesso em 12/12/2006.

PUHL, R.; BROWNELL, K.. Bias, discrimination, and obesity. **Obesity Research**, v. 9, n. 12, p. 788-805, Boston, dez. 2001. Disponível em < <http://www.obesityresearch.org/cgi/reprint/9/12/788> > Acesso em 03/02/2007.

RUSSO, R. Imagem corporal: construção através da cultura do belo. **Movimento & Percepção**, v. 5, n. 6, p. 80-90, Espírito Santo de Pinhal, jan./jun. 2005. Disponível em < <http://www.unipinhal.edu.br/movimentopercepcao/viewarticl e.php?id=39> > Acesso em 15/11/2006

SCHILDER, P. **A Imagem do corpo**: as energias construtivas da psique. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SCHULER, *et al.* Body-shape perceptions in older adults and motivations for exercise. **Perceptual and Motor Skills**. EUA, n. 98, p. 1251-1260, 2004.

STUNKARD A. J. *et al.* Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. In: KETY S.S, *et al.* **The genetics of neurological and psychiatric disorders**. Nova York: Raven, 1983.

TAVARES, M. C.C. **Imagem Corporal: Conceito e Desenvolvimento**. São Paulo: Manole, 2003

Endereço:

Elijane de Jesus Nantes Coelho
Rua Coronel Balduino, 198 Vila Planalto
Campo Grande MS
79009-120
e-mail: elijane@terra.com.br

Resumos de Temas Livre

Abdalad, L.; Costa, V. - O mergulho – desvendando o imaginário de uma história de riscos, amor e obsessão	64
Acedo, L.M.A.; Castellani, R.M.C; Darido, S.D. - Educação física escolar: avanços e desavanços	64
Aguiar, C.M.; Morelli, G.; Martins, C.J.; Prado, V.M. - A Cultura, a Dança e o Ritmo Brasileiro na Universidade	64
Altmann, H. - Pedagogias da sexualidade e do gênero na Educação Física Escolar	65
Andreasi, V.; Pessôa Filho, D.M.; Denadai, B.S. - Estimativa da carga máxima no exercício de extensão do joelho na cadeira extensora, a partir do modelo carga – repetições limite	65
Azevedo, P.H.S.M.; Oliveira, J.C.; Silva, E.P.; Marques, A.T.; Simões, H.G.; Baldissera, V. - Análise metabólica do Taekwondo através de simulação de luta em atletas juvenis	66
Barbosa, A.C.; Moraes, R.C.; Andries Júnior, O. - Efeito do treinamento deo força na relação força muscular-desempenho aeróbio de nadadores competitivos	66
Barros, A. M.; Darido, S. C. - Práticas pedagógicas em Educação Física e o tratamento da dimensão conceitual dos conteúdos	66
Barroso, A.; Darido, S. - Pedagogia do esporte: uma revisão bibliográfica	67
Beck, W.R.; Zagatto, A.M. - Respostas do treinamento físico de oito semanas nas intensidades de velocidade crítica e velocidade média do teste de 12 minutos em militares	68
Bernardes, S.T.; Martins, C.J. - A presença da Educação Física no campo de Estudos de Gênero: o caso fazendo Gênero	68
Beschizza Valentin, R. - Ascensão, saúde e identidade: os sentidos do futebol na COHAB	69
Bolognini, S.; Paes, R. - Iniciação esportiva ao tênis de campo: discursos e práticas pedagógicas	70
Bolognini, S.; Paes, R. - Propostas pedagógicas e o tênis de campo: confronto entre teoria e prática	70
Borges, C.; Hunger, D. A. C. F. - Formação do docente universitário no campo da educação física	71
Bottcher, L.; Kokobun, E. - Comparação dos níveis de aptidão física entre hipertensos e normotensos	71
Bozza, P.; Franco, A. - A (des)motivação nas aulas de educação física no ensino médio	72
Camargo, A.O.; Manchado-Gobatto, F.B.; Gobatto, C.A. - Influência da cadência de pedalada e potência de exercício nas respostas da frequência cardíaca e tempo de exaustão em cicloergômetro	72
Carnicelli Filho, S; Schwartz, G. M; Sabino, T. F. P; Tahara, A.K; Krüger, G.F.M. - Lazer e emoções: o medo na primeira prática do rafting	73
Castellani, R.M.; Lavoura, T.N.; Machado, A.A. - A reabilitação psicológica de atletas lesionados: perspectivas e visões de praticantes da canoagem competitiva	74
Chaves, W.M. - Fair play, gênero e Educação Física escolar	74
Chaves, W.M. - Jogos cooperativos e habilidades sociais nas aulas de Educação Física Escolar	75
Chiquito, J. R.; Prodócimo, E. - Jogos cooperativos e as relações afetivas	76
Coelho, F; Sebastião, E; Borges, L; Mendonça, L; Costa, G; Gobbi, S. - Benefícios do treinamento de força máxima e potência muscular na aptidão física e capacidade funcional em idosas destreinadas do projeto afrid	76
Contarteze, R. V.; Manchado, F.; Gobatto, C. A.; Mello, M. A. - Adrenal Glands Activity As Stress Biomarkers During Acute Treadmill Running Exercise At Different Intensities Performed For Rats	77
Cordão, D.C.C. - Comparação dos efeitos da musculação sobre o índice de massa corporal dos praticantes	77
Correia, R.A.; Pereira, G.; Kokubun, E. - Relação entre percepção subjetiva de esforço e saltos verticais realizados até a exaustão	78
Curcio, A. V.; Prado Junior, M. V. - Atividades nas férias em hotéis: um espaço desenvolvimental?	78

De Agostini, G. - Efeito do delta de incremento de cargas na concentração de lactato e na carga da exaustão no final do teste incremental.....	79
Delbin, M.A.; de Moraes, C.; Camargo, E.; de Nucci, G.; Antunes, E.; Zanesco, A. - Efeitos do treinamento físico na reatividade vascular de ratos submetidos à isquemia/reperfusão pulmonar.....	79
Deminice, R.; Teixeira, M.; Santhiago, V.; Cláudio Alexandre, C. A. - Série de treinamento intervalado de alta intensidade como índice determinante da performance durante um ciclo de treinamento de natação.....	80
Denardi, CA; Pessoa Filho, DM - Modelamento do custo energético pela cinética da frequência cardíaca durante e após sessões agudas de treinamento resistido e em intensidade correspondente à frequência cardíaca deflexão em ciclo-ergô....	81
Fernandes da Silva, J.; Pazim, J.; Roberto Duarte, C.; Antonacci Guglielmo, L.G.; Souza, K. - Domínios fisiológicos de corredores de endurance durante o desafio praias e trilhas.....	81
Fernandes, C. F.; Rosa, M. R. - Ginastica laboral e qualidade de vida.....	82
Filgueiras, I.; Kishimoto, T. - Movimento e Educação Infantil: um projeto de formação em contexto.....	82
Fonseca, R.; Correa, A.; Soriano, J. - Os conhecimentos formalizados e o ambiente de trabalho: suas influências na constituição da Intervenção profissional em Educação Física.....	83
Fontes, E.; Okano, A.; Altimari, L.; Triana, T.; Gonçalves, G.; Batista, A. - Comparação do limiar de fadiga eletromiográfica determinado por teste incremental e retangular em cicloergômetro.....	84
Galatti, L.R.; Paes, R.R. - Pedagogia do esporte e seqüência didática: uma proposta para os jogos esportivos coletivos.....	84
Galatti, L.R.; Paes, R.R. - Livro didático e Educação Física: uma proposta para os Jogos Esportivos Coletivos.....	85
Gimenez, R; Lucena, A; Manoel, E - Aquisição de habilidades motoras gráficas em indivíduos normais e com problemas de coordenação.....	85
Gomes Chaves, IGC; Melo Rodrigues, LCM; Dias Leite Junior, ODJ; Monteiro Moreria, JMM; Mafra, BM; O Hara, WO - Análise do Índice de Massa Corporal (IMC) e da Relação Cintura-Quadril (RCQ) de Moradoras da Zona Norte do Rio de Janeiro.....	86
Gomes, B. A. G.; Souza, K. M. S.; Mafra, L. F. M.; Vasques, D. G. V. - Composição corporal e somatotipo de atletas de handebol do Brasil por posição de jogo.....	86
Gonçalves, A.; Pasetti, S.R.; Del Vecchio, F.B.; Léo, C.C.C.; Vicentin, A.P.A.; Ramalho, L.C. - Dermatoglifos: despertando motivações científicas e esportivas no programa Ciência & Arte nas Férias da Unicamp.....	87
Gonçalves, R; Claudino, JGO; Dias, DF; Ribeiro, DS - Correlação de força explosiva e velocidade de corrida em jogadores de futebol Sub-20.....	87
Gonçalves, R; Gurjão, ALD; Arantes, LM; Moura, R.F.; Gobbi, S - Relação entre o impulso contrátil e o desempenho de idosas em testes motores para membros inferiores.....	88
Gozzi, MC; Ruy, M; Ferrari, P - O cotidiano do ensino da Educação Física: um olhar sobre os estilos de ensino em segmentos escolares.....	89
Guglielmo, L.G.A.; Denadai, B.S. - Utilização da velocidade crítica para a determinação dos efeitos de diferentes tipos de treinamento sobre o limiar anaeróbio em corredores de endurance.....	89
Guimarães, F.K.O.; Liziero, L.; Stefane, C.A.; Silva, J.V.P. - Atividades fisicamente ativas e fisicamente passivas no cotidiano de crianças entre 9 e 12 anos, na cidade de Campo Grande MS.....	90
Gularte de Agostini, GGA - Efeito do delta de incremento de cargas na intensidade do limiar de lactato em exercício resistido.....	90
Hunger, D.; Amaral, S.; Nascimento, J.; Hallal, P.; Barros, M.; Dionísio, T. - Contextos de formação inicial em cursos de educação física e medicina: uma análise comparativa dos dados de concluintes no enade/2004.....	91
Impolcetto, F. M.; Darido, S. C. - Jogos na educação física escolar e o desenvolvimento da dimensão atitudinal.....	91
Inforsato, C.; Fiorante, F. - Corporeidade e educação física escolar na cidade de piracicaba.....	92
Lavoura, T.N.; Calabresi, C.A.M.; Polato, A.L.; Silveira, M.A.C.; Machado, A.A. - Identidade social, formação de grupos e estados emocionais: olhares da psicologia do esporte sobre o medo e a vergonha.....	92

Leite, G.; Angelocci, L.; Salles, G.; La Porta Junior, M.; Andries Junior, O.; Borin, J. - Desempenho no triathlon: especificidade de prova e gênero.....	93
Leite, G.; Coelho, F.; Costa, G. - Análise da concepção e das principais atividades de lazer realizadas pelos idosos praticantes de atividades física do projeto afrid	94
Lima, L; Gonçalves Junior, G - A prática docente em Educação Física: uma aproximação com a Pedagogia Dialógica	94
Lima, V.; Lucentini, L.; Aguiar, L.; Moreira, W.; Simões, R.; Martins, I. - Educação Física no ensino médio: um relato de experiência	95
Lins Rodrigues, A. C. - Jogos de construção: alternativa pedagógica para aquisição de competências na aprendizagem da leitura e da escrita.....	96
Luperini, K.; Simões, R. - Qualidade de vida, corpo e (é) vida	96
Manchado-Gobatto, F. B.; Motta, C. S. A.; Ribeiro, C.; Araujo, G.G.; Contarteze, R.V.L.; Gobatto, C.A.; Araujo, M.B.; Mello, M.A.R - Efeito do ciclo claro-escuro na determinação da velocidade crítica e capacidade de corrida anaeróbia de ratos Wistar	96
Marche, A. L.; Moura, F. A.; Santiago, P. R. P.; Barbieri, F. A.; Cunha, S. A. - Análise comparativa do posicionamento dos jogadores da seleção brasileira de futebol nas copas do mundo de 1994 e 2002	97
Martins, C. - Corpo, gênero e sexualidade no esporte olímpico.....	98
Mascarin, I; Pessoa Filho, DM - Validação do modelo p-tlm no crawl atado pelo modelo de vcrit de ajuste linear e suas implicações para treinamento com cargas na natação	98
Matos, J.C.P.; Ramos, L.F.A.O.; Felício, P.F.V. - Aplicação do WHOQOL-bref como indicador do estado menopausal de mulheres climatéricas com diferentes níveis de atividade física	99
Menezes, F.D.; Guglielmo, L.G.A. - Respostas do lactato sanguíneo na escalada esportiva INDOOR guiada e na escalada esportiva INDOOR por TOP ROPE.....	99
Mesquita, R.G.; Chaves, W.M. - Gênero, preconceito e arbitragem feminina de futebol.....	100
Moraes, M.R.C. - O corpo taoísta e a acupuntura ocidental: diferentes saberes e racionalidades médicas.....	100
Nascimento de Jesus, A; Fernandes de Moraes, AL - A dança, a técnica, o sagrado.....	101
Nascimento, K.C.; Volp, C.M. - Influência da reeducação postural global nos estados emocionais e auto estima	102
Neira, M. G. - Pedagogia da Educação Física frente à diversidade cultural: uma reflexão sobre as experiências portuguesa e brasileira.....	102
Neves, T.P.; Aguiar, C.M. - Flores da terra para São Sebastião.....	103
Nicolino, Aline; Bueno, Sônia Maria - Gênero, corpo e sexualidade na classe popular: análise a partir de padrões corporais de beleza feminina.....	103
Novaes, C; Souza Neto, S - O programa de pós-graduação em Educação Física: um estudo de caso	104
Nuñez, P R M; Silva, J V P; Habitante, C A - Análise do somatotipo e da composição corporal em atletas da seleção brasileira de handebol feminino cadete de 2006	105
Oliani, M. M.; Christofolletti, G.; Stella, F.; Gobbi, G. - Efeitos da atividade física em cuidadores de pacientes com demência vascular grave	105
Oliveira, L. C.; Pedro, P. A.; Giroto, N. A. T. C.; Barbosa, C. A. G. - Perfil cineantropométrico, dietético e nível de atividade física de crianças da segunda infância pertencentes a escolas públicas e privadas.....	106
Oliveira, P. A.; Nuñez, P. R.; Habitante, C. A.; Silva, J. V. P. da - Acessibilidade e animação sócio-cultural direcionadas à deficientes nos equipamentos de interesse físico do lazer em Campo Grande-MS.....	107
Oliveira, R.C. de - Avaliação da aprendizagem em Educação Física: primeiras aproximações	107
Oliveira, R.C. de; Barbeiro, A. - Planejamento coletivo do trabalho pedagógico em Educação Física	108
Oliveira, T.F.O.; Cordão, D.C.C.; Casemiro, L.G.C.; Garavello, P.J.G.; Prado Júnior, M.V.P.J. - Mudanças de desempenho na natação de pessoas com deficiência após um período de não prática.....	108

Pais, L. S.; Moura, H. S.; Cardim, D.; Barbosa, C. A. G. - Comportamento da força muscular isométrica máxima na flexão e extensão de joelhos em atletas de voleibol	109
Paranhos Filho, A.C.; Gabilan, J.G.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Procópio, M.S.; Guimarães, F.K.O.; Liziero, L. - Existência e abrangência de eventos esportivos nos municípios de Mato Grosso do Sul (MS): uma contribuição para o Atlas do Esporte de MS	109
Parisi, A.; Goçalves Jr., L. - Capoeira em faculdades de Educação Física: características e concepções docentes	110
Peliqui, D. F.; Darido, S. C. - A implementação de um programa de ginástica de academia na escola: possibilidades e dificuldades	111
Pereira, R. S.; Moreira, E. C.; Nista-Piccolo, V. L. - O impacto das novas diretrizes curriculares nacionais na formação dos professores de Educação Física	111
Pires Neto, C.; Petroski, E. - Indicadores de riscos de saúde por categorias da gordura corporal relativa em homens eutróficos entre 20 e 34 anos de idade	112
Prado, V M; Martins, C J; Aguiar, C M - A Educação Física como área reflexiva sobre as relações de gênero	112
Quadros Jr, A. C.; Tanaka, K.; Santos, R. F.; Gobbi, L. T. B.; Stella, F.; Gobbi, S. - Funções cognitivas e executivas, memória, sintomas depressivos, independência funcional e nível de atividade física em idosos institucionalizados: resultados preliminares.....	113
Rebustini, F.; Stort, R.; Lima, L. A.; Soares, M. F. A.; Machado, A. A. - Estados de humor, auto-eficácia e percepção de desempenho coletivo.....	113
Ribeiro, A.S.; Ruiz, A.R. - Análise do tempo de instrução em ambientes de ensino diferenciados na disciplina educação física do ensino médio.....	114
Rocha, R. W. M.; Mota e Silva, E. V. - O atletismo enquanto conteúdo da Educação Física escolar: uma análise nas escolas da Zona Norte de São Paulo.....	114
Rodrigues Júnior, J. C. - A compreensão e utilização dos saberes cotidianos sobre a cultura corporal de movimento por professores de Educação Física na escola	115
Rodrigues, H. A.; Darido, S. C. - A prática pedagógica de uma professora renovadora.....	116
Rodrigues, R - Política do corpo e educação física: alguns apontamentos sobre a educação do corpo em tempos modernos	116
Ropelle, ER; De Souza, CT; Cintra, DE; Moraes, JC; Pauli, JR - Acute exercise reverses insulin resistance by decrease in the expression of iNOS although of activation AMPK in the muscle of old rats.....	116
Ropelle, ER; De Souza, CT; Pauli, JR; Chiarretto, EC; Velloso, LA; Saad, MJA - Sessão única de exercício controla o metabolismo de glicose em camundongos diabéticos: O papel da fosforilação em serina do IRS-1 no músculo esquelético e no tecido hepático	117
Rozanski, E.A.; de Suso, J.M.; De-Oliveira, F.R. - Associação entre o desempenho no teste de corrida de borsetto e a performance competitiva de média e longa duração	118
Sampaio, A.P.M. - O corpo "encantado": o uso ritual das águas sagradas nas religiões afro-brasileiras.....	118
Santiago, D.R.P; Schwartz, G.M; Teixeira, H.M.C; Fontenla, M.C; Tahara, A.K - Lazer no ambiente virtual: interveniência da Internet Wi-Fi gratuita	118
Santiago, P; Moura, F; Lima Junior, R; Barbieri, F; Cunha, S - Cálculo de acurácia em sistemas de cinemetria para análise do movimento humano.....	119
Santos, L.F.; Silva, V.A.; Bratfische, S.A - Dança Educação Física ou Arte?.....	119
Schwartz, G. M.; Moreira, J. C. C.; Milani, D.; Silva, T. N. G. da - Atividades lúdicas, esportivas e artísticas na dinâmica interdisciplinar	120
Sigwalt, A. R.; Vieira, G.; Guglielmo, L. G. A. - Comparação de diferentes métodos indiretos utilizados para a predição da máxima fase estável de lactato em nadadores universitários.....	121
Silva, D.A.S.; Melo, L.A.; Oliveira, A.C.C. - Efeito do Treinamento Físico na massa corporal de ratos.....	121

Silva, D.A.S.; Toscano, J.J.O.; Oliveira, A.C.C. - Estado Nutricional de escolares segundo dois critérios de classificação	122
Silva, I; Coelho, C; Vincenzi, E; Vincenzi, A - Perfil de adiposidade e percentual de gordura corporal dos escolares do Colégio São Francisco de Assis em 2006	122
Silva, I; Fernandes, V - Aptidão física relacionada à saúde em mulheres no climatério.....	122
Souza, C. P.; Rangel, I. C. A. - Preconceito, discriminação e exclusão na educação física escolar.....	123
Souza, E.; Bonfante, I.; Barbosa, A.; Daniel, J.; Moraes, A. - A relação entre o imc e o nível de consciência em indivíduos do sexo masculino diante do seu peso corpóreo.....	123
Souza, G. C. N.; Moreira, E. C.; Pereira, R. S. - A Educação Física no ensino noturno: prática a partir da proposta crítico-emancipatória	124
Souza, K. M.; Vieira, G; Silva, J. F.; Pazin, J.; Duarte, M. F. S.; Guglielmo, L. G. A. - Índices fisiológicos associados com a performance em corredores de endurance na prova praias e trilhas	124
Spigolon, LMPS; Borin, JPB; Leite, GSL; Padovani, CRPP; Padovani, CRP - Potência anaeróbia em atletas de futebol de campo em diferentes posições.....	125
Teixeira Floriano, L.; Fernandes da Silva, J.; André Martins Monte, A.; Rossato, M. - Velocidade e tempo de reação no futebol a partir de um teste com precisão eletrônica	125
Toledo, N. A. S.; Gimenez, L. R. Z.; Pires, C. M. R.; Gobbi, S. - Comparação da resposta glicêmica aguda em diabéticos não-insulino dependentes após sessão de ginástica e caminhada	126
Vale, B. A. R.; Leme, J. A. C. A.; Crespilha, D. M.; Luciano, E. - Efeitos do treinamento físico sobre parâmetros metabólicos de ratos recém-desmamados	127
Venâncio, L. - Planejamento participativo e grupos operacionais na Educação Física: estratégias de ensino com alunas e alunos do ensino fundamental utilizadas por uma professora pesquisadora.....	127
Venâncio, L.; Sanches Neto, L. - A Educação Física na educação básica e a pesquisa-ação: análise de conteúdo dos trabalhos apresentados em três eventos científicos relevantes nos anos de 2003 E 2005	128
Zagatto, A; Morel, E; Beck, W - Investigação da reprodutibilidade Teste Re-teste das variáveis do teste anaeróbio de RAST	128
Zamarim, M. A.; Matsuo, R. F.; Pereira, C. O. C.; Velardi, M. - Educação Física em relação à Autonomia.....	129
Zanetti, MCZ; Brambilla, JLSB; Ratz, ASSR; Lavoura, TNL; Machado, AAM - Motivação e prática de atividade física em uma academia de ginástica.....	130
Resumos de Relatos de Experiência	
Bisse, J - Rítmica na escola: uma experiência nas aulas de educação física	130
Brianezi, L.; Cajazeiro, D.; Reverdito, R. - Prevalência de desvios posturais em escolares do ensino fundamental I e o papel do profissional de educação física.....	131
Cajazeiro, D.; Brianezi, L.; Reverdito, R. - Prevalência de sobrepeso em escolares do ensino fundamental II.....	131
Campos de Siqueira, L. - Porque o origami na Educação Física Escolar contibui para a motricidade humana: relato de uma experiência	132
Campos, U.; Araújo Neto, A.; Ribeiro, F - Festivôlei: uma metodologia para o ensino do voleibol.....	132
Carneiro, F.C.S.B.; Lacerda, H.R.B.S. - A construção, através da oportunização, de estilos de vida mais ativos para trabalhadores do programa SESI Lazer Ativo no SESI MG, dentro de uma empresa na Região Metropolitana de Belo Horizonte.....	133
de Paula, L - A atividade física e sua intervenção na diabetes	134
Duarte, L.R. - Educação Física e o brincar na zona rural.....	134
Ehrenberg, M.; Fernandes, R. - Formando professores-reflexivos: o estágio supervisionado a partir de projetos de trabalho	135

Fernandes, G. - Intervenção pedagógica com o atletismo na formação inicial para a docência em Educação Física	135
Gabilan, J.G; Stefane, C.A. - Oficina de modalidades esportivas:um projeto de extensão universitária sob o olhar da extensionista.....	136
Ivo, L. B - O corpo em diferentes culturas	136
Marques Junior, O; Moiola, A; Monteiro, C; Ueharo, A; dos Santos, P - Projeto Integração: a experiência de Rio Preto com os portadores de deficiência	138
Matthiesen, SQM; Freitas, FPRF; Gincieni, GG; Santos, ILS; Silva, MFGS; Prado, VMP - Atletismo se aprende na escola - possibilidades do ensino da história do esporte em aulas de Educação Física.....	139
Neves, T. - "Flores da terra" : Cultura, Arte e Meio ambiente	139
Oliveira, C.S.; Stefane, C.A.- Atividade de extensão “54º Jogos Universitários Brasileiros” da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS): futsal feminino	146
Palandrani, V. J.; Bergamo, V. R.; Frigene, M. - A ótica educativa da cultura corporal basquetebol	140
Paschoalino Junior, L. C.; Segnini, P.; Siabe, M. F. C. - Relato sobre o papel da Educação Física junto ao Programa de Controle de Peso Infantil na unimed São Carlos: experiências e realizações	140
Paschoalino, T. S. - Revivendo com a dança: um relato sobre a vivência dos ritmos com a terceira idade.....	141
Procópio, M.S.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Guimarães, F.K.O.; Gabilan, J.G.; Liziero, L.- - Atletismo no “II Jogos Universitários Intercampi” (Jui): uma experiência na Universidade Federal de Mato Grosso do sul (UFMS)	141
Reverdito, R; Cajazeiro, D; Lacerda, E; Brianezi, L; Rosales, M; Getúlio, V - Reflexão e ação: proposta de projeto curricular pedagógico para a disciplina de Educação Física	142
Ribeiro, L. - O atendimento como forma de aderência do público idoso à prática de atividade física em uma sala de musculação.....	142
Rocha, C.L.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Procópio, M.S.; Guimarães, F.K.O.; Gabilan, J.G. - Organização do voleibol nos 2º jogos universitarios intercampi (Jui) da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS): visão acadêmica .	137
Rocha, C.L.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Procópio, M.S., M; Lazaretti, F - Relação entre teoria e prática: a experiência de uma gincana em região de risco social	138
Robles, H.S.M; Souza, A.C.; Ferrarini, W.; Brito, P.B.; Vale, R.L.do - A brincadeira como oportunidade privilegiada de desenvolvimento	143
Rodrigues, R - Alguns apontamentos sobre a possíveis conexões entre a Psicanálise e a Educação Física	143
Rolim, L. - CREF - De profissional a fiscal – esclarecendo dúvidas	144
Sene, R.F.; Júnior, D.P.J.; Melato, R.A.R. - Atividade Física Adaptada para os "Amigos da Saúde Mental"	144
Silva, G; Micheline, V; Silva, R - Análise das variáveis de força e composição corporal em indivíduos com paraplegia após treinamento de hipertrofia: Um estudo de caso.....	145
Souza, G.B. - Projeto social de inclusão pelo esporte	145
Terra, J. D. - O tênis de campo a partir do planejamento participativo na Educação Física escolar.....	147
Venâncio, L.; Sanches Neto, L.; Okimura, T.; Ulasowicz, C.; Oliveira, L. P.; Araújo, A.M.M. - Educação Física na escola: grupo de estudos de professores pesquisadores das próprias práticas	147
Vilhena, A.; Amaral, S.; Fernandez, D.; Pizani, R.; Mendes, T. - Rua de lazer.....	148
Rocha, R.T.A.; Oliveira, C. A.M.; Manchado, F.B.; Mota, C.S.A.; Ribeiro, C.; Araújo, M.B.; Voltarelli, F.A.; Mello, M.A.R - Aplicação tópica externa de amarashape em ratos obesos.....	148
Vieira, A. R.; Santos, R. F.; Nicoletti, L. P.; Campos, C.; Takehara, J. C.; Brighetti, V. - Lazer e atividade física no município de Votuporanga/SP	149
Resumos de Painéis	
Afonso Soares, M.F; Rebustini, F - Indices de evasão em um programa de condicionamento físico com equipamentos..	149

Aguiar, AP; Stefanelli, VC; Oliveira, JC; Azevedo, PHSM; Poian, PAFO; Oliveira, GP - Transição do metabolismo aeróbio-anaeróbio durante teste de esforço descontínuo em exercício resistido: estudo da amplitude do sinal da EMG....	150
Aguiar, C. M.; Morelli, G.; Martins, C. J.; Rodrigues, A. C. - A inclusão social através das práticas sociais, culturais, educativas e ambientais.....	150
Albuquerque, D - Abordagem Didático-pedagógica do processo ensino-aprendizagem na Educação Física do Ensino Fundamental de 1 ^a à 4 ^a série.....	151
Alencar, L.A.A.; Guimarães, L.V.; Rogatto, G.P.; Martínez-Espinosa, M.; Barros, M.B.A.; Pazdziora, A.Z. - Influência da atividade física e do comportamento sedentário sobre a estatura de escolares de Cuiabá - MT	152
Alfredo, P. P.; Casarotto, R. A.; Anaruma, C. A.; Pião, A. C. S. - Estudo experimental dos efeitos da sonoforese com arnica montana sobre o processo de regeneração do músculo esquelético em ratos wistar	152
Almeida, G.T.; Rogatto, G.P. - Efeitos do método pliométrico de treinamento sobre a força explosiva, agilidade e velocidade de deslocamento de jogadoras de futsal	153
Almeida, P.B.L.; Silva, V. - Disposição do tecido adiposo subcutâneo: Parte II: Homens.....	154
Alves, C.M.C.; Hunger, D.; Alves, R.C. - Código brasileiro de justiça desportiva: alcance, conhecimento e aplicabilidade	154
Alves, L.F.V.A; Oliveira, B.F.O.; Secchis, I.S.; Zanin, M.O.Z. - Qualidade de vida para mulheres da meia idade que praticam ginástica.....	155
Alves, M. M. A. R.; Hara, T.; Matsushigue, K. A. - Influência do tipo de recuperação sobre o desenvolvimento da potência em esforços repetidos de seis segundos	156
Anselmo de Oliveira, C.; Fenalti, R.C.S. - Lazer e adolescência: o que está sendo vivenciado?.....	156
Aquino Junior, A. E.; Okada, G. T.; Galdino da Silva, R.; Duarte, A. C. G. O. - Perfil antropométrico de atletas universitárias de futsal feminino da UFSCar.....	157
Araújo Neto, D.E.; Bratfische, S.A. - Revelação de talentos esportivos na Educação Física: um olhar no contexto escolar	158
Araújo, E. M. - Histologia da musculatura diafragmática de ratos diabéticos	158
Arens, F. B.; Rosendo Silva, R. C. - Gasto calórico de atletas de futsal masculino em treinamentos coletivos	159
Azevedo Voltarelli, F.A.V.; Barbosa de Araújo, M.B.V.; Ribeiro, C.R.; de Barros Manchado, F.B.M.; Soares de Alencar Mota, C.S.A.M.; Bianchi, J.B.; Marin-Morales, M.A.; Mello, M.A.R. - Strength physical training, insulin and body fat of rats.....	159
Bandeira, C. R.; Colpas, R. D. - Por uma pedagogia do esporte: o processo de iniciação e formação esportiva no Centro Educacional Unificado Campo Limpo entre a realidade e a utopia	160
Barandão, JCB; Quitau, EAQ; Souza, LCS - A participação feminina brasileira nos jogos olímpicos de 1932.....	160
Barbeiro, A. - A inclusão do aluno deficiente visual nas aulas de Educação Física	160
Barbieri, F.A.; Santiago, P.R.P.; Lima Júnior, R.S.; Cunha, S.A. - Análise cinemática da velocidade da bola e do desmempenho dos chutes com a bola parada e em deslocamento realizados com o membro dominante e não dominante no futsal.....	161
Barbosa, VLP; Monte, O; Kochi, C; Levy, D; Belpiede, PR; Carvalho, MS - Prevenção de comorbidades e melhoria de qualidade de vida em crianças e adolescentes obesos de baixa renda.....	162
Baruki, V; Oliveira, L; Dias, V - A presença do professor de Educação Física nas primeiras séries do ensino fundamental: um espaço a ser conquistado	162
Baruki, V; Ribeiro, F - Estudo da relação da atividade física em mulheres na faixa etária de 35 á 45 anos que apresentam quadro clínico de Depressão	163
Batista, E. H. M.; Amorim, A. R. - As brincadeiras folclóricas na educação infantil: Um estudo sobre a visão do professor	164
Battistuzzi, V.M.; Dollo, A.S.E. - O voleibol na Educação Física escolar considerando as dimensões dos conteúdos.....	164

Battistuzzi, V.M.; Dollo, A.S.E.; Stock, S.R.; Michelani, S.Z. - Danças Circulares na Educação Física Escolar: diversificando os conteúdos	165
Battistuzzi, V.M.; Dollo, A.S.E.; Stock, S.R.; Michelani, S.Z. - O tema transversal saúde nas aulas de Educação Física Escolar.....	165
Beig, B - Corporeidades e vegetarianismos	166
Benck, RT; Valdés, HM - Relações entre atribuições, orientações às metas e clima motivacional sobre a motivação intrínseca de jovens atletas.....	166
Benedetti, T.R.B.; Borges, L.J.; Petroski, E.; Gonçalves, L.H.T. - Associação entre níveis de atividade física e estado de saúde mental dos idosos de Florianópolis	167
Bigotti, S; Leandro, G; Marcos, H; Souza, E - A influência das atividades cotidianas em um programa de atividade física	168
Bispo, A.A.; Valim-Rogatto, P.C.; Rogatto, G.P. - Influência de um programa de treinamento com pesos sobre a imagem corporal de mulheres HIV soropositivas.....	168
Bogaz, L.S; Balikian, P.J; Campos, E.Z; Trindade, S.S.F - Análise correlacional entre teste de 1 RM e desempenho em corridas de velocidade em futebolistas profissionais	169
Bolsonaro Ferreira Lima, C B F L; Kelli Siviero, E K S - A importância do exercício do Yoga em mulheres adultas na faixa etária de 40 a 90 anos	170
Bonatelli, L. G.; Vieira, G.; Lima-Silva, A. E.; De-Oliveira, F. R. - Caracterização fisiológica do teste de 400m na remada do BODYBOARDING	170
Bonfá, A.C.R.; Darido, S.C. - A concepção de saúde de alunos do Ensino Fundamental	170
Bonfante, I.; Souza, E.; J., D.; Moraes, A.; Reis, R.; Silva, T. - Nível de IMC em alunos de Educação Física.....	171
Borges, L.J.; Benedetti, T.R.B. - Mini-exame do estado mental dos idosos participantes do Projeto Idoso Ativo.....	171
Borges, L.J.; Benedetti, T.R.B. - Rastreamento de sintomas depressivos nos participantes do Projeto Idoso Ativo.....	172
Bortolozzo, J - Efeitos do exercício físico em mulheres adultas e idosas hipertensas	172
Botezelli, JDB; Mello, MAR - Fosfatidilcolina, exercícios e adiposidade em ratos	172
Bottari, F; Castro, G; Pace, A; Silveira, S; Moioi, A - Qualidade de vida: a busca pelo equilíbrio físico e mental através da atividade física	173
Brustolin, G.M. - Os conteúdos da educação física: análise do vestibular do proesf 2004, à luz dos parâmetros curriculares nacionais.....	173
Busso, G; Daolio, J - A mediação pedagógica em educação física	174
Campos, E.Z.; Balikian, P.J.; Silva, L.B.; Simplício, S.T.F. - Correlação entre força de membros inferiores e performance em saltos verticais	174
Campos, U.; Ribeiro, F.; Guanaré, C. - Análise da postura de escolares	175
Caparroz, G. P.; Dias, V. K.; Schwartz, G. M.; Teixeira, H. M. C. - Afetividade e lúdico como fatores motivacionais em academias	175
Cardozo, A.S.; Souza Neto, S. - Docência: a dimensão atitudinal e o exercício da profissionalidade. Perspectivas para uma pedagogia do corpo e Educação Física para a paz.....	176
Carneiro, R.V.P.; Bassalobre, D.F.H. - Efeito da musculação sobre a massa corporal e qualidade de vida em mulheres idosas submetidas a reposição hormonal.....	177
Carvalho, S.F.; Silva, S.A.P.S. - Educação Física Escolar e as possibilidades pedagógicas na perspectiva da motricidade humana.....	177
Carvalho, T.F. - Educação Física escolar: novos paradigmas da relação entre professores polivalentes e especialistas	178
Castello, V.M; Roncada, J.; Ventura, P.; Oliveira, F. I. S - Educação com Diversão: educando através de jogos	178

Castro, D. H. G.; Pimentel, J. B.; Ramos, V. M.; Leitão, L. A.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - Adesão, manutenção e desistência no futebol feminino.....	179
Castro, J. C. M.; Ramos, A. T.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - Efeito da duração do intervalo de 1 minuto e 2 minutos entre as tentativas para determinação da sobrecarga máxima	180
Catib, N. - Danças circulares: uma proposta para os educadores da educação infantil - Rede Pública Municipal de Avaré	180
Cerencio, M.M.; Dantas, L.E.P.B.T. - A influência de um programa de atividade rítmica e expressiva na disciplina de educação física	181
Cerignoni Benites, L; Souza Neto, S - A concepção de prática pedagógica na docência universitária de um curso de Educação Física.....	182
Cezar, F.A.; Oliveira-Ferreira, M.D.T; Pieruccini-Faria, F.; Silveira, C.R.A.; Caetano, M.J.D.; Moreira, A.P.M.; Vitória, R.; Simões, C.S.; Gobbi, L.T.B.; Gobbi, S.; Stella, F. - Risco de quedas e desempenho do teste PLM em idosos com doença de Parkinson.....	182
Chagas, J - Educação física na educação infantil e questões de gênero: experiências em uma emei de campinas	183
Chimin, P.; Araujo, G.G.; Pizzirani, G.; Camargo, B.H.; Gobatto, C.A. - Efeito do afastamento de três, seis e nove dias sobre valores de glicôgenio muscular e hepático durante 12 semanas de treinamento de natação em ratos Wistar.....	183
Coledam, DH; Pinto, F; Santos, JW - Desenvolvimento da flexibilidade, impulsão vertical e agilidade, através da prática do futebol utilizando os métodos global e situacional.....	184
Cornachioni, T; Gama, M - Verificação da intensidade nas aulas de BodyPump em mulheres adultas.....	184
Corrêa, E.A.; Souza Neto, S. - Educação Física na escola de tempo integral	185
Corrêa, E.A.; Souza Neto, S. - Lazer e educação ambiental na formação do profissional de Educação Física	185
Costa Júnior, J. M.; Lunardi, L.; Leme, F.; Martinelli, F. S. - Hipotensão pós-exercício em homens normotensos.....	186
Costa, F. C. H.; Silva, G. K. L.; Dutra, K.; Predes, V.; Ferreira, C. A. A. - Análise da percepção da qualidade de vida e perfil do estilo de vida de acadêmicos de fisioterapia	187
Costa, H.A.; Valim-Rogatto, P.C.; Rogatto, G.P. - Influência da especificidade do treinamento resistido sobre a força de grupamentos musculares com predominância de fibras oxidativas e glicolíticas.....	187
Costa, J.; Martinelli, M. - Resposta cardiovascular após exercício físico dinâmico aeróbio em homens normotensos fisicamente ativos.....	188
Costa, V.L.M.; Marinho, A.; Passos, K.C.M. - Esportes de aventura e esportes radicais: propondo conceitos.....	189
Cotrim, P.A.; Moreno, J.C.A. - A estrutura escolar e sua importância para a formação integral dos alunos.....	189
Crespilho, D.M.; Vale, B.A.R.; Leme, J.A.C.A.; Luciano, E. - Efeito do treinamento físico aeróbio sobre o sistema imunológico de ratos diabéticos	190
Cruz, C. M. S.; Vieira, G. P. F.; Cepa, R. F.; Soares, J. S.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - As estratégias lúdicas como fatores motivacionais nas aulas de hidroginástica para terceira idade.....	190
Cunha, V.N.C.C; Cunha, R.R.C; Segundo, P.R.S; Puga, G.M.P; Simões, H.G.S - Comparação entre métodos de determinação do limiar de lactato antes e após treinamento aeróbio em ratos idosos.....	191
Dambros, G. - Reflexões propositivas acerca da pedagogia do futebol para a categoria sub 17: indicativos metodológicos e estratégicos.....	191
de Bello, I L B; Cheneri, C A C; Robert Pires, C M R P - Uma comparação entre recuperação passiva e ativa no treinamento resistido de hipertrofia muscular	192
de Lucas, R.D.; Faggioni, R.I.; Malta, E.; Santos, D. - Análise da massa corporal, glicemia e excreção urinária de sódio e potássio antes e após uma corrida de aventura de curta duração.....	192
de Lucas, R.D.; Motta, L.M. - Análise hematológica de uma expedição de 15 dias em altitudes elevadas: um estudo de caso	193

de Paula Lana, R - Concentração de Lactato em diferentes cadências de teste crescente em cicloergômetro de membros inferiores	193
de Paula, L - A incidência da violência nas rodas abertas de Capoeira.....	194
Dechichi, C; Areas, D; Tanaka, S; Oliveira, M; Areas, M - Alterações eletrocardiográficas em atletas de futebol categoria sub-20.....	194
Del Álamo, R.C.; Vilela, M.G.; Freitas, S.O.; Datorre, J.R.; Silva, E.C.; Campos, C. - Avaliação dos níveis das capacidades físicas de força, flexibilidade e equilíbrio de pessoas com e sem retardo mental	195
Delgado, M. - O deficiente na sociedade- onde fica o lazer?.....	195
Deslandes, A; Moraes, H; Capitão, C; Pompeu, FAMS; Laks, J - O efeito do exercício na cognição e no humor de idosos depressivos.....	195
Deslandes, A; Moraes, H; Trigo, MC; Peregrino, M; Pompeu, FAMS; Laks, J - Efeito do treinamento aeróbio sobre os sintomas depressivos e a eletrofisiologia na depressão em idosos.....	196
Di Cavallotti, T.; Mori, P.M.A.M. - A ginástica artística no Centro Universitário Hermínio Ometto - UNIARARAS	196
Dias Leite Junior, ODJ; Melo Rodrigues, LCM; Gomes Chaves, IGC; Monteiro Moreria, JMM; Mafra, BM; O Hara, WO - Perfil antropométrico de três comunidades indígenas da cidade de Manacapuru/AM	197
Dias, C.R.P.; Queiroz, R. M. F. - O perfil do policial militar do 9º BPM/I no tocante a prática de atividades físicas	198
Dias, V. K.; Schwartz, G. M. - O idoso e as atividades de aventura: barreiras e fatores impeditivos da prática	198
dos Santos, AM; Coelho, MA - Imagem e movimento: o desenvolvimento da imagem corporal e a Educação Física.....	199
Duran, R. H. H.; Dias, A. G.; Almeida, A. C. C.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - Identificar quais as expectativas e os fatores que levam os pais a escolherem o judô como atividade esportiva para seus filhos	199
Dutra, A. D.; Gabriel, A. S. - Alterações do ângulo quadricipital decorrentes das posturas de anteversão e retroversão pélvica	200
Enézio, J. C.; Cunha, F. A. P. - Fatores desmotivantes da prática de musculação nas academias de ginástica de Três Corações/MG	201
Faber, M. A. - Ginástica olímpica na escola	201
Faganello, F.R.F; Matthiesen, S.Q.M - O ensino do atletismo em aulas de Educação Física: sobre a perspectiva pedagógica dos livros específicos	202
Faganello, F.R; Carnicelli filho, S.; Matthiesen, S.Q - Reflexão da prática da educação física escolar seguindo a teoria reichiana	202
Felipe, L.Z.; Metzner, A.C. - O paradigma do esporte nas aulas de educação física	203
Feltrim, Y.R; Machado, D.R.L - Habilidade e desempenho motor de jovens futebolistas.	203
Fernandes da Silva, J.; Antonacci Guglielmo, L.G.; José Carminatti, L.; de Carvalho, J.; da Silva Nascimento, A. - Relação de índices fisiológicos obtidos em testes contínuo e intermitente de campo.....	204
Fernandes da Silva, J.; Budal Arins, F.; Antonacci Guglielmo, L. G. - Ponto de deflexão da frequência cardíaca de atletas de futsal feminino calculado a partir do método DMÁX	204
Fernandes, G.; Soutto Mayor, S. - Os ingressantes no curso de licenciatura em Educação Física e as suas vivências/conhecimentos prévios sobre o tema/conteúdo – luta	205
Fernandes, J - Participação efetiva de crianças na construção de regras do jogo: uma mudança de postura nas aulas de Educação Física.....	206
Fernandes, J. - O atletismo nas aulas de educação física escolar sob a ótica dos professores.....	206
Ferrari, G. L. M; Lara, B. S.; Daniel, J. F. - Correlação do imc (índice de massa corporal) com a MCG (Massa Corporal Gorda) e MCM (Massa Corporal Magra) em jovens atletas futebolistas de diferentes estágios maturacionais.....	207
Ferreira dos Santos, R.; Figueiredo da Silva, C. - Futebol: uma dinâmica em mudança. Que emoções desejamos?.....	207

Ferreira, C. A. A.; Silva, G. K. L. S.; Dutra, K.; Predes, V.; Franco, V. A.; Costa, F. C. H. C. - Avaliação da qualidade de vida de estudantes do curso de fisioterapia de uma universidade do município do Rio de Janeiro.....	208
Ferreira, L.; Feliciano, T.H.; Gobbi, S. - Treinamento com peso prescrito por zona de repetições máximas em mulheres na terceira idade adulta	209
Ferreira, M.; Ramos, G. N. S. - Elementos da arte circense como conteúdos pedagógicos da educação física escolar.....	209
Fiel, M.; Thomé, F.; Romano, R.; Corrêa, S. - A utilização da eletromiografia para a comparação da atividade muscular entre a caminhada e o step em diferentes ritmos	210
Figueiredo, J; Hunger, D - O ensino das ginásticas na graduação em Educação Física.....	211
Fiorante, F.B. - Jogo e educação motora: a concepção de estudantes universitários	211
Fiorante, F.B.; Souza, K.M. - Pressupostos teóricos do ludico e a educação motora na educação infantil.....	212
Fioravanti, F. - Jogos cooperativos: um possível facilitador para os valores que constituem a autonomia.....	212
Firmino, C. - Discursos da diferença de gênero e a participação das mulheres na Capoeira	213
Fontenla, M. C.; Santiago, D. R. P.; Tahara, A. K.; Santiago, P. R. P.; Lima, R. S. - Problemas da utilização das finalizações como único parâmetro de comparação e análise do desempenho de partidas de futebol	213
Fontes, R. C.; Moreno, R.; Machado, A. A. - A relação entre o bom rendimento nas competições com o desafio de competir	214
Fraga, C.H.W.; Guimarães, A.C.S. - Comparação da intensidade em diferentes intervalos de uma corrida do triathlon com valores do segundo limiar ventilatório	214
Franzão Nagahama, D; Caffer, R; Santos Costa, R.L; Piques, A.C; Almeida Junior, B.R.; Okimura, T. - A importância da aplicação de um projeto pedagógico na formação profissional.....	215
Freitas, A. R.; Silva, L.F. - Educação física e lazer no hospital psiquiátrico vale do rio grande: resgatando equilíbrio e saúde	215
Freitas, A. R.; Martins, R. C.; Siviero, E. K. - A influência da prática do tai chi chuan sobre os níveis de ansiedade traço	216
Frigene, M.; Palandrani, V. J.; Bergamo, V. R. - O futsal oferecido às pessoas com deficiência intelectual: estímulo e otimização das competências cognitivas	217
Gabilan, J.G.; Coelho, E.J.N.; Stefane, C.A.; Liziero, L; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Guimarães, F.K.O.; Procópio, M.S. - A organização da competição de natação nos II Jogos Universitários Intercampi (Jui) da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS).....	217
Galiazzi, M.; Ferreira Junior, P; Mattos, R. Q.; Ramos, V. M.; Dias, A. G; Costa, F. C. H. - Percepção do desgaste físico e implementação da ginástica laboral em supermercados.....	218
Garbelini Neto, G.; Corseuil, H. X. - Análise da capacidade de escolares descreverem as habilidades motoras básicas do handebol	219
Gilioli, P.R.C. - A análise da imagem de Garrincha projetada no filme “Estrela Solitária – um brasileiro chamado Garrincha”	219
Ginciene, G.; Matthiesen, S.Q. - A evolução da saída baixa nas corridas de velocidade do atletismo	220
Giusti, B.; Zanetti, M.; Rebutini, F.; Iizuka, C.; Machado, A. - Atividade física e sono: proposta de análise e intervenção	220
Bertolini, N.O.; Hamanaka, A.Y.Y.; Simões, C.S.; Vitória, R.; Moreira, A.P.M.; Caetano, M.J.D.; Gobbi, S.; Stella,F.; Gobbi, L.T.B. - Efeito de um programa de atividade física generalizada na flexibilidade em idosos com doença de parkinson	167
Godinho, T; Gozzi, MC - Adaptações cardiovasculares agudas e a relação com a frequência cardíaca e pressão arterial durante a atividade de corrida: um estudo exploratório	221
Gomes de Araujo, G; Papoti, M; Gobatto, C - Efeitos dos treinamentos aeróbio e periodizado sobre o processo de supercompensação do glicogênio hepático e muscular em ratos wistar	221

Gomes Domingues de Oliveira, J.G.D.O.; Fávoro, P.E.F.; Barcelos Soriano, J.B.S. - Intervenção profissional em Educação Física: caracterização dos conteúdos na perspectiva docente.....	222
Gomes, N. G. F.; Isler, G. L. - Motivos para a iniciação na prática do voleibol: a realidade de uma equipe infantil feminina de Bebedouro/SP.....	222
Gonçalves, M.G.; Ferreira da Silva, L.F.S. - A influência dos pais na prática esportiva dos filhos: um estudo sobre o futsal na categoria sub-9	223
Gonçalves, M.; Milioni, F.; Pereira, M.P.; Santana, J.E. - Análise de variáveis de frequência eletromiográficas em ciclismo estacionário durante protocolo incremental intermitente	223
Gonçalves, R; Arantes, LM; Gurjão, ALD; Moura, R.F.; Gobbi, S - Relação entre taxa de desenvolvimento de força, teste de andar e teste de subir escada em idosas	224
Gonçalves, R; Moura, ACF; Tavares, FM; Gonçalves, DA - Correlação entre os níveis de atividade física e os níveis de pressão arterial de policiais militares	225
Grosso, H. S.; Oliani, M. M.; Christofolletti, G.; Gobbi, S.; Stella, F. - Relação entre o comprometimento de demência de Alzheimer, atividades funcionais e qualidade de vida	225
Grossl, T.; Antonacci Guglielmo, L.G; José Carminatti, L.; Fernandes da Silva, J. - Determinação da intensidade da aula de power jump por meio da frequência cardíaca.....	226
Guabiroba, J.S.; Rogatto, G.P. - Influência de um programa de exercícios faciais sobre a paralisia facial periférica: estudo de caso.....	226
Guimarães, F.K.O; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Gabilan, J.G.; Liziero, L.; Procópio, M.S. - Organização dos jogos universitários intercampi da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul: um relato de experiência.....	227
Gularte De Agostini, GGA - Comparação de diferentes métodos de determinação do Limiar de Lactato em exercício resistido	228
Hamanaka, Á.Y.Y.; Cezar, F.A.; Simões, C.S.; Moreira, A.P.M.; Vitória, R.; Gobbi, L.T.B.;Gobbi, S.; Stella, F. - Efeito da atividade física no equilíbrio dinâmico de pacientes com doença de Parkinson	228
Hara, T.; Alves, M.A.R.; Matsushigue, K. A. - Resposta da Frequência Cardíaca durante exercício intermitente com períodos de esforços de curtíssima duração	229
Hebling Almeida, L.H.; Lorenzetto, L.A. - A psicologia organísmica e a corporeidade na Educação Física: análise da imagem corporal com o uso de desenhos	230
Hebling Almeida, L.H.; Sales Giglio, J. - Danças circulares sagradas: religiosidade, qualidade de vida e imagem corporal	230
Hebling, T.; Rangel, I.C.A. - Alterando um estilo de vida através da atividade física escolar	230
Hernandez, S.; Christofolletti, G.; Oliani, M.; Gobbi, S.; Stella, F. - Comparação do risco de quedas entre idosos com demência de Alzheimer e idosos cognitivamente preservados.....	231
Higino, W.P.; Silva, G.B.; Moreira, K.M.C.; Cracco Junior, U.D.; Silva, L.N.R. Influencia de atividades aeróbias e anaeróbias sobre aspectos morfológicos e funcionais de crianças obesas.....	231
Ianni, FI; Hunger, DH - Depoimentos dos preparadores físicos de futebol do São Paulo Futebol Clube, Sport Club Corinthians Paulista e Sociedade Esportiva Palmeiras.....	232
Itaborahy, D. - Meninas e meninos do programa segundo tempo em Belo Horizonte/MG	233
Jesus, F; Gozzi, MC - Atitudes dos pais diante da prática de seus filhos no futebol.....	233
Junior, A. - Military physical training for lung-and-heart : a method for developing the aerobic power of soldiers.....	234
Kobal, M.C.; Barbosa, E.; Santos, J.S.G. - Educação física na educação infantil: visão dos professores, da direção e dos pais	234
Kocian, R.C.; Machado, A.A. - Psicologia do esporte, um olhar para a aplicação prática	235
Kocian, R; Moreno, B; Isler, G; Machado, A - A reclusão esportiva e os jogadores de futebol: uma nova proposta é possível?.....	235

Kussunoki, S.A.Q.; Monteiro, B.C.; Gobbi, L.T.B.; Volp, C.M. - Alinhamento postural na dança do ventre	236
Kussunoki, S.A.Q.; Monteiro, B.C.; Volp, C.M. - Preferência musical na dança do ventre.....	236
Ladeira, M. F. T.; Darido, S. C. - Concepções da linguagem para um grupo de professores de Educação Física Escolar..	237
Lezan, F.; Rogatto, G.P.; Valim-Rogatto, P.C. - Efeito agudo dos exercícios resistido e em esteira sobre as experiências subjetivas de universitárias.....	237
Lima, L.; Fragoso, R - Compreensão de dança para o mestre-sala e para a porta-bandeira da Escola de Samba Príncipe Negro de São Paulo.....	238
Lima, MCSL; Santiago, PRPS; Balikian Junior, PBJ; Milanez, VFM; Papoti, MP; Zagatto, AMZ; Gobatto, CA - Correlação entre o teste de Wingate e o teste de corrida atada em corredores velocistas	238
Liziero, L.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Guimarães, F.K.O.; Gabilan, J.G.; Procópio, M.S. - O futebol nos II Jogos Universitários Intercampi da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul	239
Liziero, L; Gabilan, J.G; Guimarães, F.K.O; Stefane, C.A; Rocha, C.L; Procópio, M.S.; Oliveira, C.S; Paranhos Filho, A.C - Instalações esportivas nas escolas municipais de Mato Grosso do Sul: uma descrição percentual e espacial dos dados por municípios.....	240
Lopes, D.; Morelli, A.; Borin, J.; Padovani, C. - Avaliação da Resistência Abdominal de Cadetes da Força Aérea Brasileira	240
Lopes, V; Lima, M; Rezende, L - "Pesando Furnas": uma estratégia do programa de qualidade de vida da empresa Furnas Centrais Elétricas S.A.	241
Lubrecht, F.; Nunes Souto Ramos, G. - O papel da Educação Física Escolar na perspectiva dos coordenadores de ciclo de uma escola particular do município de Pirassununga.....	241
Valores de referência para circunferência da cintura na identificação de dislipidemia infantil	242
Maciel, L.; Mubster, M. - Refletindo sobre a exclusão nas aulas de educação física : uma proposta de intervenção.....	242
Mademann, A. Q.; Rossato, M.; Guglielmo, L. G. A.; Moro, A. R. P. - A influência de diferentes cadências e intensidades de esforço sobre as respostas da frequência cardíaca e da percepção subjetiva de esforço de ciclistas	243
Madrid, B.; Pardono, E.; Mota, M.R.; Motta, D.F.; Simões, H.G. - Potência anaeróbia máxima, capacidade anaeróbia e capacidade aeróbia de ciclistas do Distrito Federal.....	244
Maestrello, M; Santurbano Felipe Franco, A - Instrumentistas de sopro: uma proposta de atividade física para melhoria e manutenção da performance musical	244
Mafra, R; Rodrigues da Cunha, R; Madrid, B; Lopes Fernandes, G; Hissashi Rodrigues Hiraici, M; Adriano Gomes, S - Avaliação da potência anaeróbia de membros inferiores de atletas de futsal de nível nacional.....	296
Maia da Silva, P.; Barcelos Soriano, J. - Conhecimentos sobre as condições ergonômicas do trabalho e o real impacto da ginástica laboral	245
Malaquias, C.H.; Motta, L.M. - Incidência de sobrepeso em trabalhador de usina de açúcar e alcooleira no município de Guaira-SP	245
Malaquias, C.H.; Motta, L.M. - Incidência de sobrepeso em trabalhador de usina de açúcar e alcooleira no município de Guaira-SP	246
Malheiro, C.A.L.M; Matroiani, E.C.Q.M - O papel do educador físico na reeducação psicomotora de crianças portadoras de deficiências.....	246
Marcelino, D. R.; Pellegrini, A. M. - Idosos: suas atividades e qualidade de vida	247
Dascal, A.G. ; Marcondes Marra, A. B.; Brandão Carneiro, E.; Canova Motta, P. - Festival de futebol "diferente": Organização de um festival de futebol, por crianças de 9 anos do Programa SESC Curumim de São Carlos.....	248
Dascal, A.G. ; Marcondes Marra, A. B.; Brandão Carneiro, E.; Canova Motta, P. - Festival de Jogos : Criação de jogos de quadra por crianças de 10 a 12 anos do Programa Curumim/ SESC SP São Carlos.....	248
Dascal, A.G. ; Marcondes Marra, A. B.; Brandão Carneiro, E.; Canova Motta, P.; Araújo Morais, G. – CirCurumim: Criação de um espetáculo de circo por crianças de 7 a 12 anos do Programa Curumim/ SESC SP São Carlos	249

Maria, A.; Carvalho, M.; Simões, G. - Respostas agudas do duplo produto durante e após exercício resistido realizado em diferentes intensidades	249
Marinho, A. - Aventura e risco: reflexões sobre atividades realizadas na natureza	250
Marini, R; Forti, F - Análise do ângulo de flexão do joelho antes e após aplicação da crioterapia.....	251
Marques, V.C. - As Experiências Emocionais Vivenciadas na Aula de Educação Física - Ensino Fundamental I	251
Martins, J.L.; Lana, R.; Agostini, G. - Relação entre concentração de lactato e tempo de permanência até a exaustão em diferentes cargas no leg press 45°.....	252
Mascarenhas, J; Iamut, E; Bezerra, E; Lima, C; Silva, A - Atividade física aplicada a crianças soropositivo	252
Mascarenhas, J; Iamut, M; Bezerra, E - Diferenças entre o IMC e o RCQ de escolares.....	253
Mascarenhas, J; Silva, A - O jogo e a indisciplina escolar.....	253
Masseli dos Reis, I; Gomes de Araujo, G; Gobatto, C - Determinação da densidade corporal em ratos wistar utilizando pesagem hidrostática	254
Matthiesen, S. Q.; Fioravanti, C. A. A. - Atletismo para crianças e jovens: sobre o projeto extensão universitária da Unesp - Rio Claro	255
Maziero, R.M.Z.M.; Fenalti, R.C.S.F. - Dança livre.....	255
Mazzeo, R.T.; Anaruma, C.A.; Araújo, E.M.; Alfredo, P.P.; Casarotto, R. - A natação na prevenção e manutenção da morfologia da cartilagem articular da cabeça do fêmur. Estudo em ratas castradas e submetidas a um hormônio esteróide anabolizante	256
Medeiros, M; Rosa, M - A importancia da elaboração de um programa de prevenção postural no ambiente escolar	256
Melo, B. O.; Merino, R.; Almeida, A. G. - Comparação entre métodos de avaliação da capacidade aeróbia de triatletas em natação	257
Menezes, D. R.; Moraes, F.C.C. - O jogo na educação infantil: uma análise da concepção e prática dos professores.....	257
Menin, Hemily; Lucato, Sidimar - Indicadores motivacionais em equipe do futebol de campo, participante do Campeonato Brasileiro da série A de 2006	258
Metzner, A.C. - Os tipos de brinquedos e brincadeiras presentes na educação infantil	258
Mezavila, E.F.; Santana, M.L.; Manchado-Gobatto, F.B - Proposta de teste não invasivo e não exaustivo de duplos esforços para avaliação de atletas em esteira rolante.....	259
Miarka, B.; Del Vecchio, F. B. - Efeitos do treinamento físico agudo no potencial pós-ativação de força e alongamento muscular entre judocas	259
Mioto, B. M. - Educação Física no ensino médio na cidade de Americana/SP um diagnóstico	260
Miranda, D; Pires, G; Pereira, A - Análise da capacidade cardiorrespiratória e composição corporal em praticantes de capoeira após 16 semanas de treinamento convencional.....	260
Moioli, A; Brito, G; da Silva, R - A implantação de políticas esportivas e educacionais no município de São José do Rio Preto: o caso do Programa Segundo Tempo.....	261
Moioli, A; Machado, A; Pedrinho, M - Ecos do racismo no futebol: cultura, fetichismo e poder.....	261
Monteiro, F.L.; Silva, L.F. - "Falta" de Tempo Livre: Analise e Comparação da Educação para o Lazer	262
Monteiro, M. I. O. F.; Fenalti, R. C. S. - Lúdico e lazer no cotidiano.....	262
Monteiro, RAM; Souza, ASS - As implicações da incorporação do termo cultura corporal pela educação física	263
Moraes, A. L. F.; Jesus, A. N. - Movimentos expressivos e simbólicos numa instituição psiquiátrica	263
Moraes, HS; Deslandes, AC; Pellegrino, M; Trigo, MC; Laks, J - Assimetria da atividade elétrica do córtex frontal, depressão e qualidade de vida em idosos	264
Moreira, K.M.C.; Higino, W.P.; Silva, G.B.; Cracco Junior, U.D.; Silva, L.N.R. - Crianças obesas e atividade física: aspectos maturacionais e funcionais.....	264

Moreira, SR; Simões, GC; Hiyane, WC; Campbell, CSG; Simões, HG - Identificação do limiar anaeróbio em indivíduos com diabetes tipo-2 sedentários e fisicamente ativos.....	265
Morel, E. A.; Beck, W. R.; Zagatto, A. M. - Resposta da concentração de lactato sanguíneo e frequência cardíaca durante o jogo oficial de tênis de mesa	265
Moreno, R. M.; Couto Jr., J. M.; Prado, M. M.; Souza, A. F. de; Machado, A. A. - A interferência do treino anterior na performance de jogadores de Futsal.....	266
Moreno, R. M.; Muioli, A.; Calis, M. C.; Machado, A. A. - Uma análise da Psicologia do Esporte sobre os fatores que interferem no desempenho do tenista.....	267
Moura, R. F.; Mota, C. S. A.; Ribeiro, C.; Rocha, R. T. A.; Botzelli, J. D.; Mello, M. A. R. - Máxima fase estável de lactato em ratos recém desmamados	267
Nakamura, P; Kokubun, E - Influência da preferência musical no exercício do domínio severo e nos estados de ânimo...268	268
Nakato, D.; Galhardo, M.; Monteiro, V.; Ramires, B.; Faganello, M. - Comparação de diferentes métodos para determinação da taxa metabólica de repouso em indivíduos com DPOC	268
Nascimento, CMC; Stella, F; Gobbi, S; Gobbi, LTB - Comparação da agilidade entre idosos saudáveis e Parkinsonianos	269
Nascimento, EMFN; Gagliardi, JFG; Kiss, MAPDMK; Silva, AELS; Lotuffo, RFML; Pires, FOP - Caracterização do comportamento da curva da frequência cardíaca durante teste progressivo em esteira rolante.....	269
Nicoletti, G.; Manoel, E.J. - Comportamento motor de crianças pré-escolares em playgrounds.....	270
Nicolino, Aline - Relato de experiência em uma Faculdade de Educação Física Espanhola.....	271
Nishimori, R; Pereira Pires, CP; Jacira Silva Simões, MJS; Valladao, S - Perfil antropométrico de atletas de futebol feminino de alto nível competitivo.....	271
Nishimori, R; Pires, CP; Simões, MJS; Valladão, S - Análise do perfil antropométrico da equipe campeã paulista de futebol feminino de campo.....	272
Nunes, A; Rosa, D; Nunes, M; Santos, V - Programa pula-corda: efeitos do programa pula-corda sobre o consumo máximo de oxigênio em mulheres praticantes de atividade física regular	273
Nunes, N.F.; Teixeira, D.; Campos, C.; Lima, G.F.; Toschi, M.A.R.; Martins, M.R. - A dança como estratégia de ensino para pessoas portadoras de retardo mental	273
Okasian, C.A.; Oliani, M.M.; Christofolletti, G.; Gobbi, S.; Stella, F. - Relação entre nível de atividade da vida diária funcional, funções cognitivas e sintomas depressivos em idosos com demência de Alzheimer	273
Okimura, T. - Jogos e brincadeiras de rua favorecendo o ensino de conceitos, procedimentos e atitudes.....	274
Oliveira, C.S.; Stefane, C.A.; Guimarães, F. K.O.; Gabilan, J.G.; Rocha, C.L.; Liziero, L.; Procópio, M.S. - Futsal feminino nos II Jogos Universitários Intercampi da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS).....	311
Oliveira, C.S.; Stefane, C.A.; Paranhos Filho, A.C.; Rocha, C.L.; Guimarães, F.K.O.; Gabilan, J.G.; Liziero, L.; Procópio, M.S. - Caracterização dos praticantes de atividade física na Cidade Universitária (Campo Grande/MS) da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul	310
Oliveira, D.C.X; Manarin, G.C - "Estudo comparativo de capacidades fisiológicas de adolescentes participantes de turmas de treinamento (ACDs) de futsal e adolescentes não participantes"	274
Oliveira, P.; Duarte, A. C. - Efeitos de um programa de atividades lúdicas e expressivas na capacidade funcional e na auto-estima de idosos institucionalizados.....	275
Oliveira, S.R.G.; Machado, S. - Melhora da imagem corporal através da dança para portadores de deficiência mental.....	275
Onça, J; Torquato, T; Assad, R - Percepção de indivíduos da terceira idade, de um clube particular, em relação à prática de exercícios físicos em academias.....	276
Ozaki, E; Silva, M; Junior, L; Rocha, R - Perfil antropométrico e risco coronariano de calouros do Curso de Educação Física da Universidade de Taubaté.....	276
Paes, P. - Relato de vivência em um estágio no Laboratório de Rendimento Humano do Instituto Nacional de Educação Física e Desporto (INEF) de Madrid, Espanha	277

Palombello, F.; Rodrigues, R.; Lucato, S. - Medidas antropométricas funcionais e padrões de saúde em funcionários acadêmicos	278
Papini, C. B.; Nakamura, P. M.; Kokubun, E. - A influência dos estágios de prontidão para atividade física na qualidade de vida em trabalhadores	278
Passos, H; Urtado, M.B; Fernandez, L.H; Urtado, C.B - Efeito de exercício agudo em indivíduos portadores de diabetes mellitos tipo 2.....	279
Paula, MG; Moreno, JC - A realidade da prática esportiva de crianças em um centro educacional	279
Pedroso, R.; Santos, I.; Hunger, D. - A Educação Física acadêmica e o idoso institucionalizado: compartilhando experiências.....	279
Pelegrini, A.; Petroski, E.L; Silva, R.J.S - Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da região de Cotinguiba, SE	280
Perandini, LAB; Okuno, NM; Simões, HG; Nakamura, FY - Estimativa do limiar de esforço percebido, indicador do máximo estado estável de lactato e máximo estado estável de lactato em exercício intermitente	281
Calvo, A. P.; Pellegrini, A. M.; Hiraga, C. Y. - Explorando a produção de força dos dedos para melhor qualidade da escrita	281
Pereira, M, P.; Gonçalves, M. - Efeito do método de normalização na interpretação do sinal eletromiografico durante o abaixamento e levantamento manual de carga	282
Pereira, M. L.; Hunger, D. A. C. F.; Souza Neto, S. - A dança no universo da Pós-Graduação em Educação Física: análise das dissertações de mestrado.....	283
Pereira, M.P.; Oliveira, A.S.C.; Gonçalves, M. - Adaptações neuromusculares dos extensores do joelho ao treinamento de bodypump.....	284
Perotti, A.; Polastri, P. F.; Barela, J. A.; Tani, G. - Informação comportamental e dinâmica intrínseca do ciclo percepção-ação em crianças e adultos mantendo a postura ereta	284
Pescara, D.; Ferreira da Silva, L. - Educação física nas primeiras séries do ensino fundamental: restrições à sua prática.....	285
Pessoa, A.S.G. - Relação entre trabalho e lazer para jovens e adolescentes da cidade de Presidente Prudente.....	286
Pessoa, A.S.G. - Desenvolvimento das Funções Psicológicas Superiores e da Motricidade na infância: Contribuições da Teoria Histórico-Cultural	286
Petroski, EL; Pelegrini, A; Corseuil, MW - Prevalência de baixo nível de aptidão física relacionada à Saúde em estudantes Universitários	287
Pinheiro, G.; Hunger, D. - A preparação física no basquetebol	287
Pinto, A. C.; Albergaria, M. B.; Dias, A. G.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - Verificação e comparação das respostas cronotrópicas de telespectadores brasileiros mensuradas durante os jogos da seleção brasileira na copa do mundo de futebol 2006.....	288
Pires, FO; Marchisotti, F; Oliveira, EM; De-Oliveira, FR - Respostas antropométricas, físicas e clínicas, de um indivíduo à auto-administração de esteróides anabólicos andrógenos	289
Polastri, PFP; Kiemel, TK; Barela, JB; Jeka, JJ - Comportamentos adaptativos no sistema de controle postural de crianças	289
Pontes, M. M.; Couto, M. G.; Dias, A. G.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - Contribuição do programa FAB Saudável para a mudança do estilo de vida de seus participantes.....	290
Porto, M.; Tavanti, C.; Machado, D.; Zanqueta, J.; Gonçalves, J.; Benites, L. - Análise da influência da prescrição individualizada da atividade física, sobre a eficiência/segurança em praticantes de caminhada.....	290
Procópio, M.S.; Caldeira, L.C.; Coutinho, M.M.A. - A importância do conceito de educação física na dança: reflexões da dança do ventre	291
Procópio, M.S.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Guimarães, F.K.O.; Gabilan, J.G.; Laziero, L. - Oficina de dança do ventre: uma experiência na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS)	291

Queiroga, M.; Nakamura, P.; Bottcher, L.; Rocha, R.; Gonzalez, N.; Tognato, A.; Ribeiro, P.A.B.; Silveira, R.F.; Ferreira, S.A.; Hirose, L.H.; Kokubun, E. - Força de prensão manual e relato de dor em trabalhadores que exercem tarefas repetitivas	292
Queiroz, F.G.; Silva, A.N.; Palhares, L.R. - A relação entre níveis de amplitude de movimento máxima e tempo de prática em capoeiristas	293
Ramos, P.D.G.; Lucato, S. - Benefícios da corrida para trás (marcha-reversiva)	293
Reis-Santos, R. L. - Educação Física Escolar: além de dar a bola	293
Rezende, T; Gozzi, MC - Atividade física e Terceira Idade: um estudo exploratório dos significados para os participantes	294
Ribeiro, C.R.; Azevedo Voltarelli, F.A.V.; Machado de Oliveira, C.A.M.O.; Soares de Alencar Mota, C.S.A.M.; de Barros Manchado, F.B.M.; Rostom de Mello, M.A.R.M. - Influência do exercício na glicemia e na insulinemia de ratos submetidos à aplicação neonatal de aloxana	294
Ribeiro, E.M.; Fernandes, G. L. - Os universitários e o atletismo	295
Rocha, J.R.; Paes, R.R. - Pedagogia do esporte: reflexões acerca da postura profissional na educação formal e não-formal	295
Rodrigues, D; Rita, R - Homofobia: rompendo barreiras na Educação Física Escolar	296
Rodrigues, E.C.; Fenalti, R.; Bispo, I.A. - O conteúdo lúdico e a dança árabe na infância	297
Rodrigues, I; Plama, G; Fermino, A; Nakato, D - Influência do exercício físico aeróbio no tratamento antitabagista sem produto farmacológico para grupo de fumantes	298
Rodrigues, J.C.R.; Galvão, Z. - Cultura Circense: do circo para a Educação Física escolar.....	298
Rodrigues, M.E.; Morsoletto, M.J.M.S.; Rubim, L.A.; Guarda, M.S.M.; Galetti, N. - Hatha Yoga e saúde: contribuições à flexibilidade e estados de ânimo	298
Rodrigues, R; Ferrari, G; Hoff, H; Daniel, J - Associação do índice de massa corporal (IMC) com a porcentagem de gordura (%G) dos funcionários do SEST SENAT	299
Rogatto, G.P.; Gomes, R.J.; Pauli, J.R.; Luciano, E. - Influência do diabetes experimental e do treinamento físico intenso e intermitente sobre o metabolismo lipídico de ratos Wistar	299
Rolim, L. - Atividades lúdicas na escola.....	300
Roncada, J.C.; Castello, V.M.; Ventura, P.; Ferreira, L. - Atletismo na escola: uma experiência possível	301
Salles, G.S.L.M.S.; Leite, G.S.L.; Borin, J.P.B. - Análise das diferenças existentes entre o Campeonato Brasileiro e Mundial de Canoagem Slalom a partir dos tempos e penalidades.....	301
Salomon, F.; Robert Pires, C.M. - Verificação dos efeitos do período preparatório básico sobre a performance de atletas de futebol feminino	302
Santi, F.P.; Anaruma, C.A.; Soares, A.R. - Efeito do hormônio de crescimento sobre a cartilagem epifisária de ratos submetidos ao treinamento físico.....	303
Santos, I.A.M.; Silva, D.A.S.; Almeida, M.B. - Potência aeróbica e anaeróbica dos árbitros da Federação Sergipana de Futebol	303
Santos, J.W.; Mello, M.A.R. - Periodização do treinamento aeróbio através do exercício de natação com ratos	304
Santos, M.; Wolff, A.C.R.; Oliveira, J.A. - Estratégias de controle de movimento na tarefa do levantar-se do solo em idosos ativos	304
Santos, R.R.F. - Representações e sensações sobre a prática do Pára-quedismo: o medo e o radical.....	305
Santos, R.R.F.; Malaquias, C.H.; Oliveira, V.S.B. - Concepções e implicações sobre a Educação Física Escolar com professores da rede Estadual e Municipal	305
Santos, V. - Sentimentos, comportamentos e conhecimentos construídos em relação à Educação Física e os agentes interferentes.....	306

Sant' Ana, J.; Rozanski, E.A.; De-Oliveira, F.R. - Teste progressivo específico para praticantes de TAE KWON DO	307
Saraiva, P.M.; Kleiner, A.F.R.; Batistela, R.A.; Ayres, T.G.; Pietrobon, R.S.; Gobbi, L.T.B. - Mobilidade funcional de crianças com paralisia cerebral espástica hemiplégica em ambientes artificial e real.....	307
Sauin, A; Simeão, C - Caracterização do perfil dos consumidores de suplementos esportivos	308
Schiavon, M; Gomes, R - A obesidade em crianças de seis anos: uma realidade em nossas escolas?.....	308
<u>Campagna, J.</u> ; Schwartz, G.M; Bacchi, R; Bergamasco, I; Christofolletti, D.F.A; Santiago, D.R.P. - Vivências em arte circense: motivos de adesão e expectativas.....	309
Sebastião, E.; Christofolletti, G.; Coelho, F.; Gobbi, S. - Nível de atividade física, qualidade de vida e uso de medicamentos em idosos: diferenças entre idade e gênero	309
Silva, A.R.; Freire, E.S. - A Educação Física escolar e a dimensão atitudinal: conteúdos selecionados e estratégias de ensino utilizadas pelos professores	311
Silva, C - A inclusão realmente ocorre na prática, em aulas de educação física?	312
Silva, D.A.S.; Barreto, F.V.F - Relação entre o Consumo Máximo de Oxigênio e Composição Corporal em atletas de futebol da categoria Juniores do Estado de Sergipe	313
Silva, D.A.S.; Silva, C.G.S; Souza, C.A. - Prevalência de Sedentarismo entre Universitários da área de saúde da cidade de Aracaju-SE.....	313
Silva, D.A.S.; Silva, R.J.S. - Correlação entre força de membros superiores, gordura subcutânea e perímetro de braço em idosos de grupos de convivência da cidade de Aracaju-SE.....	313
Silva, D.A.S; Barreto, F.V.F - Comparação da capacidade aeróbica e variáveis neuromotoras de uma equipe de futebol categoria sub-20 em duas pré-temporadas	314
Silva, JF; Pessoa Filho, DM - Proposição de intervalos mínimos entre séries no exercício resistido com cargas sub-máximas	314
Silva, L. H.; Carvalho, M. J. - A criança e o brincar: um recurso pedagógico no ensino da capoeira	315
Silva, L. H.; Martins, R. P. S. - A influência do treinamento do karatê sobre a flexibilidade infantil	315
Silva, P.B.; Fraga, C.H.W.; Silva, S.R.D.; Cardozo, A.C.; Gonçalves, M. - Comportamento de parâmetros eletromiográficos e cinemáticos durante teste incremental de corrida em esteira.....	316
Silva, E.; Maldonado, I.R.S.C.; Natali, A.J. - Efeitos da natação e do exercício exaustivo sobre os músculos sóleo e reto femoral de ratos Wistar	317
Silva, V.; Almeida, P.B.L. - Distribuição do tecido adiposo subcutâneo: Parte I: Mulheres	318
Silveira, E; Santos, Z - Consequências fisiológicas da obesidade para a população idosa	318
Silvestre de Freitas, P.; Pereira Rosa, J.P. - A prática do Karatê para pessoas em cadeira de rodas	319
Silvestre de Freitas, P.; Silva, A.P.; Cristóvão Feliciano, D.; Ferreira Braga, G.; Tavares Andrade, L.; Fernandes Crosara, L. - Transtornos mentais, atividade física e qualidade de vida.....	320
Simões, G.; Moreira, S.; Segundo, P.; Simões, H.; Campbell, C. - Identificação do limiar de lactato no exercício resistido em diabéticos tipo 2 e não diabéticos.....	320
Simplicio, S.; Balikian, P.; Bogaz, L.; Campos, E. - Correlação do desempenho em teste de potência anaérobica com teste de agilidade e salto vertical em jogadores de futebol profissional.....	321
Soares de Alencar Mota, C. S. A. M; Ribeiro, C.R.; Aparecida Machado de Oliveira, C.A.M.O; Barros Manchado Gobatto, F.B.M.G; Gomes Araújo, G.G.A; Barbosa Araújo, M.B.A.; Mello, M.A.R. - Dislipidemia e síndrome metabólica. Modelo experimental para estudo do papel do exercício.....	322
Souza, C. P. - Projeto educando pela diferença e para a igualdade: nas aulas de Educação Física Escolar	322
Souza, C. P. - Esporte sim, performance não: na Educação Física Escolar	323
Souza, C.N; Anaruma, C.A.; Anaruma, C.P; Mazzeo, R.T. - A creatina como agente hipertrófico. Estudo no músculo gastrocnêmio de ratos exercitados submetidos à suplementação de monohidrato de creatina.....	323

Souza, E. A. C.; Moraes, F. C. C. - Brinquedo artesanal: produção e utilização pedagógica no contexto da educação infantil	324
Souza, E. M.; Moraes, F. C. C. - Jogos, brinquedos e brincadeiras: análises educativas no contexto da educação infantil	325
Souza, G.B.; Rubio, K.; Cardias, F.J. - Relações entre bushidô e areté e o desenvolvimento do fair play	325
Souza, K. M. S.; Gomes, B. A. G.; Mafra, L. F. M.; Vasques, D. G. V. - Características morfológicas de atletas de handebol das equipes primeiras e últimas colocadas na liga Petrobrás de handebol 2006	326
Stefane, C.A.; Liziero, L.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Guimarães, F.K.O.; Gabilan, J.G.; Procópio, M.S. - O Programa de Educação Tutorial na formação acadêmica: as primeiras atividades do Grupo PET Educação Física da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul	326
Tahara, A. K.; CArnicelli Filho, S.; Santiago, D. R. P.; Fontenla, M. C. - Delfinópolis/MG: a prática de atividades de aventura na serra da canastra.....	327
Takayama, M.T; Gobatto, C.A; Barbieri, R.A; Moura, R.Y; Araujo, G.G - Análise da influência da estatura e do peso corporal sobre a determinação do índice de desempenho em teste específico do judô	327
Takehara, J.C; Campos, C.; Nicoletti, L.P.; Brighetti, V. - Exercício resistido e a 3ª idade: uma combinação possível	328
Tanaka, K.; Quadros Junior, A.C.; Santos, R.F.; Stella, F.; Gobbi, L.T.B.; Gobbi, S. - Efeito do exercício físico na memória de curto e longo prazo de idosos com doença de Parkinson.....	328
Teixeira, H.M.C.; Schwartz, G.M.; Carnicelli Filho, S.; Santiago, D.R.P.; Caparroz, G.P.; Christofolletti, D.F.A.; Jaqueline, J. - O lazer sério no cotidiano da festa popular do BUMBA-MEU-BOI.....	329
Tibcherani, F.A.O.; Zaim-de-Melo, R. - A importância do ritmo e da dança para academicos de EF	329
Trevisan, P. R.; Schwartz, G. M. - A dança como instrumento de educação nos dias de hoje.....	330
Trindade, P. M. - O curso de Educação Física: a questão da formação acadêmica na visão de seus agentes	330
Tristão Neto, J; Moiola, A - Uma visão crítica da Educação Física que se manifesta em ações complementares à escola como as realizadas no programa escola da família.....	331
Tróccoli, B.T.T.; Valdés, H.M.V.C. - Análise fatorial confirmatória do questionário de percepção do clima motivacional no esporte-2 - PMCSQ-2.....	331
Truccolo, A.; Coppeti, R.; Fontoura, A.; Formentin, C. - Influência de um programa de caminhada orientada no tratamento da hipertensão arterial sistêmica em idosos.....	332
Uchôga, LAR; Prodócimo, E - O corpo da criança na educação infantil	332
Valderramas, C. G. M.; Hunger, D. A. C. F. - “STREET DANCE”: Origens, formação e transmissão.....	333
Valduga, D.; Truccolo, A. - Análise de descritores antropométricos e nível de atividade física em adolescentes	334
Valim-Rogatto, P.C; Rogatto, G.P. - Experiências subjetivas relacionadas ao exercício: efeito agudo da ginástica localizada sobre a variável gênero.....	334
Varoni, G.; Soares, J. S.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - O conhecimento dos profissionais de educação física sobre o treinamento de força para adolescentes.....	335
Varoto da Costa, B; Chiyoda, A; Deutsch, S - Efeito de uma aula prática de educação física nos estados de ânimo de alunos do ensino médio da Escola Estadual Prof. João Batista Leme	336
Ventura, M. A.; Lopes Junior, M. A.; Renones, R. C.; Campos, W. L.; Soares, J. S.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C.A.A. - A ótica dos respectivos benefícios para a saúde e qualidade de vida de praticantes de atividade física uma vez por semana (futebol).....	336
Ventura, P.L.; Ferreira, L.A. - A formação continuada dos professores de educação física da cidade de Bauru/SP	337
Verardi, C.E.L.; De Marco, A. - Emoção e esporte: Entre Ronaldos e Manés, o sonho de ser um jogador de futebol profissional.....	337
Verardi, C.E.L.; Freitas, V.L.; Amaral, V.E.; Lobo, A.P.S. - Análise comparativa do crescimento, desempenho motor e aptidão física em crianças e adolescentes.....	338

Atividade física na melhoria da qualidade de vida em mulheres mastectomizadas	338
Vieira, G.; Noronha, Y.; Verzola, M. R.; Lima-Silva, A. E.; De-Oliveira, F. R. - Respostas da frequência cardíaca e tempo de contração durante exercícios isométricos com membros superiores e inferiores	339
Vieira, M. - Lazer e qualidade de vida na Melhor Idade sob o olhar interventor do profissional de Educação Física	339
Zaim-de-Melo, R.; Costa Soares, I. - Educação Física Escolar e alunos do 6º ano do ensino fundamental: um breve diagnóstico	340
Zaim-de-Melo, R.; Soares, I.C. - A Educação Física na fronteira Brasil/Paraguai: semelhanças e diferenças	340
Zanatta, C; Matsushigue, K - Cinética da frequência cardíaca e limiar da variabilidade da frequência cardíaca: Análise preliminar	340
Zanetti, MCZ; Feliciano, LF; Moreno, RMM; Botura, HMLB; Machado, AAM - O professor ideal: a visão dos alunos de uma academia de ginástica.....	341
Zillmann, A.; Truccolo, A. - Indicadores de flexibilidade em escolares de ambos os sexos com idade de 15 a 17 anos	341
Ziskind, F. S.; Leitão, R. A. A. - Scout digital no futebol feminino	342
Christofoletti, D.F.A.; Schwartz, G.M.; Campagna, J.; Santiago, D.R.P.; Teixeira, H.M.C. - Diferenciações no processo ensino-aprendizagem do xadrez em diversos contextos.....	342

Resumos dos Temas livres

Abdalad, L.; Costa, V. - O mergulho – desvendando o imaginário de uma história de riscos, amor e obsessão

Instituição: PPGEDF/UGF Universidade Gama Filho - LiresLel

Este estudo investiga o discurso do recordista mundial de mergulho em apnéia Pípin Ferreras, autor do livro “O mergulho – uma história de amor e obsessão”. Esta pesquisa é relevante para compreensão dos múltiplos sentidos que emergem no discurso de um praticante do esporte de risco no mar. Quando um indivíduo pratica um esporte de risco na natureza, ele se joga em atividades perigosas que estimulam sua capacidade de superá-las. No caso deste estudo a vivência de riscos ocorre na profundidade do mar, onde momentaneamente seu corpo pode chegar ao seu limite, como é o caso do mergulho livre na categoria “Sem Limites”. A investigação, de natureza qualitativa com caráter interpretativo foi realizada no campo de conhecimento do Imaginário Social e teve como objetivos: a) analisar os discursos dos personagens principais envolvidos na trama; b) compreender os sentidos do risco, do limite e da vertigem expressos por um campeão de mergulho livre; c) destacar possíveis elementos míticos e simbólicos presentes no texto de seu livro. Utilizamos como recurso metodológico para interpretação do texto do livro a Análise do Discurso de Orlandi (2000, 2001). Nesta análise preliminar emerge a marca lingüística do controle, com sentidos polissêmicos de controle do corpo e do ambiente externo; da superação e da paixão. A vertigem pela profundidade também norteou o todo o texto do livro. O imaginário que predomina ao longo do livro é o heróico épico.

Acedo, L.M.A.; Castellani, R.M.C; Darido, S.D. - Educação física escolar: avanços e desavanços

Instituição: UNESP - Rio Claro

Ao longo das últimas décadas a Educação Física escolar vem sofrendo várias alterações em relação às abordagens de ensino. Suas origens partem das concepções higienista e militarista, passando ao modelo esportivista e recreacionista, até que surgissem então novas abordagens em resposta à essas, como a crítico-superadora, crítico-emancipatória, a construtivista e a dos PCN's. Com essa diversidade de abordagens e a falta de convergência entre elas, instaurou-se uma crise de identidade da área em meio a qual cada professor segue sua própria concepção. Nesse contexto, esta pesquisa buscou identificar, por meio do depoimento dos alunos, como foi a Educação Física anteriormente, quais foram os conteúdos e como ela se desenvolveu ao longo do Ensino Infantil e Fundamental. A metodologia possuiu caráter qualitativo e descritivo, utilizando como instrumento um inventário que possuía uma única questão: como eram suas aulas de Educação Física em anos anteriores, retratando, se achar necessário, as mudanças sofridas ao longo do tempo? Ao todo foram entrevistados 185 alunos da rede pública estadual de ensino que estavam cursando a 8ª série do ensino fundamental e as 1as e 2as séries do ensino médio em uma unidade escolar no Município de Limeira no Estado de São Paulo. Os resultados indicaram que a grande maioria das aulas consistiam em “jogar” algumas modalidades esportivas, sem qualquer preocupação com regras e características técnicas e táticas destas modalidades. Entretanto, é válido ressaltar que alguns alunos tiveram aulas que valorizavam brincadeiras típicas da cultura infantil, principalmente no primeiro ciclo do ensino fundamental. Verificou-se ainda dados menos significativos como os que afirmaram que “faziam o que queriam”, que o professor “jogava a bola na quadra” e ainda que “não faziam nada” nas aulas. Ao término deste estudo foi possível constatar o caráter prático das aulas, principalmente em relação ao “jogar” modalidades esportivas, atendendo à dimensão procedimental dos conteúdos. As dimensões conceitual e atitudinal pouco apareceram. Concluiu-se então que o histórico, na disciplina de Educação Física destes alunos, assemelha-se à abordagem recreacionista com traços esportivistas e construtivistas.

Aguiar, C.M.; Morelli, G.; Martins, C.J.; Prado, V.M. - A Cultura, a Dança e o Ritmo Brasileiro na Universidade

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

O resumo deste estudo visa contribuir com uma reflexão sobre a experiência obtida, dentro da Universidade, com Danças e Ritmos Brasileiros e sua articulação com a Educação Física. Congregando elementos essenciais para o conhecimento da cultura brasileira e para o desenvolvimento de atividades corporais e significativas, o trabalho conjuga música e dança com

práticas alternativas capazes de possibilitar benefícios para a saúde do corpo e ampliar, ao mesmo tempo, o conhecimento sobre a cultura brasileira. Cada uma das danças de diferentes regiões propicia a execução de movimentos diversos, de ritmos específicos que trazem consigo contextos socioculturais próprios de cada lugar. Ao aprender danças populares aprende-se também sobre a cultura, o corpo e seus variados movimentos que expressam a vida e o universo cultural em que está inserido. Trata-se de um recurso na Universidade de divulgar e de valorizar a cultura brasileira e que possibilita o convívio e a experiência coletiva sendo esta é uma das características da dança popular capaz de promulgar é um espaço de trabalho da construção e de reconstrução da subjetividade a partir da expressão do corpo.

Altmann, H. - Pedagogias da sexualidade e do gênero na Educação Física Escolar

Instituição: UNICAMP

Nos últimos anos, a sexualidade adolescente tem sido foco de investimentos político-educacionais, sendo a escola apontada como espaço privilegiado de intervenção. Frente a essa nova demanda, é de fundamental importância a realização de pesquisas que investiguem de que maneira questões afetas a sexualidade e ao gênero emergem no cotidiano das escolas e quais são as reais possibilidades de intervenção. Nesse sentido, esta pesquisa, ainda em andamento, tem como objetivo investigar as pedagogias da sexualidade e do gênero presentes em aulas de Educação Física em escolas. Ela está investigando de que maneira questões relacionadas ao gênero e a sexualidade emergem nessas aulas e como são pedagogicamente trabalhadas ou não por docentes. Estão sendo feitas observações de aulas de Educação Física e entrevistas com professores/as e estudantes.

Apoio Trabalho: FAEPEX-UNICAMP

Andreasi, V.; Pessôa Filho, D.M.; Denadai, B.S. - Estimativa da carga máxima no exercício de extensão do joelho na cadeira extensora, a partir do modelo carga – repetições limite

Instituição: Depto. Educação Física, FC - UNES/Bauru

O teste de uma repetição máxima (1RM) empregado como avaliação de referência da força muscular dinâmica máxima, em exercícios de levantamento de peso, apresenta um protocolo que tem sido caracterizado como inapropriado para populações tidas como especiais e como inexperientes. Por isso, estimativas por protocolos indiretos, vêm sendo consolidadas como alternativas de validade satisfatória, principalmente aquelas que empregam cargas submáximas e rendimento (repetições, tempo) nestas cargas até a exaustão. O objetivo deste estudo estimar a força equivalente à uma repetição máxima (1RM), por meio da relação entre carga e repetições limites até a exaustão. Foram avaliadas 12 mulheres com média de idade de 24 ($\pm 0,85$) anos, massa corporal de 59,3 ($\pm 7,68$) kg, estatura de 1,70 ($\pm 0,064$) cm. Os sujeitos foram submetidos ao teste de 1RM no aparelho de mesa extensora para o movimento de extensão do joelho. A partir da referência de carga máxima, foram obtidos os valores de carga submáxima pelos percentuais de 40%, 55%, 70% e 85% de 1RM, que foram executados, em intervalos de 24 horas, até a exaustão. Os parâmetros carga (dependente) e número de repetições (independente) foram ajustados pela função $f(x) = b_0 \times e^{b_1x}$, onde $f(x) = y$. Os resultados mostraram que, quando $x = 1$, os valores de 1RM foram 79,81 ($\pm 14,98$) Kg, que não apresentaram diferença significativa ($p = 0,179$) com os valores observados de força pelo teste de 1RM (72,5 $\pm 10,4$ Kg). O EPE foi de 8,76 Kg, ou seja, ~12,1% da média dos valores de força, sendo considerado satisfatório para exercícios com membros inferiores, onde se observa com frequência valores elevados de carga e muita variabilidade entre os sujeitos. O coeficiente de similaridade foi baixo ($r^2 = 0,35$), porém forneceu um coeficiente de determinação ($R = 0,594$) significativo a $p < 0,05$. O modelo também possibilitou a estimativa força estática máxima no exercício de extensão do joelho (87,78 $\pm 16,13$ Kg), considerando quando $x = 0$; e ainda, valores de carga crítica (Ccrit) de 3,153 ($\pm 1,496$) Kg, obtidos pela primeira derivada de $f(x) = y$, sendo $y = 0$. O modelo apresentou validade na estimativa de 1RM, sendo útil na suplantação da interrupção do treinamento e do risco de lesões inerentes aos procedimentos do teste de 1RM, pois os dados podem ser adquiridos durante as sessões de exercício. A força máxima estática e carga crítica também foram índices fornecidos pelo modelo, mas, enquanto a força estática tem sua aplicação na graduação da intensidade do treinamento de potência muscular, a carga crítica carece de aplicações plausíveis em contextos esportivos e não-esportivos, uma vez que o número de repetições associados à carga crítica seria exagerado. Assim, a reprodutibilidade e objetividade do modelo ainda carecem de ser avaliadas.

Azevedo, P.H.S.M.; Oliveira, J.C.; Silva, E.P.; Marques, A.T.; Simões, H.G.; Baldissera, V. - Análise metabólica do Taekwondo através de simulação de luta em atletas juvenis

Instituição: Faculdade Orígenes Lessa – UFSCar- UCB

O Taekwondo (TKD) é uma arte marcial coreana, e que recentemente foi elevado a esporte olímpico. As lutas consistem num confronto entre dois oponentes, no qual os golpes são desenvolvidos com os pés e as mãos. Entretanto pouco se conhece sobre o perfil metabólico da luta de TKD, principalmente nas categorias de formação de atletas. O objetivo deste trabalho foi analisar a resposta do lactato sanguíneo de lutadores juvenis de TKD. Foram avaliados 7 sujeitos (Idade: $15 \pm 1,4$ anos; estatura: $169,1 \pm 10,2$ cm; massa corporal: $60 \pm 8,2$ kg). Os atletas foram submetidos a uma simulação de luta, com 3 rounds de 2 minutos com pausa de 1 minuto entre rounds. Não foi anotada pontuação de golpes. Foi realizada coleta de 25 μ l de sangue em capilares heparinizados do lóbulo da orelha dos sujeitos e depositados em tubos Eppendorf contendo 50 μ l de NaF 1% para posterior análise. A concentração de lactato sanguíneo foi determinada por um analisador eletroenzimático (yellow springs 1500) nos seguintes momentos: repouso (R0), ao final do 1° (R1), 2° (R2) e 3° (R3) rounds, e nos minutos 3 (F3), 5 (F5) e 7 (F7) após o final da simulação da luta. Resultados: as concentrações de lactato sanguíneo (mmol/L) foram: R0: $1,05 \pm 0,5$; R1: $5,18 \pm 0,9$; R2: $7,05 \pm 2,17$; R3: $7,36 \pm 2,97$; F3: $6,26 \pm 2,79$; F5: $5,58 \pm 2,57$; F7: $4,48 \pm 2,20$. Foi demonstrada diferença significativa (valor de p) entre R0 e R2 (0,001); R0 e R3 (0,0008); R0 e F3 (0,009); R0 e F5 (0,03). Não houve diferença significativa na lactatemia entre os outros momentos. Concluímos que o Taekwondo requer uma elevada ativação do metabolismo anaeróbico láctico para a ressíntese de ATP em atletas da categoria juvenil.

Apoio Trabalho: CNPq; CAPES

Barbosa, A.C.; Moraes, R.C.; Andries Júnior, O. - Efeito do treinamento deo força na relação força muscular-desempenho aeróbio de nadadores competitivos

Instituição: Unicamp -FEF- Laboratório de Atividades Aquáticas

O objetivo deste estudo foi verificar os efeitos do treinamento de força na relação força muscular fora da água-desempenho aeróbio. Dezesesseis nadadores foram divididos em grupos controle (GC) e experimental (GE), e submetidos a dezessete semanas de treinamento dentro da água. O GE também realizou um treinamento de força fora da água (TFFA) objetivando o ganho de potência. Antes e após as doze semanas do TFFA foi aplicado o teste de 10 minutos (T10) para avaliar a resistência aeróbia, 1AVM e repetições máximas em 30s (REM) com 70% da carga de 1AVM, de onde foi calculada a quilagem total. Valores obtidos em 1AVM e quilagem foram relativizados pela massa corporal. Não foi observada correlação significativa entre as alterações percentuais do T10 e dos indicadores de força muscular fora da água, apesar do aumento significativo deles no GE. Conclui-se que o TFFA não gera melhora no desempenho aeróbio dentro da água. Palavras-chave: treinamento de força, desempenho aeróbio, natação

Apoio Trabalho: Conselho Nacional de Pesquisa Científico e Tecnológico - CNPq

Barros, A. M.; Darido, S. C. - Práticas pedagógicas em Educação Física e o tratamento da dimensão conceitual dos conteúdos

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Procurou-se neste trabalho analisar como dois professores de Educação Física, que atuam em Escolas Públicas do Ensino Fundamental, com mestrado na área e posicionamentos favoráveis às propostas renovadoras, tratam os conteúdos da dimensão conceitual nas suas aulas. Optou-se por investigar o tratamento dos conteúdos de natureza conceitual, especialmente por se considerar que um dos aspectos em comum nos estudos renovadores, que pretendem de alguma forma contribuir para a formação da cidadania democrática, refere-se à valorização do tratamento dos conteúdos desta dimensão. Entretanto, muitos têm sido os entraves presentes no cotidiano do professor de Educação Física que pretende inovar suas ações nesta direção. Por meio de um estudo do tipo etnográfico, envolvendo a observação e análise das aulas dos professores, dos planos de ensino e de entrevistas com alunos e docentes, investigou-se quais os principais conteúdos da dimensão conceitual tratados, as estratégias de ensino utilizadas e a forma de organização do ensino. Entre os resultados, verificou-se que os principais conteúdos da dimensão conceitual referiram-se ao entendimento dos significados, objetivos, princípios e possibilidades de conhecimentos relacionados à anatomia, nutrição, habilidades motoras, fisiologia, saúde,

capacidades físicas, treinamento, aspectos históricos, sociais, econômicos, políticos, estéticos, culturais, regras, técnicas, táticas das práticas integrantes da cultura corporal (danças, lutas, ginásticas, esportes, jogos e brincadeiras). Notou-se coerência com os critérios de seleção dos conteúdos propostos nas abordagens renovadoras, como relevância social, estágio de desenvolvimento dos alunos, contemporaneidade, especificidade do conhecimento da área e diversidade, entre outros. Diversas estratégias foram utilizadas no tratamento dos conteúdos desta dimensão, mas as que envolvem exposições verbais, discussões, reflexões sobre a prática e resolução de problemas, foram as mais usuais. O uso de desenhos, vídeo e pesquisas mostraram-se bastante eficientes. Quanto à organização, verificou-se que diferentes formas poderão conduzir ao alcance dos objetivos pretendidos, cabendo ao professor fazer opções de acordo com a realidade em que atua. Entretanto, pareceu que seja favorável iniciar por conteúdos mais próximo da realidade ou do interesse do aluno e que se procure estabelecer sincronia com temas de projetos da escola. A dimensão conceitual dos conteúdos foi tratada em todos os momentos da aula, mas os iniciais e finais mostraram-se privilegiados para isso. O tratamento da dimensão conceitual, concomitantemente com a procedimental, foi um aspecto também observado. Considerou-se que o tratamento destes conteúdos traz importantes contribuições para a formação do aluno. Pelas análises, a valorização dos conteúdos da dimensão conceitual, mostrou-se como um importante aspecto para a concretização de práticas renovadoras, portanto, para a mudança de paradigma da Educação Física na escola. Uma das evidências foi a declaração dos alunos de que as aulas de Educação Física servem não apenas para o “saber fazer”, mas para “saber sobre o que se faz”. A mudança da concepção de Educação Física, por parte dos alunos, também foi identificada no decorrer das observações das aulas mediante suas posturas interessadas durante o tratamento dos conteúdos da dimensão conceitual. As considerações a serem destacadas nesta pesquisa são: Que a mudança da Educação Física é, de fato, possível; Que o tratamento dos conteúdos da dimensão conceitual é um importante elemento para que ela aconteça; Que o tratamento adequado destes conteúdos, além de não descaracterizar as aulas de Educação Física na escola é essencial para a aprendizagem de procedimentos, permitindo o entendimento sobre para que servem e como fazê-las, ou seja, seus significados enquanto prática social e as técnicas de execução.

Barroso, A.; Darido, S. - Pedagogia do esporte: uma revisão bibliográfica

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Ao se tratar do ensino do esporte, entende-se como uma prática que pode ocorrer em diversos ambientes, como na família, no clube, na praça esportiva, na escola, entre outros. Para esse estudo, interessa diretamente o ambiente escolar, mais especificamente as aulas de Educação Física. Evidentemente esta disciplina não conseguirá abordar todos os assuntos e ramificações referentes a este fenômeno, havendo um selecionamento do que poderá ser desenvolvido. Desta forma, torna-se importante à identificação dos conteúdos a serem trabalhados. Tradicionalmente há uma concepção equivocada sobre conteúdo, restringindo-se à transmissão e acúmulo de dados, definições, conceitos, teoremas, sem que haja uma maior integração do aluno com o seu próprio processo de aprendizagem. No caso da Educação Física escolar, historicamente apresenta-se uma concentração quase que exclusiva no ensino de habilidades e gestos motores específicos. Adota-se nesse estudo uma abordagem mais abrangente dos conteúdos, considerando-os nas dimensões conceituais, procedimentais e atitudinais, tendo o propósito de proporcionar ao aluno uma aprendizagem mais ampla. O objetivo deste estudo é analisar como a área da pedagogia do esporte está identificando e desenvolvendo os conteúdos referentes ao tema esporte, enfatizando a modalidade esportiva voleibol. Para tanto, utilizou-se a técnica da pesquisa bibliográfica, buscando propostas de autores que abordam o assunto. Verificou-se na dimensão procedimental (o que se deve saber fazer?) uma certa diversidade de possibilidades, fato que fortalece ainda mais os estudos desta área. Percebeu-se ainda, que há uma forte tendência da utilização do jogo como recurso pedagógico para ensino de modalidades esportivas coletivas, denominando-se como “jogo pré-desportivo”, “jogo possível”, “jogo reduzido”, “modelo de abordagem progressiva ao jogo”, “ensinando jogos para a compreensão”, entre outros. Na dimensão atitudinal (como se deve ser?) identificou-se um discurso de certa forma homogêneo, procurando uma formação dos alunos direcionada à autonomia, salientando-se valores e condutas de comportamento do tipo: participação, socialização, co-educação, respeito, cooperação, emancipação, igualdade, convivência, etc. Contudo, sentiu-se falta de uma melhor estruturação referente aos procedimentos pedagógicos para tratar esses valores e atitudes. Ocorre uma dificuldade ainda maior na dimensão conceitual (o que se deve saber?), pois esta se manifestou de forma mais restrita, também apresentando carências em relação às estratégias para desenvolvimento deste tema. Salienta-se a contribuição significativa que a produção do conhecimento na área da pedagogia do esporte vem oferecendo para o processo de ensino e aprendizagem do esporte, especialmente relacionado à dimensão procedimental dos conteúdos. Entretanto, entende-se que há necessidade de um maior aprofundamento nos estudos direcionados à dimensão conceitual e atitudinal, pois com uma maior abrangência dos conteúdos, será possível proporcionar aos educandos, uma melhor e mais completa formação para a cidadania nas aulas de Educação Física escolar.

Beck, W.R.; Zagatto, A.M. - Respostas do treinamento físico de oito semanas nas intensidades de velocidade crítica e velocidade média do teste de 12 minutos em militares

Instituição: Laboratório de pesquisas em fisiologia do exercício - UFMS

O teste de 12 minutos (T12min) e o teste de velocidade crítica (TVCrit) são protocolos não invasivos largamente utilizados por treinadores e preparadores físicos na avaliação da aptidão aeróbia de atletas. Apesar destes procedimentos serem muito atraentes na aplicação prática, ainda são restritos os estudos que investigam o efeito do treinamento nesses métodos de avaliação. Com isto, o objetivo do presente estudo foi analisar a sensibilidade dos testes de V_{Crit} e 12min ao treinamento de oito semanas e também avaliar os efeitos do treinamento prescrito nas intensidades correspondentes a velocidade crítica (V_{Crit}) e velocidade média do teste de 12 minutos (VM12min). Foram participantes do estudo 33 militares do sexo masculino, moderadamente ativos, com idades entre 19 e 25, com altura e peso respectivamente 177,03±4,49 cm e 76,93±10,98 Kg. Os participantes foram divididos em 3 grupos, sendo grupo velocidade crítica (GV_{Crit}), grupo velocidade média do teste de 12 minutos (GVM12min) e grupo controle (GC). Todos os participantes foram submetidos aos testes de V_{Crit} e T12min antes e após oito semanas. A velocidade crítica foi determinada a partir de 4 performances máximas nas distâncias de 400, 800, 1600 e 2800 metros aplicadas de modo aleatório, respeitando um intervalo mínimo de duas horas entre as performances e realizado no máximo duas por dia. A V_{Crit} foi correspondente ao coeficiente angular da reta de regressão entre distância versus tempo. O T12min consistiu em os participantes percorrerem a maior distância possível em 12 minutos com registro da distância total percorrida. A VM12min foi obtida a partir da razão distância versus tempo. Esses procedimentos foram repetidos após oito semanas. O treinamento físico consistiu em exercício com duração de vinte minutos, 3 vezes por semana e intensidades correspondentes à velocidade obtida no teste de V_{Crit} para o GV_{Crit}; e velocidade média do teste de 12 minutos para o GVM12min. O GC não realizou exercício. Para análise dos resultados foram utilizados os testes de Análise de Variância (ANOVA) com teste post hoc de Newman-Keuls caso necessário e teste de correlação de Pearson, com nível de significância de 5%. Os coeficientes de regressão linear (R²) obtidos no teste de V_{Crit} antes e após as oito semanas foram em média de 0,998 com o maior desvio padrão correspondente a 0,002. As velocidades obtidas nos testes de V_{Crit} foram de 3,34±0,52 m/s para o GV_{Crit}, 3,62±1,18 m/s para o GVM12min e 3,64±0,25 m/s para o GC antes do treinamento, e de 3,52±0,46 m/s, 3,70±0,21 m/s, 3,68±0,20 m/s respectivamente para após as oito semanas. As VM12min obtidas nos testes de 12 minutos foram de 3,73±0,43 m/s para o GV_{Crit}, 3,87±0,22 m/s para o GVM12min e 3,90±0,26 m/s para o GC antes do treinamento, e de 3,90±0,40 m/s, 4,09±0,25 m/s, 3,92±0,18 m/s, respectivamente para após as oito semanas. Não foram verificadas diferenças significativas entre essas velocidades, tanto antes como depois das oito semanas em todos os grupos. Em todos os grupos as V_{Crit} determinada antes das oito semanas foram significativamente correlacionadas com velocidades obtidas após. Resultado semelhante também foi verificado para as VM12min, que somente não foi obtida correlação significativa no grupo GVM12min. As velocidades obtidas no teste de V_{Crit} foram significativamente correlacionadas com as VM12min antes do período de oito semanas para todos os grupos e apenas no GV_{Crit} após as oito semanas. Foi possível verificar que a VM12min superestimou a V_{Crit} em aproximadamente 9,2%. Mesmo a diferença não sendo significativa, merece atenção para a prescrição de treinamentos físicos utilizando essa intensidade, onde percentuais menores podem interferir nos resultados. Desse modo, concluímos que a VM12min superestima a V_{Crit}, que o treinamento proposto parece não promover alterações fisiológicas aeróbias positivas e que a V_{Crit} pode ser mais sensível que a VM12min para a prescrição de treinamentos.

Bernardes, S.T.; Martins, C.J. - A presença da Educação Física no campo de Estudos de Gênero: o caso fazendo Gênero 7

Instituição: UNESP - Rio Claro

Atualmente, gênero é uma temática bastante recorrente em diferentes âmbitos acadêmicos, inclusive na Educação Física. Quando falamos sobre estudos de gênero buscamos entender como são construídas as relações sociais a partir das diferenças demarcadas entre os sexos. Tais relações são consideradas não como designações de papéis ou estereótipos pré-determinados, mas sim como o que é histórico, social e culturalmente construído ao longo dos tempos, sempre em transformação e reconstrução. Estudar os gêneros significa olhar as relações que fazem parte da construção das identidades dos sujeitos com olhares amplos, interessados, participativos deste processo de construção e reconstrução. Significa também abandonar a imagem de fazer pesquisa sem interferir de alguma forma na realidade, como um observador distanciado, realizando apenas uma mera coleta de dados. Neste trabalho buscamos levantar como o campo de estudos de gênero vem sendo construído e trabalhado dentro da Educação Física. Para a realização desta pesquisa foi feito um levantamento bibliográfico, tentando alcançar os principais e mais influentes estudos de gênero que foram produzidos em

periódicos da área, além da participação no congresso Fazendo Gênero 7. Tal congresso aconteceu entre os dias 28 e 30 de agosto, na cidade de Florianópolis, Santa Catarina. Este foi o sétimo encontro do Projeto Fazendo Gênero, que reúne, a cada dois anos, pesquisadoras e pesquisadores do Brasil e de universidades estrangeiras na América Latina, Estados Unidos e Europa com pesquisas e publicações no campo dos estudos de gênero e dos estudos feministas. Ele é organizado pelo Instituto de Estudos de Gênero que congrega a equipe multidisciplinar que, desde meados da década de 1980 vem trabalhando com os temas relativos a gênero, feminismo e sexualidades na UFSC, e atualmente também na Universidade do Estado de Santa Catarina, UDESC. Em tal evento, pudemos observar um panorama representativo de como estão sendo engendradas as produções acerca dos estudos de gênero em nível nacional e internacional. Houve grande variedade de temas, abordagens, conceitos e sobretudo, a marcante presença de uma diversidade de campos de saber atravessados por esta problemática, entre eles a Educação Física. No entanto, em que pese esta significativa pluralidade, ficou notório o grau de estabilidade do tratamento dado a categoria gênero como uma categoria relacional. Isso quer dizer, por um lado, que os gêneros se definem na relação com o outro, mas por outro lado, sendo um aspecto das relações sociais de poder e de subjetivação, o gênero se articula com outros tipos de relações sociais - geração, raça, etnia, classe, profissão, sexualidade - de maneiras cada vez mais diversas. No que se refere às subdivisões do evento, estruturado em simpósios temáticos para apresentação de trabalhos, a produção ligada ao campo da Educação Física ficou concentrada no tema “Práticas corporais e esportivas”. Em tal simpósio foi possível observar como os estudos de gênero enquanto uma categoria relacional, social, historicamente construída vem ganhando força, e se tornando cada vez mais um nicho de pesquisas consistentes e aprofundadas na área. Observou-se uma grande riqueza temática nas apresentações, em considerando ter sido esportes o principal foco de estudos, havia um vasto leque de esportes abordados. Houve trabalhos sobre futebol, lutas, vôlei, rúgbi, ginástica, dança, imagem corporal, musculação, educação física escolar, entre outros. O que mostra a quantidade de trabalhos que podem ser explorados nesta área. Os trabalhos apresentados puderam dar um bom panorama de como estão sendo constituídos os estudos de gênero na Educação Física, ou mais abrangentemente nas “práticas corporais e esportivas”. Há como dito anteriormente uma grande variedade de temas sendo estudados, mas todos partem do mesmo princípio conceitual; o de gênero enquanto categoria analítica e relacional.

Beschizza Valentin, R. - Ascensão, saúde e identidade: os sentidos do futebol na COHAB

Instituição: UFPR - PPGEF

O presente artigo ocupou-se de explicitar as análises que realizamos sobre os discursos dos moradores do bairro COHAB, no intuito de mapear e compreender os sentidos associados ao futebol, advindos das políticas neoliberais do Estado burguês. Entendíamos que seria pouquíssimo provável que os atores produzissem seus discursos sobre futebol através das formações discursivas ascensão social, atividade física x saúde e identidade nacional, de modo que os dizeres sobre suas práticas futebolísticas não estariam impregnados por marcas ideológicas advindas das políticas neoliberais do Estado burguês. A partir das entrevistas, percebemos a necessidade de escapar à obviedade aparente e mergulhar na compreensão sobre as determinações emanantes da ideologia neoliberal na edificação das representações sociais do futebol na COHAB. Esse caminho investigativo nos levou ao mapeamento e a análise de três sentidos específicos, mas que possuem relações múltiplas em suas respectivas projeções – o que implica uma rede semântica bastante coesa e solidária à construção de um tecido representacional sobre o cotidiano futebolístico dos moradores investigados, sobremaneira influenciados pela interpelação ideológica das políticas neoliberais. Tais representações sociais fazem circular alguns sentidos bastante coesos e solidários. São eles: ascensão, saúde e identidade. A representação social do futebol como saída profissional (ascensão) para as mazelas econômicas que afligem os sujeitos pode ser mais bem compreendida quando associada ao esforço, ao trabalho, à sobrevivência, e quando relacionada com as implicações da situação social da criança no sistema de ensino produzido em meio ao aprofundamento das políticas neoliberais. O futebol se afigura como um elemento-vetor da assimilação da ideologia do self-made man, processo de interpelação ideológica sem o qual a representação do futebol como mecanismo promotor de uma ascensão sócio-econômica não se consolidaria. A vivência futebolística nas escolinhas é assimilada pelos jovens moradores da COHAB e é, em seguida, ancorada a uma relação preexistente deste grupo com a arbitrariedade da política neoliberal de tipo democrático-burguês. Foi possível mapear o sentido de que o futebol é representado pelos atores sociais moradores da COHAB como uma atividade que proporciona uma vida saudável a quem a pratica. A representação social da prática do futebol como sinônimo de saúde produz um habitus individualista e privatista nos sujeitos no sentido da busca ideal e individual pela vida saudável através da atividade física, abrindo caminho para a iniciativa privada. As representações sociais emergem do discurso dos atores sociais modo a se projetar para o sentido de que o futebol seria um elemento constitutivo de uma cultura nacional-popular brasileira. A relação entre identidade nacional e cultura popular só pode ser uma relação ideologicamente determinada, ao passo que ela é inventada e implantada no seio da sociedade através do Estado e de acordo com as necessidades burguesas decorrentes do cenário contemporâneo da luta de classes, no qual a classe trabalhadora estabelece com o patronato uma relação de colaboração na

consecução de um determinado projeto e sociedade, pois obscurece as relações de dominação e de prevalência entre grupos e classes sob a égide da identificação entre “iguais”, entre brasileiros. A relação entre o morador da COHAB e o futebol, em seu cotidiano, constitui uma relação na qual ele é comumente interpelado por formações ideológicas específicas – que, no plano discursivo, são representadas por formações discursivas – postas em movimento no seio da sociedade civil através da ação fragmentada, diversificada e combinada dos aparelhos ideológicos de Estado.

Apoio Trabalho: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo

Bolognini, S.; Paes, R. - Iniciação esportiva ao tênis de campo: discursos e práticas pedagógicas

Instituição: Unicamp-FEF- Depto Ciências do Esporte

A partir de 1997, ano em que Gustavo Kuerten venceu o torneio de Roland Garros pela primeira vez, houve maior divulgação do Tênis de Campo (TC) na mídia e, com isso, um aumento no número de interessados em praticar a modalidade. Segundo o site www.es.sebrae.com.br/noticias/, entre 1997 e 2003, o número de praticantes de TC duplicou no país e a maior parte dessa população era composta por crianças. Ou seja, existe um maior número de crianças envolvidas na iniciação esportiva ao TC, o que indica a necessidade de estudos que investiguem o atual contexto pedagógico da iniciação ao TC. É nesse contexto que esse estudo foi realizado, tendo como objetivo principal investigar a realidade da iniciação esportiva ao Tênis de Campo no município de Campinas. Inicialmente, foi realizada uma revisão bibliográfica acerca dos temas da iniciação esportiva de maneira geral e especificamente em relação ao TC, além disso, investigou-se as propostas pedagógicas para a modalidade em questão a partir da perspectiva de diferentes autores. A seguir, foi realizada uma pesquisa de Campo, na qual foram observadas aulas de TC para crianças de 7 a 12 anos nos 4 clubes do município com maior número de crianças praticando a modalidade. A observação das aulas teve como objetivo verificar quais os conteúdos e procedimentos utilizados pelos professores. Os dados obtidos a partir dessas observações foram registrados em um diário de campo para posterior análise. Além disso, a fim de uma compreensão mais abrangente do fenômeno da iniciação esportiva ao TC, realizou-se entrevistas com os professores cujas aulas foram observadas, a fim de se obter dados sobre a formação desse profissional e quais objetivos ele pretende alcançar através de suas aulas. A fim de discutir os dados obtidos na pesquisa, foi realizada uma análise de conteúdo dos dados registrados no diário de campo e na transcrição das entrevistas. Nessa análise, foram comparadas as observações das aulas dos professores com suas respostas à entrevista Ou seja, buscamos comparar o discurso dos professores com a sua atuação prática e analisá-los a partir das discussões realizadas na revisão bibliográfica. A partir dessa análise, verificou-se que tanto o discurso quanto a prática dos profissionais não está de acordo com as propostas presentes na literatura. Essa constatação se dá devido ao fato de, na prática, aulas observadas pautarem-se em um modelo analítico, contestado pela literatura, uma vez que está baseado em atividades desvinculadas do contexto de jogo, voltadas para a repetição de gestos técnicos específicos do TC. Os autores estudados sugerem uma nova tendência de procedimentos pedagógicos, segundo a qual o processo de ensino e aprendizagem na iniciação esportiva deve estar baseado nos “jogos reduzidos” que, em função de sua imprevisibilidade, e das situações problema que apresentam, estimulam a criatividade e a inteligência das crianças. Além disso, o discurso dos professores está pautado na idéia de que a etapa da iniciação esportiva limita-se ao ensino de gestos técnicos e a formação de futuros campeões, enquanto a literatura aponta a complexidade do fenômeno da iniciação esportiva. Diante desses dados, verifica-se a importância de novos estudos sobre a iniciação esportiva ao TC de forma a possibilitar uma maior compreensão de fenômeno e apontando caminhos para sua transformação.

Bolognini, S.; Paes, R. - Propostas pedagógicas e o tênis de campo: confronto entre teoria e prática

Instituição: Unicamp-FEF- Depto Ciências do Esporte

Entre 1997 e 2003, o número de praticantes de Tênis de Campo (TC) duplicou no país, sendo que a maior parte dessa população era composta por crianças. Esse período corresponde à ascensão profissional de Gustavo Kuerten, mais conhecido como Guga, que, durante esses anos conquistou diversos torneios no circuito profissional e, assim, tornou-se um ídolo nacional com destaque na mídia. Conforme nos sinalizam alguns trabalhos realizados sobre a relação de interdependência entre o esporte profissional e a iniciação esportiva, essa é uma situação que cria um interesse maior da população pelo esporte, uma vez que o esporte profissional é fator de motivação à iniciação esportiva. Ressaltamos, portanto, que existe um maior número de crianças praticando Tênis de Campo. No entanto, são escassas as produções científicas acerca das diferentes questões envolvidas na iniciação ao esporte em questão. Verificamos que a maior parte da bibliografia sobre a iniciação ao TC está voltada para o ensino do gesto técnico. A partir desses dados, confirma-se a

importância de estudos que abordem propostas pedagógicas para a iniciação ao TC, de forma a discutir e orientar a atuação profissional neste processo. É nesse contexto que esse estudo foi realizado, tendo como objetivo principal investigar o contexto da iniciação esportiva ao Tênis de Campo em quatro clubes no município de Campinas e qual o perfil do professor envolvido nessa iniciação esportiva. Inicialmente, foi realizada uma revisão bibliográfica acerca dos temas da iniciação esportiva de maneira geral e especificamente em relação ao TC, além disso, investigou-se as propostas pedagógicas para a modalidade em questão a partir da perspectiva de diferentes autores. A seguir, foi realizada uma pesquisa de Campo, na qual foram observadas aulas de TC para crianças de 7 a 12 anos nos 4 clubes do município com maior número de crianças praticando a modalidade. A observação das aulas teve como objetivo verificar quais os conteúdos e procedimentos utilizados pelos professores. Os dados obtidos a partir dessas observações foram registrados em um diário de campo para posterior análise. Além disso, a fim de uma compreensão mais abrangente do fenômeno da iniciação esportiva ao TC, realizou-se entrevistas com os professores cujas aulas foram observadas, a fim de se obter dados sobre a formação desse profissional e sua vivência na modalidade em questão. A partir dessa análise, verificou-se que tanto o discurso quanto a prática dos profissionais não está de acordo com as propostas presentes na literatura. Essa constatação se dá devido ao fato de, na prática, aulas observadas pautarem-se em um modelo analítico, contestado pela literatura, uma vez que está baseado em atividades desvinculadas do contexto de jogo, voltadas para a repetição de gestos técnicos específicos do TC. Os autores estudados sugerem uma nova tendência de procedimentos pedagógicos, segundo a qual o processo de ensino e aprendizagem na iniciação esportiva deve estar baseado nos “jogos reduzidos” que, em função de sua imprevisibilidade, e das situações problema que apresentam, estimulam a criatividade e a inteligência das crianças.

Borges, C.; Hunger, D. A. C. F. - Formação do docente universitário no campo da educação física

Instituição: NEPEF – UNESP Rio Claro

Os professores que optam por seguir a carreira acadêmica e atuar no magistério superior devem se preparar nos programas de pós-graduação "stricto sensu" conforme o artigo 66 da LDBEN n.º 9.394/96. A formação do docente universitário deve abranger os domínios do conhecimento específico, didático-pedagógico e a dimensão política como forma de fornecer os subsídios necessários para exercer as funções de ensino, pesquisa e extensão. No entanto, exige-se também do docente as funções de gestão e "business" (captação de recursos). Este estudo considerou a formação como primeira etapa do processo de atuação e o ensino como a atividade caracterizadora da docência. Dessa forma, objetivou verificar se os docentes universitários da área de educação física foram preparados considerando-se os domínios do conhecimento específico e didático-pedagógico e a dimensão política. Realizou-se revisão de literatura referente à docência universitária e aos planos nacionais de pós-graduação e por intermédio da técnica de entrevista semi-estruturada coletou-se depoimentos de doze docentes que vivem o cotidiano universitário. Na discussão utilizou-se a análise de conteúdo. Os resultados indicaram que: a) se prioriza o domínio do conhecimento específico já que os docentes devem realizar e defender uma pesquisa durante essa preparação; b) apenas quatro docentes relataram terem sido preparados no domínio didático-pedagógico que se apresentou como uma lacuna para a maioria deles; e c) a dimensão política foi citada por somente um docente como quesito da formação ideal de um docente universitário, mas não foi comentada como parte de sua formação. Constatou-se que esses três aspectos apresentam-se desvinculados durante a formação do docente universitário, enfatizando o domínio do conhecimento específico e relegando o domínio didático-pedagógico e a dimensão política. Dessa forma, o docente acaba por utilizar apenas os saberes da experiência baseando-se na “tentativa-erro” para lecionar e sem talvez perceber que ensinar é um ato político. Entende-se a necessidade de se atentar a estas lacunas presentes na formação do docente universitário a fim de se quebrar o círculo vicioso existente, de buscar o aperfeiçoamento profissional e de priorizar um ensino de alta qualidade que será refletido nos cursos de graduação e, posteriormente na sociedade.

Bottcher, L.; Kokobun, E. - Comparação dos níveis de aptidão física entre hipertensos e normotensos

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A hipertensão arterial tem sido indicada como o fator de risco conhecido de maior importância para a morbidade e mortalidade precoces causadas por doenças cardiovasculares. A atividade física regular, melhora a aptidão física e é coadjuvante na prevenção e tratamento da hipertensão arterial. Entretanto a falta de atividade física piora o nível de aptidão física, e é fator de risco para hipertensão arterial. Atualmente tem se tornado necessário avaliar em quais aspectos relacionados à aptidão física o indivíduo hipertenso é diferente do normotenso. Sendo assim o objetivo do presente estudo é verificar se há diferença na aptidão física entre hipertensos e normotensos. Participaram desse trabalho, 218 mulheres com

idades acima de 40 anos que faziam parte, por no mínimo 6 meses, de um programa de atividade física (2/3 vezes/semana; 60 minutos sessão). Após 6 meses de atividade foi aplicado a bateria de teste de AIPHERD e uma anamnese separou os indivíduos em dois grupos: Hipertensos (GH- n=124) e Normotensos (GN- n=94). A análise estatística utilizada foi o teste t de student para medidas independentes, por grupos. O resultado do teste t para medidas independentes mostrou que a flexibilidade foi o único componente que não apresentou diferença significativa entre os grupos. Todos os outros componentes apresentaram diferença significativa entre os grupos. O componente agilidade apresentou para o GH média 24,14 + 5,26 e o GN 20,12 + 2,9, demonstrando que os indivíduos normotensos apresentaram melhores resultados de agilidade que os indivíduos normotensos. O mesmo aconteceu para os outros componentes: coordenação (GH: Média = 16,44 + 7,6 e GN: Média = 10,94 + 3,27, $p < 0,01$); força (GH: média = 25,03 + 5,2 e GN: Média = 26,94 + 5,05, $p < 0,01$), e resistência aeróbia (GH: média = 563,0 + 88,4 e G N: Média = 499,4 + 64,5, $p < 0,01$). Através dos resultados podemos concluir que indivíduos hipertensos apresentam a maioria dos componentes da aptidão física relacionado a saúde, piores que os indivíduos normotensos.

Apoio Trabalho: capes

Bozza, P.; Franco, A. - A (des)motivação nas aulas de educação física no ensino médio

Instituição: Pontifícia Universidade Católica de Campinas - PUC, Campinas

A (Des)motivação nas aulas de Educação Física no Ensino Médio. Paulo Fabrício Scarparo Bozza, Ana Claudia Santurbano Felipe Franco Pontifícia Universidade Católica de Campinas - PUC, Campinas – SP – Brasil. paulobricio@hotmail.com RESUMO A falta de interesse, essencialmente, dos adolescentes pelas aulas de Educação Física (EF) é um tema pouco discutido e um fato bastante vivenciado, atualmente, pelos profissionais desta área. Por muitas vezes, o interesse ou a falta dele está relacionado à motivação do aluno mediante a aula. A motivação pode ser a origem do sucesso ou do fracasso escolar, pois acredita-se que a pessoa realize integralmente alguma atividade caso esteja motivada para isso. Dentro do contexto escolar é comum observar alunos que não se interessam pelas aulas de EF, especificamente, no Ensino Médio. De fato, é difícil para os professores deste nível de ensino, até mesmo, ministrar suas aulas. Acredita-se, que a partir do momento que o docente trabalhe a motivação de seus alunos, estes poderão interessar-se mais pela EF. Deste modo, esse estudo teve como objetivo investigar a motivação dos alunos em aulas de Educação Física no Ensino Médio em uma escola particular de Campinas-SP. Assim, foi realizada uma pesquisa bibliográfica (GIL, 2002), e uma pesquisa de campo descritiva com caráter exploratório (MATTOS; ROSSETO JR.; BLECHER, 2004). Foi elaborado e aplicado um questionário específico para coleta de dados, contendo questões abertas e fechadas, seguido de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, de acordo com o Comitê de Ética da PUC Campinas/SP. A população de estudo da pesquisa foi constituída por 318 alunos do Ensino Médio do 1º ao 3º ano, de ambos os sexos. A escola onde foi realizada a pesquisa possui três salas para cada ano do Ensino Médio, portanto, o critério para seleção dos participantes foi a entrega dos questionários para todos os alunos de todas as salas correspondentes, utilizando-se para este estudo os que retornaram. Assim, o trabalho expressa em seu desenvolvimento: i) As finalidades da educação e da EF ambas no Ensino Médio; ii) A motivação e seus conceitos, aspectos gerais e a diferença entre Motivação Intrínseca e Extrínseca e, por fim, iii) A motivação para a aprendizagem proporcionando ênfase na motivação do aluno. De fato, pode-se notar que na escola onde foi desenvolvida a pesquisa, na sua totalidade 55% dos alunos do Ensino Médio estavam motivados a participar das aulas de EF e 45% não. Mas, o que mais chama a atenção é o fato de que com o passar dos anos os alunos vão diminuindo a motivação. Nota-se essa divergência a partir dos dados coletados que mostram que no 1º ano 64% dos alunos estão motivados, no 2º ano 58%, enquanto, que no 3º ano apenas 32% estão motivados. Isto aponta para o dado que a EF estaria sendo uma repetição de aulas anteriormente vistas (KOBAL, 1991). De fato, um número considerável de 42 alunos relatou que a EF só se baseia em esportes e atividades com bola dentro da quadra, e que se permanece muito tempo na mesma atividade, o que deixa a aula muito monótona. Conclui-se que é necessário planejar aulas mais atrativas e motivantes, com conteúdos que estejam de acordo com as características da faixa etária trabalhada. Palavras Chave: Educação Física. Ensino Médio. Motivação.

Camargo, A.O.; Manchado-Gobatto, F.B.; Gobatto, C.A. - Influência da cadência de pedalada e potência de exercício nas respostas da frequência cardíaca e tempo de exaustão em cicloergômetro

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Exercícios exaustivos em cicloergômetro são utilizados em diversos protocolos para avaliação aeróbia e anaeróbia de atletas e indivíduos ativos. Geralmente, um dos parâmetros adotados em tais execuções é a mensuração do tempo de exercício suportado em cargas máximas, também denominado de tempo limite (tlim). A potência gerada no cicloergômetro durante a realização do esforço é produto da carga e velocidade, porém poucos são os trabalhos preocupados em analisar os efeitos dessa interação nos resultados de tempo limite e repostas fisiológicas dos avaliados. Dessa forma, o objetivo do presente estudo foi verificar a influência da cadência de pedaladas e potência de exercício nas respostas da frequência cardíaca e tempo de exaustão em cicloergômetro. Para isso, oito indivíduos do gênero masculino, saudáveis, não treinados e moderadamente ativos (24,6±2,8 anos, 83,6±4,0 kg e 183,8±5,5) foram avaliados em cicloergômetro da marca Monark® Ergomic 894E. Inicialmente os participantes foram submetidos à um teste exaustivo, com carga aleatória e cadência 70rpm, para determinação do tempo de exaustão para tal potência. Os critérios de exaustão adotados foram a não manutenção da cadência de pedalada imposta ou a exaustão voluntária. Esse teste inicial foi executado para possível seleção individual de três distintas faixas de potência, sendo elas denominadas baixa (tlim entre 5 e 8 minutos de exercício), média (tlim entre 3,5 e 5 minutos de exercício) e alta (tlim entre 1,5 e 3,5 minutos de exercício). Posteriormente, cada participante foi submetido à três esforços máximos em cada faixa de potência selecionada (baixa, média e alta), nas cadências de pedalada equivalentes à 60, 70, e 80 rpm. Os nove testes exaustivos foram executados de maneira aleatória e em dias alternados. Em todos os procedimentos houve mensuração dos tempos de exaustão (em segundos) e registros da frequência cardíaca à cada 5 segundos de esforço, com a utilização do cardiofrequencímetro Polar® Vantage NV. Os parâmetros analisados em todos os testes foram o tempo limite (tlim), a frequência cardíaca máxima atingida no teste (FCmáx) e a variação numérica de FC durante o esforço (delta FC= FCfinal-FCinicial). Para verificar o efeito da potência de esforço e cadência de pedalada nos parâmetros analisados, utilizou-se uma Anova Two-Way, com teste post-hoc Newman Keuls quando necessário, tendo a potência e a cadência de pedalada como variáveis independentes e tlim, FCmáx e delta FC, como variáveis dependentes. O nível de significância foi pré-fixado em 5%. As médias de potência para as faixas baixa, média e alta foram 208±18; 233±15 e 254±16W, respectivamente. A análise estatística não revelou efeito das faixas de potência nos valores de FCmáx e delta FC, porém indicou diferença entre o tlim em cada faixa (tlim baixa= 317,4±81,2s, tlim média=225,2±56,4s e tlim alta=170,8±40,0 s) o que garante a adequada divisão inicial proposta. Quanto à cadência de pedaladas, também não foram verificados efeitos significantes nos parâmetros relacionados à FC, porém a permanência no exercício até a exaustão foi mais elevada em cadências inferiores (tlim 60rpm=276,7±93,8s; tlim 70rpm= 238,5±86,7s e tlim 80rpm= 198,0±57,4 s). A interação entre potência e cadência de pedaladas revelou que apenas em potência compreendida na faixa baixa há influência da cadência no tempo de exaustão, sendo 60rpm a frequência de pedaladas que propicia maior tempo de execução do esforço para esse grupo de participantes. De acordo com os resultados obtidos é possível concluir que tanto a cadência de pedalada quanto a potência de exercício interferem no tempo de exaustão em esforços executados em cicloergômetro, não revelando variação nos parâmetros cardíacos analisados.

Apoio Trabalho: Apoio Financeiro: FAPESP (proc n. 04/07070-5), CNPq (proc n. 301601/2006-2)

Carnicelli Filho, S; Schwartz, G. M; Sabino, T. F. P; Tahara, A.K; Krüger, G.F.M. - Lazer e emoções: o medo na primeira prática do rafting

Instituição: LEL - Laboratório de Estudos do Lazer - Depto de Educação Física Unesp Rio Claro

A busca por outras emoções diferenciadas daquelas do cotidiano, negligenciadas com a evolução social, tem se tornado um fator importante de adesão às Atividades de Aventura, ampliando as possibilidades de novas vivências no contexto do lazer. As Atividades de Aventura, sistematizadas no campo do lazer há pouco tempo, estão merecendo destaque nas pesquisas acadêmicas atuais, como é o caso do Rafting, uma das modalidades mais recorrentes no Brasil. Esta modalidade vem tomando vulto no cenário nacional, especialmente por suas características peculiares, em que os aspectos psicológicos, fisiológicos e sociais estão bastante envolvidos nesta prática, motivando o interesse deste estudo em evidenciar a presença de estados emocionais alterados durante esta prática. Sendo assim, este estudo, de natureza qualitativa, teve por objetivo investigar sobre a presença do medo durante a primeira prática de Rafting. Para tanto, o estudo foi realizado em duas etapas, sendo a primeira referente a uma pesquisa bibliográfica acerca de temas como as Atividades de Aventura, as emoções e o medo. A segunda etapa referiu-se a uma pesquisa exploratória, desenvolvida por meio de um questionário misto, aplicado a uma amostra intencional composta por 20 participantes de uma primeira prática de Rafting, de ambos os sexos, faixa etária compreendida entre 20 e 40 anos, com níveis de escolaridade e socioeconômico variados, na cidade de Brotas, SP. Os dados foram analisados descritivamente, utilizando-se a técnica de Análise de Conteúdo Temático, evidenciando que, dentre os participantes da pesquisa 75% afirmaram que sentiram medo, principalmente por ser a primeira descida e por terem que enfrentar o desconhecido, enquanto 25% disseram que não sentiram medo e apontaram a qualidade dos equipamentos e a confiança nos instrutores como fatores diferenciais para isto. O medo, geralmente, é visto e interpretado como uma emoção negativa, entretanto, pode-se tomá-lo, também, como uma emoção positiva, se considerada

a função de alerta e proteção contra situações potencialmente perigosas. Sendo um instinto primitivo presente em todos os seres humanos, o medo é o responsável pelo alerta de que algo diferente ou estranho, que ameaça o bem-estar, está acontecendo ou irá acontecer. O medo é um sentimento complexo sendo considerado sob dois componentes: o sinal de alarme e a ansiedade. O sinal de alarme, exposto pelo autor, está relacionado com o acontecimento de eventos inesperados e impeditivos no meio ambiente, enquanto a ansiedade acontece, geralmente, quando se está desorientado, longe de seu território e de objetos e figuras conhecidas. As Atividades de Aventura, por serem vivências de modo pouco rotineiro, muitas vezes, dependem de variáveis como o clima e, por proporcionarem a aventura e o risco, acabam fazendo com que o ser humano tenha a oportunidade de re-descobrir suas emoções, entre elas, o medo, entretanto, de maneira diferenciada daquele do cotidiano, uma vez que estas atividades são consideradas seguras e controláveis. Muitos praticantes de Rafting, em suas primeiras descidas, afirmaram ter sentido medo de enfrentar o desconhecido, entretanto, não desistiram, especialmente pela necessidade natural de liberação do espírito aventureiro. O medo é, nesse caso, um instinto primitivo, que alerta que algo de diferente está acontecendo, não possuindo intensidade suficiente para limitar as ações. Fica evidente, portanto, que o medo está presente nas primeiras práticas do Rafting, principalmente pelo fato de se estar vivenciando algo novo, desconhecido e fora do cotidiano, porém, a tranquilidade passada pelos profissionais envolvidos e a confiança nos equipamentos de segurança auxiliam no controle e na minimização desta emoção. Torna-se importante que novos estudos sejam desenvolvidos, no sentido de se aprofundar a relação entre as emoções e as atividades de aventura na natureza.

Castellani, R.M.; Lavoura, T.N.; Machado, A.A. - A reabilitação psicológica de atletas lesionados: perspectivas e visões de praticantes da canoagem competitiva

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A lesão no esporte tem sido alvo de atenção da psicologia do esporte, em função do número crescente de atletas lesionados, influenciados pela alta exigência do esporte de rendimento, bem como do desejo humano de cada vez querer ir além. A lesão desportiva é um dos obstáculos mais importantes para um bom rendimento de um atleta, visto que é uma fonte de tensão, dor e sofrimento. Em caso de uma lesão desportiva num atleta profissional esta produzirá dois efeitos primordiais; são eles, a dor e disfunção física e fatores de ordem psicológico, social e econômico. Este estudo teve por objetivo investigar e descrever de que forma atletas de canoagem entendem a psicologia do esporte, no processo de prevenção e reabilitação de atletas lesionados, analisando desta forma a importância que lhe é atribuída, por parte dos atletas, refletindo o quadro em que está inserida a psicologia do esporte na realidade da canoagem brasileira. Fundamentando-se nas características de uma pesquisa qualitativa, este estudo apoiou-se na aplicação de dois questionários semi-estruturados. Um deles, de identificação geral do sujeito, tem por propósito investigar a idade, gênero, prática semanal, tempo de prática na modalidade e se o atleta possui ou não psicólogo do esporte em seu treinamento. O outro, contém 06 questões afirmativas referentes a diversos sintomas emocionais, nas quais os atletas atribuíam uma nota para cada afirmação, conforme o grau de concordância em relação a determinada afirmativa. Esta nota poderia variar de 0 a 10, sendo o 0 (zero) quando não concordar e 10 (dez) quando concordar totalmente com a questão. Responderam ao questionário 15 atletas de alto nível de canoagem slalom, participantes do Campeonato Sul-Americano de Canoagem Slalom, realizado na cidade de Três Coroas – RS, em Setembro de 2005. Foram categorizadas as respostas dos atletas em alta (de 8 a 10), média (de 4 a 7) e baixa (0 a 3) concordância, permitindo assim uma melhor compreensão dos gráficos e refletindo a posição do grupo de sujeitos em relação às questões analisadas. Através dos resultados, pode-se perceber que, das seis questões formuladas e apresentadas aos entrevistados, as quatro primeiras afirmações, relacionadas respectivamente às técnicas e métodos de reabilitação, motivação, autoconfiança e treinamento psicológico preventivo, foram consideradas como de suma importância quando relacionadas às lesões no esporte e o treinamento esportivo. As respostas referentes às duas últimas afirmações do questionário, relacionadas à coesão grupal, não apresentaram uma alta atribuição de importância para os atletas. Acreditamos que isto se deve ao fato da modalidade investigada ser de cunho individual. Como considerações finais, entende-se que coesão, motivação, confiança, e desempenho são fatores psicológicos que estão relativamente relacionados com a prática esportiva competitiva, e tais fatores se entrelaçam especialmente quando pensamos na recuperação e reabilitação de atletas lesionados, pelo próprio estado emocional da situação. Portanto, é de fundamental importância que se desenvolva em equipes esportivas métodos de preparação psicológica, dando-se suporte aos técnicos e atletas, para que os mesmos alcancem resultados positivos em suas práticas, fato visto nesta pesquisa, dada a importância que os atletas atribuem à Psicologia do Esporte na reabilitação de atletas lesionados. Palavras-chave: Psicologia do Esporte, reabilitação, canoagem e performance.

Chaves, W.M. - Fair play, gênero e Educação Física escolar

Instituição: FAMATH-Faculdades Integradas Maria Thereza; Prefeitura Municipal

O objetivo do presente estudo é identificar a existência do espírito esportivo (fair play) em alunos do sexo masculino e feminino e fazer a comparação entre ambos os sexos. O problema está centrado na existência ou não de diferenças significativas quanto ao fair play no que tange à questão de gênero. Na sua tradução, fair play quer dizer jogo limpo, honesto, legal, que reflete uma atitude geral com relação ao esporte, e na própria vida, envolvendo respeito pelos outros, modéstia na vitória, serenidade na derrota, generosidade e tem um papel de referência conceitual de ética esportiva. O esporte contemporâneo, voltado para o rendimento técnico e profissional, por vezes, afasta-se deste espírito esportivo em busca de resultados positivos em competições que refletem em ganhos materiais e financeiros, transmitindo contravalores aos jovens em formação. O espírito esportivo deve conduzir à disciplina, ao respeito ao adversário, à solidariedade, à tolerância, à liberdade e à democracia. A importância de se desenvolver o fair play através das aulas de Educação Física escolar perpassa pela contribuição na transmissão de valores que os alunos poderão agregar à sua formação. O fair play não deve limitar-se apenas ao esporte, mas tornar-se um ponto de reflexão para a construção de consciências críticas e de uma atitude geral frente à realidade e ao contexto, visando uma sociedade mais justa, fraterna e igualitária. O termo gênero está relacionado às construções sociais e culturais historicamente produzidas pela humanidade, envolvendo as diferenças entre homens e mulheres. Este trabalho não pretende acirrar estas diferenças, mas detectar se são significativas no que tange ao fair play, visando uma intervenção pedagógica. A proposta é que se intensifique a propagação do espírito esportivo, independente do sexo, porém atendendo às particularidades e necessidades específicas. Na pesquisa foi aplicado um questionário, estruturado na escala de Lickert, para uma amostra de duzentos e dois alunos (masc = 81 e fem = 121) de 5ª a 8ª séries do ensino fundamental da E.M. Cecília Augusta – Itaboraí / Niterói-RJ. O questionário é composto de doze questões, sendo seis voltadas para a existência do espírito esportivo e as outras seis voltadas para a não existência do mesmo. Os resultados apontaram para a existência do fair play em ambos os sexos, sendo que as meninas apresentaram um índice de 24,74 e os meninos apresentaram um índice de 24,13, numa escala que varia de seis a trinta pontos. Nas questões referentes à não existência do fair play, as respostas dos meninos atingiram um índice de 14,39 e das meninas de 12,20 na mesma escala de pontos. Concluindo podemos afirmar que, segundo as respostas obtidas, existe fair play para ambos os sexos e na apuração geral houve uma pequena diferença (2,8) favorável para as meninas. Nos itens específicos relativos às questões sobre: agressividade; respeito aos colegas e adversários, à arbitragem, aos torcedores e às regras; aceitação da vitória / derrota; e a utilização de doping e “gatos” nos jogos, não ocorreram diferenças significativas entre os sexos. Devemos ressaltar a importância do alto índice de fair play apurado para ambos os sexos, pois são muitas as variáveis intervenientes, como a participação da família, da comunidade, de técnicos esportivos, da forte influência da mídia e de uma sociedade que prega o individualismo, práticas discriminatórias e seletivas, a competitividade exacerbada baseada nos lemas “levar vantagem em tudo” e “vencer ou vencer”, dentre outras. Faz-se necessário investir cada vez mais na transmissão e no exercício do fair play em nossas aulas, visando uma formação consubstanciada em valores éticos, morais e estéticos e voltada para a cidadania plena dos alunos.

Chaves, W.M. - Jogos cooperativos e habilidades sociais nas aulas de Educação Física Escolar

Instituição: FAMATH-Faculdades Integradas Maria Thereza; Prefeitura Municipal

O objetivo desta pesquisa é estudar as alterações comportamentais dos alunos, em função da utilização dos jogos cooperativos como estratégia de ação para o desenvolvimento das habilidades sociais nas aulas de Educação Física escolar. O problema está centrado na seguinte questão: com a utilização dos jogos cooperativos podemos conseguir alterações comportamentais nos alunos, capazes de interferir positivamente nos índices da meta tarefa e da meta ego da turma? Os jogos cooperativos são dinâmicas de grupo, que visam despertar a consciência da cooperação, como uma alternativa possível e saudável no campo das relações sociais. Estes jogos apresentam as seguintes características: os participantes jogam uns com os outros, em vez de uns contra os outros; joga-se para compartilhar, superar desafios e unir pessoas; reforçam a confiança mútua, o aperfeiçoamento pessoal e coletivo; desenvolvem a intercomunicação e facilitam o despertar de potencialidades individuais em prol do grupo. A amostra desta pesquisa é composta de setenta e três alunos da 5ª série do ensino fundamental da E.M. Cecília Augusta – Itaboraí-RJ, que nas séries anteriores não tiveram aulas de Educação Física escolar. O instrumento utilizado foi o “Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire”, estruturado na escala de Lickert com variação de sete a trinta e cinco pontos, e a fundamentação baseada na “Teoria Social Cognitiva da Abordagem por Metas”, que está voltada para os estudos da personalidade e da motivação humana, e destaca a existência de duas metas denominadas de tarefa e ego. A meta tarefa apresenta as seguintes características: sucesso associado ao desempenho próprio e ao prazer em participar; compreensão e cooperação com os colegas; atitudes éticas e lícitas; esforço, persistência, auto-referência e escolha de atividades desafiadoras; o acerto e o erro fazem parte do processo de aprendizagem; permite a comunicação dialógica, a inclusão e a união. Na meta ego, o sucesso está associado à superior competência e à derrota dos outros; rendimento comparado aos concorrentes, maior competitividade e individualismo; necessidade de status social; utilização de meios ilícitos para vencer; menor persistência e maior nível de ansiedade frente

às dificuldades; justificativas externas e grande frustração frente aos desempenhos negativos. O questionário foi aplicado (T1) no primeiro dia de aula e reaplicado (T2) após dois meses em duas turmas (505-506) mistas e com alunos na faixa etária de 11 a 13 anos. A turma 506 teve suas atividades de aula centradas nos jogos cooperativos, por entendermos que estes aproximam-se da meta tarefa, que apresenta-se como uma perspectiva pedagógica mais desejável no contexto escolar. A turma 505 teve atividades diversificadas, também voltadas para a meta tarefa, porém os jogos cooperativos não foram utilizados em momento algum. Na apuração dos resultados a turma 505 apresentou os seguintes índices: meta tarefa (T1=25,33 e T2=31,91) e meta ego (T1=20,72 e T2=19,09). A turma 506 obteve na meta tarefa (T1=24,30 e T2=32,75) e na meta ego (T1=18,32 e T2=15,36). Os resultados foram positivos, pois as duas turmas aumentaram o índice tarefa e reduziram o índice ego. A turma 505 aumentou o índice tarefa em 6,58 e diminuiu o índice ego em 1,63 pontos e a turma 506 aumentou o índice tarefa em 8,45 e reduziu o índice ego em 2,96. A turma 506, que utilizamos os jogos cooperativos, obteve uma mudança mais significativa, pois inicialmente seu índice tarefa era menor do que a outra turma e depois ficou maior e o índice ego, após a apuração do T2, ficou menor apresentando uma diferença de 4,73 pontos em relação à turma 505. Finalizando, os jogos cooperativos podem servir como uma das estratégias didático-pedagógicas, visando a suplantação de práticas discriminatórias e voltadas para valores de justiça, igualdade, solidariedade e o desenvolvimento das habilidades sociais entre os alunos.

Chiquito, J. R.; Prodócimo, E. - Jogos cooperativos e as relações afetivas

Instituição: Unicamp - Faculdade de Educação Física

A partir de um trabalho realizado em uma instituição não-formal na cidade de Campinas/SP, constatou-se a presença marcante de comportamentos agressivos entre as crianças frequentadoras da instituição e a pouca importância dada às relações afetivas entre elas. Sendo assim, sentiu-se a necessidade de discutir e experimentar uma maneira de intervir, nas aulas de Educação Física, de forma que as relações sociais e afetivas entre as crianças fossem resgatadas e as identidades em construção aceitas pelo grupo – dentro desta mesma sociedade com ideais e valores competitivos e individualistas acentuados a cada instante – de forma a fugir do padrão tradicional de “imobilizar” os alunos em sala de aula. Com a promoção de relações sociais que pressupõem interação para que o bem comum seja alcançado, passa a surgir certa preocupação com o outro – algo incipiente na sociedade em que vivemos. Optou-se por utilizar o jogo, como fenômeno introdutório ao grupo social, para resgatar valores perdidos e esquecidos pela sociedade. Os jogos cooperativos foram utilizados na realização deste trabalho por se tratar de exercícios de convivência: aprender a ver e considerar outras pessoas ao nosso redor e a respeitá-las, jogando juntos para o bem comum – buscando desenvolver habilidades de relacionamento, ressignificando-as, dando espaço para o surgimento de uma esquecida expressão da afetividade a partir do movimento: o amor ao próximo. Dentro de uma perspectiva fenomenológica, pôde-se buscar a fundo entender a agressividade e suas relações com o entorno – e em especial nas relações entre as crianças da instituição - sem interferência de pré-julgamentos dos olhares dos observadores. Foram realizados relatórios simultâneos às aulas, a chamada descrição ingênua do fenômeno. A partir deles, fez-se a redução em busca de unidades de significado – categorias – para posterior análise ideográfica e composição do quadro nomotético. O grupo era composto por cerca de 20 crianças entre 8 e 12 anos, de ambos os gêneros, e foi observado durante as aulas de educação física, na qual realizou-se os jogos cooperativos. Embora se acredite que este trabalho seja de fundamental importância para se “plantar uma semente da cooperação no coração de cada aluno”, é necessário que haja um trabalho multidisciplinar – em outras áreas da Educação, não apenas nas disciplinas escolares, mas na família e outros âmbitos da sociedade. Por se tratar de uma instituição não-formal, a rotatividade das crianças era alta, não sendo possível acompanhar passo a passo como as relações se desenvolviam. Para que a influência deste tipo de educação seja maior, é preciso que seja feito um trabalho em longo prazo, pois se trata da formação da consciência do ser humano no mundo, até mesmo porque é difícil transformar uma ideologia regente dos valores da sociedade atual, e há resistência perante aquilo que é diferente e quer transformar a realidade.

Coelho, F; Sebastião, E; Borges, L; Mendonça, L; Costa, G; Gobbi, S. - Benefícios do treinamento de força máxima e potência muscular na aptidão física e capacidade funcional em idosas destreinadas do projeto afriad

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Introdução: Uma das alterações estruturais e funcionais importantes em resposta ao processo de envelhecimento é o comprometimento do sistema neuromuscular que afeta diretamente o sistema motor. O declínio da massa e força e potência muscular principalmente de membros inferiores leva o idoso à incapacidade funcional e dificuldade na realização das atividades de vida diária. Objetivo: Verificar a influência de dois treinamentos, força e potência muscular na aptidão física

e capacidade funcional em idosas. Materiais e Métodos: Participaram desta pesquisa 15 idosas com idade entre 58 a 70 anos, 08 voluntárias treinaram força muscular (Grupo 01), e 07 treinaram potência muscular (Grupo 02); Foram aplicados os testes de força de Membro Inferior (teste de levantar e sentar em 30 s, e teste de 1 RM) Mobilidade Geral (velocidade normal de andar, velocidade máxima de andar e velocidade de levantar da cadeira) e teste de atividade de vida diária (subir escadas) protocolado por Matsudo(2000), ambos foram aplicados antes e após o treinamento, o qual teve duração de 10 semanas e frequência semanal de 2 vezes por semana. Para a comparação entre os pré testes e os pós testes de cada grupo foi utilizado o Teste T de Student para amostras dependentes, com nível de significância ($p < 0,05$). Resultados: as médias e desvios padrões das avaliações pré e pós treinamento foram respectivamente para pré e pós testes do G1 e G2: Testes-Levantar e sentar em 30s: G1($8,50 \pm 1,85$; $12,8 \pm 2,47$ repetições) e G2 ($7,83 \pm 1,87$; $12,6 \pm 1,63$ repetições);teste de 1 RM: G1($137,5 \pm 47,43$; $198,7 \pm 57,67$ kg) e G2($136,3 \pm 16,32$; $180,0 \pm 28,98$ kg); velocidade normal de andar : G1 ($3,78 \pm 0,81$; $2,69 \pm 0,57$ segundos) e G2 ($3,53 \pm 0,41$; $2,74 \pm 0,35$ segundos); velocidade máxima de andar : G1($2,86 \pm 0,45$; $1,98 \pm 0,30$ segundos) e G2 ($2,77 \pm 0,40$; $2,30 \pm 0,44$ segundos); velocidade de levantar da cadeira: G1 ($2,73 \pm 0,47$; $1,74 \pm 0,37$ segundos) e G2 ($2,82 \pm 0,30$; $1,62 \pm 0,29$ segundos) e subir escadas: G1 ($8,44 \pm 1,82$; $6,26 \pm 1,61$ segundos) e G2 ($7,80 \pm 1,05$; $5,55 \pm 0,99$). Ambos os grupos obtiveram resultados estatisticamente significativos em todas as variáveis analisadas ($p < 0,05$). Entretanto a análise estatística permitiu verificar ainda que o grupo de idosas que treinaram força máxima apresentou um desempenho melhor no teste de 1 RM e velocidade máxima de andar, quando comparadas com o grupo 02. E o grupo de potência muscular apresentou melhor resultado no teste de subir escadas quando comparada ao grupo 01. Conclusão: Diante dos resultados da pesquisa, sugere-se a prática do treinamento de força e potência muscular na melhora dos componentes da aptidão física e capacidade funcional de idosas. A adesão em um programa de treinamento corretamente prescrito e orientado possibilitará a população idosa independência e autonomia para realização das atividades de vida diária, contribuindo positivamente na qualidade de vida dos mesmos .

Apoio Trabalho: AFRID e NIAFS

Contarteze, R. V.; Manchado, F.; Gobatto, C. A.; Mello, M. A. - Adrenal Glands Activity As Stress Biomarkers During Acute Treadmill Running Exercise At Different Intensities Performed For Rats

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

INTRODUCTION: Higher levels of stress during acute/chronic exercise may impair homeostasis and welfare of the animal. The adrenal gland is an essential stress-responsive organ involved in the hypothalamic-pituitary-adrenal axis. PURPOSE: Analyse activity of the adrenal gland during acute treadmill exercise at different intensities performed by rats. METHODS: Adult rats were submitted to three 25 min running tests at velocities of 15; 20 and 25 m/min, for maximum lactate steady state (MLSS) determination. After individual MLSS determination, the animals were divided into the two groups: MLSS-sacrificed after a 25 min. session of exercise at the MLSS intensity and SM-sacrificed after exhaustive exercise at intensity 25% above MLSS. For comparison, a control group (C) was sacrificed at rest. Concentrations of the corticosterone (serum) and cholesterol and ascorbic acid (adrenal gland) were used as adrenal gland activity biomarkers. RESULTS: Serum corticosterone concentrations were higher ($P < 0,05$) in MLSS and SM groups when compared control group. No differences in adrenal ascorbic acid and cholesterol levels were observed when the three groups were compared ($P < 0,05$). CONCLUSION: Serum corticosterone concentrations showed to be sensitive to acute treadmill exercise in both intensities (MLSS and SM). However, ascorbic acid and cholesterol concentrations in adrenal were stress biomarkers not adequate.

Apoio Trabalho: capes, cnpq e fapesp

Cordão, D.C.C. - Comparação dos efeitos da musculação sobre o índice de massa corporal dos praticantes

Instituição: Unesp-Depto de Educação Física

Atualmente, verificamos o aumento de pessoas com obesidade e a procura desse grupo pela prática sistematizada de exercícios físicos dentro das academias, em especial a musculação. O objetivo deste estudo foi verificar a porcentagem de pessoas obesas e com sobrepeso dentro de uma academia de Bauru-SP, matriculados na modalidade musculação, e compara-las após um semestre de prática de exercícios físicos. Participaram do presente estudo 100 indivíduos (68 homens e 32 mulheres) matriculados em uma academia de Bauru-SP, no I semestre de 2006, do período noturno. Foram coletados dados de idade, peso e altura, antes e após o treinamento; sendo calculado: média, desvio padrão, o Índice de Massa

Corporal; e foram aplicados o Test t e correlação entre os escores de homens e mulheres. Pudemos observar que apenas 25% dos alunos mantiveram-se inscritos na modalidade, após seis meses de prática. Os resultados obtidos foram de que apenas 26,47% dos alunos que apresentavam sobrepeso e 30% que apresentaram obesidade continuaram na academia. A média de idade ($27 \pm 6,18$) os praticantes de musculação são adultos jovens. Em relação ao peso corporal verificamos que, não ocorreu diferença significativa entre as coletas, porém observamos alguns inscritos perderam em média de 2,5kg; já outro grupo de pessoas aumentou em média de 1,94kg. Portanto, o IMC aumentou para 56% dos alunos reavaliados; manteve-se para 8% e reduziu para 36% dos praticantes. Porém, todas as pessoas que estavam com sobrepeso e obesidade ainda se mantiveram nesta classificação. Obtivemos correlação positiva somente entre o variável peso e IMC. Ao correlacionarmos peso com o IMC, verificamos uma tendência de aumento nesta variável com o passar dos anos ($r=0,53$), o mesmo não ocorreu com a idade. Podemos concluir que, ocorreu um percentual elevado de pessoas que deixaram a prática da atividade. Além disso, as modificações ocorreram de forma individualizada com a musculação, onde alguns perderam peso e outros ganharam. Porém, o ganho de peso pode estar relacionado a aumento de massa magra e diminuição da gordura corporal. Assim, é indicado a realização de novos estudos visando o cálculo do percentual de gordura e analisando a organização do programa de musculação com o objetivo de combate a obesidade. Ressaltamos que a necessidade de estimularmos a continuidade da prática para que os objetivos de redução do quadro de sobrepeso e obesidade sejam atingidos.

Apoio Trabalho: Daniella Camilla Cordão

Correia, R.A.; Pereira, G.; Kokubun, E. - Relação entre percepção subjetiva de esforço e saltos verticais realizados até a exaustão

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A relação entre percepção subjetiva de esforço e tempo até a exaustão parece ser linear em alguns tipos de exercício, como cicloergômetro e corrida na água. Entretanto, ainda não foi verificado se essa relação se aplica para saltos verticais realizados de forma intermitente. Portanto, o presente estudo objetivou verificar se é linear o aumento da percepção subjetiva de esforço em saltos verticais intermitentes, realizados em diferentes intensidades e até a exaustão. Para isso, oito indivíduos do sexo masculino (média \pm DP; 19 ± 2 anos; $1,81 \pm 0,05$ m; $75,6 \pm 7,35$ kg) participaram de quatro sessões experimentais. A primeira sessão foi de familiarização com os procedimentos inerentes as sessões subseqüentes. Nas outras três sessões, os participantes saltaram até a exaustão com diferentes intervalos entre cada salto vertical. Foi utilizada a escala de Borg de 15 pontos, sendo pedido aos participantes reportarem a sua percepção do esforço a cada cinco saltos. O modelo de salto vertical foi o countermovement jump (CMJ), semelhante ao movimento de bloqueio no voleibol, e altura do salto foi pré-fixada em 95% da altura máxima. A exaustão foi caracterizada pela incapacidade em tocar com as duas mãos no elástico por três vezes consecutivas. Ao final de cada sessão foram anotados o número de CMJs e a duração do exercício. Ao relacionar a percepção subjetiva de esforço com a duração do exercício, foi determinada a taxa de aumento da percepção subjetiva de esforço (TAPSE) para cada intensidade. Foi realizada ANOVA one-way para medidas repetidas, seguida por post-hoc de Scheffé, das seguintes variáveis: TAPSE, duração do exercício e número de CMJs em três intensidade diferentes (leve, moderado e pesado). Houve elevado coeficiente de determinação entre a percepção subjetiva de esforço e a duração do exercício (leve = $0,86 \pm 0,1$; moderado = $0,92 \pm 0,07$; pesado = $0,96 \pm 0,03$). A duração do exercício em todas as intensidades (leve = 626 ± 159 s; moderado = 429 ± 72 s; pesado = 192 ± 27 s) foram significativamente diferentes. Na intensidade pesada ($0,06 \pm 0,02$;) a TAPSE foi significativamente maior que as intensidades leve ($0,02 \pm 0,01$) e moderada ($0,03 \pm 0,01$), ocorrendo o mesmo para o número de CMJs (leve = 118 ± 40 CMJs; moderado = 91 ± 15 CMJs; pesado = 51 ± 10 CMJs). Portanto, com estes resultados concluiu-se que há relação entre percepção subjetiva de esforço e duração do exercício em CMJs realizados de forma intermitente até a exaustão. Além disso, essa relação se manteve elevada em todas as intensidades dos CMJs.

Apoio Trabalho: Laboratório de Exercício, Esporte e Saúde; Laboratório para Estudos do Movimento

Curcio, A. V.; Prado Junior, M. V. - Atividades nas férias em hotéis: um espaço desenvolvimental?

Instituição: Unesp - FC - Depto. de Ed. Física – Lapef – Campus de Bauru

É notável que a ação do brincar esteja presente na vida de toda criança. Assim, há a necessidade da inclusão de jogos e brincadeiras nos diferentes ambientes vivenciados por ela. O presente estudo teve como objetivo analisar a estruturação de brincadeiras em um hotel, durante as férias, e como ocorreu a aceitação e participação de crianças de 3 a 6 anos às

atividades planejadas. Foram analisadas 16 crianças, entre meninos e meninas. A coleta de dados foi através da observação direta e filmagem das crianças realizando as atividades durante 20 horas de observação em diferentes dias, ministradas por quatro recreacionistas. A análise ocorreu de forma descritiva e qualitativa dos eventos observados. Resultados: a) Quanto ao espaço físico – as atividades foram desenvolvidas predominantemente em dois ambientes: espaço aberto, que consistia em uma grande área verde com um playground; e espaço interno, que consistia em um foyer do centro de convenções do hotel, com algumas salas de apoio. A influência dos ambientes no comportamento das crianças ficou evidente, já que no espaço aberto ações motoras predominavam até além do planejado pelas monitoras, bem como era notório o envolvimento em atividades corporais com persistência temporal e motivação. Já no espaço fechado, embora ocorresse o envolvimento momentâneo em atividades cognitivas (pintura, histórias contadas e cantadas) a maioria das crianças se dispersou com maior frequência, exigindo das monitoras uma adaptação da atividade e/ou do tempo de prática, inclusive com mudança do local. b) Quanto às atividades planejadas – no espaço aberto, predominantemente envolviam as habilidades como: andar, correr, saltar, trepar, rolar; exigindo integração e cooperação nas atividades organizadas, normalmente com uma meta a ser alcançada. As crianças mais novas, como esperado na literatura, tiveram dificuldades no entendimento das atividades necessitando de maior tempo para começar a prática, o que de certa forma gerou desinteresse. Porém, nas atividades em ambientes internos foi onde observamos maior dificuldade de participação das crianças. Provavelmente por que exigem maior concentração, como habilidades manuais (pintar, recortar, colar). Verificou-se que as meninas têm maior envolvimento as atividades cognitivas; já os meninos dispersam-se com mais facilidade, pois preferem atividades motoras. As atividades que tiveram maior aceitação e participação foram os jogos de caças com personagens, em ambientes externos. As crianças se admiram ao descobrirem seu próprio potencial em, por exemplo, encontrar pistas que os levarão ao objetivo final do jogo. Atividades com arcos, corda, bolas, argila, massinha e no playground foram executadas e finalizadas como planejado, com motivação e persistência temporal na participação das crianças. Durante a análise do ambiente, atividades e do comportamento das crianças um fator chamou a atenção: a influência de agentes externos ao ambiente. Principalmente, a presença dos pais, que inibiam algumas crianças e chegavam até mesmo interferir em algumas atividades. Se por um lado tal aspecto poderia ser visto como positivo, integração pai e filho, em muitos momentos intimidavam os monitores e interferiram no comportamento dos filhos chegando a criança desistir da participação na atividade. Podemos concluir que, o espaço do hotel é mais um ambiente que necessita ser planejado, estruturado e atrativo para que a criança vivencie-o de forma significativa. Para tanto, os profissionais que atuam nestes espaços necessitam conhecer quem é a criança, suas características cognitivas, afetivas e motoras, visando adequar atividades ao desenvolvimento da criança.

De Agostini, G. - Efeito do delta de incremento de cargas na concentração de lactato e na carga da exaustão no final do teste incremental

Instituição: Universidade Federal de Uberlândia

A carga da exaustão em testes incrementais é fortemente influenciada pela duração do estágio do exercício, mas geralmente a concentração de lactato na intensidade máxima é semelhante. Desta forma, este trabalho teve por objetivo verificar a carga de instalação da exaustão e a concentração de lactato nesta carga. Para tal, 17 homens ativos, saudáveis foram divididos em dois grupos: grupo 1 (n=10) e grupo 2 (n=7). Todos os voluntários foram submetidos a testes de carga máxima (1RM) no aparelho Leg press 45. Os voluntários do grupo 01 foram submetidos ao teste com incremento de cargas de 10 em 10% da 1RM até a exaustão com intervalo de 2 minutos entre cada carga, enquanto que os do grupo 2 realizaram o teste incremental com acréscimo de carga de 5 em 5% da 1RM com 1 minuto de intervalo entre cada estágio. Foram retirados de 25uL de sangue do lóbulo da orelha e misturados a 50uL de fluoreto de sódio e imediatamente analisado no lactímetro modelo YSI 1500 Sport (Yellow Springs Inc.- USA). A carga de exaustão foi determinada com sendo o último estágio completo mais a fração correspondente do estágio incompleto quando ocorrido. Os resultados para a intensidade da carga de instalação da exaustão foram de $66,0 \pm 6,16\%$ da 1RM para o grupo 1 e de $51,58 \pm 9,22\%$ da 1RM para o grupo 2. Estes valores foram significativamente diferentes para $p < 0,05$. Já a concentração de lactato na carga de instalação da exaustão foi de $8,85 \pm 2,18$ mM para o grupo 1 e de $8,85 \pm 3,02$ mM para o grupo 2, Não havendo diferença significativa entre esses valores. Destes resultados pode-se concluir que a alteração do padrão de aplicação de cargas altera a carga de instalação da exaustão sem interferir na concentração máxima de lactato.

Delbin, M.A.; de Moraes, C.; Camargo, E.; de Nucci, G.; Antunes, E.; Zanescio, A. - Efeitos do treinamento físico na reatividade vascular de ratos submetidos à isquemia/reperfusão pulmonar

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A isquemia induz invariavelmente a disfunção tecidual, e dependendo do grau de isquemia pode gerar a morte de tecidos. Evidências mostram que a lesão dos tecidos não está limitada somente à isquemia, mas que durante ou após a reperfusão, o comprometimento tecidual é de grande relevância clínica e apresenta sérias complicações funcionais. Sabe-se que o exercício físico promove efeitos benéficos tanto na prevenção quanto no tratamento das doenças cardiovasculares. No entanto, o papel do exercício nas doenças pulmonares ainda é controverso, além disso, os efeitos crônicos do treinamento físico sobre as complicações pulmonares, após o processo de isquemia/reperfusão não são conhecidos. O objetivo deste trabalho foi o de avaliar os efeitos do treinamento físico na resposta vascular de artéria pulmonar e mesentérica de ratos submetidos à isquemia/reperfusão (IR) pulmonar. Ratos wistar machos foram utilizados nesse estudo e divididos em cinco grupos: controle sedentário (C/SD); controle treinado (C/TR); falso operado sedentário (SHAM/SD); isquemia/reperfusão sedentário (IR/SD) e isquemia/reperfusão treinado (IR/TR). O programa de treinamento físico envolveu corrida em esteira com sessões de 60 minutos por dia, 5 vezes por semana durante 8 semanas com velocidade de 1,2 km/h, 0% de inclinação. O processo de isquemia/reperfusão pulmonar foi realizado através de oclusão total da artéria pulmonar, veia pulmonar e brônquio esquerdo por 90 minutos e reperfusão de 120 minutos. Após esse período, as artérias pulmonar e mesentérica foram isoladas e curvas concentração-efeito à acetilcolina (ACh), histamina (HIST), nitroprussiato de sódio (SNP) fenilefrina (PHE) e ao análogo do tromboxano A2 (U46619) foram obtidas. Valores de nitrito e nitrato plasmático foram também avaliados. Verificou-se aumento nos valores de nitrito e nitrato plasmático dos grupos submetidos a isquemia/reperfusão pulmonar (IR/SD: $71,9 \pm 8$ e IR/TR: $64,1 \pm 8$ μM) quando comparados aos demais grupos (C/SD: $30,8 \pm 2,2$, SHAM/SD: $37,3 \pm 3,4$ e C/TR: $30,3 \pm 2,5$ μM). Em anéis de artéria pulmonar, nenhuma alteração foi constatada nos valores de potência (-log EC50) e resposta máxima aos agonistas ACh e HIST para todos os grupos. A potência ao SNP foi aumentada nos grupos treinados (C/TR: $8,27 \pm 0,09$ e IR/TR: $8,26 \pm 0,08$) quando comparados aos demais grupos sedentários (C/SD: $8,08 \pm 0,04$, SHAM/SD: $8,08 \pm 0,06$ e IR/SD: $7,89 \pm 0,03$) aproximadamente 2,4 vezes, $p < 0,05$, sem alterações na resposta máxima. Verificou-se redução na potência à PHE nos grupos submetidos à isquemia/reperfusão (IR/SD: $6,77 \pm 0,05$ e IR/TR: $6,63 \pm 0,04$) quando comparados aos demais grupos (C/SD: $7,34 \pm 0,05$, C/TR: $7,25 \pm 0,06$ e SHAM/SD: $7,28 \pm 0,11$) aproximadamente 3,0 vezes e 4,0 vezes respectivamente, $p < 0,05$, sem alterações na resposta máxima. Não foram verificadas alterações na resposta ao U46619. Em anéis de artéria mesentérica, houve diminuição na potência à ACh no grupo IR/SD ($7,04 \pm 0,04$) quando comparado aos grupos C/TR: ($7,33 \pm 0,07$) e IR/TR ($7,25 \pm 0,04$), aproximadamente 2,0 vezes, $p < 0,05$, sem alterações nos valores de resposta máxima. Nenhuma alteração foi verificada na resposta à HIST e ao SNP. Em relação à resposta contrátil à PHE, diminuição nos valores de potência do grupo IR/SD ($6,84 \pm 0,05$) foi verificada quando comparado aos demais grupos experimentais (C/SD: $7,18 \pm 0,05$, C/TR: $7,18 \pm 0,04$, SHAM/SD: $7,03 \pm 0,04$ e IR/TR: $7,13 \pm 0,06$) aproximadamente 2,2 vezes, $p < 0,05$, sem diferença nos valores resposta máxima. Não foram verificadas alterações na resposta ao U46619. Nossos achados mostram que o treinamento físico prévio ao processo de isquemia/reperfusão promove efeitos benéficos na resposta de relaxamento dependente de endotélio e na contrátil de artéria mesentérica, mantendo a homeostasia do sistema cardiovascular.

Apoio Trabalho: FAPESP-Fundação de Amparo a Pesquisa do Estado de São Paulo

Deminice, R.; Teixeira, M.; Santhiago, V.; Cláudio Alexandre, C. A. - Série de treinamento intervalado de alta intensidade como índice determinante da performance durante um ciclo de treinamento de natação

Instituição: Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto - USP

O treinamento intervalado de alta intensidade tem duas finalidades principais: aumento da velocidade de produção de lactato, o que permitirá os atletas a nadarem mais rapidamente, e melhora da capacidade de tamponamento, de forma que os nadadores possam manter suas velocidades durante a prova a despeito do acúmulo de ácido láctico, também conhecido como tolerância à acidose. Isso parece referir-se à capacidade anaeróbia. Esses parâmetros podem sofrer mudanças importantes durante os diferentes períodos específicos do treinamento, o que pode influenciar de forma decisiva na performance competitiva. O objetivo do presente estudo foi utilizar uma série de nados intervalados de alta intensidade como índice de determinação da tolerância à acidose e testar sua sensibilidade na predição da performance durante um ciclo de treinamento de natação. Dezoito nadadores se submeteram a 6 nados máximos de 100 m no estilo de especialidade com 8 minutos de intervalo entre eles. Amostras de sangue foram coletadas 7 minutos após cada nado para posterior análise de lactacidemia ([Lac]). Através da razão entre a [Lac] e os respectivos tempos de execução dos 6 nados, determinou-se o índice de tolerância à acidose (TA). A concentração de lactato de pico ([Lac]pico) foi determinada através do lactato sanguíneo do primeiro nado de 100 m em esforço máximo. A velocidade média do primeiro nado de 100 m em esforço máximo foi considerado como parâmetro de performance de treinamento (P100). Os testes foram realizados durante três períodos do ciclo de treinamento: janeiro 2004 (Jan); março 2004 (Mar) e Abril de 2004 (Abr). O índice técnico (IT) alcançado pelos atletas em três competições: Troféu Electro Bonini (EB, 27 março de 2004); Troféu Brasil

(TB, 5 de maio de 2004) e Campeonato Paulista (CP, 25 de maio de 2004) realizadas durante o ciclo em suas provas específicas, foi utilizado como parâmetro de performance competitiva. ANOVA “one way” e coeficiente de correlação Pearson ($p < 0,05$) foram utilizados para análise estatística. Os resultados apresentaram um aumento significativo da TA em Mar em relação a Jan ($p < 0,05$), diferente do encontrado para Abr (Jan = $0,16 \pm 0,04$; Mar = $0,21 \pm 0,05$ e Abr = $0,19 \pm 0,04$; mM/s). O mesmo comportamento foi encontrado com relação à [Lac]pico (Jan = $7,3 \pm 1,4$; Mar = $9,51 \pm 2,2$ e Abr = $10,8 \pm 2,6$; mM) e à P100 (Jan = $64,8 \pm 6,9$; Mar = $62,9 \pm 7,3$ e Abr = $62,2 \pm 7,1$; s/100 m). Ainda, correlações foram encontradas da variação de P100 com a variação de TA ($r = 0,71$) e de [Lac]pico ($r = 0,69$) entre Jan e Mar. Correlações entre a variação de TA e de [Lac]pico ($r = 0,89$) também foram encontradas para o mesmo período. Foram encontradas melhoras no IT durante a temporada, entretanto tais mudanças não foram estatisticamente significativas. Além disso, não foram encontradas associações entre nenhum parâmetro de aptidão anaeróbia e IT durante a temporada de treinamento. Podemos concluir que a TA parece ser sensível às mudanças específicas do ciclo e apresenta associação com a performance de treinamento. Entretanto, a associação de parâmetros de capacidade anaeróbia durante o ciclo de treinamento com a performance competitiva parece ser apenas modesta.

Apoio Trabalho: Capes

Denardi, CA; Pessôa Filho, DM - Modelamento do custo energético pela cinética da frequência cardíaca durante e após sessões agudas de treinamento resistido e em intensidade correspondente à frequência cardíaca deflexão em ciclo-ergô

Instituição: Depto. Educação Física, FC - UNES/Bauru

O excesso de peso corporal vem atingindo um número cada vez maior de pessoas e, dentre as diferentes propostas para reverter essa situação, a atividade física pode ser considerada efetiva, devido aos seus efeitos termogênicos, durante e após o exercício, que proporcionam grande dispêndio calórico. No entanto, o cálculo da demanda energética envolve protocolos com elementos matemáticos conflitantes e aparelho de elevado custo. O objetivo foi modelar, através da cinética da frequência cardíaca, o consumo de oxigênio e a demanda calórica, a fim de estabelecer comparações entre as estimulações metabólicas proporcionadas por cada tipo de atividade e suas possíveis influências sobre o controle ponderal. Foram investigados nove sujeitos do sexo feminino ($22,2 \pm 1,1$ anos; $58,4 \pm 6,0$ Kg), envolvidos em atividades esportivas em nível universitário, que submeteram-se, de forma isolada, a exercícios com características anaeróbias e aeróbias, respectivamente, por meio de dois protocolos de treinamento: (a) resistido (TR, realizado em circuito, contendo três exercícios para membro inferior, e cinco distribuídos para membro superior, cintura escapular e tronco, sendo executadas 12-15 repetições a 60%1RM para cada exercício. Os circuitos apresentavam quatro passagem intervaladas por pausa de 3-min., totalizando 40-min. de atividade; e (b) em ciclo-ergômetro em intensidade respectiva à frequência cardíaca deflexão (FCdCErg), sendo realizados em quatro esforços de 10-min., intercalados por 3-min. de pausa, totalizando 40-min. de atividade. A FC foi monitorada durante e após ambas atividades. A relação entre FC e carga, durante e após as atividades, foi ajustada por uma função exponencial única, tendo a relação entre carga e VO₂ estimada conforme sugestão da ACSM (1991). A área sob a curva forneceu o montante de O₂ consumido durante e após as atividades, e os fatores de Atwater para o carboidrato e a gordura permitiram a estimativa da demanda calórica durante e após as atividades. Os resultados revelam valores totais de $99,4 \pm 38,1$ LO₂ em TR e $95,5 \pm 54,9$ LO₂ em FCdCErg, demandados durante e após as sessões. Essa mesma análise mostrou um custo calórico total de $478,9 \pm 183,1$ Kcal em TR e $459,6 \pm 262,3$ Kcal em FCdCErg. Não foram encontradas diferenças significativas da demanda de oxigênio ($p = 0,925$) e da demanda calórica ($p = 0,921$) entre as sessões agudas de exercício resistido e em ciclo-ergômetro. Também não foram encontradas diferenças entre a quantidade de O₂ consumido durante (TR = $39,55 \pm 14,69$ LO₂; FCdCErg = $36,51 \pm 13,63$ LO₂; $p = 0,665$) e após (TR = $59,81 \pm 25,97$ LO₂; FCdCErg = $58,94 \pm 41,66$ LO₂; $p = 0,958$) as atividades. Assim, não foi possível distinguir, entre as atividades propostas, a mais eficaz com relação à demanda energética. Isso sugere que ambas as atividades impõem estímulos semelhantes sobre o metabolismo, tanto durante como após as atividades, desde que sejam conduzidas com volume temporal semelhante e parâmetros de intensidade adequados à proposta de cada atividade.

Apoio Trabalho: Fundunesp

Fernandes da Silva, J.; Pazim, J.; Roberto Duarte, C.; Antonacci Guglielmo, L.G.; Souza, K. - Domínios fisiológicos de corredores de endurance durante o desafio praias e trilhas

Instituição: Universidade Federal de Santa Catarina

JULIANO Fernandes da Silva*, JÓRIS Pazim*, CARLOS ROBERTO Duarte, LUIZ GUILHERME Antonacci Guglielmo*, KRISTHOPER Souza* * Universidade Federal de Santa Catarina, CDS / DEF/ LAEF, Florianópolis (SC) ** Universidade do Estado de Santa Catarina, CEFID / LAPEM, Florianópolis (SC) email: julyofs@yahoo.com.br Introdução: O Desafio Praias e Trilhas trata-se de uma prova de corrida de 82km, disputada, durante dois dias, em diferentes terrenos com índices de dificuldade bastante diferenciados (montanhas, florestas, campos, costões e praias). Esta prova é a única do gênero no Brasil chamando a atenção para a necessidade de estudos capazes de identificar a exigência fisiológica sofrida pelos atletas, com o intuito de aprimorar a prescrição do treinamento. Objetivo: Este estudo teve como objetivo Identificar o tempo de permanência em cada domínio fisiológico durante a prova por meio da Frequência Cardíaca (FC), a partir de índices fisiológicos determinados em teste incremental na esteira. Metodologia: Participaram do estudo sete atletas, sendo quatro homens $4,1\% \pm 6,7\text{cm}$ e $14,1 \pm 3,9 \text{ kg}$, $178,9 \pm 8,9$ anos, $78,3 \pm (35,3 \pm 1,5\text{cm} \pm 1,6\text{kg}, 156,0 \pm 2,5$ anos, $51,0 \pm \text{Gordura}$) e três mulheres ($35,0 \pm 0,6\%$ de Gordura). Para a determinação do VO_2max e do Pico de $\pm 13,2$ Velocidade (PV) foi realizado um teste progressivo em esteira rolante, cuja velocidade inicial foi de 6km/h com incrementos de 1km/h a cada minuto e inclinação fixa de 1% até a exaustão voluntária. A FC foi monitorada a partir de um monitor polar (S610i) para determinação do ponto de deflexão da frequência cardíaca (PDFC), conforme método $\text{D}_{\text{máx}}$. O PDFC foi considerado como indicador do segundo limiar de transição fisiológica (LTF2). A FC correspondente à carga de 80% do PDFC foi utilizada para aproximação do primeiro limiar de transição fisiológica (LTF1). Foram estabelecidos três domínios de intensidade de esforço: abaixo do LTF1 (moderado), entre LTF1 e LTF2 (pesado) e acima de LTF2 (severo). Para o cálculo da porcentagem (%) do tempo total em cada domínio, os atletas foram monitorados durante o Desafio Praias e Trilhas em Florianópolis (SC), mensurando-se a FC a cada 5s. A prova constou de uma distância total de 82km, sendo dividida em duas etapas, a primeira apresentando uma distância de 37km e a segunda de 45km, sendo percorridos em diferentes terrenos. Foi empregada a estatística descritiva (média e DP). Resultados: Os valores de PV o VPDFC e a %VPDFC em relação a PV, obtidos no teste progressivo, foram para as mulheres: $17 \pm 1\text{km/h}$, $13 \pm 2\text{km/h}$ e $80 \pm 4\%$ e para os homens: $18 \pm 2\text{km/h}$, $14 \pm 3\text{km/h}$ e $77 \pm 8\%$, respectivamente. Além disso, os valores de PDFC, 80%PDFC e a $\text{FC}_{\text{máx}}$ foram para as mulheres ($167 \pm 19\text{bpm}$, $133 \pm 15\text{bpm}$ e $190 \pm 33\text{bpm}$) e para os homens ($166 \pm 7\text{bpm}$, $133 \pm 5\text{bpm}$ e $179 \pm 10\text{bpm}$). Com relação ao tempo de permanência em cada domínio na etapa 1 (37km), os corredores permaneceram no domínio moderado ($1,2 \pm 1,0\%$), na intensidade pesada ($62,3 \pm 29,0\%$) e com exigência severa ($36,5 \pm 29,0\%$). Na etapa 2 (45km), os indivíduos permaneceram no domínio moderado ($7,6 \pm 4,5\%$), na intensidade pesada ($80,4 \pm 25,5\%$) e com exigência severa ($12,0 \pm 28,5\%$). Com relação ao somatório das duas etapas, os corredores permaneceram na intensidade moderada ($4,4 \pm 2,4\%$), no domínio pesado ($71,3 \pm 25,9\%$) e com exigência severa ($24,3 \pm 27,7\%$). Conclusão: Observou-se que os atletas permaneceram, na maior parte da prova, na intensidade pesada, sugerindo que as sessões de treinamento devem enfatizar principalmente trabalhos para aprimoramento da capacidade aeróbia; contudo, devido às particularidades da prova, como o elevado número de subidas e descidas, que sugerem intensidades mais altas, é necessário que os atletas treinem em terrenos com estas características, aprimorando também a potência aeróbia. Além disso, sugere-se a ampliação desta base de dados nos próximos desafios para que se possa inferir no treinamento com maior eficiência.

Fernandes, C. F.; Rosa, M. R. - Ginástica laboral e qualidade de vida

Instituição: Faculdades Integradas Fafibe

A ginástica laboral atua como prevenção, podendo ser realizada antes, durante ou após a realização da atividade laborativa, consiste em exercícios elaborados de acordo com a análise biomecânica realizada da atividade desenvolvida pelo funcionário. Esta pesquisa tem como objetivo saber quais os benefícios que a ginástica laboral de aquecimento traz na diminuição das doenças ocupacionais de origem osteomusculares resultantes da atividade desenvolvida pelos cortadores de cana da Usina São Jose de Colina – SP. Os dados serão obtidos através de levantamento do ambulatório da empresa, comparando os números de casos de doenças ocupacionais da safra de 2004 com o mesmo período da safra de 2005, estará sendo realizado um exame cinesiologico através de filmagem. Os resultados obtidos foram analisados de forma qualitativa, mostrou que a ginástica laboral acompanhada por uma análise ergonômica é uma forma de diminuir os índices de doença osteomuscular apresentando influencia positiva sobre as três doenças investigadas.

Filgueiras, I.; Kishimoto, T. - Movimento e Educação Infantil: um projeto de formação em contexto

Instituição: Universidade Presbiteriana Mackenzie

O objetivo deste trabalho foi descrever, interpretar e compreender as concepções e práticas de um grupo de quatro educadoras da infância, sobre a inserção da expressão motora no projeto educativo, antes e após terem participado de um

projeto de formação em contexto e pesquisa-ação colaborativa; e de que forma tal processo incidiu sobre as oportunidades de aprendizagem de quatro crianças de dois anos e quatro crianças de três anos, que freqüentavam os agrupamentos em que as professoras atuavam em duplas, no período da tarde. A pesquisa desenvolveu-se em um Centro de Educação Infantil (CEI) da rede municipal de São Paulo. A seleção do tema justifica-se por duas questões interligadas: a fragilidade das reflexões e práticas de inserção da expressão motora no projeto educativo do CEI; a necessidade de se investigarem alternativas de formação contínua de educadores. O trabalho envolve o cruzamento entre a teoria de formação de educadores e uma das dimensões da pedagogia da infância, a expressão motora. Ambas fundamentam-se no paradigma construtivista do desenvolvimento e aprendizagem humana. A formação em contexto implica estratégias de partilha de práticas, apoio mútuo e reconstrução da pedagogia, por meio da triangulação dos saberes da ação, das concepções teóricas e do compromisso ético da educação. O trabalho caracteriza-se como um estudo de caso instrumental com casos e múltiplos e pesquisa-ação colaborativa. Os instrumentos utilizados foram observação naturalista e observação participante, entrevistas semi-estruturadas, gravação e transcrição de áudio, registro e análise de imagens em vídeo e documentos escritos. A interpretação dos resultados demonstra que o projeto de formação em contexto proporcionou às educadoras um novo olhar sobre as competências infantis. Suas observações iniciais enfatizavam a falta de competência fruto da tenra idade; depois, visualizaram as conquistas das crianças e inseriram as observações na reestruturação da prática. A análise dos resultados das observações das crianças indica que o projeto proporcionou a melhoria das oportunidades educativas nos dois agrupamentos, evidenciada pelo aumento da qualidade das interações com as educadoras, a diversificação das experiências de aprendizagem na área de expressão motora e o aumento dos níveis de envolvimento. A avaliação dos resultados da pesquisa-ação da autora sobre sua prática de formação aponta a necessidade de inserção de melhores estratégias de integração entre teoria e prática e mostram que as abordagens mais significativas para as educadoras foram as vivências corporais, a construção e análise partilhada das práticas e o apoio às atividades desenvolvidas com as crianças. Conclui-se que o projeto de formação em contexto contribuiu para a reconstrução das práticas e a melhoria da qualidade do ambiente educativo, mas não possibilitou avanços significativos na aprendizagem conceitual das educadoras. Palavras chave: Educação Infantil, Formação de Educadores, Estudo de caso, Educação Física Infantil

Fonseca, R.; Correa, A.; Soriano, J. - Os conhecimentos formalizados e o ambiente de trabalho: suas influências na constituição da Intervenção profissional em Educação Física

Instituição: UEL - CEFE - Centro de Educação Física e Esportes

Muitos estudos têm abordado a intervenção do profissional de Educação Física por meio de diversas perspectivas, explicitando, assim os inúmeros elementos que constituem o cenário profissional. Dentre estas perspectivas encontramos reflexões referentes ao campo de trabalho, às estratégias de ação, às influências sociais, políticas e econômicas na atuação do profissional e os tipos de conhecimentos utilizados para construir sua ação. Logo, a formação do profissional, os conhecimentos que ele adquire em sua história de vida e como ele os utilizam, fazem parte da caracterização da intervenção do profissional de educação física, impregnada de significados, valores e conceitos. É a partir deste enfoque que surge a problematização do estudo, referente a como estão sendo utilizados os conhecimentos formalizados e como são articulados nas situações do cotidiano de trabalho profissional, questões estas fundamentais para entender a relação entre os conhecimentos teóricos e práticos da intervenção profissional. Assim, o objetivo deste estudo foi o de identificar como o profissional de Educação Física utiliza os conhecimentos formalizados obtidos na sua formação e como o ambiente de trabalho influencia na utilização destes conhecimentos. Utilizamos a abordagem qualitativa empreendendo um estudo de tipo etnográfico, contribuindo assim para um olhar mais próximo da realidade do indivíduo estudado e dos elementos subjetivos existentes durante a sua intervenção. Os procedimentos para a captação de informações do profissional constituiu-se através de observações das intervenções, acompanhado da gravação de voz por um gravador digital e anotações referentes a atuação do profissional que não poderiam ser captados pelo gravador. Foram feitas entrevistas, além da utilização de um diário de campo para informações informais e impressões do observador. Todos estes dados constituíram 120 páginas para a análise através dos seguintes passos: a) análise de domínio onde foram encontradas as relações semânticas entre os termos mais utilizados pelos participantes; b) As perguntas estruturais onde nos permitiu confirmar relações encontradas entre os termos e explorar ainda mais seus significados. c) A análise taxionômica onde nos permitiu encontrar os temas culturais existentes na intervenção do participante; d) As questões de contraste onde diferenciamos termos repetido dentro dos temas culturais. Após a realização da análise dos dados foi possível encontrar os temas culturais Trabalho e Treino, e descrevê-los como parte da cultura existente na Educação Física. O tema cultural trabalho foi construído por meio de elementos que se ligavam ao cotidiano do profissional em sua permanência na academia, além das regras subentendidas do ambiente como postura profissional e pessoal, o tipo de atendimento que desempenhava para cada aluno e as estratégias utilizadas que diferenciavam o seu trabalho perante outros profissionais. De

um modo geral, todos estes elementos chegavam a um ponto em comum, explicar o que significava Trabalho para o profissional. Em relação ao tema cultural treino, as características de suas atribuições vinham de referências pessoais, aprendidas através de sua história de vida e utilizadas para pautar suas intervenções. Grande parte do que o profissional aprendeu na sua graduação foi modificado pelos conhecimentos adquiridos com sua experiência profissional. Para ele, o treino é uma arte que o aluno aprende com o tempo, deve haver disciplina e concentração e servir de exemplo de superação pessoal. Diante desta visão concluímos que os conhecimentos formalizados estão presentes no dia-a-dia do profissional mas foram adaptados às particularidades de suas Intervenções. Outro ponto observado foi que o ambiente de trabalho e os próprios valores de vida tem influências notáveis na elaboração das estratégias de ação profissional e estes fatores devem ser levados em conta na elaboração dos conteúdos de formação profissional em Educação Física.

Fontes, E.; Okano, A.; Altimari, L.; Triana, T.; Gonçalves, G.; Batista, A. - Comparação do limiar de fadiga eletromiográfica determinado por teste incremental e retangular em cicloergômetro

Instituição: Laboratório de Estudos Eletromiográficos - UNICAMP ; GEPEMEN

Introdução. O Limiar de Fadiga Eletromiográfica (LFEMG) pode ser identificado por meio de testes incremental ou retangular. Entretanto, não existem estudos comparando essas duas metodologias. Objetivo. Comparar o Limiar de Fadiga Eletromiográfica determinado em teste incremental e retangular no músculo Vasto Lateral (VL) em cicloergômetro. Metodologia. Sete universitários saudáveis ($75,2 \pm 9,1$ kg e $176,3 \pm 6,4$ cm) foram submetidos à um teste incremental - Tinc ($20W \cdot min^{-1}$) do tipo degrau e quatro testes retangulares - Tretang (80%, 90%, 100% e 110% da carga máxima alcançada no Tinc), sendo estes realizados em um cicloergômetro (modelo Corival 400, Quinton Inc, USA) até exaustão voluntária ou cadência inferior à 60 rpm por um período maior que 3 segundos. Todos os testes foram efetuados com um intervalo mínimo de 72h. A coleta dos sinais eletromiográficos foi realizada de acordo com o preconizado pelo ISEK (1999). A atividade eletromiográfica foi registrada no músculo Vasto Lateral por meio de um equipamento com oito canais (modelo MP150, BIOPAC Systems Inc, USA), com frequência de amostragem de 2000Hz e filtro de frequência de passagem de 20Hz a 500Hz. Foram utilizados eletrodos bipolares de captação ativa (modelo TSD 150, BIOPAC Systems Inc, USA) com distância entre eletrodos de dois centímetros e sua colocação foi feita seguindo a padronização proposta por SENIAM (1999). O sinal eletromiográfico foi tratado em "root mean square" (RMS) e determinando a média a cada segundo. O LFEMG estabelecido pelo Tinc foi determinado pelo ponto de quebra dos valores de RMS, e para determinar o LFEMG através dos Tretang foi calculado o coeficiente angular de cada carga, encontrado pela regressão linear entre tempo e RMS atingido, sendo o LFEMG identificado pela projeção da reta formada por esses coeficientes angulares no eixo da potência (X). Foram utilizadas amostras de RMS de Tretang para 1 minuto, 2 minutos e tempo total. Para análise estatística foi utilizada estatística descritiva e para as comparações entre os limiares utilizou-se análise de variância (ANOVA). O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$. Resultados. Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nos valores do limiar de fadiga eletromiográfica determinado por teste incremental ($217,1 \pm 39,0$ watts) e retangular em 1 minuto ($221,0 \pm 9,3$ watts, $r^2 = 0,84 \pm 0,13$), 2 minutos ($224,7 \pm 15,3$ watts, $r^2 = 0,77 \pm 0,10$) e tempo total ($211,1 \pm 40,0$, $r^2 = 0,92 \pm 0,13$). Conclusões. De acordo com os resultados pode-se concluir que nem o tipo de protocolo nem a duração dos Tretang empregados em cicloergômetro interferem na intensidade correspondente ao LFEMG determinado no músculo Vasto Lateral.

Apoio Trabalho: Processo FAPESP 04/12589-0

Galatti, L.R.; Paes, R.R. - Pedagogia do esporte e seqüência didática: uma proposta para os jogos esportivos coletivos

Instituição: Unicamp - Faculdade de Educação Física e Iasp - Faculdade

Muitas são as possibilidades educacionais dos Jogos Esportivos Coletivos (JECs), sejam elas técnico-táticas ou sócio-educativas. Variadas também são as possibilidades de organização dos conhecimentos que podem ser explorados no estudo dos JECs. Buscando sistematizar estes conhecimentos no processo de ensino e aprendizagem dos JECs, este estudo alia os estudos acerca deste tema desenvolvidos por Bayer (1994), Daólio (2001) e Paes (2001) ao conceito de Seqüência Didática (SD) proposto por Dolz, J.; M. Noverraz & B. Schneuwly (2004). Uma SD deve se balizar por uma produção inicial dos alunos, feitas a partir de uma introdução de um tema de trabalho. Os trabalhos apresentados como produção inicial servirão de alicerce para a construção dos módulos que constituirão a seqüência, assim como darão subsídios para a produção final, momento que permite ao professor analisar o que os alunos apreenderam do tema de estudo proposto. Assim sendo, uma

SD possível para o trato com JECs seguiria a seguinte organização: (1) Apresentação da Situação: é um momento de dar aos alunos subsídios para que estes percebam o que vai ser estudado e qual a sua importância. (2) Primeira Produção: os alunos realizam uma primeira atividade (teórica ou prática) para que o professor possa diagnosticar o que os alunos conhecem, já que os pontos fortes e fracos ficam evidenciados, servindo como direcionamento da construção da seqüência didática; (3) partindo do que foi levantado nos dois momentos anteriores, parte-se para a construção modular dos temas de estudo referentes aos JECs; o presente estudo aponta uma seqüência dividida em dois grandes módulos, sendo um pautado nas características comuns dos JECs e outro em especificidades de modalidades específicas; (4) Produção Final: é o momento em que alunos e professor podem identificar e ter claro de onde o aluno partiu e qual a compreensão atual que ele tem dos JECs, dando origem a um novo processo de construção de uma próxima SD. Estimula-se que os professores construam suas SDs de acordo com os grupos de alunos com os quais trabalha e, quando no uso de um livro didático com uma seqüência pré-determinada, que o professor tenha a liberdade de alterar a seqüência de utilização dos módulos ou capítulos sempre que julgar coerente com a organização didática por ele estabelecida.

Apoio Trabalho: Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP) e Instituto Adventista São Paulo (IASP-UNASP)

Galatti, L.R.; Paes, R.R. - Livro didático e Educação Física: uma proposta para os Jogos Esportivos Coletivos

Instituição: Unicamp - FEF e Iasp - FAEFI

Os jogos esportivos coletivos (JECs) constituem um conteúdo constante nas aulas de Educação Física escolar no Brasil, em especial na prática das modalidades basquetebol, futsal, handebol e voleibol. Mesmo sendo o processo de ensino e aprendizagem dos JECs alvo constante de estudos acadêmicos, a transição entre Academia e Escola tem se mostrado deficiente, resultando em práticas que se repetem ao longo dos anos. Buscando diminuir esta distância, o presente artigo propõe um livro didático (LD) acerca dos JECs, considerando-o como um mediador pedagógico na disciplina de educação física, construindo uma seqüência didática que parte das características comuns entre os JECs com posterior apresentação das especificidades de cada um. O estudo tem foco nas modalidades coletivas em função da grande inserção sócio-cultural das mesmas e da necessidade de transformarmos os mais recentes estudos sobre JECs em novos procedimentos pedagógicos no processo de ensino e aprendizagem dos mesmos no ambiente escolar.

Apoio Trabalho: Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP) e Instituto Adventista São Paulo (IASP)

Gimenez, R; Lucena, A; Manoel, E - Aquisição de habilidades motoras gráficas em indivíduos normais e com problemas de coordenação

Instituição: Universidade Cidade de São Paulo/Unicid - Curso de Educação

Reconhecidamente crianças com dificuldades motoras têm sido alvo de preocupação por parte de pesquisadores de várias áreas. Na literatura são apontadas várias causas para as dificuldades desses indivíduos. Dentre elas, é possível destacar problemas de percepção visual, cinestésica, memória e também dificuldades para a formação de representação para os movimentos, o que supostamente aconteceria na memória. Essas representações são denominadas de programas de ação. As dificuldades para a formação de programas de ação podem representar um grande entrave ao processo de aquisição de habilidades motoras desses indivíduos. Contudo, persistem dúvidas sobre os reais impactos dos programas de intervenção sobre essas populações. Mais especificamente, é possível que isso ocorra pela própria falta de clareza sobre o processo de aquisição de habilidades desses indivíduos. Por exemplo, ainda carecem investigação, problemas, tais como: Quando existe possibilidade de prática indivíduos com dificuldades motoras são capazes de apresentar desempenho similar aos indivíduos normais, ou as diferenças supostamente existentes entre eles são mantidas? Desse modo, o presente trabalho teve por objetivo investigar o processo de aquisição de habilidades motoras de crianças com dificuldades motoras. A premissa desse estudo é a de que o processo de aquisição de habilidades motoras depende da formação de um programa de ação organizado hierarquicamente em macro e micro-estrutura. Para tanto, 30 crianças com média de idade de 9,4 anos tomaram parte desse estudo. Essas crianças foram divididas em três grupos: GD (grupo de dificuldades motoras severas = 15 sujeitos); e GN (grupo controle formado por indivíduos normais = 15 sujeitos). As crianças com dificuldades motoras foram detectadas e selecionadas para participar do estudo por meio do teste Movement ABC, que compreende habilidades manuais e com bola, tarefas de equilíbrio dinâmico e estático. O experimento realizado teve o intuito de identificar e caracterizar os padrões de desempenho dos diferentes grupos a partir da prática. A tarefa consistiu em reproduzir a letra "y" cursiva por cem tentativas e foi realizada sobre uma mesa digitalizadora marca Aiptec 8000 u. Os dados captados foram analisados pelo programa MovAlyser, específico para análise de dados de habilidades gráficas. Para caracterizar o processo

de aquisição de habilidades foram utilizadas medidas como o número de erros de legibilidade, erro espacial linear, velocidade de execução, controle de força e de velocidade na escrita. Foram utilizadas também medidas que representassem de forma efetiva as características invariantes do programa de ação, tais como, número de fragmentos em que os sujeitos dividiram o padrão gráfico, variabilidade do número de fragmentos, tempo e tamanho relativo do primeiro fragmento da figura. Foi aplicada uma análise de variância para dados não paramétricos de Kruskal Wallis para a comparação dos grupos ao longo dos blocos de prática, com nível de significância de $p < 0,005$. O teste de Komolgorov Smirnov foi empregado como post hoc para localizar as diferenças entre os grupos. Para verificar o comportamento da curva de aprendizagem dos grupos foi utilizado o teste para Correlação para dados ordinais de Spearman, com nível de significância de $p < 0,005$. Genericamente, os resultados apontaram que, em comparação às crianças normais, as crianças com dificuldades motoras severas apresentaram mais erros de legibilidade e menor consistência nas demais medidas de desempenho. Também houve tendência desse grupo apresentar maior variabilidade de medidas como a fragmentação, a variabilidade do número de fragmentos, o tempo e o tamanho relativo do primeiro fragmento. Essas constatações sugerem dificuldades na formação de programas de ação. Não houve mudança substancial no desempenho de nenhum dos grupos com a prática, o que contribui para sustentar a hipótese da manutenção das diferenças entre eles.

Apoio Trabalho: Pró-Reitoria de Ensino da Universidade Cidade de São Paulo/ Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação

Gomes Chaves, IGC; Melo Rodrigues, LCM; Dias Leite Junior, ODJ; Monteiro Moreria, JMM; Mafra, BM; O Hara, WO - Análise do Índice de Massa Corporal (IMC) e da Relação Cintura-Quadril (RCQ) de Moradoras da Zona Norte do Rio de Janeiro

Instituição: UNESA

Introdução: O Índice de Massa Corporal (IMC), expresso pela relação entre massa corporal em Kg e estatura em m², é amplamente utilizado como indicador do estado nutricional e considerado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como um dos preditores de Saúde e que o acúmulo excessivo de gordura na região do tronco é indicativo de maior risco para doenças cardiovasculares e metabólicas. (MORROW JR; JACKSON; DISCH; MOOCL, 2000). Este estudo tem como objetivo avaliar o Índice de Massa Corporal (IMC) e o risco coronariano (RCQ) de moradoras da Zona Norte do Rio de Janeiro. Metodologia: Estudo descritivo, pois não interfere no objeto de estudo e com somente uma intervenção (THOMAS & NELSON, 2003), composto por 24 moradoras do gênero feminino com idade $36,42 \pm 13,83$ anos; $68,22 \pm 11,57$ kg; $159,54 \pm 7,19$ cm foi utilizada uma balança e um estadiômetro da marca FILIZOLA® para aferição da massa corporal e estatura, para circunferência uma fita metálica da marca SANNY®. Resultados: Dos 26 indivíduos avaliados obtiveram como média do Índice de Massa Corporal (IMC) $26,78 \pm 4,12$, classificado segundo OMS (2000) sobrepeso e a relação cintura- quadril (RCQ) com média de $0,79 \pm 0,06$, classificado como alto risco segundo (Fernandes Filho, 1999) Conclusão: O índice de massa corporal foi classificado como sobrepeso, com média de 26,78 que pode ser associado ao sedentarismo e ausência de atividade física das mesmas, porém o risco de doenças cardiovasculares que teve média de 0,79 é considerado de alto risco para o desenvolvimento de doenças coronarianas, diabetes e hipertensão por acúmulo de gordura na região abdominal.

Gomes, B. A. G.; Souza, K. M. S.; Mafra, L. F. M.; Vasques, D. G. V. - Composição corporal e somatotipo de atletas de handebol do Brasil por posição de jogo

Instituição: UFSC/CDS Departamento de Educação Física

O handebol é um esporte que exige atletas com características específicas. A relação entre determinada posição de jogo e as qualidades morfológicas associadas a esta deve ser levado em consideração na montagem de uma equipe. O objetivo deste estudo foi comparar a composição corporal, e o somatotipo de atletas de handebol do Brasil por posição de jogo. Foram coletados dados de 134 atletas (média de idade de $24,5 \pm 4,4$ anos) das dez equipes participantes da Liga Petrobrás de Handebol 2006, competição mais importante da modalidade no Brasil. Foram mensuradas oito variáveis antropométricas para o cálculo do peso de gordura (PG), peso ósseo (PO), peso residual (PR) e peso muscular (PM), da endomorfia (END), mesomorfia (MES) e ectomorfia (ECT). Compararam-se as médias dos atletas por posição de jogo (armadores, extremas pivôs e goleiros) por meio da análise de variância one-way e do teste post-hoc de LSD. Para as análises foi estabelecido um nível de significância de $p < 0,05$. Os extremas apresentaram resultados significativamente inferiores ($p < 0,05$) no PO (13,0kg) e no PR (20,0kg) em relação as demais posições de jogo (armadores 14,6kg e 22,0kg;

pivôs 14,8kg e 23,0kg e goleiros 14,0kg e 22,0kg; para PO e PR, respectivamente). No PM, os pivôs (39,5kg) apresentaram valores superiores aos extremas (38,0kg) e goleiros (39,5), porém não apresentaram diferença significativa em relação aos armadores, ainda os extremas apresentaram resultados inferiores significativamente em relação a todas as posições de jogo. Na análise da somatotipo, o único componente que apresentou diferença significativa entre as posições de jogo foi a mesomorfia. Os pivôs (7,0) apresentaram valores significativamente superiores em relação as outras posições (armadores: 6,2; extremas: 6,3; e goleiros: 6,1). Essa diferença entre os pivôs e as demais posições de jogo deve se ao fato dos pivôs possuírem maior tecidos ósseo e muscular. Os valores inferiores nos PO e PR dos extremas em relação as demais posições de jogo podem evidenciar que devido a posição não atuar em áreas de muito contato físico, atletas mais leves e ágeis levam vantagem no decorrer da partida. Os pivôs se diferenciaram dos extremas e goleiros no PM e na mesomorfia dos demais atletas, sendo os pivôs então mais pesados. Essa necessidade se dá pelo fato dos pivôs atuarem em uma área central da quadra de jogo, no meio da defesa adversária, local de grande contato físico, onde ocorrem até mesmo empurrões, puxões e outras agressões.

Apoio Trabalho: CNPq

**Gonçalves, A.; Pasetti, S.R.; Del Vecchio, F.B.; Léo, C.C.C.; Vicentin, A.P.A.;
Ramalho, L.C. - Dermatoglifos: despertando motivações científicas e esportivas no
programa Ciência & Arte nas Férias da Unicamp**

Instituição: UNICAMP - Faculdade de Educação Física - Depto de Ciências

Introdução: O Programa “Ciência & Arte nas Férias” (CAF) é iniciativa da Pró-Reitoria de Pesquisa da Unicamp que ocorre anualmente, desde 2002, durante as férias escolares de verão, com apoio da Fapesp, CNPq e organizações privadas, com a finalidade de aproximar estudantes do Ensino Médio da rede pública à Universidade. Neste ano contou com 120 jovens da região de Campinas, 76 docentes e vários universitários, na realização de atividades específicas em laboratórios e oficinas de trabalho. Nas Ciências do Esporte, buscando contribuir para responder a tais demandas científicas e sociais, o Grupo de Saúde Coletiva Epidemiologia e Atividade Física (GSCEAF) da Faculdade de Educação Física da Unicamp pedagogizou sua experiência acadêmica com a aplicação da técnica dos dermatoglifos (DM) em modalidades como basquetebol, judô e corrida em piscina funda, na busca e detecção de indivíduos mais responsivos aos diferentes estímulos. Objetivos: Promover contato dos estudantes vinculados ao CAF com procedimentos laboratoriais acessíveis, seguros e informativos; colaborar na motivação e dedicação para a investigação científica e à prática desportiva; executar coleta e análise dermatoglífica (AD) no contexto da mencionada linha de pesquisa. Metodologia: Realizaram-se quatro oficinas semanais de trabalho, com três horas de duração cada. Foram reunidos trinta discentes por encontro, os quais vivenciaram quatro etapas: i) breve explanação técnica acerca de respectivos conceitos e procedimentos; ii) coleta dos próprios DM, com utilização de resinas corantes, roletes aplicadores, saponáceos, álcool 90o, papel toalha e folhas A4; iii) realização da AD, empregando-se lápis, régua, transferidores, esquadros, calculadoras e lupas manuais, com registro dos dados em protocolo específico (desenvolvido por especialistas da FMUSP) e ajustado para este fim, e a seguir; iv) comparação dos valores com os de atletas de nossa casuística (nível internacional, nacional, estadual, jogadores de final de semana e não praticantes). Como avaliação, averiguaram-se os materiais coletados e processados pelos estudantes, bem como o acompanhamento no preenchimento individual do formulário, explorando-se conteúdos e significados das anotações. Resultados: Como principais registros, destacam-se: dificuldade de manejo de equipamentos básicos, como transferidor e esquadro; registro de caracteres dermatoglíficos pouco frequentes, como identificação do padrão central pocket, agenesia de triângulo axial, padrões palmares complexos ténar/ hipotênares Lr/d, ausência de Índice de Ulnaridade e frequência destacada de triângulos t; bem como integração dos discentes com os professores e monitores da Unicamp, proporcionando aproximação dos participantes ao trabalho científico. Conclusões: Ressaltaram-se, como maiores saldos verificados no curto prazo, limitações dos estudantes no uso de instrumentos simples admitidos como de seu conhecimento curricular, viabilização da única inserção da área da Educação Física ao CAF e a expansão da ação de órgãos de fomento a segmentos mais numerosos do sistema educacional brasileiro.

Apoio Trabalho: Faepex Unicamp

**Gonçalves, R; Claudino, JGO; Dias, DF; Ribeiro, DS - Correlação de força
explosiva e velocidade de corrida em jogares de futebol Sub-20**

Instituição: Universidade de Itáúna - MG

Correlação de força explosiva e velocidade de corrida em jogadores de futebol Sub-20. De acordo com Schmidtbleicher (1992), a máxima performance de força/potência tem relação sustentada com resultados de saltos e testes de Velocidade de Corrida de 30m. Sendo assim o objetivo deste estudo foi o de verificar a correlação entre os resultados apresentados por alas/laterais, participantes da fase final do Campeonato Mineiro Sub-20 2006, nos testes de Salto Vertical sem contra movimento (SJ) e no Teste de Velocidade de Corrida de 30 metros (V30m). Para o SJ que avalia a força explosiva, foram realizados 3 saltos sem contra movimento, sendo utilizada uma plataforma de contato para mensurar a maior impulsão possível. A fórmula de Harman et al. (1991) foi utilizada para determinar o Pico de Potência ($PP (w) = 61,9 \times \text{altura do salto (cm)} + (36 \times \text{massa corporal (kg)} - 1822)$), pois se comprovou mais fidedigna de acordo com Canavan e Vescovi (2004). Para o V30m, foram registrados os tempos parciais de 0-10m, 10-30m e 0-30m, computados por 3 pares de fotocélulas. Considerou-se que as marcas de 0 a 10m avaliam a capacidade de aceleração, de 10 a 30m, a coordenação de corrida e de 0 a 30m, a média da velocidade desenvolvida no teste. Houve uma correlação negativa, não estatisticamente significativa no teste de correlação de Pearson ($p < 0,05$), entre o SJ e o tempo nos 0 a 10m ($p = -0,1904$), entre o SJ e o tempo nos 10 a 30m ($p = -0,1570$) e o SJ e o tempo nos 0 a 30m ($p = -0,1925$). Esta correlação negativa, embora não significativa estatisticamente, pode estar ligada ao fato descrito por Bobbert et al. (1996), que o SCM produz maiores elevações do centro de gravidade, pelo fato dos executantes não terem ótima coordenação na realização do SJ. Segundo, Bobbert e Van Soest (1994) o componente coordenativo de importância para as ações neste tipo de salto vertical é a correta adaptação das ações musculares que ocorrem do sentido proximal para o distal, significando que a articulação do quadril é utilizada inicialmente, seguida pela articulação do joelho e logo após pela do tornozelo, sendo o treinamento específico desse tipo de salto (SJ), um fator primordial para otimizar resultados, o que não se assemelha a especificidade dos tipos de saltos em grande parte dos esportes, assim como no futebol. Justifica-se esta possibilidade devido ao fato de que a correlação positiva entre estas variáveis avaliadas estarem amplamente citadas na literatura, Chamari et al. (2004), com jogadores Africanos Sub-19, Wisloff et al. (2004), com jogadores Noruegueses de Elite, Helgerud et al. (2001), com Sub-20 de elite e Reilly et al. (1990), também com atletas de futebol, são alguns que confirmam esta hipótese.

Apoio Trabalho: Universidade de Itaúna

Gonçalves, R; Gurjão, ALD; Arantes, LM; Moura, R.F.; Gobbi, S - Relação entre o impulso contrátil e o desempenho de idosas em testes motores para membros inferiores

Instituição: UNESP - RIO CLARO

INTRODUÇÃO: O impulso contrátil (IC), obtido como a área sob a curva força-tempo isométrica (Cf-t), reflete toda a energia potencial gerada pela musculatura avaliada em um determinado período de tempo. Embora o IC seja um parâmetro da força muscular pouco utilizado, esse parâmetro incorpora em sua análise o aspecto do tempo de contração. Neste sentido, o impulso contrátil pode ter um importante papel no desempenho de diferentes atividades da vida diária. **OBJETIVO:** Relacionar o IC obtido em diferentes períodos durante a avaliação da Cf-t isométrica e o desempenho de idosas em diferentes testes motores para membros inferiores. **MÉTODOS:** A amostra foi composta por 12 voluntárias ($65,8 \pm 7,1$ anos; $70,7 \pm 13,4$ kg; $1,55 \pm 0,05$ m; $29,4 \pm 6,4$ kg/m²), participantes de atividades físicas generalizadas a pelo menos 3 meses. O IC para os instantes de 50, 100, 150 e 200ms a partir do início da contração foi verificado de forma isométrica, por meio de um transdutor de força fixado no aparelho Leg Press, sendo realizado esforço com 5s de duração. A determinação do IC para os diferentes períodos de tempo foi realizada em três dias, sendo que cada sujeito deveria realizar seu esforço máximo em três tentativas, com 3-5 min de recuperação entre as tentativas. É importante ressaltar que foi solicitado aos participantes que realizassem força muscular o mais rápido possível. O melhor resultado, de cada participante, obtido entre as três tentativas do último dia foi computado para posterior análise dos dados. Após 48 horas, foram aplicados o teste de andar (tempo para caminhar 4m o mais rápido possível), o teste de subir escadas (tempo para subir 10 degraus o mais rápido possível) e o teste de sentar-se e levantar-se da cadeira (máximo número de repetições em 30s). Não tendo o teste de Shapiro-Wilk rejeitado a hipótese de normalidade da distribuição dos dados, foi utilizado o teste de correlação de Pearson, adotando-se nível de significância de $p < 0,05$. **RESULTADOS:** Nenhum parâmetro analisado para o IC apresentou correlação significativa com qualquer teste avaliado. A amplitude dos valores de r para o teste de andar ficaram entre -0,3 (IC para 50ms) e -0,5 (IC para 200ms); para o teste de subir escadas a amplitude dos valores de r ficaram entre -0,1 (IC para 50ms) e -0,2 (IC para 200ms). Em relação ao teste de sentar-se e levantar-se da cadeira a amplitude dos valores de r ficaram entre -0,1 (IC para 50ms) e -0,2 (IC para 200ms). **CONCLUSÃO:** As análises dos resultados indicam que o IC para diferentes períodos de tempo (< 200 ms) não apresentam relações significativas com os diferentes testes motores para membros inferiores avaliados. Tendo em vista que o IC foi obtido apenas no ângulo de 90° e que o comportamento da força muscular pode variar para os diferentes ângulos utilizados nos diferentes testes, sugere-se

novos estudos que procurem investigar uma possível relação entre os ângulos na qual o IC é obtidos e os referidos testes. Agradecimentos: PROFIT, FNS-MS, FUNDUNESP, FINEP e PROEX-UNESP.

Apoio Trabalho: PROFIT, FNS-MS, FUNDUNESP, FINEP e PROEX-UNESP

Gozzi, MC; Ruy, M; Ferrari, P - O cotidiano do ensino da Educação Física: um olhar sobre os estilos de ensino em segmentos escolares

Instituição: PUC - Campinas - FAEFI - CCSA

O status de tomada de decisões na relação ensino-aprendizagem motora é quase sempre responsabilidade do professor, partindo da premissa inicial da Teoria dos Estilos de Ensino de Muska Mosston (1986, 90, 94) apud Gozzi (1995, 2006), que afirma que o “comportamento de ensino é uma cadeia de tomada de decisões, que são tomadas antes, durante e após a aula”. Dessa forma o professor toma o máximo de decisões enquanto cabe ao aluno o mínimo. Visando a necessidade de estabelecer mudanças que gerassem um equilíbrio nesse conceito de tomada de decisões, foi criado o Spectrum dos Estilos de Ensino, com 11 estilos, do Comando ao Auto-ensino, caracterizados pelas letras do alfabeto de A a K. O objetivo desse estudo exploratório qualitativo do tipo descritivo, foi identificar os estilos presentes no cotidiano das aulas de Educação Física em segmentos escolares da cidade de Campinas. Desenvolveu-se através de observação participante de duas estudantes do curso de licenciatura em educação física, bolsistas de iniciação científica, em aulas do 1º e 2º ciclos do ensino fundamental, envolvendo a 1ª, 2ª, 3ª e 4ª séries de oito escolas, quatro públicas e quatro privadas da região leste da cidade, totalizando 120 aulas observadas no período de maio a agosto de 2006, sendo 64 aulas, subdivididas em 16 em cada uma das séries nas quatro escolas públicas e 56 aulas, subdivididas em 16 aulas na 1ª, 2ª, e 3ª série das escolas privadas I, II, III e 08 aulas na 1ª e 4ª série da escola IV, pois as aulas da 2ª e 3ª série dessa mesma escola foram suspensas no dia da observação. Foram também realizadas entrevistas semi-estruturadas com os professores envolvidos no estudo. Os estilos mais encontrados nas escolas públicas foram o Comando – A (40%) e o Tarefa – B (40%), seguidos do Descoberta Dirigida – F (10%), Recíproco – C (0,5%) e Solução de problemas Convergente – G (0,5%). Já os estilos mais encontrados nas escolas privadas foram o Tarefa – B (53%), Comando – A (24%), seguidos do Recíproco – C (10%), Auto-controle – D (0,5%), Inclusão – E (0,5%), Iniciado pelo Aluno – I e Descoberta Dirigida – F (0,3%). Isso indica que na maioria das vezes ainda é o professor quem toma a maioria das decisões, porém há indícios em algumas ocasiões de tomada de decisões por parte dos alunos, sendo mais encontrado essa característica nas escolas privadas, o que pode gerar a hipótese de que o professor tenha mais liberdade de experimentação didática ou aja de forma intuitiva. Verificamos também que na totalidade dos professores, esses não conhecem ou não usam de forma consciente as informações contidas nessa teoria. Apoio Trabalho: FAPIC - IC - PUC-Campinas

Guglielmo, L.G.A.; Denadai, B.S. - Utilização da velocidade crítica para a determinação dos efeitos de diferentes tipos de treinamento sobre o limiar anaeróbio em corredores de endurance

Instituição: * Universidade Federal de Santa Catarina, CDS / DEF/ LAEF, F

Introdução: O limiar anaeróbio (LAN) tem sido utilizado por técnicos e pesquisadores para prescrição e controle dos efeitos do treinamento e, também, como um índice capaz de predizer a performance aeróbia. Entretanto, para a determinação do lactato sanguíneo são necessários equipamentos sofisticados e de alto custo. Desta forma, alguns estudos têm utilizado a velocidade crítica (VC) para estimar o LAN em diferentes modalidades esportivas (ciclismo, natação e corrida). Por outro lado, existem poucas informações na literatura sobre a utilização da VC para predição do LAN antes e após diferentes tipos de treinamentos. Objetivos: 1) Analisar a validade da VC para estimar o LAN antes e após dois diferentes programas de treinamento em corredores de endurance. Metodologia: Participaram deste estudo 19 voluntários corredores do sexo masculino distribuídos aleatoriamente em dois grupos: treinamento de força explosiva (TFE) e treinamento intervalado intenso (TII). Os atletas realizaram os seguintes testes: 1) teste incremental em esteira rolante até a exaustão voluntária para determinar as velocidades referentes ao LAN (3,5mM), ao consumo máximo de oxigênio (IVO2max) e ao VO2max; 2) uma repetição com intensidade máxima de corrida, em diferentes dias, nas distâncias de 1500m e 5000m, registrando-se os tempos por meio de um cronômetro manual. Todos os testes foram realizados antes e após um programa de treinamento com duração de quatro semanas. O treinamento de força explosiva, para membros inferiores, foi constituído de três séries com (12RM) e com 180 segundos de intervalo entre cada série. Durante este período, os atletas também realizaram um

treinamento de endurance específico para o atletismo constituído de quatro sessões por semana. O grupo TII realizou um treinamento constituído de duas sessões por semana a 100% da IVO2max, associado a um treinamento aeróbio contínuo, de caráter submáximo, durante quatro vezes por semana. A velocidade crítica foi determinada por meio do coeficiente angular (b) da reta de regressão linear entre distância e os respectivos tempos obtidos em cada repetição máxima (1500m e 5000m). A análise estatística foi realizada por meio da análise de variância Two-way seguida pelo teste de LSD. Resultados: Após o programa de treinamento foi encontrado 0,75km/h \pm aumento significativo no LAn para o grupo TFE (pré = 14,95 \pm 0,96km/h) e na IVO2max para o grupo TII (pré = 19,6 \pm pós = 15,59 \pm 0,73km/h). Por outro lado, não foi encontrado \pm 0,84km/h e pós = 20,1 \pm 1,10km/h \pm aumento significativo no LAn para o grupo TII (pré = 17,20 \pm 0,70km/h). Também, não foi encontrado aumento \pm pós = 17,10 \pm significativo na VC após o programa de treinamento para os grupos TII \pm 0,55km/h) e TFE (pré = 16,08 \pm 1,01km/h e pós = 17,95 \pm (pré = 17,94 \pm 0,90km/h). A VC foi significativamente maior \pm 0,90km/h e pós = 16,44 \pm que o LAn antes e após o programa de treinamento para os dois grupos. Após o treinamento, houve melhora significativa na performance dos 11,49s \pm atletas nas distâncias de 1,5km para o grupo TII (pré = 263,5 \pm 56,94s \pm 7,90s) e 5km para o grupo TFE (pré = 1066,3 \pm e pós = 257,4 \pm 55,95s). Conclusão: Pode-se concluir que a VC parece não \pm pós = 1047,6 \pm ser adequada para estimar a velocidade correspondente ao LAn. Também podemos especular que a VC não depende dos efeitos e/ou do tipo de treinamento realizado pelos atletas de endurance, visto que foi encontrado um aumento significativo no LAn sem, entretanto, alteração na VC. Órgão financiador: FAPESP.

Apoio Trabalho: FAPESP

Guimarães, F.K.O.; Liziero, L.; Stefane, C.A.; Silva, J.V.P. - Atividades fisicamente ativas e fisicamente passivas no cotidiano de crianças entre 9 e 12 anos, na cidade de Campo Grande MS

Instituição: UFMS/DEF/PET

A criança apresenta grande ímpeto à prática de atividades físicas na infância, sendo estas de suma importância para seu desenvolvimento motor, cognitivo, social e afetivo. No entanto, nas últimas décadas, as oportunidades de jogos motores na infância tem sido cada vez mais restritas, pois diversos fatores - crescimento desordenado e sem planejamento das cidades, ocupação das ruas pelos veículos automotores, institucionalização do tempo infantil, violência, entre outros - têm agido como barreiras à sua efetivação. Diante do exposto, o estudo teve como objetivo avaliar a distribuição do tempo infantil entre atividades fisicamente passivas e fisicamente ativas. Especificamente procurou-se analisar a frequência com que estas atividades são realizadas. O estudo foi do tipo descritivo/exploratório. A amostra foi composta por 54 crianças, de 9 a 12 anos, ambos os sexos, matriculadas em uma escola da rede pública de Campo Grande - MS, selecionadas aleatoriamente. A técnica de investigação adotada foi à aplicação de questionários, utilizando o questionário EVIA como instrumento. No tratamento estatístico recorreu-se à análise de frequência. Os dados mostraram que o cotidiano infantil é permeado tanto por atividades fisicamente passivas - assistir tv (100%), escutar música em casa (92,6%), leituras de lazer (79,6%) e jogar vídeo games (64,8%) - quanto por atividades fisicamente ativas - passear a pé (96,3%), andar de bicicleta (90,8%), jogar bola (79,6%) e andar de patins (40,8%). Porém, quando analisado a frequência, a maioria das crianças afirmaram realizar as atividades fisicamente passivas muitas vezes - ver tv (77,8%), escutar músicas em casa (55,6%), vídeo games (44,4%) e leituras de lazer (38,9%) e as fisicamente ativas poucas vezes - passear a pé (62,3%), andar de bicicleta (55,6%), jogar bola (42,6%), andar de patins/roller (24,1%) e andar de skate (20,4%). A maior frequência de envolvimento com as atividades fisicamente passivas pode ser decorrente do fascínio que os meios eletrônicos provocam na criança, principalmente por estes meios trabalharem com o imaginário infantil. Todavia, não se pode descartar a influência que outros fatores (falta de locais públicos e de animação sócio-cultural) também podem ter exercido sobre o cotidiano das crianças avaliadas. Desta forma, indica-se que novos estudos sejam realizados a fim de analisar os aspectos espaciais e de animação sócio-cultural na região da escola avaliada.

Apoio Trabalho: PET - Educação Física

Gularte de Agostini, GGA - Efeito do delta de incremento de cargas na intensidade do limiar de lactato em exercício resistido

Instituição: Universidade Federal de Uberlândia

Diversos protocolos de testes incrementais foram propostos para determinar o limiar de lactato, possibilitando assim, em muitos casos diferentes resultados avaliados. No treinamento resistido, pouco se pesquisou sobre a variação dos protocolos

na determinação do limiar de lactato. Desta forma, este trabalho teve por objetivo comparar o efeito de dois tipos de incrementos de carga na intensidade do limiar de lactato em exercício resistido. Para tal, 17 homens ativos, saudáveis foram divididos em dois grupos: grupo 1 (n=10) e grupo 2 (n=7). Todos os voluntários foram submetidos a testes de carga máxima (1RM) no aparelho Leg press 45. Os voluntários do grupo 01 foram submetidos ao teste com incremento de cargas de 10 em 10% da 1RM até a exaustão com intervalo de 2 minutos entre cada carga, enquanto que os do grupo 2 realizaram o teste incremental com acréscimo de carga de 5 em 5% da 1RM com 1 minuto de intervalo entre cada estágio. Foram retirados de 25uL de sangue do lóbulo da orelha e misturados a 50uL de fluoreto de sódio e imediatamente analisado no lactímetro modelo YSI 1500 Sport (Yellow Springs Inc.- USA). Para determinação do limiar de lactato foi utilizado o método quociente do lactato, expresso pelo valor mínimo da lactatemia dividida pela carga de esforço. O teste t de Student para variáveis independentes foi utilizado para verificar a diferença significativa entre os dois grupos. Os resultados obtidos demonstraram que o valor médio do limiar de 6,32% da 1RM para o grupo 1 e de $32,14 \pm 2,67\%$ lactato foi de 28,00 da 1RM para o grupo 02. Estes valores não foram significativamente diferentes ($p=0,12$). Destes dados pode-se concluir que a alteração do delta de acréscimo de cargas não altera a intensidade do limiar de lactato em exercício resistido.

Hunger, D.; Amaral, S.; Nascimento, J.; Hallal, P.; Barros, M.; Dionísio, T. - Contextos de formação inicial em cursos de educação física e medicina: uma análise comparativa dos dados de concluintes no enade/2004

Instituição: UNESP-Educação Física

As Instituições de Ensino Superior (IES) universitárias estabelecem três funções específicas para o exercício acadêmico do docente: o ensino, a pesquisa e a extensão. Cabe ao professor universitário auxiliar na formação de profissionais aptos ao exercício da investigação científica, para o desempenho do magistério e das demais profissões, articulando-se ainda, com as comunidades sociais, aplicando e desenvolvendo suas atividades acadêmicas. A administração universitária deve estar atenta ao corpo docente (formação acadêmica e profissional, condições de trabalho, atuação e desempenho acadêmico-científico) discente e de técnicos-administrativos; ao projeto pedagógico do curso e à infra-estrutura física (laboratórios de ensino e pesquisa específicos, bibliotecas, equipamentos e instalações gerais). Assim, as IES, de forma permanente e por intermédio de avaliações, têm buscado o aprimoramento da qualidade de suas funções universitárias. Mas, na atualidade, tem sido manifestado na mídia, na literatura e nos setores acadêmicos que as IES geralmente cumprem mal suas missões e devem se renovar. De acordo com a problemática em questão, a presente pesquisa teve por objetivo realizar uma análise comparativa de parte do universo acadêmico de estudantes concluintes dos cursos de Educação Física (EF) e Medicina (Med) de IES públicas brasileiras. Foram destacadas algumas questões do Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes (ENADE-2004), organizadas pelo Sistema Nacional de Avaliação da Educação Superior (SINAES), onde participaram 18.398 estudantes concluintes de Medicina e 53.346 de Educação Física. Os dados são apresentados em forma de porcentagem de alunos que correspondem a cada questão. No que diz respeito ao domínio de língua inglesa constatou-se a existência de diferenças entre os dois grupos analisados, ou seja, Med apresentou 12,1% em contrapartida aos alunos da EF somente 5,4%. Quanto à participação em projetos de iniciação científica, enquanto que se verificou um percentual de 18,3% na Med, na EF ele foi de apenas 7,3%. Com relação à estrutura universitária, ao serem indagados se a IES tem biblioteca, 1,4% da Med e 5,3% da EF assinalaram que não e com relação a atualização de periódicos científicos 21% dos alunos da Med e 13,1% da EF afirmaram que a instituição os atualiza. Evidenciou-se importante diferença entre os dois grupos, sendo que o contexto universitário da área de Educação Física necessita ser repensado, a fim de apresentar uma futura configuração diferenciada. Apesar do número de estudantes do curso de Educação Física ser aproximadamente três vezes maior que os da Medicina, os resultados ficaram bem abaixo em termos comparativos, revelando o descaso das IES com o processo de formação do profissional em Educação Física. Além disso, os resultados apontam que as IES brasileiras necessitam investir no processo de transformação do contexto atual, em busca de soluções para superar as limitações acadêmicas e científicas, ainda, freqüentes em seu cotidiano profissional, possibilitando aos estudantes e professores mais oportunidades e melhores condições de formação e aprimoramento científico.

Impolcetto, F. M.; Darido, S. C. - Jogos na educação física escolar e o desenvolvimento da dimensão atitudinal

Instituição: FEUC-Faculdade Euclides da Cunha de São José do Rio Pardo

Pode-se considerar como uma das convergências atuais a perspectiva que compreende a Educação Física escolar como uma disciplina que introduz e integra o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la,

reproduzi-la e transformá-la e que o instrumentaliza para usufruir dos jogos, esportes, danças, lutas e ginásticas em benefício do exercício crítico da cidadania e da melhoria da qualidade de vida. Assim, pode-se afirmar que o jogo é um dos principais componentes da Educação Física escolar. A presente pesquisa teve por objetivo verificar se os jogos contribuem para o desenvolvimento das atitudes e valores dos alunos no ensino formal. Foi utilizada como metodologia a pesquisa de natureza qualitativa, com referencial teórico na pesquisa-ação, no qual foram realizados encontros coletivos e entrevistas individuais com cinco professores de Educação Física. Procurou-se utilizar a experiência e o conhecimento dos professores para discutir como seria possível alcançar o objetivo proposto. A análise dos encontros indicou que as reuniões contribuíram para que eles refletissem sobre a dimensão atitudinal como conteúdo a ser desenvolvido intencionalmente nas aulas. Com os relatos de suas experiências sobre a utilização de jogos nas aulas de Educação Física alguns foram descritos, discutidos e indicados pelo grupo como possibilitadores do desenvolvimento da dimensão atitudinal. As entrevistas finais indicaram que após o término dos encontros eles continuaram utilizando os jogos, procurando desenvolver com os alunos questões relacionadas ao desenvolvimento de valores e atitudes.

Inforsato, C.; Fiorante, F. - Corporeidade e educação física escolar na cidade de piracicaba

Instituição: Unimep-Depto. de Educação Física; FV- Depto. de Educação Física

O presente estudo busca problematizar sobre a visão de corpo presente na ação profissional e nos discursos dos professores das escolas particulares da cidade de Piracicaba, objetivando analisar como os discentes percebem o corpo do aluno na sua ação profissional, tendo em vista cotejar esses discursos com os conceitos elaborados sobre o tema corporeidade. Para tal foi elaborada, em primeiro lugar, uma pesquisa bibliográfica sobre o fenômeno Corporeidade a partir de teorias e perspectivas do pensamento científico contemporâneo, na qual foi abordada uma concepção humanizadora de corpo, livre das idéias mecanicistas e dualistas impostas pelo paradigma cartesiano. Posteriormente foi realizada uma pesquisa de campo embasada por critérios qualitativos, sendo os dados retirados das respostas dos professores a uma pergunta geradora sobre a temática em questão: Em sua ação profissional como você vê o corpo do aluno? As análises feitas seguiram a Metodologia da Análise de Conteúdos de Bardin (1977) e suas adaptações. O universo foi composto por seis professores, formados em três instituições diferentes e em épocas diferentes (de 1970 a 2002). Dos sujeitos pesquisados, identificamos nas respostas o seguinte quadro: dois professores revelam que vêem o corpo do aluno como um todo. Essa mesma porcentagem pode ser notada em outras duas categorias; que vêem o corpo do aluno de acordo com sua maneira de se comportar, corpo bem educado desenvolve todos os seus aspectos, o físico, o mental e o espiritual. As quatro categorias de menor convergência com apenas um dos sujeitos respondendo-as, revelam o corpo do aluno visto a partir da participação na sua totalidade do processo pedagógico, da construção e da superação; a outra categoria em questão, do mesmo sujeito da anterior, é a que apresenta o corpo do aluno revelado pelo diálogo, pelo afeto, pela contradição, não dissociando todo esse envolvimento do desenvolvimento motor; a terceira categoria com menor representação dos sujeitos afirma que o corpo dos alunos é olhado através das atividades, buscando melhorar o movimento, não visando à perfeição, mas sim a participação; a última categoria de menor convergência apresenta o corpo do aluno como um instrumento de trabalho. Conseguimos observar nestas manifestações as possibilidades de um momento em que os profissionais da Educação Física estão em mudança no que diz respeito ao conhecimento sobre o fenômeno corporeidade, havendo revelações importantes sobre a relação corpo e totalidade; corpo e vivências; corpo e participação, corpo manifestado pelo diálogo, e, ao mesmo tempo em que aparecem afirmações de que o corpo do aluno é um matéria, um instrumento de trabalho – passando o corpo de uma categoria de ser para a categoria de objeto. Pudemos identificar, ou ainda, revelar a existência de um corpo do aluno como um instrumento ou material de trabalho. Isso nos mostra, que mesmo o paradigma mecanicista entrando em colapso com as descobertas do séc XX, no campo das práticas profissionais ainda ele perdura com muita expressão e força. Neste caso, com traços marcantes da cultura ocidental sintetizados por Descartes, tais como: o racionalismo científico e o mecanismo do corpo humano, que influencia poderosamente as práticas corporais. Percebe-se então, que essas contradições reveladas pelos sujeitos sobre o fenômeno corporeidade, acabam proporcionando –lhes estímulos abertos para visões de mundo que de certa forma colocam em xeque a objetividade, o determinismo e o racionalismo cartesiano, mas ainda não dão conta, principalmente no que tange a ótica do corpo na ação profissional, de entender a essência desse fenômeno, que deve ser pensado e acionado a partir de um paradigma sistêmico, dinâmico e complexo, que propicie ao aluno vivências novas de movimentos, criando, refletindo e se relacionando.

Lavoura, T.N.; Calabresi, C.A.M.; Polato, A.L.; Silveira, M.A.C.; Machado, A.A. - Identidade social, formação de grupos e estados emocionais: olhares da psicologia do esporte sobre o medo e a vergonha

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Buscando-se fazer uma aproximação sobre as questões relativas à identidade social dos sujeitos e a formação de grupos esportivos e levando-se em conta as considerações atreladas aos estados emocionais, em especial o medo e a vergonha, sob o viés da Psicologia do Esporte, objetivamos detectar, nesta pesquisa, as principais causas de aparição da vergonha (exposição) e do medo em praticantes de voleibol do sexo feminino, verificando também quais as maiores incidências destes estados emocionais em diferentes situações dentro deste contexto. Participaram da pesquisa 11 atletas do sexo feminino do Projeto de Extensão da UNESP / Rio Claro / SP. Aplicando um questionário com 14 questões fechadas, agrupando e categorizando os dados, obtivemos como resultados: as situações de vergonha / exposição presentes nas atletas estudadas foram decorrentes das situações, respectivamente, vergonha-meta, vergonha ação e/ou vergonha-padrão, e por último, vergonha-pura e/ou vergonha-ação, conforme pressupostos teóricos defendidos por Yves de La Taille. Quanto ao sentimento de medo, a situação que maior apresentou incidência foi o medo da lesão, que também é defendido na literatura estudada como uma das situações que mais preocupam atletas e praticantes de atividade física; o medo de não obter êxito, de ser incompetente e de não poder render o que se espera estão diretamente atrelados com a autoconfiança, conforme visto também na literatura; e o medo da rejeição nasce justamente da necessidade de pertencer ao grupo e da necessidade de se sentir acolhida pela equipe, considerando-se o contexto e a modalidade coletiva estudada. Os dados sugerem que a vergonha e o medo sejam emoções muito delicadas, merecendo uma maior atenção pelos profissionais do universo esportivo no âmbito da Psicologia do Esporte, principalmente considerando-se que tais estados emocionais estão inerentemente relacionados com os processos de identidade e formação de pares sociais, que, equilibrados, somam favoravelmente ao desempenho esportivo. Palavras-chave: Identidade, estados emocionais, medo e vergonha.

Leite, G.; Angelocci, L.; Salles, G.; La Porta Junior, M.; Andries Junior, O.; Borin, J. - Desempenho no triathlon: especificidade de prova e gênero

Instituição: Unimep - DEF/MEF

As provas de triathlon olímpico possuem características comuns como distâncias (1,5km de natação, 40km de ciclismo e 10km de corrida) e seqüência de realização. Os fatores fisiológicos determinantes de seu desempenho têm sido muito descritos nas últimas décadas, mas pouca atenção tem se dado a fatores específicos da competição, como a tática empregada durante as provas e campeonatos, ou mesmo de provas específicas como às classificatórias para Jogos Pan-americanos e Olímpicos. Neste sentido, o presente estudo teve como objetivo correlacionar os tempos da natação, ciclismo e corrida com o tempo final de diferentes provas de triathlon. Foram analisados os tempos parciais da natação, ciclismo e corrida e o tempo final de prova (TFP) dos 12 primeiros homens e mulheres da categoria elite, participantes de 6 (seis) provas definidas pela Confederação Brasileira de Triathlon (CBTri) como classificatórias para os Jogos Pan-americanos de 2007. Entre as provas podemos destacar diferentes locais de realização: João Pessoa – Brasil (prova 1); Mazatlan – México (prova 2); Tiszaujvaros – Hungria (prova 3); Lausanne – Suíça (prova 4); Hamburg – Alemanha (prova 5) e Gamagori – Japão (prova 6). Os dados foram obtidos junto à CBTri e União Internacional de Triathlon (ITU). Após a coleta dos dados foram produzidas informações no plano descritivo por meio de medidas de centralidade e dispersão e, no inferencial, por meio da técnica de análise de variância (ANOVA) para modelo com um fator, adotando para o nível de significância $p < 0,05$ seguido do post hoc de Tukey. Os dados das modalidades foram cruzados com o tempo final de prova e analisados pelo coeficiente de correlação (r) de Pearson. Os resultados mostram uma tendência à especificidade de prova para os homens e mulheres, tanto pelas diferenças estatísticas encontradas entre as provas ($p < 0,05$) quanto pelas diferentes correlações das modalidades com o TFP. Entretanto, é importante destacar que para as mulheres apenas em duas das seis provas analisadas a corrida não se correlacionou com o TFP ($r = -0,41$; $p > 0,05$ prova 3 e $r = 0,48$; $p > 0,05$ prova 6), já para os homens apenas em uma prova a corrida não se correlacionou com TFP ($r = 0,35$; $p > 0,05$ prova 2). O ciclismo obteve correlação com TFP para a prova 6 feminina ($r = 0,70$ $p < 0,05$) e para a segunda prova masculina ($r = 0,60$ $p < 0,05$), já a natação só obteve correlação na primeira prova dos homens ($r = 0,74$ $p < 0,05$). Nas provas 3 e 6 feminina nenhuma das modalidades se correlacionou com o TFP, diferentemente dos homens que em cada prova analisada pelo menos uma modalidade se correlacionou com o TFP. A presente pesquisa revela que as provas de triathlon mesmo tendo características comuns devem ser analisadas individualmente, já que parece existir uma especificidade em relação as diferentes provas analisadas e ao gênero. A corrida mostrou-se como a modalidade que mais se correlacionou com o TFP, tanto para homens como para mulheres, o que poderia direcionar a preparação do triatleta que busca obter a maior pontuação possível nas diferentes provas analisadas.

Apoio Trabalho: CAPES

Leite, G.; Coelho, F.; Costa, G. - Análise da concepção e das principais atividades de lazer realizadas pelos idosos praticantes de atividades física do projeto afrid

Instituição: Ufu- Faculdade de Educação Física

A palavra lazer expressa diversos sentidos, como diversão, jogo, recreação, prazer e entretenimento. As atividades de lazer englobam diferentes interesses humanos, suas diversas linguagens e manifestações. Segundo Fromer e Viera (2003), o lazer é um fenômeno contemporâneo, uma dimensão da vida humana que se concretiza, única e exclusivamente, no transcorrer do tempo livre. Dumazedier (2001), explica que o lazer é a harmonia individual entre a atitude, o desenvolvimento integral e a disponibilidade de si mesmo. É um estado mental ativo associado a uma situação de liberdade, de habilidade e de prazer. Quando avaliamos a produção de conhecimento voltado para a área do lazer, podemos verificar que há uma expressiva quantidade de livros, teses e dissertações que abordam esse tema, principalmente conteúdos referentes ao lazer das crianças, dos jovens e dos adultos. Entretanto, observamos pouca produção de texto que tratam do lazer na Terceira idade. A maioria desses conteúdos apresenta-se em pequenos capítulos e subcapítulos podendo ser encontrados em diferentes áreas do conhecimento. Diante disso, os objetivos da pesquisa foram verificar a concepção e as principais atividades de lazer praticadas pelos idosos do projeto AFRID durante seus momentos de lazer. A amostra foi composta por 127 indivíduos de ambos os sexos, com idade entre 57 a 83 anos, todos participantes do projeto AFRID (Atividade Física e Recreativa para a Terceira Idade) da Faculdade de Educação Física – Universidade Federal de Uberlândia / UFU. Para a coleta de dados o instrumento utilizado foi um questionário com 8 questões: 4 perguntas abertas e 4 perguntas fechadas. Os Resultados obtidos demonstraram que as atividades esportivas mais praticadas foram: 42% caminhada, 42% musculação, 90% hidroginástica, 27,5% ginástica, 31,5% dança, 8% natação e 7% alongamento. As atividades culturais e intelectuais de lazer foram: 8% teatro, 12% cinema, 54% música, 46% leitura, 9,5% jogos e 5,5 Show. As atividades manuais de lazer: 35% crochê, 14% pintura, 12% artesanato, 6,3% tricô, 26% jardinagem e 48% culinária. A questão referente a assistir e ouvir rádio foi 92% de idosos com uma média de 2,50 horas. A leitura de livros e jornais foi de 47% com uma média de 1,1 horas. Com relação à concepção de lazer as respostas foram: 22% a interação em grupo, 23% divertimento, 20% distração, 18 % saúde, 10% mental. As atividades mais citadas foram: 28,5% passear, 12,5% viajar, 11% dançar, 10% atividade física, 9% música. Podemos concluir que com um maior acesso à informação e à participação ativa em diferentes atividades o idoso vem tendo oportunidades de conscientizar-se sobre a importância do lazer, de adotar hábitos saudáveis, de praticar exercícios físicos e de estar inserido em programas de valorização e convívio social como forma de preservar e melhorar sua qualidade de vida. Baseado nessas informações é importante salientar que os profissionais que atuam com o público da terceira idade deverão primar pelo o incentivo à prática de atividades de lazer para garantir ao idoso a melhora da saúde, das relações sociais, da interação entre pares, da satisfação com a vida, do incremento da auto-estima, da valorização da vida como formas de bem viver a velhice, sem estereótipos, estigmas e preconceitos tão fortemente veiculados na sociedade.

Lima, L; Gonçalves Junior, G - A prática docente em Educação Física: uma aproximação com a Pedagogia Dialógica

Instituição: UFSCAR

A prática docente em Educação Física: uma aproximação com a Pedagogia Dialógica Ivan Gimenes de Lima; Luiz Gonçalves Junior Introdução e Revisão de Literatura Em observações feitas no início do ano letivo de 2005 em aulas da 5ª série do ensino fundamental, durante os jogos e brincadeiras, constatou-se que os(as) alunos(as) apresentavam dificuldade em elaborar e/ou desenvolver os mesmos de forma autônoma, ficavam aguardando a fala do professor, demonstrando certa insegurança e necessidade para apoiar suas idéias. Percebendo isto, decidimos trabalhar de modo dialogado, estimulando-os a compartilhar a palavra conosco e mesmo entre eles, buscando desenvolver criatividade e autonomia. Voltamos principalmente a construção de jogos e brincadeiras, de maneira descontraída e alegre, e ao mesmo tempo comprometido e respeitoso. Entendemos que o(a) educador(a) deve estimular a curiosidade, participação e autonomia com os(as) alunos(as), pois dessa forma desenvolverá a sua própria curiosidade, educando-se também. Compartilhar fundamental para o desenvolvimento pessoal e do grupo, nos possibilitando o contínuo vir a ser, já que somos seres incompletos e inconclusos, conforme nos aponta Freire (2005a, 2005b), Merleau-Ponty (1996) e Sérgio (1999). Como educadores, devemos ter esperança de que podemos ensinar e produzir em conjunto, devendo-se “trocar o falar para pelo falar com” (FREIRE, 2005b, p.28) os nossos(as) alunos(as), para superar e resistir aos obstáculos com perseverança e alegria. Freire (1996) nos alerta para não sermos muito convictos de nossas certezas, e que o conhecimento atualizado pode surpreender o que já é existente, por isso, o(a) professor(a), deve ter o hábito de pesquisar frequentemente, pois para o(a) professor(a) não se tornar obsoleto é imprescindível a progressão social e principalmente capacitação profissional, propagando assim suas

descobertas aos alunos(as), fazendo com que a curiosidade deles(as) dirija-se do senso comum ingênuo, partindo do “saber de pura experiência feito” à “curiosidade epistemológica” (p.32), obtida com criticidade e criatividade. Os Parâmetros Curriculares Nacionais - PCNs (BRASIL, 1997), é um documento que traz interessantes contribuições para a Educação Física, sugerindo aos professores(as) atenção para com as atitudes dos(as) alunos(as) em relação à: cooperação, discutir e analisar os conflitos, aceitar opiniões diferentes, respeito a cultura, entre outros. Nesse sentido, colaborando com o enfoque pretendido neste trabalho. Voltando-nos a Freire (1996), o qual observa que, o bom senso do professor deve orientá-lo a “respeitar a autonomia” (construindo conhecimentos e deles desfrutando), a “dignidade” (na autenticidade de seu saber) e a “identidade do educando” (seu mundo vivido é o pano de fundo interativo, de seu conhecimento adquirido) desenvolvida com criticidade e criatividade. Para Freire (1996) “ensinar é um ato de re-conhecer o que já foi aprendido, ou seja, reconhecer em seu conhecimento o conhecimento dos educandos” (p.81), assim, ensinar deve ser um ato criador, crítico e não mecânico, pois se expressa na curiosidade de professores(as) e alunos(as) em ação. O educador(a) questionador(a) refaz constantemente seu ato cognoscente, na cognoscitividade dos(as) educandos(as). Eles(as) são investigadores dos conteúdos propostos e em diálogo com o professor, o qual é um investigador crítico também e apresenta o conteúdo ao educando como objeto de sua admiração. Na medida que isso ocorre, “o educador deve se refazer em suas admirações para aí então integrar-se a uma re-admiração, de modo que já havia admirado” (FREIRE, 2005b, p.80).

Apoio Trabalho: UFSCAR

Lima, V.; Lucentini, L.; Aguiar, L.; Moreira, W.; Simões, R.; Martins, I. - Educação Física no ensino médio: um relato de experiência

Instituição: Unimep- FACIS-Depto de Educação Física

Atualmente o Ensino Médio enfrenta complexas dificuldades, decorrentes de um programa educacional que não leva em consideração as características e necessidades dos estudantes. Um dos problemas é que nesta fase de ensino não há um maior comprometimento quanto a formação de seus alunos, o que ocasiona uma falta de “identidade” e de um programa pedagógico adequado a este nível escolar. Por exigência da sociedade atual, cada vez mais competitiva, o jovem é estimulado a estudar mais, mas infelizmente se depara com um ensino incapaz de atender suas necessidades, pois o Ensino Médio se divide em, preparar para a universidade ou para o mercado de trabalho, não atingindo o jovem significativamente quanto a sua formação. Com relação à Educação Física no Ensino Médio, suas atividades são repetições daquelas vivenciadas no Ensino Fundamental ou práticas visando o desenvolvimento esportivo, o que acarreta um alto índice de exclusão pois, somente aqueles com maiores habilidades são escolhidos para a prática destas. Os problemas intrínsecos à Educação Física do Ensino Médio precisam ser repensados e solucionados para a mudança desse quadro. Este componente curricular apresenta requisitos suficientes para contribuir com a formação e o exercício da cidadania do educando. Este trabalho busca apresentar resultados de uma experiência, com base na investigação-ação proposta por Contreras (1994), vivenciada por um grupo de pesquisadores, bolsistas e professores da rede estadual de ensino que atuam com a disciplina Educação Física no Ensino Médio, na cidade de Piracicaba, visando verificar, via o componente curricular Educação Física, qual a situação do conhecimento e qual a possibilidade de um trabalho transversal com os fenômenos corporeidade e meio ambiente, perspectivando, neste momento a reflexão sobre a Educação Física no Ensino Médio. Com base na pesquisa ação, que propõe um movimento espiral que requer: ação, observação, registro, reflexão, nova ação; a presente vivência, em seu primeiro momento, centrou-se no contato formal com as escolas estaduais de Piracicaba que aderiram ao projeto, levantando informações sobre as aulas de Educação Física do Ensino Médio. A partir desses, foram selecionadas 6 escolas e os respectivos professores, sendo realizadas visitas às instituições adentrando em seu contexto escolar para observar a situação da mesma e o convívio professor/aluno, funcionário/aluno e aluno/aluno. Após as observações, a pesquisa direcionou-se em reuniões quinzenais realizadas no Laboratório de Corporeidade e Pedagogia do Movimento – NUCORPO com os 6 professores das escolas, em parceria colaborativa entre os sujeitos. Diante das etapas cumpridas, pudemos observar no interior das escolas a precariedade que o Ensino Médio vem passando e as dificuldades nesse nível de escolarização, como a falta de interesse dos adolescentes pelas aulas de Educação Física. Outro dado que nos chamou a atenção é a vontade dos professores em mudar o chavão dado aos profissionais de Educação Física, o famoso “rola-bola”. Tal questão foi acontecendo em forma de desabafo, uns deixando transparecer mais claramente, outros mais obscuros em sua fala. Como resultado destas ações, vemos a formação de um grupo que está à procura do novo, buscando superar a si mesmo, discutindo e refletindo sobre os paradigmas que se aproximam da educação, na importância de um trabalho transdisciplinar nas aulas de Educação Física no Ensino Médio. É nessa perspectiva que este trabalho visa modificar o problemático currículo atual, propondo aulas diferentes que tenham significado para os seus alunos, tornando possível o aproveitamento das experiências dos mesmos, em temas que estejam sendo tratados na disciplina, assim valorizando-as.

Convidá-los a relatar e a divulgar suas experiências nas diferentes áreas do saber, valorizando o repertório do jovem, motivando-o a participar das aulas, tornará o âmbito escolar mais acolhedor e o aproximará da realidade dos educandos.

Apoio Trabalho: FAP-FAPESP-CNPQ/PIBIC/FAPIC

Lins Rodrigues, A. C. - Jogos de construção: alternativa pedagógica para aquisição de competências na aprendizagem da leitura e da escrita

Instituição: Universidade de São Paulo - FEUSP

Esse artigo trata de uma pesquisa-ação crítico-colaborativa desenvolvida numa classe de alfabetização em uma escola pública de Cubatão, SP, tendo como objeto principal a construção de competências leitora e escritora numa perspectiva globalizante das aulas de Educação Física. Para tanto, buscou-se nos jogos de construção sob a perspectiva epistemológica de Piaget, o caminho para chegar-se ao objetivo de reverter o quadro de fracasso escolar diagnosticado, nessa mesma classe. Foram aplicados os seguintes procedimentos metodológicos: aulas passeio, história-roteiro, temas geradores, palavras geradoras, roda cantada, lengalenga, colagens alfabetizadoras, dominó das rimas, cartas alfabetizantes e jogos da memória, todos desenvolvidos sob a forma de jogos de construção. Protocolaram-se as aulas por meio de filmagem em vídeo, fotografias, gravações, registros por escrito e depoimentos dos alunos. Também foram empregados materiais como câmera fotográfica, gravador mp3 e filmadora. Por meio de sessões de vídeo, leitura dos registros escritos, audição das gravações dos depoimentos e observação das fotografias, efetuou-se a análise dos dados coletados. Como resultados relevantes, mencionam-se a reversão do quadro de fracasso escolar detectado no mês de agosto de 2006, ao iniciar-se a pesquisa.

Luperini, K.; Simões, R. - Qualidade de vida, corpo e (é) vida

Instituição: Unimep

Resumo O conceito sobre qualidade de vida pode ser apresentado como complexo, amplo e multidimensional. O objetivo desse estudo foi buscar compreender o que significa qualidade de vida para mulheres praticantes de exercícios físicos regulares num clube recreativo da cidade de Araras/SP. Para atingirmos tal proposta, elaboramos um referencial teórico sobre a temática, seguido de uma pesquisa de campo. Nessa fase, optamos pela utilização da Análise de Conteúdo: técnica de elaboração e análise de unidades de significado como proposta metodológica. O universo real da pesquisa é composto por 10 mulheres e os instrumentos utilizados foram uma ficha de identificação e um questionário com uma pergunta geradora. Os resultados apontam para uma diversidade nas respostas o que converge com as discussões encontradas na literatura. Concluímos que o conceito de qualidade de vida é individual e parece revelar o anseio de se ter as necessidades básicas atendidas, assim como os desejos.

Apoio Trabalho: Capes - prosup

Manchado-Gobatto, F. B.; Motta, C. S. A.; Ribeiro, C.; Araujo, G.G.; Contarteze, R.V.L.; Gobatto, C.A.; Araújo, M.B.; Mello, M.A.R- Efeito do ciclo claro-escuro na determinação da velocidade crítica e capacidade de corrida anaeróbia de ratos Wistar

Instituição: 1 -Unesp- IB- Depto de Educação Física, 2- Faculdades Integr

Existe grande importância na determinação de parâmetros aeróbios e anaeróbios de ratos exercitados. Um dos protocolos utilizados em nosso Laboratório para avaliação desses animais em natação e corrida em esteira rolante é o modelo de não invasivo de potência crítica. Os ratos Wistar são caracteristicamente noturnos, porém grande parte dos procedimentos experimentais executados com essa linhagem ocorre no período diurno, não respeitando seu ritmo circadiano. Desse modo, o objetivo do presente estudo foi verificar o efeito do ciclo claro-escuro na determinação da velocidade crítica (Vcrit) e capacidade de corrida anaeróbia (CCA) de ratos corredores. Para isso, todo o procedimento experimental foi realizado com dois grupos separados aleatoriamente, em duas distintas condições de luminosidade: ciclo claro-escuro de 12/12 horas normal (grupo CN) e ciclo claro-escuro 12/12 horas invertido (grupo CI). Inicialmente houve um processo de seleção e

adaptação dos ratos à esteira rolante, sendo essa etapa já realizada nos respectivos ciclos. O protocolo para determinação de V_{crit} e CCA consistiu de 4 esforços exaustivos em velocidades aleatórias equivalentes a 25, 30, 35 e 40 m.min⁻¹, separadas por intervalo de 48 horas. Houve registro do tempo de exaustão em cada intensidade (tlim). A V_{crit} e CCA foram estimadas utilizando o ajuste linear velocidade versus 1/tlim, no qual a V_{crit} corresponde ao y-intercepto e a CCA, à inclinação da reta de regressão. Para comparação dos parâmetros aeróbio e anaeróbio obtidos em ciclo normal e ciclo invertido, um teste t-Student para medidas independentes foi utilizado, com nível de significância pré-fixado em 5%. A seleção dos ratos corredores revelou uma significativa influência do ciclo (16,3% e 28,9% de ratos caracterizados como corredores, em CN e CI, respectivamente). Houve distinção da V_{crit} determinada nas duas diferentes condições de luminosidade, sendo esta superior no ciclo 2,4 m.min⁻¹ e V_{crit} CI = 25,5±claro-escuro invertido (V_{crit} CN = 22,8 1,5 m.min⁻¹). Não foi observado efeito do ciclo na cap \pm acidade de 16,4) e no \pm 9,9m; CCA CI = 21,8 \pm corrida anaeróbia (CCA CN= 26,8 0,10 e R2CI= \pm ajuste matemático de regressão linear (R2CN=0,88 0,07). De acordo com os resultados é possível concluir que há \pm 0,85 necessidade de cautela com o ritmo circadiano de roedores na prescrição de exercício em esteira rolante, especialmente devido à condição aeróbia ser elevada quando o ciclo claro-escuro invertido é utilizado. Apoio Financeiro: FAPESP (processo n° 04/07070-5)

Apoio Trabalho: Apoio Financeiro: FAPESP (processo n° 04/07070-5)

Marche, A. L.; Moura, F. A.; Santiago, P. R. P.; Barbieri, F. A.; Cunha, S. A. - Análise comparativa do posicionamento dos jogadores da seleção brasileira de futebol nas copas do mundo de 1994 e 2002

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Desde sua introdução na Inglaterra em 1863 o futebol passou de esporte de elite para o mais popular em todo o mundo, e está em constante evolução, principalmente no posicionamento de seus jogadores em campo. O desenvolvimento tecnológico e o incremento de programas computacionais têm contribuído muito para evolução das pesquisas, sendo interessante sua utilização para estudar e comparar o comportamento dos jogadores em campo, principalmente durante a Copa do Mundo que é a competição de futebol mais importante. Para este fim existem inúmeros softwares. Um deles é o Skout (BARROS, 2002) que nos permite realizar análises táticas e técnicas dos esportes, registrando informações sobre o posicionamento e as ações realizadas pelos jogadores. O objetivo deste trabalho foi analisar e comparar o posicionamento dos jogadores utilizado pela Seleção Brasileira de futebol durante as Copas do Mundo de 1994 e 2002. Para isso, foram utilizados um videocassete, uma televisão, um computador, os softwares Skout e Matlab® e 10 fitas VHS. Todos os jogos da seleção brasileira de futebol durante as Copas do Mundo de 1994 e 2002 foram gravados. Todas as ações dos jogadores foram identificadas e codificadas, em um campo virtual através do software Skout. Para isso este programa possui uma representação gráfica do campo de jogo, a qual através de uma estimativa o operador indica o local onde os jogadores estão posicionados em cada uma de suas ações. A estimativa da posição de cada jogador da seleção brasileira foi feita clicando com o cursor do mouse em um campo virtual enquanto o pesquisador acompanha a partida em aparelho televisor que estava conectado em um aparelho de videocassete. Os dados das coordenadas x e y de cada jogador foram importados para o software Matlab®. Em seguida, com os dados dessas coordenadas, identificou-se a região do campo onde o jogador mais atuou, que será representada pelos eixos principais, formados por duas semi-retas ortogonais. Dessa forma, a partir da matriz de covariância dos valores de x e de y, correspondentes à localização dos pontos de interesse, calcularam-se os autovetores e os autovalores. Os autovetores são ortogonais entre si, sendo o primeiro autovetor apontado na direção de maior variabilidade. O ponto de intersecção entre esses dois eixos foi centrado nas médias dos valores de x e de y. Esse procedimento foi realizado para cada jogador, em cada uma das 14 partidas realizadas pela seleção brasileira de futebol nas copas de 1994 e 2002. Com esses dados, tem-se o posicionamento dos jogadores que foi utilizado pela seleção brasileira em cada uma das Copas, tornando-se possível à comparação da disposição dos atletas em campo. O estudo e a comparação do posicionamento dos jogadores em campo foram feitos por meio de uma análise visual dos resultados. Na Copa do Mundo de 1994 os resultados apresentaram que a seleção brasileira no setor defensivo teve poucas alterações de posicionamento. E os jogadores de meio campo sofreram alterações durante as partidas. Já no setor ofensivo houve pequenas mudanças no posicionamento dos atacantes. Assim pode-se afirmar que o posicionamento dos jogadores da seleção brasileira na Copa do Mundo de 1994 não houve grandes alterações nas sete partidas. Na Copa do Mundo de 2002, no setor defensivo verificou-se que o técnico brasileiro utilizou três jogadores, que em cada partida se posicionaram diferentemente. No meio campo também ocorreram mudanças de posicionamento entre os jogadores e no setor ofensivo nota-se poucas mudanças. Desta forma, na Copa do Mundo de 2002 houve maiores mudanças no posicionamento de seus jogadores. Na comparação das duas Copas do Mundo conclui-se que na Copa de 2002 a seleção brasileira adotou um posicionamento de jogadores diferente da Copa de 1994.

Martins, C. - Corpo, gênero e sexualidade no esporte olímpico

Instituição: UNESP - Rio Claro

Este trabalho tem como objetivo refletir sobre as concepções e prescrições de corpo, de gênero e de sexo presentes no campo do esporte olímpico. Tal reflexão se fará a partir do caso da adoção pelo Comitê Olímpico Internacional de medidas autorizando a participação de atletas transexuais em seus jogos a partir das olimpíadas de Atenas 2004. Bem como do caso do/a atleta Andreas Krieger que está processando o Estado alemão em razão dos sérios danos físicos e psicológicos a que foi submetido ao longo de sua vida desportiva. Quando atleta atendia pelo nome de Heidi. Andreas que hoje faz a barba três vezes por semana era uma jovem nascida no lado comunista de Berlim. Sonhava, então, em disputar a prova de arremesso de peso em uma edição dos Jogos Olímpicos. Durante quinze anos lhe foi prescrita, como suplemento vitamínico, a ingestão de uma pílula azul que lhe era oferecida sistematicamente embrulhada em papel laminado. A substância proporcionou performances esportivas inacreditáveis e lhe deu status de ídolo na então Alemanha Oriental. No entanto, as pequenas cápsulas alteraram seu organismo, ajudaram a transformar suas características sexuais mudando definitivamente toda sua existência. As pílulas que ingeriu não continham vitaminas. Na verdade, tinham em seu interior esteróides anabólicos, substâncias sintéticas análogas às funções do hormônio masculino testosterona. Embora proibidas no esporte, são utilizadas para aumentar força e potência dos músculos. Esta pesquisa pretende investigar, quais são as novas configurações dos corpos, dos gêneros e dos sexos na nossa atualidade a partir das relações de força que os investem e das estratégias que os modelam. Este estudo adota uma abordagem genealógica, que implica a apreensão das condições de possibilidade que fazem emergir, em uma dada época, as configurações corporais correspondentes às relações de força em presença em um dado campo social.

Mascarin, I; Pessoa Filho, DM - Validação do modelo p-tlim no crawl atado pelo modelo de vcrit de ajuste linear e suas implicações para treinamento com cargas na natação

Instituição: Depto. Educação Física, FC - UNESP/Bauru

Os modelos de velocidade crítica (vcrit) e de potência crítica (Pcrit) são empregados para fornecer parâmetros não invasivos dos índices aeróbios e anaeróbios do desempenho na corrida e no ciclismo. Na natação, o modelo vcrit tem sido empregado em alternativa ao modelo Pcrit pela ausência de consenso em modelar a potência mecânica na natação. Este presente estudo teve por propósito apresentar um viés para a estimativa da potência mecânica e comparar as similaridades entre as médias do tempo limite para os desempenhos do crawl sem empecilhos e atado, bem como a influências destes parâmetros sobre diferentes desempenhos do crawl sem empecilhos. Participaram desta pesquisa oito atletas de natação de ambos os sexos, em treinamento ininterrupto por mais de doze meses para competições de nível regional e nacional, pertencentes a associação Luso brasileira, Bauru, SP. Os sujeitos foram avaliados quanto ao tempo de nado nos desempenhos de 200, 400 e 800-m sem empecilhos e quanto ao tempo de exaustão em cargas relativas a 80, 90 e 100% da força de arrasto ativo (Fr). A velocidade nos desempenhos de 200, 400 e 800-m foi determinada pelo tempo médio para percorrer estas distâncias. A Fr foi estimada pela equação $Fr = Av^2$, onde A é constante de proporcionalidade e equivale a $[(0,35 \times \text{massa corporal}) + 2]$; e v^2 é a velocidade máxima de nado ($v_{\text{máx}}$) de nado ao quadrado, determinada pelo tempo médio para percorrer uma distância de 13-m. A Fr em $v_{\text{máx}}$ foi transformada em quilograma e considerada a carga cujas frações de 80, 90, e 100% compuseram os estágios progressivos do teste de exaustão no sistema de nado atado. Os protocolos previam esforços contínuos, em intensidade constante e com tempo de exaustão entre 3 a 5, 5 a 10, e 10 a 15-min. O sistema de nado atado é composto por roldanas, configurando uma talha exponencial que acomoda as cargas e que é anexada à cintura do nadador. A variável mecânica que foi relacionada ao tlim do exercício é a potência mecânica produzida pela mão (hidrofólio) no crawl-atado (PATado), determinada pela equação $Patado (W) = \text{Carga (N)} \times v_{\text{mão}}$, onde $v_{\text{mão}}$ corresponde, nestas condições de nado, à $[\text{Carga}/(0,5C_{\text{xmão}} \times S_{\text{mão}} \times p)]^{1/2}$. O tempo limite do exercício foi observado quando ocorresse a exaustão voluntária, ou o tracionamento do nadador pela carga. Os modelos foram análogos aos modelos P-Linear e obtidos por regressão linear simples pelo pacote estatístico SPSS. As diferenças entre os tempos de exaustão no desempenho sem empecilhos e atado foram testadas pelo teste Mann-Whitney e as correlações entre os parâmetros dos modelos dLim-tLim, $v-1/tLim$ e PATado-tLim com o tempo de desempenho nos 200, 400 e 800-m foram obtidas pelo coeficiente de Pearson. Não foram observadas diferenças entre o tempo limite nos desempenhos de 200, 400 e 800-m e, respectivamente, os tempos de exaustão em 100, 90 e 80% da força de arrasto ativo. Isso pressupõe haver relações entre percentuais submáximos de Fr e o desempenho de nado em condições aeróbias. O estudo apresentou os valores de vcrit de $1,24 \pm 0,13\text{m/s}$, pela relação dLim-tLim; e de $1,29 \pm 0,12\text{m/s}$ pela relação $v-1/tLim$. Os valores de DAN (distância anaeróbio de nado) foram observados em $31,52 \pm 9,01\text{-m}$ pela relação dLim-tLim; e em $24,79 \pm 5,26\text{-m}$ pela

relação $v-1/tLim$. Foram estimados valores de $Pcrit$ em $417,66 \pm 176,94W$ e CTA (capacidade de trabalho anaeróbio) em $35,96 \pm 14,37KJ$. Esses valores de v_{crit} estão em conformidade com aqueles apresentados na literatura. Porém os valores de $Pcrit$ e CTA são bem superiores aqueles apresentados na literatura. Os parâmetros da aptidão aeróbia, v_{crit} e $Pcrit$, apresentaram correlação negativas com os desempenhos do crawl nos 200, 400 e 800-m, que são eventos supridos, predominantemente, pelo metabolismo aeróbio. Não foram demonstradas relações de DAN e CTA com os desempenhos de nado. Essas relações asseguram a estimativa de $Pcrit$, pela relação $PA_{tado}-tLim$, com o índice correlato a v_{crit} .

Matos, J.C.P.; Ramos, L.F.A.O.; Felício, P.F.V. - Aplicação do WHOQOL-bref como indicador do estado menopausal de mulheres climatéricas com diferentes níveis de atividade física

Instituição: Programa de Saúde da Família - Bom Jesus-GO

O climatério é o período em que ocorre a transição da fase reprodutiva para a não-reprodutiva da vida da mulher, iniciando com o declínio da função ovariana e o anúncio da menopausa. As reações emocionais ocorridas no climatério são variáveis, muitas mulheres vivenciam esse período de forma assintomática ou com sintomas inexpressivos, dando início a uma nova etapa de amadurecimento existencial; outras, porém, vivenciam de forma negativa, apresentando vários sintomas e queixas psíquicas, como irritabilidade, ansiedade, depressão e disfunções sexuais. O objetivo do presente estudo foi investigar a percepção da sintomatologia climatérica de mulheres, e se essa percepção é diferente para as mulheres que praticam ou não atividade física. A amostra constituiu-se de 64 mulheres climatéricas, atendidas pelo Programa de Saúde da Família (PSF) da cidade de Bom Jesus-GO. As mulheres foram divididas em 2 grupos (praticantes e não praticantes de atividade física). Como coleta de dados, utilizou-se o WHOQOL-bref, um questionário estruturado, proposto pela OMS para avaliar qualidade de vida. Apesar das queixas serem semelhantes para os dois grupos, pudemos observar que as pontuações médias foram maiores no grupo que pratica exercício físico, o que demonstra maior qualidade de vida. Essas pontuações apresentaram diferença estatística o domínio psicológico ($p=0,019$), para o domínio físico ($p=0,021$) e para o meio ambiente ($p=0,012$). Com esse estudo podemos concluir que a atividade física regular e adoção de um estilo de vida ativo são necessários para promoção da saúde e qualidade de vida durante o período do climatério, podendo acarretar em diversos benefícios tanto na esfera física quanto mental e proporcionando uma melhor qualidade de vida.

Menezes, F.D.; Guglielmo, L.G.A. - Respostas do lactato sanguíneo na escalada esportiva INDOOR guiada e na escalada esportiva INDOOR por TOP ROPE

Instituição: Centro de Desportos (CDS), Departamento de Educação Física

INTRODUÇÃO: A escalada esportiva (EE) é uma modalidade originada do alpinismo, e foi inserida, no Brasil, no contexto do montanhismo. Ela é praticada em superfícies verticais, pedras, penhascos, paredões, falésias etc. e, mais recentemente, foi adaptada para ambientes indoor (EEI), tais como ginásios e academias, constituídos de paredes artificiais e de outros recursos que simulam as condições da escalada. Esses ambientes são projetados e equipados para garantir segurança ao escalador. A EEI pode ser praticada de duas maneiras diferentes: 1) a escalada esportiva indoor por top rope (EEITR), em que a corda que protege o escalador vem de cima, de modo que reduz a possibilidade de quedas com choque. 2) a escalada esportiva indoor guiada (EEIG), em que a corda que protege o escalador sai de baixo e vai sendo levada por ele, para cima, para as próximas ancoragens, requerendo contrações musculares adicionais comparadas a EEITR, podendo resultar em uma produção maior de lactato. Entretanto, ainda não existem dados na literatura que confirmem estas afirmações. A EEITR, geralmente, é praticada por iniciantes e nos treinamentos, enquanto a EEIG é mais voltada para competições, uma vez que necessita de mais experiência, tanto do escalador, quanto do companheiro que faz a segurança com a corda. **OBJETIVO:** Desta forma, este estudo tem como objetivo comparar as respostas do lactato sanguíneo (LS) entre a EEITR e a EEIG em duas vias de dificuldades diferentes (6sup e 7A). **METODOLOGIA:** Para a realização deste estudo, a amostra experimental foi composta por seis escaladores de Florianópolis, SC, ($22,8 \pm 4,5$ anos; $65,3 \pm 3,5$ kg; 172 ± 4 cm; $7,5 \pm 2,1\%$ de gordura corporal; $4,9 \pm 4,5$ anos de experiência). Os escaladores realizaram quatro escaladas (uma EEITR e uma EEIG em uma via vertical, de graduação 7A; e uma EEITR e uma EEIG em uma via, com vertical e negativo, de graduação 6sup). Foram coletadas amostras de sangue do lóbulo da orelha antes e após cada escalada. A determinação do LS foi realizada por meio de um analisador eletroquímico (YSL 1500 STAT). A análise de variância Two-way, seguida pelo teste de Tukey, foi empregada para comparar os valores de LS entre os tipos de vias e escaladas. **RESULTADOS:** Os valores de LS obtidos na EEITR (antes = $1,13 \pm 0,16$ e depois = $4,45 \pm 1,44$) não foram significativamente diferentes da EEIG (antes = $1,13 \pm 0,46$ e depois = $3,72 \pm 0,62$) para o grau de dificuldade 7A. Da

mesma forma, os valores de LS obtidos na EEITR (antes = $1,34 \pm 0,30$ e depois = $4,04 \pm 1,04$) não foram significativamente diferentes da EEIG (antes = $1,56 \pm 0,52$ e depois = $4,62 \pm 1,26$) para o grau de dificuldade 6sup. Também, não foi encontrada diferença significativa entre os graus de dificuldade (7A e 6sup) antes e depois da escalada. **CONCLUSÃO:** Pode-se concluir que a resposta do LS parece não depender do tipo de escalada (EEITR e EEIG) e do grau da via (7A e 6sup) investigados no presente estudo. Entretanto, pode ser especulado que o grau de dificuldade (7A e 6sup) pode ser compensado pela negatividade da via, durante a escalada guiada. Contudo, recomenda-se uma ampliação desta base de dados, em que possam ser testados mais escaladores em diferentes vias, para a confirmação destas conclusões.

Mesquita, R.G.; Chaves, W.M. - Gênero, preconceito e arbitragem feminina de futebol

Instituição: FAMATH-Faculdades Integradas Maria Thereza

O presente estudo objetiva destacar os preconceitos e discriminações envolvidas no exercício da profissão de árbitra de futebol. O problema centra-se na detecção de quais são os preconceitos / discriminações que ocorrem no exercício desta profissão, destacando os relacionados à questão de gênero. O termo gênero está relacionado às construções sociais e culturais envolvendo as diferenças entre homens e mulheres. Estas construções indicam papéis a serem seguidos por ambos os sexos, nas atitudes, nos costumes e nas profissões específicas. As questões de gênero e sexualidade necessitam de uma compreensão muito além das reduções unicamente biológicas, pois as formas de ser feminino ou masculino surgem por meio da produção cultural e social historicamente construídas. O androcentrismo é um dos preconceitos que vem impregnando as ideologias em diversas áreas e a partir da ótica social supõe um acúmulo de discriminação e injustiça em relação à mulher. O preconceito, por definição, está associado às idéias pré-concebidas que, por vezes, não apresentam fundamentações adequadas e geram a discriminação, que é o comportamento, o modo de agir do grupo social, que implica em repulsa, seleção, elitização, marginalização, formação de estereótipos, intolerância com as diferenças, dentre outros aspectos que reforçam as desigualdades e o autoritarismo nas relações de poder. Na pesquisa foi aplicado um questionário fechado para as sete árbitras atuantes e registradas oficialmente na Federação de Futebol do Estado do Rio de Janeiro. O estudo demonstrou que: o fator que mais influenciou na escolha da profissão é o gosto pelo esporte (43%), seguido pelo fato de ser praticante do esporte (29%), influência de amigos (14%) e por querer conhecer as regras do jogo (14%); a reação de familiares e amigos pela escolha é de curiosidade (43%), orgulho (29%), naturalidade (14%) e desconfiança (14%); o preconceito mais encontrado está relacionado às questões de gênero / sexualidade (86%); a remuneração é a mesma para homens e mulheres (86%); quanto à escolha da arbitragem para jogos, as entrevistadas (71%) afirmaram que não existem discriminações em relação ao sexo; as árbitras acompanham os informes da mídia (86%), sendo que 43% afirmaram que a mídia atua de forma natural e 43% que ela atua de forma preconceituosa em relação à arbitragem feminina; quanto ao respeito à capacidade técnica da mulher na arbitragem, 86% das entrevistadas já vivenciaram ou tiveram relatos de árbitras que sofreram discriminações de jogadores, treinadores / dirigentes e torcedores e destas, 83% consideram que o fato de sofrerem pressões desta ordem não altera a sua capacidade de arbitrar; 71% já sofreram preconceitos pelo fato de serem do sexo feminino, porém todas afirmaram que isto não interfere na sua capacidade de arbitrar; todas responderam que quando sofrem pressão, antes ou durante um jogo, atuam com naturalidade; e 86% disseram que apesar das dificuldades encontradas, não pensam em desistir da profissão. A história se faz na contraposição de valores, na descoberta e instituição de novas significações para as ações e relações humanas. A democratização do espaço para os profissionais da arbitragem de futebol faz-se importante, no sentido da superação de barreiras quanto à questão de gênero / sexualidade, de forma que o trio destinado para conduzir uma partida possa ser formado somente por homens, mulheres ou de forma mista, de acordo com a competência técnica, física, emocional e ética de cada um. Finalizando, apesar dos preconceitos e discriminações encontradas num mercado que tradicionalmente e culturalmente os homens sempre predominaram, as mulheres estão ocupando seus espaços, resistindo e aprimorando cada vez mais suas habilidades e competências para o pleno exercício da profissão.

Moraes, M.R.C. - O corpo taoísta e a acupuntura ocidental: diferentes saberes e racionalidades médicas

Instituição: PUCSP-Ciências da Religião

Acupuntura é a tradução ocidental de uma técnica que originalmente pertencia a um conjunto simbólico fundamentado na cosmologia taoísta. Como em toda tradução, ocorreu uma redução do seu significado original. Na medicina chinesa clássica são utilizadas várias técnicas diagnósticas e terapêuticas em conjunto, dentro de uma lógica de correspondência simbólica, não há predominância da acupuntura como ocorre no ocidente. A medicina chinesa contemporânea é bastante

diferente da clássica, recusa os princípios tradicionais taoístas, reforça o combate à dor e prioriza o tratamento de um determinado repertório de doenças. Ou seja, em seu próprio meio cultural a medicina chinesa sofreu um processo de secularização e ocidentalização, e assim é exportada. Por outro lado, a ampliação da aceitação de medicinas desenvolvidas por culturas tradicionais faz parte de um processo de transformações das concepções ocidentais de corpo e saúde, evidenciado após a Segunda Guerra, estimulado pela contracultura e acelerado com a globalização. Inspiradas em concepções espirituais e vitalistas, essas e outras medicinas denominadas alternativas, foram valorizadas por influência da contracultura, que contestava o conhecimento racional científico como único produtor da verdade e as idéias de corpo físico enquanto máquina organizada, fragmentação do indivíduo em corpo, mente e espírito, e alienação da espécie humana do restante da natureza. Inseridas nesse novo contexto, as práticas chinesas representam uma reação ao processo civilizatório imposto sobre o corpo ocidental após a modernidade. No Brasil, a acupuntura já foi considerada charlatanismo, alternativa, e atualmente ganhou status de ciência, sendo utilizada como tratamento complementar em consultórios médicos particulares e na rede pública de saúde. Sua ampla popularização nas últimas décadas, apesar da resistência médica inicial, indica alterações na idéia de corporeidade que possibilitam a assimilação de diferentes tipos de tratamentos pela sociedade brasileira. Essa comunicação pretende ser uma breve apresentação das concepções de corpo e saúde da cultura chinesa clássica e suas diferenças com os conceitos ocidentais, a partir da acupuntura praticada nas duas culturas. Para isso utilizaremos o conceito de racionalidade médica construído por Madel Luz, composto por 6 itens: morfologia (anatomia), dinâmica vital (fisiologia), doutrina médica (causas e origens das doenças), sistema terapêutico (tratamento), sistema diagnóstico e uma cosmologia que embasa todos os itens anteriores. Discutiremos cada um desses tópicos da racionalidade chinesa clássica. As pesquisas de Luz apontam a convivência entre diferentes racionalidades médicas na atualidade. O resgate do paradigma vitalista indicaria uma crise na saúde e na medicina e também um descontentamento da sociedade com a mercantilização da saúde e do ser humano. Segundo a socióloga, as medicinas alternativas podem contribuir para o restabelecimento do sujeito sofrido ao locus central do tratamento, além de evidenciar a importância dos aspectos simbólicos da relação médico-paciente para a cura. A cientificação da acupuntura pode implicar na subtração daquilo que propiciou a expansão da procura por esse tipo de tratamento no ocidente. Finalizando, gostaríamos de mencionar a crescente tendência de descaracterização da prática de acupuntura que acompanha sua popularização enquanto profissão. A formação em acupuntura vem funcionando como um diferencial para colocação dos profissionais da área da saúde no já disputado mercado de trabalho. Porém, a eficácia do tratamento depende também de fatores simbólicos geralmente desvalorizados, considerados ultrapassados pela acupuntura científica. Esperamos contribuir para o melhor entendimento da cosmovisão subjacente à acupuntura e para a dissipação de preconceitos com relação aos saberes tradicionais.

Nascimento de Jesus, A; Fernandes de Moraes, AL - A dança, a técnica, o sagrado

Instituição: Faculdade de Educação - Unicamp

A dança, a técnica, o sagrado Adilson Nascimento de Jesus Ana Luísa Fernandes de Moraes A dança é uma das manifestações arcaicas dos sentimentos e da alma humana. Sabemos, pelas inscrições nas paredes das cavernas, que a dança tem feito parte da vida do humano desde o momento em que, supostamente, quis manifestar seu estardalhaço diante de suas experiências com o sagrado. Perante o fascínio da divindade e para que não fosse desintegrada sua mínima consciência de si e do mundo, e mesmo numa forma de aproximação daquilo que o fascina, o ser humano dança. Como toda primeira experiência tem muito de caótico, porque nova no conjunto de nossos conhecimentos; porque a experiência com o sagrado muitas vezes pode ser destrutiva, e abalar tudo o que conhecemos e entendemos como sendo o eu, que é o que nos identifica conosco mesmo, é que criamos uma caminho de aproximação ao sagrado: o ritual. Assim, a técnica ritual, é uma forma de integração e aproximação de nossa consciência com aquilo que ainda é obscuro e sagrado em nós. O ato de criação é uma dentre as necessidades humanas. Sem o alimento, o descanso, o sexo, a religiosidade e a criação, não vivemos ou nos mantemos completos. O ato de dançar, que é também um ato de criar, me permiti atingir a transcendência, ou seja, ir além dos domínios da consciência. Toco o desconhecido em mim e para além de mim. A intuição é meu jeito de compreender o mundo. O que crio, o que percebo vêm inteiros. Intuir é compreender a totalidade de uma situação, coisa, ou ser. Súbito, sou iluminado pelo relâmpago da compreensão imediata. O pensamento vem depois. A técnica é a estabilização de um certo fazer, que somente é conservado, graças à sua eficiência na realização daquilo que é preciso ser feito. A natureza é conservadora, i.é., a natureza quer conservar a vida, e todo conhecimento existe para a sua manutenção. Então, partindo daquilo que muitas vezes surge de forma intuitiva como dança, que é antes de tudo uma totalidade em linguagem simbólica de expressão da alma, tentamos organiza-la e dar-lhe inteligibilidade. A técnica é a óbvia consequência para quem quer e vai ensinar aquilo que sua alma lhe transmite de suas profundezas como um mistério, incomparável a qualquer outro mistério. Esse mistério é o nosso segredo mais íntimo. Talvez seja tudo o que tenhamos a aprender. Sua tessitura hieroglífica, transcriamos em dança. Mesmo assim, a dança é apenas um pálido espectro da totalidade desse mistério. Tentar compreendê-lo nos empurra para o centro da essência de toda a existência. A educação corporal é uma dentre as muitas vias de acesso de nossa auto-consciência, que é a educação da totalidade do humano e não

somente de seu físico. Nessa dimensão, o corpo, além de ser energia densificada, é a aparência como nossa matéria e espírito se manifestam. Educar é um ato prospectivo. O que implica outra perspectiva diferente dessa que hoje entendemos como educação em nossas escolas. Como compreender nosso enigma e preenche-lo de um significado próprio e original? O sagrado nos habita. Emerge de nossa inconsciência como uma dádiva à nossa consciência. Porém, como perceber ou despertar para o sagrado, vivendo num mundo tão arraigado à razão e à materialidade? Vivemos num mundo cada vez mais dessacralizado. A angústia vem nos habitar à nossa revelia. Quedamo-nos neuróticos. Somatizamos os tumultos em nossa alma. Aquilo que não compreendemos, torna-se o demônio que nos devora um naco a cada dia. Toda e qualquer atividade artística, pode ser uma forma de entrada em contato com o sagrado em nós – o religare - , além da religião, que é a prática mais comum. Hoje temos a dança como uma prática de religiosidade não dogmática. E que não se queira ver nenhum misticismo nisso, mas sim nossa mundana experiência religiosa: carne e espírito, luz e sombra se encontram num casamento de opostos. Um não pode sem o outro: dançar é.

Nascimento, K.C.; Volp, C.M. - Influência da reeducação postural global nos estados emocionais e auto estima

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Nós “seres humanos” sofremos alterações em nosso estado emocional a todo instante! E o nosso corpo se expressa a cada momento de uma forma diferente, fazendo com que haja alterações posturais. Nós, seres humanos, somos muito inconstantes, e numa questão de segundos mudamos toda a nossa estrutura, a nossa forma de pensar, de se comunicar e até mesmo de viver. As emoções podem ter um poderoso impacto na maneira como percebemos e reagimos, embora muitas vezes, não tenhamos consciência de que elas estão atuando. Considerando o íntimo relacionamento entre postura e estados emocionais este trabalho teve como objetivo verificar a influência da Reeducação Postural Global nos Estados Emocionais. Participaram desta pesquisa 30 pessoas que estavam sendo atendidas em sessões de RPG semanais em seis clínicas especializadas. A idade dos participantes variou e 13 a 56 anos. A procura pela RPG foi, principalmente, dores na coluna vertebral. Eles foram avaliados através de um questionário especialmente elaborado para colher informações sobre seus estados de ânimo e auto estima. As respostas ao questionário evidenciam a contribuição proprioceptiva decorrente da intervenção nos estados de ânimo, na consciência corporal, na auto imagem e, em decorrência, na auto estima. Por meio deste instrumento foi possível verificar que: (1) o principal motivo para a procura da RPG foi dores na coluna; (2) a maioria freqüentou 4 sessões mensais de RPG; (3) 90% relatou sentir dor imediatamente após a sessão, porém não mais que antes e não intensa após; (4) 95% afirmou sentir-se apto a policiar sua própria postura após as sessões; (5) 95% declarou-se “mais contente consigo mesmo” após as sessões; (6) 90% disse perceber melhor seu próprio corpo; (7) 83,3% se mostrou mais confiante; (8) 90% assinalou ficar mais tranquilo; (9) 100% afirmou não se sentir contrariado durante e após as sessões; (10) 100% percebe seu corpo mais bonito; (11) 86% percebe melhora na auto estima; (12) 86% não considera os resultados da RPG lentos. Assim, diante destes resultados pode-se afirmar que as sessões de RPG influenciam nos estados de ânimo de forma positiva, contribuem para melhora da auto estima, contribuem para o alívio de dores principalmente da coluna vertebral e deixam as pessoas mais conscientes sobre sua postura e, conseqüentemente, sobre seu corpo. Conclui-se que a RPG é uma intervenção positiva para o bem estar geral do indivíduo. Recomenda-se um trabalho de consciência corporal de qualidade na educação física de forma preventiva para atingir os mesmos objetivos que a RPG se propõe nos tratamentos.

Neira, M. G. - Pedagogia da Educação Física frente à diversidade cultural: uma reflexão sobre as experiências portuguesa e brasileira

Instituição: Faculdade de Educação da USP

O multiculturalismo tem se constituído em uma das grandes barreiras à escolarização homogeneizadora presente nas propostas de unificação curricular, avaliação controladora e conteúdos extraídos da cultura hegemônica. Na sociedade portuguesa e brasileira diversos estudos denunciam a crescente tensão entre a cultura veiculada pela escola frente ao patrimônio apresentado pelos seus novos frequentadores. Esse quadro tem apresentado diversos desafios à educação, de forma ampla, e às práticas pedagógicas em especial, ou seja, a questão que se coloca é: Qual currículo desenvolver? Essa preocupação se irradia, obrigatoriamente, pela formação docente, condições da escola, políticas educacionais etc. Nesse sentido, uma série de modificações curriculares têm sido implementadas visando incluir o Outro no projeto educativo das instituições escolares que, cada vez mais, por força de lei, os têm acolhido. Esses grupos sociais, que até recentemente se encontravam alheados da escola, a ela adentraram e nela encontram “linguagens”, para eles, desconhecidas. Dentre as inúmeras formas humanas de comunicação e expressão, o multiculturalismo manifesta-se de forma intensa nos “textos”

produzidos pelas manifestações da cultura corporal. Nesse sentido, o repertório de gestos e práticas corporais trazido pelos novos membros da comunidade escolar mostra-se, muitas vezes, diverso daquele privilegiado pela educação escolar, o que ocasiona descompasso, afastamento e resistência por parte dos alunos ou, o pior, a fixação propositada e distorcida de signos de classe, etnia e gênero pertencentes a outros grupos culturais. Visando promover uma reflexão sobre essas questões, a presente investigação recorreu ao estudo etnográfico das práticas pedagógicas da Educação Física em duas escolas portuguesas e uma brasileira que, como ponto em comum, atendem às comunidades multiculturais. Os professores responsáveis pelas aulas e dois professores formadores foram entrevistados a partir da assistência às imagens coletadas. Essa técnica possibilitou a reflexão dos docentes sobre a própria prática e a prática intercultural. Os materiais coletados foram confrontados com a teorização multicultural de McLaren, Hall, Steinberg e Kincheloe e com a teorização curricular e pedagógica de Oliveira-Formosinho, Formosinho, Silva e Moreira. A investigação realizada permite apontar como descobertas relevantes, por um lado, a presença de uma linearidade entre as concepções curriculares, as perspectivas multiculturais e a ação pedagógica dos professores e, por outro, a abertura à utilização de recursos interculturais como fomentadores da reflexão sobre a prática. Palavras-chave: Multiculturalismo – Educação Física - Pedagogia

Apoio Trabalho: CAPES

Neves, T.P.; Aguiar, C.M. - Flores da terra para São Sebastião

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

O presente trabalho tem como propósito apresentar o resultado de uma pesquisa realizada 2002-003 e apresentado no ano de 2003, como trabalho de Conclusão de Curso: As danças são: A Panela do arroz, caranguejo, bate-pé, ciranda, chimarrete e vilão do lenço. Voltando para a comunidade após o término da graduação estou dando continuidade ao trabalho. Atualmente ainda realizado junta a uma parcela da população caiçara que ainda reside em Boiçucanga com o objetivo de resgatar, através da história oral caiçara, lembranças de alguns costumes ligados ao entretenimento, recreação e o lazer. Ocorreu o destaque para as atividades de Danças folclóricas, tais como: Panela do arroz, caranguejo, bate-pé, ciranda, chimarrete e vilão do lenço, ainda presente entre eles e que sobrevive em suas festas tradicionais. Através destas ações diversas iniciativas de projetos se iniciaram em 2003- 2004 (tcc) e estão se expandindo, através de oficinas realizadas junto e para os moradores da comunidade da Costa Sul de São Sebastião. Outras ações foram surgindo e ampliando as possibilidades de trabalhar com a questão do resgate cultural, bem como, de Danças e Folguedos no Antigo Bairro Rural de Boiçucanga". Três exemplos são sinais destas ações: Projeto: "Canta & Dança Pequeninho & Esperança". Projeto realizado voluntariamente com crianças e adolescentes na Costa Sul de São Sebastião, sertão das praias de Barra do Sahy, Baleia Verde, Cambury e Boiçucanga. Este projeto está ligado a Rede Navegar, Rádio Comunitária, ONG ANIMA e CENPEC. A Rede Navegar, é um grupo de pessoas que desenvolvem trabalhos sócio-educativos com crianças e adolescentes, foi formada no ano de 2005 e se apresentou através de um Seminário sobre ações Sócio Educativas no ano de 2006, para a comunidade, especialistas em educação, MINC e Prefeitura municipal de São Sebastião. Minha participação consiste, em oferecer para as crianças aulas de músicas e danças tradicionais; recreação ambiental; e através de atividades de caráter lúdico capazes de desenvolver alguns aspectos socioeducativos e socioambientais. Projeto: "Mata Atlântica: Canta & Dança". Projeto de composição musical, (composições próprias), com temas sobre aspectos regionais e culturais de São Sebastião. Interpretação, dessas composições e outras do resgate cultural caiçara. Composição e interpretação de músicas infantis e populares. Este especificamente já apresentado em seminário e eventos realizados pela secretaria de cultura de São Sebastião, (lançamento do livro este povo da Beira Mar). Projeto para a Rádio Comunitária: "Ritmos e Danças do Brasil". Projeto idealizado em 2006 e iniciará em Março de 2007, tem o objetivo de apresentar as músicas das danças populares brasileiras divulgar assuntos sobre cultura raiz e convidar pessoas da comunidade que estão ligadas a os movimentos de cultura popular. Enfim, essas são as iniciativas que se chamam "Flores da terra".

Nicolino, Aline; Bueno, Sônia Maria - Gênero, corpo e sexualidade na classe popular: análise a partir de padrões corporais de beleza feminina

Instituição: EERP-USP-Depto. Psiquiatria e Ciências Humanas

O atual modelo de beleza feminino e a supervalorização da aparência física são as temáticas deste estudo, que sugere reflexões sobre as exigências sociais de padrões corporais, valendo-se da dedicação e da disciplina na prática de exercícios, utilização de medicamentos e até intervenções cirúrgicas, para conquistar um físico rígido e magro. A curiosidade em investigar estes elementos que se atrelam aos ideais padronizados de beleza, partiu de observações empíricas efetivadas durante nossa trajetória na Universidade de Educação Física. E, logo, se estendendo para outros contextos, como: escolas,

clubes, academias, centros desportivos, bares, bem como no próprio convívio com os amigos e familiares. Por vez, relacionar felicidade a um estereótipo de beleza, mesmo que esse ideal esteja distante da sua própria estrutura corporal, é uma associação que muitas pessoas se submetem, em uma cobrança pessoal, mas que também pode interferir nas suas escolhas afetivas, ou seja, supervalorizar a aparência física nas pessoas com quem se relaciona. Diante do exposto, a problemática do estudo enfoca a preocupação atribuída à aparência física e suas implicações representativas em um modelo ideal de corpo que, muitas vezes, não se enquadra com sua estrutura corporal e como isto, interfere na forma de vivenciar e se interagir com sua corporeidade. A investigação procura levantar a opinião de gênero e sexualidade de estudantes do sexo feminino, de classe popular, já que o excesso de preocupação por um corpo ideal nos faz refletir na forma como este corpo vem sendo visto, sentido e representado, entendendo o disciplinamento e controle do corpo “malhado” como um importante instrumento cultural de poder. Os procedimentos metodológicos se fundamentaram na pesquisa de campo, por meio da pesquisa-ação, de forma possibilitar a produção de conhecimento e a resolução de problemas, identificados através da observação sistemática e questionário, aplicados em 26 alunas, de baixa renda, de uma escola do interior paulista. Usou-se a entrevista, tendo como instrumento, um questionário para melhor norteamento dos quesitos propostos para o desenvolvimento das oficinas. Por fim, as informações obtidas durante o processo investigativo permitiu discutir, analisar e interpretar, com base na literatura trabalhada. A observação realizada durante os encontros, as conversas informais com as adolescentes e a aplicação do questionário, possibilitou reunir e confrontar dados, de forma a estruturar um possível critério de organização e ordenação que contemplasse as respostas de todas as participantes. Com isso, mesmo nas respostas que apresentam traços comuns com outras, pertencendo a uma mesma classificação, não foram descartadas individualidades e diferenças de cada participante. As informações coletadas apresentaram que o padrão de beleza feminino enaltecido por elas é distante do modelo magro e esquelético, o qual associam, muitas vezes, com doença e feiúra. Muitas acreditam que a beleza é fundamental e interfere nas relações sociais. Demonstraram carência de informações em torno da sexualidade, no que se refere ao reforço de mitos e preconceitos, falta de conhecimento sobre o assunto e consciência corporal. Temáticas relativas a virgindade e o não uso de preservativos, foram os mais citados pelas meninas, tendo como consequência gravidez precoce e transmissão de doenças sexualmente transmissíveis, ainda que a maior parte dos relatos apresentaram a prevenção como primordial para essa fase de suas vidas. Os resultados também evidenciaram a falta de oportunidades sociais interferindo em suas escolhas, pois acreditam que ter filhos e formar uma família é a única opção para o seu futuro.

Apoio Trabalho: EERP-USP-Depto. Psiquiatria e Ciências Humanas

Novaes, C; Souza Neto, S - O programa de pós-graduação em Educação Física: um estudo de caso

Instituição: CIES - Centro Integrado de Ensino Superior

A constituição de um programa de pós-graduação traz em si, por trás das decisões curriculares, discussões políticas que ilustram a intrincada trama entre os âmbitos político e científico, muitas vezes sublimada como uma questão puramente “epistemológica”. Dentro desse contexto se torna muito importante conhecer o contexto em que aconteceu o nascimento e o desenvolvimento da Pós-graduação em Educação Física, visando encontrar os pressupostos que nortearam a sua configuração. O início da Pós-graduação em Educação Física data de 1977, na Universidade de São Paulo (Faculdade de Educação Física e Esporte), tendo como referência o Diagnóstico da Educação Física e dos Desportos, documento este, elaborado pelo Ministério da Educação e Cultura (MEC). No processo de criação da Pós-graduação em Educação Física tornou-se crucial a participação do Grupo de Consultoria Externa (GCE), criado no Departamento de Educação Física e Desportos do Ministério da Educação, com o intuito de “analisar a situação do ensino e propor medidas com vistas à implantação da Pós-graduação nessa área” (SILVA, 1999, p. 58). Porém, nos relatórios do GCE foi destacado, como ressalta Afonso (1992, p. 3), que a prioridade deveria ser a formação de docentes, em nível de Mestrado e Doutorado, “capazes de projetar a Educação Física ao nível de aculturação já alcançado em outras áreas... bem como incentivar a formação de pesquisadores em Educação Física conforme a política de desenvolvimento nacional”. Porém, cabe lembrar que, no início da década de 1970, a pesquisa científica passou a ser uma necessidade que as universidades buscaram suprir, incentivando seus docentes a ingressarem em cursos de pós graduação *stricto sensu* no exterior. Com o retorno desses docentes uma nova realidade configurou-se: transformar a Educação Física em área científica ou fundamentá-la cientificamente (NÓBREGA, 2003). Para Silva (1999), o grupo que estava em consonância com o Plano Nacional de Pós-Graduação reconhecia dois problemas fundamentais nesse processo: a inexperiência da área da educação física no campo da pós-graduação e o número reduzido de professores titulados para a implantação destes programas de pós-graduação. No entanto, uma vez implantado o Programa de Pós-graduação em Educação Física, de 1977 à 2007, se chegou a 20 programas (BRASIL, 2006) num espaço de 30 anos, apresentando um crescimento significativo para a área. Neste contexto escolheu-se a proposta de pós-graduação de uma universidade pública da década de 90 (identificado aqui como PPG, e suas

áreas de concentração, pautadas respectivamente nas ciências humanas e naturais, identificadas como AcH e AcN), tendo como objetivo levantar dados sobre a constituição deste programa, processo de formação e produção de conhecimento, a partir da análise das dissertações de mestrado produzidas no período de 1999 a 2002. No bojo desse objeto de investigação emergiu a questão de estudo: “como o PPG se constituiu no que tange ao seu(s) referencial(is) teórico(s), área de concentração AcH e relação referencial(is) teórico(s) - área de concentração AcH ? A análise dos resultados obtidos no estudo apontou indícios de uma possível fragmentação da área de conhecimento, levando a falta de uma aquiescência básica acerca da identidade do programa, sugerindo a necessidade de uma nova configuração curricular. Sobre o conhecimento veiculado nas dissertações da Área AcH considerou-se que a mesma demonstrou, no que tange a sua produção acadêmica, que não há clareza conceitual sobre a própria proposta. Observou-se que os dilemas enfrentados pelas ciências humanas no campo da Educação Física, em sua senda acadêmica, exigem uma nova configuração curricular visando fortalecer a área de concentração. Esta ação passa pela melhor definição da(s) epistemologia(s) que a orientam, bem como a articulação consensual entre suas linhas de pesquisa.

Apoio Trabalho: CNPq

Nuñez, P R M; Silva, J V P; Habitante, C A - Análise do somatotipo e da composição corporal em atletas da seleção brasileira de handebol feminino cadete de 2006

Instituição: Uniderp-Curso de Educação Física-LAPERHS

Pesquisas demonstram que atletas quando submetidos a programas de treinamento físico podem apresentar alterações nos seus componentes corporais, e ainda características antropométricas alteradas, repercutidas pelo treinamento sistemático. Assim sendo, o conhecimento sobre a composição corporal é imprescindível para as exigências no handebol, bem como controlá-las durante o processo de treinamento é de suma importância para um bom desempenho das jovens atletas da Seleção Brasileira. O propósito deste estudo foi identificar a composição corporal (CC) e o perfil somatotípico das atletas da Seleção Brasileira de Handebol Feminino Cadete, participantes da fase de treinamento no ano 2006. O estudo foi do tipo descritivo. A amostra foi composta por 20 atletas com média de idade de 15,05 ($\pm 0,2$). Foram aferidas nove dobras cutâneas, seis perímetros, dois diâmetros ósseos, a massa corporal total e estatura. Com base nessas medidas, foram estimados o percentual de gordura (%G), a massa corporal magra (MCM - Kg), a massa corporal gorda (MCG - Kg) e o somatotipo. Na análise dos dados recorreu-se a estatística descritiva (média e desvio padrão). As atletas apresentaram uma %G ideal para a sua idade e sexo ($X=17,8\pm 6,8$). Conclui-se que o grupo de atletas encontra-se com características somatotípicas e de composição corporal em um excelente nível, contribuindo para determinar o perfil de atletas de alto nível, indo em encontro aos parâmetros físicos necessários para o ingresso no esporte de alto nível.

Apoio Trabalho: Fundação Manoel de Barros

Oliani, M. M.; Christofolletti, G.; Stella, F.; Gobbi, G. - Efeitos da atividade física em cuidadores de pacientes com demência vascular grave

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

INTRODUÇÃO: Indivíduos que cuidam de pessoas com diagnóstico de demência Vascular (DV) grave comumente vivenciam problemas de natureza cognitiva e não-cognitiva que podem afetar significativamente sua qualidade de vida. Agressividade, irritabilidade, delírios, alucinações, alterações do sono e apetite, depressão, desinibição sexual e agitação psicomotora são eventos comportamentais frequentes nestes pacientes. O agravamento do quadro clínico tende a se acentuar e aumentar a carga de trabalho e o desgaste físico e emocional do cuidador. **OBJETIVO:** Analisar os efeitos da prática de atividade física do cuidador no desgaste com os distúrbios comportamentais de pacientes com DV. **MATERIAIS E MÉTODOS:** Foram entrevistados 17 cuidadores de idosos com DV grave, diagnosticados segundo os critérios do NINDCS-AIREN, com idade média de $70,0 \pm 3,2$ anos e comprometimento cognitivo de $36,0 \pm 6,3$ pontos mensurados por meio do CAMCOG (Cambridge Cognitive Examination). Os sujeitos foram recrutados do Ambulatório de Neuropsiquiatria e Saúde Mental do Idoso (Hospital das Clínicas - UNICAMP) no momento da consulta do paciente. Para mensurar o desgaste do cuidador em relação aos distúrbios comportamentais do paciente, foi aplicado o Inventário Neuropsiquiátrico (NPI), e para quantificar o nível de atividade física do cuidador, o Questionário Baecke Modificado para Idosos (QBMI). A análise estatística consistiu no teste U-Mann Whitney, admitindo-se nível de significância de 5%

($p < 0,05$). RESULTADOS: Os cuidadores foram divididos em dois grupos de acordo com os valores do QBMI: 5 sujeitos com alto de nível de atividade física (QBMI=7,0 \pm 1,8 pts), com idade média de 53,0 \pm 10,6 anos, nível de escolaridade de 8,0 \pm 2,7 anos, tempo de cuidado com o paciente de 9,4 \pm 1,9 anos; e 12 cuidadores com baixo nível de atividade física (QBMI=1,6 \pm 0,1 pts), com idade média de 48,4 \pm 2,7 anos, nível de escolaridade de 6,9 \pm 1,5 anos e tempo de cuidado prestados de 9,9 \pm 1,7 anos. Os distúrbios comportamentais que mais desgastavam os cuidadores foram: agitação, irritabilidade, ansiedade, alucinações e delírios dos pacientes. O Teste U-Mann Whitney apontou diferença significativa entre os cuidadores ativos e sedentários para alucinação (UMW=10,00; $p < 0,05$), NPI total-desgaste (UMW=6,5; $p < 0,01$) e QBMI (UMW=0,1; $p < 0,01$). No entanto, para as variáveis citadas acima, o teste estatístico não revelou diferenças significativas ($p > 0,05$). CONCLUSÃO: Cuidadores que praticam atividade física apresentam menor desgaste com relação aos eventos de alucinação e menores níveis de desgaste com os distúrbios comportamentais do paciente. Deste modo, a prática de atividade física pode ser considerada como uma medida não-farmacológica atenuadora dos desgastes físicos e emocionais vivenciados pelos cuidadores de idosos com DV grave.

Apoio Trabalho: CAPES, LAFE, PROFIT, FUNASA, FINEP, PROEX-UNESP, FUNDUNESP.

Oliveira, L. C.; Pedro, P. A.; Giroto, N. A. T. C.; Barbosa, C. A. G. - Perfil cineantropométrico, dietético e nível de atividade física de crianças da segunda infância pertencentes a escolas públicas e privadas

Instituição: Faculdades Adamantinenses Integradas

Resumo: A Organização Mundial de Saúde em 1998 definiu obesidade como "Doença na qual o excesso de gordura corporal se acumulou a tal ponto que a saúde pode ser afetada", demonstrando a preocupação desta entidade com as possíveis conseqüências do acúmulo de tecido adiposo no organismo. Estudos epidemiológicos revelam que a obesidade, além de ser conceituada como doença, é fator de risco importante para diabetes mellitus tipo II, hipertensão arterial, dislipidemia, infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral. O interesse na prevenção da obesidade infantil se justifica pelo aumento de sua prevalência com permanência na vida adulta, pela potencialidade enquanto fator de risco para as doenças crônico-degenerativas e mais recentemente pelo aparecimento de doenças em adolescentes obesos, antes predominantes em adultos. Além disso, freqüentes intervenções em crianças, principalmente antes dos 10 anos de idade ou na adolescência, reduzem mais a severidade da doença do que as mesmas intervenções na idade adulta, por que mudanças na dieta e na atividade física podem ser influenciadas pelos pais e poucas modificações no balanço calórico são necessárias para causar alterações substanciais no grau de obesidade. Portanto, o presente estudo teve o propósito de descrever o perfil cineantropométrico, dietético e nível de atividade física de alunos de escolas públicas (PU) e privadas (PA) do município de Osvaldo Cruz. Foram estudadas 43 crianças com 10,88 \pm 0,33 anos, subdivididos em 25 (7 sexo masculino e 18 feminino) da PU e 18 (4 masculino e 14 feminino) da PA; altura da PU 1,46 \pm 0,08 m e PA 1,48 \pm 0,09 m, peso PU 39,72 \pm 14,33 Kg e PA 41,10 \pm 10,02 Kg, IMC PU 18,23 \pm 5,08 m²/Kg e PA 17,84 \pm 3,71 m²/Kg. Estas avaliações preliminares mostraram homogeneidade entre os grupos. A análise estatística foi efetuada através de utilização do teste T para análise independente para $p < 0,01$ e resultados apresentados em médias e desvio padrão. Na análise subjetiva do nível de atividade física caracterizados por Ativos (AT), Pré-Ativos (PAT) e Não Ativos (NAT), encontrou-se na PU 6 alunos (24%) considerados AT, 8 (32%) PAT e 11 (44%) NAT. Nas crianças da PA 8 (44,4%) classificados com AT, 8 (44,4%) como PAT e 2 (11,1%) NAT. A avaliação da ingestão calórica (IC) X gasto energético basal (GEB) mostrou que tanto para PU na IC 4402,179 \pm 1619,872 Kg/Cal X GEB 1249,240 \pm 217,449 Kg/Cal, quanto para PA na IC 2291,713 \pm 773,5189 Kg/Cal X 1257,611 \pm 153,2956 Kg/Cal; a IC foi considerada hipercalórica, quando relacionadas ao GEB e nível de atividade física. Da mesma forma, foi detectado erro substancial nos percentuais de substratos energéticos ingeridos, sendo que PU teve ingestão de proteína (16,14 \pm 3,17 %), carboidrato (44,85 \pm 10,56 %) e gordura (38,99 \pm 8, 2%); PA teve ingestão de proteína (17,40 \pm 5,22 %), carboidrato (42,14 \pm 11,60 %) e gordura (40,45 \pm 9,02 %). Ambas as dietas, além de serem consideradas inadequadas quanto ao total de ingestão, também se mostraram incoerentes em todos os substratos, com ingestão altíssima de gordura e baixa ingestão de proteína e carboidrato. Conclui-se que, apesar de encontramos no momento da pesquisa PU e PA com IMC ideais, os percentuais de AT foi considerado baixos, que associados a dieta hipercalórica, com alto teor de gordura, pode-se levar a futuros obesos, acarretando a possíveis doenças crônicas degenerativas, influenciadas pelas inobservâncias das variáveis dieta-atividade-física. Palavras-chave: Cineantropometria, Ingestão calórica, Atividade física, Obesidade.

Oliveira, P. A.; Nuñez, P. R.; Habitante, C. A.; Silva, J. V. P. da - Acessibilidade e animação sócio-cultural direcionadas à deficientes nos equipamentos de interesse físico do lazer em Campo Grande-MS

Instituição: Educação Física/UNIDERP

O lazer é um direito legalmente constituído, outorgado às crianças, aos adultos, aos idosos e aos deficientes por diversas leis. Embora considerado como um direito, diversos fatores têm atuado como barreiras à sua efetivação (nível sócio-econômico, nível de instrução, violência, falta de espaço, sexo, condições de acesso, entre outros). Considerando que os deficientes físicos apresentam características específicas e necessitam de cuidados especiais, este estudo teve como objetivo avaliar o nível de acessibilidade aos parques públicos de lazer e a presença de programas de animação sócio-cultural direcionados à população acima elencada. A pesquisa foi do tipo descritiva/exploratória, sendo a amostra composta por cinco equipamentos públicos de interesse físico de lazer, situados em Campo Grande – MS. A investigação foi dividida em duas fases: a) análise do nível de acessibilidade; b) verificação das atividades oferecidas nos equipamentos aos deficientes físicos. A avaliação do nível de acessibilidade se deu através da observação sistematizada, guiada por um diário de campo construído especificamente para o estudo. As informações referentes às atividades oferecidas nos equipamentos foram obtidas através de entrevistas estruturadas com os administradores dos parques, onde se utilizou como instrumento um formulário estruturado. Em relação à acessibilidade, todos os parques possuem rampas de acesso da rua à calçada, o mesmo ocorrendo com o acesso da calçada aos parques, assegurando, desse modo, o direito constitucional de ir e vir. A animação sócio-cultural voltada especificamente para esta população mostrou-se bastante deficitária, pois apenas um parque oferece alguma atividade adaptada (basquetebol). Os dados mostraram que, embora os equipamentos públicos ofereçam plenas condições de acesso, ainda existe uma ineficiência na oferta de atividades adaptadas. Torna-se necessário, então, que políticas públicas setoriais direcionadas a essa população, assim como a outras que apresentam alguma diferença em relação à “norma”, sejam discutidas em âmbito municipal, estadual e federal, a fim de democratizar o lazer a todos, respeitando as diferenças e assegurando, por conseguinte, a efetivação do direito legal ao lazer.

Apoio Trabalho: Fundação Manoel de Barros

Oliveira, R.C. de - Avaliação da aprendizagem em Educação Física: primeiras aproximações

Instituição: E.E.ANDRÉ OHL - SEE/SP, FACULDADE BRASÍLIA DE SÃO PAULO

Em educação, o trabalho pedagógico a ser desenvolvido com o aluno perpassa, obrigatoriamente, pelo crivo da avaliação. Esta, entendida como processo contínuo, vai além da informação do rendimento do aluno em relação ao conhecimento, comumente quantificada num número, uma nota. Para além dessa compreensão, a avaliação é processo formativo do aluno que indica ao professor os rumos da intervenção a ser desenvolvida para que a aprendizagem, a formação do educando, seja maximizada. Em educação física, o processo de avaliação da aprendizagem parece desconsiderar a premissa anterior, pois, de acordo com algumas pesquisas, que lançaram olhar para a prática educativa, o que paira no cotidiano escolar é uma avaliação centrada no critério da participação do aluno na aula. Trata-se de um critério avaliativo importante, no entanto, a ênfase dada a essa dimensão acaba por desconsiderar a educação física como uma disciplina pedagógica, reforçando seu caráter mais tradicional de prática não séria, a-crítica e a-sistematizada, descompromissada com o apreender do aluno. Dessa forma, este estudo tem como objetivo discutir a avaliação em educação física no que se refere ao seu enlace com a aprendizagem do aluno e não meramente como uma prática de livre participação, destituída de um saber sistematizado. Para tanto, este estudo, que ainda encontra-se em andamento, num processo de revisão da literatura, insere-se no horizonte mais amplo de uma pesquisa-ação que, como tal, é comprometida com a intervenção pedagógica, no sentido de investigá-la, avaliá-la e, compreendo-a com mais profundidade, caminhar no sentido da proposição. No entanto, não com ares de padronização do processo avaliativo em educação física, mas sim na direção de uma possibilidade que se comprometa, efetivamente, com o “apreender” do educando e não somente com sua participação, que, como já dito, é critério relevante, mas longe de ser o único válido. Como disciplina pedagógica da educação básica, a educação física, tendo um conhecimento a ser sistematizado - cultura corporal - deve oferecer ao aluno possibilidades de acesso e apreensão deste conhecimento, devendo a avaliação estar comprometida, num sentido mais restrito, com o acompanhamento deste processo e, num sentido mais amplo, de garantia de sucesso de todos, fugindo da mera nota como produto.

Oliveira, R.C. de; Barbeiro, A. - Planejamento coletivo do trabalho pedagógico em Educação Física

Instituição: E.E.ANDRÉ OHL - SEE/SP, FACULDADE BRASÍLIA DE SÃO PAULO

Há muito, a educação física escolar tem ressignificado seu discurso na direção de uma prática educativa comprometida com o processo de aprendizagem do aluno. Tal prerrogativa é fruto de inúmeros estudos que, ao longo dos últimos vinte anos, tem consolidado a compreensão de que a educação física, quando inserida no currículo escolar, é disciplina pedagógica, como tal, tem um conhecimento a ser organizado e sistematizado - a saber, a cultura corporal. Tal conhecimento, aliado a outros da organização curricular da escola, contribui na formação cultural do aluno. Desta forma, toda prática educativa em educação física, ao ser pensada, deve considerar o pressuposto da aprendizagem que, para além da seleção de um rol de conteúdos, deve estar atenta ao Projeto Político Pedagógico da escola, as características da comunidade escolar, estrutura física, bem como da diversidade de práticas existentes entre os professores de educação física que compartilham o mesmo espaço escolar. Partindo desse pressuposto é que este estudo tem como objetivo discutir o planejamento coletivo do trabalho pedagógico em educação física escolar, entendendo que a troca de saberes e experiências entre os pares é processo fundamental para a possibilidade de sistematização do conhecimento no cotidiano escolar, bem como do desenvolvimento de um trabalho de ensino-aprendizagem efetivo com os alunos. Para isso, temos desenvolvido uma pesquisa-ação no nosso ambiente de trabalho que, como tal, consiste num permanente processo de ação-reflexão-ação sobre nossa prática educativa, contemplando, necessariamente, o planejamento coletivo. Sendo assim, iniciamos, em fevereiro de 2006, uma sistematização do planejamento de educação física da unidade escolar onde atuamos. No início do referido ano letivo, elaboramos um plano anual, contendo: introdução e justificativa da importância da educação física na educação básica (revisão de literatura), princípios da prática educativa, objetivos gerais e específicos, conteúdo a ser abordado, metodologia, avaliação da aprendizagem e referências bibliográficas que norteavam o mesmo. A partir daí até o final do ano letivo de 2006, nos reunimos com frequência de uma vez a cada semana, buscando permanente ressignificação do que havia sido planejado, visto o entendimento de que um planejamento não é, necessariamente, uma lei a qual temos que cumprir, mas sim um "norte" possível no qual devemos nos orientar, porém, com devida flexibilidade, pois todo processo de ensino-aprendizagem deve considerar tal premissa a fim de se inserir no horizonte de possibilidades do aluno e da escola como um todo. Diante do exposto, concluímos que esta pesquisa mostrou-se relevante na medida em que nos possibilitou vislumbrar alguns pontos, antes obscuros, da nossa prática educativa, a saber: a troca de experiências e saberes entre professores que compartilham a mesma área de atuação numa escola é processo imprescindível para uma intervenção efetiva não só com os alunos, mas com toda comunidade escolar; a partir de uma prática educativa planejada e ressignificada ao longo de todo o ano houve, a longo prazo, valorização de nosso trabalho na escola e conseqüente legitimidade da educação física como disciplina pedagógica - que tem algo a ensinar ao aluno; o processo de avaliação permanente do planejamento possibilitou-nos enriquecimento profissional, uma vez que o compartilhar nos colocou em contato com outros saberes e outros entendimentos que, para ambos, alargou fronteiras; compreensão mais ampla do que a educação física - inserida na educação básica - pode oferecer ao aluno e, por fim; possibilidade de continuidade deste processo com maior clareza e autonomia no ano letivo de 2007, o que já tem nos rendido bons frutos.

Oliveira, T.F.O.; Cordão, D.C.C.; Casemiro, L.G.C.; Garavello, P.J.G.; Prado Júnior, M.V.P.J. - Mudanças de desempenho na natação de pessoas com deficiência após um período de não prática

Instituição: Unesp-Depto de Educação Física

Introdução: A natação terapêutica vem se tornando uma das atividades mais indicadas para pessoas com deficiência. Porém, a sistematização do processo de aprendizagem deve levar em consideração as limitações, principalmente dos deficientes mentais, no armazenamento de informações e sua aplicação em situações futuras. É sabido também, que um período de não prática pode influenciar no desempenho da pessoa com deficiência ao voltar a estimulação. Objetivo: Esse trabalho procurou verificar o nível de desempenho na água da pessoa com deficiência, após um período de férias das aulas de natação, especificamente se ocorreu regressão ou não no desempenho dos alunos nos movimentos e domínio do corpo na água. Metodologia: Participaram 11 usuários do projeto "Natação para deficientes", realizado em duas academias de Bauru-SP, junto ao Departamento de Educação Física, Unesp-Bauru, em parceria com a SORRI. Os participantes são portadores de deficiência mental leve, sendo que alguns apresentam também deficiência física. Os alunos foram observados realizando atividades aquáticas esperadas na fase de adaptação e aprendizagem dos estilos na volta de um período de férias. Resultados: Desses participantes percebemos que 81,8 % apresentaram dificuldades no seu desempenho já superadas anteriormente, nas seguintes habilidades aquáticas: imersão, respiração, propulsão e movimentos iniciais dos estilos.

Ressaltamos que as dificuldades foram diferentes entre os participantes, porém, tivemos que replanejar nossas atividades visando recuperar o nível de desempenho anterior. Os outros participantes, ou seja, 18,2 % mantiveram seu desempenho demonstrando aprendizagem das habilidades dominadas no período de prática anterior Conclusão: O período de pausa das atividades é prejudicial, pois os alunos em sua maioria apresentaram uma regressão em suas habilidades aquáticas. Isto demonstra também, a necessidade da prática contínua dentro do meio líquido para facilitar o processo de aprendizagem da natação para a pessoa com deficiência.

Apoio Trabalho: Thalita Fernanda de Oliveira; Daniella Camilla Cordão; Luciana Gonçalves Casemiro; Priscila Julia Ga

Pais, L. S.; Moura, H. S.; Cardim, D.; Barbosa, C. A. G. - Comportamento da força muscular isométrica máxima na flexão e extensão de joelhos em atletas de voleibol

Instituição: Faculdades Adamantinenses Integradas

Resumo: O atleta de voleibol para atingir altos níveis de rendimento necessita da força muscular, que deve ser avaliada para a realização da periodização que atenda os objetivos adequadamente. Os saltos se encontram como resultados das aplicações de forças dinâmicas, contra a ação da gravidade, e a força de impulsão é caracterizada pelo empenho em movimentar-se de maneira mais explosiva o possível. Esta força explosiva, sempre realiza sua máxima no momento inicial, e tem na resistência externa a determinação da aceleração. Sabendo-se sobre a necessidade de força pura, máxima e relativa, este estudo analisou o comportamento da força máxima isométrica nos ângulos 30,60 e 90° verificando-se a relação com a perimetria de coxa. A amostra foi composta por 10 atletas de voleibol do sexo masculino, com idade média entre 18 a 21 anos. Para a avaliação foi utilizado dinamômetro digital da marca Instruments, modelo Force Gauge FG – 100 kg – RS232, com capacidade para 100 kg/Força. A análise estatística foi efetuada através de utilização do teste T para análise independente ($p < 0,005$), os resultados são apresentados em médias e desvio padrão. As análises mostraram que ao se comparar a média dos três ângulos força isométrica máxima de Extensão de Joelho Direito (EJD) 61,98±8,7 cm com Extensão de Joelho Esquerdo (EJE) 58,15±9,1 e, Flexão de Joelho Direito (FJD) 40,72±2,7 versus Flexão de Joelho Esquerdo (FJE) 37,65±4,0 não houveram diferenças estatisticamente significativas. Contudo, na análise antero-posterior do mesmo membro mostrou-se significante, com diferenças de EJD versus FJD em 34% e da EJE com FJE cerca de 35,25%, mostrando superioridade para a extensão em ambas as avaliações. Em relação a análise da EJD (55,54±7,4) vs. FJE (37,87±13,0), EJE (48,43±10,9) vs. FJE (36,63±13,8) no ângulo de 30°, EJD (58,47±8,0) vs. FJE (40,60±15,5), EJE (59,34±8,2) vs. FJE (37,54±15,3) em 60°, EJD (71,95±17,2) vs. FJD (43,55±17,1), EJE (66,68±17,0) vs. FJE (41,80±15,4) em 90°; houve diferença estatística significativa, todas favoráveis para extensão e aumentos da força isométrica máxima para flexão e extensão de joelhos na medida em que os ângulos foram maiores. Quando comparada a perimetria da coxa direita (53,28±7,1) vs. coxa esquerda (48,95±4,2) não houve diferença estatística, porém houve diferença de 4,33 cm, que possivelmente tenha influenciado diretamente nos resultados de força superiores para flexão e extensão do membro direito. Portanto, conclui-se que, o grupo mostrou-se homogêneo quando comparado à extensão e flexão dos membros contra laterais, mas na comparação na comparação de mesmo membro (ântero-posteriores) houve diferença, corroborando com pesquisas que relatam a importância da prevalência para a ação extensora sobre a flexora de joelho. A diferença percentual da força entre a flexão e extensão de joelhos ficou dentro do considerado normal e seguro, visto que, diferenças extremas podem levar a eminentes lesões. Palavras-chave: força máxima, contração isométrica, flexão, extensão e perimetria.

Paranhos Filho, A.C.; Gabilan, J.G.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Procópio, M.S.; Guimarães, F.K.O.; Liziero, L. - Existência e abrangência de eventos esportivos nos municípios de Mato Grosso do Sul (MS): uma contribuição para o Atlas do Esporte de MS

Instituição: UFMS- Depto Hidraulica e Transportes

Diante da relevância de mapeamentos para a elaboração, intervenção e formação de políticas públicas para o esporte e a Educação Física, é que se pretende dar extensão ao projeto de elaboração do Atlas do Esporte no Brasil. Tendo em vista os poucos dados sobre os esportes praticados, a infra-estrutura existente, suas condições de utilização e as informações sobre os eventos esportivos no Estado de MS, nota-se a relevância da transferência de dados para análise espacial em cartas possibilitando a melhor identificação da distribuição das instalações existentes e dos eventos realizados. Esta distribuição espacial pode contribuir com o crescimento da economia local/regional, visto que o setor esportivo movimenta em torno de 2% a 3% do Produto Interno Bruto (PIB) nacional. Diante disto, este estudo pretende descrever uma das vertentes da pesquisa que irá compor o Atlas do Esporte de MS: a existência e abrangência de eventos esportivos nos municípios. Nesta

pesquisa foram utilizados dados da “Pesquisa do Esporte” realizada pelo IBGE em 2003 referentes a MS. É importante salientar que o Estado, em 2003, era composto por 77 municípios e tinha população total de 2.169.688 habitantes. Assim como o esporte estava representado no Sistema Estadual de Esporte e em instituições como o Conselho Estadual de Esporte. O Estado ainda investia na concessão de incentivos e isenções fiscais, fundos de apoio, bolsas atleta e projetos esportivos. Os resultados apontam que 94,8% dos municípios promoveram, executaram ou receberam eventos esportivos; destes 97,4% eram de âmbito municipal, 70,1% de âmbito intermunicipal, 32,4% estadual, 9% interestadual, 2,5% nacional e apenas 1,2% com abrangência internacional, salientando que este município era de fronteira internacional. Quanto ao espaço utilizado para a realização dos eventos, 35% dos municípios tiveram que realizar adaptações. Diante da classificação de esporte adotada pelo IBGE no levantamento realizado (educacional, rendimento e lazer), verificou-se que 16,9% dos municípios promoveram, executaram ou receberam eventos esportivos em função do esporte educacional, 24,6% por causa do esporte de rendimento e 55,8% para promoção do lazer. Nos municípios pesquisados, 66,2% tinham a preocupação em organizar o esporte, pois elaboraram o calendário de eventos esportivos municipais; destes, 58,5% organizaram os eventos com enfoque no esporte educacional, 46,8% no esporte de rendimento e 50,7% eram voltados para o lazer. Destes dados, pode-se concluir que a maior parte dos eventos promovidos, executados ou recebidos pelos municípios do Estado eram de abrangência municipal e intermunicipal com características do esporte voltado para o lazer. Com isso, a elaboração de cartas se torna imprescindível para empresas e governos compreenderem a dimensão do esporte e com isto investirem na melhoria das condições dos espaços para a sua prática.

Parisi, A.; Goçalves Jr., L. - Capoeira em faculdades de Educação Física: características e concepções docentes

Instituição: UFSCar - NEFEF - Depto. de Educação Física e Motricidade Humana

A problemática desenvolvida neste trabalho é decorrente de questionamentos atribuídos às concepções e características da disciplina capoeira em cursos superiores de Educação Física. Esta temática aflora como objeto de estudo por percebemos que a presença da capoeira em âmbito educacional, em suas diversas esferas, vem sendo enfatizada, sobretudo por suas características de resistência, questionamento social e rico repertório cultural afro-brasileiro. Entretanto, pensamos que o ensino da capoeira, como de outras manifestações da cultura popular, tem uma relação muito intensa com a história e a formação do professor que a ministra. Assim, o objetivo de nosso trabalho foi identificar as relações entre a história e formação acadêmica do professor, com o significado e as características atribuídas por ele à disciplina capoeira nos cursos superiores de Educação Física. Para tanto, realizamos, em setembro de 2006, entrevistas semi-estruturadas com dois professores da disciplina capoeira de cursos de Educação Física, de universidades privadas da cidade de Salvador – BA. As temáticas norteadoras foram: “a formação do entrevistado na capoeira e na área de Educação Física”, “significado da disciplina capoeira nos cursos superiores de Educação Física” e “a relação teoria e prática na disciplina capoeira”. A análise dos discursos nos possibilitou identificar as seguintes categorias: “capoeira como instrumento pedagógico”, “capoeira como conteúdo da Educação Física”, “papel social da capoeira”, “metodologia das aulas de capoeira nos cursos de Educação Física” e “histórico de formação dos entrevistados”. Durante a análise observamos que para o Sujeito I a capoeira em contexto acadêmico tem por objetivo se constituir num meio de educar, sob características de desporto, tendo entre outros fins, a formação do cidadão-atleta. Ele enfatiza também as qualidades da capoeira como terapia, ressaltando sua validade em trabalhos cujo público se constitui por pessoas com deficiências e com problemas de ordem psicológica, como o estresse e o medo. Por fim, ressalta o potencial de sociabilidade do jogo da capoeira. Em relação à sua metodologia identificamos uma separação entre teoria e prática, onde a primeira é responsável pelos aspectos culturais, históricos, definições táticas e técnicas dos movimentos da capoeira e também pela aproximação destes com a Educação Física. Enquanto a parte prática é: “o cidadão saber jogar capoeira propriamente dita”, ou seja, aplicar golpes e defesas. Para o Sujeito II a capoeira nos cursos superiores de Educação Física deve ser entendida como uma estratégia para melhorar a prática do graduando junto à educação básica, como meio de proporcionar uma formação mais humanizada, mostrando que existem outras formas de se relacionar com o outro, valorizando as diferenças, cooperando em prol de um mundo melhor para todos. Relaciona também o ensino da capoeira como meio de se trabalhar com a cultura afro-brasileira e suas características, como o respeito ao mais velho e o aprender fazendo. Segundo ele, “a capoeira inverte a lógica, vê o mundo de pernas pro ar, fazendo com que as pessoas questionem a si e a ordem social”. Em sua disciplina há divisão didática em blocos, onde são trabalhadas: origem e significado da capoeira, capoeira regional, capoeira angola, capoeira na escola e atualidades. Nestes os alunos desenvolvem pesquisas bibliográficas e de campo, vivências e outras atividades, objetivando que ao fim de cada bloco o graduando seja capaz de utilizar os conhecimentos aprendidos em sua atuação profissional. Como considerações preliminares, identificamos que há uma forte relação entre momento histórico e formação dos sujeitos enquanto praticantes de capoeira e educadores físicos com as características e objetivos de suas disciplinas.

Peliqui, D. F.; Darido, S. C. - A implementação de um programa de ginástica de academia na escola: possibilidades e dificuldades.

Instituição: Unesp - IB - Depto de Educação Física

É importante tratar a ginástica na escola, de modo contextualizado de forma que seja possível resgatar suas origens até os dias atuais, também deve ser discutida a influência da mídia sobre a Ginástica, as academias de ginástica e o seu papel. Os alunos conscientes serão capazes de escolher que tipo de Ginástica querem praticar, sem influência dos modismos, ou ao menos, reconhecendo estas influências. O objetivo desse estudo foi implementar um programa de Ginástica na escola, no sentido de contextualizá-la e ressignificá-la para os alunos e investigar as suas possibilidades e dificuldades. A metodologia teve como referencial teórico adotado a metodologia do tipo pesquisa-ação. Utilizando esse método, a pesquisa procurou analisar e interpretar os conceitos e resultados obtidos na coleta dos dados. Os resultados mostraram que o programa implementado trouxe uma resistência inicial dos alunos com relação a um conteúdo diferente, mas com o passar do programa foi havendo uma certa aceitação e a vergonha deve ser considerada um fator importante pelo surgimento dessa resistência inicial dos alunos, por eles não dominarem práticas desconhecidas. O programa também contribuiu com certos avanços na concepção dos alunos a respeito do papel da Educação Física de forma geral, e em particular da Ginástica. No entanto, o período de aulas de dois meses se mostrou insuficiente para que todos os conceitos necessários fossem adquiridos pelos alunos, como concepção de saúde coletiva e papel das academias de Ginástica. Palavras Chaves: Ginástica, Educação Física escolar, Mídia.

Pereira, R. S.; Moreira, E. C.; Nista-Piccolo, V. L. - O impacto das novas diretrizes curriculares nacionais na formação dos professores de Educação Física

Instituição: Universidade São Judas Tadeu

Estudar a formação profissional em Educação Física não corresponde a uma tarefa simples, por conta de inúmeras influências que esse processo, bem como a Educação Física em si sofrem. No entanto, a quantidade de cursos superiores em Educação Física autorizados e reconhecidos aumentam cada vez mais, sendo um forte indicador da necessidade de estudos como este, ao passo que tem-se a intenção de identificar os efeitos da separação de formação na área do conhecimento da Educação Física, a partir da Resolução 1 e 2 de 2002 e Resolução 7 de 2004, instituídas pelo Ministério da Educação, que por sua vez, determinam a formação do professor de Educação Física para a Educação Básica (licenciados) separada da formação profissional para áreas não escolares (bacharéis), porém focando a formação dos licenciados. Para tanto, realizou-se um levantamento teórico sobre os aspectos legais da formação profissional em Educação Física, desde sua inclusão na Constituição de 1937 até as Resoluções que instituíram a separação da formação, bem como uma descrição da preparação entendida como necessária e viável para os futuros profissionais da área escolar. Neste estudo descritivo quantitativo aplicaram-se questionários fechados para 227 alunos do 3º ano do curso de Licenciatura em Educação Física, habilitados pelas Resoluções 1 e 2 de 2002 e 231 alunos do 4º ano do curso de Licenciatura Plena em Educação Física, habilitados pela Resolução 3 de 1987, ambos de uma Instituição de Ensino Superior situada na Região do Grande ABC Paulista. Ocorreu uma comparação intercurso mediante a aplicação do teste de uma proporção proposto por Barros e Reis (2003), verificando-se que após as alterações ocorridas no curso ocorreu certa aproximação entre as discussões das disciplinas, minimizando conhecimentos fragmentados e dissociados, principalmente, em relação aos aspectos pedagógicos, favorecendo a correlação de teoria e prática e conseqüente aproximação do futuro docente com a realidade escolar, especialmente, com maneiras para lidar com a desmotivação dos educandos no que se refere a prática da Educação Física Escolar. No entanto, algumas alterações ainda se fazem necessárias para que o estudante-professor tenha maior contato com o âmbito escolar, suas peculiaridades e adversidades, a partir de questões como: elaboração e efetivação de planos de aula e ensino; aquisição de conteúdos para trabalhar com diferentes faixas etárias de forma específica; adaptação de espaço e material; trato com a indisciplina dos alunos; formas de avaliação; funcionamento e gerenciamento escolar. Conclui-se que ocorreram transformações significativas na formação profissional após a separação dos cursos, ao passo que todos os alunos do curso de Licenciatura, com exceção de um, sentem-se, no mínimo, parcialmente preparados para atuar na Educação Básica, informação não encontrada entre os alunos do curso da Licenciatura Plena, Resolução 3 de 1987, contudo, ajustes ainda são necessários, talvez pelo pouco tempo da mudança. Assim, fica o convite a estudos mais longitudinais e processuais que dêem conta, não apenas da visão dos alunos, mas também dos Projetos Pedagógicos e da estrutura curricular dos cursos de formação profissional em Educação Física, permitindo uma análise mais completa da realidade vigente.

Pires Neto, C.; Petroski, E. - Indicadores de riscos de saúde por categorias da gordura corporal relativa em homens eutróficos entre 20 e 34 anos de idade

Instituição: NUCIDH-CDS-UFSC

O uso do IMC como critério de risco de saúde é prevalente na literatura em relação ao uso dos índices de gordura relativa (%G) e razão cintura/quadril (RCQ, cm). Por ser um índice bruto, o IMC desconsidera aquelas variáveis como fatores de risco para a saúde humana. Contudo, pouco se utiliza àqueles índices juntamente com IMC em homens eutróficos. O objetivo deste estudo foi determinar os valores de dois indicadores de riscos de saúde (%G e RCQ) de homens eutróficos entre 20 e 34 anos de idade pela categorização da gordura relativa. Participaram deste estudo 886 homens com idade decimal média (I) = 25,8 ± 4,2 anos; MC = 70,5 ± 7,2 kg; EST = 176,6 ± 7,0 cm; IMC = 22,5 ± 1,6 kg/m²; %G = 14,2 ± 4,0% e RCQ = 0,834 ± 0,049 cm. Para as categorias de %G (CATPG) para as idades de 18-34 anos, os valores são: CATPGNR, Não Recomendado, < 8%G; CATPGB, Baixo, 8 – 10%G; CATPGM, Médio, 11 – 16%; CATPGE, Elevado, 17 – 22% e CATPGO, Obesidade > 22%. Os avaliados foram selecionados conforme a classificação de eutrofia do IMC, 18,5 – 24,9 kg/m². A densidade corporal foi determinada por equação com três dobras cutâneas (TR+SE+SIO) e após determinou-se a gordura relativa. Os dados foram analisados pela estatística descritiva e pela ANOVA unifatorial e o teste post-hoc de Tukey para localizar as eventuais diferenças, sendo $p \leq 0,05$. Os valores médios encontrados por CATPG foram: CATPGNR (N = 22), I = 22,3 ± 2,7 anos; MC = 62,9 ± 6,7 kg; EST = 180,1 ± 8,2 cm; IMC = 19,3 ± 0,7 kg/m²; %G = 7,8 ± 2,3%; RCQ = 0,796 ± 0,032, cm; CATPGB (N = 163), I = 23,7 ± 3,4 anos; MC = 65,4 ± 6,5 kg; EST = 177,4 ± 6,6 cm; IMC = 20,7 ± 1,1 kg/m²; %G = 9,8 ± 0,8%; RCQ = 0,806 ± 0,042, cm; CATPGM (N = 524), I = 25,9 ± 4,1 anos; MC = 71,7 ± 6,6 kg; EST = 176,6 ± 6,8 cm; IMC = 22,9 ± 1,3 kg/m²; %G = 13,9 ± 1,7%; RCQ = 0,837 ± 0,046 cm; CATPGE (N = 131), I = 27,4 ± 4,4 anos; MC = 72,7 ± 7,5 kg; EST = 176,0 ± 8,0 cm; IMC = 23,4 ± 1,1 kg/m²; %G = 18,2 ± 2,4%; RCQ = 0,856 ± 0,052 cm; CATPGO (N = 46), I = 28,7 ± 3,7 anos; MC = 72,5 ± 5,8 kg; EST = 174,6 ± 5,8 cm; IMC = 23,7 ± 1,0 kg/m²; %G = 25,5 ± 2,3%; RCQ = 0,862 ± 0,053 cm. Os valores médios de todos os avaliados não indicaram riscos de saúde pela %G e RCQ. Todavia, o teste de Tukey localizou diferenças significantes, $p \leq 0,05$, nas variáveis analisadas em todas as CATPG, exceto para a EST, $p \geq 0,05$. Em cada uma das cinco CATPG, embora os valores médios do %G e RCQ não indicam riscos de saúde, se encontrou nestas CATPG valores indicadores de risco de saúde pelo %G (18,7 a 32,0%) e da RCQ (0,871 a 1,023 cm), respectivamente, o que sugere a necessidade de uso concomitante destes indicadores junto com o IMC. Embora o uso universal do IMC como critério de magreza-obesidade, para este grupo de avaliados, parece ser fortemente necessário o uso associado dos indicadores do %G e da RCQ para melhor auxiliar o diagnóstico por aquele critério.

Prado, V M; Martins, C J; Aguiar, C M - A Educação Física como área reflexiva sobre as relações de gênero

Instituição: Unesp - IB - Depto de Educação Física

“A Educação Física como área reflexiva sobre as relações de gênero” Vagner Matias do Prado; Prof. Dr. Carlos José Martins; Profa. Dra. Carmen Maria Aguiar. Departamento de Educação Física da UNESP, Rio Claro. Os estudos de Gênero têm se expandido no decorrer dos últimos anos e vem conquistando espaço em diversas áreas de conhecimento. Partindo do texto de Scott (1995), os estudos de gênero abriram uma página para a discussão sobre o modelo da construção das identidades de gênero dos sujeitos, demonstrando como o contexto histórico-cultural é altamente ativo no desenrolar desse processo. Os debates sobre gênero superaram as visões feministas e trazem possibilidades de estudo para diversas áreas de conhecimento como as Ciências Humanas e a Educação Física. No cenário esportivo muitas vezes compartilhamos a idéia de que determinadas modalidades são mais apropriadas para o gênero masculino e outras para o feminino, ou pior, que as mesmas podem externalizar na prática, o ser homem e o ser mulher. As conseqüências negativas desse pressuposto vão da não valorização e apoio a algumas modalidades esportivas, como é o caso do futebol ou certas modalidades de artes marciais quando praticadas por mulheres ou a ginástica artística, voleibol ou a dança, quando escolhidos pelo homem, podendo se estender a processos e atitudes discriminatórios que, como conseqüência, podem gerar preconceito, intolerância e violência ao “não igual”. O objetivo do presente estudo é fundamentar, a partir da bibliografia especializada, o histórico do conceito de gênero relacionando-o com a prática da Educação Física. Tal empreitada tem como fim problematizar a distinção social existente entre as práticas corporais entendidas como mais apropriadas para os homens ou para as mulheres e como os profissionais da área podem contribuir para um ensino crítico da Educação Física questionando e refletindo as construções sócio-culturais existentes no universo das práticas corporais. O método utilizado para tal baseia-se em uma revisão bibliográfica visando esclarecer o conceito de gênero e refletir sobre as possibilidades de trabalho e viabilidade dessas teorias na área da Educação Física. A partir de um resgate conceitual, com isso, procuramos fornecer subsídios para

um trabalho crítico-reflexivo dos professores(as) de Educação Física, escolar ou não. Pensar em uma Educação Física mais reflexiva e que auxilie a leitura social crítica por parte dos alunos(as) deve ser seguida de ações concretas que possam, de algum modo, refletir nas dimensões sociais de suas práticas, ou seja, ações que passem a repensar a Educação física como uma prática não reprodutora, e sim, problematizadora das relações de gênero no que diz respeito às práticas corporais.

Quadros Jr, A. C.; Tanaka, K.; Santos, R. F.; Gobbi, L. T. B.; Stella, F.; Gobbi, S. - Funções cognitivas e executivas, memória, sintomas depressivos, independência funcional e nível de atividade física em idosos institucionalizados: resultados preliminares

Instituição: Lab. de Atividade Física e Envelhecimento - UNESP – Rio Claro

O declínio cognitivo e funcional próprio do envelhecimento são fatores de risco de institucionalização do idoso e, formando um círculo, a institucionalização pode agravar tais fatores. O presente estudo teve por objetivo estudar o perfil dos idosos institucionalizados de Rio Claro – SP quanto às funções cognitivas (executivas e memória), sintomas depressivos, independência funcional e nível de atividade física, além de verificar possíveis correlações entre tais parâmetros. Para tanto, aplicamos em 10 indivíduos (mediana: 77 anos; amplitude de 59 a 93; 4 homens e 6 mulheres) os seguintes testes: Mini-Exame do Estado Mental (MEEM) - avalia funções cognitivas (FC) -, Memória Lógica I e II (ML I e II) - memória imediata (MI) e tardia (MT), respectivamente -, Blocos de Corsi direto e inverso (BC direto e inverso) - memória imediata e funções executivas (FE), respectivamente -, Escala de Sintomas Depressivos (GDS) - sintomas depressivos (SD) -, Escala de Independência Funcional Básica de Katz (KATZ) - independência funcional básica (IFB) - e Questionário de Baecke Modificado para Idosos (BAECKE) - nível de atividade física (NAF). Devido à natureza dos dados coletados, foi realizada uma análise estatística descritiva (mediana; valor mínimo – máximo) e também foi aplicado o índice de correlação de Spearman. Os desempenhos, em pontos, foram: MEEM (17,25; 3 – 26,5); ML I (3,5; 0 – 12); ML II (0; 0 – 2); BC direto (3; 0 – 4); BC inverso (2; 0 – 4); GDS (13,5; 6 – 20); KATZ (6; 3 – 6); BAECKE (1,07; 0,32 – 3,54). Quanto ao poder de predição de uma variável em relação à outra, os resultados foram significativos (para $p < 0,05$) somente entre as seguintes variáveis: MEEM e BC direto ($r_s = 0,73$); ML I e BC direto ($r_s = 0,68$). O valor mediano de MEEM aponta para um declínio importante das FC dos idosos institucionalizados; da mesma maneira acontece com os SD, ou seja, apesar de não significar um número alarmante, é considerável a presença de tais sintomas nesta população. O valor de KATZ revela uma amostra com bom nível de IFB, enquanto que BAECKE, ML e BC, apesar de não terem normalização dos dados, revelam um baixo NAF e um declínio importante nas MI e MT e também nas FE. A correlação significativa entre MEEM e BC direto e entre ML I e BC pode ser explicada pelo fato de que: quanto maior o potencial cognitivo global (MEEM), melhor o desempenho em teste de memória. Os dados mostram que os idosos institucionalizados de Rio Claro apresentam prejuízo em FC e FE, MI e MT, NAF e SD, e, por outro lado, encontram-se preservados quanto a IFB. Desta forma, sugerimos a necessidade de um maior esforço por parte dos profissionais da saúde envolvidos com a população idosa institucionalizada no intuito de tentar diminuir o ritmo de declínio, tendo por objetivo aumentar tanto quanto possível a funcionalidade e independência desta faixa populacional, uma vez que o envelhecimento populacional é um evento mundial. Palavras-chave: institucionalização, cognição, executivo central, memória, envelhecimento, independência funcional.

Apoio Trabalho: PROFIT, LAFE, FNS-MS, PROEX-UNESP, FUNDUNESP, UNESP-UNATI

Rebustini, F.; Stort, R.; Lima, L. A.; Soares, M. F. A.; Machado, A. A. - Estados de humor, auto-eficácia e percepção de desempenho coletivo

Instituição: LEPEBIMH – Laboratório de Estudos e Pesquisas Biopsicossociais

O objetivo do presente estudo foi avaliar a correlação entre os estados de humor, auto-eficácia e percepção de eficácia coletiva em atletas de voleibol. Para tanto participaram do estudo 12 atletas (14 e 15 anos) do sexo feminino de uma equipe que participa de campeonatos oficiais por um clube na Grande São Paulo. A coleta das informações foi realizada por meio do acompanhamento de 30 sessões de treinamentos/jogos. Os estados de humor foram coletados por meio do teste POMS, composto pelas 6 variáveis (tensão, raiva, depressão, vigor, fadiga e confusão) e o IEEA (índice de equilíbrio emocional atual). Como norma de preenchimento do instrumento foi utilizada a instrução “Como você está se sentindo nesse momento?”. O teste foi preenchido em dois momentos: Primeiro Momento (M1) quando chegavam ao ambiente de treinamento/jogos, elas deveriam preencher antes de estabelecer qualquer contato com a comissão técnica, esse

procedimento foi adotado para que possíveis manifestações da comissão técnica não alterassem os estados de humor. O segundo momento (M2) foi realizado ao término do treinamento. Para a avaliação da auto-eficácia e percepção de eficácia coletiva foram inseridas na própria folha do POMS as questões “Como você avalia seu desempenho no treinamento/jogo?” e “Como você avalia o desempenho de sua equipe no treinamento/jogo?”, ambas baseadas em uma escala de 5 pontos (1 - muito mal até 5 - muito bem). Foi aplicada a correlação de Pearson com nível de significância de $p < 0,01$. Os resultados não apontaram qualquer correlação significativa entre as questões e os estados de humor pré-prática. Entretanto, em M2, encontramos correlações significativas ($p < 0,01$) entre as duas escalas e todos os estados de humor. A análise dos dados aponta que os níveis de humor em M2 não sofreram interferência das condições apresentadas pelas atletas em M1. Quando verificamos a flutuação dos estados de humor, as variáveis negativas apresentam correlações negativas, enquanto o Vigor e o IEEA correlações positivas, evidenciando uma melhora na curva de humor associada a existência de um melhor julgamento do desempenho, tanto da avaliação individual quanto da coletiva. Desta forma, a correlação entre as duas questões ($r = 0,62$) e o comportamento similar do humor para as duas escalas põe em evidência a influência da auto-eficácia na percepção da eficácia coletiva. O estudo das conseqüências dessa tendência sobre as sessões futuras de treinamento, de como os técnicos podem interferir de forma produtiva nesse processo, se é que são conscientes e estão fundamentados para isso, são ponto nevrálgicos de estudos futuros.

Ribeiro, A.S.; Ruiz, A.R. - Análise do tempo de instrução em ambientes de ensino diferenciados na disciplina educação física do ensino médio

Instituição: Unoeste

Análise do tempo de instrução em ambientes de ensino diferenciados na disciplina educação física do ensino médio A prática pedagógica reflete o desenvolvimento da aprendizagem do professor desde a graduação e em contínuo no seu fazer profissional. As mudanças pelas quais passam o modelo educacional exigem um contexto crítico e uma reflexão sobre a realidade do espaço escolar, seja na área da Educação, ou prioritariamente na Educação Física. Em determinados momentos históricos a escola esteve voltada para o professor como elemento central da educação, este por meio da aula preestabelecia os caminhos a seguir e o nível de conhecimento que os alunos deveriam atingir. Essa função de tutor estabelecia a execução de atividades impostas pelo professor e executadas pelos alunos com destreza. A aula é o espaço e tempo em que o professor passa ao aluno uma série de exercícios. O momento aula historicamente carrega a determinação de relações de poder e submissão. A aula demanda a relação professor-aluno no mais alto aspecto tradicional mantendo a ação em uma base de racionalidade mais técnica. Esse modelo técnico sofre alterações na sociedade por parte da necessidade de resgatar o relacionamento mais humano de forma sistemática e intencional. Por tanto, o estudo caracteriza como problema a utilização de diferentes ambientes de ensino na influencia da prática pedagógica do professor de educação física no momento de instrução dos alunos. O objetivo foi identificar problemas relativos à ação docente quanto ao uso de dois ambientes de ensino diferenciados observando suas implicações na prática pedagógica do professor. As observações foram avaliadas por meio de análise do tempo de aula envolvendo a amostragem de tempo (min.) no qual o professor desenvolve aula. As atividades do professor durante este período de tempo são codificadas. O sistema de registro abrange o ambiente de ensino instalado pelo o professor, a gestão do tempo de aula (min.) e o tempo de instrução (min.). O estudo foi desenvolvido em dois ambientes a sala de informática e quadra para prática corporal . A gestão do tempo de aula determinada em minutos com caracterização do ambiente de ensino. A instrução registrada em tempo (min.) mensurada no momento em que o professor limita o conteúdo a ser estudado e indica os procedimentos que possibilitam a análise do conteúdo. O limite identifica o tema abordado e a importância de uma observação organizada e sistematizada. Foram analisados nos dois ambientes 7 grupos pertencentes ao ensino médio. Os dados foram tratados com programa statsoft por meio de estatística descritiva, redução percentual, teste significância para $p < 0,05$. A observação da instrução realizada no ambiente de informática teve média de 29% do tempo de gestão da aula, o ambiente de prática corporal 16% relacionado à atuação do professor na contextualização e utilização dos procedimentos de transmissão das informações pertinentes ao desenvolvimento do conteúdo da aula. Consideramos que a instrução desenvolvida nos dois ambientes permite ao professor estruturar um contexto de diferentes estilos de ensino e aprendizagem promovendo uma integração temática desenvolvida por atividades que incorporam as instruções e os conteúdos-padrão, conectando assuntos e habilidades naturalmente encontrados na vida.

Apoio Trabalho: Grupo de estudos práticas pedagógicas em educação física escolar

Rocha, R. W. M.; Mota e Silva, E. V. - O atletismo enquanto conteúdo da Educação Física escolar: uma análise nas escolas da Zona Norte de São Paulo

Instituição: Universidade Presbiteriana Mackenzie

O Atletismo, modalidade esportiva tradicional e com grandes possibilidades educativas, não tem, infelizmente, encontrado espaço nas aulas de Educação Física, em geral. Esta pesquisa buscou verificar se o Atletismo vem sendo tratado como conteúdo da educação física escolar, e, em caso positivo, observar com quais objetivos e de que maneira o mesmo vem sendo desenvolvido nas escolas da rede pública estadual da zona norte de São Paulo. Para isto optou-se pela realização de uma pesquisa descritiva, com a utilização de um questionário misto como instrumento. A amostra foi composta, a princípio, por quinze professores de Educação Física de escolas da rede estadual de ensino, dos quais apenas nove responderam ao instrumento. Os dados obtidos foram analisados quantitativa e qualitativamente e comparados com o referencial teórico existente. Com base nos dados obtidos pode-se perceber que a totalidade dos professores afirma saber o quanto o Atletismo, como conteúdo, pode ajudar no trabalho com as habilidades motoras básicas do ser humano. Outros destacaram, ainda, a possibilidade de o Atletismo propiciar vivências diferentes das tradicionalmente vividas na escola. No entanto, apenas quatro dos professores afirmaram utilizar-se da modalidade Atletismo como conteúdo, ao passo que dois afirmaram fazê-lo esporadicamente. Apesar disto é importante salientar que esses professores afirmam se utilizar do Atletismo como meio para a aprendizagem de outras modalidades, e não para seu próprio desenvolvimento. Várias provas do Atletismo foram citadas como instrumentos para o trabalho com a modalidade, caracterizando o trabalho desenvolvido, ao menos no discurso, como diversificado. Os professores que afirmam não trabalhar com a modalidade justificam esta opção pela falta de infra-estrutura e capacitação técnica. Segundo os professores que afirmam trabalhar com a modalidade, a maior dificuldade enfrentada para realizá-lo seria a falta de infra-estrutura (40%), seguida pela falta de interesse dos alunos (30%), que valorizariam apenas o futebol (30%) e pela ausência de apoio institucional (20%). Desta forma podemos verificar que há um número considerável, ao menos no universo pesquisado, de professores que optam pelo desenvolvimento do Atletismo, mas que, no entanto, este tem sido utilizado mais como instrumento para o desenvolvimento de outros objetivos do que por sua própria importância.

Rodrigues Júnior, J. C. - A compreensão e utilização dos saberes cotidianos sobre a cultura corporal de movimento por professores de Educação Física na escola

Instituição: Unicamp - Faculdade de Educação Física

Apoio Autor: CNPq

O presente estudo tem como objetivo buscar entendimento de como professores de Educação Física compreendem e lidam com os saberes cotidianos ou de senso comum de seus alunos no que diz respeito ao âmbito da cultura corporal de movimento. A pesquisa vem sendo desenvolvida em uma escola da rede pública do município de Campinas - São Paulo em duas classes de 1ª série do ensino fundamental e seus respectivos professores. É realizada uma etnografia e o referencial teórico centrado na Antropologia Social. Durante 2 (dois) bimestres estarei fazendo incursões no ambiente da aula e conversando com os professores visando buscar entender as suas compreensões no que se refere aos saberes de seus alunos. Partindo do pressuposto de pensar o fenômeno da aula como troca entre diferentes atores sociais - dentre os quais destaca-se a criança que já chega a escola com um conhecimento formado a respeito do mundo, das coisas e pessoas que o cerca - sendo assim, com diferentes experiências de vida e, conseqüentemente, diferentes saberes e, no caso específico da nossa área, uma gama de distintos saberes sobre a cultura corporal de movimento é entender essa troca como algo central no processo educativo e na construção e socialização do conhecimento sistematizado a cerca do corpo. Pensar assim, é entender professores e alunos como resultado de muitas relações culturais, históricas e sociais desencadeadas ao longo dos anos de suas vidas e de toda a história da humanidade. Sendo assim, cada indivíduo carrega uma bagagem de saberes e experiências sobre a qual a instituição escolar, gestores e professores deveriam focar seus olhares com o intuito de fazer seus alunos se sentirem pertencentes àquele ambiente, e acima de tudo, podendo tornar-lo favorável a construção e sistematização de novos conhecimentos a cerca das práticas corporais. Com base no que tenho até então percebido em minhas observações do contexto da aula é uma pequena e frágil consideração pelos professores de tais conhecimentos de seus alunos. Em relação aos alunos noto uma resistência aos conteúdos propostos pelos professores, pois estes já chegam com um certo entendimento do que seria a aula e os conteúdos a serem desenvolvidos o que dificulta o trabalho do professor. O que a literatura consultada nos indica é que a criança vive um constante desencontro entre aquilo que aprendeu em seu cotidiano, advindo de seu experimentar, orientado no agir, a partir da observação e dos ensinamentos das pessoas de seu círculo de convívio direto, saberes que compõem a memória cultural e aqueles oriundos de uma forma de pensar pela abstração que a criança vê pouca utilidade ou não a entende e que constituem a memória nacional que é função da escola socializar. Sendo assim, a escola torna-se o principal meio responsável por fazer a substituição da memória cultural pela memória nacional. Nela há a tentativa reiterada de desvincular o indivíduo de seu contexto, que começa pela retirada da criança da heterogênea prática cotidiana de seu grupo doméstico para integrá-lo em outro grupo de procedência

desconhecida. Outra tentativa é o incentivo ao indivíduo na construção de suas relações sociais em bases competitivas substituindo toda a carga emotiva até então presentes nas relações cotidianas. Além de centrar na abstração reduzindo a pragmática realidade que se continua a viver em casa. E a última que subordina uma experiência única e continuada na história, como é a memória cultural, a um universo de abstrações em que consiste a cultura letrada. O que é defendido por nos e que parece ser o grande desafio da escola é trazer os saberes cotidianos da memória cultural de um indivíduo a serem debatidos e confrontados com os entregue pela instituição escolar, ou seja, o saber letrado com o intuito de diminuir este desencontro que a criança passa e tornar a aula um ambiente favorável à aprendizagem.

Apoio Trabalho: CNPq

Rodrigues, H. A.; Darido, S. C. - A prática pedagógica de uma professora renovadora

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A partir da década de 80 surgiram, ao menos no discurso, diversas propostas que contribuíram para a superação do modelo tradicional de ensino. Apesar disso, a prática pedagógica dos professores permanece, na maioria das vezes, arraigada ao modelo esportivista e ao modelo recreacionista. Com o intuito de oferecer aos professores referenciais que vislumbrem novas possibilidades à Educação Física escolar, o objetivo dessa pesquisa foi observar, registrar, descrever, analisar e interpretar as dificuldades e alternativas encontradas por uma professora com mestrado, na implementação de propostas baseadas nas três dimensões dos conteúdos, em sua prática pedagógica. A metodologia utilizada foi de natureza qualitativa, tendo como abordagem o estudo de caso. Os resultados apontaram que as dificuldades perpassam por quatro questões básicas que são: o elevado número de alunos por sala, resistência a novos conteúdos, planejamento e implementação da dimensão atitudinal dos conteúdos e avaliação dos alunos. As alternativas vislumbradas na prática da professora foram as seguintes: o comprometimento da docente e o compartilhamento de responsabilidades, inter-relações entre dimensão procedimental e dimensão conceitual dos conteúdos, trabalho com as linguagens e o número de aulas por semana. Concluímos que durante o trabalho docente as dificuldades são evidentes, mas que existem alternativas viáveis aos problemas enfrentados. Além disso, identificamos que a professora analisada, assim como outros professores começam a compreender melhor as propostas renovadoras em Educação Física.

Apoio Trabalho: CNPq Bolsa PIBIC

Rodrigues, R - Política do corpo e educação física: alguns apontamentos sobre a educação do corpo em tempos modernos

Instituição: Universidade Federal de Itajubá - Unifei

Compreendemos que o ensino da Educação Física encontra-se descaracterizado, pois esta modalidade de ensino se modifica conforme a própria Lei de Diretrizes da Educação em função da “proposta pedagógica”, “faixa etária” e “condições da população”, chegando a ponto de ser “facultativo nos cursos noturnos”. O resultado dessa “flexibilização” da Educação Física acaba por materializar-se no ensino espontâneo de práticas corporais que constatamos, em tempos atuais, na consolidação da educação física escolar bifurcada na ambivalência de um duplo significado, qual seja, desvalorizada como uma “pedagogização da educação do corpo” e hiper valorizada como “esportivação de educação do corpo”. Sendo assim, o objetivo desta pesquisa é fundamentar uma reflexão de cunho filosófico sobre a condição em que se encontra o ensino da Educação Física escolar. Portanto, o método utilizado insere-se numa hermenêutica da leitura de autores que subsidiam a análise sobre a questão da educação do corpo na modernidade. Para tanto, a realização desse estudo centra-se na revisão bibliográfica. O sumário dos resultados e conclusões básicas que resultam desta pesquisa sobre o ensino da Educação Física escolar é que na vertente “consciente” (razão) não se realiza no campo da cultura e na vertente “inconsciente” (cultura) o uso técnico do corpo, no limite, não é reconhecido como algo da ordem da razão. Assim temos em nossa modernidade um duplo abandono da educação do corpo, ou seja, aquilo que a modernidade se propõe no caso da educação do corpo não se realiza e enfraquece as teses educacionais no campo da Educação Física. Entretanto, contrariando esse enfraquecimento do ensino da Educação Física, diversas práticas de Educação Física encontram-se fortalecidas na modernidade, ou seja, de um lado, os alunos nas escolas, clubes e academias continuam a exercitar os seus corpos e de outro lado os professores de Educação Física buscam a aplicação de exercícios físicos adequados, os quais encontram-se circunscritos na pedagogização do uso técnico do corpo.

Apoio Trabalho: Universidade Federal de Itajubá - Unifei

Ropelle, ER; De Souza, CT; Cintra, DE; Moraes, JC; Pauli, JR - Acute exercise reverses insulin resistance by decrease in the expression of iNOS although of activation AMPK in the muscle of old rats

Instituição: UNICAMP

The morbidity of insulin resistance tends to increase with aging. However, studies on molecular mechanisms underlying insulin resistance in aging process is still in paucity. Several mechanisms may be involved in the pathogenesis of insulin resistance in the skeletal muscle. In this study, we investigated whether insulin resistance mediated by S-nitrosation of proteins involved in early steps of the insulin signal transduction pathway could be reversed by acute physical exercise in the old rats. In the model of insulin resistance associated with enhanced iNOS expression in old rats we observed enhanced S-nitrosation of IR, IRS-1 and Akt in skeletal muscle. Reversal of S-nitrosation of these proteins by reducing iNOS expression in gastrocnemius muscle yielded an improvement in insulin action of old rats submitted to single bout of swimming exercise. However the molecular mechanism by which the exercise modulates the iNOS expression and improve the glucose uptake in insulin-resistant skeletal muscle is not fully understood. Is possible that effects of physical exercise in regulation of the iNOS protein involved AMP-activated kinase (AMPK), an energy-sensing enzyme that is activated in response to cellular stress, is a critical signaling molecule for the regulation of multiple metabolic processes. In conclusion, our data suggest whether AMPK activation by exercise might improve insulin action in the muscle of old rats through reducing iNOS expression.

Ropelle, ER; De Souza, CT; Pauli, JR; Chiarretto, EC; Velloso, LA; Saad, MJA - Sessão única de exercício controla o metabolismo de glicose em camundongos diabéticos: O papel da fosforilação em serina do IRS-1 no músculo esquelético e no tecido hepático

Instituição: Departamento de Clínica Médica - Faculdade de Ciências Médic

Introdução: O exercício físico é considerado uma das pedras angulares tanto do tratamento como da prevenção do Diabetes tipo 2. Os mecanismos moleculares envolvidos na captação de glicose muscular e na produção hepática de glicose estão sendo intensamente pesquisados. A fosforilação em serina do substrato 1 do receptor de insulina (IRS-1) é considerado um importante mecanismo de resistência à insulina encontrada em pacientes diabéticos. Objetivos: O objetivo desse estudo foi avaliar o efeito do exercício físico sobre a fosforilação do IRS-1 em serina no músculo e no fígado em camundongos diabéticos, procurando relacionar esse fenômeno à melhora da captação de glicose pelo músculo e à redução da produção de glicose hepática. Material e Métodos: Para o desenvolvimento deste trabalho, foram utilizados camundongos diabéticos (ob/ob e db/db). Os animais foram submetidos a um protocolo de natação que consistiu em quatro etapas de 30 minutos com intervalo de 5 minutos entre as séries, totalizando 2 horas de exercício. Após o término do protocolo, os animais foram realimentados por duas horas e após seis horas de jejum foram submetidos ao teste de tolerância à insulina (ITT) e as proteínas (IR, IRS-1, Akt, GLUT-4 e PEPCK) do músculo gastrocnêmio e do fígado foram analisadas através do método de Western Blott. Resultados: Camundongos diabéticos ob/ob e db/db submetidos ao protocolo de exercício apresentaram redução da glicemia de jejum e aumentaram a sensibilidade à insulina em relação aos animais controle. Esses efeitos foram decorrentes do aumento da fosforilação em tirosina do IR e IRS-1 e da fosforilação da Akt no músculo e no fígado dos animais exercitados. A redução de aproximadamente 50% da fosforilação do IRS-1 em serina 307 foi observada tanto no músculo como no fígado, representando um importante evento molecular responsável pelo aumento da sensibilidade à insulina nesses tecidos. No músculo, o aumento da sensibilidade à insulina aumentou a expressão do GLUT-4 na membrana plasmática em 45% e no fígado essa maior sensibilidade foi acompanhada da redução de 42% da enzima gliconeonênica PEPCK nos camundongos exercitados quando comparado aos animais controle. Conclusão: Esses dados sugerem que a redução da fosforilação do IRS-1 em serina mediada pelo exercício é um importante mecanismo molecular para a melhora da homeostase da glicose, aumentando a captação da glicose no músculo e reduzindo a produção de glicose hepática em pacientes diabéticos tipo 2.

Apoio Trabalho: FAPESP/CNPq

Rozanski, E.A.; de Suso, J.M.; De-Oliveira, F.R. - Associação entre o desempenho no teste de corrida de borsetto e a performance competitiva de média e longa duração

Instituição: UDESC - LAPEM - Laboratório de Pesquisa Morfo-Funcional

Associação entre o desempenho no Teste de Corrida de Borsetto e a performance competitiva de média e longa duração
Introdução: Com o intuito de tornar a avaliação funcional mais específica e permitir inferências sobre a aptidão anaeróbia láctica, Borsetto et al. (1989) apresentaram um teste (TBor) de campo para corredores. Objetivo: Verificar o grau de associação entre o desempenho no TBor e a performance em competições de média e longa duração. Metodologia: 39 corredoras ($20,0 \pm 4,49$ anos) e 58 corredores ($20,0 \pm 3,78$ anos) foram submetidos a dois testes de campo, com intervalo de no mínimo 1h30min entre eles: 1) Teste progressivo de Léger-Boucher (TLB), com medida da FC através de monitores Pola® (P300 e o Accurex Plus), 2) TBor - que consistiu de 1.000 m na intensidade correspondente a 85% do PV obtido no TLB, seguido de uma corrida de 200 m em esforço máximo, com o tempo obtido a partir de células fotoelétricas. Para a performance, foi identificado o melhor tempo de prova de cada corredor(a) (TPer), nas modalidades de 800 m, 1.500 m, 3.000 m, 5.000 m e 10.000 m, podendo haver mais de uma prova para cada avaliado. Resultados: Como esperado, em ambos os sexos, foram encontradas associações significantes entre o tempo dos 200 m finais do TBor (T200) e TPer até a prova de 3.000 m. Conclusão: Dentro do modelo metabólico assumido, o TBor parece ser uma metodologia adequada para avaliar a aptidão anaeróbia láctica de corredores, de ambos sexos.

Sampaio, A.P.M. - O corpo "encantado": o uso ritual das águas sagradas nas religiões afro-brasileiras

Instituição: E.E. Rangel Pestana

Em diversos momentos da história humana, o corpo é figura em destaque nos discursos, ora condenado, como fruto de pecado e desvio moral, materializando os instintos humanos mais rudimentares; ora sacralizado, como um presente divino e responsável pela comunicação entre mundos distantes. As religiões afro-brasileiras, sincréticas e imprecisas, destacam-se neste cenário pela representação assumida pelo corpo nos seus diversos ritos. Banhos de ervas, batizados e amacis, rituais que envolvem água, ervas e a fé, buscam a renovação espiritual, bem como a cura para os males que acompanham a humanidade. O presente estudo, de natureza qualitativa, buscou identificar a importância da corporeidade presente nestes rituais de purificação. Para tanto, foram observados dez terreiros na cidade de Rio Claro/SP, e entrevistados dezoito adeptos destas religiões. Os resultados apontaram a importância da água para toda a vida religiosa, bem como a forte presença do corpo nestes rituais, visto este ser considerado como um veículo que liga os homens ao mundo espiritual, sendo possível abreviar a caminhada do ser em direção a sua "evolução espiritual", desejo de todos os adeptos, ainda que resultado de grandes reformas íntimas, proporcionadas, entre outras coisas, por estes valiosos rituais. Assim, a Educação Física e a Motricidade Humana encontram mais um caminho a percorrer nos estudos sobre a corporeidade humana.

Santiago, D.R.P; Schwartz, G.M; Teixeira, H.M.C; Fontenla, M.C; Tahara, A.K - Lazer no ambiente virtual: interveniência da Internet Wi-Fi gratuita

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física/Lel

A utilização da internet já é um recurso bastante consolidado, tanto para o trabalho, quanto para o lazer, entretanto, esta possibilidade ainda se encontra restrita a uma pequena parcela da população brasileira, tendo em vista os custos, não apenas com a aquisição de computadores, mas, também, da manutenção do acesso a internet prestado por provedores. Isto delimita uma limitação a ser vencida, para que esta ferramenta possa ser viabilizada para maior camada populacional. Na perspectiva de vencer esse desafio, algumas iniciativas já se fazem presentes, ainda que sejam raras, em que é oferecido o acesso gratuito à internet, por meio das Zonas Wi-fi financiadas por prefeituras, com uso gratuito pelos cidadãos. Com base nesta nova perspectiva de acesso, algumas inquietações surgem, no sentido de se identificar como é inserido esse acesso na vida dos cidadãos e de que maneira esta nova possibilidade de interação se projeta no cotidiano do lazer, particularmente. Este estudo, de natureza qualitativa, teve como objetivo investigar acerca do acesso à internet gratuita, salientando aspectos relacionados aos interesses nas buscas durante o acesso, e as possíveis alterações no modo de vivência do lazer. Para tanto, o estudo constou de uma revisão de literatura referente à temática em questão, combinada com uma pesquisa exploratória, desenvolvida por meio de um questionário misto como instrumento para a coleta de dados, aplicado a uma amostra

intencional, composta por 6 habitantes da cidade de Sud Mennucci, Estado de São Paulo, de ambos os sexos, sendo 4 homens e duas mulheres, com níveis de escolaridade e perfil socioeconômico variados, cadastrados na prefeitura para ter acesso gratuito à internet Wi-Fi. Os dados obtidos foram analisados descritivamente, por meio da técnica de Análise de Conteúdo Temático e indicam que 66,6% buscam, durante o acesso, informação e comunicação com amigos; para 16,6%, o acesso se faz como um auxílio no trabalho. Este dado pode ser explicado pelo fato de alguns softwares de comunicação, tais como skype e msn, servirem para as pessoas agendarem consultas, enviarem relatórios, entre outras situações. Para 16,6%, a internet serve para o acesso aos diversos jogos online. Em relação aos entrevistados já terem acessado à internet antes dele ser gratuito, apenas 50% da amostra afirmou o acesso anterior, em decorrência de ter alguma ligação com trabalhos acadêmicos relacionados ao perfil da amostra. Outros 50% nunca acessaram a internet antes. Para 66% da amostra do estudo, houve a afirmativa de alterações no modo de vivência no âmbito do lazer com o acesso gratuito à internet e, para 34% não foi apontada qualquer alteração neste âmbito focalizado. Como conclusão evidencia-se que esta iniciativa de gratuidade de acesso à internet mostrou-se um elemento importante na dinâmica de inclusão social, bem como, é um fator de promoção de alterações no estilo de vivência do lazer. Sugere-se que novos estudos sejam realizados neste sentido, inclusive, tendo como base a comparação de outros locais que investem em inclusão digital.

Santiago, P; Moura, F; Lima Junior, R; Barbieri, F; Cunha, S - Cálculo de acurácia em sistemas de cinemetria para análise do movimento humano

Instituição: Universidade do Estado de Minas Gerais/Fundação de Ensino S.

A acurácia em cinemetria (método da biomecânica utilizado que estuda posição e orientação dos segmentos corporais) é um conceito utilizado para avaliar o erro experimental do estudo. Um experimento muito acurado apresenta um elevado grau de concordância entre o resultado obtido e fenômeno investigado. Para a verificação da acurácia em sistemas de cinemetria, no mínimo deve-se considerar-se a existência de dois tipos de erros: o erro sistemático (bias ou viés) e o erro aleatório (precisão). Contudo, as maneiras de se calcular estes erros na área da Educação Física e Esporte ainda são pouco conhecidas e por isso muitas vezes não são verificados. Deste modo, o objetivo do presente trabalho foi determinar a acurácia em um sistema de análise do movimento humano. Para isso, foi realizado um teste de acurácia em uma coleta de dados para a análise cinemática tridimensional aplicada ao futebol. Neste teste, foi utilizada uma haste rígida de aço (objeto que não apresenta fácil deformação), com marcadores passivos fixados em suas extremidades. O diâmetro destes marcadores foi igual (25 mm) a dos marcadores que foram fixados nas proeminências ósseas dos participantes durante a coleta de dados. A distância entre os marcadores (distância de centro a centro entre estes marcadores) foi previamente mensurada cinco vezes por três experimentadores diferentes através de uma trena de precisão (escalas em milímetros). A distância de colocação dos marcadores na haste foi preparada para ser próxima à menor distância entre dois marcadores que foram fixados nos coxa e perna dos participantes. A média aritmética destas medidas de distância foi adotada como o valor verdadeiro (v) entre os dois marcadores. Na seqüência, a haste foi filmada no ambiente de coleta onde o experimentador movimentou-a de forma aleatória na região em que os participantes realizaram os chutes (espaço calibrado). Então, os dados tridimensionais dos marcadores foram obtidos por procedimentos de cinemetria através do software Dvideow. Através destes dados, foi calculada a distância euclidiana entre os dois marcadores, durante a movimentação da haste, sendo estes valores adotados como os valores medidos (m). Assim, a acurácia (a) foi calculada pela equação: $a^2 = b^2 + p^2$, onde b é o bias que foi calculado através da equação: $\sum(|m - v| \div n)$, onde \sum é a somatória, $| |$ é o módulo e n é o número de elementos de m . Já p é a precisão que foi calculada pela medida da dispersão dos valores medidos (m) em relação ao seu valor médio (desvio-padrão dos valores medido). Deste modo, quanto menor for o valor encontrado do bias e da precisão, mais acurado serão os dados obtidos. Para este estudo a acurácia encontrada foi de 9.3 mm com bias e precisão de 5.6 mm e 7.3 mm respectivamente. Conclui-se que o valor de acurácia verificado no teste foi aceitável, tendo em vista que o mesmo foi menor que o raio dos marcadores utilizados nos participantes na coleta (25 mm) e pela ordem de grandeza do fenômeno investigado. Assim, sugere-se que a verificação da acurácia seja sempre realizada como uma forma de determinação do erro do experimento, permitindo assim uma interpretação segura dos dados obtidos.

Apoio Trabalho: FAPEMIG, FAPESP, FAEP-UNICAMP, CNPq e FUNDUNESP

Santos, L.F.; Silva, V.A.; Bratfische, S.A - Dança Educação Física ou Arte?

Instituição: Academia de Ensino Superior de Sorocaba

Dança: Educação Física ou Arte? Santos, L.F.; Silva, V.A.; Bratfische, S.A. Academia de Ensino Superior de Sorocaba Este estudo teve o intuito de romper com a postura isolada do conteúdo dança no contexto escolar. Para isso levantamos um

questionamento: a dança é um conteúdo de competência da disciplina de Artes ou da Educação Física? Nos Parâmetros Curriculares Nacionais de Educação Física (PCN) em seu volume 7 e de Artes volume 6, a dança é considerada conteúdo de ambas as disciplinas, contudo levantamos uma nova reflexão: os professores formados nestas áreas de conhecimento tiveram em sua graduação subsídios que lhes dessem respaldos para trabalharem este conteúdo na escola? Consideram-se adequadamente qualificados? Estes e outros questionamentos nos levaram a realizar uma pesquisa tendo como amostra 10 (dez) professores de Educação Física e 10 (dez) professores de Artes da cidade de Sorocaba. Os mesmos foram escolhidos aleatoriamente, sem determinação de idade e tempo de atuação na área, da mesma forma a pesquisa não foi restrita a um sistema de ensino específico e tampouco a um segmento. Posterior análise de dados descobrimos que 80% dos professores entrevistados de Educação Física e 70% dos professores de artes tiveram durante a graduação alguma disciplina ligada a dança. As respostas a princípio nos levaram a inferir que a dança não está presente somente em uma das áreas estudadas, mas que a própria formação docente fornece subsídios para que ambas a desenvolvam. Com relação à qualificação, ou seja, se estes se sentiam aptos para ministrá-la, 80% dos professores de Educação Física e 90% dos professores de Artes afirmaram não se sentirem preparados. Essas respostas nos trouxeram dados alarmantes, apesar de terem em sua formação disciplinas que contemplaram a dança, afirmaram não ser suficiente para proporcionar a vivência aos seus alunos. Acreditamos, que esses dados não correspondem ao principal motivo da ausência da dança nas escolas pois o aprimoramento profissional depende também do interesse e disponibilidade de cada indivíduo. Para finalizar a pesquisa indagamos se estes profissionais trabalhavam a dança como conteúdo em suas aulas, 80% dos professores de Educação Física e 90% dos professores de Artes declararam que não. Trinta por cento dos profissionais que desenvolvem a dança nas aulas, 2 (dois) aplicam o conteúdo durante todo o período letivo, e 1 (um) deles somente em datas comemorativas. Mediante os fatos, a problemática desse estudo foi solucionada, a dança é um conteúdo que pode ser desenvolvido tanto por profissionais formados em Artes como por profissionais graduados em Educação Física, contudo sentem-se inseguros para trabalhar com este conteúdo. A dança se resume no contexto escolar a coreografias para eventos comemorativos do calendário escolar, sendo desvalorizada como conteúdo que contempla o ser em seu desenvolvimento cognitivo, afetivo-social e motor tanto para a disciplina de Artes como para a Educação Física. Percebemos que a dança, sendo um elemento da cultura corporal, pode e deve ser desenvolvida como conteúdo nas aulas de Educação Física e de Artes tendo em vista ser ela um meio condutor da educação, que facilita ao educando a compreensão das relações humanas devido a sua facilidade em trabalhar com a sensibilização e a exteriorização de sentimentos. Inferimos que a prática de ensino diversificada deve ser pautada pelo interesse na formação global do indivíduo e pela conscientização dos profissionais de diferentes áreas da contribuição deste conteúdo nos diferentes aspectos da formação humana.

Apoio Trabalho: Academia de Ensino Superior de Sorocaba

Schwartz, G. M.; Moreira, J. C. C.; Milani, D.; Silva, T. N. G. da - Atividades lúdicas, esportivas e artísticas na dinâmica interdisciplinar

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física - LEL

Este estudo, de natureza qualitativa, teve como objetivo identificar a relevância de intervenções artísticas, lúdicas, rítmicas e desportivas, na ampliação das condições de aprendizagem, desenvolvimento do repertório cognitivo-psicomotor, evidenciando a interdisciplinaridade. Para tanto, o estudo constou de pesquisa bibliográfica e pesquisa exploratória, com base em entrevista estruturada e observação como instrumentos. No desenvolvimento do estudo foram utilizadas estratégias interdisciplinares de intervenção. Esta intervenção foi programada e desenvolvida durante 80 dias, com 2 aulas semanais, duração de 50 minutos cada uma, em que eram realizadas leituras de textos sobre a pré-história e a antiguidade, apresentação de filmes e fotos referentes aos períodos históricos até a época contemporânea, seguidas de uma vivência prática permeada de atividades de desenho e pintura, representação, atividades rítmicas, danças, ginásticas, e jogos pré-desportivos, nas quais se fazia uma comparação com eventos da época em questão. Para a observação foram utilizados como critérios a participação efetiva nas atividades propostas, bem como, o entusiasmo nesta adesão, em que os registros eram feitos por escrito, além de análise de filmagens e fotos. Para a entrevista, os alunos eram questionados a cada término de aula acerca do conteúdo das aulas anteriores. Os dados coletados por meio dos dois instrumentos foram analisados descritivamente e os resultados indicam que os alunos aderiam com prazer e alegria às propostas, demonstrando total interesse nas atividades e com apreensão adequada do conteúdo teórico abordado. Pode-se constatar maior interação social com implementação da ajuda mútua, além de melhor desenvolvimento motor, com maior fluidez de movimentos e domínio técnico e ampliação do desenvolvimento coordenativo nos manuseios. Todos os alunos salientaram maior interesse por este tipo de atividade diversificada, ao se comparar com a maneira formal de se passar o conteúdo, exclusivamente, de maneira teórica, com maior facilidade de assimilação desses conteúdos. A relação entre as disciplinas envolvidas foi considerada ótima, por alterar a dinâmica das aulas, permitindo que eles aprendessem brincando com o corpo. Com base nos resultados

percebe-se que estas atividades, quando inseridas com o intuito de se obter a interdisciplinaridade, são efetivas e demonstram catalisar a assimilação de conhecimentos, colaborando para a educação significativa.

Apoio Trabalho: Prograd - Núcleo de Ensino

Sigwalt, A. R.; Vieira, G.; Guglielmo, L. G. A. - Comparação de diferentes métodos indiretos utilizados para a predição da máxima fase estável de lactato em nadadores universitários

Instituição: Ufsc - CDS / DEF / LAEF

Introdução: A máxima fase estável de lactato (MLSS) tem sido amplamente utilizada por técnicos e pesquisadores para prescrição e controle dos efeitos do treinamento e, também, como um índice capaz de prever a performance aeróbia. Entretanto, para a determinação da intensidade correspondente a MLSS têm sido utilizadas metodologias diretas que necessitam de equipamentos sofisticados e de alto custo. Desta forma, alguns estudos têm procurado validar metodologias indiretas capazes de prever a MLSS sem a necessidade de coletas de sangue. Uma destas metodologias é a velocidade crítica (VC) que pode ser definida como a mais alta intensidade de exercício que teoricamente pode ser mantida por um longo período de tempo sem exaustão. Objetivos: 1) Determinar e comparar diferentes métodos indiretos utilizados para a predição da MLSS em nadadores universitários; 2) Verificar a correlação entre as velocidades (m/s) determinadas nos diferentes protocolos indiretos utilizados para a predição da MLSS. Metodologia: Participaram deste estudo 7 nadadores e 2 nadadoras (26,78 ± 6,78 anos; 176,49 ± 7,05cm; 69,93 ± 8,38kg; 14,75 ± 3,26% gordura corporal) com, no mínimo, 7 anos de experiência tendo características o nado de longas distâncias. Os atletas foram submetidos aos seguintes protocolos: 1) T-30, que consiste em nadar a máxima distância possível durante 30 minutos; 2) T-700m que consiste em nadar no menor tempo possível a distância de 700m para a predição da velocidade referente ao lactato mínimo ($LAC_{min} = 1,015 \times V_{m700m} - 5,025$, onde V_m representa a velocidade média (m/s) obtida na performance dos 700m); 3) uma repetição com intensidade máxima, em diferentes dias, nas distâncias de 200m e 400m, registrando-se os tempos por meio de um cronômetro manual. A velocidade crítica foi determinada por meio do coeficiente angular (b) da reta de regressão linear entre distância e os respectivos tempos obtidos em cada repetição máxima. Para a determinação da VC foram utilizadas as seguintes distâncias: VC1 (200m e 400m), VC2 (400m e 700m), VC3 (200m e 700m) e VC4 (200m, 400m e 700m) Para a análise estatística foi utilizada a análise de variância one-way para comparar os valores de velocidade referentes a cada método, complementada pelo teste de LSD. Para determinar a associação entre as velocidades obtidas nos métodos indiretos, foi realizado o teste de correlação de Pearson. Em todos os testes foi adotado um nível de significância de $p < 0,05$. Resultados: As velocidades máximas obtidas nas distâncias de 200m e 400m foram $1,40 \pm 0,12$ e $1,30 \pm 0,11$ m/s, respectivamente. Não foram encontradas diferenças significantes entre as velocidades (m/s) correspondentes ao LAC_{min} ($1,17 \pm 0,10$), T-30 ($1,17 \pm 0,09$), VC1 ($1,22 \pm 0,12$), VC2 ($1,18 \pm 0,10$), VC3 ($1,16 \pm 0,09$) e VC4 ($1,18 \pm 0,10$). Além disso, foi encontrada correlação significativa entre todas as velocidades utilizadas para a predição da MLSS ($r \geq 0,94$, $p < 0,01$). Conclusão: Deste modo, pode-se afirmar que todas as metodologias indiretas propostas mostram-se sensíveis e confiáveis para a predição da MLSS. Além disso, pode-se concluir que a utilização de diferentes distâncias (VC1, VC2, VC3 e VC4) não interfere na determinação da VC.

Silva, D.A.S.; Melo, L.A.; Oliveira, A.C.C. - Efeito do Treinamento Físico na massa corporal de ratos

Instituição: Universidade Federal de Sergipe

O treinamento físico provoca diversas alterações fisiológicas e morfológicas no organismo dos seres vivos. Assim, o objetivo deste estudo foi verificar o efeito do treinamento aeróbico e de força sobre a massa corporal de ratos submetidos a exercícios. O trabalho foi do tipo experimental, a amostra composta por 46 ratos machos da linhagem Wistar, divididos em grupo controle (GC), grupo de treinamento aeróbico (GTA) e grupo de treinamento de força (GTF). O GTA e o GTF realizaram seus respectivos treinamentos durante 12 semanas consecutivas e o GC foi utilizado como grupo controle. Na análise estatística utilizou-se o teste t para amostras dependentes e a ANOVA (one way) para comparações intergrupos. Os resultados evidenciaram que os grupos tiveram valores de massa corporal superiores estatisticamente no final do experimento quando comparados ao peso inicial. Contudo, não diferiram em massa corporal nem no início nem após o experimento.

Silva, D.A.S.; Toscano, J.J.O.; Oliveira, A.C.C. - Estado Nutricional de escolares segundo dois critérios de classificação

Instituição: Universidade Federal de Sergipe

O excesso de peso vem aumentando entre crianças e adolescentes de idade escolar. Contudo, não há uma unanimidade em relação aos critérios de classificação do estado nutricional entre esta população. Assim, este estudo teve como objetivo comparar o estado nutricional de escolares de acordo com os critérios de classificação elaborados por Cole e Must. A pesquisa teve um delineamento transversal, com a amostra sendo composta por 114 escolares de 10 a 14 anos ($11,89 \pm 0,83$ anos), sendo 50 meninas e 64 meninos. Foram coletados dados de peso e estatura para determinar o IMC. Utilizou-se estatística descritiva, teste t para amostras independentes, teste de Mann-Whitney e o teste dos Sinais, com um nível de significância de 5%. Os critérios de classificação divergiram proporcionalmente quando considerado todo o grupo e o sexo masculino, sendo que o critério de Must apresentou uma maior quantidade de obesos.

Silva, I; Coelho, C; Vincenzi, E; Vincenzi, A - Perfil de adiposidade e percentual de gordura corporal dos escolares do Colégio São Francisco de Assis em 2006

Instituição: UniEVANGÉLICA

Diversos autores destacam que quanto maior o excesso de peso de uma criança na sua infância maior será a probabilidade dessa criança se tornar um adulto obeso. O objetivo geral deste trabalho foi verificar o perfil de adiposidade e percentual de gordura corporal dos escolares do Colégio São Francisco de Assis em 2006. A obesidade pode ser definida como um excesso de massa corporal às expensas do tecido gorduroso. Hoje, a obesidade é considerada um problema de saúde pública. É de conhecimento de toda a sociedade que a atividade física é fundamental para o crescimento e desenvolvimento das crianças, entretanto a mesma deve ser aplicada da maneira correta, levando em consideração a Pirâmide de Atividades Físicas. Esta pirâmide foi desenvolvida para apresentar de uma maneira didática a importância na prática de determinadas atividades físicas, de acordo com o esforço necessário e de maneira a não prejudicar a saúde das crianças. O presente estudo foi realizado no Colégio São Francisco de Assis (SFA) na cidade de Anápolis-GO após o consentimento da direção da escola. A amostra total utilizada foi composta por 423 escolares de um universo total de 578 matriculados no Colégio do maternal até a quarta série, com faixa etária entre 3 e 10 anos de idade, divididos em 24 turmas. Do total de escolares, 221 (52%) são do sexo masculino e 202 (48%) do sexo feminino. Foi coletado o peso, altura, dobra coletânea subescapular e tricipital, com estes dados calculamos o IMC e o percentual de gordura corporal. Observamos que é grande o número crianças com o peso acima do normal. O perfil de adiposidade dos escolares do colégio SFA em 2006 apresenta 19,6% sobrepeso, 6,2% como obesos. Quanto ao percentual de gordura observou-se o seguinte: 1) em relação ao sexo masculino, 14% estão no grupo moderadamente alto, 10% alto e 5% muito alto; e 2) para o sexo feminino 5% estão no grupo de moderadamente alto, 1% alto e também 1% muito alto. Os dados encontrados vão de encontro ao apresentado na literatura, podemos citar os mais variados trabalhos desenvolvidos pelo Brasil: Silva (2004) avaliou 134 crianças de 2 a 11 anos em Anápolis-GO detectou 14,2% de sobrepeso e 9,7% de obesidade; Giugliano e Carneiro (2004) avaliando 452 crianças de 6 a 10 anos em Brasília-DF, encontraram as marcas de 16,8% de sobrepeso e 5,3% de obesidade; Oliveira, Cerqueira e Oliveira (2003) avaliando 699 crianças de 5 a 9 anos em Feira de Santana-BA, encontraram 9,3% de sobrepeso e 4,4% de obesidade; Machado (2005), avaliando 705 crianças de 2 a 17 anos em Anápolis-GO, verificou que havia 17% sobrepeso e 8% de obesidade. Todas estas informações vêm de encontro aos dados encontrados por nós neste referido trabalho. Um fato ocorrido que merece atenção diz respeito ao uso do protocolo de Slaughter et al. (1988) – o qual se aplica para meninos e meninas em todas as idades – no cálculo do percentual de gordura corporal. Enquanto os valores de IMC das duas amostras separadamente eram muito próximas umas das outras, quando utilizado o protocolo de Slaughter, os dados obtidos eram bem discrepantes. Entretanto, não foi possível detectar o motivo de tal discrepância, sendo necessária a continuidade dos estudos para detectar qual a melhor forma de avaliar crianças na faixa etária referente a esse trabalho.

Silva, I; Fernandes, V - Aptidão física relacionada à saúde em mulheres no climatério

Instituição: UniEVANGÉLICA

Climatério é a fase onde a mulher deixa de viver o seu período fértil e passa a viver um período não fértil. Isso se dá pela falta de ovulação e o déficit na síntese de hormônios esteróides. A mulher sofre alguns sinais primordiais ao entrar nesta

fase, tendo alterações do fluxo menstrual e distúrbios neurovegetativos como os “fogachos” que são ondas de calor, vivida pelas mesmas. O objetivo geral deste trabalho é observar as alterações da prática de exercícios físicos no nível de aptidão física relacionada à saúde em mulheres no climatério. O período tem início por volta dos 45 anos e se estende até por volta dos 65 anos, quando chega a senilidade. Muitos confundem menopausa com climatério. A menopausa se refere à última menstruação e corresponde apenas em um marco dentro do climatério. Devemos lembrar que nesta fase da vida a mulher sofre também com as chegadas de prováveis doenças como a osteoporose, a hipertensão e a diabetes. Observa-se que o tratamento hormonal deve ter início antes da chegada dos sintomas menopausais, ou seja, a mulher deve procurar um médico especialista para fazer um bom acompanhamento hormonal para que assim, a mulher chegue bem em seu período climatérico. Ao apresentar condições que lhe permita um bom desempenho motor quando submetido a esforços físicos, o indivíduo mostra estar apto fisicamente. Neste mostraremos o trabalho com cinco itens a serem avaliados em mulheres no climatério. Metodologia, este estudo foi realizado com mulheres na fase do climatério, no Centro Universitário de Anápolis - UniEvangélica, localizada na cidade universitário, situado na cidade de Anápolis – GO. Esta coleta se deu nos meses de agosto e outubro de 2005. Foram avaliadas inicialmente 40 mulheres, entretanto ao término do experimento, haviam 14 mulheres, com faixa etária entre 40 à 65 anos. As atividades tinham uma periodicidade de três vezes por semana, com duração de uma hora. As atividades eram: 15 minutos de alongamento, 20 minutos de ginástica localizada, 15 minutos de atividade aeróbica (caminhada) e 10 minutos de volta à calma, realizamos as avaliações no início das atividades ao final de dois meses de trabalho. Foi utilizado o teste T. Resultados, em nosso trabalho foi realizado o teste de 12 minutos para a captação do VO2 max. Os resultados foram significativos, $p < 0,01$, de acordo com a tabela de Morrow Jr et al (2003) as mulheres obtiveram uma melhoria no nível de captação máxima de oxigênio. O mesmo ocorreu com o percentual de gordura, com a força de braço, abdominal e flexibilidade. As principais conclusões do nosso estudo são: As mulheres climatéricas melhoraram seu nível de aptidão física em função dos exercícios; As mulheres climatéricas perderam peso à custa da gordura corporal que por fim, foi reduzida devido aos exercícios; As mulheres climatéricas obtiveram uma melhora no nível do VO2 máx; As mulheres climatéricas apresentaram maior flexibilidade em função das atividades propostas; Houve um aumento na quantidade de abdominais realizados em um minuto; Assim como nos resultados do teste de abdominal, houve uma melhora na quantidade de flexão de braços (apoio); Apesar do curto período de tempo de trabalho com as climatéricas, todos os testes realizados com as mesmas obtiveram resultados significativos através do teste T.

Souza, C. P.; Rangel, I. C. A. - Preconceito, discriminação e exclusão na educação física escolar

Instituição: Unesp- IB- Depto de Educação Física.

Vivemos em uma sociedade miscigenada devido à riqueza cultural que raças, credos e níveis sociais nos oferecem. A escola é um dos lugares onde essa cultura se reflete, pois é nela, em que a formação dos alunos contribuirá para que estes aprendam e respeite toda e qualquer diferença existente entre os indivíduos. Por isso verificamos qual é a visão que alunos do Ensino Fundamental (quartas e oitavas séries) e do Ensino Médio (terceira série), tem a respeito do preconceito, discriminação e da exclusão durante as aulas de Educação Física Escolar. Os resultados mostraram que existe preconceito, discriminação e exclusão neste componente curricular e que sua manifestação ocorre de diferentes maneiras: gênero, religião, habilidade, deficiência física ou mental, estética, entre outros fatores. Concluímos que é necessário mais estudos para que haja uma intervenção para a eliminação de tais conceitos.

Apoio Trabalho: Bolsa Pibic/ CNPq

Souza, E.; Bonfante, I.; Barbosa, A.; Daniel, J.; Moraes, A. - A relação entre o imc e o nível de consciência em indivíduos do sexo masculino diante do seu peso corpóreo

Instituição: Puc-Campinas-Faefi

Introdução: Uma das maneiras para controlar o peso corporal é através da classificação do índice de massa corpórea, também conhecido como IMC. Este índice foi proposto pela primeira vez por Keys, em 1972, e é determinado através da relação entre peso e altura, sem separar % de gordura e % de massa magra. A classificação determina o peso como insuficiente, normal, sobrepeso ou obeso I, II e III. Objetivo: Classificar o IMC em indivíduos do sexo masculino que realizam atividade física na Lagoa do Taquaral comparando-o com a consciência que os mesmos têm em relação ao próprio

peso corpóreo. Metodologia: Utilizou-se de um questionário referente a massa corpórea, estatura e como o indivíduo se considerava (magro, normal, sobrepeso ou obeso). A amostra foi composta de 83 indivíduos com faixa etária média de $43 \pm 14,79$ anos. Resultados: Os resultados mostram que 50,6% da amostra apresentaram IMC normal, 33,73% se encontram com sobrepeso, 12,05% apresentaram-se obeso I e 3,61% encontram com IMC obeso II. As respostas do questionário mostram que 79,5% dos avaliados estão conscientes sobre seu IMC, e 18,07% argumentam ter baixo peso mas possuem peso normal. Conclusão: Verificou-se que apesar da maioria dos indivíduos (79,5%) estarem cientes de seu peso corpóreo, 49,39% estão acima do IMC normal. Portanto torna-se necessário uma maior conscientização por parte dos mesmos no sentido de praticarem sua atividade física de forma mais orientada e aderirem a uma dieta saudável, procurando na medida do possível o auxílio de profissionais nas áreas de Educação Física e Nutrição, afim de obterem melhores resultados. Palavras chave: Índice de massa corpórea, atividade física.

Souza, G. C. N.; Moreira, E. C.; Pereira, R. S. - A Educação Física no ensino noturno: prática a partir da proposta crítico-emancipatória

Instituição: Fefisa - Faculdades Integradas de Santo André

O objetivo do presente estudo é identificar quais as possibilidades efetivas da implantação da Educação Física no Ensino Médio noturno na escola pública a partir da ação e participação dos alunos numa perspectiva diferenciada, a proposta crítico-emancipatória. A Educação Física não tem conseguido mostrar seu potencial, seu real valor, influenciada por fatores externos e sofrendo com os acontecimentos do passado, tem se limitado exclusivamente a um único conteúdo, que se repete insistentemente a cada ano, por cobrança dos alunos, exigência da escola e muitas vezes por comodidade do professor. Os alunos estão automatizados e preparados para encontrar uma Educação Física com jogos de basquete, vôlei, handebol e futebol, que privilegiam poucos, provocam desinteresse e indiferença com essa prática. No ensino médio noturno, a situação é ainda pior, durante muitos anos a Educação Física foi desvalorizada perdendo seu significado. A partir de 2003, com a Lei 10.793, surge nova oportunidade, a Educação Física passa a ser conteúdo obrigatório no ensino noturno, sendo sua prática facultativa em alguns casos. Inicia-se então, nova busca para mostrar sua importância e possibilidades. Assim, o presente estudo faz um resgate histórico da Educação Física escolar identificando momentos pelo qual passou e tem passado, influências e características da história e o que isso tem resultado. Discute-se ainda, aspectos relacionados ao Ensino Médio, envolvendo o período noturno, abordando ainda características dessa faixa etária. Posterior a essa apresentação desenvolve-se a discussão da proposta crítico-emancipatória, como meio para proporcionar a realização de aulas de Educação Física a partir de uma transformação didático-pedagógica. Para tanto, definiu-se como metodologia a pesquisa-ação. Uma das etapas da pesquisa-ação é a fase exploratória, momento dedicado a observação da realidade a ser pesquisada. A observação identificou a busca excessiva pela prática esportiva, tornando-se necessário adequar as intenções dos pesquisadores às necessidades e interesses do grupo. Foram aplicadas 10 aulas de Educação Física para duas turmas (total de 16 alunos) do primeiro ano do Ensino Médio noturno de uma escola pública estadual da cidade de São Paulo, adotando-se como instrumentos: planejamento geral; planos de aula, registros e avaliação do grupo aula-aula; entrevistas com os alunos. Pôde-se observar que os alunos compreendem as aulas de Educação Física como sinônimo de esportes, distorcendo e limitando a importância dessa prática na escola. Ao pesquisar as vivências anteriores, as respostas revelaram que os alunos foram vítimas de aulas pautadas nos modelos esportivos, construindo indivíduos apáticos e passivos com relação à aprendizagem, aceitando uma Educação Física que se repete a cada ano. Com relação ao conteúdo aplicado, mesmo havendo resistência por parte dos alunos, houve participação. Trabalhar com base nos desafios e situações-problema de certa forma envolve-os e proporcionou outras vivências. Pôde-se perceber o interesse dos alunos em querer realizar atividades que lhes proporcionassem prazer, não mais fechando-se para novas oportunidades. Dessa forma, ao propor tais atividades, depara-se com a rejeição, porém, a partir da apresentação, em princípio de maneira livre e no decorrer das aulas de forma acessível a todos, características próprias da proposta crítico-emancipatória, esta passa a ser considerada agradável e a vontade de resolver os problemas tornam-na mais interessante. Observou-se que os alunos que não se sentiram à vontade em realizar as atividades acabaram não participando, mas prestavam atenção no que ocorria; outros que em princípio não participavam, passaram a participar das atividades ao observarem o funcionamento; e os que sempre participavam puderam descobrir novas possibilidades de movimento. Tal estudo fortalece a idéia de renovar os princípios orientadores da metodologia de ensino da Educação Física na escola.

Souza, K. M.; Vieira, G.; Silva, J. F.; Pazin, J.; Duarte, M. F. S.; Guglielmo, L. G. A. - Índices fisiológicos associados com a performance em corredores de endurance na prova praias e trilhas

Instituição: UFSC - CDS / DEF / LAEF

Introdução: O Desafio Praias e Trilhas é uma prova de corrida de 82km, disputada em diferentes terrenos (montanhas, florestas, campos, costões e praias) durante dois dias (37km e 45km, respectivamente) na cidade de Florianópolis (SC). Por ser uma prova única no Brasil com essas características, despertou o interesse para a realização de estudos capazes de identificar os índices fisiológicos utilizados para prever a performance dos atletas e, assim, ser possível prescrever o treinamento físico, com o intuito de maximizar os aspectos funcionais e metabólicos dos atletas, frente à demanda requerida nesse tipo de prova. **Objetivo:** Verificar a relação dos seguintes Índices Fisiológicos: consumo máximo de oxigênio (VO₂max), pico de velocidade (PV), velocidade no ponto de deflexão da frequência cardíaca (VPDFC), velocidade equivalente a 80% do ponto de deflexão da frequência cardíaca (80%VPDFC) com o desempenho nas distâncias de 37km e 45km correspondentes aos trechos 1 e 2, respectivamente da prova Desafio Praias e Trilhas. **Metodologia:** Participaram do estudo oito atletas bem treinados em provas de fundo do atletismo, sendo cinco 4,1% de \pm 6,2cm; 15,0 \pm 5,0kg; 177,9 \pm 7,7 anos; 76,6 \pm homens (35,4 1,6kg; 156,0 \pm 2,5 anos; 51,0 \pm gordura corporal) e três mulheres (35,0 0,6% de gordura corporal). Os índices fisiológicos \pm 1,5cm; 13,2 \pm foram determinados utilizando-se um protocolo contínuo de cargas crescentes em esteira rolante (IMBRAMED MILLENUM SUPER ATL). A carga inicial foi 6km/h (1% de inclinação), com incrementos de 1km/h a cada minuto até à exaustão voluntária. Durante o teste, o VO₂ foi mensurado a partir do gás expirado (Teem 100), fornecendo informações sobre o comportamento respiratório a cada 20s. A frequência cardíaca foi monitorada por meio do cardiofrequencímetro da marca polar modelo S610i, permitindo a determinação do ponto de deflexão da frequência cardíaca (PDFC), a partir do modelo matemático D_{máx}. A velocidade no PDFC foi considerada como indicador do segundo limiar de transição fisiológica (LTF2). A velocidade correspondente a 80% do PDFC foi utilizada para aproximação do primeiro limiar de transição fisiológica (LTF1). A análise estatística foi realizada por meio do teste de correlação linear de Pearson, sendo adotado um nível de significância $p < 0,05$. **Resultados:** O PV (17,5 \pm 2,0km/h) apresentou correlações significativas ($r = -0,78$ e $r = -0,78$, respectivamente) com o tempo nos trechos 1 (318 \pm 68,2min) e 2 (459,4 \pm 131min). Por outro lado, não foi encontrada correlação significativa entre o VO₂max (48,8 \pm 6,4ml/kg/min; 3,4 \pm 0,8l/min) e o desempenho nos dois trechos. A VPDFC (13,3 \pm 2,4km/h) e 80%VPDFC (10,6 \pm 1,9km/h) também apresentaram correlações significativas ($r = -0,95$ e $r = -0,96$) com o tempo nos dois trechos. **Conclusão:** Com base nos resultados encontrados, pode-se concluir que a performance dos atletas nos diferentes trechos da prova foi dependente do PV, da VPDFC e 80% VPDFC, destacando que esses índices fisiológicos podem ser utilizados para prever a performance dos atletas independentemente das características do percurso da prova. Além do mais, parece que o desempenho obtido nas distâncias do Desafio Praias e Trilhas depende mais da capacidade aeróbia, visto que foi encontrada uma menor correlação entre o PV e a performance de corrida para os dois trechos.

Spigolon, LMPS; Borin, JPB; Leite, GSL; Padovani, CRPP; Padovani, CRP - Potência anaeróbia em atletas de futebol de campo em diferentes posições

Instituição: UNIMEP - Graduação Educação Física

O objetivo do presente trabalho visa conhecer a potência anaeróbia de membros inferiores em atletas de futebol de campo e buscar possíveis diferenças entre posições de jogo. Participaram do estudo, 74 atletas pertencentes às categorias Sub-15, Sub-17, Sub-20 e Profissional do Esporte Clube XV de Novembro de Piracicaba/SP. Os participantes foram divididos nos grupos: Goleiro, Defesa, Meio Campo e Atacante, conforme posição de atuação. Para a avaliação da potência anaeróbia, foi utilizado o Running-based Anaerobic Sprint Test - RAST (Zacharogiannis et al., 2004) e para a análise estatística utilizou-se a técnica da análise de variância para o modelo com um fator, complementada com o teste de comparações múltiplas de Tukey (ZAR, 1999). Os principais resultados apontam que os valores de todas as potências analisadas (Máxima, Média e Mínima), mostraram significativamente inferiores para goleiro quando comparada às outras posições e o Índice de Fadiga apontou valores semelhantes para todas as posições. A partir dos dados coletados, conclui-se que as diferentes posições possuem suas particularidades em relação aos níveis de potência, sendo fundamental considerá-las na planificação dos treinamentos.

Teixeira Floriano, L.; Fernandes da Silva, J.; André Martins Monte, A.; Rossato, M. - Velocidade e tempo de reação no futebol a partir de um teste com precisão eletrônica

Instituição: CDS/LAEF Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: No futebol, assim como em outras modalidades esportivas, os testes físicos são de extrema importância no processo de treinamento. Para muitos preparadores físicos e técnicos os resultados obtidos nas avaliações são utilizados

como base na elaboração de suas metodologias de trabalho. Na tentativa de auxiliar estes profissionais muitos são os testes propostos para o futebol, mas poucos se apresentam próximos a situações de jogos e com resultados nem sempre precisos, decorrentes da utilização de materiais inadequados. Objetivos: Propor um teste específico para o futebol, mensurando em um mesmo circuito as seguintes variáveis: o tempo de reação (TR) e a velocidade dos atletas. Metodologia: Participaram do 6,2cm \pm 8,30Kg; 177,7 \pm 0,8 anos; 73,35 \pm estudo 24 atletas (18,4 1,56% de gordura corporal) do sexo masculino da categoria Junior \pm 8,37 de um clube profissional de Florianópolis - SC. Para mensuração do tempo de reação (TR) e velocidade média em vinte metros (V20) foi utilizado um instrumento de cronometragem eletrônica. Este equipamento é composto por dois pares de fotocélulas, sensíveis ao movimento do corpo, posicionados em forma de corredor, com 2m de largura e 20m de comprimento. No final do corredor, a um metro do segundo par de fotocélulas, um sensor luminoso (lâmpada de cor azul) fora posicionado e utilizado simultaneamente como estímulo visual e acionador automático do sistema de cronometragem. Recuado a um metro do início do circuito fora marcada uma linha de referência para largada dos atletas. O teste consiste em o atleta após perceber que o sensor luminoso apaga, percorrer no menor tempo possível, os 21m. O intervalo entre o acionamento do cronômetro e a passagem pelo primeiro par de sensores foi padronizada como TR, da passagem do primeiro par de sensores até o segundo foi obtido um tempo, em milissegundo (T20), ao qual foi utilizado para se obter a velocidade média correspondente. Além desses resultados parciais o sistema ainda apresenta o tempo geral (TG) que é a soma do TR e T20. Foi empregada a estatística descritiva (média e DP). Resultados: O teste proposto neste estudo apresentou os seguintes resultados referentes ao grupo: TG 3,978 \pm 0,163s; TR 0,996 \pm 0,124s; T20 2,925 \pm 0,137s; V20 6,838 \pm 0,357m/s. Os resultados obtidos por posição e suas respectivas parciais TG, TR, T20 e V20 são os seguintes: Goleiros (n=3) 4,006 \pm 0,104s, 1,010 \pm 0,165s, 2,986 \pm 0,119s, 6,704 \pm 0,267m/s; Laterais (n=2) 3,856 \pm 0,151s; 0,963 \pm 0,053s; 2,894 \pm 0,098s; 6,916 \pm 0,235m/s; Zagueiros (n=3) 4,051 \pm 0,086s, 1,052 \pm 0,138s, 2,969 \pm 0,083s, 6,739 \pm 0,189m/s; Volantes (n=5) 3,966 \pm 0,180s, 0,922 \pm 0,161s, 3,004 \pm 0,082s, 6,661 \pm 0,183m/s; Armadores (n=5) 4,008 \pm 0,069s, 1,045 \pm 0,054s, 2,947 \pm 0,075s, 6,790 \pm 0,169m/s e Atacantes (n=6) 3,820 \pm 0,212s, 1,015 \pm 0,134s, 2,799 \pm 0,191s, 7,176 \pm 0,543m/s. Conclusão: A partir dos dados obtidos observamos que dentre os atletas mais velozes estão os atacantes, seguidos pelos laterais, armadores, zagueiros, goleiros e volantes. As posições que apresentaram os menores valores para TR foram os volantes, laterais, goleiros, atacantes, armadores e zagueiros, respectivamente. O teste, partindo-se de uma avaliação geral (TR+T20), apresentou na ordem dos melhores resultados os atacantes, laterais, volantes, goleiros, armadores e zagueiros. Verificamos com este estudo que a partir de um teste de precisão eletrônica pode-se avaliar o tempo de reação, a velocidade média de atletas de futebol de forma mais precisa, contudo recomenda-se a ampliação desta base de dados para a busca de resultados mais confiáveis. Palavras chaves: Velocidade, Tempo de Reação e Futebol.

Toledo, N. A. S.; Gimenez, L. R. Z.; Pires, C. M. R.; Gobbi, S. - Comparação da resposta glicêmica aguda em diabéticos não-insulino dependentes após sessão de ginástica e caminhada

Instituição: Centro Universitário de Araraquara - UNIARA

O diabetes é uma síndrome metabólica caracterizada pelo excesso de glicose no sangue, devido à falta de ou resistência à insulina, hormônio produzido pelo pâncreas, com ação hipoglicemiante. Dentre os tipos de diabetes, o tipo 2 ou não-insulino dependente é aquele que tem apresentado maiores incidências devido a maus hábitos alimentares e baixos níveis de atividade física apresentados pela população. Estudos demonstram que a prática regular de atividade física tem efeitos benéficos no diabetes tipo 2, sendo eficaz na prevenção e controle de tal patologia. Objetivos: analisar a resposta glicêmica aguda em diabéticos não-insulino dependentes após sessão de ginástica e caminhada. Materiais e Métodos: Participaram do estudo 5 indivíduos com diagnóstico clínico de diabetes do tipo II, sendo 2 homens e 3 mulheres com idade média de 53,6 anos, que foram submetidos a dois tipos de atividade física, ambos com 30 minutos de duração cada. Ginástica: realizada em 2 séries num circuito com 5 estações, no qual os sujeitos exercitavam-se 2 minutos em cada estação com descanso de 1 minuto entre elas. Caminhada: Foi realizada com intensidade correspondente a 60% do VO₂max, na qual os sujeitos caminharam em uma área de lazer. A mensuração glicêmica foi realizada antes e imediatamente após as atividades. A análise estatística dos dados ocorreu por meio do teste t - Student pareado e estatística descritiva, adotando-se o nível de significância de 5% (p<0,05). Resultados: As médias obtidas, respectivamente nos momentos pré e pós-atividades, foram: a) ginástica 163,4 mg/dl e 134,0 mg/dl, sem diferença estatisticamente significativa (t=2,2; p>0,05) e; b) caminhada 175,8 mg/dl e 126,4 mg/dl, com diferença estatisticamente significativa (t=3,1; p<0,05). Conclusão: A interpretação dos resultados permite inferir que, em relação a alterações dos níveis glicêmicos em pessoas com diabetes do tipo II, a caminhada com intensidade correspondente a 60% VO₂max parece ser mais eficiente que a ginástica. Tal resultado pode fundamentar decisão de profissionais quando da escolha da atividade, quando o objetivo for redução aguda dos níveis glicêmicos. Palavras-chave: diabetes; glicemia; exercício; caminhada; ginástica.

Vale, B. A. R.; Leme, J. A. C. A.; Crespilho, D. M.; Luciano, E. - Efeitos do treinamento físico sobre parâmetros metabólicos de ratos recém-desmamados

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

O presente estudo teve como objetivo investigar os efeitos do treinamento físico regular sobre aspectos metabólicos de ratos recém-desmamados. Ratos machos com 30 dias de idade, da linhagem Wistar, foram aleatoriamente distribuídos em: Grupo Controle (GC) e Grupo Treinado (GT). Os animais treinados foram submetidos a um protocolo de natação, 5 vezes/semana, 1 hora/dia, com carga de 5% em relação ao peso corporal, durante 8 semanas consecutivas e em água com temperatura controlada ($32\pm 2^{\circ}\text{C}$). Durante o período experimental foi registrado semanalmente o peso corporal dos ratos. Ao final da oitava semana os animais foram sacrificados, em repouso, para avaliação dos seguintes parâmetros séricos: glicose, proteínas totais, triglicérides e colesterol total. Para identificar diferenças estatísticas entre os grupos, utilizou-se teste-t de Student para amostras independentes, com nível de significância pré-estabelecido em 5% ($p < 0,05$). Os resultados não indicaram diferenças significativas relacionadas à glicose, ao triglicérides e ao peso corporal. Entretanto, o protocolo de treinamento resultou em relevante diminuição do colesterol total sérico ($\text{GT}=68,27\pm 13,71^* \text{ mg/dL}$; $\text{GC}=94,44\pm 28,09 \text{ mg/dL}$). Os níveis de proteínas totais séricas também apresentaram importante redução em resposta ao treinamento físico ($\text{GT}=7,30\pm 0,40^* \text{ g/dL}$; $\text{GC}=7,74\pm 0,36 \text{ g/dL}$). Pode-se concluir que o treinamento físico aeróbio regular pode reduzir os níveis de colesterol em ratos recém-desmamados, atuando como fator preventivo às coronariopatias. A diminuição das concentrações de proteínas circulantes pode refletir a sua retenção pelos processos de anabolismo tecidual resultantes do treinamento físico.

Apoio Trabalho: Pró-Reitoria de Pesquisa - UNESP

Venâncio, L. - Planejamento participativo e grupos operacionais na Educação Física: estratégias de ensino com alunas e alunos do ensino fundamental utilizadas por uma professora pesquisadora

Instituição: Rede Municipal de São Paulo, Universidade Guarulhos

A preocupação com a prática educativa nas aulas de Educação Física (EF) tem levado alguns professores a refletir sobre a coerência entre os princípios curriculares que organizam e como sistematizam o trabalho no cotidiano escolar. É fundamental num processo educativo significativo definir objetivos, selecionar conteúdos relevantes, organizar estratégias e critérios de avaliação. O objetivo deste trabalho é apresentar estratégias de ensino utilizadas com alunas e alunos de uma escola de ensino fundamental da rede municipal de São Paulo localizada na zona leste. A pesquisa-ação e o ensino reflexivo foram os métodos utilizados. As estratégias denominadas de planejamento participativo (PP) e grupos operacionais (GOs) vem sendo utilizadas desde 2004. No ano de 2006 foi feito um levantamento junto às alunas e aos alunos para saber se as estratégias utilizadas tinham ou não coerência no processo de ensino. Foram 6 turmas do 2º ano do ciclo II, totalizando 200 alunos. Os resultados indicam que o PP permite que os envolvidos colaborem na seleção de conteúdos relevantes, discutam e compreendam os objetivos das aulas de EF, conheçam e compreendam os critérios de avaliação, tomem conhecimento e analisem o calendário (quantidade de aulas da EF), quantidade de faltas permitidas no ano letivo, locais de realização das aulas (na escola e na comunidade), possibilidades e critérios para uso dos espaços (sala de leitura, laboratório de informática, laboratório de ciências, sala de vídeo), materiais e tempos necessários para o desenvolvimento das aulas. Isso favorece que os alunos sejam responsáveis (atitude), se envolvam e protagonizem os rumos de sua educação desde o início do período letivo. O PP é uma das mais relevantes estratégias no processo de ensino, principalmente quando o pressuposto é estabelecer criticamente a co-responsabilidade nesse processo. Quando se busca garantir um ensino que permita aos alunos e à professora assumirem a posição de sujeitos, tal estratégia viabilizará as outras, ou seja, o que ocorrerá em aula dependerá dos critérios que forem estabelecidos durante o PP através das coordenações consensuais de condutas. Os GOs são formados por alunos e alunas com diferentes níveis de habilidades e capacidades e permite o que decidimos chamar de aprendizagem entre os pares. Um aluno que tem um nível mais elaborado de habilidade que outro foi chamado de “par avançado” e teve como responsabilidade juntamente com a professora viabilizar que outros membros dos grupos sejam motivados a realizar as tarefas solicitadas durante as aulas. Esta estratégia permitiu aos alunos compreender e apreciar esteticamente os gestos e movimentos realizados; a divisão de tarefas, resolução de problemas e a co-responsabilidade no uso de materiais e espaços da escola. A formação dos GOs é uma estratégia definida no início do ano letivo durante o PP entre a professora e o grupo de alunos. Consideramos até o momento o PP e os GOs estratégias significativas e coerentes com a prática educativa desenvolvida pela professora dessa

escola analisando os relatos por escrito dos alunos e alunas no final do ano de 2006 e avaliando junto aos responsáveis pelos mesmos no início do ano letivo de 2007. Vale ressaltar que existe um projeto e um plano de ação em andamento nessa escola que poderá respaldar ou não a continuidade e importância do acompanhamento de uma professora durante um ciclo de 4 anos de ensino com os mesmos alunos, além de permitir uma mudança na prática e critérios para atribuição das aulas de EF. As etapas do plano cumpridas até então permitem adiantar que existe uma possibilidade de verificar durante esse período o que de fato os alunos e alunas aprendem nas aulas de EF, no entanto isso tem requerido da professora uma constante reflexão do seu fazer cotidiano, formação permanente, participação efetiva na coletividade da escola ancorada nos princípios e objetivos definidos no planejamento do componente curricular e no Projeto Político Pedagógico.

Venâncio, L.; Sanches Neto, L. - A Educação Física na educação básica e a pesquisa-ação: análise de conteúdo dos trabalhos apresentados em três eventos científicos relevantes nos anos de 2003 E 2005

Instituição: Rede Municipal de Ensino de São Paulo; Faculdade Brasília

A partir da década de 1980, mudança foi um termo que permeou as produções acadêmicas em diferentes áreas do conhecimento, inclusive a Educação Física (EF). Nos anos de 1990 as produções nesta área voltadas para a Educação Básica questionaram de maneira significativa o trabalho do professor sem, no entanto, procurar compreender o seu fazer pedagógico, o desenvolvimento profissional e as influências e características da formação inicial e permanente, assim como as histórias de vida. No final da década de 1990 e início dos anos 2000, a preocupação com a mudança da prática educativa do professor de EF permaneceu, porém com algumas características diferentes. Procurou-se saber por que determinadas práticas educativas são realizadas, numa tentativa de compreensão crítica renunciando uma atitude colaborativa. Pesquisas estão sendo realizadas sobre a formação inicial e permanente, cuja preocupação tem sido com métodos que justifiquem mudanças na prática educativa da EF escolar e também com as influências do contexto social, político, econômico e cultural. No nosso entendimento, um estreitamento de relações está sendo anunciado entre algumas instituições de ensino superior públicas e privadas. O objetivo deste trabalho é apresentar e analisar categorias referentes aos trabalhos apresentados no Seminário de Educação Física Escolar da Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo (EEFEUSP), Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte (CBCE) e Congresso Internacional de Educação Física e Motricidade Humana (Unesp) nos anos de 2003 e 2005, relacionadas à metodologia da pesquisa-ação (PA). O método utilizado foi a análise de conteúdo, cujas categorias estão assim agrupadas: a) elaboração contínua de conhecimentos pelos professores na escola; b) planejamento participativo; c) dificuldades metodológicas; d) perspectivas após reflexão e; e) processo ensino-aprendizagem. Os resultados indicam coerência e divergência quanto ao uso do método da PA; necessidade de formação permanente; importância do planejamento participativo; importância da elaboração de projetos educativos coletivos; necessidade de parcerias colaborativas entre universidades e professor-escola-redes de ensino; posicionamento crítico e reflexivo sobre o trabalho realizado pelo próprio professor; estabelecimento de políticas públicas de desenvolvimento da profissão; preocupação com o processo de ensino-aprendizagem; práticas educativas pautadas na co-educação; diversidade de conteúdos; justificativa da presença e importância da EF na escola; preocupação com as dimensões dos conteúdos conceituais, atitudinais e procedimentais. As considerações não conclusivas que fazemos indicam a necessidade de uma formação inicial preocupada com o ensino-reflexivo e PA; políticas públicas de formação permanente e coerente com as necessidades do professor e o desenvolvimento da profissão; princípios curriculares coerentes; parcerias entre universidades e professor; comprometimento do professor com a própria formação; uma reflexão a respeito do que é ser professor-pesquisador e o papel da pesquisa na formação e na prática dos professores; preocupação com a utilização da metodologia da PA sem critérios coerentes.

Zagatto, A; Morel, E; Beck, W - Investigação da reprodutibilidade Teste Re-teste das variáveis do teste anaeróbio de RAST

Instituição: Laboratório de Pesquisa em Fisiologia do Exercício - UFMS

O teste de RAST tem sido evidenciado por alguns pesquisadores como um procedimento alternativo para avaliar a aptidão anaeróbia em corrida. Esse procedimento é uma adaptação do teste de Wingate e parece ser muito atraente devido ao padrão motor executado em seu exercício, que é a corrida, e pode ser aplicado em esportes que realizam esse tipo de atividade, como futebol, atletismo, basquetebol e outros. Mas, ainda são poucos estudos que investigaram esse procedimento e nada se conhece em relação a reprodutibilidade teste re-testes dessa medida. Dessa forma, o objetivo desse estudo foi verificar a reprodutibilidade das variáveis do teste de RAST. Foram participantes do estudo 25 militares,

voluntários, moderadamente ativos, com idade entre 18 e 25 anos. Os participantes realizam o teste de RAST em dois momentos distintos para análise da reprodutibilidade do procedimento. O teste de RAST foi realizado com os participantes realizando 6 corridas em velocidade máxima na distância de 35 metros com intervalo de 10 segundos entre cada corrida. Os tempos em cada corrida e as velocidades foram registrados por uma fotocélula CEFISE (CEFISE, Brasil), para posterior análise das variáveis do teste de RAST. Esse mesmo procedimento foi realizado após 48 horas. Para análise dos resultados foram utilizados os testes “t” para amostras pareadas e correlação intra-classe (ICC), com nível de significância de 5%. Não foram verificadas diferenças significativas entre todas as variáveis analisadas e apenas as potências média e pico determinadas em unidades absoluta não foram significativamente correlacionadas (Os resultados obtidos são apresentados em testes re-testes e foram de $760,04 \pm 129,12$ e $730,33 \pm 89,9$ Watts para a potência pico e $ICC=0,27$; $596,73 \pm 93,12$ e $591,08 \pm 86,1$ watts para a potência média e $ICC=0,56$; $10,49 \pm 1,79$ e $10,19 \pm 1,30$ watts/kg para a potência pico relativa e $ICC=0,93^*$; $8,26 \pm 1,79$ e $8,19 \pm 1,12$ watts/kg para a potência média relativa e $ICC=0,96^*$; $40,93 \pm 9,04$ e $38,42 \pm 6,56$ % para o índice de fadiga e $ICC=0,56^*$; $7,11 \pm 0,39$ e $7,07 \pm 0,29$ m/s para a velocidade máxima e $ICC=0,92^*$; e $6,56 \pm 0,39$ e $6,55 \pm 0,31$ m/s para a velocidade média e $ICC=0,95^*$). Com os resultados obtidos podemos concluir que o teste de RAST é um teste reprodutível, mas as variáveis apresentadas em unidades absoluta como a potência pico e potência média não apresentaram esse mesmo comportamento e devem ser interpretadas e utilizadas com certa precaução.

Apoio Trabalho: APOIO FINANCEIRO: FUNDECT Processo: 41/100.111/2006.

Zamarim, M. A.; Matsuo, R. F.; Pereira, C. O. C.; Velardi, M. - Educação Física em relação à Autonomia

Instituição: Universidade São Judas Tadeu

O termo autonomia tem sido utilizado por diversos profissionais de áreas distintas, que ao se referirem ao termo, o apresentam de acordo com o paradigma que se têm. Numa perspectiva biomédica, o termo é confundido com independência física. Na Educação Física (EF) não é diferente, muitos estudiosos associam o termo com independência física, em que as propostas centram-se na manutenção da independência física numa relação causal com a autonomia dos indivíduos. Essa evidência é fortemente apresentada em um dos valores que a EF atribui, a saúde. Nesse sentido, o objetivo deste estudo de natureza bibliográfica é discutir de que maneira é possível pensar e trabalhar a EF fora do processo saúde-doença e movimento e, qual é o papel da área para a estimular a autonomia dos educandos? Numa outra perspectiva da saúde, Promoção da Saúde (PS), a autonomia está no bojo da sua discussão e desenvolvimento. A autonomia segundo a base filosófica na qual foi originada, é a quintessência da natureza humana, é o pensar consciente através da motivação categórica que age com base em seus princípios e valores. Além da moralidade, a liberdade é mediadora da autonomia e, ocorre por meio da permissão que o próprio homem se dá para que possa pensar e agir. Devemos lembrar que o termo saúde já não pode mais ser observado pelo processo da doença, bem como pensar em EF nos remete a processos educacionais e ao desenvolvimento do homem. No entanto, a área e muitos profissionais que nela atuam, optam por trabalhar na mecanização/ reprodução do movimento, sem que haja qualquer relação entre os homens que ali estão, educadores e educandos. Será talvez que, por meio dessas formas de ensino, é possível que o educando desperte um confronto com a sua realidade? O depositar conhecimento e informação nos educandos tornam-lhes objetos e não sujeitos, pois mesmo a reflexão sendo eminentemente humana, sem seu estímulo, de nada será esse homem no mundo, estando somente no mundo e sem que faça parte dele. Agir de forma culpabilizadora, através de informações que tentam julgar estilos de vidas mais saudáveis, propõe a domesticação do educando sem que haja diálogo, pois nele são depositados os valores e saberes do professor, sem se quer permitir ao educando passar da transitividade ingênua para a crítica. Seja qual for o valor atribuído na EF, considerando a área eminentemente educacional, a autonomia tem caráter reflexivo e conscientizador em relação aos que participam desse processo, pois o professor será mediador de discussões a respeito das atividades a serem desenvolvidas e seus efeitos colaterais e suas conseqüências futuras e que devem nesse ambiente mostrar para o educando que ele também é conhecedor, não necessariamente das mesmas coisas, mas que podem haver trocas de conhecimentos que serão relevantes para todos. Nessa tentativa de discussões, faz parte do processo apresentar diferentes práticas à desenvolvidas na EF, e que podem e devem ser escolhidas de acordo com as vontades, necessidades e objetivos específicos do indivíduo compartilhado com o grupo e com o professor. Com isso, a EF em relação à autonomia pode apresentar aos educandos, de acordo com o seu ambiente, sua vasta opção de prática, a importância da percepção dos benefícios específicos e gerais de diferentes atividades, mas que seja uma prática consciente sem a “pressão” de fatores externos, impostos muitas vezes pelo senso comum. Para um trabalho pautado nos ideais da PS, os espaços que a área propõe poderiam ser direcionados ao resgate ou até mesmo ao primeiro contato de valores universais e individuais, através da compreensão de si, de suas atribuições de valores em relação ao seu corpo, do ser humano como complexo e ainda mais, do ser como um cidadão que têm deveres, bem como direitos e que se sentindo em condições igualitárias poderá

aproximar-se tanto do professor, quanto dos que são líderes nos seus interesses para buscar melhorias quando sentir necessidade, fortalecendo sua autonomia.

Zanetti, MCZ; Brambilla, JLSB; Ratz, ASSR; Lavoura, TNL; Machado, AAM - Motivação e prática de atividade física em uma academia de ginástica

Instituição: LEPESPE / I. B. / UNESP – Campus de Rio Claro

(Introdução) A motivação se configura como um dos mais importantes combustíveis do ser humano, já que, é a partir deste estado, que traçamos nossas metas, e despendemos nossas energias, em busca daquilo que tanto almejamos. Por isso, objetivamos com este trabalho, verificar os motivos apresentados pelos alunos de uma academia de ginástica, para a prática de atividades físicas. (Metodologia) Foram investigados através de um questionário com questões abertas, 50 alunos (35 mulheres e 15 homens) praticantes de musculação (49), e ginástica (1), com idades entre 18 e 80 anos (30.5±14.4), em uma academia de ginástica de São José do Rio Pardo – SP. Os dados foram coletados entre os dias 14 e 22 de fevereiro de 2007. Os alunos foram indagados em relação aos fatores que mais lhe motivaram a fazer atividade física, no qual, o aluno poderia apresentar como resposta até 3 motivos. Posteriormente, os motivos foram tabulados, e apresentados em valores percentuais. (Resultados) Os alunos apresentaram como resposta os seguintes motivos: Estética (30.2%); Saúde (21.7%); Bem-estar (12.3%); Condicionamento Físico (9.4%); Prazer (4.7%); Qualidade de vida (3.8%); e Outros motivos (17.9%). (Conclusão) Os principais motivos apresentados pelos alunos investigados para a prática de atividades físicas, envolveram primeiramente o cuidado com a estética; seguidos pela saúde; bem-estar; condicionamento físico; prazer; e qualidade de vida. A alta preocupação com a estética parece refletir a importância dada por nossa atual sociedade, em relação ao culto ao corpo, e a forma física. Porém, fatores como a aquisição de uma maior saúde e bem-estar, vem ganhando espaço dentro das academias de ginástica, talvez, por uma maior consciência da população em relação à importância da prática de atividades físicas na promoção da saúde. Um outro dado que nos chama atenção, é o significativo número de outros motivos (17.9%), que demonstram, que os motivos apresentados pelos alunos para a prática de atividades físicas, podem variar bastante. Por isso, é extremamente importante que os professores conheçam os motivos apresentados por seus alunos, para que a partir disso, possam direcionar melhor as sessões de treinamento, em relação aos objetivos individuais, bem como, aumentar a adesão dos mesmos em tais programas.

Resumos dos Relatos de Experiência

Bisse, J - Rítmica na escola: uma experiência nas aulas de educação física

Instituição: Unicamp - Faculdade de Educação - LABORARTE

RÍTMICA NA ESCOLA: UMA EXPERIÊNCIA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA Jaqueline de Meira Bisse Mestranda da Faculdade de Educação – UNICAMP O presente trabalho é um relato da experiência de ensino e aprendizagem da rítmica nas aulas de educação física dos 5 anos iniciais da Escola Municipal de Ensino Fundamental Francisco Pônzio Sobrinho da cidade de Campinas. Apoiada na metodologia da eurritmia desenvolvida por Émile Jaques-Dalcroze, músico e pedagogo suíço do final do século XIX e início do XX, a rítmica é vivida e compreendida através do movimento. O ritmo é corporificado, o corpo é musicalizado em uma experiência ampla que envolve as dimensões do movimento e da expressão, onde os fenômenos do tempo se transformam em fenômenos do espaço. A noção de ritmo (palavra que vem do latim *rhythmus*) é uma idéia muito antiga que remota pelo menos aos escritos da filosofia iônica, sobretudo com Demócrito e Leucipo, onde tal palavra assumia o significado de forma (Benveniste, 51). Platão inova o termo ao reduzir o sentido de ritmo-forma dos antigos à forma dos movimentos humanos: “É a ordem no movimento”, escreve o mesmo. Assim, o conceito de ritmo não viria de alguma experiência da natureza, mas sim da organização do movimento humano. Se fizermos referência a essa intuição platônica, não seria, portanto, nada novo explorar o ritmo como forma ligada à dinâmica do movimento. Dalcroze entendia que graduações de tempo e de energia podem ser realizadas com o nosso corpo e a sensibilidade de nosso sentimento musical depende das nossas sensações corporais. A formação em rítmica nas aulas de educação física da referida escola apóiam-se, então, nos elementos da Rítmica Dalcroze: tempo, pulso, rítmica, coordenação motora; relação entre os esquemas temporais, espaciais e corporais; improvisação vocal, instrumental e corporal; o movimento corporal em função da música e do espaço e a correlação entre a música, o ritmo, o movimento e a

criatividade. Muitos momentos do trabalho foram fotografados o que também colaborou para a reelaboração dos movimentos e expressões dos educandos através da imagem.

Brianezi, L.; Cajazeiro, D.; Reverdito, R. - Prevalência de desvios posturais em escolares do ensino fundamental I e o papel do profissional de Educação Física

Instituição: Unasp - C3 - Faculdade de Educação Física

A postura do corpo humano tem sido objeto de estudo de várias áreas do conhecimento como Antropologia, Anatomia, Cinesiologia, Ortopedia, dentre outras, devido a grande importância que esta apresenta no contexto de desenvolvimento e movimento humano. A postura ereta assumida pelo homem traz vantagens em termos de locomoção e de liberação dos membros superiores, tornando-o mais hábil e contribuindo assim para a evolução dos hábitos adquiridos por ele com o passar dos anos. No entanto, esses hábitos vêm colaborando a cada dia para que o homem se torne cada vez mais sedentário. O homem moderno passa muito mais tempo sentado, tenso, sem realizar exercícios físicos, comendo em excesso e trabalhando em posições viciosas, isso devido ao grande avanço tecnológico, as facilidades da vida moderna e a massificação da informática. Com essas alterações culturais e no hábito de vida das pessoas, a anatomia e biomecânica da coluna vertebral também vêm sendo modificadas, onde suas alterações e suas conseqüências passam a ter importante destaque dentro do meio acadêmico, científico e médico. Nos Estados Unidos, a lombalgia é a principal causa de incapacidade de trabalho nas indústrias. No Brasil, os distúrbios da coluna vertebral são a segunda causa de afastamento dos trabalhadores ao serviço de aposentadoria, sendo que, 80% da população, sofrem de algum tipo de alteração locomotora no período de sua maior produtividade. Essas alterações podem estar presentes desde a infância e adolescência e, nestas fases, alterações significativas, repentinas e desordenadas ocorrem durante o desenvolvimento e crescimento do indivíduo possibilitando o aparecimento ou a acentuação de problemas posturais. Em pesquisas realizada por Somazz (1999) 22,4% dos escolares por ele avaliado apresentam algum tipo de alteração na coluna vertebral. Bernardineli (1996), analisando escolares de primeira a quarta série do Ensino Fundamental I, concluiu que 88% dos escolares analisados apresentaram desalinhamento da coluna vertebral, 34% apresentaram escoliose e 24% dos escolares apresentaram hiperlordose lombar. Contudo, enquanto o crescimento não estiver concluído, é possível agir sobre as estruturas esqueléticas realinhando-as mais efetivamente. Por tanto, quanto mais cedo for identificada a alteração, o vício, o desalinhamento postural, mais tempo se irá obter para possíveis tratamentos. Cabe ao profissional de Educação Física atuante na esfera escolar e educacional, estar preparado a realizar avaliações posturais em escolares, desenvolvendo um programa de prevenção e se possível correção dessas alterações. Ao delimitarmos o estudo da postura humana, este trabalho objetivou o desenvolvimento de uma avaliação postural em escolares de primeira a quarta série do Ensino Fundamental I e analisar qual o papel do profissional de Educação Física frente à este problema, concluindo que: em todos os escolares avaliados, tanto meninas como em meninos encontramos algum tipo de desvio ou assimetria postural, tanto na avaliação em vista lateral como na avaliação em vista posterior; o índice de cifose e lordose em meninos foi maior quando comparados às meninas; a presença de escoliose é superior nas meninas quando comparado aos meninos; os alunos analisados apresentam índices significativamente elevados comparados a outras pesquisas já realizadas com outros grupos de escolares. Aos profissionais da área de Educação Física faz-se necessário: inclusão da avaliação postural com técnicas simples, aqui proposta, nos exames biométricos regulares das escolas; orientação e atualização dos conhecimentos às questões posturais, tanto a ponto de atuar a nível prático podendo realizar a identificação das principais alterações posturais como encaminhar os casos de nível patológico aos profissionais da área médica; necessidade de integração entre os profissionais de diversas áreas que atuam diretamente com os alunos, cada um podendo contribuir com sua formação específica.

Cajazeiro, D.; Brianezi, L.; Reverdito, R. - Prevalência de sobrepeso em escolares do ensino fundamental II

Instituição: Unasp - C3 - Faculdade de Educação Física

Nos dias de hoje muito se fala sobre a obesidade, pois ela tornou-se uma doença muito comum e um problema de saúde pública em diversos países. No Brasil e no Mundo, o desenvolvimento tecnológico vem crescendo rapidamente, trazendo comodidade à população. Toda essa comodidade provocou mudanças em nossa rotina, em nossa cultura e em nossos hábitos. A falta de tempo inspirou o aparecimento de fast-foods, deliveries, compras pelo telefone e Internet. Tudo isso têm contribuído para uma alimentação hiper-calórica e um estilo de vida sedentário. A obesidade é considerada uma doença crônica e epidêmica, pois vem apresentando um rápido aumento em sua prevalência nas últimas décadas, tanto em países desenvolvidos e como em desenvolvimento, e está relacionada com uma alta taxa de morbidade e mortalidade. A

prevalência mundial da obesidade infantil também vem apresentando um rápido aumento. Em vários países do mundo, os atuais índices de desnutrição por excesso, conhecida por sobrepeso e obesidade, encontram-se altos. Atualmente estima-se que 15 a 20% das crianças norte-americanas e 12% dos adolescentes sejam obesos. Estudos realizados em algumas cidades brasileiras mostram que o sobrepeso e a obesidade já atingem mais de 20% das crianças e adolescentes, como no Recife, alcançando 35% dos escolares avaliados. Uma vez obesa, a criança ou o adolescente possui uma maior propensão para se tornarem adultos obesos, estando pré-dispostos às doenças crônicas que se associam à obesidade. Um dos importantes fatores que contribuem para a obesidade e sobrepeso em crianças e adolescentes é o sedentarismo. Por tanto, este trabalho tem por finalidade verificar a quantidade de crianças e adolescentes com sobrepeso em uma escola privada em Hortolândia. Foram analisados indivíduos de 11 a 17 anos matriculados no ensino fundamental II. A adiposidade corporal foi avaliada pelo cálculo do IMC e somatório das dobras cutâneas tricipital + panturrilha e tricipital + subescapular. Entre as meninas com idade de 6 a 7 anos até a adolescência, a espessura da gordura aumenta quase que linearmente com a idade. Nos meninos, por outro lado, a espessura das dobras cutâneas aumenta, aproximadamente dos 7 a 8 anos até os 14 anos, e depois apresenta uma pequena diminuição a partir dos 15 anos, seguindo um padrão mais irregular. Nossos resultados mostram que em relação às dobras cutâneas, as meninas possuem maior quantidade de gordura corporal que os meninos em todas as avaliações. Quanto ao IMC, as diferenças não foram significativas. Os resultados obtidos das avaliações acima citadas já eram esperados, pois a estatística mundial vem mostrando o crescente aumento dos números de sobrepeso em crianças e adolescentes. O nível de atividade física habitual foi avaliado através do questionário PAQ – C (Crocker, 1997). Em relação a esta avaliação, os resultados obtidos também estão dentro do esperado devido à mudança no estilo de vida da população, como alimentação inadequada e atividade física quase inexistente. De acordo com nossa pesquisa, concluímos que: em relação ao IMC os valores obtidos não apresentam grande variação entre meninos e meninas; em relação as dobras cutâneas as meninas apresentam maior quantidades de gordura corporal; no somatório das dobras cutâneas tricipital e panturrilha, os valores apresentados pelas meninas também são maiores que os valores apresentados pelos meninos; na classificação de IMC e na somatória das dobras cutâneas tricipital e subescapular, onde os meninos mostram porcentagem maior que as meninas, 75% dos meninos tem peso corporal normal e 75,71% das meninas tem peso normal em relação ao IMC, e 57,24% dos meninos tem percentual de gordura corporal normal e as meninas 60,54% apresentam percentual de gordura corporal normal em relação à soma das dobras tricipital e subescapular.

Campos de Siqueira, L. - Porque o origami na Educação Física Escolar contribui para a motricidade humana: relato de uma experiência

Instituição: Secretária Estadual de Educação do Estado de São Paulo

Partindo da idéia de que a motricidade humana concebe o homem em todas as suas dimensões e na sua singularidade e tem como princípio o transcender, quer dizer, conhecer-se em seus limites e possibilidades e a partir disto buscar a superação (Aragão, 2000) é que propomos a introdução da confecção de origami como uma das práticas pedagógicas na educação física escolar. O origami é uma atividade que requer atenção, concentração, paciência, perseverança, persistência, introspecção, memória, coordenação motora fina e criatividade. É necessário que o indivíduo ao realizar essa atividade se auto-organize, se acomode em um espaço físico de forma confortável, aquiete-se e volte para seu mundo interior, é uma atividade a princípio individual. Tem de descobrir e ocupar o espaço interior (Abe, 2004), podendo gradativamente coletivizar-se. É uma pratica corporal que nos mostra mais presente, não ficamos diante de nosso corpo, mas estamos no nosso corpo, somos o nosso corpo (Sergio, 1986). O origami leva o indivíduo a movimentar-se com sentido e conteúdo, pois a cada nova forma que se propõe a fazer há uma busca de superação de algo que lhe interessa, agrega-se valor e conhecimento. Ao propormos também construções coletivas de origami, a tarefa ganha maior complexidade, tendo que os indivíduos envolvidos levar em consideração as diferentes estruturas, tanto materiais na confecção em si, como de relações sócio-culturais e até mesmo políticas. Esse trabalho pretende descrever algumas vivências práticas com origami como professor de Educação Física no ensino fundamental e refletir a relação com a motricidade humana.

Campos, U.; Araújo Neto, A.; Ribeiro, F - Festivôlei: uma metodologia para o ensino do voleibol

Instituição: UFMA- Departamento de Educação Física- Pós-graduação em trei

Introdução: O voleibol exige habilidades motoras não naturais ou construídas na execução dos seus fundamentos, as mesmas são pouco utilizadas ao longo do processo de crescimento e desenvolvimento das crianças tornando complexo o seu aprendizado. Vários fatores dificultam a aprendizagem do voleibol, tais como, ser o único esporte que se defende e se busca um alvo horizontal, uma metodologia de ensino dos fundamentos acelerada e a pouca importância dispensada nas

aulas de Educação Física às atividades de rebater (BIZZOCCHI, 2004; MARQUES JUNIOR, 2006). Preocupados com o desenvolvimento do voleibol nos seus vários aspectos, foi criado em 2002, na cidade de São Luís – MA, o Grupo do Vôlei, composto por profissionais de Educação Física que idealizaram a realização dos festivais de voleibol - Festivôlei. Objetivo: Proporcionar aos alunos atividades recreativas de voleibol; difundir e elevar o número de praticantes de voleibol nas escolas; melhorar a técnica do voleibol e desenvolver valores morais dos alunos. Metodologia: Relato de experiências do Grupo do Vôlei quanto ao planejamento e execução do Festivôlei. De fevereiro a novembro de 2005 foram realizados nove festivais em ginásios poliesportivos de São Luís – MA. A estrutura básica, montada 30 minutos antes de cada evento, era composta de redes, marcação das quadras com fitas adesivas, sistema de som, postes móveis, bolas adequadas à categoria, antenas e material de primeiros socorros. Nos festivais eram distribuídos pipocas e sorvetes para os alunos, pais e colaboradores. A participação média em cada festival foi de 250 crianças de nove escolas, com idades entre 9 e 14 anos, distribuídas em três categorias (pré-mirim - 9 e 10 anos, mirim - 11 e 12 anos e infantil -13 e 14 anos). Cada categoria foi dividida em 4 níveis de habilidades (I, II, III e IV) com exigência crescente das ações do jogo e rigor das regras (MESQUITA, 1995). Para facilitar a aprendizagem e aumentar a motivação, as regras e a dinâmica do jogo foram adaptadas ao nível de habilidade e às necessidades antropométricas e fisiológicas dos alunos (GARGANTA, 1995; SANTOS, 1999; THOMAS, 1994). Portanto na categoria pré-mirim, cujo processo de aprendizagem encontra-se na fase escolar, as atividades desenvolvidas continham habilidades básicas e combinadas, variações nas formas de rebater e jogos adaptados de rebater. Na categoria mirim o processo de aprendizagem encontra-se na fase de iniciação, e as atividades caracterizavam-se pela não especificidade, mas pela adaptação das habilidades às do voleibol como combinação das habilidades básicas com o rebater, combinações mais complexas, jogos adaptados sobre a rede, jogos e tarefas de rebater mais específicas. Já na categoria infantil o processo encontra-se na fase de aprendizagem das habilidades específicas do voleibol, as atividades, portanto deram ênfase as formas básicas do jogo, a evolução nas formas do jogo, e ao reforço do raciocínio tático (BIZZOCCHI, 2004). O professor era responsável pela divisão das categorias e níveis de habilidade dos alunos. Esses poderiam mudar de nível durante os festivais de acordo com a aquisição de novas habilidades. A intervenção do professor aconteceu somente no intervalo entre os jogos, com exceção da categoria infantil que tinha direito a um pedido de tempo. O jogo tinha duração de um set, sendo de 18, 21 e 25 pontos para categoria pré-mirim, mirim e infantil, respectivamente. Conclusão: O aspecto lúdico, o ambiente pedagogicamente saudável com a presença dos familiares e a ênfase à participação e não na seletividade favoreceram a inserção esportiva, a sociabilidade e o gerenciamento das emoções inerentes às vitórias e às derrotas no jogo. A melhoria do desempenho técnico e tático dos alunos foi verificada através da transposição dos níveis de habilidades dentro das categorias, além disso, a possibilidade de flutuação nos níveis contribuiu para motivar e aumentar o número de praticantes de voleibol nos festivais e nas escolas.

Carneiro, F.C.S.B.; Lacerda, H.R.B.S. - A construção, através da oportunização, de estilos de vida mais ativos para trabalhadores do programa SESI Lazer Ativo no SESI MG, dentro de uma empresa na Região Metropolitana de Belo Horizonte

Instituição: Serviço Social da Indústria / SESI - MG

Este trabalho foi a concretização de um projeto – a realização de uma gincana. A Gincana do Bem-Estar, constituindo-se de três importantes pilares para a execução da atividade: informar, motivar e oportunizar os trabalhadores de uma Empresa de Base Nacional que participa do Programa SESI Ginástica na Empresa. Proporcionamos aos trabalhadores a oportunização de uma vivência a prática de atividades físicas com elementos lúdicos. A realização e aplicação desta gincana tornou-se um elemento estratégico e essencial para levarmos aos participantes informações sobre mudanças de atitudes e valores relacionados a comportamento humano onde abordamos temas ligados ao estilo de vida mais ativo e saudável, promovendo o “crescimento humano” com cidadãos críticos e sociáveis proporcionando-os qualidade de vida. O trabalho teve como objetivo a sensibilização dos trabalhadores no que se refere às mudanças de comportamento por um estilo de vida mais ativo e saudável. Através da ludicidade desta gincana, percebemos a aptidão física e habilidades motoras destes participantes (aquisição de sua própria consciência corporal). Mesmo trabalhando, dentro de uma análise coletiva, observamos que a capacidade de aptidão física de cada indivíduo é diferente; no conjunto, vivenciamos a alegria que se “construiu” a realização da gincana pela sua prática na liberdade de comunicação, de formas mais livres de expressão com os movimentos corporais. A proposta, levada aos trabalhadores através das vivências de atividades lúdicas relacionadas ao Programa Lazer Ativo foi justificada sobre a abordagem desse Programa, como eixo norteador das atividades propostas quanto à necessidade de atividades que envolvam movimentos corporais, habilidades motoras, facilitando a integração com os colegas e a informação sobre hábitos saudáveis. A metodologia utilizada foi a divisão de 25 trabalhadores em 3 grupos, durante 3 semanas utilizamos o horário da atividade física aplicada à empresa. Baseamos as atividades da Gincana do Bem-Estar no Pentágono do Bem-Estar, relacionando ao Estilo de Vida. No final de cada dia de gincana fizemos as intervenções necessárias de acordo com o tema trabalhado e logo em seguida distribuímos um informativo sobre o assunto. Com o

andamento da Gincana, notamos a preocupação dos participantes em se informarem sobressaindo a necessidade de competir. Os resultados esperados foram alcançados devido à motivação, a satisfação e a conduta dos trabalhadores, havendo uma intensa e ativa participação de todos na realização das tarefas. No último dia, os trabalhadores responderam um questionário dando depoimentos sobre suas vivências. As verbalizações dos participantes expressam o comprometimento e a satisfação das atividades realizadas: “é muito importante esse tipo de atividade. Num ambiente de trabalho diário temos muitas ‘pressões’, tensões, é o momento de descontração. Achei excelente! Torço para acontecer mais vezes”. Concluímos que, o Programa Lazer Ativo é uma proposta de incentivo a atividades de lazer envolvendo movimento corporal, integração entre os colegas e atividades sócio-educativas, na tentativa da formação de um trabalhador mais ativo, informado, motivando-os e criando oportunidades para um estilo de vida mais ativo e saudável.

de Paula, L - A atividade física e sua intervenção na diabetes

Instituição: Uniube - Depto de Educação Física

A ATIVIDADE FÍSICA E SUA INTERVENÇÃO NA DIABETES. O foco central deste universo a ser pesquisado incidiu sobre a atividade física como parte fundamental para a obtenção de resultados físicos positivos nos portadores de diabetes. Tratando a prática regular de atividades físicas, aliadas ao conceito de medidas preventivas para a preservação da saúde, contrapondo os efeitos causados pela diabetes. Os resultados demonstraram que a realização das atividades físicas causou uma baixa geral da taxa glicêmica. A pesquisa teve início em novembro de 2003 com a coleta de dados que registravam a taxa glicêmica média dos pesquisados de 201 mgdl, após o projeto a média coletada no final de novembro 2004 caiu para 136 mgdl, alcançando uma concepção abrangente na terapia apropriada para eles. O tema foi pesquisado e comparado o mesmo grupo antes e depois no termino do projeto. A prática destas atividades físicas aconteceu por um período de 10 meses. Os participantes tinham entre 45 e 69 anos, 98% do sexo feminino e eram em maioria caracterizados como pessoas normais, sem sobrepeso, segundo o índice de massa corporal (IMC), que é o peso dividido pela altura ao quadrado. Para beneficiar as pessoas com capacidade mais baixa de exercício, incapazes de cumprir a duração recomendada, foi varias vezes divididas em duas ou três séries curtas de exercícios durante a aula visando o mesmo ganho em condicionamento, a fim de otimizar seu preparo. Além das atividades propostas no projeto foi incentivado o reforço das atividades físicas diárias como: subir pelas escadas em lugar de usar o elevador, passar o aspirador de pó no carpete, cuidar das plantas e andar um pouco, não exigindo mudanças drásticas nos hábitos diários. Os testes de glicemia foram realizados em jejum com o glicosímetro Optium redesigne, picadores e fitas, eles mostram resultados positivos em relação aos aspectos de controle da glicose nos integrantes do grupo, conforme informações colhidas mensalmente através dos participantes que obtinham na Unidade Básica de Saúde “Dr. Jacob José da Silva em Uberaba MG, onde eram realizados os testes. O grupo no decorrer do tempo cresceu bastante, não só em número de participantes, mas em auto-estima e entusiasmo, sempre muito alegres e participativos, contagiando a todos nos que estavam em contato direto com os mesmos. Foram executados exercícios com grau de intensidade variado, onde se observou a força de vontade da maioria da população. Sem desprezar os benefícios dos exercícios mais intensos, os exercícios moderados foram os mais utilizados. Para o autor do estudo, é provável que eles trouxeram grandes benefícios tais como a liberação de substâncias químicas que favorecem o bem-estar emocional e também mobilizem mais tecidos de gordura como fonte de energia, evitando o ganho de peso em massa gorda, é também um componente importante para a saúde. Considerou-se como fatores preponderantes para a melhoria de qualidade de vida para o portador dessa doença os seguintes: alimentação, educação e os exercícios físicos em conjunto como ponto de partida e chegada para uma efetiva melhora.

Duarte, L.R. - Educação Física e o brincar na zona rural

Instituição: Unesp RC

Este trabalho tem a intenção de descrever e relatar a experiência de lecionar a disciplina da Educação Física na Escola Estadual Felipe Cardoso, a qual está localizada no bairro rural Anhumas na cidade de Piracicaba, interior do Estado de São Paulo. O fascínio a tal experiência é iniciado com o desafio de descobrir e aproximar-se ao que denomina-se rural. Um grande romantismo instala-se no imaginário daquelas pessoas que vivem na cidade, no urbano, ao citar o rural. Já que a imagem de maior proximidade à natureza e aos costumes do trabalho no campo se impõem com poucas restrições ou críticas, um paradigma é instalado e declarado. Mas é o modo de movimentar o corpo e de brincar das crianças, matriculadas na escola, que mais se destaca como diferencial entre o rural e o urbano. Inicialmente poderíamos justificar tal modo devido às poucas atrações e instalações para o lazer. A escola é o único local no qual encontra-se instalações como quadras poliesportivas e campo de futebol, às quais a comunidade local também tem acesso em datas específicas. Isso traria como consequência a necessidade da criança satisfazer-se com os materiais existentes em suas residências para fazer a brincadeira, além disso as crianças na zona rural, encontram mais facilidade em reunirem-se em grupos nas ruas, ou seja, não

possuem um espaço físico limitado a um apartamento ou limitam-se a brincar com computadores e ou jogos eletrônicos como acontece na cidade. Uma outra justificativa plausível está no cotidiano destas crianças. Muitos dos alunos, mesmo os do Ensino Fundamental, dividem seu tempo entre a escola e o trabalho no campo junto aos seus familiares. São exemplos dos afazeres no campo: corte de cana-de-açúcar, colheita de laranja e batata, cuidados com o gado e até mesmo o serviço doméstico, limpeza da casa, lavar roupas, etc. Apesar desta dura e árdua realidade as crianças não deixam de brincar e constroem um mundo lúdico particular, apoiado em todo o contexto que vivenciam e experimentam no dia a dia. O repertório motor também se faz muito rico, já que muitas brincadeiras acontecem em meio à natureza como nos riachos mais próximos, nas plantações e junto aos animais, galinhas, cavalos, gado, cachorros, pássaros. Durante as atividades propostas na aula de Educação Física as crianças apresentam muita facilidade na realização dos movimentos. Estes são alguns fatos que puderam ser observados, mas ainda há muito a ser pesquisado e investigado. Saber quais são as brincadeiras nas quais as crianças se envolvem fora da escola seria de suma importância. Conhecer a realidade sócio-econômica na qual estão inseridas também é relevante para um estudo aprofundado desta situação que foi brevemente apresentada no presente trabalho. Enfim, ainda é necessário escolher quais são as questões ideais a serem colocadas para o problema, mas as informações levantadas neste resumo são fundamentais para permitir a reflexão do brincar, suas semelhanças, diferenças e particularidades nas zonas rural e urbana.

Ehrenberg, M.; Fernandes, R. - Formando professores-reflexivos: o estágio supervisionado a partir de projetos de trabalho

Instituição: Academia de Ensino Superior - Sorocaba; FEFISA - Santo André

O Estágio Supervisionado é o eixo polarizador das várias disciplinas que compõem a estrutura de um curso de formação de professores, à medida que oferece oportunidade para que o aluno vivencie os conhecimentos adquiridos e sistematizados durante o curso, fazendo a aproximação deste ao seu campo de trabalho. O presente relato tem como objetivo discutir e compartilhar a experiência vivenciada no Estágio Supervisionado dos alunos de Licenciatura em Educação Física da Academia de Ensino Superior, situada na cidade de Sorocaba/SP. Na tentativa de superar uma concepção de estágio meramente burocrática e descontextualizada, iniciamos a proposta que se fundamenta na organização de projetos elaborados pelos alunos e supervisionados pelos professores. Tal proposta tem como objetivo específico desenvolver formas efetivas de comunicação e trabalho com a comunidade escolar, além de acompanhar a prática docente através de registros que, para além da descrição, constituam-se como instrumentos teórico-reflexivos, resultantes do confronto entre o ideal e o real. Familiarizar o aluno com a organização do planejamento curricular também é uma meta a ser alcançada na concepção de estágio da instituição. Nessa perspectiva, o aluno define o tema do projeto a ser desenvolvido, traça seus objetivos e vai a campo, tanto no estágio de observação quanto de regência, com questões a serem analisadas e discutidas posteriormente nas disciplinas de Prática de Ensino. Esse trabalho segue em consonância com a opção metodológica apresentada por Hernandez; Ventura (1998) enfatizando a idéia de que o projeto é uma ferramenta que possibilita a aprendizagem significativa bem como a funcionalidade do conteúdo a ser aprendido, delimitando uma estrutura lógica e seqüencial dos conteúdos. Assim, acreditamos estar contribuindo para que o estágio seja vivido de forma significativa e crítica, como um primeiro passo para a formação do professor-pesquisador que constantemente reflete sobre sua ação pedagógica.

Apoio Trabalho: Academia de Ensino Superior - Sorocaba; Grupo de Pesquisas em Ed. Física Escolar FEF - Unicamp

Fernandes, G. - Intervenção pedagógica com o atletismo na formação inicial para a docência em Educação Física

Instituição: ISEAT / UniBH

Muitas pesquisas recentes têm dado conta da não abordagem ou introdução do Atletismo nas aulas regulares de Educação Física, na Educação Básica. Apesar disto não ser algo recente, uma vez que algumas publicações datadas dos anos 1980 já chamavam a atenção para essa “fuga” do Atletismo, atualmente tem-se procurado as causas para isto. O que chama a atenção é a identificação dos professores de Educação Física como uma dessas causas, em função de uma socialização antecipatória pouco favorável ou empobrecida e de uma formação inicial para a docência pouco contextualizada ou articulada com as realidades das escolas. Pesquisas recentes, com ingressantes em cursos superiores de Educação Física de diferentes Instituições de Ensino Superior (IES), tem retratado uma espécie de escassez de vivências/conhecimentos prévios de universitários acerca do Atletismo. Diante disto, procurou-se desenvolver a disciplina – Atletismo I resgatando-se as vivências/conhecimentos prévios de um grupo de universitários e aproveitando-se a presença espontânea de alunos do

Ensino Fundamental no espaço físico, no qual essas aulas da graduação foram desenvolvidas. Para tanto, objetivou-se contextualizar o ensino do Atletismo para universitários de um curso de licenciatura em Educação Física, de uma IES localizada na região da Grande Belo Horizonte. Ao longo do 2º semestre letivo de 2006, empreendeu-se diversas estratégias para o ensino do Atletismo para esses universitários, iniciando-se com um questionário para o levantamento das vivências/conhecimentos prévios desses futuros professores e encerrando-se o referido semestre com um evento, cujo tema foi o Atletismo, envolvendo aproximadamente 100 alunos da Fase Introdutória ao Ensino Fundamental, numa escola estadual de Minas Gerais. No desenrolar do semestre letivo passou-se a documentar os acontecimentos, através de relatórios e depoimentos e, sempre que possível, por meio de fotografias, que serviram para avaliação das ações empreendidas e das aprendizagens realizadas. Os resultados desta experiência pedagógica foram bastante proveitosos, uma vez que esses futuros professores de Educação Física puderam, ao longo do semestre, verificar in loco a receptividade e a motivação dos alunos aos conteúdos do Atletismo, improvisar os espaços e os materiais convencionais/regulamentares e as atividades, de forma a adequar este tema/conteúdo da Educação Física escolar a realidade dos alunos e confrontarem a intervenção realizada com as suas “certezas” anteriores ou precedentes e estudos correlatos. Como consideração final, pode-se dizer que o professor de Educação Física pode estar sendo um dos motivos para a fuga do Atletismo da Educação Básica, mas, dentre as ações que poderão reverter tal problema, surge o trabalho com projetos de intervenção pedagógica envolvendo os professores, durante a sua formação inicial para a docência, em contextos reais ou bem próximos da sua futura atividade profissional.

Gabilan, J.G; Stefane, C.A. - Oficina de modalidades esportivas:um projeto de extensão universitária sob o olhar da extensionista

Instituição: UFMS- Depto Educação Física

A “Oficina de Modalidades Esportivas” foi um projeto que esteve inserido no Programa Educando e Brincando a Juventude se Entende (EBJE) aprovado pelo Programa de Apoio à Extensão Universitária voltado às Políticas Públicas (PROEXT) da Secretaria de Ensino Superior (SESu/MEC) e executado pela Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Assuntos Estudantis (PREAE) da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS). Esta oficina foi desenvolvida por uma acadêmica do curso de Educação Física da UFMS, sob coordenação de uma professora da área, no período de agosto a dezembro de 2006. O projeto teve como objetivos atender as necessidades de cunho social da comunidade, sobretudo estudantes das escolas públicas do bairro Santo Eugênio e região, município de Campo Grande/MS. A acadêmica ao se envolver neste projeto, pode vivenciar o cotidiano profissional, desenvolver atividades educativas por meio do esporte; promover valores do trabalho em grupo, da cooperação, da superação, da integração social, além de desenvolver atividades esportivas nas modalidades voleibol, basquetebol e futsal. Os encontros de aproximadamente uma hora e trinta minutos aconteceram na quadra de uma escola pública da região duas vezes por semana e contou com a participação de 25 crianças com idade entre 8 e 14 anos. Durante os encontros eram realizadas, pelo método misto, atividades voltadas para o desenvolvimento técnico e tático das modalidades esportivas. Para o ensino destas modalidades eram utilizados recursos lúdicos, jogos pré-desportivos e amistosos. Ao final de cada encontro eram discutidas as dificuldades, elogiados os êxitos e era definido por votação o esporte a ser trabalhado no próximo encontro, desconsiderando a modalidade do dia. Como acadêmica, uma das dificuldades encontradas foi elaborar atividades de forma a incentivar a participação e envolvimento de todas as crianças e proporcionar um momento de aprendizado tanto das modalidades esportivas quanto de valores fundamentais para vida em sociedade, como o respeito, a cooperação etc. Diante do bom nível de frequência, interesse e participação ficou claro que as dificuldades foram superadas e os objetivos alcançados. Observou-se que as agressões (físicas e verbais) frequentes no início da oficina se tornaram raras e que houve espírito de equipe, de cooperação e respeito entre os participantes. Diante disso, vale ressaltar a relevância da extensão universitária para a formação dos acadêmicos, pois permite colocar em prática o que aprendem teoricamente no curso, conhecer o cotidiano da profissão e retribuir para a comunidade os investimentos feitos na educação superior.

Apoio Trabalho: UFMS-PREAE-CEX, PROEXT-SESu/MEC, PET

Ivo, L. B - O corpo em diferentes culturas

Instituição: UNESP- Rio Claro

O corpo nas diferentes culturas. Cultura e corpo são indissociáveis, uma vez que a cultura pode ser entendida como uma produção humana, ou forma de atribuir significado às coisas ao nosso redor. O ser humano é produtor de cultura, e o corpo é parte importante deste processo, através dele manifestamos a cultura, produzimos a cultura e literalmente incorporamos a

cultura. Neste relato de experiência tratar-se-á deste tema a partir de experiências vividas pela autora no programa “Ship for World Youth” e “ISFiT”, ambos programas de intercâmbio internacional e com a presença de muitos países participantes. No primeiro programa participaram 13 países diferentes, e no segundo 140 países. Durante ambos os eventos foi possível observar como existem diferenças culturais que se manifestam diretamente sobre os corpos. Obviamente que o ponto de vista para observar tais padrões de comportamento, atitudes, etc foi o de uma brasileira. Mas procurou-se ao máximo observar cada comportamento cultural manifestado no corpo de forma o mais neutra possível, sabendo que a neutralidade completa é impossível, haja vista que a cultura do observador, seus valores e princípios estão enraizados. Observando os participantes dos eventos, vindos de diversos países, foi possível tentar estabelecer uma relação entre o país, a cultura e a manifestação corporal e tentar decifrar o porque de tal comportamento. Certamente que o que será retratado aqui é apenas um relato de experiência e não pode ser considerado como correto ou cientificamente comprovado. O objetivo é sensibilizar os demais participantes do Congresso a respeito do tema. Não obstante também se objetiva dar mais possibilidades para se pensar a própria cultura brasileira e a maneira como o corpo está inserido na mesma. Dar-se-á no relato de experiência mais ênfase à cultura Japonesa, Grega, Árabe, Norueguesa e Indiana. Como recurso auxiliar e ilustrativo algumas fotos serão utilizadas.

Rocha C.L.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Procópio, M.S.; Guimarães, F.K.O.; Gabilam, J.G. - Organização do voleibol nos 2º jogos universitários intercampi (Jui) da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS): visão acadêmica

Instituição: UFMS-PET/Departamento de Educação Física

Através de ações culturais e esportivas, a UFMS visa contribuir com a formação acadêmica e humana de seus discentes. Diante disto foram promovidos os I JUI (2005) no qual esteve incluído, além de outras modalidades, o voleibol feminino. Em setembro de 2006 aconteceram os II JUI e novamente a modalidade foi inserida. Os JUI foram planejados, executados e avaliados pela Coordenadoria de Assuntos Estudantis da Pró-Reitoria de Extensão e Assuntos Estudantis e pelos acadêmicos do Programa de Educação Tutorial (PET) de Educação Física. O JUI foi destinado aos acadêmicos da Cidade Universitária (Campo Grande) e demais campi da UFMS (Três Lagoas, Aquidauana, Coxim, Nova Andradina, Corumbá, Paranaíba, Chapadão do Sul), e teve por objetivos socializar e integrar os mesmos, fomentar a prática de atividades físicas e identificar possíveis atletas para compor uma equipe representativa da UFMS em eventos locais, regionais e nacionais. Este relato de experiência visa descrever a organização do voleibol feminino nos II JUI/UFMS, sob a ótica acadêmica. A organização deste evento teve início com a elaboração do regulamento em conformidade com as regras da Confederação Brasileira de Voleibol, a confecção da ficha de inscrição e do cronograma, a contratação de equipes de arbitragem da Federação de Voleibol de Mato Grosso do Sul, a aquisição de materiais de consumo e permanente necessários à realização dos jogos e a produção de materiais de divulgação. A divulgação ocorreu por meio de avisos em salas de aula, cartazes e meios de comunicação. Os campi do interior realizaram seletivas para a escolha dos atletas que compuseram a equipe, o mesmo não ocorreu na Cidade Universitária por não haver equipes inscritas. Os campi participantes da modalidade foram: Três Lagoas, Coxim e Chapadão do Sul. Após a chegada, cada equipe foi alojada no Estádio Pedro Pedrossiam (Moreirão) na Cidade Universitária, receberam os tiquetes alimentação, os uniformes e as informações sobre o congresso técnico. Participaram do congresso técnico, os organizadores da modalidade (acadêmicos do curso de Educação Física), os árbitros da Federação de Voleibol de Mato Grosso do Sul e representantes de cada equipe. Na realização deste congresso decidiu-se alterar algumas regras da Federação Brasileira de Vôlei, como por exemplo a supressão do líbero e a realização de partidas em três sets, de modo que atendessem os propósitos dos JUI. As disputas foram em chave única e de confronto direto. As partidas ocorreram no Ginásio de Eric Tinoco, conforme o espírito esportivo do fair play. Todas as partidas ocorreram com a arbitragem da Federação de Voleibol de Mato Grosso do Sul e consagrou-se campeã a equipe de Três Lagoas, como vice-campeã a de Coxim e em terceiro lugar, a de Chapadão do Sul. Ao término das partidas um questionário avaliativo foi distribuído aos participantes da modalidade. Como resultados os participantes teceram elogios e comentários positivos, assim como solicitaram a inclusão da modalidade nos III JUI. Entretanto, há de se notar que poucos campi enviaram equipes para o evento. Este fato reafirma a necessidade de criação de centros de atividades físicas e esportivas, em todas as unidades da UFMS de modo a incentivar a prática de atividades físicas, fomentar a qualidade de vida e a formação de equipes competitivas que possam vir a representar a UFMS. A participação dos discentes na organização deste evento esportivo em muito contribuiu com a formação acadêmica, pois propiciou a vivência em eventos com mais de 500 pessoas, contribuiu para a relação entre a teoria e a prática fornecida pelo curso de graduação, favoreceu a interação entre os acadêmicos da Cidade Universitária e demais campi, permitiu o conhecimento sobre o funcionamento da instituição de ensino superior e instituições colaboradoras, mas principalmente ressaltou a importância pela busca constante do conhecimento.

Rocha, C.L.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Procópio, M.S.; Lazaretti, F - Relação entre teoria e prática: a experiência de uma gincana em região de risco social

Instituição: UFMS-PET/Departamento de Educação Física

Com o desenvolvimento e a urbanização as cidades estas foram ocupadas por construções que diminuíram as possibilidades de atividades lúdicas para as crianças. Estas atividades vem sendo substituídas pelo entretenimento dos meios de comunicação e por jogos eletrônicos. Estes entretenimentos encaminham as crianças a um estilo de vida sedentário e as distanciam das atividades do universo infantil, que as auxiliam no desenvolvimento motor. Com objetivo de desenvolver a interação do meio acadêmico com a prática da disciplina de Recreação do curso de Educação Física da UFMS, foi idealizada uma gincana com brincadeiras lúdicas que favorecesse a sociabilidade, incentivasse à atividade física e proporcionasse a execução de movimentos envolvendo agilidade motora, raciocínio, atenção e ajuda ao próximo. A gincana foi realizada em uma Escola Estadual no Jardim Columbia em Campo Grande-MS, região considerada de risco social e com poucas áreas para atividades físicas. Durante a elaboração da gincana buscou-se atividades que as crianças pudessem introduzir em seu dia-a-dia e foram observadas questões como idade, número e perfil dos participantes, material a ser utilizado e o local. Posteriormente, foi realizado contato com a entidade educacional de modo a confirmar o evento. A divulgação ocorreu por meio de cartazes, folhetos explicativos e avisos em sala de aula. Considerando que dados seriam coletados durante a realização do evento, um termo de consentimento foi encaminhado aos responsáveis pelas crianças. A gincana ocorreu em outubro de 2006 das 13h às 16h e a cada uma hora intervalos eram realizados para descanso. Participaram 46 crianças, entre sete a dez anos regularmente matriculadas. Estiveram presentes também, os pais, parentes e amigos. As crianças foram divididas em 4 equipes considerando as diferentes idades, sob orientação dos acadêmicos. Antes de cada atividade eram explicadas as regras. As atividades desenvolvidas foram: corrida com ovo, cabo de guerra, dança da cadeira, pênalti tonto, queimado, estoura balão, corrida com bola, pega rabinho, bexiga no pé e corrida com balão. Os materiais utilizados foram: balões, barbantes, bolas de borrachas, cadeiras, colheres, garrafas plásticas, corda, jornal, ovos, cabo de vassoura e tecido colorido. Durante as atividades, palavras de incentivo eram ditas enaltecendo a dedicação na gincana. Todos os participantes receberam medalhas, de forma a reforçar a participação e evitar a exclusão e a rivalidade. Percebeu-se na prática, que nem sempre a relação entre a teoria e prática acontece como previsto, pois houveram situações inesperadas como: o comportamento agressivo de alguns alunos durante a brincadeira da “bexiga no pé” e o fator climático (com ventos fortes) que impossibilitou a realização da corrida com balão, a qual consistia em atravessar a quadra equilibrando o balão apenas assoprando-o. Por outro lado foi extremamente relevante o contato com a futura população que se atuará após formado, pois foi possível ver demonstrações de afeto, carinho, atenção e expressões emotivas das crianças. Enquanto acadêmicos percebe-se que a relação teoria e prática é essencial para a formação profissional, que o conhecimento teórico é fundamental na orientação e sucesso da prática, que a prática é o “espaço” de reflexão sobre ela mesma e sobre os conhecimentos teóricos e que as atividades lúdicas são excelentes para a integração e desenvolvimento de valores morais, éticos e sociais numa comunidade. Sugere-se que atividades como esta sejam promovidas na sociedade e incentivada pelo meio acadêmico, principalmente da área de Educação Física, de modo incutir na sociedade hábitos saudáveis que promovam a saúde, qualidade de vida e bem estar.

Marques Junior, O; Moiola, A; Monteiro, C; Ueharo, A; dos Santos, P - Projeto Integração: a experiência de Rio Preto com os portadores de deficiência

Instituição: Secretaria Municipal de Esportes de Rio Preto

A realidade de grande parte dos portadores de deficiência mostra poucas oportunidades para o engajamento em programas de atividade física, esportiva e de lazer, especialmente pela falta de políticas públicas destinadas a atender essa população. Contudo, sabemos que a aderência de portadores de deficiência na prática regular de atividade física ou esportiva promove benefícios não só cognitivos e psicomotores, baseado nos princípios de autonomia, mas acima de tudo proporciona a integração social, o respeito e o seu reconhecimento como cidadão. Pensando nesta questão e também, estimulados pelas conquistas da equipe PPD nos Jogos Regionais e Abertos de 2006, onde conquistaram o título de campeão desses Jogos, a Secretaria de Esportes de Rio Preto, em parceria com o Clube Amigo do Deficiente-CAD, implantou no ano de 2006, o Projeto Integração. Esse projeto tem como objetivo proporcionar aos deficientes físicos e visuais condições de integração e inclusão social por meio de ações esportivas e educativas e ainda, fazer da iniciação esportiva para deficientes a oportunidade para o surgimento de novos talentos. Inicialmente o projeto desenvolve atividades de atletismo e natação, orientadas por um coordenador, três professores e dois estagiários. As atividades do projeto são oferecidas para alunos com faixa etária entre 02 e 30 anos, sendo 07 deficientes visuais e 18 deficientes físicos, especialmente com lesão medular. A princípio as atividades são oferecidas cinco vezes por semana e o trabalho é realizado com grupos de 2 a 4 alunos no

máximo por professor ou monitor, dada a necessidade de atendimento personalizado ao portador de deficiência. Acreditamos que esse trabalho esteja atendendo seus objetivos, considerando que, de uma adesão inicial de 06 alunos por ocasião do lançamento do projeto, hoje o grupo já atingiu 25 pessoas, sendo formado por 18 homens e 07 mulheres. Palavras Chave: portador de deficiência; esportes

Matthiesen, SQM; Freitas, FPRF; Gincieni, GG; Santos, ILS; Silva, MFGS; Prado, VMP - Atletismo se aprende na escola - possibilidades do ensino da história do esporte em aulas de Educação Física

Instituição: UNESP - RIO CLARO

Com o objetivo de auxiliar a prática docente, o GEPPA - Grupo de Estudos Pedagógicos e Pesquisa em Atletismo da UNESP/RC desenvolve o projeto "Atletismo se aprende na escola", que incentiva a adoção deste esporte como um dos conteúdos a serem trabalhados nas aulas de Educação Física escolar. Para divulgar o conhecimento resultante de suas pesquisas aos professores que atuam na Rede de Ensino, o GEPPA tem se utilizado de diferentes formas de divulgação, dentre as quais: apresentações em congressos e publicações resultantes dos trabalhos desenvolvidas ao longo dos anos, quatro edições do evento "Conversas com quem gosta de Atletismo", visitas à pista de atletismo, entre outras. Em especial, este relato de experiência tem como intuito descrever os novos rumos deste projeto que a partir de 2006 busca resgatar a história das provas do atletismo para que sirvam como subsídio para seu ensino em aulas de Educação Física escolar. Vale ressaltar que desde o início dos trabalhos já se produziu um rico e inédito material entre ilustrações e textos, contendo resultados animadores no que diz respeito à sua aplicação. Para que se tenha uma idéia desse percurso, iniciamos este projeto no primeiro semestre de 2006, mais precisamente no mês de Março, reunindo quatro alunos, sendo três deles bolsistas do projeto, um professor da rede pública de ensino e a coordenadora do grupo. Na primeira fase dos trabalhos, cada um dos integrantes ficou responsável por realizar um levantamento histórico sobre uma das provas do atletismo. Para tanto, foi realizada uma vasta pesquisa nos acervos das bibliotecas da USP, UNESP e UNICAMP, nas bibliotecas municipais de Rio Claro, nas entidades esportivas como a Federação Paulista de Atletismo e Secretaria Municipal de Esportes de Rio Claro, em acervos pessoais e também em sites na internet. No mês de Julho, já com um grande volume de informações coletadas, este material foi organizado na forma de textos, primeiramente completos e posteriormente resumidos, referentes aos principais fatos históricos das provas do salto com vara, corridas com obstáculos e barreiras, corridas de velocidade, lançamento do disco e arremesso do peso. Para verificar a aplicabilidade destas informações, foram elaboradas aulas que contavam a história de cada uma destas provas através de diferentes atividades. Em comum entre elas, deveria estar a possibilidade de aplicação em escolas com restrita disponibilidade de espaço e material e também que estivessem pautadas nas chamadas dimensões dos conteúdos. A E. E. Odilon Corrêa, situada na cidade de Rio Claro, São Paulo, serviu então como local de aplicação para estas aulas que começaram a ser desenvolvidas a partir do mês de setembro. A cada aula podia se notar o interesse dos alunos que, embora já tivessem uma vivência anterior com o atletismo, pouco conheciam sobre sua história. As diferentes estratégias para transmitir estes conhecimentos, como vídeos, fotos, jogos e brincadeiras também contribuíram para manter a motivação dos envolvidos. Na aula de encerramento realizou-se uma avaliação com os alunos por meio da qual constatamos que além das questões conceituais, a afinidade com a disciplina e o conteúdo tinha melhorado muito. Já por meio destes resultados iniciais, podemos afirmar que o ensino do atletismo através de sua história pode ser uma forma da abordagem enriquecedora para este conteúdo, tão tradicional quanto esquecido dentro das aulas de Educação Física escolar.

Neves, T. - "Flores da terra" : Cultura, Arte e Meio ambiente

Instituição: Rede Navegar

"Flores da terra": Cultura, arte e Meio Ambiente em trabalhos sócio-educativos, esta sendo realizado na costa sul do Município de São Sebastião (Litoral norte de São Paulo). São trabalhos voluntários desenvolvidos com idosos, mulheres, pescadores, jovens e crianças desde o ano de 2002. o objetivo do trabalho é de resgatar informações na oralidade do grupo de idosos, mulheres e pescadores, sobre aspectos culturais da cultura caiçara e aplicar alguns aspectos práticos dos relatos em grupos de jovens e crianças. Os grupos de resgate cultural, são reunidos esporadicamente; os grupos de crianças e jovens, são reunidos semanalmente. A aplicação dos aspectos resgatados se da, através de oficinas culturais de: * canto e danças tradicionais caiçaras; * composição de músicas livres com temas locais; * introdução aos instrumentos de percussão; * sensibilização as questões ambientais (recreação ambiental). Além disso, o trabalho "Flores da terra" esta com participação: * na Rádio comunitária Costa Sul Fm, 104,9: Ritmos das danças do Brasil e informações sobre "culutra raiz"; * na Rede Navegar: com o Projeto Canta& Dança: Pequeninho& Esperança.

Palandrani, V. J.; Bergamo, V. R.; Frigene, M. - A ótica educativa da cultura corporal basquetebol

Instituição: Pontifícia Universidade Católica de Campinas

O esportivo coletivo, em especial o basquetebol, adjuvante elemento da cultura corporal, carece de uma desmistificação que o permita transcender à valorização das múltiplas manifestações culturais de um ambiente de característica diversidade e concomitantemente à ousadia em tentar identificar a essência bio-psico-social singular de cada um de seus personagens. Frente ao quadro de discussões, o presente estudo busca apresentar a disposição sinérgica da Cultura Corporal Basquetebol compreendida na matriz curricular interdisciplinar de formação do Ser Humano profissional em Educação Física, ascendendo às enriquecedoras possibilidades de abordagem interdisciplinar da prática pedagógica. Acredita-se que a contemplação desta filosofia seja possível por meio de uma inovadora perspectiva de atuação pedagógica, onde os diversificados horizontes de conhecimento estejam relacionados interdisciplinarmente, permitindo que a prática educativa permuta-se à prática lúdica, possibilitando a arquitetura de um ambiente em que a criança aprenda jogando e experimentando interpretar as inter-relações existentes entre os diferentes fenômenos que ocorrem à sua volta. A prática do jogo faz com que a criança seja inserida em um ambiente de arquitetura lúdica, complexa, imprevisível e interdisciplinar, sendo questionada quanto a sua alfabetização cognitivo-estratégica, lógico-matemática, percepto-espacial, sócio-afetiva, político-ética e físico-técnica. Diante desta caracterização da complexidade teórico-prática, muitas vezes oculta, mas inerente à prática esportiva, principalmente quanto à importância do desenvolvimento da motricidade humana constituída a partir da desfragmentação das competências psicomotoras, cognitivas, afetivas e culturais, apresentamos o basquetebol como evidente oportunizador de vivências que contribuem para o enriquecimento do repertório de experiências, otimização de competências e desenvolvimento. Nesta perspectiva de trabalho destacam-se discussões quanto ao respeito e valorização da diversidade e a re-significação dos papéis sociais e atitudinais dos indivíduos enquanto praticantes de Basquetebol. Fica explícito o imensurável valor educativo dos esportes coletivos quando administrados por Seres Humanos Profissionais em Educação Física capazes de interpretá-lo enquanto cultura corporal do movimento, desmistificá-lo bio-psico-sócio-afetivo-culturalmente e lapidá-lo a fim de realçar a sua essência educativa, desta forma demonstrando estar apto à contemplar os seguintes princípios pedagógicos: ensinar basquete a todos, ensinar bem basquete a todos, ensinar mais que basquete a todos e ensinar todos a gostar de basquete. O verdadeiro educador deve transcender sua prática pedagógica a horizontes que se sobrepujam ao ensino de um ofício, valorizando e atribuindo re-significados à ação pedagógica, pela qual torna-se possível vislumbrar a oportunidade da construção de um mundo melhor e mais ético para todos.

Paschoalino Junior, L. C.; Segnini, P.; Siabe, M. F. C. - Relato sobre o papel da Educação Física junto ao Programa de Controle de Peso Infantil na unimed São Carlos: experiências e realizações

Instituição: Unimed São Carlos

Atualmente a obesidade infantil atinge cerca de 10% das crianças brasileiras, onde aproximadamente 80% destas se tornarão adultos também obesos. Quanto mais cedo a obesidade se apresentar, maiores as chances de manifestação de suas síndromes multifatoriais como o diabetes, a hipertensão arterial, a elevação do colesterol e das taxas de triglicéridos sanguíneos, problemas ortopédicos, entre outros. Frente a essa preocupação, a Unimed São Carlos, mais especificamente o setor de Medicina Preventiva, vem desenvolvendo um trabalho multiprofissional, englobando equipe médica, de enfermagem, nutricional e Educação Física, junto a um grupo de 10 crianças na faixa etária entre 10 e 14 anos, obesas ou com predisposição, incluindo suas patologias. São oferecidas a essas crianças duas sessões semanais com duração de 1 hora nas quais são propostas atividades dentro de um ambiente de academia, com aulas de ginástica localizada, ginástica aeróbica, hidroginástica, dança, jump, entre outras. Estas aulas são totalmente adaptadas às crianças, portanto com características lúdicas e recreativas, sem perder de vista os objetivos fundamentais de controle de peso, saúde e qualidade de vida. O trabalho também informacional e de conscientização das crianças e de seus pais é de grande significação para o sucesso do programa. Com relação aos resultados alcançados, nos deparamos diariamente com relatos tanto das crianças quanto de seus responsáveis, sobre perda de peso, adequação de hábitos mais saudáveis no dia-a-dia, melhora na disposição, auto-estima e autoconfiança. Para nós, profissionais e estagiários em Educação Física, os resultados são ainda mais significativos quando, através do reconhecimento das crianças e de seus pais, atingimos a realização, tanto profissional quanto pessoal, buscando sempre a qualidade e excelência.

Paschoalino, T. S. - Revivendo com a dança: um relato sobre a vivência dos ritmos com a terceira idade

Instituição: Centro de Lazer e Esportes 11 - SESI São Carlos

Com o processo de envelhecimento e as mudanças crescentes nas funções vitais causando grandes danos motores aos indivíduos, a dança pode ser um instrumento de grande auxílio para se trabalhar com um grupo da 3ª idade, pois, além dos aspectos ligados à saúde, traz inúmeros benefícios psicológicos, melhora da auto-estima e do relacionamento social e momentos de descontração, que são muito importantes para essas pessoas. Esta população apresenta um contexto bem específico que deve ser estudado e observado, principalmente com relação aos variados motivos de resistência para a prática de atividade física que podem estar relacionados a fatores intrínsecos e extrínsecos, por apresentarem grandes alterações nos aspectos fisiológicos, psicológicos, sociais e culturais. Trata-se de uma atividade com o poder de exprimir as emoções sem o auxílio das palavras e que só depende do corpo e da vitalidade humana para se tornar um instrumento de comunicação. Ao se montar trechos coreográficos, além do movimento trabalha-se o reconhecimento e as diferenças representadas através da construção da identidade do próprio corpo. O Centro de Lazer e Esportes do Sesi São Carlos conta com um grupo da comunidade de aproximadamente 50 idosos de ambos os sexos, sendo a maioria mulheres. Para tal grupo, fora proposto a montagem de algumas composições coreográficas com ritmos variados. O envolvimento, a caracterização, a alegria e a espontaneidade dos indivíduos da turma foram os fatores principais para o sucesso dos ensaios, fazendo com que os mesmos fossem convidados pela coordenadoria do CLE para fazer apresentações em dois significativos eventos: abertura do 58º Jogos Industriários de São Carlos e abertura da Semana do Idoso de São Carlos e Região, onde foram aplaudidos de pé pela beleza e harmonia do trabalho. Os resultados consolidaram-se na alegria perante o reconhecimento e a sensação de capacidade ao realizar um trabalho tão representativo para o grupo e para nossa equipe. Nesse contexto, percebe-se que a dança não se respalda como mero lazer, mas sim como manifestações simbolizantes das vivências de cada indivíduo. Ou seja, são ações da cultura corporal que transcendem metodologias e técnicas, são relações humanas significativas na vida dos envolvidos nesse processo.

Procópio, M.S.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Guimarães, F.K.O.; Gabilan, J.G.; Liziero, L.- - Atletismo no “II Jogos Universitários Intercampi” (Jui): uma experiência na Universidade Federal de Mato Grosso do sul (UFMS)

Instituição: Ufms-Depto de Educação Física

A história do atletismo pode ser dividida em três períodos: iniciando pelo antigo registro de competições de atletismo data de 776 a.C à extinção dos antigos jogos olímpicos, pelo imperador romano Teodósio; em segundo período, com a Idade Média, a época de atividade descontínua ou mesmo de decadência para as competições de pista e campo, ao século passado, quando educadores vitorianos introduziram os esportes nas escolas inglesas padronizando e difundindo pela Europa; e o terceiro período, do renascimento dos jogos olímpicos, em 1896, com o barão francês Pierre de Coubertin, ao atletismo dos dias atuais. Este relato de experiência aborda a impressão de coordenar a modalidade de atletismo no Projeto de Extensão: “II jogos Universitários intercampi” (JUI) da UFMS, cadastrado na Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Assuntos Estudantis, em 2006. Esta foi a primeira vez que o atletismo fez parte do JUI. No quais os objetivos da modalidade eram proporcionar a socialização entre os acadêmicos dos diversos campi; incentivar a prática de atividades físicas e divulgar a modalidade. As provas realizadas no dia 17 de setembro, na pista de atletismo do Estádio Pedro Pedrossian (Morenã), das 7h30min às 12h; foram cinco provas: 100 metros, 400 metros, 5.000 metros, salto em distância todos realizados por ambos os sexo, arremesso de peso(masculino). Foram 20 atletas inscritos, sendo os primeiros colocados das modalidades: os 100 metros masculino, 400 metros feminino, 5.000 metros feminino, salto em distancia masculino e feminino, foram para o campus de Três Lagoas; os 400 metros masculino e arremesso de peso masculino da Cidade Universitária e os 100 metros feminino de coxim. A experiência em organizar este evento refletiu na busca de informações sobre a modalidade, isto é, suas regras, técnicas e sua história, assim diante da magnitude do evento fizeram com que assumisse responsabilidades em coordenar os vários acadêmicos que auxiliaram as atividades, desde cuidar dos materiais a segurança dos atletas. Além disto, possibilitou maior entrosamento com os acadêmicos do curso de Educação Física e de outros cursos e campi, requereu a disposição em atuar em grupo e a capacidade de solucionar problemas de forma imediata. Deste modo, a importância da transmissão de determinados conteúdos pelo educador como o atletismo, na maioria das vezes excluído do campo educacional, com este projeto, se faz conhecer por meio de jogos universitários, Deste modo propõe, a relevância em dominar o conhecimento a ser desenvolvido, em planejar previamente antevendo problemas e possíveis soluções, como também contar com infra-estrutura necessária para a realização do evento. Esta

experiência deveria ser vivenciada por outros acadêmicos, pois os coloca diante do cotidiano da futura profissão docente em Educação Física.

Reverdito, R; Cajazeiro, D; Lacerda, E; Brianezi, L; Rosales, M; Getúlio, V - Reflexão e ação: proposta de projeto curricular pedagógico para a disciplina de Educação Física

Instituição: UNASP/FAEF-IASP-Depto da Área de Educação Física Escolar

Introdução: O objetivo da disciplina de Educação Física escolar é sistematizar o conhecimento que foi produzido pelo ser humano ao longo de sua historicidade, mais especificamente relacionado às práticas corporais, e apropriar o sujeito criticamente para que seja capaz de ampliá-lo contextualizando e ressignificando-o. O fato da origem das práticas corporais estarem diretamente relacionadas com um conhecimento que emanou das relações entre os sujeitos e seu mundo e do mundo com os sujeitos, constituindo um conhecimento da cultural corporal, orientou a Educação Física escolar ao longo de sua história, dentre as diversas abordagens que buscaram apresentar e justificar sua área de conhecimento e objeto de estudo, a um nível significativamente grande de complexidade, quando observado e orientado aos projetos curriculares pedagógicos. Objetivo: Identificada à complexidade em sistematizar os conteúdos relacionados às práticas corporais, e sem a intenção de eliminá-la, mas utilizando seus princípios e elementos fundamentais, propomos a organização e apresentação de um projeto de programa curricular para a disciplina de educação física, atendendo as turmas da Educação Infantil ao Ensino Médio, sustentado por uma reflexão e ação na prática pedagógica na disciplina de Educação Física. Metodologia: A proposta foi orientada inicialmente por um estudo bibliográfico, estudo das características sócio-culturais da população de alunos e dos princípios filosóficos educativos orientadores da prática pedagógica, nos permitindo a fixação dos eixos temáticos e a seleção dos conteúdos. A partir do referencial temático e da seleção dos conteúdos, foi possível formular e estruturar o quadro distributivo e seqüencial dos conteúdos ao longo dos bimestres, de acordo com: o planejamento anual escolar; especificidade dos grupos e nível; e, transferência e sequenciamento dos conteúdos no plano vertical e horizontal entre os níveis escolares. Discussão: Os conhecimentos deixaram de ser tratados isoladamente em cada nível escolar e passaram a ser tratados conceitualmente sobre os pressupostos da complementaridade, considerando o processo orientado para o sujeito que irá se apropriar desse conhecimento ao longo de sua vida escolar. A organização seqüencial dos conteúdos atendendo desde a educação infantil ao ensino médio, tem permitido no plano vertical conhecer os diversos conteúdos e contextualizá-los. No plano horizontal permitiu a transferência do conhecimento entre os níveis e sua ressignificação. Considerações Finais: Permitindo aos alunos incorporarem criticamente diversos conhecimentos relacionados às práticas corporais, especificamente aos jogos e exercício corporal, ao longo de sua vida escolar. Orientado pelos princípios filosóficos educacionais destacamos que essa proposta não traz verdades estabelecidas, mas uma possibilidade de transformação e re-significação na estruturação dos projetos curriculares pedagógicos da disciplina de Educação Física, avançando na busca progressiva e incessante da eliminação do erro na procura da verdade metodologicamente levada a reflexão em nossa ação e reflexão pedagógica.

Ribeiro, L. - O atendimento como forma de aderência do público idoso à prática de atividade física em uma sala de musculação

Instituição: Serviço Social do Comércio

Desde 2001, o SESC Campinas - SP tem à disposição de seus associados um espaço para a prática de exercícios resistidos mais conhecidos como musculação. Esta instituição possui um tradicional trabalho com o público da terceira idade e em Campinas esta realidade não é diferente. O processo de envelhecimento acarreta perda de força e massa muscular .Os exercícios resistidos são benéficos para este público, pois aumentam a força músculo- esquelética e a massa muscular, proporcionando assim uma melhora da capacidade funcional do idoso. O objetivo do programa é propiciar condições necessárias e seguras para que o praticante idoso sinta-se confortável e perceba que os exercícios resistidos não são apenas para jovens e que podem ser realizados por qualquer pessoa idosa com patologias ou não. O ambiente é limpo e tranquilo, os exercícios são direcionados levando em consideração o conforto, a segurança na execução dos movimentos, assim como, o estado de saúde do idoso no dia. O atendimento deste público, na unidade do SESC Campinas, que tem a maioria desta população, concentrada no período da manhã, é realizado de forma que o idoso compreenda sua condição biológica, entenda sua patologia, se houver alguma, aumente seu contato social com outros idosos ou com pessoas de outras faixas etárias que também realizam seus treinos no mesmo espaço, apoio e acompanhamento na execução das atividades, se houver a necessidade. A atenção no atendimento, o acompanhamento com responsabilidade e a segurança são fatores

importantes para que o idoso permaneça e sinta-se confortável em um programa de atividades físicas melhorando assim sua qualidade de vida e auto-estima.

Robles, H.S.M; Souza, A.C.; Ferrarini, W.; Brito, P.B.; Vale, R.L.do - A brincadeira como oportunidade privilegiada de desenvolvimento

Instituição: UNICEP - Centro Universitário Central Paulista

Jogos e brincadeiras, além de fazerem parte do universo infantil, podem favorecer o desenvolvimento da criança em seus aspectos físico/motor, social e cognitivo. Enquanto brinca, a criança pode desenvolver habilidades de motricidade ampla e fina, o equilíbrio, a percepção espacial, além de construir conhecimentos, enriquecer o desenvolvimento intelectual, simbolizar, representar e ter contato com diferentes papéis sociais. Infelizmente, no mundo atual, as crianças vivem em um espaço muito limitado; não brincam mais na rua, passam grande parte do dia confinadas em suas casas e, quando vão para a escola, muitas vezes não encontram instituições e profissionais preparados para suprir essa necessidade de espaço e atividades lúdicas, tão importante na fase infantil para um desenvolvimento saudável. As brincadeiras, por favorecerem o desenvolvimento e proporcionar a aprendizagem, são utilizadas até mesmo para auxiliar o desenvolvimento de crianças que vivem sob condições de risco fazendo parte dos chamados programas de intervenção precoce. Considerando estas informações, foi elaborado um projeto de extensão junto aos alunos de Educação Física do Centro Universitário Central Paulista (São Carlos - SP) com a finalidade de desenvolver uma proposta estruturada de brincadeiras visando auxiliar o desenvolvimento de crianças consideradas carentes que não têm outra oportunidade de vivenciar tal experiência da forma como foi proposta. O presente trabalho tem como objetivo mostrar a possibilidade de se utilizar brincadeiras estruturadas com crianças pequenas e discutir a importância destas atividades para o desenvolvimento da criança. Participaram deste trabalho, 40 crianças com idades entre 2 e 4 anos, que freqüentavam uma creche filantrópica na cidade de São Carlos SP. As atividades foram realizadas durante o período de agosto a dezembro de 2006 com duração de 1h30 semanal. As principais atividades realizadas foram: brincadeiras de roda, atividades com músicas e cantigas, brincadeiras folclóricas, utilização de cordas, bolas e bexigas, boliche com garrafas pet, brincadeiras de construção com massa de modelar e pinturas. Todas as crianças participaram das atividades propostas durante o período determinado. Foi possível observar interação e cooperação entre os participantes e um envolvimento constante durante as atividades. Como o presente trabalho fez parte de um projeto de extensão não foi medido o desempenho das crianças durante a participação no projeto, porém, a partir de observações e dos relatos das educadoras responsáveis pelas crianças, é possível dizer que as brincadeiras realizadas junto com as crianças proporcionaram o desenvolvimento social, cognitivo e psicomotor reforçando a idéia de que elas podem e devem ser utilizadas nas aulas de educação física. Para as próximas etapas pretende-se definir variáveis de controle visando conhecer consistentemente quais os ganhos que as brincadeiras proporcionam e como elas devem ser estruturadas de forma a atingir os alunos em suas reais necessidades.

Rodrigues, R - Alguns apontamentos sobre as possíveis conexões entre a Psicanálise e a Educação Física

Instituição: Universidade Federal de Itajubá - Unifei

Seria possível estabelecer alguma conexão entre a Psicanálise e a Educação Física? Para respondermos esse questionamento optamos por percorrer um caminho teórico estritamente particular, qual seja, analisarmos peculiaridades que se encontram presentes nas práticas corporais. Portanto, faremos uma análise daquilo que pode ser denominado a “clínica da cultura” com o objetivo de identificar no campo das práticas corporais elementos que possibilitem reconhecermos algo da ordem da atuação sintomática do sujeito. Partimos do pressuposto que a teoria da psicanálise não é algo que se aplica o conhecimento como o uso de uma ciência e seria mais exato afirmarmos que as relações entre a Psicanálise e a Educação Física constituem um campo de experiência particular sendo não passível de generalização. Neste caso, ao analisarmos os meandros psíquicos presentes no fenômeno da educação do corpo, teremos como base o “relato de experiência”, mais propriamente, aquilo que se denomina no campo clínico como o “estudo de caso”, ou seja, alguns elementos que se encontram presentes nas “práticas de remo”. Assim sendo, estamos tratando da experiência subjetiva presente na realização de práticas corporais e partir disso lançaremos pontos pertinentes da especificidade da Psicanálise e as suas relações com a Educação Física.

Apoio Trabalho: Universidade Federal de Itajubá - Unifei

Rolim, L. - CREF - De profissional a fiscal – esclarecendo dúvidas

Instituição: UNESP - UNINOVE

A intenção deste relato de experiência é esclarecer as dúvidas dos profissionais de Educação Física, com relação à atuação e fiscalização do Conselho Regional de Educação Física do Estado de São Paulo – CREF4/SP. Sou profissional graduada em Educação Física, e por um ano e meio, exerci função como Agente de Orientação e Fiscalização deste órgão. Durante muitas visitas de orientação e fiscalização realizadas em Academias, Clubes e Eventos por todo o Estado, fui questionada por diversas pessoas envolvidas com a área, como profissionais habilitados e não habilitados, graduados e provisionados, técnicos esportivos, estagiários e proprietários de academias. Na maioria das vezes, as dúvidas eram as mesmas. Relacionadas ao registro, sobre a situação de estágio, sobre a atuação de graduados e provisionados, sobre como fazer denúncias, entre outras. Este trabalho pretende esclarecer, baseando-se na minha atuação enquanto profissional da área e como agente fiscal, e na legislação em vigor, algumas dúvidas referentes ao exercício profissional de Educação Física. O registro no CREF é obrigatório pela Lei Federal 9696/98, que regulamentou a nossa profissão, e diz: “O exercício das atividades de Educação Física e a designação de Profissional de Educação Física é prerrogativa dos profissionais regularmente registrados nos Conselhos Regionais de Educação Física”. Sendo o porte da Cédula de Identidade Profissional obrigatória para o exercício profissional. Portanto, para atuar em qualquer área da Educação Física é necessário o registro. Seja em academias, clubes, ou mesmo em eventos esportivos. As irregularidades na atuação, implicam em atuação por Exercício Ilegal da Profissão, conforme o artigo 47º de contravenções penais. Sobre os Provisionados, conforme a Lei Federal 9696/98, Resolução 045/02, e o artigo 5º da Constituição Federal de 1988 (Lei de Direito Adquirido); a obtenção do registro no CREF na categoria de Provisionado, só é concluída com a apresentação de comprovação oficial da atividade profissional exercida, de no mínimo, três anos antes da referida lei. Essa comprovação é ser feita por documentos oficiais. É indicada uma atividade principal da área de Educação Física, com a identificação da modalidade. O Provisionado participa de um curso de aproveitamento em Programa de Instrução, orientado pelo CREF, que inclui conhecimentos pedagógicos, ético-profissionais e científicos. Com relação à situação de Estágio, de acordo com as Leis nº6494/1977, nº8859/1994 e o Decreto-Lei nº87.497/1982, que regulamentam a situação de Estágio, a responsabilidade deste é da Instituição de Ensino Superior, regulada pelas normas do MEC. Desta forma, a situação de estágio somente está devidamente caracterizada, quando existe a presença de um Profissional de Educação Física devidamente registrado orientando e acompanhando a atividade, e com a apresentação do Contrato de Estágio, entre a instituição de ensino, o estabelecimento onde está sendo realizado o estágio, e o aluno. Quando não caracterizada a relação de estágio, a atuação passa a ser considerada como Exercício Ilegal de Profissão e como tal está sujeita às penas da lei. Outra grande dúvida dos profissionais é com relação às Denúncias. Estas devem ser encaminhadas sempre por escrito ao CREF, seja por carta, e-mail ou pelo site. Deve conter o maior número de informações possível sobre a irregularidade para a averiguação do fiscal, como endereço, dias, horários, nomes, etc. Após a averiguação da denúncia, o setor de fiscalização do CREF encaminha em resposta ao denunciante, um relatório sobre a fiscalização, mantendo a identidade do denunciante em sigilo. Enfim, o CREF é o órgão que se propõe a defender os direitos e promover o cumprimento dos deveres da categoria dos profissionais de Educação Física e das Pessoas Jurídicas nele registrados, zelar pela qualidade dos serviços oferecidos à sociedade e fiscalizar o exercício profissional.

Sene, R.F.; Júnior, D.P.J.; Melato, R.A.R. - Atividade Física Adaptada para os "Amigos da Saúde Mental"

Instituição: Universidade do Sul de Santa Catarina - Curso de EF

As Instituições de Ensino Superior sustentam sua estrutura de proliferação e produção do saber por meio de três pilares que as erigem desde suas gêneses. Tais pilares supracitados, ensino, pesquisa e extensão, confluenciam-se com o escopo de promover, em uma tríplice comunhão de discentes-docentes-sociedade, a interatividade destes agentes para que estes possam suprir suas necessidades tanto de construir um rol de conhecimento quanto de tornarem-se membros da sociedade. O projeto Atividade Física Adaptada para os Amigos da Saúde Mental surge da necessidade de um espaço destinado a pessoas portadoras de transtornos mentais que são colocadas à margem da sociedade com o objetivo de promover a (re) inserção social dos mesmos. Para isso, pretende-se desenvolver ações de (re) habilitação do próprio portador de transtorno mental, sua família, comunidade e técnicos envolvidos residentes no bairro Dehon e Morrotes. Para a consecução deste, uma equipe interdisciplinar composto de psicólogos, enfermeiros, assistentes sociais, professores de educação física e alunos atuantes como bolsistas e voluntários das áreas mencionadas, atuam diretamente com os indivíduos e seus cuidadores com o intuito de promover o bem estar dos primeiros e munir os outros com informações necessárias no trato destas pessoas. No projeto há cerca de 60 pessoas onde a atividade física centra-se em exercícios de alongamento durante

40 minutos e exercícios de relaxamento posterior com a duração de 15 minutos finais. A melhora da postura, a educação corporal, condição sine qua non para a percepção do aprendizado acerca da descontração muscular e controle dos níveis de stress tanto físico quanto psíquico, tornam-se o objetivo deste projeto que desde 1999. Além disso, o resultado é uma curva ascendente quanto o número de pessoas que o integram e utilizam-se do mesmo com forma de humanização da sociedade, indissociado da forma de ensino-aprendizagem, cerne de uma universidade.

Apoio Trabalho: Universidade do Sul de Santa Catarina

Silva, G; Michelini, V; Silva, R - Análise das variáveis de força e composição corporal em indivíduos com paraplegia após treinamento de hipertrofia: Um estudo de caso

Instituição: Unisalesiano-LAEF-Depto. de Educação Física

A lesão da medula espinhal é descrita como uma alteração da função medular em decorrência de um trauma ou doença. Onde esta medula comunica o cérebro com diversas partes do corpo, além de ser responsável pela conexão com o sistema respiratório, circulatório, urinário, intestinal, térmico e atividade sexual. Por esse motivo, nas últimas décadas alguns profissionais apostaram na idéia de ajudar pessoas com lesão medular por meio da atividade física, onde estas proporcionam aumentos consideráveis nos níveis de força e endurance muscular, coordenação motora, equilíbrio e flexibilidade. O estudo teve como objetivo observar as variáveis de massa corporal total (MCT), circunferências e carga máxima de membros superiores (1RM) em portadores de lesão medular no início e após um programa de treinamento de hipertrofia muscular. Para isso, o estudo de caso observou 2 indivíduos do sexo masculino, portadores de paraplegia medular, fisicamente ativos em exercícios resistidos a mais de um ano, participaram voluntariamente de um programa de treinamento de 12 semanas e de 2 avaliações físicas constando, medidas antropométricas [circunferência de braço direito (CBD), esquerdo (CBE) e tórax, MCT, teste de 1RM, (GUIMARÃES NETO,1997). O teste foi realizado no exercício de supino reto, com aquecimento músculo-articular específico ao movimento a ser realizado, aplicação de uma carga supostamente próxima à capacidade máxima do indivíduo o qual deveria realizar uma repetição completa do exercício, e não deveria executar a segunda repetição completa do movimento, sendo considerada esta a Carga Máxima. Caso o avaliado consiga executar duas repetições completas, a carga era aumentada, aguardando cinco minutos entre uma série e outra para a completa recuperação do grupo muscular envolvido. Os resultados observados estão apresentados sujeito a sujeito em pré e pós-treinamento respectivamente. Sujeito 1: MCT (kg) 87,0 – 87,0, CBD (cm) 35,5 – 36,0, CBE (cm) 36,5 – 37,0, Tórax (cm) 103,0 – 104,0 e carga (kg) 80,0 – 90,0. Sujeito 2: MCT (kg) 66,0 – 66,2, CBD (cm) 33,5 – 35,0, CBE (cm) 35,0 – 35,0, Tórax (cm) 95,0 – 98,0 e carga (kg) 76,0 – 84,0. Ficou evidenciado neste estudo, que o treinamento de hipertrofia muscular em indivíduos portadores de paraplegia medular apresentou-se como um método importante para essa população, pois além de proporcionar uma melhora nas suas capacidades físicas como o ganho de força e composição corporal, beneficia também em suas atividades de vida diária.

Souza, G.B. - Projeto social de inclusão pelo esporte

Instituição: UMC / USP - EEFÉ - Centro de Estudos Socioculturais do Movimento

O projeto consiste no atendimento à crianças da comunidade com necessidades diferenciadas. É resultado da participação conjunta de atletas – denominados pelo Projeto como atletas de incentivo, da universidade – por meio de seus espaços físicos, funcionários de segurança, secretaria e limpeza, e parceiros – para o fornecimento de produtos consumíveis e materiais permanentes. O seu propósito é transmitir valores através da cultura esportiva, por meio dos atletas como referência, repassando valores e princípios morais para os participantes, desta forma, com o desenvolvimento do Projeto e com os resultados obtidos fomos (Projeto) capazes de cumprir o nosso papel na sociedade. O Projeto teve seu início no primeiro semestre de 2005 sem cessão até a presente data. Estratégias administrativas: Poucas instituições privadas tem tido iniciativas com este perfil de atendimento. A concessão de bolsas de estudo por descontos aos monitores que permaneceram como voluntários apresenta um investimento pequeno e simples. Posteriormente conseguiu-se parceiros e, por conseguinte, os quimonos, camisetas ou mesmo veículo para transporte coletivo a disposição. Descrição da equipe: Cinco professores especializados, sendo um deles coordenador geral e outro coordenador pedagógico. Atualmente existem dois estudantes universitários para cada modalidade, alguns são bolsistas. Local: Centro Olímpico da UMC – Universidade de Mogi das Cruzes – Ginásio Poliesportivo (2), Pista de Atletismo, Campo de Futebol, Quadra Poliesportiva, Salas de dança (2), Sala de Ginástica, Sala de Reuniões, Sala de atendimento ao público. Atividades: Atletismo, Balé, Basquete, Dança de Rua, Futebol, Judô, Voleibol. Atividade às quartas-feiras e aos sábados, com três horas de duração, com trinta

minutos de reunião antes e após as atividades. Estratégias pedagógicas: A integração é realizada com professores voluntários, atletas de incentivo – incentivados pela universidade e os atletas que simplesmente estudam na universidade. A reunião entre a equipe promove a troca de experiência e idéias interdisciplinares, incentivando a prática à todos. Diretrizes: Prioridades e Ações, o que podemos realizar, o que pode ser o diferencial do grupo visando o crescimento do Projeto. Realizamos uma reunião após as atividades. Nelas, todos podem planejar, escrevendo e sugerindo ao grupo idéias e novas atuações dentro de sua modalidade. Assim, firmamos nossas diretrizes, sintetizadas nos seguintes tópicos: Planejamento, controles e registros; Estratégias de ação: Questões para o desenvolvimento do trabalho coletivo: 1) Qual interesse e o compromisso de cada um? 2) Quais são as tarefas e prazos de cada um? 3) Qual é o nosso objetivo atual e futuro? 4) Qual é nossa atribuição no Projeto, na comunidade e no mercado de trabalho? 5) Como obter repercussão na comunidade? A atribuição de um atleta é também servir como referência aos alunos. Depoimento de um dos atletas: “(...) nessa conversa, deixei que ele escolhesse o que poderia extrair como positivo e negativo de toda aquela insegurança e medo, e propus e ele que decidisse ver o que realmente o deixava triste e como um judoca que agora somos, levantasse a cabeça para a próxima dificuldade, pois sempre haverá e que contasse sempre conosco. Essa experiência deu outra conotação a minha participação no Projeto, puder ver o como são importantes a nossa atuação e nossos exemplos, é fato, precisamos ser referências positivas.” Considerações Finais: Com confiança nos professores e nos atletas, as crianças estão mais tranquilas e começam a entender vários de nossos princípios como atletas, como por exemplo; dedicação, disciplina e respeito. As crianças estão cientes dessa oportunidade que receberam e esse nível de entendimento e percepção é algo muito gratificante de se notar.

Apoio Trabalho: FAEP - Fundação de amparo ao ensino e pesquisa

Oliveira, C.S.; Stefane, C. A. - Atividade de extensão “54° Jogos Universitários Brasileiros” da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS): futsal feminino

Instituição: Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

Vivemos numa sociedade em que a busca pela saúde e bem estar é deixada em segundo plano, talvez pela má utilização do tempo, pela falta de organização das atividades cotidianas ou pela dificuldade de acesso a meios alternativos de prevenção e cuidado com o corpo. A prática de atividade física é um dos pilares na busca por uma boa qualidade de vida, satisfação pessoal e integração entre as pessoas, além de prevenir algumas doenças como obesidade, hipertensão e doenças cardiovasculares. No ambiente universitário, essa situação não é diferente. A prática de atividade física é pouco incentivada, principalmente a prática esportiva, restringindo-se a poucas pessoas que têm acesso a locais específicos.. A universidade tem um importante papel na busca pela mudança desse quadro preocupante, sendo ela a mediadora entre o conhecimento e a aplicação para a comunidade acadêmica e sociedade em geral. A extensão universitária proporciona o envolvimento de discentes no processo de interação entre a Universidade e a sociedade, oferece aos acadêmicos a oportunidade de atuarem em atividades ligadas ou não com sua área de estudo com intuito de contribuir na formação de um profissional completo e com ampla bagagem de conhecimento para exercer seu papel na sociedade. Diante deste contexto, este estudo tem por objetivo relatar a organização e operacionalização das aulas treinos de futsal feminino ocorridos na Cidade Universitária da UFMS, inseridos no projeto de extensão “54° Jogos Universitários Brasileiros”, cadastrado na Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Assuntos Estudantis, em 2006. Como parte da proposta de treinamento desportivo, o futsal visou incentivar a prática de atividades físicas, a iniciação esportiva e o treinamento das acadêmicas a fim de formar uma equipe que represente a UFMS em competições locais, regionais e nacional, estimular o entrosamento e envolver as acadêmicas em eventos esportivos favorecer o intercâmbio esportivo e cultural e promover a qualidade de vida. Inicialmente foi elaborada e aprovada a proposta do futsal feminino e posteriormente houve a divulgação para o público alvo, planejamento das atividades, inscrição e início das aulas e treinos. Os encontros aconteceram duas vezes por semana, com duas horas de duração, no Ginásio Eric Tinoco “Moreninho”. Nas aulas/treinos eram desenvolvidos os fundamentos técnicos, táticos e qualidades físicas. Participaram ativamente 25 acadêmicas de doze diferentes cursos. Avaliado o projeto, verificou-se que o mesmo obteve os resultados esperados com a participação em eventos de nível regional e estadual tais como: 28° Jogos Abertos de Campo Grande/MS, II Jogos Universitários Intercampi e amistosos. Esses eventos proporcionaram às atletas uma experiência nova de competição e a busca pessoal pela superação de limitações e dificuldades, além disso, despertou o interesse pela prática de exercício físico regular. Vale ressaltar também o orgulho transmitido pelas atletas ao representarem a instituição nesses eventos e a oportunidade de conhecerem outras pessoas com interesses em comum. Alguns motivos da boa frequência nos encontros foram que estes ocorrerem na própria UFMS, as atletas dispensaram menor tempo para organizarem suas rotinas de atividades do dia-a-dia. A organização das atividades, a proposição constante da auto-superação e todos os benefícios da prática desportiva na universidade, favorece a continuidade do projeto com o apoio da Coordenadoria de Assuntos Estudantis CAE/PREA da UFMS.

Apoio Trabalho: PET- Educação Física

Terra, J. D. - O tênis de campo a partir do planejamento participativo na Educação Física escolar

Instituição: Fafibe - Faculdades Integradas Bebedouro; SESI Rio Claro

A Educação Física escolar, por não possuir rigor na sistematização e sequência dos seus conteúdos conforme as séries ou ciclos, abre espaço para as mais diversas formas de organização das aulas. Atualmente, alguns estudos estão sendo feitos com o objetivo de subsidiar o trabalho do professor, ou seja, elencar quais conteúdos devem ser trabalhados, a sequência dos mesmos e o que enfatizar de importante em cada um deles. Dentre as opções de organização do planejamento escolar para as aulas de Educação Física, encontra-se o planejamento participativo, ou seja, aquele planejamento estruturado pelo professor em conjunto com os alunos. Esta possibilidade foi colocada em prática junto aos alunos da escola SESI/ Rio Claro no ano de 2006. Primeiramente, foi exposta aos alunos - do ciclo III final (6º série) - a expectativa a ser alcançada durante o processo de ensino-aprendizagem daquele mês, e esta, consistia no trabalho com os diferentes tipos de linguagens (oral, escrita, plástica, mímica e corporal). Assim, os alunos deveriam escolher um conteúdo e explorá-lo conforme a expectativa proposta. Para que isto fosse possível, investigou-se o que é linguagem, qual a definição de cada uma delas e como elas poderiam ser trabalhadas na Educação Física. Terminado este primeiro passo, foram elencados alguns conteúdos de interesse dos alunos. Por votação, escolheu-se estudar o tênis de campo. Retomou-se o estudo das linguagens e os alunos deram sugestões do que poderia ser desenvolvido em cada uma delas no tênis de campo. Na linguagem escrita, os alunos se propuseram a fazer uma pesquisa, pois assim poderiam trazer mais informações sobre o esporte e, principalmente, sobre a sua dinâmica, já que a maioria deles nunca havia jogado tênis de campo. Para a pesquisa, surgiram temas como: história; surgimento do esporte e sua evolução; regras; jogadores de destaque nacional e internacional, principais lesões decorrentes desta prática etc. Aproveitando a pesquisa, considerou-se interessante apresentar um teatro para compartilhar as informações coletadas e trabalhar com as linguagens mímica e oral. Durante este processo, percebeu-se que o tênis sofreu diversas modificações e teve maior ou menor destaque conforme a política, cultura e local que estava inserido ao logo da história. Esta percepção foi importante para que percebessem que os equipamentos utilizados no tênis foram adaptados por diversas vezes e, na escola, com a impossibilidade de espaço, raquete e bolinhas oficiais para todos, sentiu-se a necessidade de também fazer adaptações. Foi feita uma pesquisa para saber como fazer raquete e bolinhas adaptadas de modo que todos pudessem construir o próprio material para jogar. As raquetes foram feitas de cabide e meia calça e as bolinhas de meia calça e jornal. A linguagem plástica foi utilizada na construção dos equipamentos e a linguagem corporal teve seu enfoque, em específico, com a prática do jogo. Na quadra e no pátio os alunos desenharam mini quadras de tênis, utilizaram cordas como rede e praticaram o tênis de campo. Com este tipo de planejamento, observou-se um maior envolvimento do grupo para o estudo proposto, já que foi levado em consideração o interesse dos alunos; incentivou-se a construção e ampliação do conhecimento sobre a cultura corporal de movimento; trabalhou-se com a prática de um esporte pouco acessível devido ao seu alto custo e pouca popularização no estado de São Paulo; e objetivou-se, além da prática, a formação dos alunos enquanto espectadores deste esporte que poucos entendiam seu funcionamento.

Venâncio, L.; Sanches Neto, L.; Okimura, T.; Ulasowicz, C.; Oliveira, L. P.; Araújo, A.M.M. - Educação Física na escola: grupo de estudos de professores pesquisadores das próprias práticas

Instituição: Rede Municipal de Ensino de São Paulo, Letpaf Unesp, Univers

Existe no Brasil segundo dados do MEC/Plataforma Lattes vários grupos de estudos desenvolvendo trabalhos relacionados à Educação Física na escola, esporte, lazer, saúde, formação profissional e outras áreas, vinculados a instituições de ensino superior públicas e privadas com produções e publicações referentes aos objetivos de cada grupo. Tais grupos normalmente são coordenados por um docente vinculado às agências financiadoras de pesquisas acadêmicas como CAPES, CNPq, FAPESP etc; e justificam periodicamente suas produções com vistas à manutenção e desenvolvimento de pesquisas acadêmico-científicas. A necessidade de elaboração de conhecimento tem gerado outras demandas além daqueles espaços tradicionalmente eleitos como "centro de pesquisa e construção do conhecimento". Tais demandas têm levado docentes dos cursos de formação inicial e professores de Educação Física da Educação Básica em formação permanente a constituírem grupos de estudos e pesquisas autônomos que atendam necessidades específicas do cotidiano de trabalho escolar. O objetivo deste relato é apresentar os objetivos e características de um grupo de estudos de professores de Educação Física

autônomo, sem vínculo institucional público ou privado. O grupo utiliza-se dos referenciais da pesquisa-ação e do ensino reflexivo para organizar e sistematizar os encontros. O grupo de professores se reúne desde dezembro de 2005, é constituído de professores efetivos das redes pública e privada de São Paulo, professores do ensino superior privado e uma profissional de ONG do município de São Paulo. Alguns professores estão vinculados a programas de Pós-Graduação em instituições públicas e privadas e curso de complementação pedagógica; o tempo de docência na Educação Básica dos professores varia de 1 a 9 anos (inexperientes e experientes). Os encontros vêm permitindo ao grupo trocar experiências; elaborar conhecimentos que garantam uma coerência na prática educativa e minimizar as incoerências existentes; participar de eventos científicos da área de Educação Física escolar; publicar experiências baseadas nas práticas desenvolvidas; participar de debates e realizar oficinas junto a outros professores em formação inicial e permanente. Consideramos até o momento a experiência significativa, pois permite aos professores assumirem a co-responsabilidade dos seus discursos e das suas ações efetivas, bem como um posicionamento como professores pesquisadores de suas próprias práticas, além de colaborar com o desenvolvimento da Educação Física como tema de investigação científica ou prática pedagógica.

Vilhena, A.; Amaral, S.; Fernandez, D.; Pizani, R.; Mendes, T. - Rua de lazer

Instituição: UNICAMP-FEF

O Lazer é um fenômeno moderno que cada vez mais ganha espaço no âmbito social e acadêmico. A importância do Lazer se dá pelo fato dele se configurar como espaço de transformação social e de colaboração para a construção de novas normas de convivência e de relacionamento entre as pessoas. O Lazer pode ser entendido também como lugar de exercício da cidadania e da liberdade, de forma a contribuir para a formação do ser humano nos mais variados aspectos, utilizando-se de conteúdos e características que expressem a realidade cultural em este esteja inserido. A diversidade que as ações de Lazer apresentam deve ser respeitada, efetivando-se a inclusão de práticas variadas, estimulando a experimentação de diferentes alternativas por parte dos participantes das propostas. A Rua de Lazer se constitui por um espaço adaptado para a vivência de uma grande diversidade de atividades lúdicas, relacionadas aos diferentes conteúdos deste fenômeno histórico, o Lazer, podendo também conter em si alguns serviços de utilidade pública. Pensando nestas questões e na possibilidade de construir um espaço de integração entre ensino, pesquisa e extensão, elaboramos uma proposta sistemática para promover ruas de lazer. O objetivo é de preparar os estudantes universitários para lidar com o mundo prático do Lazer de forma coerente, levando às comunidades, tanto universitária quanto a circundante do campus, uma possibilidade diferente de Lazer, comprometida com o bem-estar social em sua compreensão mais profunda. Neste sentido, durante o ano de 2006 realizamos duas versões: uma no primeiro semestre e outra por ocasião de comemoração dos 40 anos da UNICAMP. Numa primeira avaliação pudemos perceber uma grande contribuição para a formação acadêmica e uma relação fluída com as comunidades da cidade de Campinas/SP. Tais iniciativas apresentaram diversos desdobramentos, dentre os quais uma proposta para o ano de 2007 de realização de ruas de lazer comunitárias de caráter itinerante, possuindo como principal diretriz a busca por um maior envolvimento das diferentes comunidades da cidade de Campinas/SP no processo de auto-gestão, reconhecendo o usuário de programas sociais como cidadão e a associação da cidadania à efetiva participação dos sujeitos nos processos de elaboração, implementação e condução de políticas. A intenção é a de levar às comunidades escolhidas uma outra possibilidade de ação ligada ao Lazer, comprometida com a formação de um cidadão crítico, criativo e consciente, mediante a formação de lideranças mobilizadoras. O projeto possui o caráter primordial de proposta de ação, não se caracterizando, portanto, por uma imposição às comunidades, mas uma intervenção pautada numa relação coesa entre iniciativa e público participante, levando-se em conta, principalmente, os interesses e aspirações dos integrantes das comunidades. Outra intenção da iniciativa se caracteriza pela possível criação de estratégias de intervenção que tenham reflexos sociais significativos e permanentes na vida das pessoas, objetivando atuar, a partir das ruas de lazer, de forma não-assistencialista, conferindo significados de convivência, produção e transformação das manifestações culturais. Esta iniciativa deverá, a longo prazo, promover a conscientização da população a respeito de seus direitos de modo a contribuir para o alcance de uma sociedade mais justa. Pensamos que são ações como estas que podem fortalecer cada vez mais a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão.

Apoio Trabalho: CODESP/FEF/UNICAMP

Resumos dos Painéis

Rocha, R.T.A.; Oliveira, C. A.M.; Manchado, F.B.; Mota, C.S.A.; Ribeiro, C.; Araújo, M.B.; Voltarelli, F.A.; Mello, M.A.R. - Aplicação tópica externa de amarashape em ratos obesos

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Embora exercício e dieta de restrição calórica sejam os procedimentos mais adequados no tratamento da obesidade e de depósitos localizados de gorduras, outros procedimentos, inclusive uso de medicamentos, têm sido bastante empregados com esse propósito. Um novo medicamento para remoção de depósitos localizados de gordura é o Amarashape®, formulado para uso tópico externo. Contém em sua composição sinefrina (extraída da laranja amarga, *citrus aurantium*) e cafeína, advoga-se que é ativo indutor de lipólise. Faltam na literatura informações sobre os efeitos sistêmicos de sua aplicação. Nesta comunicação, são apresentados resultados referentes a: ganho de peso corporal, índice de Lee (divisão da raiz cúbica do peso corporal em gramas (g) pelo comprimento focinho-ânus em centímetros (cm) e multiplicada por 10) e concentrações de lipídios no tecido subcutâneo posterior bem como de ácidos graxos livres (AGL) no soro em ratas obesas tratadas com Amarashape®. Utilizou-se ratas Wistar adultas (120 dias; n=10/grupo) tornadas obesas pela administração de Glutamato Monossódico, 4mg/g, a cada 2 dias nos primeiros 14 dias de vida, tratadas ou não com Amarashape® (aplicação externa gel 3%, em ambos os flancos duas vezes ao dia durante 5 semanas). O test t não-pareado foi utilizado para comparar os resultados. O nível de significância foi pré-fixado em 5%. As concentrações de lipídios no tecido adiposo subcutâneo posterior (mg/100mg) mostraram-se menores no grupo que recebeu placebo do que naquele tratado com Amarashape® (gel placebo= 64,9±8,8; Amarashape= 80,3±8,2). Não houve diferenças significativas entre os grupos para o índice de Lee (g/cm) (gel placebo = 3,2±0,03; Amarashape = 3,1±0,1) e para o ganho de peso (g) corporal (gel placebo = 21,9±9,7; Amarashape = 11,0±7,5). As concentrações séricas de AGL(µEq/L) apresentaram valores superiores no grupo com uso tópico de Amarashape® (952,7±216,7) que naquele que recebeu gel placebo (712,4±99,4). O tratamento com Amarashape® não interferiu em indicador de obesidade (índice de Lee) mas apresentou efeitos locais (aumento da concentração de lipídios no tecido adiposo subcutâneo) e sistêmicos (elevação de AGL séricos) não desejáveis nos ratos obesos. Mais estudos a respeito da aplicação tópica de Amarashape® sobre o perfil lipídico são necessários para que se possa inferir com mais segurança sobre o assunto.

Vieira, A. R.; Santos, R. F.; Nicoletti, L. P.; Campos, C.; Takehara, J. C.; Brighetti, V. - Lazer e atividade física no município de Votuporanga/SP

Instituição: Centro Universitário de Votuporanga - UNIFEV

A industrialização provocou uma série de mudanças em nossa sociedade, acelerou o processo de urbanização e promoveu a concentração populacional em torno dos grandes centros. Este fato contribuiu para que a atividade física e o lazer passassem a ter grande importância dentro dessa nova sociedade. Todavia, o processo de geração de bens-de-consumo tornou o tempo destinado ao lazer e a atividade física cada vez mais escasso. Através desse trabalho pretendemos diagnosticar o atual contexto do lazer e atividade física no município de Votuporanga/SP. Realizamos um levantamento detalhado visando: identificar os locais disponíveis para a prática de lazer e atividade física; verificar se estes locais são adequados; checar se os praticantes estão satisfeitos com os locais utilizados, porque realizam essa prática e se tem conhecimento sobre a mesma. Para a obtenção dos dados realizamos uma pesquisa de campo na qual selecionamos aleatoriamente um grupo de 88 pessoas de ambos os sexos. Utilizamos um questionário com perguntas fechadas e tratamento estatístico, no qual trabalhamos com porcentagens. Com base nos resultados obtidos podemos considerar que a população apresenta um conhecimento limitado sobre atividade física e lazer. Observamos, portanto, a presença do senso comum nos assuntos que tangem aos termos atividade física e lazer. Talvez, possamos atribuir este fato a falta de um embasamento teórico durante o processo de escolarização na Educação Básica. Quanto aos locais destinados a prática de atividade física e lazer no município de Votuporanga/SP, ficou evidente que a população transformou-os, visto que nenhum deles foi construído para tal finalidade. Todos são adaptados pelos populares ou poder público. Assim, constatamos que não existe uma política pública voltada para a construção de locais destinados a prática de atividade física e lazer no município. Contudo, a população observada acredita que a administração municipal irá modificar o quadro atual.

Apoio Trabalho: Centro Universitário de Votuporanga - UNIFEV

Afonso Soares, M.F; Rebastini, F - Indices de evasão em um programa de condicionamento físico com equipamentos

Instituição: Sesc São Caetano;LEPEBIMH² (UniABC)

Índices de evasão em um programa de condicionamento físico com equipamentos Maria de Fátima Afonso Soares 1,2; Flávio Rebutini1 SESC São Caetano1. LEPEBIMH2 – Laboratório de Estudos e Pesquisas Biopsicossociais do Movimento Humano (UniABC). O aumento considerável de pessoas envolvidas na prática de atividades físicas é um fator importante na melhoria das condições de saúde da população. Contudo, um dos pontos de imensa preocupação é a dificuldade em manter grande parte dessas pessoas nas atividades por períodos longos de tempo ou torná-los, realmente, pessoas ativas fisicamente. Desta forma, o objetivo do presente estudo é averiguar o tempo de permanência das pessoas envolvidas em um programa de condicionamento físico com aparelhos. O estudo acompanhou durante um ano 647 alunos, sendo 242 (37,4%) homens com idade entre 18 e 60 anos e 405 (62,6%) mulheres com idade entre 17 e 65 anos, integrantes de um programa de condicionamento físico com equipamentos. Os dados foram coletados no SESC de São Caetano do Sul - SP. Adotou-se a análise percentual de evasão para cada faixa de tempo que partia de 1º mês de permanência até mais de 6 meses. Os resultados apontaram os seguintes índices de evasão: 1º mês (28,7%); 2º (19,5%); 3º (11,7%); 4º (9%); 5º (7%); 6º (4,3%), apenas 19,5% dos indivíduos que iniciaram o programa permaneceram mais de 6 meses. Parece-nos imprescindível e preciso dizer que os três primeiros meses são fundamentais, pois 60% das pessoas abandonaram a atividade nesse período. Torna-se de extrema relevância conhecer com exatidão quais são os motivos que geram estes índices de abandono, a existência de fatores entre os gêneros, faixas etárias, características do ambiente da prática e índices socioeconômicos que possam ser decisivos para a permanência ou não. A compreensão das nuances que envolvem a evasão e a adesão, pois talvez os objetivos que os fizeram se engajar, não tenham sido reconhecidos ou tomados em consideração pelos profissionais e espaços em que eles praticam. Portanto é fundamental no desenvolvimento das estratégias e instrumentos que façam com que as pessoas não abandonem e que a ciência dessas nuances possibilite o aprimoramento dos profissionais e a adequação dos espaços privados ou públicos para receber esse público..

Aguiar, AP; Stefanelli, VC; Oliveira, JC; Azevedo, PHSM; Poian, PAFO; Oliveira, GP - Transição do metabolismo aeróbio-anaeróbio durante teste de esforço descontínuo em exercício resistido: estudo da amplitude do sinal da EMG

Instituição: Uniararas - Faculdade de Fisioterapia e Unimep

Estudos preliminares da função muscular atraíram a atenção de pesquisadores durante anos e foram utilizados para avaliar diferentes capacidades musculares e metabólicas. A escassez de informações a respeito de intensidades de trabalho muscular em exercícios isométricos provocou interesse para um teste de esforço incremental (TEI) durante contração isométrica resistida no exercício Leg Press 45° (LP). Vinte e quatro homens entre 19 e 24 anos, saudáveis foram submetidos à TEI relativo ao percentual da carga voluntária máxima (CVM) sustentada por 1 min, iniciando-se com 3% de CVM e acrescidos de 3 em 3% até a carga de instalação da fadiga (CIF). As séries foram compostas por 1 min de contração estática e 2 min de repouso entre cada série para coleta sanguínea e troca das cargas. Foi coletado o sinal EMGs do músculo reto da coxa direito (D) e esquerdo (E) durante as contrações isométrica por três vezes consecutivas de cinco segundos cada, para posterior análise do RMS por rotina em ambiente MATLAB. Foi utilizado eletromiógrafo da marca Lynx® com frequência de amostragem de 2KHz e 2 eletrodos de superfície diferenciais simples. Os dados foram normalizados pelo valor de CVM. As concentrações de lactato foram determinadas pelo equipamento YSI 1500 Sports. O ponto de transição aeróbio-anaeróbio identificados pelo lactato (LL) e pelo RMS (LRMS), foi determinado por modelo matemático após transformação logarítmica do eixo das abscissas e posterior regressão linear simples dos dois segmentos a partir da identificação do aumento abrupto das variáveis estudadas. Teste ANOVA de dois fatores (2 lados, 2 meios) foi utilizado na comparação e a correlação verificada pelo coeficiente de Pearson entre os limiares identificados, onde o alfa adotado foi de 5%. Os LRMS do D e E foram na média+/-DP de 13,70+/- 5,74 e 15,38+/-4,89%CVM, respectivamente. O LL foi de 15,58+/-3,55% CVM. Não houve diferença significativa ($p>0,05$) entre os limiares identificados. A correlação para o D entre LL vs LRMS foi de $r=0,82$ ($p=0,0001$, $n= 24$) e para o E foi de $r=0,62$ ($p=0,05$; $n=23$). Concluiu-se que é possível inferir o ponto de transição metabólica pelo RMS, contudo as resposta evidenciado sugerem padrões distintos de recrutamento das unidades motoras entre os dois membros avaliados, o que não o permite atribuir uma relação de causa e efeito entre os aumentos do RMS e do lactato sanguíneo durante protocolo em questão.

Aguiar, C. M.; Morelli, G.; Martins, C. J.; Rodrigues, A. C. - A inclusão social através das práticas sociais, culturais, educativas e ambientais

Instituição: UNESP - Rio Claro

Esta pesquisa, de natureza qualitativa, teve como objetivo investigar e compreender melhor o significado dos espaços de quintais e jardins, através das atividades e da sociabilidade encontradas entre pessoas, ambiente e cultura correlacionando-se num espaço sócio-ambiental, socioducativo e lúdico. A tentativa é evidenciar questões que possam subsidiar o debate e reflexões sobre temas encontrados no universo da pesquisa. A pesquisa ocorreu em duas fases, a primeira resultando em um levantamento bibliográfico. Na segunda parte iniciou-se um trabalho de investigação e coletas dos dados referentes a uma pesquisa exploratória, do tipo etnográfica, utilizando-se entrevistas como instrumento para a coleta de dados. 30 sujeitos adultos, de ambos os sexos, moradores de cidades pequenas e médias como Trombas – GO e Rio Claro – SP. Compuseram a amostra geral da pesquisa pessoas se dedicam às atividades em quintais e jardins de suas próprias residências sendo tais afazeres como complementação de renda ou pelo simples prazer. Embora os dados analisados descritivamente, apontam e indicando uma intensa disseminação, entre estes sujeitos do estudo, com as idéias conservacionistas, em função da relação dessas pessoas com as plantas, com o solo, com os cuidados gerais com os recursos naturais e com o meio ambiente. Misturados aos dados destacou-se um elemento muito importante e que suscitou diversas surpresas e enriqueceu nossas indagações e descobertas. Entre os entrevistados (três) 3 deles foram enfáticos em destacar mudanças e descobertas feitas, através das atividades em seus quintais ou jardins, com relação a membros de sua família, portadores de cuidados especiais. Os informantes afirmam que foram através destas atividades que puderam permitir, estimular a cooperação e participação deles, descobriram que tais pessoas podem realizar uma série de atividades que antes não sabia. Descobriram competências, antes escondidas, na lide com tarefas que despertaram dois mundos que descobriram poder ser e ter mais participação e liberdade. Também foi evidenciada a preocupação com a manutenção da saúde, demonstrada pela prática regular de esforços físicos que tais espaços requerem. Captados de modo entrelaçado, nota-se a presença marcante de questões que se voltam para a qualidade de vida, associada ao prazer, ao aspecto lúdico, à educação, ao bem-estar, bem como, a uma forte relação sociocultural com o corpo e o ambiente.

Albuquerque, D - Abordagem Didático-pedagógica do processo ensino-aprendizagem na Educação Física do Ensino Fundamental de 1ª à 4ª série

Instituição: Unesp- FCT- Depto de Educação Física

A Educação Física escolar é capaz de contribuir para o processo de construção dos conhecimentos e da formação dos alunos, pautada na autonomia e na emancipação do sujeito ético e moral, daí a importância de desenvolver um trabalho alicerçado nas recomendações contemporâneas da educação. Como disciplina sistematizada e regulamentada do componente curricular, atende as novas perspectivas educacionais, que preconiza o acesso a todos e a busca de uma formação mais completa, desprezando apenas a visão tradicional conteudista da escola. As diretrizes das linhas pedagógicas, mais recentes, para Educação Física, se fundamentam nos pressupostos teóricos trazidos pela Lei de Diretrizes e Bases da Educação Brasileira, 9394/96, que na sua proposta amplia o papel dos alunos na construção do conhecimento. Neste sentido, tomando consciência da relevância desta disciplina na formação integral do aluno, é significativo que os profissionais que atuam nas aulas de Educação Física, defendam os princípios que já estão legitimados nesta área. A presente proposta estabelece como meta primordial subsidiar e capacitar os professores do Ensino Fundamental Ciclo I e II, sobre a importância das atividades lúdicas e recreativas na práxis pedagógica da Educação Física, para tanto elencou os seguintes objetivos: oferecer subsídios teóricos e práticos dos fundamentos básicos na área da Educação Física aos professores de 1ª a 4ª série; oferecer estratégias na adequação do material didático disponível nas aulas de Educação Física; analisar as dificuldades oriundas do processo de formação inicial dos professores polivalentes em relação aos conteúdos da Educação Física escolar. Os professores polivalentes são responsáveis pelas aulas de Educação Física nas séries iniciais, porém, não possuem embasamento teórico/prático, para ministrar os conteúdos específicos desta disciplina, assim, transformam a práxis pedagógica em um momento de distração, para que esta realidade se transforme, o presente estudo busca levar os professores a repensar sua prática pedagógica quando tratam os conteúdos destas aulas. O projeto está sendo desenvolvido na Escola Municipal de Presidente Prudente Prof. Ditão e atende 300 crianças. Para atingir os objetivos traçados, foram utilizadas formas variadas de planejamento das ações, referenciadas nos pressupostos básicos que norteiam a práxis pedagógica da Educação Física, para tanto o embasamento teórico dos métodos de exposição e identificação, foram viabilizados pelas técnicas de estudos da pesquisa-ação. Este processo se encontra no centro do interesse didático, tendo em vista a relação da atividade física e educação em dois aspectos: o interesse pedagógico que deve possibilitar o desenvolvimento da capacidade de ação através da atividade física e para a atividade física e uma práxis pedagógica alicerçada na interdisciplinaridade. Os dados coletados indicam que deve haver por parte dos responsáveis pela escola a preocupação em atender um grupo heterogêneo, e assim propor atividades que venham ao encontro às expectativas dos alunos. Nesse sentido a Educação Física escolar, pode-se valer de suas atividades como recurso educativo, para incentivar a criticidade dos alunos, revelando a importância do movimento, não apenas técnico ou esportivizado, mas como instrumento de formação para a cidadania. Ao propor ações onde todos possam participar, de acordo com suas capacidades, valorizando ao máximo suas experiências e dando sentido às mesmas o professor estimula a participação do aluno como

agente transformador da sua realidade. A relevância deste estudo demonstra-se pela preocupação com a formação dos alunos e sua inserção no contexto social, como um agente participativo e transformador da realidade da sociedade contemporânea, para tanto é imperioso afirmar que as discussões e reflexões que cercam a formação profissional atrelada ao professor polivalente e especialista, em relação à educação física, precisam ser revistas e contextualizadas.

Apoio Trabalho: Núcleo de Ensino

Alencar, L.A.A.; Guimarães, L.V.; Rogatto, G.P.; Martínez-Espinosa, M.; Barros, M.B.A.; Pazdziora, A.Z. - Influência da atividade física e do comportamento sedentário sobre a estatura de escolares de Cuiabá - MT

Instituição: Centro Federal de Educação Tecnológica de Mato Grosso – CEFTE

A estatura é um dos melhores indicadores do estado de saúde da criança, refletindo as suas condições de vida no passado e no presente, podendo sofrer influência tanto de fatores genéticos quanto ambientais. Dos fatores ambientais, a atividade física se constitui num comportamento de grande importância para a promoção de um estilo de vida saudável em qualquer fase da vida. A relação entre o crescimento, maturidade e atividade física é muito complexa e requer uma abordagem multidisciplinar para seu entendimento. Estudos que envolveram crianças e adolescentes não indicaram que a atividade física leva ao aumento do crescimento, porém exercícios físicos extenuantes praticados por crianças podem prejudicar o crescimento longitudinal dos ossos, através do fechamento prematuro das epífises ósseas. As escolas constituem um espaço importante para a divulgação e o estímulo de hábitos saudáveis, dentre eles a prática de atividades físicas. Isso ocorre especialmente durante as aulas de Educação Física, onde as crianças e os jovens passam grande parte do tempo, o que pode condicionar os seus hábitos de atividade física. O objetivo do presente estudo foi verificar a influência da atividade física e do comportamento sedentário sobre a estatura de escolares. Trata-se de um estudo transversal com escolares de ambos os sexos na faixa etária entre 6 a 9 anos ($7,7 \pm 0,7$) da primeira série do ensino fundamental. A mostra foi de 1054 alunos de escolas das redes municipal ($N=598$), estadual ($N=331$) e particular ($N=125$) de ensino da área urbana do município de Cuiabá-MT. Os escolares foram submetidos à medida da estatura (expressa em centímetros). Obteve-se por meio de questionário pré-codificado, informações sobre a idade e o comportamento de atividade física da criança (horas/semana ou horas/dia que a criança realizava Educação Física na escola, andava de bicicleta ou brincava na rua). Questionou-se sobre o meio de locomoção utilizado para ir à escola. Questões sobre comportamento sedentário, envolvendo o tempo que a criança despendia assistindo à televisão ou em jogos de videogame ou em computador também foram realizadas. O questionário foi respondido pelas mães ou responsáveis pelas crianças por meio de entrevista. Foi elaborada inicialmente a estatística descritiva compreendendo cálculo das frequências absolutas, intervalo de confiança, médias e desvio-padrão (DP). Utilizou-se análise da variância múltipla, considerando os testes F e de Tukey, com nível de significância de 5%. Comparando a estatura dos escolares segundo atividade física, observou-se que escolares que não participavam das aulas de Educação Física na escola, apresentaram menor estatura ($122,94 \pm 5,83$), enquanto que aqueles que faziam essa atividade por um período de tempo menor que uma hora e trinta minutos por semana, apresentaram média de estatura de $125,00 (\pm 5,64)$. Verificando o tempo gasto com a atividade andar de bicicleta, constatou-se que a média de estatura ($125,17 \pm 5,45$) foi maior para quem despende de uma a cinco horas e trinta minutos por semana para essa atividade. Crianças que gastavam menos tempo com brincadeiras em casa ou na rua tinham em média maior estatura ($125,09 \pm 5,74$) e quando se deslocavam a pé para escola por menos que dez minutos, apresentavam um aumento em média na estatura ($125,23 \pm 6,15$) com diferença estatisticamente significativa ($p < 0,05$). Observou-se que em relação à variável horas de assistência à TV e a jogos de videogame ou computador, onde se empregava menos de duas horas a essa atividade, a média de estatura foi de $123,83 \pm 6,65$ e os escolares que assistiam à TV por duas horas ou mais possuíam média de estatura de $124,25 \pm 5,92$, porém sem significância estatística ($p > 0,05$). Com os resultados conclui-se que a atividade física interfere positivamente na estatura de escolares.

Alfredo, P. P.; Casarotto, R. A.; Anaruma, C. A.; Pião, A. C. S. - Estudo experimental dos efeitos da sonoforese com arnica montana sobre o processo de regeneração do músculo esquelético em ratos wistar

Instituição: Faculdade de Medicina da USP- FOFITO

O músculo esquelético possui a plasticidade muscular, respondendo a estímulos diversos. Em função da constante solicitação para as atividades de vida diária e atividades esportivas, é muito propenso a lesões, se adaptando as condições

impostas pelo meio. É importante que o tempo de recuperação de atletas seja o mais breve possível, pois o tempo de imobilização e inatividade pode causar prejuízos do ponto de vista quantitativo e qualitativo para músculo, tendões e articulações. O ultra-som (US) vêm sendo usado como importante meio terapêutico por profissionais da área de fisioterapia na recuperação de tecidos moles. O uso tópico de anti-inflamatórios não hormonais, em forma de pomada, creme e gel tem sido indicado no alívio de inflamações de tecidos. O US pode aumentar a penetração destas drogas através da pele, em relação à quantidade e a profundidade, técnica chamada de Sonoforese. É comum a utilização de arnica para traumas e patologias ligadas ao sistema músculo-esquelético, devido as suas propriedades analgésicas, anti-inflamatórias, anti-sépticas e cicatrizantes. Como a arnica vem sendo utilizada de forma significativa e nenhum estudo verificou a sua eficiência com o US, o objetivo deste trabalho é avaliar a eficiência da sonoforese com arnica montana na resolução da fase aguda da lesão muscular. **Materiais e Métodos:** Foram divididos aleatoriamente em 4 grupos, 40 ratos Wistar, machos, sedentários, pesando em média 300 ± 50 g, com 90 dias de idade: GRUPO I (Controle)- 10 ratos que sofreram lesão muscular, e não foram submetidos a nenhum tratamento; GRUPO II (US)- 10 ratos que sofreram lesão muscular, e foram tratados com Ultra-som com gel hidrossolúvel; GRUPO III (US/Arnica)- 10 ratos que sofreram lesão muscular, e foram tratados com Ultra-som e com gel de arnica; GRUPO IV (Arnica)- 10 ratos que sofreram lesão muscular, e foram tratados com massagem de gel de arnica. A lesão foi feita através de um corte com bisturi de 3 mm de largura por 3 mm de profundidade. Os animais, com exceção do grupo controle, receberam à aplicação do US uma vez ao dia, de 3 minutos por área de tratamento, durante 03 dias, com frequência de 1 MHz, $0,5 \text{ W/cm}^2$ de intensidade. O gel de arnica usado é comercializado pelo Herbarium Laboratório Botânico LTDA, formulado com a dose recomendada pela ANVISA. Os animais foram submetidos à eutanásia 04 dias após a lesão. O terço médio do músculo tibial anterior do membro posterior direito, dos grupos experimentais foi removido, crio-fixado em nitrogênio líquido e congelados. Cada série de corte forneceu três lâminas, que foram coradas com Hematoxilina Eosina para análise morfológica de células mononucleares, polimorfonucleares e do número total de leucócitos presentes no tecido muscular. Foi feita análise morfométrica onde se registrou as alterações morfofuncionais da lesão e foi determinada a densidade das células através de contagem de 10 campos por amostra, totalizando 100 campos por grupo experimental. A análise estatística foi feita através do teste de variância do tipo fatorial para as diferentes variáveis. **Resultados:** No teste de comparações múltiplas (Tukey) consideramos o nível de significância de 5%. Observamos que para a variável mononucleares, houve um aumento significativo ($p < 0,05$) nos grupos US, US/Arnica e Arnica quando comparados ao grupo Controle. Para a variável Polimorfonucleares, houve um aumento significativo ($p < 0,05$) no grupo Controle quando comparado aos grupos US e US/Arnica e uma diminuição significativa ($p < 0,05$) no grupo Arnica quando comparado aos demais. Para a variável leucócitos, houve um aumento significativo ($p < 0,05$) nos grupos US, US/Arnica e Controle quando comparados ao grupo Arnica. **Conclusão:** A massagem com o gel de arnica, levou a diminuição do número total de leucócitos confirmando sua ação anti-inflamatória, o US levou a um aumento do número total de leucócitos confirmando sua ação pró-inflamatória e a sonoforese com gel de arnica também atuou como pró-inflamatório.

Apoio Trabalho: Laboratório de Biodinâmica do Depto de Educação Física -IB-UNESP-Câmpus Rio Claro-SP

Almeida, G.T.; Rogatto, G.P. - Efeitos do método pliométrico de treinamento sobre a força explosiva, agilidade e velocidade de deslocamento de jogadoras de futsal

Instituição: LIEMEF - Universidade Federal de Mato Grosso – UFMT – Cuiabá

Em qualquer modalidade esportiva, a preparação física se torna essencial para o bom desempenho de um atleta e para a obtenção de resultados satisfatórios nas competições. As técnicas para o aperfeiçoamento do desempenho físico estão se tornando cada vez mais aprimoradas e estabelecer novos recordes tem sido cada vez mais difícil. Por isso, o planejamento do programa de treinamento físico deve ser específico, objetivando trabalhar os sistemas bioenergéticos do atleta de acordo com a exigência da modalidade por ele praticada. O método pliométrico, também conhecido como ciclo alongamento-encurtamento tem sido muito utilizado para o treinamento de atletas que realizam provas de alta velocidade ou em esportes que utilizam saltos como, por exemplo, salto em altura e em extensão, voleibol, basquetebol, entre outros. O futebol de salão (futsal) apresenta uma gama de ações motoras semelhantes ao futebol, o qual é caracterizado como um jogo atlético com elevada atividade motora. Neste esporte, os atletas realizam uma sucessão de esforços intensos e breves em ritmos diferentes, com um nível de exigência funcional muscular muito alto, como nas corridas, nos saltos, nas movimentações táticas e na técnica de condução de bola, solicitando desses atletas a mobilização máxima de suas capacidades funcionais, velocidade e força. O objetivo do presente estudo foi verificar os efeitos do treinamento de pliometria sobre a força explosiva, a agilidade e a velocidade de deslocamento de jogadoras de futsal. Fizeram parte da amostra 16 adolescentes (idades entre 13 e 15 anos) praticantes de futsal que foram distribuídas em dois grupos: grupo controle (GC) e grupo experimental (GE). As integrantes do GE foram submetidas a um programa de treinamento pliométrico, caracterizado por saltos em profundidade. Os exercícios utilizados durante o treinamento pliométrico também envolveram saltos horizontais (para frente), saltos verticais (no lugar), combinações de saltos horizontais e verticais, saltos com deslocamentos laterais,

saltos laterais no lugar, deslocamento com afundo, “hops”, “steps” e saltos sobre bastões de madeira. O programa de pliométrica foi realizado em sessões de 30 minutos, duas vezes por semana e durante quatro semanas como complemento do programa habitual de treinamento físico. No início e ao final do estudo as atletas foram submetidas a testes para avaliação da impulsão vertical (IV), impulsão horizontal (IH), agilidade (AG), e velocidade de deslocamento (VD). Os resultados dos testes físicos foram analisados estatisticamente por ANOVA com nível de significância pré-fixado em 5%. As integrantes do grupo submetido ao treinamento pliométrico (GE) apresentaram melhora no desempenho dos testes de IH (GC: pré-teste: 133,1±15,4; pós-teste: 132,0±16,2 cm; GE: pré-teste: 148,5±21,5; pós-teste: 163,4±17,8 cm) e de AG (GC: pré-teste: 13,0±0,5; pós-teste: 13,7±1,1 s; GE: pré-teste: 13,6±0,8; pós-teste: 11,6±0,5 s). O treinamento físico não modificou a IV (GC: pré-teste: 32,3±12,2; pós-teste: 30,7±10,3 cm; GE: pré-teste: 33,1±9,2; pós-teste: 34,9±14,2 cm) bem como a VD (GC: pré-teste: 7,54±1,2; pós-teste: 7,98±2,13 cm; GE: pré-teste: 7,54±1,82; pós-teste: 7,64±2,08 s) das atletas. Concluiu-se que um programa de quatro semanas de treinamento pliométrico não modifica a impulsão vertical e a velocidade de deslocamento de jogadoras de futsal. Contudo, este tipo de exercício melhorou a impulsão horizontal e a agilidade das jogadoras, mostrando-se uma interessante ferramenta para o treinamento de atletas de futsal.

Almeida, P.B.L.; Silva, V. - Disposição do tecido adiposo subcutâneo: Parte II: Homens

Instituição: Faculdade de Educação Física da Associação Cristã de Moços d

A técnica de espessura de dobras cutâneas é um dos principais métodos de avaliação física. A análise desta técnica é feita através da disposição do tecido adiposo subcutâneo em várias regiões anatômicas ou em equações de regressão, a fim de prever a densidade e/ou gordura corporal. As medidas de espessura das dobras cutâneas estão alicerçadas na observação de que grande proporção da gordura corporal se encontra no tecido subcutâneo. Considerando as diferenças sexuais, quanto ao conteúdo e disposição de gordura corporal, este trabalho foi separado em duas partes. Assim, o objetivo da parte II foi analisar a disposição do tecido adiposo subcutâneo em homens. Uma amostra de 307 homens foi constituída, com idades entre 10 e 73 anos. Os sujeitos avaliados eram universitários da FEFISO e sócios da ACM – Sorocaba. Visando a maior precisão quanto à formação dos grupos etários, a idade cronológica foi determinada de forma centesimal. Os grupos etários foram formados por décadas da seguinte forma: < 19,49 (G19); de 19,50 a 29,49 (G29); de 29,50 a 39,49 (G39); de 39,50 a 49,49 (G49); 49,50 a 59,49 (G59); > 59,50 (G60). A coleta da espessura das dobras cutâneas seguiu a padronização de GUEDES & GUEDES (1991). Nomeadamente utilizaram-se as dobras da região subescapular (SE), tricipital (TR), bicipital (BI), axilar média (AM), abdominal (AB), supra-iliaca (SI), coxa (CX) e perna medial (PM), totalizando 8 dobras cutâneas (Σ8DC). Após a coletada das informações, cada dobra foi analisada separadamente por valores absolutos, em mm e relativos, corrigidas por cento da Σ8DC – apresentado entre parênteses. Para a análise estatística foi utilizado média e desvio padrão, além de ANOVA one-way (p ≤ 0,05). Seguindo a ordem de apresentação na metodologia, as dobras cutâneas apresentaram os seguintes valores para G19: 12,94 ± 5,78 (12,51 ± 2,79); 11,64 ± 5,22 (11,08 ± 1,97); 6,15 ± 3,65 (5,88 ± 2,10); 11,02 ± 5,56 (10,24 ± 1,50); 19,51 ± 10,54 (17,60 ± 3,29); 16,75 ± 9,28 (15,12 ± 2,86); 17,25 ± 7,65 (16,33 ± 2,89); 11,59 ± 5,16 (11,24 ± 2,63) e a Σ8DC foi 106,86 ± 48,13. Para G29: 15,69 ± 7,46 (14,28 ± 2,99); 11,06 ± 5,70 (9,83 ± 1,92); 5,72 ± 3,52 (5,07 ± 1,03); 12,86 ± 7,35 (11,11 ± 2,32); 21,34 ± 12,64 (17,97 ± 3,57); 19,03 ± 11,27 (16,10 ± 3,27); 17,99 ± 9,24 (15,91 ± 3,51); 10,97 ± 5,94 (9,74 ± 2,31) e a Σ8DC foi 114,66 ± 58,12. Para G39: 20,40 ± 8,66 (13,98 ± 2,73); 12,81 ± 5,20 (8,84 ± 2,02); 6,43 ± 2,64 (4,42 ± 0,80); 17,60 ± 7,86 (11,74 ± 2,05); 30,38 ± 12,36 (20,29 ± 2,89); 27,12 ± 11,40 (18,20 ± 3,12); 21,74 ± 9,25 (14,87 ± 3,46); 11,04 ± 4,99 (7,65 ± 2,31) e a Σ8DC foi 147,53 ± 55,26. Para G49: 22,45 ± 7,09 (15,11 ± 2,56); 12,17 ± 4,48 (8,13 ± 1,89); 7,45 ± 2,81 (4,98 ± 1,21); 18,89 ± 6,69 (12,43 ± 1,81); 32,54 ± 9,57 (21,96 ± 3,32); 26,61 ± 10,00 (17,54 ± 2,96); 20,41 ± 7,86 (13,47 ± 2,52); 9,70 ± 4,15 (6,37 ± 1,51) e a Σ8DC foi 150,24 ± 44,76. Para G59: 24,64 ± 9,63 (15,93 ± 3,76); 11,86 ± 4,26 (7,75 ± 2,14); 6,98 ± 2,66 (4,45 ± 0,81); 20,25 ± 8,32 (12,78 ± 2,19); 33,45 ± 11,70 (21,36 ± 3,08); 26,41 ± 9,71 (16,79 ± 2,57); 21,28 ± 7,75 (13,70 ± 3,44); 11,24 ± 5,19 (7,25 ± 2,70) e a Σ8DC foi 156,11 ± 48,32. Para G60: 25,06 ± 11,30 (14,65 ± 2,80); 12,58 ± 4,22 (7,74 ± 1,85); 9,28 ± 4,11 (5,39 ± 1,13); 22,40 ± 9,73 (13,07 ± 1,89); 35,37 ± 11,31 (21,83 ± 4,56); 28,53 ± 14,24 (16,20 ± 3,59); 21,37 ± 8,61 (12,89 ± 2,72); 13,18 ± 6,05 (8,22 ± 3,26) e a Σ8DC foi 167,77 ± 58,61. Conclui-se que em termos absoluto as dobras SE, AM, AB e SI apresentaram um crescimento ascendente; BI e CX apresentaram um crescimento moderado; TR e PM não se alteram com o aumento da idade. Porém, em termos relativos a Σ8DC as dobras SE, AM e AB cresceram moderadamente; BI e SI não se alteraram; CX decresceu moderadamente; TR e PM decrescem de maneira mais acentuada. A Σ8DC cresceu ascendentemente.

Alves, C.M.C.; Hunger, D.; Alves, R.C. - Código brasileiro de justiça desportiva: alcance, conhecimento e aplicabilidade

Instituição: Unesp-FC-Depto de Educação Física

Direito Desportivo (DD) exerce fundamental importância no desporto nacional, onde muitas são as influências públicas e privadas geradas pela grande movimentação financeira. Toda modalidade esportiva está submetida às regras do DD, assim como, toda prática esportiva, seja ela formal ou não-formal, profissional ou não-profissional. A aplicação do DD possui grandes dimensões, já que, incide desde campeonato escolar a campeonato nacional, o que evidencia a importância de seu conhecimento pelos profissionais atuantes no campo esportivo. O objetivo desta pesquisa foi investigar as infrações cometidas em competições esportivas por atletas, técnicos e dirigentes na Região de Bauru, nos anos de 2000 a 2004, caracterizar os envolvidos quanto à idade, sexo, formação educacional, tempo de atuação na função e conhecimento referente à legislação desportiva, bem como apresentar uma síntese didática dos conteúdos do DD. Para a realização desta investigação utilizamos as técnicas de revisão bibliográfica, documental e entrevistas semi-estruturadas. Foram analisados 1283 processos e entrevistadas 42 pessoas. Encontramos que nesse período, em média, os atletas foram responsáveis pela instauração de 70% dos processos, os técnicos 8%, aos massagistas 5% e aos dirigentes 13%. Cabe destacar a grande quantidade de processos analisados no período e a enorme quantidade de processos instaurados por agremiação. E, ainda, enquadrados nos artigos que referem-se à violência verbal e física. Verificamos em relação à idade cronológica uma média de 35 anos e quanto ao sexo dos entrevistados encontramos 69% do sexo masculino e 31% do feminino. Desse total, encontramos que todos são ou foram estudantes e já desenvolvem algum tipo de modalidade esportiva por mais de 10 anos. A maior incidência (25%) recaiu sobre aqueles que possuem 16 anos na função, seguido de 19%, com 20 anos e com a mesma incidência (10%) com 12 e 13 anos na função, respectivamente. Pela análise, constatamos que a Justiça Desportiva ainda se demonstra distante daqueles que integram a comunidade esportiva. A técnica legislativa foi alvo de críticas ante a falta de formação específica de grande parte dos entrevistados. Fato comprovado pelo despreparo dos profissionais que integram a comunidade esportiva. Esse despreparo aparente reflete na aplicabilidade das regras desportivas, que se tornam alvo de dúvidas daqueles que se sentem injustiçados com as decisões proferidas. Saliencia-se que em relação ao nível de escolaridade dos participantes, todos os entrevistados são ou foram estudantes. Por todo o exposto, partindo-se do princípio que toda competição está sujeita às regras desportivas e de que esta prática esportiva está sujeita ao acompanhamento de um profissional formado em Educação Física (EF), encontra-se como alternativa para reduzir a distância entre a Justiça e os participantes de competições o conhecimento das regras desportivas pelo profissional de EF, fato este, que poderá ser suprido pela inserção de disciplina específica na grade curricular dos Cursos de Educação Física. Considerando que a realidade jurídica pode ser contemplada, fundamentalmente, de duas perspectivas diversas, ou seja, teoricamente (modo de conhecê-la) e tecnicamente (modo de operá-la), é preciso ter-se sempre o aspecto da interdisciplinariedade, a fim de que o fenômeno jurídico seja compreendido como um todo. Sugere-se afastar os tabus e destruir os vícios históricos, pois não se pode mais ficar indiferente e alheio à relevância do desporto que, com seu fascino, seus mitos e sua magia, desenfreia paixões e estimula a fraternidade que enlaça pretos, brancos, ricos e pobres. É o desporto, que não raro, funde, emocionalmente, em blocos monolíticos, cidades e campos, espargindo valor humano e expansões cívicas por esses brasis imensos, constituindo-se um dos mais poderosos fatores de interação nacional, daí porque a dimensão jurídica do desporto não pode persistir inestimada.

Alves, L.F.V.A.; Oliveira, B.F.O.; Secchis, I.S.; Zanin, M.O.Z. - Qualidade de vida para mulheres da meia idade que praticam ginástica

Instituição: UNORP

A ocorrência da maioria das doenças está relacionada com o que as pessoas comem e bebem, com suas atividades diárias e seu ambiente físico e social. O estilo de vida moderno, decorrente dos avanços tecnológicos, tem contribuído para o sedentarismo e todas as conseqüências decorrentes da inatividade física para a saúde. Não é novidade dizer que com o passar do tempo os seres humanos começam a envelhecer gradualmente, perdendo alguns movimentos e capacidades funcionais do organismo. Porém, para retardar este processo, a atividade física pode e deve ser um caminho eficaz no retardamento da perda das habilidades e capacidades motoras. Esse estudo teve como objetivo traçar as possíveis contribuições que a ginástica permite para a melhoria da qualidade de vida de mulheres da meia idade, uma vez que essas caminham para transformações drásticas, tanto nos aspectos psicossociais como fisiológicos. Para tanto, utilizou-se como metodologia uma pesquisa bibliográfica (livros e artigos científicos) sobre os benefícios que a ginástica pode trazer para as mulheres, em especial, àquelas que se encontram no período caracterizado como meia idade. Observamos que a atividade física é indispensável na vida humana, retardando o quadro de patologias que ocorrem devido ao avanço da idade, ou seja, contribuindo para um envelhecimento saudável, com maior expectativa de vida. Com a chegada da menopausa, alterações hormonais, como a queda de estrogênios, podem contribuir para a osteoporose, pois os estrogênios inibem a reabsorção óssea durante o processo de crescimento e maturidade. A estimulação do exercício físico pode, nessa perspectiva,

contribuir no aumento da massa óssea e muscular, no alívio de tensões emocionais (tornando menores os riscos para diversas doenças crônicas), na melhora da composição sanguínea, na redução da pressão arterial. Os exercícios físicos propiciam aumento de HDL (colesterol bom) no sangue, diminuindo o depósito de gordura nas paredes dos vasos do coração, o que pode ocasionar o infarto; permite o fortalecimento dos músculos, colaborando na sustentação e no fortalecimento do corpo. Desse modo, estar bem consigo mesma, esteticamente, psicologicamente e livre de doenças são algumas das características permitidas pela prática de ginástica, promovendo, portanto, um aumento de respostas favoráveis e contribuindo para um envelhecimento saudável, para uma promoção e manutenção da saúde, melhorando, assim, a qualidade de vida.

Alves, M. M. A. R.; Hara, T.; Matsushigue, K. A. - Influência do tipo de recuperação sobre o desenvolvimento da potência em esforços repetidos de seis segundos

Instituição: PUC - PR - Grupo de Pesquisa em Rendimento esportivo

Introdução: Embora, seja conhecida a influência da recuperação ativa sobre a concentração sanguínea de lactato, a influência desta recuperação sobre o desempenho subsequente tem se apresentado controverso; sobretudo em atividades intermitentes que envolvem blocos de esforço de curta duração. Nestes períodos de esforços há uma importante depleção da Creatina Phostafa (CP), sendo que ainda não é conhecida a influência da atividade física de baixa intensidade sobre a sua taxa de ressíntese durante os períodos de pausa. Alguns estudos observaram que a recuperação ativa resulta em melhor manutenção do desempenho; em contra partida, outros estudos observaram um melhor desempenho quando utilizada a recuperação passiva pela desoxigenação que na recuperação passiva é mais lenta do que na recuperação ativa, e isso implica em uma maior disponibilidade de Oxigênio, que por sua vez, é importante para a ressíntese da CP. Outros estudos ainda, reportaram que não há diferença no desempenho entre os tipos de recuperação. Objetivo: Comparar o desempenho durante exercícios intermitentes entre as situações de recuperação ativa e de recuperação passiva durante os blocos de esforço de curtíssima duração e intensidade máxima. Metodologia: Foram avaliados 10 jovens fisicamente ativos do sexo masculino que foram submetidos a dois testes em cicloergômetro de membros inferiores (CEFISE e programa Ergometric 6.0). Cada teste foi composto de 10 blocos de 6 segundos de esforço de intensidade máxima com carga de 7,5% da massa corporal, intercalados por 18 segundos de pausa passiva (RP) ou ativa (RA). Na RP, o sujeito permaneceu sentado no ciclo e na RA, o sujeito manteve 60 rotações por minuto durante 16 segundos de pausa com uma carga de 1 Kp, nos dois últimos segundos o sujeito parou para iniciar o bloco de esforço seguinte. A seqüência dos testes foi aleatória, porém respeitando um intervalo de no mínimo 24 horas e no máximo 14 dias entre os testes. Para a comparação entre os tipos de recuperação e entre blocos foi realizada a Anova para medidas repetidas, considerando a análise de esfericidade. Foi adotado o nível de significância de 5%. Quando observada diferença em um dos fatores foi realizado post-hoc de Tukey. Resultados: O PP (Pico de Potência) da recuperação Ativa foi de $8,3 \pm 1,1$ w.kg-1, enquanto que o PP da recuperação Passiva foi de $7,9 \pm 0,9$ w.kg-1, a PM (Potência Média) da recuperação Ativa foi de $5,9 \pm 0,7$ w.kg-1, enquanto que o PM da recuperação Passiva foi de $6,1 \pm 0,7$ w.kg-1. Não houve diferença estatisticamente significativa entre os dois tipos de recuperação tanto para o PP ($p=0,43$), quanto para a PM ($p=0,50$). O IF (Índice de Fadiga) da recuperação ativa ($3,3 \pm 0,9$ w.kg-1) não foi significativamente diferente ($p=0,42$) do IF na RP ($2,9 \pm 1,1$ w.kg-1). Independente do tipo de recuperação foi observado, no geral, que os PPs nos Blocos de 1 a 6 foram significativamente maiores ($p=0,01$) que às observadas nos Blocos 8, 9 e 10. Para PM isso também foi observado, porém nos blocos de 1 a 4 foram significativamente maiores do que os blocos 7, 8, 9 e 10 ($p=0,01$). Esses resultados demonstram que há uma queda da produção de potência ao longo dos blocos, independente do tipo de recuperação, tanto para potência média, quanto para o pico de potência, indicando a ocorrência de processos de fadiga. Conclusão: Não há interferência do tipo de recuperação no desenvolvimento da Potência de Pico, da Potência Média e do Índice de Fadiga durante blocos repetidos de intensidade máxima e curtíssima duração.

Apoio Trabalho: *Bolsista PIBIC - Grupo de Pesquisa em Rendimento Esportivo - PUC PR

Anselmo de Oliveira, C.; Fenalti, R.C.S. - Lazer e adolescência: o que está sendo vivenciado?

Instituição: Centro Universitário Central Paulista - UNICEP São Carlos

Pode-se perceber que mesmo nos dias atuais há inúmeras interpretações para o significado de lazer, sendo estes classificados de acordo com cada cultura e meio social. No entanto, é consenso que lazer e tempo livre possuem relação

com satisfação e prazer, além dos aspectos relacionados ao crescimento e desenvolvimento pessoal do indivíduo ou de um grupo de pessoas. São inúmeras as atividades praticadas e ou vivenciadas com o objetivo de proporcionar descanso, diversão e desenvolvimento humano ao praticante, mesmo este sendo ou não o elemento principal da ação. Todas as atividades que se relacionam com o lazer, foram classificadas por áreas de interesses (conteúdos culturais do lazer) para uma melhor compreensão de sua influência no desenvolvimento humano. Desta forma, entendendo os aspectos conceituais e significativos a respeito do lazer, a Educação Física escolar possui grande importância neste processo, porque nesta disciplina torna-se possível desenvolver a educação voltada para e pelo o lazer como meio de desenvolvimento através do prazer. Portanto, este estudo tem como objetivos: relacionar quais atividades são vivenciadas pelos adolescentes, fora do âmbito escolar; averiguar o que está chamando mais a atenção dessa população no século XXI, em relação aos conteúdos culturais do lazer; verificar qual o conceito que possuem sobre o lazer, bem como, a importância que é dada às atividades vivenciadas no tempo livre também, tentou verificar a importância das aulas de Educação Física para a vida de cada participante. Para realizar esta pesquisa qualitativa, foi utilizado como instrumento de coleta de dados um questionário misto, o qual foi aplicado em 60 alunos com idade entre 12 a 15 anos, sendo 30 alunos da 7ª e 30 da 8ª série do Ensino Fundamental. Para a interpretação dos resultados foi utilizada a Técnica de Análise de Conteúdo (Bardin, 1977). Os principais resultados indicaram que é certa a importância das atividades vivenciadas de final de semana no conceito dos sujeitos da pesquisa, porém essas atividades não são relacionadas ao seu desenvolvimento pessoal/social e não há uma concepção sobre estar passando por um processo de educação por essas vivências, sendo que a grande importância vista no estudo está direcionada a melhora da saúde e prevenção de doenças, podendo até ser vestígios da educação física higienista que valorizava a busca pela saúde e prevenção de doenças. Sobre quais os Conteúdos Culturais do Lazer são mais vivenciados pelos adolescentes, percebe-se em ordem de importância de acordo com os resultados do estudo são: Sociais, Físicos, Intelectuais, Virtuais, Artísticos, Manuais e Turísticos. Um Conteúdo Cultural emergente é o Virtual que ficou em 4º lugar na pesquisa e tende a crescer cada vez mais devido ao contínuo avanço tecnológico pelo qual vivemos atualmente, e que houve o desinteresse pelos momentos proporcionados pelos Conteúdos Artísticos, Manuais e Turísticos e pela diferença vista nos resultados aos demais conteúdos culturais do lazer, provavelmente, tendem cada vez mais serem menos vivenciados. É dada ainda grande importância pelos adolescentes às atividades e vivências que proporcione a integração e o convívio entre as pessoas, em seguida as práticas esportivas, mais direcionada para esportes como: futebol/futsal, voleibol, basquetebol. Estes resultados foram verificados na população deste estudo, podendo haver resultados diferentes se esta pesquisa for realizada em outra população.

Aquino Junior, A. E.; Okada, G. T.; Galdino da Silva, R.; Duarte, A. C. G. O. - Perfil antropométrico de atletas universitárias de futsal feminino da UFSCar

Instituição: UFSCar

O esporte universitário tem crescido muito nos últimos tempos no Brasil. No Estado de São Paulo o esporte universitário é cada dia mais disputado. A exemplo disso foi criada a Federação Universitária Paulista de Esportes (FUPE), a entidade máxima do esporte universitário no Estado de São Paulo à cerca de 72 anos que promove todo ano dois campeonatos, o JUP'S e o JUSP'S. Muitos atletas renomados já disputaram jogos universitários, um exemplo é o medalhista olímpico Aurélio Miguel. Considerando que este atleta já participou dos jogos brasileiros universitários e das Universíadas, espécie de olimpíadas de universitários. A Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) tendo o conhecimento destes campeonatos, inscreveu seus times para competirem. O time de futsal feminino da UFSCar foi o primeiro time a disputar o campeonato da FUPE no ano de 2002. Desde então acumularam bons resultados chegando já no ano de 2002 à Série Ouro, a principal divisão do esporte universitário do Estado de São Paulo. No primeiro semestre de 2004 o time se encontrava na Série Prata e acabou por ser rebaixada para a Série Bronze, todavia no segundo semestre de 2004 a equipe disputou a Série Bronze e sagrou-se campeã. O Futsal atualmente é um esporte que exige muito preparo físico a fim de levar o grupo de atletas a uma ótima performance dentro de quadra. O objetivo deste estudo foi averiguar o perfil antropométrico das atletas que disputaram o campeonato promovido pela FUPE do ano de 2004. Em 2004 realizamos os testes de composição corporal em 12 atletas. Averiguamos massa corporal (kg), estatura (metros), idade, índice de massa corporal (IMC) e percentual de gordura. Utilizamos uma balança da marca Toletto modelo 2096-PP com precisão de 0,50 kg, com um estadiômetro anexada à ela. Para a verificação do percentual de gordura foi utilizado o protocolo de dobras cutâneas de GUEDES & GUEDES. O time de 2004 apresentou uma massa corporal de 57,60 kg \pm 8,89, com uma estatura média de 1,61 m \pm 0,08 e IMC de 22,20 kg/m² \pm 2,74. A média de idade deste grupo de atletas foi de 20 anos \pm 1,86 e a média de percentual de gordura foi de 25,46% \pm 2,93. No grupo de 2004 contávamos com duas goleiras, três fixas, duas pivôs e cinco alas. O grupo treinava de três a quatro vezes por semana incluindo treino físico e tático. Os treinos eram realizados no horário do almoço ou no final da tarde, por ser os únicos horários em comum que as atletas tinham disponíveis para treinar. Devemos ressaltar que essas atletas são universitárias e, portanto em diversas oportunidades faltavam aos treinos

para se dedicar aos estudos, em função do fato de estudarem numa universidade pública, no qual o principal objetivo de toda e qualquer universitária é estudar.

Araújo Neto, D.E.; Bratfische, S.A. - Revelação de talentos esportivos na Educação Física: um olhar no contexto escolar

Instituição: Academia de Ensino Superior de Sorocaba

Revelação de Talentos Esportivos Na Educação Física: Um Olhar No Contexto Escolar Araújo Neto, D.E; Bratfische, S.A. Academia de Ensino Superior de Sorocaba Pressupõe-se que a Educação Física escolar, seja uma das grandes oportunidades para que se descubra um talento esportivo. Vale ressaltar, para uma posterior linha de raciocínio, que se deve ter conhecimento dos reais objetivos desta disciplina na área escolar, onde as prioridades (das quais não entraremos no mérito, ao menos no presente estudo), são distintas, e o foco se distancia ao máximo do esporte de rendimento. É provável que as aulas de Educação Física contribuam para o surgimento de “talentos esportivos”, advindos de um processo espontâneo, ou seja, dentro de um esquema considerado natural, nas mais diferentes modalidades esportivas. É durante a fase escolar que o indivíduo desenvolve-se, conhece a si mesmo e o meio em que vive, sendo assim, sem um parâmetro bem fundamentado se torna difícil, para o profissional desta área, garantir o futuro sucesso de um aluno que tenha se destacado em suas aulas, isso porque, durante esse período o aluno sofrerá uma série de variações em seu desenvolvimento que possivelmente irá sofrer interferência (positivamente ou negativamente) no desenvolvimento atlético entre outros. Diante desse fato, infere-se que a escola tem possibilidades de no decorrer de suas aulas de Educação Física, ser um facilitador nesse processo, identificando, encaminhando e orientando, de forma consciente e segura o talento esportivo. O referido tema nos leva a uma reflexão com relação a velhos paradigmas direcionados a descoberta de talentos esportivos, pretende-se não entrar nas problemáticas do fato de o Brasil ser um país de terceiro mundo, onde apenas uma em cada seis crianças ou jovens praticam alguma atividade esportiva (segundo dados da Organização das Nações Unidas, a média mundial é de uma a cada três crianças ou jovens). Mediante os fatos objetiva-se com este estudo, analisar como vem sendo tratada a questão da identificação e encaminhamento de talentos esportivos oriundos do âmbito escolar, se o fato se concretiza, pretende-se analisar qual a contribuição do professor de educação física escolar, e como acontece essa intervenção. Para a viabilização desta pesquisa utilizou-se como instrumento de coleta de dados um questionário destinado a 7 (sete) professores da rede de ensino de Sorocaba, verificou-se que 86% dos professores entrevistados incentivam seus alunos, proporcionando-lhes a participação em campeonatos esportivos diversos contudo a participação visa a socialização e integração dos mesmos. Somente 57% dos entrevistados possuem turmas de treinamento contra 43% que não as formam devido a fatores administrativos. Um dado significativo foi que 72% dos entrevistados não possuem conhecimento das políticas públicas de incentivo ao esporte. Entre os professores que afirmam conhecer, quando indagados sobre o assunto, mostram-se confusos demonstrando incertezas. Quando questionados sobre quais procedimentos se utilizam ao depararem com um aluno que se destaca durante as aulas, 57% dos entrevistados orientam-os a procurarem clubes e equipes de treinamento e 43% não dispensam nenhuma orientação a esse respeito. Os entrevistados em conversa informal declaram a falta de apoio, por parte da direção das escolas, alegando que a Educação Física no contexto escolar no que tange a recursos fica em segundo plano. Consideramos após pesquisa que, atualmente a escola não vem apresentando uma contribuição relevante no que diz respeito à descoberta de novos talentos. A orientação é insuficiente, e o encaminhamento pouco significativo. Vale ressaltar a importância de uma formação continuada do professor de Educação Física, que vise não somente o aprimoramento do potencial atlético dentro do âmbito escolar, mas sim que contribua para a aquisição de conhecimentos a respeito dos aspectos cognitivos, motores e afetivo-sociais dos alunos.

Apoio Trabalho: Academia de Ensino Superior de Sorocaba

Araújo, E. M. - Histologia da musculatura diafragmática de ratos diabéticos

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

O Diabetes Mellitus é uma doença crônica que possui como principal característica a deficiência total ou parcial de insulina ou ainda a ineficiência na ação periférica deste hormônio. Nela está presente um grupo de enfermidades metabólicas caracterizadas por hiperglicemia. Trata-se de uma complexa doença na qual coexiste um transtorno global do metabolismo dos carboidratos, lipídios e proteínas. Diabetes Mellitus tipo-I promove alterações metabólicas e bioquímicas, que podem ser acompanhadas por prejuízos morfológicos em diversos tecidos. A atividade física por outro lado, é reconhecida como um fator fundamental para o controle e prevenção do diabetes. Tendo isto em vista, este estudo teve como meta investigar os prejuízos histológicos promovidos pelo diabetes experimental sobre o tecido muscular diafragmático, bem como avaliar os efeitos do treinamento físico moderado sobre a recuperação dessas alterações morfológicas. Para tanto, ratos Wistar

foram distribuídos em 4 grupos, controle (CS), controle treinado (CT), diabético (DS) e diabético treinado (DT). O diabetes foi induzido por aloxana monoidratada Sigma (35mg/kg de peso corporal i.v.) dissolvida em tampão citrato 0,01M, pH 4,5. O programa de treinamento consistiu em natação por 60 minutos diários, 5 dias por semana, durante 6 semanas consecutivas. Após o sacrifício dos animais, foram colhidas amostras do diafragma para a realização de técnicas histológicas. Para a histologia de rotina, os cortes foram corados com Hematoxilina e Eosina (HE). Para os teste de histoquímica os cortes foram corados com P.A.S. (carboidratos), Picrossirius (fibras colágenas), Resorcina-Fucsina (fibras elásticas) e Xylidine-Ponceau (proteínas totais). Nesse estudo não se observou diferença histológica entre os treinados e os sedentários na histologia de rotina. Na técnica histoquímica de P.A.S notou-se uma reação mais intensa nos contatos entre as fibras musculares (endomísio e perimísio), porém nas fibras musculares propriamente ditas a reação foi inexpressiva. Na técnica histoquímica utilizando Picrossirius-Red a reação foi intensa tanto no endomísio como no perimísio, sendo esta última região a mais intensa, em virtude do maior acúmulo de colágeno. Na técnica histoquímica utilizando Resorcina-Fucsina não houve detecção de fibras elásticas nem no endomísio nem no perimísio. Como controle temos as regiões de vasos sanguíneos que ficaram intensamente marcados. Na técnica histoquímica Xilidine-Ponceau mais uma vez foi notada reação mais intensa no endomísio e no perimísio. Em todas as técnicas realizadas a musculatura diafragmática mostrou-se rica em espaços “vazios” por entre as fibras musculares dos ratos diabéticos. Notou-se que no endomísio foi onde ocorreram maiores alterações, mostrando reações mais fracas nos ratos DT, em várias técnicas utilizadas. Nos grupos diabéticos, foi possível perceber que na organização dos feixes de fibras musculares ocorre a presença de espaços vazios entre as miofibrilas. Estes espaços sugerem a remoção e/ou a separação das miofibrilas, dando a impressão de estarem vacuolizadas.

Arins, F. B.; Rosendo Silva, R. C. - Gasto calórico de atletas de futsal maculino em treinamentos coletivos

Instituição: Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

Introdução: O valor do gasto calórico da atividade é fundamental para o equilíbrio energético do atleta. Objetivo: Estimar o gasto calórico de atletas de futsal masculino da categoria adulto de uma equipe profissional da cidade de Florianópolis - SC durante os treinamentos coletivos, de acordo com a posição tática desempenhada (goleiro, fixo, alas e pivô). Metodologia: A amostra da pesquisa foi composta pelos cinco jogadores titulares (23,9±3,0 anos, 74,1±8,6 kg, 178,6±8,9 cm, 10,2±1,5 % de gordura corporal e 52,6 ml/kg/min de consumo de oxigênio). Os atletas tiveram sua FC mensurada minuto a minuto com um monitor modelo Polar S610i® durante os treinamentos coletivos da equipe. Foram avaliados quatro treinamentos coletivos com duração de 20 minutos para desenvolvimento deste estudo. Os treinamentos coletivos fizeram parte do período de preparação para as partidas da divisão especial do Campeonato Catarinense de Futsal, organizado pela Federação Catarinense de Futsal. O gasto calórico do indivíduo foi estimado de maneira indireta a partir da equação de regressão linear entre os valores de FC e gasto calórico obtidos no teste ergoespirométrico (TEEM-100) em esteira. Resultados: Os valores médios de gasto calórico apresentados para alas e fixo foi de, 304,1±62,1 kcal (15,3 kcal/min), o pivô, entre os jogadores de linha, apresentou valores menores de, 240,9±29,7 kcal (12 kcal/min), enquanto que o valor de gasto calórico encontrado para o goleiro foi de 84,2±40,2 (3 kcal/min) kcal. Conclusão: Os valores de gasto calórico encontrados no presente estudo são compatíveis com outros estudos referentes ao futebol. Porém, como as regras oficiais de futsal não permitem o uso de qualquer tipo de objeto, considerado pelo árbitro, como perigoso ou nocivo à prática do desporto, as coletas de dados foram realizadas em treinamentos coletivos e, portanto, em condições diferentes da situação real das partidas.

Azevedo Voltarelli, F.A.V.; Barbosa de Araújo, M.B.V.; Ribeiro, C.R.; de Barros Manchado, F.B.M.; Soares de Alencar Mota, C.S.A.M.; Bianchi, J.B.; Marin-Morales, M.A.; Mello, M.A.R. - Strength physical training, insulin and body fat of rats

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Insulin works in synergy with steroids. Steroids spawn new muscle whereas insulin, in trained human subjects, inhibits catabolism in muscle and liver by increasing the synthesis of glycogen and proteins, promotes the entry of glycogen and amino acids into muscle cells and reduces the fat accumulation. Insulin abuse in body builders is an increasing problem. However, studies involving animal models, which allow more accurate results, and strength physical training, to elucidate the effects of chronic hyperinsulinaemia lacks in the literature. The aim of the present study was to investigate the effects

of strength physical training, associated to chronic insulin administration, on total body fat stores of Wistar rats. The animals were separated at random into 4 groups (n=10/group): Trained Insulin (TI): insulin administration from 90 to 180 days of age; Trained Control (TC): did not receive treatment during all the experiment; Sedentary Insulin (SI): insulin administration from 90 to 180 days of age; Sedentary Control (SC): did not receive treatment during all the experiment. Simple Insulin (slow action), 30mU/100g of body weight, subcutaneous, was administered 3 times/week (alternated days), during 12 weeks, in the morning (8:00am), preventing hypoglycemia in the moment of training, which was effectuated in the afternoon period (2:00pm). The animals of TI and TC groups were submitted to a strength physical training program that consisted of jumps in tank (PVC tubes - 250mm of diameter) with water, supporting overloads equivalent to 50% of body weight of each animal. The training session consisted of the accomplishment of 4 series of 10 jumps with 1 minute of rest between series, during 12 weeks, 5 days/week. The animals were weighed 1 time/week during all experiment. At the end of the experiment, the rats were killed by decapitation (biological material collection) for determination of total weight of fat tissues: a) mesenteric; b) epididimal and c) subcutaneous. The body weight gain (g) was lower in TI group (44.3±21.1) if compared to SI (71.3±24.5) and SC (71.7±18.6) groups. There was not difference between TI and TC (54.0±23.4) groups. The same was observed in relation to total weight of mesenteric fat (mg) of the animals: TI (3033.9±882.9); TC (3862.2±1670.8); SI (4472.4±1878.2); SC (4705.2±2228.8). The values of total weight of epididimal fat (mg) were lower in the TI group (1727.8±666.1) when compared to TC (2610.1±994.5) and SI (2904.1383.6) groups. On the other hand, difference between TI and SC (2521.8±1054.4) groups was not found. In relation to total weight of subcutaneous fat (mg) was observed difference only between TI (2096.4±514.8) and SI (2891.7±911.4) groups (TC=2490.4±972.4; SC=2948.9±1194.7). These results suggest that the strength physical training associated to insulin administration was able to reduce the body weight gain of the animals. This fact can be explained, at least in part, by reduction of total weight of fat tissues analyzed (mesenteric, epididimal and subcutaneous), in relation, mainly, to SI and SC groups. The same response was not observed when the TC group was compared to sedentary groups (SI and SC), evidencing, thus, the role of insulin administration in the present study.

Bandeira, C. R.; Colpas, R. D. - Por uma pedagogia do esporte: o processo de iniciação e formação esportiva no Centro Educacional Unificado Campo Limpo entre a realidade e a utopia

Instituição: CEU - Campo Limpo

Relacionamos neste estudo as políticas públicas delineadas para o processo de iniciação e formação esportiva nos Centros Educacionais Unificados (CEUs) da prefeitura municipal de São Paulo (PMSP), com as pesquisas acadêmicas da área denominada: Pedagogia do Esporte. O presente trabalho teve como objetivo expor a real prática pedagógica aplicada no CEU Campo Limpo, apontando as relações com a política pública idealizada para o processo e o que preconizam diversos acadêmicos da ciências do esporte. Este estudo utilizou como metodologia a pesquisa bibliográfica sobre a temática e também como instrumento de medida apoiou-se no uso de entrevistas semi-estruturadas para a obtenção de dados. Verificamos a necessidade do embasamento teórico para as práticas pedagógicas no processo de iniciação e formação esportiva, bem como na formulação de políticas públicas alinhadas ao pensamento acadêmico vigente. Palavras-chave: pedagogia do esporte, políticas públicas, iniciação, formação, esporte.

Barandão, JCB; Quitzau, EAQ; Souza, LCS - A participação feminina brasileira nos jogos olímpicos de 1932

Instituição: UNICAMP

A participação feminina nos Jogos Olímpicos da Era Moderna teve início em 1900, na 2ª Olimpíada, mesmo contrariando os ideais do Barão Pierre de Coubertin, criador dos Jogos. Pretendia-se analisar como se deu a participação feminina brasileira nas competições olímpicas, tomando-se como base os anos de 1932, em que a primeira brasileira participou de uma Olimpíada. Para a elaboração da pesquisa foram utilizados jornais do período estudado encontrados no Arquivo Edgar Leuenroth (do Instituto de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Estadual de Campinas-UNICAMP) além da revisão bibliográfica. A participação da Maria Lenk nos Jogos Olímpicos de 1932 ilustra um período de significativas mudanças econômicas, sociais e culturais na sociedade brasileira abrangendo diferentes concepções da educação do corpo de mulheres e homens.

Barbeiro, A. - A inclusão do aluno deficiente visual nas aulas de Educação Física

Instituição: E.E."André Ohl"

O trabalho apresentado tem a intenção de mostrar as possibilidades da inclusão de alunos deficientes visuais nas aulas e Educação Física Escolar em turmas regulares de uma escola pública estadual. O público alvo são alunos de ciclo I do ensino fundamental. A localização é boa, sendo a instituição bem estruturada. A escola apresenta um corpo docente qualificado e as aulas de Educação Física são planejadas, na intenção, sempre de inserir o aluno no contexto escolar, dando ênfase à não exclusão, igualdade de oportunidades e a diversidade. O objetivo deste trabalho é mostrar a possibilidade de um aluno deficiente visual, participar das aulas de Educação Física Escolar, vivenciando a prática e o compartilhar com seus colegas de todo o processo pedagógico que este componente curricular oferece. A este aluno foi dado o direito à igualdade, o acesso ao conhecimento sistematizado da cultura corporal do movimento e a ampliação do mesmo. Todas as atividades aplicadas tiveram como alvo os alunos, de um modo geral, levando em consideração as diferenças, mas também ensinando cada um a se adaptar à tarefa, ou situação, de acordo com o que foi proposto pela professora. O conteúdo aplicado em aulas refere-se à ginástica, jogos cooperativos e outros, dança, atletismo, lutas e esportes. A intenção foi propiciar ao aluno deficiente visual o conhecimento de seu próprio corpo e suas possibilidades de movimento. Além de trabalhar fatores relacionados à auto-estima, valorização do ser humano e convivência em sociedade. Sendo assim o trabalho permitiu tanto ao aluno deficiente visual, como a todo o grupo, desenvolver a solidariedade, cooperação, tomada de consciência às diferenças, autonomia e criatividade.

Barbieri, F.A.; Santiago, P.R.P.; Lima Júnior, R.S.; Cunha, S.A. - Análise cinemática da velocidade da bola e do desempenho dos chutes com a bola parada e em deslocamento realizados com o membro dominante e não dominante no futsal

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

As equipes que possuem atletas ambidestros levam vantagens na técnica e na tática por causa da grande versatilidade e coordenação dos jogadores durante a partida. No entanto, poucos atletas desenvolvem esta simetria de movimento e desempenho entre os lados, priorizando um dos membros para a realização dos movimentos. Assim, o objetivo deste estudo foi analisar a velocidade da bola e o desempenho do chute com o dorso do pé realizado com a bola parada e com a bola em deslocamento executado com o membro dominante não dominante no futsal. Participaram do estudo dez jogadores de futsal da equipe adulta da UNESP – Rio Claro, sendo cinco destros e cinco sinistros. Para determinar a preferência dos participantes foram aplicados o inventário de COREN (1993) adaptado e um teste prático. Os participantes realizaram 20 chutes, sendo cinco com o membro dominante com a bola parada (PD), cinco com o membro não dominante com a bola parada (PND), cinco com o membro dominante com a bola em deslocamento (MD) e cinco com o membro não dominante com a bola em deslocamento (MND). A seqüência das situações de chutes foi definida de forma randômica. Os chutes foram realizados após um sinal sonoro e a dez metros do gol (tiro livre). A instrução dada aos participantes para a realização dos chutes, independente da situação, era que fosse realizado com o dorso do pé, procurando empregar velocidade máxima na bola e objetivando acertá-la em um alvo de 1m2 colocado no centro do gol. Nos chutes com a bola parada, esta foi posicionada sobre o tiro livre. Nos chutes com a bola em deslocamento foi utilizada uma rampa para padronizar a velocidade e direção de chegada da bola para os chutes. A rampa foi posicionada a uma distância de 2,7 metros do local de chute. A bola foi posicionada e solta do ponto mais alto da rampa. Ela chegou ao local de chute com velocidade de aproximadamente 2,2 m·s⁻¹. O chute deveria ser realizado num raio de dez centímetros de centro na marca do local do chute. Se isso não ocorresse, o chute era descartado e realizado novamente. Os chutes foram filmados por três câmeras, sendo duas delas ajustadas com frequência de 120 Hz, shutter a 1/250, balanço de branco e foco definidos de forma manual, posicionadas de modo que focalizassem o movimento da bola. A outra câmera (60 Hz) foi responsável por verificar o acerto no alvo. As imagens foram transferidas para o computador, e os procedimentos de medição, calibração e reconstrução tridimensional foram realizados pelo software DVIDEO. Para o cálculo da velocidade da bola foram capturados os primeiros 10 quadros após o contato com a bola. Então, os eixos x e y foram considerados lineares (reta) e o eixo z considerado de 2º grau (parábola) (Levanon e Dapena, 1998). A velocidade média da bola foi calculada a partir dos dados obtidos pela regressão e utilizando as coordenadas tridimensionais. Para analisar o desempenho foram observadas as imagens de cada chute. A análise de variância para velocidade da bola nos chutes revelou diferenças para dominância, não encontrando diferença entre tipo de chute. Assim, foi encontrando maior velocidade para PD (24,26±2,21 m·s⁻¹) e MD (23,88±2,7 m·s⁻¹) que para PND (21,62±2,26 m·s⁻¹) e MND (21,42±2,25 m·s⁻¹). Não foi encontrada diferença significativa entre PD e MD e entre PND e MND. Para o desempenho, os chutes com o membro dominante apresentam maior porcentagem de acerto no alvo (PD - 26% e MD - 24%) do que os chutes com o membro não dominante (PD - 18% e MD - 8%). Pode-se concluir que existe uma assimetria no desempenho e para velocidade da bola entre os lados em ambos

tipos de chutes, favorecendo o membro dominante. Ainda, pode-se afirmar que não existe diferença no desempenho e velocidade da bola entre o chute com a bola parada e em deslocamento.

Apoio Trabalho: CAPES, CNPq, FAPEMIG, FAPESP (00/07258-3)

Barbosa, VLP; Monte, O; Kochi, C; Levy, D; Belpiede, PR; Carvalho, MS - Prevenção de comorbidades e melhoria de qualidade de vida em crianças e adolescentes obesos de baixa renda

Instituição: Faculdade de Ciências Médicas da Santa Csa de São Paulo

A obesidade é um sério problema de saúde pública, já que reduz a expectativa de vida pelo aumento do risco de várias doenças crônicas degenerativas. Dados sobre crescimento, composição corporal, desempenho psicomotor, modificações hemodinâmicas e metabólicas são importantes indicadores dos níveis de saúde de uma população jovem. O número de crianças e adultos obesos é cada vez maior, tanto em países pobres ou ricos e até mesmo em países que se caracterizam por uma população magra. A Organização Mundial de Saúde (OMS) passou a considerar a obesidade como um problema de saúde pública tão preocupante quanto a desnutrição. A presença do excesso de peso na população menos favorecida pode ser explicada pela falta de orientação alimentar adequada, atividade física reduzida e pelo consumo de alimentos muito calóricos, como cereais, óleo e açúcar. Tais alimentos são mais baratos e fazem parte de hábitos alimentares tradicionalmente incorporados. O problema da obesidade cresce menos entre a população mais privilegiada porque ela tem maior acesso a informações sobre os prejuízos que a doença acarreta, melhora dos hábitos alimentares e práticas de atividade física regular. Este fato nos mostra que o aspecto mais importante para frearmos esta situação é abordá-la de forma a promover melhorias na qualidade de vida da nossa população, ou seja, ensinar, reeducar e estimular um estilo de vida saudável. Pensando nisto foi criado em Maio de 2004 o Instituto Movere de Ações Comunitárias, primeira ONG no Brasil com a missão de prevenir a obesidade em crianças e adolescentes. O objetivo do Instituto Movere é oferecer reeducação alimentar, estimular a auto-estima e promover atividades físicas. O Instituto tem uma equipe interdisciplinar composta de: médicos com especialização em Endocrinologia pediátrica, fisiologista, nutricionistas, psicólogos e professores de educação física. Mesmo com pouco tempo de existência o Instituto já desenvolveu um programa nas escolas para identificar e diagnosticar distúrbios alimentares que podem acarretar em problemas como desnutrição e obesidade. O Instituto Movere tem parcerias com importantes universidades como UNIFESP, Santa Casa. Atualmente o principal programa desenvolvido é “Prevenção de comorbidades e melhoria da qualidade de vida em crianças e adolescentes obesos” este projeto inclui o estudo das implicações de um programa regular de atividades físicas combinado com reeducação nutricional, e seu impacto nas medidas antropométricas e testes laboratoriais das crianças e adolescentes obesos. Este projeto é inovador, pois conta com um espaço físico próprio para a realização das atividades físicas, com quadra poliesportiva, aparelhos de ginástica, salas de ginástica, piscina, cozinha experimental e sala para palestras. A equipe interdisciplinar está interagindo todo o tempo com as crianças e adolescentes e as parcerias com as grandes universidades auxiliam no tratamento daquelas crianças que já apresentam algum problema de saúde. Os principais benefícios já obtidos foram melhora nas características sociais, físicas, motoras, composição corporal (ganho de massa magra), diminuição da gordura visceral e subcutânea e redução da esteato hepatite não alcoólica. A adesão das crianças e adolescentes também é uma das características marcante no projeto, não temos desistências. A proposta pedagógica e filosófica do Instituto Movere está baseada no princípio de que cada ser humano, seja criança, adolescente ou adulto, é responsável por seu comportamento. Em se tratando de crianças e adolescentes, a proposta é através de contatos pessoais, dinâmicas de grupo, palestras, e atividades para despertar a consciência de que mesmo com todos os limites reais da vida, cada pessoa tem a capacidade de administrar a sua vida: decidir o que vai comer, decidir se vai assistir televisão ou fazer uma atividade física, se vai de ônibus ou se vai caminhando. Não acreditamos em proibições, mas sim em consciência e ação.

Apoio Trabalho: Institucional - Santa Casa de Misericórdia de São paulo/ Financeiro - Pepsico

Baruki, V; Oliveira, L; Dias, V - A presença do professor de Educação Física nas primeiras séries do ensino fundamental: um espaço a ser conquistado

Instituição: UNIDERP- Curso de Educacao Fisica

Neste trabalho estudamos a presença do professor de Educação Física nas primeiras séries do Ensino Fundamental, que segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) de 1997, é chamado de Primeiro Ciclo do Ensino Fundamental. Este

estudo teve início a partir de discussões sobre a importância da atuação do professor de Educação Física e suas possíveis intervenções no desenvolvimento dos alunos neste período escolar Segundo Gallahue e Ozmun (2003) esta faixa etária, (das primeiras séries do Ensino Fundamental) corresponde à fase motora especializada, que se divide em três estágios: estágio transitório (de 7 aos 10 anos); estágio de aplicação (de 11 aos 13 anos) e estágio de utilização permanente (de 14 anos em diante). Na fase motora especializada, o movimento torna-se uma peça muito importante para as crianças, ele é utilizado para realizar as várias atividades motoras inclusive os mais complexos presentes na vida diária, na recreação e nos objetivos esportivos. A disciplina Educação Física é um componente curricular obrigatório na educação básica. Sua presença é legalmente justificada pelo Artigo 205, Capítulo III da Constituição Nacional, que assegura a educação integral de todos os brasileiros, ou seja, o desenvolvimento dos aspectos cognitivos, afetivos e motores. Desta forma a disciplina Educação Física deveria estar inserida conforme a lei, em todos os níveis de ensino: infantil, fundamental e médio. Sabemos que o parecer 16/2001 do Conselho Nacional de Educação regulariza a presença do professor de atuação multidisciplinar, ministrando todas as disciplinas, inclusive a Educação Física, nas primeiras séries do Ensino Fundamental. O objetivo da presente pesquisa foi verificar a necessidade da atuação de um professor de Educação Física nas primeiras séries do Ensino Fundamental em detrimento a atuação do “unidocente”. Trata-se de uma Pesquisa de Campo, onde foram aplicados testes com dezenove alunos na faixa etária entre 07 e 08 anos de ambos os sexos, em uma escola no Bairro Moreninha da cidade de Campo Grande/MS. A escolha pela referida escola justifica-se pelo contato da pesquisadora com os alunos e as observações enquanto estagiária que a instigaram a realizar este estudo. O número de alunos participantes foi de dezenove e o critério de exclusão adotado foram os alunos não pertencentes à faixa etária preestabelecida. Sendo assim, a seleção da amostra caracteriza-se como sendo de forma intencional. No trabalho os alunos foram representados como A1, A2, A3, A4, A5, A6 até A19. Foram aplicados três tipos de testes que avaliaram as capacidades físicas e motoras importantes para execução de atividades esportivas, como também atividades do cotidiano. A escolha dos testes foi realizada considerando alguns critérios como a faixa etária dos alunos, facilidade na sua aplicação e utilização de instrumentos acessíveis e não onerosos. Os testes selecionados foram: teste de flexibilidade, teste de Sentar e Alcançar e teste de Equilíbrio posição quatro. Os resultados dos testes foram devidamente tabulados para melhor observação e análise. Observou-se neste estudo que a idéia que ainda esta presente em algumas escolas, no que se refere às aulas de Educação Física, no primeiro ciclo, é aquela voltada à prática esportiva em detrimento a outras práticas educativas, fato este constatado pela rejeição inicial dos alunos diante de uma proposta nova de atividades aplicada. Embora os alunos tenham apresentado melhora na reaplicação dos testes este resultado deve-se em parte ao programa de atividades aplicado, mas também não podemos descartar a influencia de outros fatores como, por exemplo, a disciplina que foi instalada no decorrer das aulas e ao entusiasmo pelas atividades novas propostas que aos poucos foi cativando o grupo pelo seu diferencial.

Baruki, V; Ribeiro, F - Estudo da relação da atividade física em mulheres na faixa etária de 35 á 45 anos que apresentam quadro clinico de Depressão

Instituição: UNIDERP- Curso de Educacao Fisica

A depressão é considerada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como um problema de saúde pública. A previsão é que nos próximos 20 anos, o problema sairá do quarto para o segundo lugar no ranking de doenças dispendiosas e fatais. Ela deverá perder apenas para as enfermidades do coração. O exercício físico provoca alterações fisiológicas, psicológicas e bioquímicas, portanto sendo considerada uma intervenção não-medicamentosa ou auxiliar ao tratamento clínico de depressão. A serotonina que é uma substância na qual é liberada na atividade física pode assim, portanto auxiliar nos tratamentos de depressão, pois o nível de serotonina cerebrais está relacionado às alterações de comportamentos e humor como: depressão, ansiedade, agressividade, sono, fadiga, entre outros (SILVEIRA, 2001). Devido a um elevado numero de indivíduos atualmente com depressão, conforme dados estatísticos apresentam, e os benefícios psíquicos, social e físico que a pratica de atividade física vem proporciona associado a outro tipo de tratamento, surge uma pergunta: o que a atividade física proporciona as pessoas que apresentam depressão? Considerando esta questão, este presente estudo traçou como objetivo. Estudar a relação existente entre a pratica de atividades físicas e o estado depressivo verificando primeiramente os componentes que interferem de alguma forma na prática da atividade física pelas pessoas que se encontram neste quadro clinico e, a partir da identificação deles, relacionar atividades físicas que melhor atende a esta população. O estudo foi fundamentado na revisão de literatura baseada em livros, artigos e revistas impressos e de Internet associados à pesquisa de campo de corte transversal de cunho qualitativo, onde foi pesquisado um universo de 10 Mulheres na faixa etária entre 35 e 45 anos que freqüentam a Policlínica da UNIDERP e encontra-se em processo terapêutico. A coleta de dados se deu na própria Policlínica em forma de entrevista individual. A pesquisa caracterizou-se como de campo, de corte transversal e de cunho qualitativo, cuja amostra selecionada foi de forma intencional. O gravador foi o instrumento utilizado para o registro dos dados. De posse do material gravado, foi feita a transcrição das falas advindas das entrevistas, respeitando e reproduzindo integralmente a forma como cada participante verbalizou Enquanto técnica de

análise de dados, a Análise de Conteúdo é a que nos parece mais apropriada ao tipo de investigação que a pesquisa se propôs a desenvolver. Ela parte do pressuposto de que, por trás do discurso aparente, esconde-se um sentido que convém desvelar. (Bardin, 1977). Concluí-se através deste estudo que a atividade física atua como um componente favorável ao tratamento da Depressão, mas o quadro clínico, assim como a intervenção medicamentosa deve ser levado em conta para a execução de um programa de atividades físicas. Um trabalho multidisciplinar e recomendado no tratamento da depressão a fim de que melhore à saúde mental e física do paciente.

Batista, E. H. M.; Amorim, A. R. - As brincadeiras folclóricas na educação infantil: Um estudo sobre a visão do professor

Instituição: Centro Universitário Anhanguera - Leme

As brincadeiras folclóricas na educação infantil: Um estudo sobre a visão do professor. RESUMO Muitos estudos voltados à área da Educação Física Escolar têm se preocupado com a importância do respeito à Cultura Corporal dos alunos, valorizando-a e explorando-a durante as aulas (DAOLIO, 2005). Desta maneira, as brincadeiras folclóricas passadas de geração para geração assumem grande importância, pois através delas o respeito à Cultura Corporal dos alunos é vivenciada, especialmente para as crianças de Educação Infantil, que encontram no brincar sua forma de expressão máxima. Por essa razão, objetivamos no presente estudo analisar a importância das brincadeiras folclóricas para as professoras da Educação Infantil, verificando se estas valorizaram a utilização contínua desses conteúdos. A metodologia desta pesquisa consistiu na aplicação de um questionário com quatro perguntas a dez professoras de Educação Infantil de escolas municipais das cidades de Leme e Pirassununga, situadas no interior do estado de São Paulo. O questionário, antes de ser aplicado, contou com a colaboração de docentes de faculdade, diretora e coordenadora pedagógica de Educação Infantil, na análise e discussões prévias sobre a formulação das questões, com a intenção de validá-lo. Verificamos que professoras, de maneira geral, demonstraram valorizar as práticas das brincadeiras folclóricas, considerando importante proporcionar a vivência delas aos seus alunos. Percebemos através das respostas obtidas, que as professoras entendem que as brincadeiras folclóricas proporcionam aos alunos a possibilidade de resgate cultural (LIMA, 1992), perpetuando brincadeiras que muitas vezes estão sendo deixadas no esquecimento pela sociedade atual, além da afirmação da identidade cultural da criança e a aproximação de práticas culturais familiares e comunitárias (GALLARDO, 2003). As professoras também relataram que as brincadeiras folclóricas contribuem para o desenvolvimento de aspectos afetivos e sociais, como a integração, a formação de valores (SOLER, 2003) e o respeito proporcionado através do contato físico com os colegas. O interesse despertado nos alunos por estas brincadeiras e o desvio do foco das brincadeiras eletrônicas foi uma contribuição positiva citada pelas professoras, sendo a última uma questão da sociedade atual, onde a cada dia mais e mais crianças e jovens estão limitando seu campo de vivências aos jogos eletrônicos, fato que pode vir a prejudicar seu desenvolvimento motor, afetivo e social. Duas professoras, porém, detiveram-se no desenvolvimento do aspecto motor, sem associá-lo a outros objetivos. Quanto à prática das brincadeiras folclóricas durante todo o ano letivo, nenhuma professora respondeu realizá-las desta maneira, sendo possível observar em algumas respostas que essas brincadeiras acabam sendo mais exploradas apenas em uma determinada época do ano (agosto), ao contrário do que deveria ser em um trabalho que realmente respeitasse a Cultura Corporal dos alunos. Desta maneira, observamos que, apesar das professoras entrevistadas atribuírem grande importância à prática das brincadeiras folclóricas, este trabalho ainda não acontece de forma contínua e durante todo o ano letivo, sendo necessário, ainda, que a prática de aulas possa vir a estar, efetivamente, acompanhando aos interesses dos alunos e sendo realizada de forma permanente (BRASIL, 1998). A conscientização por parte dos professores de Educação Física sobre a importância das brincadeiras folclóricas para o desenvolvimento global e preservação da cultura de seu aluno é de vital importância, pois o professor assume papel fundamental nesse processo. Palavras chaves: Brincadeiras folclóricas, Educação Física Infantil, Visão Docente.

Battistuzzi, V.M.; Dollo, A.S.E. - O voleibol na Educação Física escolar considerando as dimensões dos conteúdos

Instituição: Secretaria de Educação de Americana -SP

As aulas de Educação Física da rede municipal de ensino de Americana-SP são ministradas por professores especialistas desde o primeiro ano do primeiro ciclo, e visam contemplar os conteúdos da cultura corporal de movimento. O esporte se tornou um dos maiores fenômenos sócio-culturais e ganha cada vez mais espaço na sociedade. Para o esporte ser trabalhado na escola o mesmo deve ser tratado pedagogicamente. O objetivo deste trabalho é apresentar como o voleibol é desenvolvido nas aulas de Educação Física escolar do 3º ano do 2º ciclo (5ª série do Ensino Fundamental) considerando as dimensões dos conteúdos: conceitual, procedimental e atitudinal, propostas pelos Parâmetros Curriculares Nacionais. A

categoria conceitual é referente a abordagem de conceitos, fatos e princípios, ou seja, o aluno compreende o voleibol através de estudos da origem e história da modalidade, suas regras e vídeos que mostram a dinâmica do jogo. A categoria procedimental refere-se a um “saber fazer”, tomar decisões e construir instrumentos para analisar processos e resultados obtidos. Nesse caso os alunos vivenciam na prática alguns jogos pré-desportivos, além dos fundamentos. Já a categoria atitudinal compreende normas e regras que orientam padrões de conduta e valores, como a cooperação e respeito às diferenças de habilidades. Começamos o voleibol com três jogos pré-desportivos cujo objetivo é apresentar a dinâmica do esporte para o aluno. São eles: rede humana, volençol, rede humana com variação e vôlei gigante. Na próxima etapa estudamos um texto com a origem e história da modalidade, como se joga, algumas regras e curiosidades. Para casa os alunos devem formar grupos, pesquisar e desenhar uma quadra de voleibol para confecção de um mural. A seguir, apresentamos um vídeo com imagens de um jogo, e depois os fundamentos: saque, toque e manchete. Para encerrar, fazemos uma gincana de voleibol com perguntas sobre o que foi estudado durante as aulas, além de uma clínica com atletas da Secretaria de Esportes de Americana-SP. Sendo assim, alcançamos nosso objetivo de proporcionar aos alunos uma aprendizagem não só do voleibol, mas de todo o contexto que o mesmo está inserido. Palavras-chave: Educação Física escolar; Voleibol; Dimensões dos Conteúdos.

Battistuzzi, V.M.; Dollo, A.S.E.; Stock, S.R.; Michelani, S.Z. - Danças Circulares na Educação Física Escolar: diversificando os conteúdos

Instituição: Secretaria de Educação de Americana-SP

Danças Circulares na Educação Física Escolar: diversificando os conteúdos. Battistuzzi, Valéria Maciel. Dollo, Andréa Siviero Elias. Stock, Sandra Regina. Michelani, Silvana Zanellato. Secretaria de Educação de Americana-SP. e-mail: ne.va@terra.com.br A rede municipal de ensino de Americana/SP é constituída por dez escolas de Ensino Fundamental, sendo seis CIEPs (Centro Integrado de Educação Pública) e um CAIC (Centro de Atendimento Integral à Criança) que atendem no período integral, e três EMEFs (Escola Municipal de Ensino Fundamental) que funcionam em período parcial, totalizando em média 4000 alunos. O jogo, o esporte, a luta, as atividades rítmicas e expressivas, conhecimento sobre o corpo humano, além das diversas formas de ginástica estão presentes na nossa cultura, influenciando o comportamento, transmitindo valores, fazendo parte do dia-a-dia das pessoas. Nas aulas de educação física escolar, é importante contemplar esses conteúdos, proporcionando ao aluno a participação de diversas atividades corporais. O objetivo deste trabalho é apresentar como o grupo trata as danças circulares na alternativa de diversificar as aulas de educação física escolar e consequentemente ampliar o repertório corporal dos alunos, além de diagnosticar a reação dos mesmos em relação ao novo conteúdo trabalhado. As danças circulares são danças folclóricas de todos os povos, realizadas na maioria das vezes em círculo, e uma de suas características é a universalidade. Um são alegres, energizantes; outras são meditativas, introspectivas. Cada uma com seu simbolismo, seu gesto, seu ritmo, seu poder, atuando na busca do bem-estar e na melhoria da qualidade de nossas vidas. Seu repertório abrange danças de todos os lugares e épocas possíveis. O movimento das danças circulares ressurgiu por volta dos anos 70, através de um resgate de danças folclóricas, pois as mesmas estavam se perdendo no tempo, e as pessoas perdendo este poderoso meio de expressão popular. Na escola, o trabalho está sendo realizado com quatro turmas do 3º ano do 2º ciclo (5ª série do Ensino Fundamental) totalizando 124 alunos. Na primeira etapa, utilizamos um pequeno texto sobre o assunto abordando o que é dança circular, como surgiu e alguns benefícios. Em seguida os alunos vivenciarão algumas danças circulares, e por fim, aplicaremos um questionário com uma pergunta fechada (você gostou da aula de hoje? Sim ou não?) e outra aberta (descreva o que sentiu durante as atividades de hoje). Com a análise dos resultados esperamos que o aluno aprecie as diferentes manifestações da cultura corporal de movimento, aprendendo mais sobre o corpo e movimento de uma determinada cultura, valorizando estas manifestações. Palavras-chave: Danças circulares; Educação Física Escolar; Diversidade.

Battistuzzi, V.M.; Dollo, A.S.E.; Stock, S.R.; Michelani, S.Z. - O tema transversal saúde nas aulas de Educação Física Escolar

Instituição: Secretaria de Educação de Americana -SP

O tema transversal saúde nas aulas de Educação Física Escolar. Battistuzzi, Valeria Maciel. Dollo, Andréa Siviero Elias. Michelani, Silvana Zanellato. Stock, Sandra Regina. Secretaria de Educação de Americana – SP. e-mail: ne.va@terra.com.br. As aulas de Educação Física das escolas da rede municipal de ensino de Americana-SP são ministradas por professores especialistas desde o primeiro ano do Ensino Fundamental. Uma das funções da escola é orientar os alunos sobre as noções básicas de higiene e saúde, para a promoção e o bem-estar dos mesmos. O objetivo é apresentar como o tema transversal saúde é abordado nas aulas de Educação Física pelas autoras deste trabalho. Os

Parâmetros Curriculares Nacionais apresentam a proposta de trabalhar o tema transversal saúde refletindo esse conceito de maneira mais ampla, superando a perspectiva de que a saúde esteja voltada apenas ao caráter biológico. Portanto devemos considerar também a dimensão social, psicológica, afetiva, cultural, fazendo uma leitura crítica do meio que estamos inseridos. Na busca de contemplar essas dimensões da saúde, apresentamos as atividades que desenvolvemos nas aulas. Iniciamos com o peso e altura dos alunos para comparar com dados do ano anterior e construção de gráficos com esses dados; cálculo do IMC (índice de massa corporal); análise comparativa da tabela do IMC; orientação sobre a importância de uma alimentação balanceada e variada; importância sobre a prática regular de atividades físicas; abordagem de questões como: esporte é saúde? (desmistificar alguns mitos); treinamento precoce; doping; lesões; culto ao corpo perfeito (indústria do consumo, auto-estima); cálculo da frequência cardíaca (conhecer melhor o corpo e respeitar os próprios limites); importância do alongamento e aquecimento; postura e desvios posturais (escoliose, lordose e cifose), através de textos, debates ou conversas, além de outros assuntos importantes sobre saúde que aparecerem na mídia e na realidade escolar. Esperamos que a educação para a saúde seja uma conquista para a promoção e proteção à própria saúde, e uma estratégia para a aquisição dos direitos de cidadania. Palavras-chave: Educação Física escolar; Saúde; Temas Transversais.

Beig, B - Corporeidades e vegetarianismos

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Podemos dizer que a alimentação é uma junção entre o natural – sobrevivência – e o cultural – encarregado, este, de ditar todo o resto. Apesar da internacionalização da indústria alimentícia, culturas diferentes, religiões e estilos de vida podem ditar o que se deve ou não comer. Nesse conjunto de interditos e modos de se alimentar inclui-se o vegetarianismo, que vem atraindo contingentes populacionais significativos na contemporaneidade. Isto tem consequências para a questão da corporeidade, se levarmos em consideração que o alimento é absorvido por nós não só fisiologicamente, mas também carrega consigo uma carga cultural ou até mesmo histórica. O comportamento relativo à comida liga-se diretamente ao sentido de nós mesmos e a nossa identidade social, o que pode ser aplicado nas identidades corporais. Este estudo, de caráter exploratório, almejou discutir as relações entre a opção alimentar vegetariana e as práticas de atividade física, bem como a relação que a população vegetariana apresenta com o seu corpo. Teve por objetivo ampliar o conjunto de variáveis culturais responsáveis pela construção social dos corpos, através da identificação e descrição das relações entre alimentação e corporeidades. A pesquisa foi realizada em comunidades do orkut que possuem interesses vegetarianos. Identificou-se entre os questionários a saúde como norteadora da prática de atividade física, o que pode estar relacionado com os motivos da prática vegetariana. A maioria dos vegetarianos mostram satisfação com o próprio corpo. Estudos que relacionam alimentação e corporeidades oferecem pistas interessantes e inovadoras para os profissionais de educação física e da motricidade humana.

Benck, RT; Valdés, HM - Relações entre atribuições, orientações às metas e clima motivacional sobre a motivação intrínseca de jovens atletas

Instituição: Universidade de Brasília-Faculdade de Educação Física

Um dos aspectos fundamentais que influenciam o bom desempenho do atleta é a sua motivação. As consequências cognitivas e afetivas, que cercam o comportamento motivado, atuam de forma decisiva na orientação de uma dada tarefa, promovem uma definição adequada da atividade e interferem na consecução da mesma. A motivação está relacionada a um processo intencional, dirigido a uma meta, que reflete à interação de fatores pessoais e situacionais. Dentre os fatores pessoais ligados à intencionalidade, as razões atribuídas pelo indivíduo como causas para seu comportamento são determinantes para iniciar e manter uma ação motivada. Além das atribuições de causalidade, outros fatores tais como orientações às metas e clima motivacional, também estão diretamente relacionados à análise do comportamento motivado do indivíduo na sua prática esportiva. Neste estudo busca-se verificar a influência das atribuições, orientações às metas e clima motivacional sobre a motivação intrínseca dos atletas. Participaram 438 atletas dos VIII Jogos da Juventude realizados em Brasília-DF, de ambos os sexos, com idades entre 10 e 17 anos (média = 14,7 anos; desvio padrão = 1,5 anos), representantes de onze modalidades esportivas. Os atletas foram solicitados a preencher os seguintes instrumentos: Escala Brasileira de Atribuição Causal (EBAC), Questionário de Percepção de Sucesso (POSQ), Questionário de Percepção do Clima Motivacional no Esporte – 2 (PMCSQ-2) e o Inventário de Motivação Intrínseca (IMI). Para investigar a relação entre a motivação intrínseca (IMI) e as demais variáveis realizou-se uma regressão linear múltipla padrão sendo a variável predita uma medida geral da motivação intrínseca (média geral no IMI) e as variáveis preditivas os fatores da EBAC, do POSQ e do PMCSQ-2. Os resultados de uma Regressão Linear Múltipla padrão mostram que o conjunto dos fatores da EBAC, POSQ e PMCSQ-2 apresentaram um poder preditivo altamente significativo sobre o índice geral da

motivação intrínseca dos atletas [$R = 0,53$; $F(8,429) = 20,60$; $p < 0,001$]. Observou-se que 28% (26% quando ajustado para o tamanho da amostra) da variância na motivação intrínseca dos atletas da amostra foram preditos pelos resultados nos fatores incluídos na equação de regressão. Dentre os fatores com maior peso, o fator tarefa treinador (PMCSQ-2), orientação à tarefa (POSQ), estabilidade e controle pessoal (EBAC), em ordem de importância, foram os que mais contribuíram para a relação preditiva significativa geral. Em resumo, quanto maior (1) a orientação à tarefa por parte do treinador, (2) a orientação à tarefa do atleta e (3) as percepções do sucesso no desempenho como devido a causas estáveis e sob controle pessoal, maior a motivação intrínseca. Os resultados da regressão reforçam os argumentos da importância do treinador (clima motivacional) na formação, sustentação e manutenção da motivação intrínseca dos atletas. O treinador, ao fazer seu trabalho numa direção educativa apropriada, pode indiscutivelmente contribuir para que o atleta valorize seu próprio esforço, sua perseverança e o desenvolvimento de suas próprias habilidades. Estes resultados confirmam também que há uma relação direta entre a percepção do atleta sobre as causas de seu sucesso e a atitude do treinador que está a sua volta, estabelecendo assim correlações entre suas variáveis no âmbito do esporte para jovens atletas. Propõem ainda que a maneira como os indivíduos definem o sucesso pode influenciar no como explicam as causas dos seus sucessos e fracassos sendo observada a importância das dimensões de estabilidade e controlabilidade pessoal no processo motivacional do atleta. Portanto, esses resultados corroboram e reafirmam os principais estudos nesta área de investigação os quais sugerem que as orientações às metas influenciam cognitivamente e afetivamente as atribuições das causas do desempenho, a percepção de competência e, conseqüentemente, a motivação intrínseca.

Benedetti, T.R.B.; Borges, L.J.; Petroski, E.; Gonçalves, L.H.T. - Associação entre níveis de atividade física e estado de saúde mental dos idosos de Florianópolis

Instituição: Universidade Federal de Santa Catarina - NuCIDH - Núcleo de

O objetivo deste estudo foi investigar a associação entre níveis de atividade física e o estado de saúde mental de pessoas idosas da cidade de Florianópolis. Os dados analisados foram extraídos do relatório de um inquérito "Perfil do Idoso", que adotou a amostragem probabilística, a qual constituiu-se de 875 idosos (437 homens e 438 mulheres), aplicando-se o Questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAQ) e o Questionário Brazil Old Age Schedule (BOAS). Para análise de associação entre os níveis de Atividade Física Total (AFT), de Lazer (AFL) e acometimento por sintomas de doenças mentais (demências e depressão), adotou-se a frequência, percentual, qui-quadrado e Análise de Regressão Logística. A população do estudo apresentou em média 71,6+7,9 anos de idade. Os idosos se apresentaram sedentários no domínio do trabalho (93,5%) e não sedentários no domínio lazer (25,7%), sendo os homens mais ativos que as mulheres. Em relação à condição de saúde mental, os sujeitos apresentaram indicadores de demência em 13,8% e o indicador de depressão foi de 19,7%. Verificou-se associação significativa entre AFT e demência ($p=0,000$), AFL e demência ($p=0,000$), AFT e depressão ($p=0,000$) e AFL e depressão ($p=0,000$). A razão de odds para demência entre os sujeitos sedentários em comparação aos ativos foi de 2,74 (IC95% 1,848 – 4,076), enquanto o respectivo valor para depressão foi de 2,58 (IC95% 1,699 – 3,325). Os dados do presente estudo reforçam a importância de um estilo de vida ativo para a saúde mental de idosos. Palavras-chave: atividade física; saúde mental; idosos.

Bertolini, N. O.; Hamanaka, A. Y. Y.; Simões, C. S.; Vitória, R.; Moreira, A. P. M.; Caetano, M. J. D.; Gobbi, S.; Stella, F.; Gobbi, L.T.B. - Efeito de um programa de atividade física generalizada na flexibilidade em idosos com doença de parkinson

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A Doença de Parkinson (DP) é uma doença crônica, neuro-degenerativa e progressiva que acomete, principalmente, o sistema motor. Caracteriza-se pela perda progressiva de neurônios dopaminérgicos da parte compacta da substância negra, situada no mesencéfalo, tendo uma diminuição da produção de dopamina no circuito interno dos núcleos da base, prejudicando o controle dos movimentos. A DP pode ser reconhecida a partir de sinais/sintomas que o paciente apresenta como acinesia, rigidez, tremor, hipocinesia, bradicinesia e instabilidade postural. Devido aos sinais motores da DP, há uma redução da mobilidade geral, que favorece a instalação de outras alterações funcionais como redução da força e da elasticidade dos músculos, alterações osteoarticulares e respiratórias, e pode estar associada ao risco de quedas e à comorbidade na população idosa. Pacientes com DP, por permanecerem sentados por tempo prolongado, apresentam comumente encurtamento dos músculos isquiotibiais, que podem causar dores lombares e prejudicar o equilíbrio e a postura. Programas de atividade física envolvendo fortalecimento muscular e enfoque em alongamento, entre outras características, podem contribuir para melhora da flexibilidade, coordenação motora e uma leve diminuição dos tremores e

rigidez de pacientes com DP. Os benefícios de exercícios, com caráter aeróbio, de treinamento resistido e alongamento na reabilitação e profilaxia da força, flexibilidade e integridade física de paciente com DP têm sido demonstrados, revelando importantes melhoras nas atividades básicas e instrumentais da vida diária do paciente. Neste contexto, o objetivo deste estudo foi verificar os efeitos de um programa de atividade física generalizado na flexibilidade de pacientes com DP Idiopática (DPI). Participaram deste estudo 10 idosos com DPI, entre os estágios 1 e 2 da escala de Hoehn-Yarh, residentes na cidade de Rio Claro e com idade média de $68,1 \pm 9,02$ anos. A avaliação da flexibilidade foi realizada por meio do teste de alcançar sentado, um dos componentes da bateria de testes da AAHPERD, em dois momentos: início e término do programa. O programa de atividade física proposto teve duração de seis meses, com frequência semanal de três sessões e duração de 60 minutos cada sessão. O objetivo do programa de atividade física foi desenvolver as capacidades funcionais coordenação motora, equilíbrio, força e flexibilidade por meio de atividades lúdicas e ginástica localizada. Os dados da variável flexibilidade foram analisados por meio de estatística descritiva (média e desvio-padrão) e teste t student. O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$. As médias e desvios padrão do teste de flexibilidade dos participantes antes e após o programa de atividade física, foram, respectivamente: $49,54 \pm 14,80$ cm (primeiro teste) e $53,4 \pm 13,10$ cm (segundo teste). O teste t student não revelou diferença entre os momentos ($t_9 = -2,085$; $p > 0,05$). A diferença estatística para a variável flexibilidade, antes e após o programa de atividade física aplicado, mostrou que não houve incremento da flexibilidade, cabendo ressaltar que o programa não tinha especificidade no desenvolvimento da flexibilidade. Somente exercícios de alongamento foram realizados. Considerando que a amostra deste estudo é composta por pacientes com DPI que apresentam rigidez, manter os valores de flexibilidade, ou seja, conservar o que está sob constante deterioração, já é significativo. Esta manutenção permite aos pacientes a realização das atividades básicas e instrumentais da vida diária e pode conservar o nível de execução das habilidades motoras. Assim, recomenda-se o engajamento de pacientes com DPI em programas de atividade física generalizada.

Apoio Trabalho: FAPESP, FINEP, CNPQ, Ministério da Saúde

Bigotti, S; Leandro, G; Marcos, H; Souza, E - A influência das atividades cotidianas em um programa de atividade física

Instituição: Colégio Pentágono

Atualmente as pessoas recebem através da mídia, propostas milagrosas para a obtenção de corpos perfeitos, passando-se a sensação de que se pode obter este corpo de forma natural. A busca incessante de um modelo ideal de corpo tem sido algo estressante. Percebe-se que a procura pela saúde, bem estar físico e psicológico é acompanhada por uma proposta de sentimento subjetivo do ser humano. Desta forma, desenvolveu-se um trabalho onde foram propostas aulas com atividade física para pais e professores do Colégio Pentágono (Unidade Alphaville). Este trabalho se justifica na idéia de que a motricidade é um dos fatores que interferem na qualidade de vida das pessoas. A proposta visava oferecer ao público do Colégio que não os alunos uma oportunidade de realizar atividades físicas monitoradas. Os profissionais trabalharam a fim de investigar quais os motivos que levam os indivíduos a buscarem programas de exercícios e esclareciam dúvidas à respeito dos benefícios e malefícios que envolvem a atividade física. Como metodologia do trabalho foi oferecido aos alunos (3 homens e 12 mulheres) um programa de 20 aulas, sendo 2 por semana, com duração de 50 minutos. Os alunos foram avaliados através de medidas antropométricas (peso, estatura, índice de massa corporal e porcentagem de gordura) e responderam a uma anamnese com questões sobre a percepção subjetiva da qualidade de vida e hábitos diários. Nos resultados observa-se que dentre os indivíduos que tinham o hábito de fumar, apenas um parou, e este completou o programa. Todos os alunos que concluíram o programa não ingeriam bebidas alcoólicas. Apenas 20% dos alunos concluíram o programa. Dentre os 80% que desistiram, detectou-se que o maior problema foi à falta de tempo 60%. Apesar de 75% dos alunos que não terminaram o programa acreditarem que sua qualidade de vida e forma física melhorariam com a prática das atividades oferecidas e 58% afirmarem que também teriam melhoras psicológicas, estes não encerraram o programa. Conclui-se que apesar dos indivíduos terem a consciência da necessidade e gostarem de realizar atividade física regular para melhorar a qualidade de vida, substituíram estas pelas obrigações do cotidiano.

Bispo, A.A.; Valim-Rogatto, P.C.; Rogatto, G.P. - Influência de um programa de treinamento com pesos sobre a imagem corporal de mulheres HIV soropositivas

Instituição: LIEMEF - Universidade Federal de Mato Grosso – UFMT – Cuiabá

A síndrome da imunodeficiência adquirida (AIDS) tem levado anualmente milhares de pessoas de diferentes grupos etários e étnicos a óbito, sendo que a cada dia 11 mil novos casos são diagnosticados no mundo. Este problema de saúde pública,

bem como os medicamentos utilizados para o controle de suas complicações resultam em efeitos deletérios para diferentes órgãos e sistemas fisiológicos, afetando a imunidade, a digestão e as funções respiratória e neurológica. A depressão é um distúrbio psicológico muito comum na maioria dos indivíduos HIV+ e pode interferir sobremaneira na qualidade de vida do soropositivo. Casos de distúrbio de imagem também podem estar presentes nestes indivíduos que geralmente apresentam um estado de catabolismo generalizado. O exercício físico tem sido reconhecido como promotor de bem-estar e saúde aos seus praticantes, sendo utilizado no controle de diversos distúrbios. Contudo, poucos estudos têm investigado os efeitos do treinamento físico com pesos sobre a imagem corporal de pessoas HIV+. O objetivo do presente estudo foi analisar os efeitos de oito semanas de treinamento resistido (musculação) sobre a imagem corporal de mulheres jovens HIV soropositivas. Fizeram parte da amostra sete indivíduos do sexo feminino com média de idade de 26,9±11,9 anos e tempo de sorologia positiva de 33,0±11,0 meses. As voluntárias foram submetidas a um programa de treinamento resistido por oito semanas, sendo que as sessões tinham duração aproximada de 40 minutos e eram realizadas três vezes por semana em dias alternados. O treinamento resistido foi baseado na intensidade equivalente à carga de 10 repetições máximas. Previamente à participação no programa de exercícios e ao final das oito semanas, foi aplicado um teste para avaliação de imagem corporal atual (IMA) e desejada (IMD) composto por uma escala de nove silhuetas. No início e ao final do estudo também foram aferidas as dobras cutâneas para determinação do percentual de gordura (% gordura), massa corporal magra (MCM) e massa de gordura (MG). Os resultados foram analisados estatisticamente por teste t de Student para amostras dependentes, com nível de significância pré-fixado em 5%. A participação no programa de treinamento físico resistido não promoveu alteração da percepção dos indivíduos sobre suas imagens corporais atuais (IMA) (pré-teste: 6,0±1,3; pós-teste: 4,3±0,8). A imagem corporal desejada (IMD) foi significativamente menor que a IMA tanto no início quanto no final do estudo, contudo a IMD não sofreu influência do treinamento físico (pré-teste: 3,6±1,0; pós-teste: 3,4±0,8). Um fato interessante foi que assim como a IMA as participantes do estudo não apresentaram modificações dos aspectos antropométricos avaliados: massa corporal (pré-teste: 66,0±10,5; pós-teste: 64,9±9,4 Kg); % gordura (pré-teste: 21,1±3,3; pós-teste: 18,4±3,2 %), MCM (pré-teste: 51,8±6,5; pós-teste: 52,7±6,4 Kg) e MG (pré-teste: 14,2±4,4; pós-teste: 12,3±3,6 Kg). A partir da análise dos resultados foi possível concluir que oito semanas de treinamento com pesos não alteram a imagem corporal de mulheres HIV soropositivas, bem como a imagem corporal por elas tida como desejada. A imagem corporal atual foi maior que aquela apresentada pelas voluntárias como desejadas (ideais) tanto no início quanto no final do estudo. A percepção da imagem corporal das participantes foi coerente com a avaliação antropométrica realizada, ou seja, não se modificou pela ação do treinamento físico resistido.

Bogaz, L.S; Balikian, P.J; Campos, E.Z; Trindade, S.S.F - Análise correlacional entre teste de 1 RM e desempenho em corridas de velocidade em futebolistas profissionais

Instituição: – Faculdade de Ciências e Tecnologia – Campus de Presidente

A força muscular é de enorme importância na predição do desempenho para determinadas modalidades esportivas. Em pesquisas específicas sobre o futebol, observa-se que o nível de força máxima está estreitamente correlacionado a força de salto, de chute, e a velocidade de corrida do jogador. O presente estudo objetivou analisar se houve correlação entre o teste de 1 RM e corrida de velocidade em futebolistas profissionais. Participaram do presente estudo 19 futebolistas profissionais (idade = 20,4 ± 2,3 anos; massa corporal = 70,3 ± 6,0 kg; estatura 178,4 ± 5,6 cm e percentual de gordura = 9,8 ± 2,2%). Os atletas realizaram duas corridas de 30 m e duas de 60 m, em um campo de futebol. Foi concedida uma pausa de 5 minutos entre as corridas da mesma distância, e entre a última de 30 metros e a primeira de 60, uma pausa de 10 min. Para tanto, foi utilizado um sistema de barreiras fotoelétricas (CEFISE) dispostas a cada 10 metros e ligada a um computador com software Speed Test 4.0, sendo coletados valores de aceleração – m/s (A30 e A60), velocidade média - m/s (VM30 e VM60), velocidade máxima - m/s (VMÁX30 e VMÁX60) e tempo total-segundos (TT30 e TT60). Após um intervalo de 48 horas, para mensurarmos a força de membros inferiores, utilizamos o teste de 1-RM nos seguintes aparelhos: Leg Press /45° (LEG/45°), Cadeira Extensora (EXT) e Mesa Flexora (FLEX). O teste consistiu de três tentativas em cada um dos exercícios, entre cada tentativa houve um descanso de dois minutos, e a pausa entre os aparelhos foi de cinco minutos. Para análise dos dados foi utilizado, o coeficiente de correlação de Pearson com nível de significância estatística de p< 0,05. A análise dos dados foi feita no software SPSS, versão 10.0. Foi determinada correlação negativa (p<0,01) entre a EXT e o TT30 (-0,60). Entre as outras variáveis analisadas não foi encontrado valor de correlação significativo. Os resultados encontrados podem ser atribuídos ao baixo nível de força apresentado durante os testes, em função do pouco treinamento de força realizado pela equipe. Assim como, pelo teste de 1 RM não parecer ser o melhor para predizer performance em corridas de velocidade, por constituir – se um teste que mensura Força Máxima e as maiores correlações apresentadas com a velocidade, são encontradas na Força Rápida. Contudo, recomendamos futuras investigações acima do problema apresentado.

Bolsonaro Ferreira Lima, C B F L; Kelli Siviero, E K S - A importância do exercício do Yoga em mulheres adultas na faixa etária de 40 a 90 anos

Instituição: Fafibe- Bebedoro, SP

O Yoga vem se desenvolvendo e evoluindo em diversas manifestações, mas devemos atentar para o fato de que toda a prática de Yoga precisa ser entendida tanto como um método, quanto um resultado a ser atingido. Portanto, o objetivo desse trabalho foi o de verificar os benefícios e a importância dos exercícios do Yoga em se tratando de ansiedade traço e grau de dores e tensões musculares. Foi realizada uma pesquisa de campo, e selecionadas mulheres adultas na faixa etária de 40 a 90 anos. Dividiu-se as participantes em três grupos sendo que o primeiro grupo (G1) realizou as atividades do Yoga com exercícios respiratórios do Yoga, o segundo(G2) realizou as mesmas atividades sem contudo os exercícios respiratórios do Yoga e o terceiro (GC) não realizou as atividades e os exercícios respiratórios, sendo este um grupo controle. Para a coleta de dados foi aplicado o Questionário Diagnóstico que avaliou pontos de dores e tensões musculares e o IDATE II que avaliou o grau ansiedade-traço das participantes. Estes dois materiais foram aplicados no início da pesquisa de campo e reaplicados após quatro meses de coleta. Os dados foram tratados de forma quanti-qualitativa, propiciando indicações que mostraram diminuição de pontos de dores e tensões musculares tanto no grupo G1 como no G2, já no grupo GC não houve melhora e sim aumento de pontos de dores. Quanto à ansiedade-traço, não ocorreram mudanças em nenhum dos três grupos. Dessa forma, comprova-se que o Yoga contribuiu para melhora de dores e tensões musculares das participantes desta atividade e não alterou a ansiedade-traço t das participantes dos três grupos. Palavras-chave: Yoga. Prānāyāmās. Ansiedade-traço. Dores e tensões musculares.

Bonatelli, L. G.; Vieira, G.; Lima-Silva, A. E.; De-Oliveira, F. R. - Caracterização fisiológica do teste de 400m na remada do BODYBOARDING

Instituição: Laboratório de Pesquisa Morfo-Luncional - LAPEM – UDESC

Introdução: O bodyboarding (BB) é um esporte com grande desenvolvimento nas últimas décadas, com a necessidade de estudos de métodos de avaliação de componentes de aptidão específica para os atletas praticantes. Objetivo: Caracterizar o grau de esforço e as respostas fisiológicas no teste da remada de 400m no BB (Tr400). Metodologia: Sete atletas, de ambos os sexos (22,9 ± 2,1 anos; 170 ± 5 cm; 61,2 ± 6,4 kg; 16,5 ± 4,9 % de gordura), de nível recreacional amador e profissional, foram submetidos ao Tr400, em uma piscina de 25 metros (temperatura da água 24,1 ± 1,3°C). O atleta iniciava o teste em repouso deitado sobre a prancha, contornando a bóia à frente de cada borda sem tomar impulso na mesma, buscando percorrer a distância no menor tempo possível. As bóias estavam a 2,5m na frente de suas - modelo@respectivas bordas. A FC foi mensurada utilizando o Polar S610, com registro de dados a cada 5s. Para a medida do lactato sanguíneo ([La]) foi utilizado o lactímetro YSI® 1500, sendo realizadas as coletas de lactato no minuto posterior à finalização do teste, com a identificação imediata da percepção subjetiva de esforço geral (PSEG), específica para os membros superiores (PSEmmss) e específica para membros inferiores (PSEmmii) através da escala de Borg de 10 pontos. Foi utilizada a análise de correlação linear de Pearson para determinação do grau de associação entre as variáveis. Resultados: As evidências obtidas caracterizaram o teste como sendo realizado em esforço máximo, com a frequência cardíaca de pico (FCpico) de 184 ± 11 bpm (95,6 ± 6,7% da FCmáx predita, [La] de 11,1 ± 2,2 mmol/L e tempo total (TT) do esforço de 445,6 ± 51,5 seg. A PSEG (6,5 ± 2 pontos), a PSEmmii (7,5 ± 2 pontos) e a PSEmmss (5,5 ± 3,5 pontos) apresentaram associação inversa com a FCpico, porém somente a associação da PSEG com a FCpico foi significativa (r= -0,80, p<0,05). A PSEG e a PSEmmss apresentaram associação significativa (r= 0,83, p<0,05). Não foram encontrados correlações significantes entre as concentrações de lactato [La] com FC, PSE e tempo total do teste (TT), tão pouco da FC com PSE e TT. Conclusão: O teste é realizado em domínio fisiológico acima do máximo estado de equilíbrio, com grande exigência cardiovascular, podendo ser enquadrado como predominantemente aeróbio.

Bonfá, A.C.R.; Darido, S.C. - A concepção de saúde de alunos do Ensino Fundamental

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A discussão relativa à Educação Física escolar e a perspectiva da saúde não estão sendo tratadas com frequência e aprofundamento necessários para a compreensão do seu papel no interior da escola. Nesse sentido este estudo procurou verificar qual a concepção de saúde dos alunos de uma 6ª série do Ensino Fundamental, antes do desenvolvimento de um

programa de saúde nas aulas de Educação Física escolar por um bimestre, e verificar quais as principais mudanças ocorridas em relação a esta concepção. Dentre as diferentes formas de pesquisa na abordagem qualitativa, o referencial teórico e metodológico adotado no presente estudo foi o do tipo pesquisa-ação. Neste sentido, a busca dos dados, e o processo de apreensão da realidade serviu de subsídios para que, nas aulas de Educação Física escolar, pudesse haver um salto qualitativo, especialmente na construção de alternativas no tratamento de conteúdos relacionados à saúde enquanto um dos objetivos da Educação Física escolar. A pesquisa foi realizada no contexto escolar, sendo os sujeitos da pesquisa alunos de 6ª séries do Ensino Fundamental, de uma escola da Rede Pública Estadual de Ensino de São Carlos. A coleta de dados foi realizada durante as aulas, e foram consideradas para a análise também informações levantadas por meio de questionário e entrevista com os alunos. É interessante observar que os aspectos relacionados à beleza, força e esportes apareceram ao longo do desenvolvimento das aulas e não nas entrevistas realizadas inicialmente. Assim depreende-se que as características de quem tem saúde para os alunos se aproximam da estética e do esporte rendimento. Indiretamente, pode-se confirmar por meio de um trabalho desenvolvido na sala de aula que para estes alunos, o conceito de saúde, ou “ser saudável”, antes do desenvolvimento do programa, estava relacionado a quatro fatores: Beleza – ou ao padrão de beleza imposto pela mídia, pois escolheram como exemplo de pessoas saudáveis figura de modelos magras; Força – como exemplo, utilizaram várias imagens de homens fortes.; Esporte – todos escolheram imagens de esportistas famosos, e ausência de doenças. Após o desenvolvimento das aulas pode-se verificar que haviam ocorrido mudanças no conceito de saúde, sobretudo quando foi solicitado aos alunos a escolha de pessoas saudáveis. Assim, depreende-se que houve ampliação do significado de saúde a partir da implementação de um programa de saúde nas aulas de Educação Física escolar.

Bonfante, I.; Souza, E.; J., D.; Moraes, A.; Reis, R.; Silva, T. - Nível de IMC em alunos de Educação Física

Instituição: Puc-Campinas-Faefi

Introdução: A obesidade influencia na vida do ser humano de maneira negativa, pois é um fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis. Um dos instrumentos para determinação dos níveis de obesidade do indivíduo é o índice de massa corpórea (IMC), obtido através da relação entre peso e estatura, desconsiderando massa gorda e massa magra. **Objetivo:** Verificar os níveis de obesidade de alunos de Educação Física de uma faculdade da região de Campinas. **Metodologia:** A amostra foi composta de 64 alunos do sexo masculino com idade média de 24 ± 4 anos e 30 alunos do sexo feminino com idade média de $22 \pm 2,3$ anos. **Resultados:** Verificou-se que na amostra masculina 59,38% apresentaram peso normal, 37,50% sobrepeso e 3,13% obesidade I. Na amostra feminina 13,33% apresentaram baixo peso, 80% peso normal e 6,67% sobrepeso. **Conclusão:** Observou-se que os homens apresentaram um índice de sobrepeso e obesidade maior (40,62%) do que as mulheres (6,67%). Porém na amostra das mulheres verificou-se que algumas estavam com baixo peso (13,33%). Dessa forma o estudo demonstrou que, apesar da maioria das pessoas acreditarem que os alunos do curso de Educação Física estão dentro dos padrões normais de peso, existem alunos que medidos através do IMC, apresentam-se fora desses padrões. Portanto, mesmo no curso de Educação Física existe a necessidade de uma intervenção dos profissionais qualificados, afim de, orientar esses alunos para que possam chegar ao seu peso ideal. **Palavras chave:** Educação Física, índice de massa corpórea.

Borges, L.J.; Benedetti, T.R.B. - Mini-exame do estado mental dos idosos participantes do Projeto Idoso Ativo

Instituição: NuCIDH/UFSC - Núcleo de Cineantropometria e Desempenho Humano

Introdução: O processo de envelhecimento pode ser acompanhado pelo declínio das capacidades tanto físicas como cognitivas dos idosos. Em relação à saúde mental, as desordens mentais comprometem 20% da população idosa, entre as quais se destacam a demência e a depressão. **Objetivo:** Avaliar o estado mental dos idosos participantes do Projeto Idoso Ativo nas Unidades Locais de Saúde em Florianópolis. **Métodos:** A amostra foi distribuída em 2 grupos em relação a faixa etária: G1= 60 a 69 anos (n= 45) e G2= 70 a 86 anos (n= 41). Para escolaridade a amostra foi dividida em analfabetos e alfabetizados. Utilizou-se o instrumento de triagem Mini-exame do Estado Mental (MEEM), que avalia a presença ou não de alterações cognitivas mediante sete categorias: orientação para tempo, orientação para local, registro de 3 palavras, atenção e cálculo, lembrança das 3 palavras, linguagem e capacidade construtiva visual. Os pontos de corte utilizados são os sugeridos por Bertolucci e col. (1994) sendo: 13 pontos para analfabetos, 21 para escolaridade de 01 à 03 anos, 24 para escolaridade de 04 à 07 anos e para mais de 08 anos de estudo 26 pontos. A coleta de dados foi realizada no período de julho a agosto de 2006. Aplicou-se o Teste “t” de student para amostras independentes e pareado ($p < 0,05$). **Resultados:** A

média de idade foi 69,2±6,6 anos e o MEEM foi 25,94±3,27. O MEEM para idosos do G1 foi 26,44±2,79 enquanto para o G2 25,39±3,68. Os resultados obtidos apresentam médias superiores aos pontos de corte sugeridos para analfabetos e para aqueles com menor número de anos de estudo formal. Verificam-se ainda diferenças estatísticas significantes entre os dois grupos ($p=0,040$). Quanto à escolaridade o MEEM dos idosos analfabetos foi 21,40±2,87 e dos alfabetizados 26,54±2,83, detectando-se diferença estatisticamente significativa ($p=0,000$). Ao relacionar MEEM dos analfabetos e alfabetizados dos grupos G1 e G2, também verificou-se diferença significativa ($p=0,007$; $p=0,015$). Conclusão: A idade e escolaridade influenciaram no MEEM. Dessa forma, faz-se necessário o acompanhamento desses sujeitos facilitando a detecção de alterações cognitivas com o envelhecimento e auxiliando a prática clínica. Palavras-chave: MEEM, idosos.

Borges, L.J.; Benedetti, T.R.B. - Rastreamento de sintomas depressivos nos participantes do Projeto Idoso Ativo

Instituição: NuCIDH/UFSC - Núcleo de Cineantropometria e Desempenho Humano

Introdução: A depressão é um das doenças psiquiátricas mais comum entre os idosos. No Brasil, aproximadamente 10 milhões de idosos sofrem de depressão. Objetivo: Realizar rastreamento de sintomas depressivos em idosos participantes do Projeto Idoso Ativo nas Unidades Locais de Saúde em Florianópolis. Métodos: A amostra foi composta por 86 idosos (73 do sexo feminino; 13 do sexo masculino), que foram distribuídos por faixas etárias (60-69 / 70-79 e mais que 80 anos). O instrumento utilizado foi a Escala de Depressão Geriátrica de Yesavage, versão simplificada contendo 15 perguntas, sendo a coleta de dados realizada no período de julho a agosto de 2006. Foram realizadas análises descritivas para identificação da amostra e análises de variâncias entre estado civil e faixas etárias, teste de Tukey com intervalo de confiança de 95%. Resultados: Os idosos apresentaram em média 69,27±6,58 anos de idade, sendo que a maioria (52,3%) encontra-se na faixa etária de 60-69 anos. Em relação ao estado civil 57% dos idosos são casados; 34,9% viúvos; 5,8% separados e 2,3% solteiros. Para os sintomas depressivos 79,1% não apresentaram suspeita e 20,9% apresentaram suspeita à depressão. Dentre os sujeitos que apresentaram suspeita à doença 44,5% pertence a faixa etária 60-69 anos, sendo observado a mesma porcentagem para a faixa etária 70-79 anos. Em relação ao estado civil, os idosos casados apresentaram maior porcentagem (50%) para escores favoráveis à depressão. Pelas análises de variâncias não observou-se diferença significativa quanto à presença de depressão entre faixas etárias e estado civil ($p>0,05$). Conclusão: A idade e a faixa etária não influenciaram os sintomas depressivos. Ressalta-se o elevado percentual encontrado para suspeita à depressão, sugerindo atenção do Programa e das políticas públicas do município, com objetivo de diminuir os sintomas depressivos dos idosos. Palavras-chave: sintomas depressivos, idosos.

Bortolozzo, J - Efeitos do exercício físico em mulheres adultas e idosas hipertensas

Instituição: FAM-Faculdade de Americana-Depto de Educação Física

RESUMO Este estudo teve como objetivo avaliar a eficácia da prática de exercícios físicos regularmente em mulheres adultas e idosas hipertensas, analisando os efeitos de algumas capacidades físicas como: força, flexibilidade, agilidade, resistência aeróbia, coordenação motora e os efeitos agudos e crônicos provocados pelos exercícios na pressão arterial sistólica e diastólica. Para tanto, foi utilizado como instrumento uma bateria de testes físicos da AAPERD, realizados nos meses de junho e novembro e aferição da pressão arterial antes e após os exercícios num período de 14 semanas. A pesquisa foi composta por 18 mulheres hipertensas, com média de idade de 62 anos, onde 15 participaram de todos os testes e aferiram regularmente a pressão. Os exercícios foram realizados 2 vezes na semana, no total de 1 hora por aula, com materiais adaptados e confeccionados pelo grupo Observou-se uma melhora bastante significativa em todos os testes físicos, com o controle no pós-teste ($p < 0,05$), exceto no teste de flexibilidade que o controle no pós-teste foi ($p > 0,05$). Na pressão arterial observamos uma redução bastante significativa na PAS e PAD aguda, como na PAS e PAD crônica, com o controle ao final das 14 semanas de ($p < 0,05$). Avaliando os resultados obtidos, concluiu-se que a prática de exercícios físicos regulares, realizados duas vezes na semana, com duração de 1 hora por sessão, contribuiu para uma melhora significativa nas capacidades físicas do grupo, bem como na redução significativa da pressão sistólica e diastólica aguda e crônica. Entretanto, das capacidades físicas estudadas, apenas a flexibilidade não teve uma melhora significativa.

Botezelli, JDB; Mello, MAR - Fosfatidilcolina, exercícios e adiposidade em ratos

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Em anos recentes, a aplicação tópica de fosfatidilcolina vem sendo empregada no tratamento de pequenos e moderados depósitos localizados de gordura. Embora a forma injetável de fosfatidilcolina não tenha sido aprovada para fins cosméticos no Brasil, o medicamento tem sido amplamente utilizado em academias e salões de beleza. Isso evidencia a urgência da realização de pesquisas visando a ampliar os conhecimentos sobre os efeitos da aplicação da fosfatidilcolina com objetivos cosméticos. Objetivo: Assim sendo, na presente comunicação são apresentados resultados referentes à avaliação dos efeitos da fosfatidilcolina, em sua forma comercial (LipostabilR), associada ou não ao exercício, sobre a gordura subcutânea anterior e a concentração sanguínea de triglicerídeos, em modelo experimental utilizado ratos. Metodologia: Para tanto, ratas adultas (90 dias), da linhagem wistar foram separadas aleatoriamente em 4 grupos: C= controle, CE= exercitadas (natação, 1 h/dia, 5 dias/semana, com sobrecarga de 5% do peso corporal, por 8 semanas), T= tratadas com fosfatidilcolina (Lipostabil Avantis Farma, injetado via subcutânea na região dorsal, uma vez por semana, 60 mg para uma área de aproximadamente 20 cm², por quatro semanas) e TE= exercitadas por 8 semanas em associação com tratamento com fosfatidilcolina nas primeiras 4 semanas. Foram avaliados os teores de gorduras no tecido adiposo subcutâneo anterior bem como a concentração sérica de triglicerídeos. Resultados: Os teores de gordura no tecido subcutâneo anterior [mg/100mg] foram ligeiramente menores no grupo TE (20,1 + 2,9) que nos demais (C= 22,1 + 2,0; CE= 23,4 + 2,0; T= 21,8 + 4,0). O mesmo foi observado em relação às concentrações séricas de triglicerídeos [g/L] (C= 19,3 + 4,3; CE= 19,1 + 6,9; T= 20,4 + 6,9; 16,6 + 4,0). Conclusão: Tais resultados preliminares sugerem que a aplicação tópica do medicamento pode exercer efeitos sistêmicos. Mais análises são necessárias para confirmação dessa hipótese.

Apoio Trabalho: CNPq/ PIBIC

Bottari, F; Castro, G; Pace, A; Silveira, S; Moiola, A - Qualidade de vida: a busca pelo equilíbrio físico e mental através da atividade física

Instituição: UNIRP

Os avanços tecnológicos têm como objetivo contribuir com a melhora da vida da população. No entanto, esses avanços evidenciaram o aparecimento de algumas enfermidades, as “doenças modernas”. O estresse, a ansiedade, o sedentarismo e a depressão são alguns exemplos. Crianças não trocam seus videogames e computadores por brincadeiras que exijam a movimentação e a destreza do corpo e fortalecem as inter-relações pessoais. Cada vez menos as pessoas dedicam tempo para si mesmas, valorizando uma alimentação saudável, o lazer, a cultura, a convivência social e a prática de atividades físicas regulares. Estamos passando por um período de transformação onde o ser humano tenta se reencontrar, elevar sua consciência e percepção, tornando-se mais íntegro. Segundo a medicina chinesa o ser humano é composto de energia que circula por todo o corpo, e para que a pessoa esteja saudável - isto não significa, não apresentar doença - ela precisa que a energia esteja em equilíbrio. Assim, acreditamos que para se ter saúde é necessário o equilíbrio entre o corpo e a mente. Em meio a tudo isso, as atitudes das pessoas as direcionam para um novo caminho e como consequência uma nova vida. A civilização, apesar do avanço tecnológico e científico, tem se mostrado incapaz de vencer certas doenças. É neste momento que surgem, ou até mesmo ressurgem, práticas corporais alternativas como o Yoga, Tai-chi chuan e mais recentemente o Pilates. Este trabalho teve como objetivo analisar se os benefícios da prática regular da atividade física para o equilíbrio e o bem estar físico e mental estão ligados apenas a melhora da saúde ou se o pressuposto da qualidade de vida está vinculada ainda aos aspectos físicos e emocionais. Para análise dos dados categorizados, com base na psicologia fenomenológica, utilizou-se da técnica denominada história de vida, na qual coletou o depoimento de um participante do sexo feminino, com idade entre sessenta e setenta anos e que pratica yoga regularmente. A partir da análise dos relatos apresentados, concluiu-se preliminarmente que, a busca pelo equilíbrio do corpo e da mente por meio de atividades corporais alternativas, reflete uma tendência atual, na qual as pessoas buscam uma saída para o isolamento social que a velhice proporciona. Essa tendência reflete a tentativa de transformação do ser humano para a sua formação holística, aí incluído também uma forte busca pelas relações interpessoais. PALAVRAS CHAVE: Qualidade de vida; história de vida, yoga; tai chi chuan; práticas corporais alternativas.

Brustolin, G.M. - Os conteúdos da educação física: análise do vestibular do proef 2004, à luz dos parâmetros curriculares nacionais

Instituição: Universidade Estadual de Campinas - Faculdade de Educação Física

Este trabalho foi realizado sob a orientação da professora Lívia Tenório Brasileiro, para a Conclusão de Curso (Graduação) em Educação Física pela Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas, durante o ano de 2005. Foram analisadas as respostas das questões referentes à educação física nas avaliações do vestibular para o ingresso no

Programa Especial de Formação de Professores em Exercício da Região Metropolitana de Campinas (PROESF), de julho do ano de 2004. Busquei encontrar a relação entre as respostas dadas pelas professoras e professores em exercício que participavam deste processo seletivo e os conteúdos da educação física propostos nos Parâmetros Curriculares Nacionais de Educação Física do primeiro e segundo ciclo, uma vez que a questão analisada referia-se a este documento. O método utilizado foi a análise documental, sendo no total analisadas 194 questões. Os dados coletados foram apresentados em citações de trechos das respostas, que conceituaram os conteúdos da educação física, e também em tabelas, devido à sua grande quantidade. As respostas apontaram grande relação com os três blocos de conteúdos da Educação Física apresentados nos Parâmetros Curriculares Nacionais de Educação Física – 1º e 2º ciclos (“conhecimentos sobre o corpo”; “esportes, jogos, lutas e ginásticas” e “atividades rítmicas e expressivas”). Os conteúdos relacionados aos “conhecimentos sobre o corpo” foram os mais citados, aparecendo em 143 respostas (a alternativa “a” da questão analisada pedia para se citar dois outros conteúdos além do esporte). Quanto aos conteúdos referentes ao bloco dos “esportes, jogos lutas e ginástica”, os jogos foram citados em 26, lutas em 5 e ginásticas em 18. Os conteúdos do bloco sobre “atividades rítmicas e expressivas” foram citados em 44 respostas como dança e em 3 como brincadeiras de roda. Na questão analisada pede-se para superar o conteúdo esporte, mas sem negá-lo, nas respostas os conteúdos citados e descritos, em sua maioria, têm relação com o bloco dos “conhecimentos sobre o corpo”, este bloco, além de englobar os outros dois, sugere que os conhecimentos sobre anatomia, fisiologia, bioquímica e biomecânica são essenciais para se conhecer o corpo. Assim, nota-se que a perspectiva da educação física na escola como atividade que trata apenas de aspectos corporais, ou seja, que auxilia no processo de higienização, aprimoramento, fortalecimento e conhecimento físico ainda está presente. Mesmo quando se tem a impressão de sair deste universo e temos como conteúdo citado a dança, em uma análise mais atenta percebe-se que esta vem como um meio para desenvolver o corpo, seu ritmo e suas habilidades, assemelhando -se ao modo como a dança é tratada pelos PCNs, ou seja, como uma forma de conhecer os movimentos corporais.

Busso, G; Daolio, J - A mediação pedagógica em educação física

Instituição: UNICAMP - Faculdade de Educação Física

O objetivo do estudo é compreender, no plano simbólico da cultura, como acontece a construção da mediação pedagógica na Educação Física Escolar. O pressuposto é que o ser humano vive em relação profunda com a cultura. Constrói saberes no contato com as pessoas de um determinado grupo social, como na família, na comunidade e na escola. Isto implica que a escola não é o único - muitas vezes nem o principal - contexto em que os alunos constroem saberes, pois quando a criança chega na escola, ela já possui uma bagagem de formas culturais adquirida em outros contextos extra-escolares que influencia na aula de Educação Física. Por isso, os professores desta disciplina atuam não apenas com saberes apreendidos durante a formação universitária, mas com saberes discentes. Desta forma, professores atuam como mediadores pedagógicos. Atualizam significados constantemente. Como eles constroem essa mediação pedagógica? Como estes saberes discentes influenciam a aula? Como os professores trabalham com estes saberes? Para responder estas questões, recorreremos à entrevista semi-estruturada para coletar dados docentes em escolas públicas de Campinas, São Paulo. Os dados coletados serão transcritos literalmente para a análise, dividida em três momentos: leitura da transcrição; agrupamento das informações em temas, de acordo com os sentidos próximos expressos a respeito da mediação pedagógica; e interpretação desses temas, baseada no diálogo entre o pesquisador e os sujeitos da pesquisa, isto é, na intersubjetividade promovida pela pesquisa, e no referencial teórico sócio-antropológico do estudo. Palavras-Chave: Educação Física Escolar; Mediação Pedagógica; Cultura.

Campos, E.Z.; Balikian, P.J.; Silva, L.B.; Simplício, S.T.F. - Correlação entre força de membros inferiores e performance em saltos verticais

Instituição: UNESP – Faculdade de Ciências e Tecnologia – Campus de Presidente Prudente - Unoeste

A força é imprescindível para o desempenho de atletas de várias modalidades, principalmente àquelas que requerem saltos, sprints, ou seja, deslocamentos com muita rapidez. Alguns autores verificaram que o treinamento específico para esta variável concorre para o aumento da altura atingida em saltos verticais (Bobbert, 1990 e Kyröläinen, 2003). Por isso, o objetivo do presente estudo foi verificar a correlação entre força de membros inferiores e performance em saltos verticais. No presente estudo participaram 19 futebolistas profissionais (idade= $20,4 \pm 2,3$ anos; massa = $70,3 \pm 6,0$ kg; estatura $178,4 \pm 5,6$ cm e percentual de gordura = $9,8 \pm 2,2\%$). Para mensurarmos a força de membros inferiores utilizamos o teste de 1-RM nos seguintes aparelhos: Leg Press /45° (LEG/45°), Cadeira Extensora (EXT) e Mesa Flexora (FLEX). O teste consistiu de três tentativas em cada um dos exercícios, entre cada tentativa houve um descanso de dois minutos, e a pausa entre os aparelhos foi de cinco minutos. O desempenho em salto vertical foi obtido pelo jump-test, no qual os futebolistas

realizaram três saltos nas modalidades Counter movement jump (CMJ) e Squat jump (SJ), separados por 30 segundos, e entre o SJ e o CMJ, um período de 2 minutos. Para tanto, utilizou-se uma plataforma de salto modelo ERGOJUMP ligada a um computador com software JUMP-TEST (UFMG) instalado. Para análise estatística foi usado o coeficiente de correlação de Pearson com nível de significância de $p < 0,05$. Não houve correlação entre extensora e Squat Jump e Counter Movement Jump (-0,20 e -0,01) e flexora com as duas modalidades de salto, -0,25 e 0,09, SJ e CMJ respectivamente. Houve correlação ($p < 0,05$) entre o Squat jump e o Counter movement (0,68) e entre o Leg Press /45° e o salto com contra-movimento (CMJ) de 0,48. A correlação encontrada entre a força máxima no teste de 1-RM e o Counter movement deve-se ao fato que, assim como o teste de força máxima, o desempenho no salto vertical com contra-movimento depende, além da força muscular, da coordenação neuromuscular, por ser um movimento explosivo. Sendo o resultado do presente estudo de acordo com a literatura recente que revela o treinamento de força um importante método para o aumento da performance de saltos verticais.

Campos, U.; Ribeiro, F.; Guanaré, C. - Análise da postura de escolares

Instituição: UFMA-Departamento de Educação Física-Pós-graduação em treinamento

Introdução: O estudo das afecções posturais no escolar é pertinente, pois na fase da adolescência os desvios posturais são mais frequentes, e podem trazer complicações fisiológicas e psicológicas. A intenção em realizar este estudo foi motivada pela necessidade de elaboração e implementação de um programa preventivo dos desvios posturais que ocorrem em alunos com idades entre 12 e 18 anos. A relevância do tema se justifica na medida em que se considera fundamental identificar os desvios posturais mais frequentes nessa faixa de idade, bem como verificar os aspectos teóricos sobre a postura que poderão servir de base na proposição de um programa preventivo de desvios posturais na escola. Muito se tem pesquisado e falado sobre esse tema, entretanto pouco tem sido feito no sentido de minimizar a incidência e a prevalência das afecções posturais em escolares em São Luís – MA. Objetivo: Determinar a prevalência dos desvios posturais nos alunos e propor um programa preventivo. Metodologia: A pesquisa do tipo quantitativa descritiva foi desenvolvida no período de junho a outubro de 2005, no ensino fundamental II (5ª a 8ª séries) do Colégio Educador na cidade de São Luís – MA. A seleção da amostra foi randomizada e estratificada (30% por série), sendo constituída por 84 alunos na faixa etária entre 12 e 18 anos que tiveram o termo de consentimento assinado pelos responsáveis. Foram elaborados dois instrumentos de coleta de dados para a pesquisa, um questionário e uma ficha de avaliação postural. A coleta de dados procedeu com a aplicação direta do questionário composto de questões sobre os dados de identificação, nível de conhecimentos dos escolares acerca de postura, postura sentada e no transporte do material, situação algica, e interesse em fazer parte de um programa de prevenção postural. Foi utilizado para avaliação postural, um simetrorógrafo da marca CARCI e uma ficha na qual foram registrados as observações pertinentes à pesquisa. Todos os voluntários foram pesados através de uma balança digital e verificados a estatura através de fita métrica. A avaliação postural realizou-se através de um exame na posição ortostática na direção cranial, através das vistas anterior, posterior e lateral. Durante a avaliação postural foi utilizado o teste de Adams para verificar a persistência de gibosidade. A tabulação e análise estatística dos dados foram processadas no programa Epi Info 2002, quantificadas as variáveis encontradas no questionário e na ficha de avaliação postural. Resultados: Mostraram uma prevalência do sexo feminino (73,0%) na amostra, devido a grande número de desistência dos alunos do sexo masculino. Um baixo nível de conhecimento sobre os tipos de desvios posturais em 38,1% dos alunos. Predominância da postura sentada nos apoios isquiosacral (50,0%) e isquiofemural (33,3%) considerados deletérios para a postura. Transporte do material escolar com mochila de apoio dorsal somente em 21,4% da amostra. Uma prevalência de atitude escoliótica em 42% dos alunos, escoliose estrutural em 15,5%, hiperlordose lombar em 22,6% da amostra e presença de dor na coluna em 64,3% dos alunos, sendo que 92,9% têm interesse em participar de um programa preventivo de desvios posturais. Pelos resultados obtidos ressalta-se a importância do desenvolvimento de um programa preventivo de desvios posturais na escola baseado no modelo de escola de posturas desenvolvido pela professora Maria Cláudia Gatto Cardia em 1990 na Universidade Federal da Paraíba. Consiste em um treinamento postural composto essencialmente por informações teóricas educativas, prática de exercícios terapêuticos e prática de relaxamentos. E como tal, adota um método terapêutico/pedagógico, com o foco principal na educação do indivíduo, pois acredita que é através do auto-conhecimento e auto-cuidado que se previne as algias e desvios posturais.

Caparroz, G. P.; Dias, V. K.; Schwartz, G. M.; Teixeira, H. M. C. - Afetividade e lúdico como fatores motivacionais em academias

Instituição: LEL - Laboratório de Estudos do Lazer - DEF/IB/ UNESP – Rio Claro

Vários fatores levam um indivíduo a procurar por práticas de atividades físicas em academias, sendo um deles, o desejo de aprimoramento nos níveis de qualidade de vida, que envolve o resultado das condições subjetivas do indivíduo nos vários âmbitos que abarcam sua existência, como, por exemplo, saúde física, vida social, trabalho, humor, entre outros aspectos. Da mesma forma que ocorre no aspecto físico, o bem-estar psicológico pode sofrer variações conforme o tipo de exercício realizado e com os fatores que envolvem esta prática, como, por exemplo, as estratégias didáticas, o ambiente, o próprio indivíduo e os profissionais envolvidos. No que tange aos fatores determinantes da qualidade na atuação desse profissional, muitas variantes são apresentadas, como o nível de formação técnica, o conhecimento pedagógico adequado e necessário e o modo como se relaciona com seus clientes, facilitando ou não o clima de prazer que envolve o praticante, representando, muitas vezes, fatores decisivos para a adesão ou manutenção na prática regular. Com base nesses aspectos, este estudo, de natureza qualitativa, investigou o papel da afetividade, juntamente com a inserção de atividades lúdicas, como fatores motivacionais da aderência e manutenção das atividades físicas em academias. O estudo desenvolveu-se com base em uma pesquisa exploratória, utilizando-se entrevista semi-estruturada, contendo perguntas abertas. Fez parte do estudo uma amostra intencional composta por 40 indivíduos adultos, frequentadores de academias, na cidade de Jales, SP, de ambos os sexos, como, também, oito representantes do corpo administrativo de quatro academias, situadas no centro da cidade de Campinas, SP, de grande e pequeno portes, as quais ofereciam as mesmas atividades físicas. Os dados foram analisados descritivamente, por meio da Técnica de Análise de Conteúdo Temático e indicam que, para 82,5% desta amostra, a alegria, a amizade e a afetividade desenvolvidas na relação professor-aluno são os fatores motivacionais que os levam até a academia e, sem esta motivação, dificilmente permaneceriam nestes programas. Outro dado relevante observado, é que o lúdico, mesmo que de forma sutil, vem ganhando espaço em academias, sendo que as de pequeno porte oferecem aulas temáticas em datas específicas, já as de grande porte, além dessas atividades já estarem inseridas no seu contexto, oferecem programas específicos para crianças, com aulas de recreação, jogos e brincadeiras, os quais visam, principalmente, ao aspecto do desenvolvimento motor e ainda, disponibilizam espaços para vivências espontâneas sob a supervisão de monitores. Com base nesses resultados, percebe-se a importância da presença do componente afetivo, como também, a necessidade da inserção do elemento lúdico durante as atividades oferecidas pelos profissionais nas academias. Torna-se premente que estes aprimorem seus conhecimentos referentes aos aspectos subjetivos na prática profissional em Educação Física, colaborando, assim, para a melhoria das relações interpessoais nas aulas, fomentando atitudes pró-ativas, capazes de implementar a qualidade de vida de praticantes.

Cardozo, A.S.; Souza Neto, S. - Docência: a dimensão atitudinal e o exercício da profissionalidade. Perspectivas para uma pedagogia do corpo e Educação Física para a paz

Instituição: Unesp - IB - Depto. de Educação

Atualmente, tem se observado que os contextos de indisciplina e violência estão inseridos no ambiente escolar, exigindo dos educadores novas perspectivas de trabalho. Com relação às aulas de Educação Física, este quadro não é diferente, pois esta questão aparece refletida no desrespeito as regras, valores e limites de suas atividades, deixando este espaço de ensino também em descompasso. Assim sendo, o educador tem que buscar meios eficazes para resolução destes problemas, de forma a não perder a autoridade, mas também não ser autoritário. No geral, o desenvolvimento deste projeto buscou contribuir com as reflexões referentes à formação de educadores e melhoria da educação frente aos problemas de violência, indisciplina, perda de valores e de referências por parte dos alunos da educação básica (ensino infantil e fundamental), nas quais necessitam da presença de uma axiologia; bem como de limites e responsabilidades docente. Especificamente este trabalho teve como objetivos compreender e identificar os diferentes aspectos que envolvem a dimensão atitudinal do professor em sua prática pedagógica, visando fornecer subsídios para o desenvolvimento de uma cultura de paz. Para este estudo, escolheu-se a pesquisa de análise qualitativa que supõe o contato direto e prolongado do pesquisador com o ambiente e a situação que está sendo investigada. No âmbito dessa investigação escolheu-se a pesquisa-ação (colaborativa) visando investigar as relações sociais e observar mudanças em atitudes e comportamentos dos indivíduos. Para a realização dessa pesquisa foram utilizadas as seguintes técnicas: a observação das aulas; análise de fonte documental, aplicação de questionário e entrevista com os docentes. Foi dado um enfoque especial ao material denominado de O Jogo do Dado do Amor relacionado com a dimensão atitudinal, abarcando uma afetividade e moralidade na proposta da Arte de Amar. Os participantes do estudo foram: o coordenador-pesquisador do projeto; a estudante formadora-pesquisadora e as professoras-participantes. As professoras participantes atuam na Educação Básica (Educação Infantil e Primeiras Séries do Ensino Fundamental) de uma Instituição Municipal da cidade de Limeira/SP. Embora elas sejam em torno de 31 docentes cabe ressaltar que nesse trabalho a coleta de dados privilegiou num momento o grupo como um todo e em outro momento se restringiu a quatro professoras, que desde o início participaram dos diferentes projetos, buscando averiguar se a pesquisa de intervenção estava conseguindo obter o resultado desejado. Os resultados foram organizados na forma de categorias (eixos

temáticos) relacionados à docência, corpo, dimensão atitudinal e proposta de projetos. Os dados coletados foram obtidos com as observações de aulas, os questionários, as entrevistas e fonte documental (relato das professoras; projeto político pedagógico da instituição). Entre as respostas dadas cabe ressaltar a proposta de um projeto interdisciplinar envolvendo a língua portuguesa, a arte e o movimento/educação física, bem como o dado do movimento/educação física para a paz, favorecendo a inserção de uma cultura de paz na escola. Como conclusão, este estudo conseguiu apresentar de forma geral, um diagnóstico sobre as docentes desta instituição compreendendo a docência, sua profissionalidade e sua dimensão atitudinal. A identificação da dimensão atitudinal se realizou através de reflexões na forma de um exercício aplicado (Jogo Dado do Amor). Com relação a questão da “pedagogia do corpo”, as docentes estão tendo um outro olhar para com a fragmentação deste corpo e estão, também buscando entender melhor a disciplina Educação Física elaborando projetos interdisciplinares.

Apoio Trabalho: Núcleo de Ensino - PROGRAD - Fundunesp

Carneiro, R.V.P.; Bassalobre, D.F.H. - Efeito da musculação sobre a massa corporal e qualidade de vida em mulheres idosas submetidas a reposição hormonal

Instituição: Unisalesiano - Lins - Depto de Educação Física

Introdução: À medida que envelhecemos, perdemos músculos e ganhamos peso em forma de gordura. Por esses fatores inúmeras mudanças hormonais que negativamente influenciam em seu estado físico e emocional. Acredita-se que um programa de treinamentos físicos pode influenciar positivamente. **Objetivo:** Este estudo pretendeu analisar a importância de um programa de exercício físicos, direcionados para perda de massa corporal e melhora da qualidade de vida em mulheres submetidas a reposição hormonal. **Métodos:** Participaram do estudo 25 mulheres, com média de 56,4 e 72 anos. O protocolo foi constituído de exames clínicos pré e pós-treinamentos, avaliações de qualidade de vida e composição corporal através de dobras cutâneas. A intervenção foi realizada em 3 sessões semanais (musculação), monitorados com frequencímetros para controlar as intensidades (baixa, moderada e alta). Os dados foram transformados em gráficos, os quais permitiram maior controle da frequência cardíaca em sua zona de treinamento para cada aluno. Eles foram estimulados e adaptados a permanecerem por período longo em sua zona de treinamento aeróbio. **Resultado:** A análise estatística revelou diferenças significativas nos resultados das avaliações, tanto na diminuição das porcentagens de gordura, quanto na melhora de qualidade de vida dessas mulheres. **Conclusão:** A musculação realizada em circuitos aeróbios e anaeróbios sem intervalos passivos revelou eficácia na perda de peso, diminuição de medidas e melhora no estado físico e emocional de pacientes submetidos a reposição hormonal. **Palavras-chave:** musculação; gordura corporal; qualidade de vida; idosos.

Carvalho, S.F.; Silva, S.A.P.S. - Educação Física Escolar e as possibilidades pedagógicas na perspectiva da motricidade humana

Instituição: USJT - Universidade São Judas Tadeu - Depto Educação Física

A área da Educação Física, em especial no âmbito escolar, teve grande desenvolvimento no Brasil nas últimas duas décadas. Inicialmente, a Educação Física na escola era considerada como uma área de atuação essencialmente prática, sem fundamentação teórica, com o passar do tempo a Educação Física escolar passou a ter suporte teórico de referenciais originais e criativos provindos das diversas áreas do conhecimento e de diferentes autores. Mesmo assim, estamos vivendo em um período de muita discussão sobre a Educação Física na escola. Pesquisadores e professores identificam uma crise de identidade pela negação de paradigmas existentes e ausência de novos que os complementem. Este período caracteriza-se pela busca de transformações quanto a questões filosóficas e didático-metodológicas. Em termos teóricos considera-se que neste início de século, estão sendo encaminhados para uma resolução, grandes dilemas paradigmáticos na área de Educação Física escolar. Cada vez mais é comum vermos pesquisadores da área indagados em encontrar a melhor forma de expressar ou transmitir os conhecimentos da Educação Física para o contexto escolar. As Abordagens Pedagógicas da Educação Física é um exemplo disto, pois podem ser definidas como movimentos engajados na renovação teórico-prático com o objetivo de estruturação do campo de conhecimentos que são específicos da Educação Física. As abordagens pedagógicas da Educação Física vem incorporando em sua estrutura um importante aporte dos conhecimentos advindos das Ciências Humanas, fato este que vem possibilitando a afirmação da Educação Física na escola como uma disciplina essencial de conhecimento ancorada na cultura e produtora de cultura. Nesta perspectiva humanista, o processo de estruturação ou

(re)estruturação das abordagens pedagógicas da Educação Física na escola vem em busca de compreender o ser humano contemporâneo que vive em um constante processo de superação e transformação. Sendo assim, acreditamos que a partir dos conhecimentos advindos da Motricidade Humana podemos discutir sobre uma abordagem pedagógica que dê suporte aos novos rumos da educação, que prevê a interligação de saberes e o respeito ao ser humano multidimensional. Portanto, o objetivo deste estudo é o de apresentar possibilidades de uma proposta pedagógica para a Educação Física escolar com base na Motricidade Humana. Para apresentar estas possibilidades pedagógicas, buscamos por meio de diversos referenciais bibliográficos, informações que possam esclarecer e trazer a tona discussões sobre as concepções comportamentais X fenomenológica, conteúdo, objetivos, estratégias e avaliação.

Carvalho, T.F. - Educação Física escolar: novos paradigmas da relação entre professores polivalentes e especialistas

Instituição: Unesp- FCT- Depto de Educação Física

Educar na contemporaneidade é privilegiar uma educação que possibilite o pleno desenvolvimento do aluno, contemplando múltiplas inteligências através das diferentes áreas do saber. A escola vem priorizando alguns aspectos que julga importante para a formação dos alunos, deixando em segundo plano as questões motoras, afetivas ou sociais, negando assim, uma educação de corpo inteiro. A Educação Física escolar é componente da educação básica e proporciona aos alunos vivências motoras, atreladas a visão de um indivíduo global e contempla a cultura corporal. Nas séries iniciais, o professor polivalente, é o responsável em ministrar aulas de Língua Portuguesa, Matemática, Ciências, História e Geografia, além de Artes, Educação Física e o que mais a escola oferecer. Em relação às aulas de Educação Física, este professor demonstra insegurança na sua prática pedagógica, provavelmente em função da ausência de conteúdos que tratem sobre esta disciplina no seu processo de formação. Há que se considerar também, as experiências vivenciadas por ele nesta área. A partir de estágios e projetos de pesquisa realizados no ensino fundamental e viabilizados através da Universidade Estadual Paulista, foi possível diagnosticar a ausência de manifestações corporais nas aulas de Educação Física, das escolas municipais de Presidente Prudente. Nesta cidade, são mais de sete mil crianças matriculadas entre as vinte e sete escolas municipais da região, porém há apenas onze professores especialistas em Educação Física, para atender esta demanda. O conhecimento dos aspectos demográficos e educacionais de segmentos populacionais específicos constitui-se, em alicerce para o estabelecimento de políticas, públicas ou privadas, voltadas para atender este contingente. Este estudo tem por objetivo analisar as dificuldades oriundas do processo de formação dos professores polivalentes e oferecer subsídios teóricos/práticos dos fundamentos básicos para a práxis pedagógica, na área de educação física. Ele apresenta abordagem qualitativa e denomina-se pesquisa-ação. A coleta de dados foi realizada através de questionário-entrevista com questões abertas e grupos focais, uma técnica de discussão que tem por objetivo revelar experiências, sentimentos e preferências. Os resultados discutidos demonstram que concepções inerentes ao discurso pedagógico revelam despreparo, dificuldades e insatisfação dos professores polivalentes em ministrar aulas práticas de Educação Física, por conta da condição, de não especialistas. A cultura da nossa sociedade, relacionada à prática de atividades físicas aumenta as barreiras para lidar com uma tradição, de que não há tempo a perder com brincadeiras, propondo a crença que a Educação Física não proporciona o pensamento e conhecimento. A ausência de disciplinas que discutam a Educação Física nos currículos dos cursos de formação de professores implica no distanciamento entre a teoria disseminada na formação docente e a prática educativa. Entretanto, a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional estabelece a Educação Física, como um componente obrigatório da educação básica, desde da alteração de sua redação em 2001, portanto na falta de professores especialistas, são os professores polivalentes, responsáveis para ministrar essas aulas. O paradigma do individualismo que campeia a formação, desvaloriza o corpo na escola e oferece a educação física o segundo plano. Em contrapartida, para que ela, seja uma disciplina valorizada como as outras, a luta pela obtenção de bolas, arcos e cordas, deveria ser correspondente à necessidade intrínseca à de giz e lousa. As teorias estão sendo tratadas de forma desvinculada das práticas, conduzindo a uma fragmentação do pensar/fazer, discurso/realidade. Esta relação sugere um excesso de discursos e pobreza das práticas. A relevância deste estudo demonstra-se pela preocupação com a formação de professores, uma vez que a preparação abrange todas as competências fundamentais para a práxis pedagógica.

Apoio Trabalho: Núcleo de Ensino

Castello, V.M; Roncada, J.; Ventura, P.; Oliveira, F. I. S - Educação com Diversão: educando através de jogos

Instituição: UNESP/DEF/Bauru

O grande número de crianças carentes presentes em nossa sociedade nos faz perceber o crescimento de projetos sociais que beneficiam grande parte dessa população, trazendo propostas de lazer e educação fora da instituição escolar. Esses projetos pretendem não somente educar, mas estimular outras habilidades nas crianças através do lazer, possibilitando liberdade no sentido positivo de criar, imaginar, produzir bens culturais ou simbólicos, e através do jogo permite inventar e criar novas formas de viver mais aperfeiçoadas. Inúmeros benefícios têm alcançado os projetos que trabalham lazer e educação, com a preocupação maior em tornar mais eficazes a socialização, que implica o reconhecimento dos direitos alheios, e a formação que daria melhores oportunidades à vida nessa sociedade da qual fazem parte. Pensando nisso foi criado o projeto “Educação com Diversão”, realizado no Instituto Social São Cristóvão, localizado em Bauru/SP. Durante dez semanas foram desenvolvidas aulas temáticas de Educação Física com crianças de 7 a 14 anos, de uma única sala com aproximadamente 30 alunos, em espaços físicos variados (sala de aula, rua, praça), visto que o instituto não possui quadra ou pátio. O objetivo do projeto foi proporcionar às crianças, através das atividades programadas, lazer com conteúdos que melhorassem a consciência corporal ajudando a desenvolver as capacidades motoras, cognitivas e afetivas. Utilizando atividades físicas, jogos cooperativos e interdisciplinares colaborou-se também para o processo de socialização dos participantes. O método escolhido foi a utilização de jogos e atividades recreativas contendo amplitude de movimentos e tarefas motoras (correr, saltar, arremessar, chutar, equilibrar-se, etc.). Os princípios das atividades escolhidas, segundo as categorias conceitual, procedimental e atitudinal, foram: i) Princípio da Inclusão; ii) Princípio da diversidade. As condições encontradas na instituição são consideradas adversas para ministrar uma boa aula de Educação Física: a idade das crianças é bastante discrepante, contando com crianças e adolescentes, o que poderia dificultar o desenvolvimento das atividades tanto pelas características das diferentes idades quanto pelos diferentes níveis de desenvolvimento motor. Somando-se esses fatores à falta de espaço físico adequado e materiais necessários para a utilização durante as aulas, levam a crer que uma aula de educação física nessas condições dificilmente teria os mesmos resultados de uma aula realizada em uma escola com espaço físico, materiais, crianças de idade e níveis de desenvolvimento motor semelhantes. Ao fim de cada aula havia uma conversa com os alunos sobre os objetivos da mesma e o que ocorreu na prática, levando-os a pensar. Várias atividades foram desenvolvidas, com diferentes objetivos (aula com corda, aula sobre música, jogos cooperativos, oficina de brinquedos). No último dia de aula uma prova escrita foi realizada. Os alunos registraram o que aprenderam durante as aulas de Educação Física. Os resultados das provas e da observação dos professores durante as dez semanas apontam ser possível, mesmo com as condições adversas, desenvolver este projeto e observar uma melhora crescente no comportamento das crianças e em suas habilidades motoras. Pode-se, portanto, concluir que é possível ensinar através de jogos e brincadeiras utilizando-se poucos materiais bem como espaço físico definido.

Castro, D. H. G.; Pimentel, J. B.; Ramos, V. M.; Leitão, L. A.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - Adesão, manutenção e desistência no futebol feminino

Instituição: Universidade Estácio de Sá - Curso de Educação Física

Introdução: Atualmente, uma grande parte da população mundial pratica algum tipo de exercício, em sua maioria, através do esporte. Sendo este um dos acontecimentos sociais e culturais mais importantes do século. Nos dias de hoje, manifestações políticas, econômicas e sócio-culturais de uma sociedade podem ser analisadas através do esporte. Tendo em vista toda a aceitação acerca do esporte, é relevante saber que o futebol desde seu surgimento não parou de evoluir, pois atravessou diversos países, como China, Japão, Grécia, Itália, França e Inglaterra, sendo este último o país onde adquiriu novas características e regras. Atualmente, o futebol no Brasil desperta a atenção de milhões de pessoas sendo jogado praticamente em todo país. Porém um dos aspectos menos conhecidos da história do futebol no Brasil diz respeito à inserção da mulher nesse universo eminentemente masculino. Objetivo: Identificar os fatores para adesão, manutenção e barreiras seguidas de possíveis desistências de adolescentes praticantes de futebol feminino no Rio de Janeiro. Metodologia: O estudo caracterizou-se como descritivo com o cunho levantamento de dados. Para tanto, foram entrevistas 99 jogadoras com idade a partir de doze anos e no mínimo seis meses de prática. Os dados correspondentes a onze perguntas (somente uma aberta) foram tratados através da análise descritiva (frequência relativa). Resultados: Como resultados a pesquisa demonstrou que o início da prática se deu em função de 57,50% das voluntárias gostarem da modalidade, sendo este também o principal fator de manutenção, assim como a identificação com a competição e o treinador. Do total de entrevistadas somente 61,86% apresentavam algum parente que já havia praticado futebol e 98,99% declararam ter amigos também praticantes e 93,94 assistem aos jogos televisionados. A variável Manutenção apresentou predominância do Gostar de Futebol (182 pontos), seguido de Gostar de Competição (176 pontos) e Gostar do Treinador (159 pontos). Como fatores para a desistência, pode-se observar as maiores pontuações para Notas Baixas na Escola (205 pontos), Influência dos Pais (194 pontos) e Relação Ruim com Colegas (177 pontos). Conclusões: Constatou-se que o início da prática se deu em função daquelas voluntárias gostarem da modalidade, sendo este também o principal fator de manutenção, assim como a identificação com a competição e o treinador. A consolidação da desistência caracterizou-se pelos critérios: notas baixas na escola, a influência dos pais e possíveis relações não agradáveis na equipe. Com base nos

resultados da pesquisa, recomenda-se, visando a continuidade do estudo, a elaboração de uma amostra, bem como a realização de coleta de dados objetiva no tempo, assim a veracidade das respostas poderá ser sempre verificada, levando a redução de erros de interpretação.

Castro, J. C. M.; Ramos, A. T.; Costa, F. C. H.; Ferrreira, C. A. A. - Efeito da duração do intervalo de 1 minuto e 2 minutos entre as tentativas para determinação da sobrecarga máxima

Instituição: Universidade Estácio de Sá - Curso de Educação Física

Introdução: A força e a resistência muscular são importantes para a saúde e aptidão física, pois capacita os indivíduos a praticar atividades de lazer fisicamente e manter a independência funcional. Com o objetivo de retardar o processo de envelhecimento que gera uma perda mineral óssea, o trabalho de força vem sendo empregado de forma regular em todas as prescrições de treinamento para adultos de ambos os gêneros, crianças e principalmente em idosos. Objetivo: Comparar o efeito da duração dos intervalos de 1 minuto e 2 minutos entre as tentativas para determinação da sobrecarga máxima para o teste de 1 repetição máxima (1RM) no exercício supino e investigar se as cargas encontradas no teste divergiam-se nos intervalos respectivos. Metodologia: A pesquisa caracterizou-se como quase experimental sendo a seleção dos voluntários inicialmente de forma aleatória, participaram deste teste 10 indivíduos do gênero masculino, todos com experiência mínima de 6 meses de treinamento de força (musculação) numa academia localizada na Ilha do Governador (Rio de Janeiro). Após isto, realizou-se o teste de familiarização, para posteriormente ser aplicado o estudo. Estes dez indivíduos treinados foram divididos em 2 grupos de 5, no qual um grupo realizou o teste de 1RM com tempo de intervalo de 1 minuto (T1), e o outro com 2 minutos (T2), e após 48h de descanso na terceira e última sessão, o grupo de 1 minuto realizou novamente o teste, porém com 2 minutos de intervalo e vice-versa. Com intuito de reduzir a influência dos fatores intervenientes recomendou-se que os voluntários não realizassem exercícios físicos, consumissem álcool ou alimentassem 2h antes da realização dos testes. Para estabelecer a carga máxima no teste de 1RM, utilizou-se o equipamento Smith (Rightho®, Brasil), uma barra (Rightho®, Brasil) e anilhas de 1 até 20 Kg (Vitória®, Brasil). O teste foi conduzido conforme o protocolo proposto por Ushida (2003) O tratamento estatístico foi dividido em análise descritiva com média (X), desvio-padrão (sd), mínimo (Mín), máximo (Máx) e erro padrão (EP) e inferencial através da comparação entre médias. Resultados: Nos testes de 1RM realizados com intervalo de 1 minuto observou-se na carga os seguintes valores X=49, sd=11,4, Mín=35, Máx=71 e EP=3,6; nas repetições X=3,9, sd=0,73, Mín=3, Máx=5 e EP=0,23. Nos testes com 2 minutos de intervalo os valores X=51, sd=10,4, Mín=38, Máx=70 e EP=3,3; nas repetições X=4,3, sd=0,82, Mín=3, Máx=5 e EP=0,26. Após a análise dos dados verificou-se que os resultados dos testes de familiarização e dos re-testes não apresentaram diferença na sua variabilidade quando utilizado 1 e 2 minutos de intervalo. Nos testes (TF, T1 e T2) as médias de carga e repetições apresentaram uma pequena diferença. Entre os grupos a variação média de carga foi de 0,8 kg e de repetições de 0,5 kg, não sendo significativa para $p < 0,05$. O desvio padrão para TF e T1 foi de 11,4 e para T2 de 10,4, e o erro padrão também não se apresentou com grandes diferenças (TF e T1 de 3,6 e T2 de 3,3). Conclusões: Após a análise estatística dos resultados não foram observadas diferenças significativas nas cargas utilizadas com os diferentes tempos de = 0,05. Nos mesmos, foi comprovado que o intervalo proposto para intervalo de 1 minuto demonstrou-se suficiente sem comprometer a performance do executando, entretanto para cargas submáximas demonstrou-se a necessidade de intervalos maiores para a recuperação do teste ou exercício, pois, o voluntário entra em fadiga muscular mais rápido. Devido o atual estudo apresentar a pesquisa somente com o grupo do gênero masculino fisicamente ativos, convém realizar estudos similares com diferentes grupos de voluntários (gênero, idade e aptidão física).

Catib, N. - Danças circulares: uma proposta para os educadores da educação infantil - Rede Pública Municipal de Avaré

Instituição: FIRA - Faculdades Integradas Regionais de Avaré

Danças Circulares: Uma Proposta para os Educadores da Educação Infantil – Rede Pública Municipal de Avaré. Norma Ornelas Montebugnoli Catib. FIRA – Faculdades Integradas Regionais de Avaré. O presente relato abordará a experiência vivenciada pelos educadores da Educação Infantil durante o Curso de Capacitação promovido pela Secretaria Municipal da Educação de Avaré, cujo tema desenvolvido foi “Danças Circulares”. Esse encontro, com carga horária de doze horas, contou com cerca de cento e sessenta educadores. As Danças Circulares trazem na sua essência o amor e a comunhão entre as pessoas; são milenares, populares e tradicionais, dançadas por vários povos do mundo. Foram resgatas e pesquisadas pelo bailarino e coreógrafo alemão Bernhard Wosien, que ao inspirar-se nas danças folclóricas, encontrou o que vinha

procurando há muito tempo - “uma prática corporal mais orgânica para poder expressar seus sentimentos”. O grande poder das Danças de Roda é transmitidos através das mãos dadas, fazendo com que a energia flua entre todos os participantes, levando-os a interagirem consigo mesmo, com o outro e com o meio, compartilhando assim, momentos de introspecção e extrospecção. A musicalidade e o ritmo de cada dança com sua devida historicidade são vivenciados com alegria, beleza, leveza e plenitude, propiciando a cada ser presente uma busca pelo seu auto-conhecimento, auto-respeito e até mesmo autocura diante da própria vida. Enfatizou-se como principal objetivo proposto, o oferecimento de subsídios teórico-práticos como agente sensibilizador, a fim de enriquecer e proporcionar aos educadores a oportunidade de vivenciarem e refletirem os inúmeros benefícios trazidos pela Danças Circulares, utilizando assim elementos fundamentais dessa linguagem corporal junto às crianças da Educação Infantil. Durante o desenvolvimento da capacitação, foram ministradas aulas expositivas e práticas que culminaram em uma análise reflexiva dos professores perante às práticas corporais. Os educadores relataram seus sentimentos após vivenciarem as Danças Circulares, tornando-se possível notar a influência desses encontros através dos registros feitos pelos mesmos. Citaremos aqui apenas alguns deles: “Perceber a relação entre as pessoas, como os olhares, as imagens, enfim a necessidade do companheirismo para a realização das danças”. “As Danças Circulares acolhem, as pessoas, proporcionando a oportunidade de estar em contato direto com os colegas, além do ritmo ser caloroso, calmo e reflexivo”. “Refletir sobre a vida, sentir o amor, a paz e união, pois as Danças me fazem compreender e sentir alegria de viver e de poder transmitir às pessoas e às crianças. Que o Espírito de Vida esteja sempre presente em nosso ser”. “As músicas transmitem paz e harmonia e os passos fazem com que as pessoas se toquem e transmitam energia, carinho e alegria”. “As diferenças se tornam minúsculas diante de tanta paz vinda da sabedoria”. “Poder viajar por várias culturas através da danças, é muito bom!” “As Danças trouxeram a sensação de paz e de interação, sendo muito gostoso sentir toda essa energia. Espero que as crianças também possam compartilhar desses sentimentos”. “Dançar em círculo trará às crianças atenção e concentração”. “Sinto nessas Danças, momentos que liberam todos os sentimentos”. “Foram momentos únicos, na qual o professor consegue estar em contato com o belo e o mágico, demonstrando sensibilidade e harmonia”. “As Danças Circulares tem um jeito especial de sentir, envolver a alma e o espírito, nos colocando assim em sintonia com o Criador”. No último dia do encontro entre os educadores, percebeu-se maior entrosamento e harmonia entre os componentes do grupo, os quais também se expressaram verbalmente sobre sua felicidade ao conseguirem perceber seu próprio corpo e até mesmo a importância do mesmo. O repertório trabalhado durante a capacitação dos educadores, foi introduzido em todas as Unidades Municipais de Ensino na cidade de Avaré.

Cerencio, M.M.; Dantas, L.E.P.B.T. - A influência de um programa de atividade rítmica e expressiva na disciplina de educação física

Instituição: EEFÉUSP

Ritmo é o nome dado à frequência temporal que caracteriza muitos fenômenos cíclicos. Para diversos autores ritmo é um aspecto crítico na organização do movimento (HUFF, 1972; THOMAS, MOON; 1976). Tanto atletas de esportes coletivos, quanto nadadores e bailarinos apresentam melhor desempenho em testes de capacidade rítmica (COOPER, GLASSOW; 1976) que indivíduos sedentários e indivíduos treinados não profissionais. O ritmo também vem sendo relatado como crucial para o aprendizado de habilidades motoras. Este estudo teve por objetivo avaliar a influência de um programa de atividades rítmicas e de um programa de atividades rítmicas e expressivas para a educação física escolar no processo de desenvolvimento infantil. Inicialmente foram analisadas a capacidade rítmica e desenvolvimento motor de 69 alunos do Ensino Fundamental - Ciclo 1, com idade média de 8,27 (0,32) anos. Os alunos foram divididos em três grupos: Grupo Auto-Testagem (GA), n=21, com programa de educação física baseada na abordagem desenvolvimentista (KOKOBUN, TANI, PROENÇA; 1998), Grupo de Atividades Rítmicas (GR), n=25, com programa de educação física com atividades adaptadas de Dalcroze (DERRI, TSAPAKIDOU et alli; 2001) e Grupo de Atividades Rítmicas e Expressivas (GRE) com programa de atividades rítmicas e expressivas construído coletivamente por 4 professores de educação física e dança. Os alunos foram avaliados (pré e pós-teste) através do Körperkoordinationstest für Kinder – KTK (KIPHART E SCHILLING, 1976) e um teste de capacidade rítmica (DANTAS ,2006) composto de quatro tarefas: timing auto-controlado (TAC), timing sincronizatório com estímulo de intervalo 550ms (TS550), timing sincronizatório com estímulo de intervalo 825ms (TS825) e timing sincronizatório com estímulo de intervalo 1100ms (TS1100). O pré-teste indicou que os grupos não foram diferentes significativamente em nenhuma das tarefas testadas. O pós-teste da capacidade rítmica indicou que o GRE foi significativamente melhor ($p < 0,1$) que o GA nas tarefas de TAC, TS550. O pós teste do KTK não foi realizado devido a problemas imprevistos que resultaram na indisponibilidade da escola Os resultados do estudo demonstram de que as tarefas rítmicas, desenvolvidas dentro de contexto de aula regular de educação física, promovem uma melhora na capacidade ritma dos alunos.

Cerignoni Benites, L; Souza Neto, S - A concepção de prática pedagógica na docência universitária de um curso de Educação Física

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Esta pesquisa se insere nos estudos que abordam o tema “formação de professores”, apresentando como problemática: qual é o entendimento de prática pedagógica por parte de docentes do ensino superior em Educação Física e quais elementos contribuem para o processo de formação de professores do curso de Licenciatura em Educação Física. No âmbito da literatura, os indicativos encontrados em relação a prática pedagógica trazem subjacente a esta discussão a temática, sempre presente, da teoria e da prática, do subjetivismo e do objetivismo na delimitação da profissionalidade docente, dos saberes e das práticas. Face a este contexto, buscou-se averiguar a constituição da prática pedagógica na proposta de formação de professores do curso de Licenciatura em Educação Física da Unesp/ Rio Claro. Como procedimentos metodológicos escolheu-se a pesquisa de análise qualitativa do tipo estudo de caso, utilizando como técnica para a coleta de dados a fonte documental e entrevista, tendo inicialmente três docentes como participantes. Os dados foram averiguados contemplando à análise do conteúdo. As respostas obtidas apontaram para as perspectivas de que a prática pedagógica foi compreendida como: (a) uma construção que vai sendo galgada com os anos de experiência e (b) um discurso centrado na profissionalidade docente, em termos de comprometimento e preocupação com a formação do futuro professor. Todavia, a prática pedagógica acaba sendo um elemento que expõe alguns limites do processo de formação, tanto no que se refere ao que está sendo referendado neste estudo, quanto à formação que estes professores tiveram. Esses professores foram formados num contexto diferente do que é veiculado hoje, carregando em sua bagagem pedagógica raízes mais clássicas de abordagens de ensino. Porém, todo este ideário pedagógico contribui para a construção da identidade do professor, bem como de suas concepções de prática pedagógica. Na realidade, o que se encontrou foi um conjunto de normas e valores dentro de uma cultura pré-estabelecida que direciona o trabalho docente. Todo este inventário contribui para o mapeamento do que se entende por prática pedagógica e saberes docentes. Palavras Chave: Formação de Professores, Educação Física, Prática Pedagógica.

Cezar, F.A.; Oliveira-Ferreira, M.D.T; Pieruccini-Faria, F.; Silveira, C.R.A.; Caetano, M.J.D.; Moreira, A.P.M.; Vitória, R.; Simões, C.S.; Gobbi, L.T.B.; Gobbi, S.; Stella, F. - Risco de quedas e desempenho do teste PLM em idosos com doença de Parkinson

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

O envelhecimento é responsável pelo declínio das capacidades funcionais, que interferem na realização das atividades da vida diária. Mudanças nas funções orgânicas causam diminuição da capacidade perceptiva (visual, auditiva, vestibular e proprioceptivas), redução da flexibilidade e da força muscular. Estes declínios são fatores importantes na manutenção do equilíbrio, e conseqüentemente, afetam a condição postural adequada. O equilíbrio é uma função complexa que requer integração entre os sistemas sensorial e motor, cuja perda resulta em dificuldade na realização das tarefas da vida diária. No caso de idosos com Doença de Parkinson, além das alterações provocadas pelo envelhecimento, ocorre degeneração progressiva dos neurônios dopaminérgicos da parte compacta da substância negra nos núcleos da base, responsável pelas funções motoras. Os principais sinais e sintomas da doença de Parkinson são: acinesia, bradicinesia, rigidez e tremores de repouso. Estes sinais/sintomas interferem na realização das atividades da vida diária. Em protocolos clínicos e acadêmicos, a escala de Berg é comumente empregada para avaliar o equilíbrio em pacientes com doença de Parkinson; entretanto, o teste Posturo-Loquomotion-Manual (PLM) não tem sido empregado nesta população. Sendo assim, o objetivo deste estudo foi relacionar o risco de quedas com o desempenho no teste PLM em idosos com doença de Parkinson. Participaram deste estudo 11 idosos com Doença de Parkinson Idiopática (DPI) da comunidade rio-clarense, com idade média de $68,45 \pm 8,38$ anos, de ambos os gêneros. Os pacientes foram avaliados por um psiquiatra e classificados entre os estágios 1 e 2 da escala de Hoehn e Yahr. Para a avaliação do risco de quedas, a escala de equilíbrio funcional de Berg foi aplicada individualmente. Quanto maior o valor obtido nesta escala, menor será o risco de quedas. O teste PLM consiste em abaixar-se, pegar uma caixa no chão, levantar, andar uma distância de 1,82m e colocar a caixa sobre uma prateleira (STEG et al., 1989; JOHNELS et al., 1989). A altura da prateleira foi personalizada de acordo com a altura dos olhos do participante. A caixa tem as seguintes dimensões: 14,2 x 21 x 13,8cm e pesa 500g. O teste PLM foi realizado em 5 tentativas sendo 2 de prática e 3 de teste. A variável dependente deste teste foi o tempo que o indivíduo gastou para realizar a tarefa. O relacionamento entre o risco de quedas (escala de Berg) e o desempenho no teste PLM (tempo em segundos) foi realizado por meio do teste de correlação de Spearman, com um nível de significância de $p < 0,05$. A correlação de

Spearman revelou associação moderada, inversa e significativa entre o risco de quedas e o desempenho no teste PLM ($r = -0,694$; $p < 0,001$). Portanto, os pacientes que possuem menor risco de quedas realizaram o teste PLM em menor tempo. Considerando que o teste PLM requer controle postural e coordenação das subfases do movimento, pacientes com DPI em estágios iniciais foram capazes de executá-lo. Os resultados permitem sugerir que a avaliação do risco de quedas, por meio da escala de Berg, e o teste PLM sejam aplicados em pacientes com DPI. Agradecimentos: FINEP, CNPq, FAPESP, FUNASA e CAPES.

Chagas, J - Educação física na educação infantil e questões de gênero: experiências em uma emei de campinas

Instituição: Unicamp - Faculdade de Educação Física

Neste trabalho, relato experiências que tive como estagiária de Educação Física numa EMEI de Campinas durante o segundo semestre de 2006 com crianças de 4 a 6 anos. Neste período, refleti sobre as relações de gênero na Educação Infantil e procurei proporcionar às crianças experiências corporais diversificadas, que propiciassem outras relações entre meninos e meninas, questionando as fronteiras rígidas entre os gêneros. Nestas experiências introduzi atividades que objetivaram a aproximação das crianças através do toque, da identificação e reconhecimento de seu corpo e dos (as) colegas. Durante as aulas que ministrava, observei que as crianças, desde pequenas, reproduzem comportamentos socialmente tidos como masculinos e femininos. Isso se expressava através de discursos e ações, como, por exemplo, meninas brincando de boneca, de casinha ou pulando corda e meninos jogando futebol ou brincando de “polícia e ladrão”. Desde então, comecei a refletir sobre as relações de gênero e a Educação Infantil, buscando compreender como tais comportamentos são construídos e ensinados por nossa cultura, em particular dentro da escola infantil. Nesse sentido, através de minha experiência como estagiária, procurei refletir sobre como as relações de gênero são construídas na escola, local onde as crianças permanecem boa parte do dia. Como essas relações podem interferir nas práticas corporais propostas na escola? Ao realizar a pesquisa bibliográfica pude verificar o quanto este é um tema pouco discutido, o que me instigou, ainda mais, a realizar a pesquisa. Ainda são poucos os trabalhos que relacionam relações de gênero, Educação Infantil e Educação Física. Após buscar quais conteúdos da Educação Física poderiam ser trabalhados na Educação Infantil e observando os fatos que ocorriam durante as aulas, optei por trabalhar com técnicas de conscientização corporal, pois vi nestas a possibilidade de explorar e borrar as fronteiras construídas entre os gêneros. Logo, selecionei este tema por entender que a escolha dos conteúdos trabalhados na escola também pode ter o objetivo de promover a leitura da realidade, levando em conta o que determinou sua presença no programa de ensino. Tive total liberdade por parte da escola para trabalhar com as crianças. Assim, trabalhei com atividades que pudessem promover uma aproximação e um contato maior entre alunos (as), como, por exemplo, manobras de massagem e reconhecimento de articulações, as quais foram adaptadas à realidade das crianças. Desta maneira, por meio de brincadeiras “unissex”, a maioria das crianças participou das atividades sem questionar se aquelas brincadeiras eram de meninas ou de meninos. Apesar de, inicialmente, ser difícil unir meninos e meninas nas atividades em duplas, o trabalho produziu uma aproximação entre eles e elas. Um exemplo disso foi a formação de duplas mistas, as quais realizaram a aplicação da massagem um no outro sem resistência. Por outro lado, também ocorreram risos das meninas ao verem os meninos “rebolando” (durante exercício para reconhecimento dos movimentos da pelve). Tais reações nos mostram que as crianças já sabem distinguir essa separação entre o que é ser menino e ser menina construída culturalmente. Porém, as crianças são mais abertas para explorar outras formas de construção de si mesmos. Cabe aos (as) professores (as) propiciar experiências diversificadas a meninos e meninas, baseadas numa relação de igualdade entre as pessoas, independente do gênero. Ou, quem sabe, encontrar também, maneiras de discutir com as crianças por que e como são construídas as supostas diferenças entre homens e mulheres para que as crianças possam entender a lógica das questões de gênero e assim, poder contribuir para a construção de uma sociedade mais liberta de preconceitos relacionados a estas “diferenças”.

Chimin, P.; Araujo, G.G.; Pizzirani, G.; Camargo, B.H.; Gobatto, C.A. - Efeito do afastamento de três, seis e nove dias sobre valores de glicogênio muscular e hepático durante 12 semanas de treinamento de natação em ratos Wistar

Instituição: UEL - GEAFIT - Depto de Educação Física

O presente estudo teve por objetivo investigar o efeito do afastamento de três, seis e nove dias sobre valores de glicogênio muscular (sóleo e gastrocnêmio) e hepático em ratos da linhagem Wistar. Para isso foram utilizados 57 animais adaptados 1 °C em tanque cilíndrico por 4±individualmente ao meio líquido (31 dias com 2% do peso corporal (PC)). Os ratos foram

divididos em 5 grupos: Sedentário (GS) n=14, Treinado (GT) n=12, Destreinado 3 dias (GD3) n=11, Destreinado 6 dias (GD6) n=9 e Destreinado 9 dias (GD9) n=11. Os GT e GS treinaram por um período de 12 semanas tendo a frequência de 6 dias.semana-1 e 2 dias.semana-1 respectivamente. O GD3, GD6 e GD9 treinaram 6 dias.semana-1 durante 5 semanas sendo que a partir daí, os animais simularam uma situação de destreinamento por 3, 6 e 9 dias respectivamente, e retornaram até completarem as 12 semanas. O treinamento para os grupos foi realizado a 80% da Carga Crítica (Ccrit) individual encontrada em teste realizado antes do treinamento, e foi reajustada a cada duas semanas e meia. A Ccrit foi determinada através do intercepto-y pela linearização da hipérbole ($P = Ccrit + CTA \cdot 1/Tlim$) enquanto que a CTA correspondeu a angulação da reta. Após o período de treinamento os animais foram sacrificados para a coleta de frações pesando entre 25-23mg dos músculos sóleo e gastrocnêmio e 500mg de tecido hepático para determinação do glicogênio. Os resultados estão desvio padrão. Para análise estatística foi expressos em média utilizado ANOVA one-way e quando necessário, foi aplicado teste post hoc de Newman Keuls ($p < 0,05$). Os resultados mostram que não houve diferença significativa nos valores absolutos do glicogênio muscular $0,151, \pm (mg/100mg)$ em todos os grupos (Glicogênio sóleo: GS= $0,419 \pm 0,143$; $\pm 0,191$ e GD9= $0,342 \pm 0,222$, GD6= $0,457 \pm 0,241$, GD3= $0,515 \pm 0,481$ $0,173, \pm 0,236$, GD3= $0,572 \pm 0,168$, GT= $0,532 \pm$ Glicogênio gastro: GS= $0,453 \pm 0,124$). Por outro lado, a amplitude de $\pm 0,105$ e GD9= $0,408 \pm$ GD6= $0,415$ ganho percentual do GD3 foi sempre maior em relação ao GS (Sóleo - 19% de aumento e Gastrocnêmio - 21% de aumento) quando se compara o GD6 e o GD9 com o GS. Nenhuma diferença foi encontrada também nos valores de $0,126, \pm 0,146$, GT= $0,602 \pm$ glicogênio hepático (mg/100mg): GS= $0,549 \pm 0,253$. Pode-se concluir $\pm 0,203$ e GD9= $0,619 \pm 0,239$, GD6= $0,665 \pm$ GD3= $0,660$ partir dos resultados, que três dias de afastamento ao treinamento parece melhor recuperar os estoques energéticos musculares (%) em relação ao GD6 e GD9 quando comparado ao GS. Já os valores de glicogênio hepático não sofreram influências significativas ao longo de 12 semanas em todos os grupos.

Apoio Trabalho: FAPESP

Coledam, DH; Pinto, F; Santos, JW - Desenvolvimento da flexibilidade, impulsão vertical e agilidade, através da prática do futebol utilizando os métodos global e situacional.

Instituição: Universidade Estadual Paulista Campus Bauru

Introdução: Existem vários métodos de treinamento específicos para o desenvolvimento de cada capacidade física. Contudo, as capacidades físicas também podem ser melhoradas através de métodos não específicos, tais como a prática de jogos. Objetivo: O objetivo do trabalho foi verificar se a prática do futebol, realizada através dos métodos global e situacional, melhora a flexibilidade (FL), impulsão vertical (IV) e agilidade (AG). Metodologia: Participaram do estudo sete internos, idade = $13,4 \pm 1,4$ anos, da instituição RASC – Bauru – SP, Brasil, avaliados antes e após 25 aulas de futebol. As aulas foram realizadas duas vezes por semana com duração de 2 horas, baseadas nas metodologias situacional (através de situações de jogo) e metodologia global (jogo de futebol propriamente dito ou com adaptações às regras), não sendo realizado treinamento físico específico para nenhuma capacidade Física. A FL e AG foram avaliadas no mesmo dia, com intervalo de 20 min entre cada teste e a AG foi avaliada no dia seguinte. A AG foi avaliada através do teste de shuttle run, onde foi percorrida a distância de 9,14m quatro vezes seguidas. A FL foi realizada através do teste de sentar e alcançar da AAPHER e a IV através do teste de alcançar, considerando a diferença entre as alturas alcançadas com o salto e a posição parada, marcadas em uma parede. A realização dos testes foi precedida de aquecimento (5 min de trote leve, 5 min de exercícios envolvendo braços, pernas e tronco e 5 min de alongamento) considerando o melhor desempenho em três tentativas. A análise estatística foi feita através do teste-t pareado, considerando o nível de significância de 5%. Resultados: Os resultados demonstraram evolução significativa em todas as variáveis: AG = $11 \pm 0,4s / 10,8 \pm 0,4s$ (2%), a FL = $61,2 \pm 4,5 / 68,2 \pm 8,2cm$ (28,4%) e a IV = $38,2 \pm 8,3 / 42 \pm 5,2cm$ (11%). Conclusão: Apesar de não ter sido realizado nenhum treinamento físico específico com as capacidades físicas estudadas, a prática do futebol 2 vezes/semana, 2 horas/aula, utilizando a metodologia global e situacional em conjunto foi eficiente em melhorar a AG, FL e IV.

Cornachioni, T; Gama, M - Verificação da intensidade nas aulas de BodyPump em mulheres adultas.

Instituição: Unimep - FACIS - Educação Física

As academias de ginástica tem se preocupado em atender as expectativas de seus freqüentadores e aumentar a adedrência do seu público proporcionando novas aulas. O BodyPump é uma modalidade existente nas academias de todo o país. Dessa

forma nosso objetivo foi verificar a intensidade da aula de BodyPump em mulheres adultas. Foram avaliadas 10 voluntárias, praticantes de BodyPump, com idade entre 25 e 49 anos. Cada voluntária foi monitorada em 3 sessões diferentes durante toda a aula através de um monitor cardíaco. As coletas foram realizadas no início de música, 3 minutos após o início de cada música e após o término da música. A rotina da aula é composta por 10 músicas pré-coreografadas. Os resultados apresentaram 3 momentos de maior pico da frequência cardíaca (FC) nas músicas que trabalham agachamento, costas e afundo. Foi verificado que a FC se manteve entre 55% e 69% da FC máxima das voluntárias. Dessa forma sugerimos que a modalidade pode ser classificada como um exercício físico moderado, com uma resposta cardiovascular aumentada durante o trabalho realizado pelos grandes grupos musculares.

Corrêa, E.A.; Souza Neto, S. - Educação Física na escola de tempo integral

Instituição: UNESP/RC - I B - Mestrado Ciências da Motricidade

No ano de 2006 começou uma nova caminhada no que diz respeito à Educação no Estado de São Paulo e Brasil, com a implementação do projeto Escolas de Tempo Integral (ETI). Nesta proposta o aluno permanece nove horas na escola, sendo seis horas (aula) considerada como padrão e três horas (aula) destinadas às oficinas curriculares. A E.E. E.C.M.F localizada na cidade de Bariri – Sp é uma das escolas que participa do projeto de ETI com o ensino fundamental ciclo II (5ª a 8ª série). Dentre as oficinas curriculares propostas no projeto estão as atividades esportivas e motoras que se dividem em: esporte, ginástica e jogo. Entre as várias possibilidades que as oficinas curriculares (esporte, ginástica e o jogo) procurou-se dentro dos limites e das propostas educacionais desenvolver nas aulas de Educação Física atividades a partir dos interesses dos alunos e atividades do seu cotidiano (como o ir para escola de bicicleta). No decorrer do trabalho foram ministradas aulas temáticas relacionadas à Educação Física, através da vivência prática, análise de textos, reportagens, debates, pesquisas relatórios, etc. Diante deste contexto a aulas de Educação Física no período de Tempo Integral na E.E. E.C.M.F. vem demonstrar por meio de um trabalho sério e responsável que é possível concretizar uma efetiva diversificação das aprendizagens, que garanta as mesmas oportunidades educacionais a todos os alunos, salvo as exceções que merecem atenção em especial. Para tal ministrou-se aulas dinâmicas, com participação efetiva dos alunos, atividades desafiadoras e com nível de complexidade adequado a cada série e tempo adequado para realização. Proporcionou o convívio dos alunos com respeito, zelo, cooperação, contribuiu para que compreendessem as normas e regras que regem a escola e uma sociedade. A vivência nas aulas de Educação Física foi nítida a mudança observada de modo geral no comportamento dos alunos, principalmente no que se refere a “violência” (mesmo que de “brincadeira”) como chutes, socos, palavrões, falta de respeito com professores e colegas de classe, durante as aulas ou nos intervalos. Houve uma diminuição significativa dos níveis das ditas brincadeiras “violentas” dos alunos. Outro aspecto a se destacar é o aumento do interesse dos alunos na participação das aulas de Educação Física, uma vez que no início do ano (2006) havia um grande percentual (40% a 50%) de alunos que não participavam das aulas, este percentual foi diminuindo e no final do ano foram raros os que não participavam efetivamente das aulas (devido a motivos de força maior). Acredita-se que há uma maior conscientização por parte dos próprios alunos em relação à Educação Física, ao corpo, alimentação, saúde e qualidade de vida. Mesmo que haja controversas sobre competições, à participação de alguns alunos nas Olimpíadas Colegiais do Estado de São Paulo, organizado pela Secretaria de Educação, e uma competição organizada pela Prefeitura Municipal de Bariri, foram levantados pontos positivos e verificou-se que o mais importante não foi competição em si, mas o que os alunos aprenderam no que diz respeito ao trabalho em equipe, cooperação, ao entendimento de regras, normas, ética, reconhecendo seus limites e capacidades de superar os obstáculos que surgem durante as fases da vida, aprender com as vitórias e derrotas, acertos e erros. Espera-se que estas considerações possam contribuir para reflexão, pois existem alguns pontos relevantes e equivocados que merecem a devida atenção em trabalho multidisciplinar. No ano de 2006 encontraram-se muitas dificuldades, talvez por ser um projeto novo e em fase de adaptações, como por exemplo, a falta de estrutura das escolas; capacitação dos professores em relação às oficinas curriculares; a própria adaptação do aluno na escola; a falta da participação dos pais e um efetivo acompanhamento escolar; entre outros pontos. Os problemas existem e precisam de soluções viáveis e adequadas a cada realidade para que as mudanças ocorram.

Corrêa, E.A.; Souza Neto, S. - Lazer e educação ambiental na formação do profissional de Educação Física

Instituição: UNESP/RC - IB - Mestrado Ciências da Motricidade

Ao abordar o lazer e a educação ambiental e explorar as razões que expliquem os interesses de uma pessoa por atividade de lazer e turismo junto à natureza não é tarefa fácil. Neste contexto, configura-se a pergunta que norteia de modo mais específico à nossa proposta de estudo que é a de verificar como se dá a formação do profissional de Educação Física

referente às atividades físicas na natureza. Quanto aos objetivos procurar-se-á identificar o profissional de Educação Física que desenvolve o seu trabalho no ecoturismo sob a ótica do lazer; analisar a viabilidade da temática educação ambiental e/ou atividades físicas na natureza no conteúdo programático da disciplina Lazer e/ou Recreação ou mesmo na grade curricular no curso de graduação de Educação Física, nas instituições de ensino superior. O trabalho justifica-se pelo contato direto do autor com a prática, ou seja, sua atuação como profissional, desenvolvendo trabalhos na área do lazer (em hotéis, agências de turismo com passeios pedagógicos no meio natural e eventos envolvendo atividades físicas e esportivas relacionadas à natureza), bem como pela sua inquietação referente à formação do Profissional de Educação Física. O Estudo se dará em um primeiro momento tendo como base a revisão da literatura. O método de trabalho utilizado se fundamenta na pesquisa bibliográfica utilizando como procedimento o levantamento do referencial bibliográfico sobre temas que tratam do entrelaçamento da educação física, educação ambiental e lazer. Um segundo momento do estudo se dará através da pesquisa documental com a análise da grade curricular do curso de Educação Física e ou ementa da disciplina de Lazer. Entre os diversos segmentos da atividade turística, o ecoturismo vem conquistando espaço, é o que mais se desenvolve no mundo, Barros (2000) diz que “explorar as razões que expliquem o interesse da sociedade por atividade de lazer e turismo junto à natureza é tarefa complexa...”. Para Marinho (2003) em “nenhum outro momento da história se fez tão importante discutir estas três instâncias: turismo, lazer e natureza, haja vista a aproximação humana ao meio ambiente de inúmeras formas e com os mais variados objetivos”. É um desafio a ser explorado, um trabalho que não compete a uma única área, mas a uma equipe inter e multidisciplinar corroborando com o planejamento e gestão do ecoturismo, lazer e educação ambiental.

Costa Júnior, J. M.; Lunardi, L.; Leme, F.; Martinelli, F. S. - Hipotensão pós-exercício em homens normotensos

Instituição: Escola Superior de Educação Física de Jundiá

A hipotensão pós-exercício (HPE) caracteriza-se pela redução da pressão arterial (PA) durante o período de recuperação de uma sessão de exercício físico, quando os valores pressóricos observados pós-exercício permanecem inferiores àqueles medidos antes do exercício. Em parte, devido a este efeito, o exercício físico tem sido considerado um importante aliado na terapia não-medicamentosa da hipertensão arterial sistêmica e na manutenção da PA de normotensos. Estudos mostraram que a HPE ocorre em indivíduos hipertensos, porém quando se trata de sujeitos normotensos, os resultados são controversos e parecem ser influenciados pela faixa etária, pelo nível de aptidão física e da PA de repouso da população estudada, bem como pelo tipo, duração e intensidade do exercício executado. Deste modo o objetivo deste trabalho foi analisar a resposta pressórica após uma sessão de exercício dinâmico em homens normotensos fisicamente ativos. Foram estudados 8 homens normotensos, fisicamente ativos com idade média de 49 anos ($dp=4,45$). Após um período de 60 min de repouso na posição supina (controle), os indivíduos realizaram uma sessão de exercício dinâmico em esteira ergométrica da marca Ecafix, modelo EG 700X, durante 45 min, com intensidade correspondente à faixa de 60% a 70% da frequência cardíaca (FC) de reserva. Imediatamente após o exercício, os indivíduos permaneceram em recuperação na posição supina durante 60 min. A PA e FC foram aferidas a cada 5 min durante toda a sessão experimental (repouso, exercício e recuperação) para tanto, foi aplicado o método auscultatório utilizando um esfigmomanômetro de coluna de mercúrio da marca Wanros e cardiofrequencímetro da marca Polar, modelo S-810, respectivamente. Para cálculo da sessão controle foi utilizada a média dos valores da PA e FC durante todo o período de repouso excluindo-se a primeira e a última medidas. Na recuperação foram utilizadas as médias dos valores da PA e FC obtidos em intervalos de 15 min (R15, R30, R45, R60). Para comparação entre os valores da situação controle com os diferentes tempos de recuperação foi utilizado o intervalo de confiança da mediana com nível de significância $\alpha = 0,05$. Os valores obtidos de PA sistólica (PAS) estão expressos em mmHg e foram de 110,9 (controle), 110,83 (R15), 109,83 (R30), 109,67 (R45) e 110 (R60). Os valores obtidos de PA diastólica (PAD) estão expressos em mmHg e foram de 73,25 (controle) 75,67 (R15), 77 (R30), 75,17 (R45) e 73,67 (R60). Os valores obtidos de PA média (PAM) estão expressos em mmHg e foram de 86,46 (controle), 87,27 (R15), 88,6 (R30), 88,71 (R45) e 85,77 (R60). Os valores obtidos de FC estão expressos em batimentos por min (bpm) e foram de 53,6 (controle), 71,5 (R15), 66,17 (R30), 63,83 (R45) e 62,5 (R60). Os valores encontrados para o duplo produto (DP) foram: 5944,24 (controle), 7924,345 (R15), 7267,4511 (R30), 7000,2361 (R45), e 6875 (R60). Os resultados obtidos neste estudo mostram que não houve a HPE, considerando-se a PAS, a PAD e a PAM. Observamos ainda, uma alta variabilidade nos valores das PA intra-grupo a partir dos 30 min de recuperação, o que pode ter contribuído para não ocorrência de diferenças estatisticamente significantes entre os períodos controle e os diferentes tempos de recuperação pós-exercício. Quanto à FC, nota-se que estava significativamente maior durante a recuperação, comparada com o período controle, o que contribui também, para a presença de valores significativamente maiores para o DP, acrescentamos ainda, que os valores destas duas variáveis FC e DP não retornaram aos níveis basais, mesmo após 60 min cessado o exercício, fator que pode ter influenciado a ausência da HPE. Informamos ainda que esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da ESEF (Escola Superior de Educação Física de Jundiá).

Costa, F. C. H.; Silva, G. K. L.; Dutra, K.; Predes, V.; Ferreira, C. A. A. - Análise da percepção da qualidade de vida e perfil do estilo de vida de acadêmicos de fisioterapia

Instituição: Universidade Estácio de Sá-Cursos de Fisioterapia e de Ed

Introdução: No plano das perspectivas individuais, comparando qualidade de vida e estilo de vida baseando-nos em aspirações e possibilidades de concretização de tudo aquilo que se faria necessário para se viver bem. Qualidade de vida pode ser considerada como um fator primordial para a vida do homem. Pressupõe-se que esta relaciona-se com hábitos de vida, cuidados com o bem-estar físico e psicológico, atividades da vida pessoal e profissional, significando o bem-estar e deveria ser priorizada por todos os indivíduos, inclusive pelos indivíduos que exercem atividade profissional na área das ciências da saúde. **Objetivo:** O referido trabalho teve por objetivo evidenciar as relações existentes entre Qualidade de vida e Estilo de vida de Estudantes que realizam estágio em uma clínica escola de uma universidade no município do Rio de Janeiro. **Metodologia:** O estudo foi realizado com quatorze alunos com idade de $26,15 \pm 7,36$ que realizam estágio supervisionado em uma clínica escola localizada na Barra da Tijuca, município do Rio de Janeiro. Foram utilizados os questionários WHOQOL-100 (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE) e Estilo de Vida (NAHAS) para a coleta dos dados. O tratamento estatístico realizado foi através da estatística descritiva (média e desvio-padrão para o WHOQOL-100 e moda para Estilo de Vida). **Resultados:** Os resultados encontrados para o questionário WHOQOL-100 foram para o domínio I (domínio físico) $11,91 \pm 1,08$, domínio II (psicológico) $13,17 \pm 1,96$, domínio III (ambiente) $14,76 \pm 1,93$, domínio IV (ambiente) $14,56 \pm 1,78$, domínio V (relações sociais) $13,70 \pm 1,29$, e, domínio VI (aspectos espirituais/crença/religião) $15,85 \pm 2,94$. Relacionado ao questionário Estilo de Vida o resultado encontrado foi para o item nutrição 0-1-1, para atividade física 0-0-0, para comportamento preventivo 1-3-3, para relacionamento 3-2-1 e para controle de stress 3-1-0. **Conclusão e Recomendações:** Constatou-se que o Domínio 6 (Aspecto espiritual) prevaleceu sobre os demais Domínios, devido provavelmente a necessidade que o Fisioterapeuta apresenta de estar bem espiritualmente, já que a profissão nos remete a uma troca de energia constante com o paciente. Incoerentemente os Domínios 1 e 2 (Domínio Físico e Psicológico, respectivamente) apresentaram baixos indicativos estando diretamente relacionados com a Nutrição. Tal constatação se deve ao cotidiano atribulado associado ao fator financeiro, ou seja, o estudante de Fisioterapia é submetido a uma carga horária elevada associado a alto custo financeiro, o que por vezes compromete a realização da prática de exercícios físicos e a manutenção de uma alimentação mais saudável.

Costa, H.A.; Valim-Rogatto, P.C.; Rogatto, G.P. - Influência da especificidade do treinamento resistido sobre a força de grupamentos musculares com predominância de fibras oxidativas e glicolíticas

Instituição: LIEMEF - Universidade Federal de Mato Grosso – UFMT – Cuiabá

O tecido muscular esquelético pode sofrer diversas adaptações decorrentes de um protocolo de treinamento de força, principalmente se for levado em conta as diferentes composições de fibras musculares de cada grupamento. O objetivo desse estudo foi investigar as adaptações funcionais (força) decorrentes de dois protocolos de treinamento de resistido (Resistência muscular localizada – RML; e hipertrofia muscular - HM) em homens jovens. Para isso, 10 (0,9 anos) foram divididos em dois grupos voluntários (17,4 experimentais: RML e HM. Ambos os grupos executaram um conjunto comum de exercícios com o mesmo número de séries e repetições. Além do conjunto comum, os integrantes dos grupos RM e HM executaram exercícios com séries, repetições e intensidades diferenciadas, considerando as características de cada tipo de treinamento. Neste caso, os componentes do grupo RM executaram os exercícios complementares em três séries de 20 repetições (3x20) com sobrecarga equivalente a 40% de 1RM, enquanto que os do grupo HM foram submetidos a três séries de 10 repetições suportando 80% de 1RM. O volume de treinamento dos grupos RM (3x20x40%) e HM (3x10x80%) foi semelhante. O tempo de recuperação entre as séries e exercícios foi de 45 segundos para ambos os grupos. A duração do programa de treinamento foi de nove semanas. Os participantes foram submetidos à avaliação da composição corporal e testes para a determinação da força dinâmica voluntária máxima nos exercícios tríceps testa (TT), tríceps na polia (TP), flexão plantar com o joelho flexionado (FPJF) e flexão plantar com o joelho estendido (FPJE). As medidas antropométricas e os testes de força foram realizados antes do início (A1), no final da terceira (A2), no final da sexta (A3), e no final da nona semana de treinamento (A4). A análise estatística foi feita por ANOVA e teste post hoc de Newman-Keuls com nível de significância pré-fixado em 5%. Ao final do período do treinamento não foram observadas alterações significativas na massa (RML – A1: $66,2 \pm 11,5$; A2: $66,6 \pm 11,5$; A3: $67,4 \pm 12,0$; A4: $67,4 \pm 12,3$ Kg; HM – A1: $69,9 \pm 9,0$; A2: $70,3 \pm 9,8$; A3: $71,1 \pm 10,1$; A4: $70,9 \pm 9,9$ Kg), IMC (RML – A1: $20,4 \pm 1,9$; A2: $20,5 \pm 1,9$; A3: $20,7 \pm 1,9$; A4: $20,7 \pm 2,0$ m/Kg²; HM – A1:

22,0±1,6; A2: 22,1±1,8; A3: 22,4±2,0; A4: 22,3±1,9 m/Kg²), % de gordura (RML – A1: 11,1±4,0; A2: 11,5±4,5; A3: 10,9±4,6; A4: 11,2±4,4 % ; HM – A1: 16,4±4,6; A2: 16,7±4,2; A3: 16,3±5,0; A4: 16,0±4,0 %), massa de gordura (RML – A1: 7,5±3,5; A2: 7,8±3,6; A3: 7,5±3,6; A4: 7,7±3,6 Kg; HM – A1: 11,6±4,3; A2: 11,9±4,1; A3: 11,9±4,9; A4: 11,7±3,9 Kg) e massa corporal magra (RML – A1: 58,7±8,9; A2: 58,8±9,3; A3: 59,9±9,8; A4: 59,7±10,1 Kg; HM – A1: 58,2±5,6; A2: 58,4±7,5; A3: 59,2±6,1; A4: 59,3±6,0 Kg) em ambos os grupos. Com relação aos testes de força não foram observadas diferenças para os exercícios TT (RML – A1: 28,4±8,3; A2: 31,2±8,8; A3: 32,0±8,1; A4: 33,6±8,4 Kg; HM – A1: 27,7±2,0; A2: 32,7±4,3; A3: 33,0±5,3; A4: 33,7±5,3 Kg) e TP (RML – A1: 30,8±8,8; A2: 33,4±8,1; A3: 34,2±7,3; A4: 34,8±7,8 Kg; HM – A1: 29,0±4,4; A2: 32,0±3,5; A3: 33,7±4,3; A4: 33,2±6,5 Kg). Contudo, a força máxima dos exercícios FPJF (RML – A1: 61,6±11,4; A2: 70,4±7,4; A3: 74,0±14,2; A4: 85,2±12,5 Kg; HM – A1: 61,3±17,0; A2: 73,7±13,3; A3: 81,0±15,9; A4: 89,3±14,8 Kg, $p<0,05$) e FPJE (RML – A1: 176,0±29,7; A2: 220,0±29,1; A3: 234,0±23,0; A4: 252,0±32,7 Kg, $p<0,05$; HM – A1: 205,8±20,1; A2: 225,8±21,1; A3: 245,0±33,3; A4: 278,3±42,6 Kg, $p<0,05$) aumentaram significativamente pela ação de ambos os treinamentos resistidos. A partir da análise dos resultados pode-se concluir que tanto o treinamento de RML quanto o de HM realizado por nove semanas não foram suficientes para alterar a composição corporal bem como a força voluntária máxima de membros superiores de indivíduos jovens. Contudo, a força máxima avaliada em exercícios para membros inferiores apresentou melhora em ambos os tipos de treinamento resistido.

Costa, J.; Martinelli, M. - Resposta cardiovascular após exercício físico dinâmico aeróbio em homens normotensos fisicamente ativos

Instituição: Escola Superior de Educação Física de Jundiá

A hipotensão pós-exercício (HPE) caracteriza-se pela redução da pressão arterial (PA) durante o período de recuperação de uma sessão de exercício físico, quando os valores pressóricos observados pós-exercício permanecem inferiores aqueles medidos antes do exercício. Em parte, devido a este efeito, o exercício físico tem sido considerado um importante aliado na terapia não-medicamentosa da hipertensão arterial sistêmica e na manutenção da PA de normotensos (BRUM, 2004). Estudos mostraram que a HPE ocorre em indivíduos hipertensos (PESCATELLO, 1991) RONDON, 1999), porém quando se trata de sujeitos normotensos, os resultados são controversos e parecem ser influenciados pela faixa etária, pelo nível de aptidão física e da PA de repouso da população estudada, bem como pelo tipo, duração e intensidade do exercício executado. Deste modo o objetivo deste trabalho foi analisar a resposta pressórica após uma sessão de exercício dinâmico em homens normotensos fisicamente ativos. Após a aprovação desta pesquisa pelo comitê de ética em pesquisa da ESEFJ, foram estudados 8 homens normotensos, fisicamente ativos com idade média de 49 anos ($dp=4,45$). Após um período de 60 min de repouso na posição supina (controle), os indivíduos realizaram uma sessão de exercício dinâmico em esteira ergométrica da marca Ecafix, modelo EG 700X, durante 45 min, com intensidade correspondente à faixa de 60% a 70% da frequência cardíaca (FC) de reserva. Imediatamente após o exercício, os indivíduos permaneceram em recuperação na posição supina durante 60 min. A PA e FC foi aferida a cada 5 min durante toda a sessão experimental (repouso, exercício e recuperação) para tanto, foi aplicado o método auscultatório utilizando um esfigmomanômetro de coluna de mercúrio da marca Wanros e cardiofrequencímetro da marca polar, modelo S-810 respectivamente. Para cálculo da sessão controle foi utilizada a média dos valores da PA e FC durante todo o período de repouso excluindo-se a primeira e a última medida. Na recuperação foram utilizadas as médias dos valores da PA e FC obtidos em intervalos de 15 min (R15, R30, R45, R60). Para comparação entre os valores da situação controle com os diferentes tempos de recuperação foi utilizado o intervalo de confiança da mediana com nível de significância $\alpha = 0,05$. Os valores obtidos de PA sistólica (PAS) em mmHg e foram de 110,9 (controle), 110,83 (R15), 109,83 (R30), 109,67 (R45) e 110 (R60). Os valores de obtidos de PA diastólica (PAD) estão expressos em mmHg e foram de 73,25 (controle) 75,67 (R15), 77 (R30), 75,17 (R45) e 73,67 (R60). Os valores de obtidos de PA média (PAM) estão expressos em mmHg e foram de 86,46 (controle), 87,27 (R15), 88,6 (R30), 88,71 (R45) e 85,77 (R60). Os valores obtidos de FC estão expressos em batimentos por min (BPM) e foram de 53,6 (controle), 71,5 (R15), 66,17 (R30), 63,83 (R45) e 62,5 (R60). Os valores encontrados para o duplo produto (DP) foram: 5944,24 (controle), 7924,345 (R15), 7267,4511 (R30), 7000,2361 (R45), e 6875 (R60). Os resultados obtidos neste estudo mostram que não houve a HPE, considerando-se a PAS, a PAD e a PAM. Observamos ainda, uma alta variabilidade nos valores das PA intra-grupo a partir dos 30 min de recuperação, o que pode ter contribuído para não ocorrência de diferenças estatisticamente significantes entre os períodos controle e os diferentes tempos de recuperação pós-exercício. Quanto à FC, nota-se que estava significativamente maior durante a recuperação, comparada com o período controle, o que contribui também, para a presença de valores significativamente maiores para o DP, acrescentamos ainda, que os valores destas duas variáveis FC e DP não retornaram aos níveis basais, mesmo após 60 min cessado o exercício, fator que pode ter influenciado a ausência da HPE.

Apoio Trabalho: Escola Superior de Educação Física de Jundiá

Costa, V.L.M.; Marinho, A.; Passos, K.C.M. - Esportes de aventura e esportes radicais: propondo conceitos

Instituição: Universidade Gama Filho (UGF), Rio de Janeiro (RJ)

O aparecimento e a difusão de esportes, cuja prática se constitui de aventura e de risco calculado, seja na natureza ou em zonas urbanas, reorganizou o sistema de esportes, ocasionando uma renovação simbólica e de signos que constituíam o imaginário esportivo de determinada época. Próprios da contemporaneidade, adotam princípios de singularidades individuais na busca de qualidade de vida, de sensibilidade, proclamando o indivíduo e o seu direito de se realizar à parte do que é comum, o direito de ser autônomo. Organizados em coletivos menores, os praticantes dessas modalidades vão ao encontro da vontade de autonomia e particularização dos grupos e dos indivíduos em nossa sociedade. Em torno dessas práticas, são constituídas redes em que os sujeitos partilham, entre si, costumes, discursos, emoções intensas e os sentidos por eles atribuídos a essas práticas. Neste contexto, vários conceitos e terminologias vão se estruturando na literatura com vistas a delimitar-lhes o contorno. Desta forma, este estudo tem como objetivo refletir sobre os conceitos relacionados às práticas esportivas e de aventura, realizadas na natureza e no ambiente urbano, disseminados nos referenciais teóricos utilizados, principalmente, na Educação Física; e, a partir dessas reflexões, propor novas conceituações para esportes de aventura e esportes radicais. Esta pesquisa qualitativa adotou como metodologia a revisão bibliográfica sobre a temática em questão. O levantamento realizado evidenciou, nos conceitos encontrados, características associadas: à natureza, à aventura, ao risco, ao extremo, ao alternativo, ao inovador, à tecnologia ecológica, à liberdade, à busca de sensações e de expansão de limites. Além dessas características, chamou-nos a atenção o fato de inúmeros conceitos trazerem, em suas concepções, preocupações ambientais, denotando que as práticas em contato com a natureza, de fato, requerem um cuidado ambiental. Ao analisar os nomes que essas atividades têm recebido por diversos autores, foi possível, também, constatar que cada um dos rótulos dá uma definição das características e, algumas vezes, da origem dessas práticas, contribuindo com uma visão diferente que, por sua vez, complementa o conjunto dessas atividades. Com base nessa revisão, sugerimos duas novas, quicá, mais completas, conceituações. Uma, para esportes de aventura: “compreendem o conjunto de práticas esportivas formais e não formais, vivenciadas em interação com a natureza, a partir de sensações e de emoções, sob condições de incerteza em relação ao meio e de risco calculado. Realizadas em ambientes naturais (ar, água, neve, gelo e terra), como exploração das possibilidades da condição humana, em resposta aos desafios desses ambientes, quer seja em manifestações educacionais, de lazer e de rendimento, sob controle das condições de uso dos equipamentos, da formação de recursos humanos e comprometidas com a sustentabilidade socioambiental”. E, outra, para esportes radicais: “compreendem o conjunto de práticas esportivas formais e não formais, vivenciadas a partir de sensações e de emoções, sob condições de risco calculado. Realizadas em manobras arrojadas e controladas, como superação de habilidades de desafio extremo. Desenvolvidas em ambientes controlados, podendo ser artificiais, quer seja em manifestações educacionais, de lazer e de rendimento, sob controle das condições de uso dos equipamentos, da formação de recursos humanos e comprometidas com a sustentabilidade socioambiental”. Tais conceituações estão sendo concebidas em suas vinculações sociais e culturais, na perspectiva do direito estabelecido pela Constituição Federal (1988), na perspectiva das sensações, dos desafios vivenciados e da responsabilidade socioambiental. Tais conceitos foram encaminhados, recentemente, à Comissão de Esporte de Aventura (CEAV) do Ministério dos Esportes para discussão e avaliação.

Cotrim, P.A.; Moreno, J.C.A. - A estrutura escolar e sua importância pra a formação integral dos alunos

Instituição: Faculdades Integradas Fafibe- Educação Física

A ESTRUTURA ESCOLAR E SUA IMPORTÂNCIA PARA A FORMAÇÃO INTEGRAL DOS ALUNOS A pesquisa desenvolvida teve o intuito de investigar se as escolas em regime de tempo integral estão realmente preparadas para lidarem e expandirem com programa, implementado no início do ano de 2006, pela Secretaria do Estado da Educação (SEE) com base no parecer do MEC de 08 de junho de 2005. Esta pesquisa teve como objetivo verificar se as Escolas de Tempo Integral da cidade de Barretos-SP estavam realmente preparadas para o funcionamento e o desenvolvimento deste programa. Foram feitas análises dos dados através de estudos bibliográficos, juntamente com observações de aulas e aplicação de questionários, direcionados aos diretores e professores das quatro instituições que desenvolvem o programa da Escola de Tempo Integral na cidade de Barretos-SP, e com isso nos possibilitando ao final deste estudo que teve duração de dez semanas, e hipoteticamente ao final pudemos constatar não só o despreparo dos professores e de alguns gestores na administração do programa, como também o desajustamento no planejamento das aulas que são oferecidas por eles em comparação às oficinas determinadas pela SEE, tendo como um dos principais fatores para a tal ocorrência, a falta de infraestrutura das escolas, que são precárias, provavelmente por falta de um conjunto de ações bem planejado que envolvesse

toda a equipe profissional, bem como a comunidade, funcionários e a melhora na capitação de recursos físicos e materiais, para que houvesse realmente um programa mais eficaz. Palavras chaves: Educação, Educação Física e Educação Física Escolar.

Apoio Trabalho: Cursos de Educação Física Bacharelado e Licenciatura das Faculdades Integradas Fafibe- Bebedouro-SP

Crespilho, D.M.; Vale, B.A.R.; Leme, J.A.C.A.; Luciano, E. - Efeito do treinamento físico aeróbio sobre o sistema imunológico de ratos diabéticos

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

O presente trabalho teve como objetivo investigar a influência do treinamento físico sobre o metabolismo e sistema imune de ratos diabéticos. Ratos machos Wistar foram divididos em 4 grupos: Controle Sedentário (CS) - ratos saudáveis que não realizaram exercícios físicos; Controle Treinado (CT) - ratos saudáveis que realizaram um protocolo de exercícios físicos; Diabético Sedentário (DS) - ratos diabéticos que não realizaram exercícios físicos; Diabético treinado (DT) - ratos diabéticos que realizaram o protocolo de exercícios físicos. O treinamento físico consistiu na realização de uma hora diária de exercício de natação, com sobrecarga de 5% da massa corporal do rato, 5 vezes por semana, durante 6 semanas. Para indução do diabetes experimental os ratos receberam Aloxa (30 mg/kg de peso corporal). Ao final da sexta semana os animais foram sacrificados em repouso para a avaliação dos seguintes parâmetros: glicose sérica, insulina sérica, leucócitos totais e diferenciais. A análise estatística foi realizada utilizando ANOVA e post-hoc de Bonferroni, com nível de significância de 5% ($p < 0,05$). Os resultados indicaram que o grupo DS apresentou uma concentração glicêmica significativamente maior que os demais grupos. Como esperado, os grupos diabéticos apresentaram uma menor concentração de insulina que os grupos controle. Não houve diferenças na contagem de leucócitos totais, monócitos, linfócitos e eosinófilos entre os grupos. A concentração de neutrófilos aumentou em decorrência do diabetes, porém o protocolo de exercício físico atenuou o quadro no grupo DT que não diferiu dos grupos CS e CT. Concluímos que o protocolo de treinamento físico utilizado promoveu algumas melhoras aos organismos exercitados.

Cruz, C. M. S.; Vieira, G. P. F.; Cepa, R. F.; Soares, J. S.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - As estratégias lúdicas como fatores motivacionais nas aulas de hidroginástica para terceira idade

Instituição: Universidade Estácio de Sá - Curso de Educação Física

Introdução: O Brasil possui cerca de 6,6% da população com 60 anos ou mais, provando que a população está em um processo de envelhecimento, o Brasil não é mais um país de jovens, efetivamente a cada ano a população de idosos vem aumentando. Dentre as atividades de maior interesse e muito sucesso entre idosos, a prática da hidroginástica ocupa um dos primeiros lugares e, entre as razões para tal posição, registra-se flutuação, crescendo-se ainda que o meio líquido possibilita ao idoso sentir menos dores e uma maior ousadia na execução da atividade e, conseqüentemente, se sentir mais seguro para praticar os exercícios. Objetivo: Verificar se a prática da hidroginástica realizada de forma lúdica é um fator motivante para os idosos. Metodologia: Foi realizada uma pesquisa do tipo descritiva, com uma amostra composta por 40 indivíduos, sendo 24 idosas e 6 idosos voluntários, com média de 65 anos que responderam ao questionário WHOQOL-100 (relacionado à Qualidade de Vida), identificando o perfil da amostra, e o questionário elaborado com 10 questões relacionadas à atividade física propriamente dita a fim de obtermos informações se realmente as atividades lúdicas agem como fator motivacional nas aulas de hidroginástica para a terceira idade. Um terceiro questionário foi respondido por 10 professores que ministram aulas de hidroginástica a fim de saber se tal intervenção motiva os alunos da terceira idade nas aulas de hidroginástica. O tratamento estatístico utilizado foi análise descritiva (média e desvio-padrão) para o questionário WHOQOL-100 e para os questionários elaborados utilizou-se frequência relativa. Resultados: Os resultados do questionário WHOQOL-100 foram Domínio I (domínio físico) $11,23 \pm 0,63$; Domínio II (domínio psicológico) $14,48 \pm 0,30$; Domínio III (nível de independência) $13,20 \pm 0,67$; Domínio IV (relações sociais) $13,80 \pm 0,81$; Domínio V (ambiente) $11,55 \pm 0,90$; e, Domínio VI (aspectos espirituais/religião/crenças pessoais) $17,90 \pm 1,47$. Em relação ao questionário elaborado para os idosos verificou-se que 95% praticam hidroginástica a 1 ano, 98% nunca tinham realizado atividade física anteriormente, 93% dos alunos se sentem motivados durante as aulas recreativas, 94 procuram esta atividade por recomendação médica, 100% sempre sentem prazer em frequentar as aulas, 98% responderam que nunca praticaram atividade recreativa anteriormente, 82% sentem mais alegres e o dia torna-se mais prazeroso no seu cotidiano, 95% as palavras que melhor se identificam com a modalidade são prazer e satisfação e a preferência de 96% é somente por aulas

recreativas. Relacionado ao questionário respondido pelos professores de educação física que ministram aula de hidroginástica foram descritos por 80% que os alunos apresentam um comportamento relaxado e satisfeito durante as aulas, 80% consideram suas aulas alegres e criativas, 100% relataram existir uma boa relação entre eles e os alunos, da mesma forma observou-se que 90% verificaram haver uma boa integração entre os alunos, 89% perceberam que houveram mudanças no comportamento dos alunos nesta atividade realizada de forma lúdica, 80% consideram-se alegres e comunicativos durante as aulas lúdicas, 80% dos alunos apresentam maior motivação durante as aulas lúdicas, 100% responderam que a descontração melhora na qualidade de vida do seu aluno, atividades em grupo foram consideradas por 80% as que mais se identificam com os alunos e 80% sempre elaboram suas aulas com atividade recreativas. Conclusões: A amostra estudada apresentou uma tendência maior para o fator psicológico, relações pessoais e religiosidade, caracterizando o público alvo. Com base nos questionários respondidos pelos professores e alunos observou-se que as atividades lúdicas melhoram no desempenho do aluno além de evidenciar seu aspecto sócio afetivo, tornando-os mais descontraídos e acessíveis à prática desta atividade representando um veículo de contribuição para o desenvolvimento e aprimoramento da qualidade de vida e saúde.

Cunha, V.N.C.C; Cunha, R.R.C; Segundo, P.R.S; Puga, G.M.P; Simões, H.G.S - Comparação entre métodos de determinação do limiar de lactato antes e após treinamento aeróbio em ratos idosos

Instituição: Universidade Católica de Brasília

INTRODUÇÃO: Estudos com modelo animal têm sido freqüentemente utilizados em investigações sobre alterações sistêmicas decorrentes do exercício físico. O tipo de exercício mais empregado é a natação, sendo o lactato sanguíneo (lac) um importante marcador da intensidade, pois possibilita a identificação da intensidade de limiar de lactato (LL), que pode ser utilizada para prescrição de treinamento. Contudo, os efeitos crônicos do exercício em animais idosos, os quais estão mais propensos à doenças crônico-degenerativas, têm sido pouco estudados. Apesar do LL ser considerado um importante parâmetro para avaliação e prescrição de exercícios, a determinação do LL em animais idosos ainda não foi investigada. **OBJETIVOS:** Os objetivos do presente estudo foram comparar protocolos de determinação do LL, antes e após 8 semanas de treinamento de natação, em ratos idosos. **MÉTODOS:** 18 ratos Wistar machos idosos (618 ± 75 gramas, e aproximadamente 478 dias de vida) foram divididos em dois grupos (Treinados – T, $n=11$; e Controle – C, $n=7$). Os animais foram submetidos a um teste incremental antes e após 8 semanas de treinamento de natação (30min/dia, 5 x semanais, a 5% do peso corporal) ou controle. O teste incremental foi realizado com carga inicial de 1% e incrementos de 1% do peso corporal (PC) a cada 3 minutos até exaustão. Durante as pausas de 1-min entre os estágios, eram realizadas dosagens de lac para determinação do LL. O LL foi identificado visualmente a partir de um ponto de inflexão da curva de lac (LLv), bem como a partir de ajuste polinomial da resposta da razão lac/carga durante o teste (LLp). Após o período experimental os animais foram sacrificados para coleta de material biológico. Os valores de LLv pré/pós experimento para os animais T ($4,3 \pm 1,8 / 5,1 \pm 1,1$ %PC) e C ($5,3 \pm 0,8 / 5,4 \pm 1$ %PC), bem como de LLp para T ($5,1 \pm 0,7 / 5,3 \pm 0,7$ %PC) e C ($6 \pm 0,6 / 6,3 \pm 0,6$ %PC) não diferiram entre si. No entanto o LLp de animais C se apresentou significativamente maior que T após o período de treinamento ($p<0.05$). Não foram observadas diferenças, antes e após treinamento, para a massa corporal dos animais T e C ($p>0.05$). Apenas a razão entre o peso do coração/PC dos animais T ($0,29 \pm 0,04$) se apresentou significativamente maior que os animais C ($0,25 \pm 0,03$) ($p<0.05$). **CONCLUSÃO:** Concluímos que os protocolos de identificação do LL em ratos idosos não diferiram entre si, e que embora as alterações na razão massa corporal/PC indiquem adaptações cardiovasculares, o programa de treinamento utilizado não resultou em melhora do LL em animais idosos. Sugere-se que novos programas de treinamento sejam investigados em animais idosos.

Apoio Trabalho: CNPq

Dambros, G. - Reflexões propositivas acerca da pedagogia do futebol para a categoria sub 17: indicativos metodológicos e estratégicos

Instituição: Unicamp-FEF-Faculdade de Educação Física

O presente estudo foi elaborado tendo em vista a inerente e constante necessidade de estudos sobre as modalidades esportivas e, dentro delas, temos o futebol que aqui será abordado. A escolha do futebol baseou-se no fato da sua grande disseminação e prática pelo mundo, tornando-se assim o maior destaque dentre as modalidades esportivas. Diante deste cenário de suma importância, temos como objetivo aqui buscar uma forma de visualizar, através das idéias da Pedagogia

do Esporte e dos Jogos Desportivos Coletivos, a iniciação e treinamento do futebol para jovens, especialmente aqueles pertencentes à categoria sub 17. Desta forma, realizamos uma revisão bibliográfica buscando fontes relevantes no cenário nacional e internacional referentes aos assuntos considerados importantes, como fases de desenvolvimento para o processo de ensino-aprendizagem-treinamento, que foram abordados no estudo. O texto foi construído através da apresentação dos temas considerados indispensáveis para a discussão, como a caracterização da modalidade futebol de campo; o futebol enquanto um Jogo Desportivo Coletivo, com a apresentação do conceito de Jogos Desportivos Coletivos baseados em autores já consagrados como Teodorescu, Garganta, Bota e Colibaba-Evulet; questões referentes às capacidades físicas específicas, fases de desenvolvimento e especialização precoce conforme autores como Weineck, Greco, Grosser, Brüggemann e Zintl; visão da Pedagogia do Esporte acerca do processo de iniciação e treinamento esportivo e considerações sobre a formação de futuros atletas. Por fim, elaboramos no estudo estratégias que consideramos relevantes e deveriam ser consideradas para o ensino e treinamento do futebol para indivíduos que estão especialmente na categoria sub 17, com a ótica destes autores aqui mencionados além de outros, através do planejamento de um processo esportivo de longo prazo.

de Bello, I L B; Cheneri, C A C; Robert Pires, C M R P - Uma comparação entre recuperação passiva e ativa no treinamento resistido de hipertrofia muscular

Instituição: Centro Universitário de Araraquara - UNIARA

O treinamento resistido tem sido, nos últimos anos, alvo de numerosos estudos científicos, os quais têm explorado amplamente os efeitos fisiológicos sobre os variados sistemas funcionais, assim como, a própria versatilidade desses efeitos, por meio das manipulações dos distintos métodos de treino e dos componentes da carga de treino (volume, intensidade, densidade e frequência). No entanto, pouco se tem estudado acerca dos eventuais efeitos dos tipos de recuperação adotados durante as sessões de treino resistido. O objetivo do presente estudo foi investigar o desempenho agudo durante uma sessão de treinamento de hipertrofia muscular comparando-se os tipos de recuperação passiva e recuperação ativa, no exercício resistido, com perfil típico de hipertrofia. Foram selecionados 6 sujeitos masculinos com idade média de $23,3 \pm 2,87$ anos, $1,79 \pm 0,10$ metros de média de estatura e $74,8 \pm 13,6$ kg. Os voluntários tinham, no mínimo, um ano de experiência em treinamento de hipertrofia muscular, não fizeram uso de nenhum tipo de recurso ergogênico nutricional por pelo menos 6 meses antes do início do estudo e nunca fizeram uso de hormônios esteróides anabólicos androgênicos. Os sujeitos realizaram duas sessões de treinamento (recuperação passiva e recuperação ativa) com o intervalo de 7 dias entre uma sessão e outra. Na recuperação ativa os sujeitos realizaram trabalho no cicloergômetro durante 2 minutos a uma intensidade de 40% do VO_{2max} e na recuperação passiva, permaneceram sentados no próprio aparelho durante 2 minutos. As duas sessões foram conduzidas sob o método da pirâmide crescente-decrescente com cinco séries a 70%, 80%, 85%, 80% e 70% de 1RM, em cada exercício, com repetições máximas (falha concêntrica) em cada série e 2 minutos de intervalo entre as mesmas, tanto na recuperação passiva quanto na recuperação ativa. As sessões de treinamento foram realizadas para o mesmo grupo muscular (peitoral) com três exercícios diferentes e na ordem correspondente: supino reto, peck deck e supino inclinado, no qual totalizou ao término de cada sessão 15 séries. Para a determinação do desempenho, foi utilizado o número total de repetições realizadas em cada sessão de treino, somando-se o número de repetições máximas que os avaliados conseguiram realizar em cada uma das quinze séries múltiplas. Para a análise estatística foi adotado o teste-t Student. Os resultados mostraram que a recuperação ativa permitiu um número total de repetições significativamente maior ($p < 0,05$) que a recuperação passiva, com uma diferença de 13,7%, onde o grupo conduzido sob o método da recuperação ativa realizou de média um total de $113 \pm 21,78$ repetições totais ao término do treino e o grupo conduzido sob o método de recuperação passiva realizou de média $99,3 \pm 16,84$ repetições totais ao final do treinamento. Conclui-se, portanto, que a recuperação ativa foi significativamente melhor que a recuperação passiva na diminuição da fadiga aguda causada pelo treinamento intenso e intermitente, promovendo um aumento do desempenho durante a sessão, fato que pode levar à suposição de uma melhor contribuição para os efeitos crônicos do treinamento de força/hipertrofia.

de Lucas, R.D.; Faggioni, R.I.; Malta, E.; Santos, D. - Análise da massa corporal, glicemia e excreção urinária de sódio e potássio antes e após uma corrida de aventura de curta duração

Instituição: Unifran - Depto de Educação Física

Introdução: O impacto fisiológico dos esportes de endurance em atletas competitivos vem sendo investigado a algumas décadas. As corridas de aventura são uma das últimas invenções em termos de resistência, onde se une as capacidades físicas com as intelectuais, já que uma das modalidades obrigatórias deste esporte é a orientação. Atualmente, as corridas de aventura podem ser divididas em curta duração (até 6 horas), média duração (7 a 24 horas) e longa duração (25 horas a alguns dias). As corridas de curta duração são as que mais tem se popularizado em função das facilidades e do menor requerimento de experiência nas atividades ao ar livre. Poucos estudos são encontrados na literatura, relacionados ao impacto deste esporte, sobre variáveis físicas e fisiológicas dos competidores. **Objetivo:** Desta forma o objetivo deste estudo foi de analisar as alterações decorrentes da massa corporal, glicemia e concentrações de Potássio [K+] e Sódio [Na+] coletados na urina, antes e logo após uma corrida de aventura de curta duração. **Sujeitos e Métodos:** Participaram deste estudo 9 competidores escolhidos aleatoriamente em uma Corrida de Aventura de 40 km, que envolveu as modalidades de Trekking, Mountain Biking, Orientação e Natação. Os dados foram coletados 30 min. antes da largada e logo após terem completado o percurso. **Resultados:** O tempo de duração da corrida para os atletas estudados foi de 3,2 + 0,3 horas. Os valores médios da massa corporal PRÉ (79,9 + 7,2 kg) e PÓS (78,1 + 8,0 kg) corrida foram significativamente diferentes ($p = 0,0006$), demonstrando uma redução de aproximadamente 2,5%. Igualmente os valores de [k+] (34,1 + 18,8 vs 75,6 + 37,6 mEq/L) e [Na+] (153,3 + 75,6 vs 100,0 + 52,9 mEq/L) foram estatisticamente diferentes ($p < 0,05$) nas condições PRÉ e PÓS corrida respectivamente. **Conclusão:** Podemos concluir que nesta corrida de aventura de curta duração existiu uma leve perda de peso em função da desidratação (2,5%) e o sistema renal respondeu favoravelmente para preservar as concentrações iônicas do organismo.

de Lucas, R.D.; Motta, L.M. - Análise hematológica de uma expedição de 15 dias em altitudes elevadas: um estudo de caso

Instituição: Unifran - Depto de Educação Física

As adaptações hematológicas promovidas tanto pela exposição, quanto pelo treinamento em altitudes superiores a 3600m, são pouco documentadas na literatura. O objetivo deste estudo foi verificar se o período de 15 dias, em altitudes superiores a 3600m, é capaz de promover adaptações no hemograma. Foi estudado um indivíduo com 29 anos, residente em altitude de 700m, integrante de uma expedição aos Andes Bolivianos, rumo a montanha Huayna Potosi (6.088m acima do nível do mar). Após 13 dias de aclimação em altitudes que variavam entre 3600m e 5300m, a expedição subiu com sucesso a montanha alvo. Ao todo foram totalizadas 27 horas de exercício (caminhadas e pequenas escaladas em gelo) ao longo dos 15 dias. O indivíduo teve amostras sanguíneas realizadas 15 dias antes da viagem (A1), 5 dias antes da viagem (A2) e 1 dia após chegar da viagem (D). Os valores de A1, A2 e D estão apresentados a seguir: Hemácias (milh/mm³) Hemoglobina (g/dl) Hematócrito (%) A1 4,92 16,2 46 A2 4,97 15,8 47,1 D 5,11 16,4 47,8 Os resultados indicam uma pequena alteração nos níveis de hemácias, e alterações quase insignificantes dos outros parâmetros. Conclui-se com estes dados, que o período de 15 dias de aclimação em altitudes elevadas, não foi suficiente para causar adaptações compensatórias da baixa pressão de oxigênio nas altitudes citadas, no indivíduo estudado.

de Paula Lana, R - Concentração de Lactato em diferentes cadências de teste crescente em cicloergômetro de membros inferiores

Instituição: FAEFI-UFU

Concentração de Lactato em diferentes cadências de teste crescente em cicloergômetro de membros inferiores. O limiar de lactato é definido como a intensidade submáxima de exercício que promove um rápido e sustentado aumento da concentração de lactato sanguíneo. **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi analisar se houve diferença significativa nas concentrações finais de lactato em duas cadências diferentes de pedal (80 vs 100 rpm) no teste máximo progressivo em cicloergômetro de membros inferiores. **Materiais e Métodos:** Indivíduos: Seis voluntários saudáveis do gênero masculino (31,5±6,1anos; 69,5±7,77 kg; 1,74±0,09 m). Todos os indivíduos assinaram o termo de consentimento para a participação do experimento. **Protocolo:** Os indivíduos compareceram no laboratório em duas ocasiões completamente hidratados e descansados, Cada uma das visitas foi necessária para a realização de dois testes máximos crescentes em cicloergômetro de frenagem mecânica para membros inferiores, os mesmos foram realizados em duas cadências de rotações diferentes (80 e 100 rev min⁻¹) de forma aleatória para a obtenção da concentração final de lactato sanguíneo. O intervalo entre cada teste foi de no 48 hora. Cada indivíduo foi testado no mesmo horário do dia (18:00h±1:00h). **Procedimentos:** O teste incremental foi iniciado com carga de 1kp, com acréscimo de 0,5kp a cada 2 minutos ate a exaustão (incapacidade de manutenção da rotação por 5 segundos). **Coleta sanguínea:** As amostras de sangue foram coletadas do lóbulo da orelha direita no final de cada teste progressivo, por meio de capilar eparinizado e depositadas em eppendorfes contendo 50µl de fluoreto de sódio.

As amostras sanguíneas foram analisadas automaticamente e imediatamente após a coleta em Lactímetro modelo YSI 1500 Sport, Yellow Springs. Análise Estatística: Os dados obtidos foram comparados utilizando o teste t student para amostras pareadas. Resultados: Os resultados obtidos confirmam que houve diferença significativa nas concentrações de lactato obtidas nas duas cadências diferentes para $p < 0,01$. Conclusão: Baseado nos resultados obtidos podemos concluir que a lactatemia após teste incremental em cicloergômetro de membros inferiores obtida na cadência de 100rpm foi significativamente maior quando comparada a cadência de 80 rpm.

de Paula, L - A incidencia da violência nas rodas abertas de Capoeira

Instituição: Uniube - Depto de Educação Física

O fator gerador da Capoeira foi justamente à necessidade do negro escravo desvincular-se da violência por qual era exposto, precisava de algo dentro de suas limitações capaz de dar uma alternativa ou uma solução para este problema. Vendo que a partir das suas manifestações culturais criavam-se condições para se tornar instrumento de resistência, sem pestanejar o negro usou-as em sua reação a dominação dos senhores de engenho em sua privação da liberdade. Nota-se que esta luta geradora de liberdade mostra-se atualmente com capoeiristas se agredindo. Isto brota razões para a preocupação da forma que a Capoeira está submetida aos processos de seu desenvolvimento. Este trabalho teve por objetivo verificar a existência de violência na prática da Capoeira no município de Uberaba MG. Esta é uma pesquisa quantitativa, que usou como base um questionário com perguntas diretas relacionadas ao ensino e a prática da Capoeira enquanto esporte. A amostra foi composta por 12 associações, com praticantes de ambos os sexos em idade de 13 a 31 anos. Verificamos a preferência dos alunos pela prática do estilo regional e que 58 por cento dos homens e 67 por cento das mulheres disseram ter sofrido ou presenciaram agressões em rodas abertas. Diante do exposto, concluímos que ainda existe um alto índice de violência. Foi verificada uma relação existente entre o aumento da violência e o ensino aprendido da mesma com a negligência de certos educadores ao transmitir seus saberes, a super valorização das associações e seus trabalhos, a democratização da violência urbana, tudo isto pode estar contribuindo para esta constante da prática da violência nas rodas.

Dechichi, C; Areas, D; Tanaka, S; Oliveira, M; Areas, M - Alterações eletrocardiográficas em atletas de futebol categoria sub-20

Instituição: PUC-Campinas - FAEFI

O coração de atleta caracteriza-se pela adaptação reversível, estrutural e funcional do tecido cardíaco, em decorrência do contínuo treinamento físico. O estudo desses processos adaptativos torna-se importante, pois tais alterações podem inviabilizar a continuidade da atividade atlética, de modo temporário ou permanente, devido, dentre outros fatores, ao risco de morte súbita. Por outro lado, o falso diagnóstico de doença cardíaca num atleta pode prejudicar significativamente sua vida profissional. Diversos aspectos contribuem para as alterações cardíacas, tais como idade, sexo, etnia, modalidade esportiva, área de superfície corporal e características genéticas. O objetivo deste trabalho foi identificar prováveis alterações cardíacas adaptativas, através do eletrocardiograma (ECG), em atletas de futebol profissional masculino de um clube do interior do estado de São Paulo. Foram avaliados 34 atletas da categoria sub-20, com idades compreendidas entre 17 e 20 anos, em período de atividade atlética competitiva. Os ECGs foram registrados em aparelho computadorizado Heart-Ware, utilizando-se as 12 derivações convencionais, suplementadas por traçado longo em D2, velocidade de 25 mm/s e padronizado a 1mV=1cm. Os traçados foram obtidos com o atleta em decúbito dorsal, cabeça ligeiramente elevada, em jejum e em ambiente tranquilo. As amplitudes foram mensuradas em milivolts (mV) e as durações dos intervalos em milissegundos (ms). A frequência cardíaca foi determinada, também, pelo eletrocardiógrafo. Além disso, foi determinada a pressão arterial sistólica (PAS), diastólica (PAD) e média (PAM) de cada atleta, na posição sentada. Foram obtidos, ainda, os valores do peso corpóreo e da altura, para a determinação do índice de massa corpórea (IMC). Nossos resultados mostraram que o IMC, PAS, PAD e PAM estiveram dentro dos respectivos limites de normalidade. Quanto aos parâmetros do ECG verificamos que, dos atletas estudados: a) 94% apresentou repolarização ventricular precoce, caracterizada pelo supradesnivelamento do segmento ST nas derivações aVL, V2, V3, V4 e V5; b) 23,53% apresentou bradicardia sinusal, caracterizada pela frequência cardíaca menor que 60 bpm; c) 11,76% apresentou intervalo QT e QTc nos limites superiores da normalidade considerando-se 0,46 segundos como valor normal. Por outro lado, tendo-se como referência 0,44 segundos para o QTc, esses atletas teriam um prolongamento desse intervalo, caracterizando prejuízo da repolarização ventricular; d) 11,76% apresentou hipertrofia ventricular esquerda (HVE). Para a avaliação da HVE foram utilizados os seguintes critérios: a) Sokolow-Lyon (SV1 + RV5/6); valor normal ≤ 38 ; b) Cornell (RaVL + SV3); valor normal ≤ 28 mm; c) produto da voltagem de Cornell x QRS; valor normal < 2.647 mm.ms; d) SÂQRS, em graus. Concluindo, os valores eletrocardiográficas, pressóricos e antropométricos observados nos atletas em estudo, podem ser atribuídos às

propriedades adaptativas do coração ao exercício, necessitando-se, entretanto, de avaliações subseqüentes por outras metodologias que complementem esses resultados.

Del Álamo, R.C.; Vilela, M.G.; Freitas, S.O.; Datorre, J.R.; Silva, E.C.; Campos, C. - Avaliação dos níveis das capacidades físicas de força, flexibilidade e equilíbrio de pessoas com e sem retardo mental

Instituição: UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga

A saúde e a qualidade de vida dos indivíduos depende de uma série de fatores, entre eles os níveis de capacidades físicas de força, flexibilidade e equilíbrio. Pessoas portadoras de deficiências podem ter uma redução nesses níveis de capacidades físicas, resultando em problemas de adaptação ao mundo em que vivem. A proposta deste estudo foi detectar possíveis déficits que podem ser apresentados por crianças e jovens portadores de retardo mental, comparados com pessoas não-portadoras de deficiências da mesma idade. Participaram do estudo 30 pessoas portadoras de retardo mental e 30 não-portadoras de retardo, de ambos os sexos, com idade entre 18 e 40 anos, divididas em dois grupos: Grupo Controle (GC) – não portadores de retardo e Grupo Experimental (GE) – portadores de retardo mental, com um grau de leve a moderado. Foram realizados os seguintes testes motores: preensão manual, “sentar e alcançar” e teste do banco, para avaliar, respectivamente, a força, a flexibilidade e o equilíbrio. Com base nos resultados encontrados pudemos concluir que: 1) Pessoas portadoras de retardo mental apresentam menor quantidade de força, equilíbrio dinâmico e flexibilidade do que seus pares sem retardo; 2) Pessoas portadoras de retardo mental do sexo masculino são melhores nos níveis de força e equilíbrio dinâmico comparados às mulheres do mesmo grupo, o mesmo não acontecendo com os níveis de flexibilidade, onde não foram encontradas diferenças entre os sexos.

Delgado, M. - O deficiente na sociedade- onde fica o lazer?

Instituição: Uni-Facef/ Unifran

Os programas de lazer oferecidos, normalmente, possuem uma preocupação em auxiliar as pessoas portadoras de necessidades especiais com relação a sua educação e estimulação motora e intelectual, pois a ênfase maior é a produtividade dessa pessoa, esquecendo que, além disso, as pessoas com necessidades especiais querem e tem o direito de se divertir. Quando se fala em atividade de lazer não se pode esquecer que o que deve prevalecer é a alegria e diversão, além do descanso e do aprendizado. Nem toda atividade deve se preocupar com o andar melhor, com a coordenação mais aguçada, etc. A atividade de lazer tem que se preocupar com a contentação do indivíduo que a pratica. As atividades de lazer propiciam um momento excelente para a inclusão da pessoa com necessidade especial no grupo, na sociedade, permitindo à essa pessoa uma efetiva participação. Quando o profissional vai elaborar as atividades de lazer para propor as pessoas com necessidades especiais a preocupação que se deve ter é a mesma que se tem com qualquer grupo: saber a faixa etária, o local e os materiais disponíveis para a realização da atividade, saber do que o grupo para o qual será apresentada a atividade gosta, o que ele quer e quais as limitações desse grupo, para não tornar a atividade impossível de ser realizada ou demasiadamente fácil, o que faria com que os participantes perdessem o estímulo e a vontade de se divertir. O que normalmente acontece é o oferecimento de atividades de lazer com pouca motivação para o praticante, pois quem a prepara esquece de pensar nesse item. Desta forma, a adequação da atividade ao tipo de deficiência, assim como aos aspectos acima citados, devem ser melhor discutidos entre os profissionais de lazer, para que assim possamos oferecer um serviço de lazer cada vez mais especializado para a população de necessidades especiais.

Deslandes, A; Moraes, H; Capitão, C; Pompeu, FAMS; Laks, J - O efeito do exercício na cognição e no humor de idosos depressivos

Instituição: UFRJ -CDA- Instituto de Psiquiatria

O processo de envelhecimento está associado ao declínio de funções cognitivas, como atenção, memória e função executiva. Especialmente em idosos depressivos, essas alterações podem influenciar o seu comportamento e as atividades de vida diária. A melhora da cognição em idosos é relacionada a diversos fatores do estilo de vida, entre eles, a prática de atividade física. Idosos depressivos poderiam ser beneficiados com a prática de exercício, diminuindo os sintomas de depressão e melhorando o estado cognitivo geral. Neste sentido, investigamos o efeito do treinamento aeróbio na cognição e no humor de idosos depressivos. O Mini-exame do Estado Mental (MMSE) foi utilizado para avaliar o estado cognitivo.

Além disso, avaliamos os sintomas de humor através de três escalas: Hamilton, Beck e MADRS. Participaram do estudo onze pacientes depressivos (DSM-IV) do CDA/UFRJ, com idade entre 65 e 81 anos, alfabetizados e sem comorbidades psiquiátricas. Seis idosos participaram de um programa de treinamento físico (T), que consistiu em 20 min de caminhada na esteira, a 70% da FC_{máx}, 2 vezes por semana. O grupo controle (N=5) manteve apenas o tratamento clínico (C). Para comparar o estado cognitivo geral dos pacientes pré e pós seis meses de intervenção, foi realizada uma ANOVA two way, tratamento (T x C) x momento (pré x pós). Utilizamos o teste não paramétrico Kruskal-Wallis para a análise dos sintomas de depressão. Não houve diferença significativa no resultado do MSSE (T_{pré} = 27 ± 2,6; T_{pós} = 26 ± 2,3/ C_{pré} = 27 ± 3; C_{pós} = 26 ± 2,8). Nos sintomas de depressão, todas as escalas apresentaram diferença significativa no segundo momento, com diminuição dos sintomas no grupo T e agravamento no grupo C. No primeiro momento, os grupos não apresentaram diferença significativa em nenhuma das escalas: Hamilton (T = 10 ± 6,8; C = 10 ± 6,5), Beck (T = 9 ± 8,5; C = 12 ± 5,1), MADRS (T = 11 ± 10,9; C = 14 ± 9,3). Entretanto, após a intervenção, esta diferença mostrou-se significativa nas três escalas: Hamilton (T = 2 ± 1,6; C = pós = 15 ± 5,3), Beck (T = 5 ± 6,7; C = 17 ± 7,5), MADRS (T = 2 ± 2,6; C = 15 ± 6,5). A sintomatologia de depressão apresentada após os seis meses de treinamento foi classificada como ausência de sintomas pelos três instrumentos utilizados. Em relação à cognição, o exercício não alterou a função cognitiva geral dos idosos depressivos. Futuros estudos que utilizem instrumentos de avaliação específicos da função executiva e/ou atenção, poderão colaborar para o melhor entendimento do efeito do exercício na cognição de idosos depressivos.

Apoio Trabalho: CAPES

Deslandes, A; Moraes, H; Trigo, MC; Peregrino, M; Pompeu, FAMS; Laks, J - Efeito do treinamento aeróbio sobre os sintomas depressivos e a eletrofisiologia na depressão em idosos

Instituição: UFRJ-CDA- Instituto de Psiquiatria.

A prática de exercício físico está associada à diminuição da intensidade de depressão. A alteração de assimetria frontal na banda de frequência alfa do eletroencefalograma quantitativo (EEGq) é uma das respostas observadas no treinamento físico. Ela se relaciona a afetos positivos e negativos, ou seja, uma menor atividade frontal esquerda (aumento de alfa) é encontrada em depressivos. Portanto, espera-se que o treinamento físico altere o humor e a assimetria de pacientes depressivos. O objetivo desse estudo foi investigar o efeito do exercício físico sobre os sintomas e sobre a assimetria frontal de idosos depressivos. Participaram do estudo onze pacientes depressivos (DSM-IV) do CDA/UFRJ, com idade entre 65 e 81 anos, destros e sem comorbidades psiquiátricas. Seis idosos participaram de um programa de treinamento físico (T) e cinco mantiveram apenas o tratamento clínico (C). O grupo T realizou treinamento aeróbio (20 min de caminhada na esteira), a 70/80% da FC_{máx}, 2 vezes por semana, além de seguir o tratamento clínico indicado, enquanto o grupo C (controle) somente seguiu a prescrição de antidepressivos. Os sintomas de depressão foram avaliados usando-se a escala de Hamilton. A captação dos sinais eletroencefalográficos (EEG) foi realizada durante 8 minutos de olhos fechados, com 20 eletrodos posicionados no escalpo através do Sistema Internacional 10/20. Foi realizada a Transformada Rápida de Fourier para a análise da Assimetria frontal dos eletrodos F4-F3. Uma ANOVA two way, tratamento (T x C) x momento (pré x pós), foi utilizada para comparar a assimetria frontal e o teste não paramétrico Kruskal-Wallis para a análise dos sintomas de humor nos momentos pré e pós seis meses de treinamento. O grupo T apresentou redução (pré = 10 ± 6,8; pós = 2 ± 1,6; p < 0,05) enquanto o grupo C apresentou agravamento (pré = 10 ± 6,5; pós = 15 ± 5,3) nos sintomas de depressão. Entretanto, não houve diferença significativa na assimetria frontal entre os grupos nos momentos avaliados. A melhora de humor gerada pelo treinamento em idosos depressivos não foi acompanhada de alterações na assimetria frontal analisada pelo EEGq. A assimetria frontal parece não ser uma medida sensível às alterações de humor em idosos depressivos. Nosso estudo mostrou que o treinamento aeróbio realizado duas vezes por semana provoca diminuição nos sintomas de depressão em idosos depressivos.

Apoio Trabalho: CAPES

Di Cavallotti, T.; Mori, P.M.A.M. - A ginástica artística no Centro Universitário Hermínio Ometto - UNIARARAS

Instituição: Uniararas - Depto de Educação Física

Quando falamos em Ginástica Artística, nos lembramos na maioria das vezes em grandes ginastas, como Daiane dos Santos, Diego Hipólito e outros ginastas, que sempre demonstram suas séries com movimentos elegantes, que necessitam de força, agilidade, flexibilidade, coordenação, equilíbrio e controle do corpo, buscando sempre alcançar a perfeição dos movimentos em suas séries. A Ginástica Artística não é um esporte para poucos, pensa-se que só pode praticar quem tem algum “dom”, mas ela também pode ser considerada educativa, pode ser trabalhada e desenvolvida por todos os educadores físicos, seja dentro das escolas, clubes, e outros lugares. Além da ginástica trabalhar o desenvolvimento motor, ela trabalha também a criatividade, disciplina, atenção, equilíbrio, socialização e o trabalho em grupo. E foi com esse pensamento que nós professoras da UNIARARAS, resolvemos desenvolver o projeto de extensão em “Iniciação a Ginástica Artística”, dando oportunidade para que todas as crianças da cidade de Araras pudessem vivenciar esse esporte tão admirado por muitos. Esse projeto tem como objetivo não apenas o desenvolvimento físico e motor das crianças, mas também a socialização entre meninas e meninos, por meio do ensino das habilidades ginásticas, acrobáticas e técnicas básicas de movimentos corporais. A UNIARARAS nos disponibiliza alguns aparelhos para o melhor desenvolvimento e aprendizado dos alunos que são eles: barra fixa, trave, mesa de saltos, cavalo com alças, sala de colchões, colchões especiais, entre outros, visando também proporcionar aos nossos graduandos do curso de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física a oportunidade de vivenciarem como estagiário/professores a Ginástica Artística, podendo vivenciar e praticar mais de perto tudo o que aprendem na graduação. O projeto tem como intenção atender crianças de 5 a 16 anos do sexo feminino e masculino. As aulas são realizadas duas vezes por semana e em dois períodos, manhã e tarde, com duração de uma hora e meia cada aula. Fazemos as aulas da seguinte maneira: a primeira parte da aula é feito um aquecimento e um alongamento, onde todos participam juntos, depois a turma é dividida em 03 grupos / setores, cada 2 monitores ficam em um setor, para desenvolver o aparelho e para fazer a segurança dos alunos. Como são aproximadamente 60 alunos por aula na parte da tarde, ficam então 20 alunos em cada grupo / setor. Todos os alunos passam pelos três setores todas as aulas, ficando cerca de 20 minutos em cada setor para que se faça o rodízio de aparelhos. Como quase toda semana temos alunos novos, iniciantes na modalidade ou não, procuramos dividir os alunos em faixa etária e em habilidades durante as aulas, sempre visando o melhor desenvolvimento das atividades e para que nenhum aluno se sinta constrangido em estar ou não em algum grupo. A divisão é feita aleatoriamente todas as aulas, nem todas as aulas são os mesmos grupos, fazendo com que todos os alunos se relacionam com todos os outros, passando sempre para os alunos a importância da segurança dos exercícios e que a solidariedade com os amigos com mais dificuldade em realizar alguns exercícios tem que partir de cada um. Nas aulas, os alunos executavam tarefas em grupos ou individualmente. Esse projeto iniciou-se em 2005 com 20 alunas, hoje são aproximadamente 80 meninas e 05 meninos, entre os períodos matutino e vespertino. No final de 2005 e em Junho de 2006 realizou-se um festival de Ginástica com a participação de todos os alunos. Com este trabalho, verificamos uma melhora no desenvolvimento das habilidades e técnica dos alunos. Experiências diferenciadas na vida das pessoas desenvolvem sua maturidade tornando-as mais seguras para enfrentar novas situações. Como o projeto está estimulando os alunos de graduação em Educação Física a participarem como estagiários percebemos o interesse de muitos, pois em 2005 eram apenas duas e agora em 2007 já contamos com mais de 09 estagiários.

Dias Leite Junior, ODJ; Melo Rodrigues, LCM; Gomes Chaves, IGC; Monteiro Moreria, JMM; Mafra, BM; O Hara, WO - Perfil antropométrico de três comunidades indígenas da cidade de Manacapuru/AM

Instituição: UNESA

O objetivo desse estudo foi verificar em três comunidades indígenas (Guiribé, Jatuarana, Sahu-apé) localizadas na cidade de Manacapuru no Estado do Amazonas, alguns parâmetros antropométricos como: o IMC, % de gordura e o RCQ dos índios dessas comunidades. Este estudo foi possível devido a participação do autor no Projeto Rondon, na Operação Amazônia 2006, que foi realizada na Amazônia Legal na cidade de Manacapuru, Amazonas. Foi realizada uma visita em cada uma das três comunidades, a do Guiribé localizada próximo a zona urbana, assim como a comunidade do Sahu-apé, e por último a comunidade do Jatuarana que se localiza a 5 horas de barco do centro urbano de Manacapuru, pela margem esquerda do Rio Solimões. Metodologia: Para este estudo foram utilizados como protocolo de medidas; o Protocolo de Pollock 7 dobras (1993) para avaliar o percentual de gordura, o IMC de Quetelet cálculo realizado a partir da razão entre a massa corporal e a estatura ao quadrado, a relação cintura quadril, calculada a partir da razão entre a circunferência da cintura e a circunferência do quadril, sugerido por Fernandes Filho(2003) e Hespanha(2004). Os materiais utilizados foram; um compasso de dobras cutâneas Hascroft, uma trena metálica Sanny para medir as circunferências corporais, uma balança digital Camry para aferição da massa corporal total e uma fita métrica corrente para verificação da estatura total. Resultados: Foram obtidos para os homens da comunidade do Sahu-Apé uma média de 26,57±4,36 para o IMC; 0,93±0,06 para o RCQ; 19,46±8,47 para o %G; na comunidade de Jatuarana uma média de 22,58±2,11 para o IMC; 0,89±0,07 para o RCQ; 9,24±5,58 para o %G e finalmente para a comunidade de Guiribé uma média de 25,26±2,85 para o

IMC; $0,87 \pm 0,04$ para o RCQ e $17,69 \pm 8,16$ para o %G. Já as mulheres obtiveram os seguintes resultados; na comunidade de Sahu-Apé uma média de $25,57 \pm 6,29$ para IMC; $0,79 \pm 0,04$ para o RCQ; $31,47 \pm 8,48$ para o %G; na comunidade de Jatuarana $20,18$ para o IMC; $0,79$ para o RCQ; $24,97$ para o %G; por último a comunidade de Guiribé com média de $27,92 \pm 4,38$ para o IMC; $0,79 \pm 0,00$ para o RCQ; e $26,40 \pm 0,02$ para o %G. Conclusão: O IMC ficou entre normal e sobrepeso na sua maioria, com alguns atingindo obesidade grau 1 e grau 2, no percentual de gordura obtiveram valores próximos da média na classificação, nas comunidades mais próximas da cidade os resultados foram abaixo da média, sendo Sahu-apé e Guiribé com valores maiores das três comunidades, já a com melhor índice de gordura corporal foi a do Jatuarana, talvez devido a distância e a dificuldade de acesso a cidade, feito somente por via fluvial, seja um fator a ser considerado nesse aspecto, infelizmente tivemos limitações quanto ao número de avaliados, por temos um avaliador, e uma certa falha de comunicação entre a prefeitura e a comunidade, obtivemos no Jatuarana apenas uma mulher avaliada, devido o desencontro de horários, e em alguns casos a não permissão por parte dos homens e/ou vergonha das mulheres, devido o contato físico durante as medidas.

Dias, C.R.P.; Queiroz, R. M. F. - O perfil do policial militar do 9º BPM/I no tocante a prática de atividades físicas

Instituição: Unimar - Faculdade de Ciências da Saúde - Educação Física

Segundo o Registro Histórico do 9º BPM/I a Polícia Militar na cidade de Marília foi instalada no ano de 1929, com a criação do município de Marília, e naquela época era apenas um destacamento da então Força Pública do Estado de São Paulo, que era subordinado ao Quarto Batalhão de Caçadores de Bauru. No decurso histórico do batalhão houve algumas reestruturações, sendo que no ano de 1975 foi criado o atual 9º Batalhão de Polícia Militar do Interior, situado na cidade de Marília/SP. O serviço policial divide-se em administrativo (pessoal que trabalha na administração) e operacional (pessoal que trabalha no policiamento). O presente trabalho teve por objetivo analisar o Policial Militar do 9º BPM/I – Marília/SP, visando traçar seu perfil com base nas seguintes informações: a performance dos Policiais Militares em TAFs (Testes de Aptidões Físicas) já realizados; suas práticas e seus interesses pela atividade física; eventuais problemas existentes, que poderiam ser amenizados e/ou prevenidos com a prática regular de atividade física. Foi realizado a aplicação de um questionário com questões abertas e a análise dos resultados do Teste de Aptidão Física realizado anualmente em todo o batalhão. O questionário foi respondido por 79 policiais militares, sendo 7 do sexo feminino (fem.) e 72 do sexo masculino (masc.), perfazendo um total de 10% do efetivo total do batalhão. Foram analisados também os resultados obtidos nos Testes de Aptidão Física dos policiais militares que compunham o quadro de efetivo do batalhão nos anos de 2004, 2005 e 2006 (primeiro semestre) em 100% dos que se submeteram aos testes. Concluiu-se que os policiais militares em 20,83% (masc.) e 57,14% (fem.) não praticam atividades físicas em suas horas de folga; 68,06% (masc.) e 85,71% (fem.) não praticam atividades físicas no transcorrer dos turnos de seu serviço; 86,11% (masc.) e 71,43% (fem.) desejam praticar atividades físicas no seu horário de trabalho, com os objetivos de: fortalecimento da amizade entre os praticantes (8,33% - masc. e 14,29% - fem.), melhoria do condicionamento físico (44,44% - masc. e 57,14% - fem.), entre outros. Concluiu-se também que 77,78% (masc.) e 71,43% (fem.) não fumam; 58,33% (masc.) e 71,43% (fem.) não ingerem bebidas alcoólicas; que 62,5% (masc.) e 28,57% (fem.) não possuem problemas de saúde e os que possuem a que se destaca é pressão arterial alta ou baixa em 6,94% (masc.) e 14,29% (fem.). Os policiais militares que não praticam atividades físicas deixam claro que se sua prática fosse instituída, 91,67% (masculino) e 100% (feminino), gostariam de praticá-las com acompanhamento de profissional da área de Educação Física e também em sua grande maioria que tais práticas fossem aplicadas durante os turnos de serviço e no batalhão, excluindo-se o número de inaptos por pontos e diminuindo-se o número de “inaptos por médico”, pois a prática de atividades físicas além de proporcionar condicionamento físico, proporciona prazer, aliado a melhora de saúde e da harmonia entre seus praticantes. Para que todos os policiais militares possam participar das atividades físicas no seu turno de serviço e no batalhão, propõe-se revezamento entre os policiais em tais atividades, devendo esta proposta ser alvo de estudo, por parte do comando do batalhão, para se encontrar uma forma de se instituir as atividades físicas para todo efetivo, quer seja operacional ou administrativo, pois dessa forma poderiam se advir benefícios para o homem e sua instituição e quem ganha com isso é a comunidade, que terá um policial com melhores condições de trabalho, apto a ser empregado em qualquer modalidade ou tipo de trabalho policial.

Dias, V. K.; Schwartz, G. M. - O idoso e as atividades de aventura: barreiras e fatores impeditivos da prática

Instituição: LEL- Laboratório de Estudos do Lazer - DEF/ IB/UNESP- RIO CLARO

Cada vez com maior frequência e intensidade tem-se observado o interesse da população idosa brasileira por atividades que suscitam a aventura, vencendo inúmeros preconceitos de valores e instigando o olhar acadêmico, no sentido de compreender este universo. Este estudo, de natureza qualitativa, tem como objetivo, identificar, na perspectiva de idosos praticantes regulares de atividades de aventura, as barreiras e os fatores impeditivos a essa prática. O estudo foi realizado em duas etapas, sendo a primeira relacionada a uma revisão de literatura a respeito das temáticas propostas e a segunda referente a uma pesquisa exploratória, utilizando-se como instrumento uma entrevista estruturada, contendo perguntas abertas. A amostra intencional do estudo foi composta por 15 indivíduos idosos, com faixa etária acima de 60 anos, de ambos os sexos, praticantes regulares dessas atividades, oferecidas por empresas de ecoturismo, da cidade de Brotas/SP. Os dados coletados foram analisados descritivamente, por meio da Técnica de Análise de Conteúdo Temático e indicam que apenas 7,7% dos entrevistados disseram enxergar alguma barreira em relação à prática de atividades de aventura na natureza, por pessoas da terceira idade. No entanto, a esmagadora maioria (93,3%), afirmou negativamente sobre esse questionamento. O preconceito, ou as barreiras, em relação à prática dessas atividades, atualmente, não parece ser tão evidente, pelo fato de que estes sujeitos já são praticantes há algum tempo. Entretanto, com base nas justificativas das respostas, pode-se perceber que estas sempre vinham acompanhadas de ressalvas condicionais, evidenciando-se que, para esta amostra, os adeptos podem realizar tal prática se obedecerem a alguns critérios, como: respeitar as limitações de algumas pessoas e seus próprios limites; estar bem consigo mesmo e fisicamente; não praticar se tiver problema de coração, nos ossos, ou quando se está; doente ou se tem algum tipo de deficiência; quando se tem medo de água (no caso do rafting); solicitando autorização de médicos antes. Os resultados do estudo evidenciam, ainda, alguns aspectos impeditivos sobre estas práticas, reforçando a necessidade de promoção de novos estudos, que possam ampliar as reflexões sobre o universo do lazer, focalizando-se, especialmente, a população idosa e as atividades de aventura na natureza, para que se possa contribuir para a conscientização e a inserção desta população neste tipo de atividade, bem como, assegurar novas perspectivas de compreensão sobre esta fase do desenvolvimento humano e inclusão social, aprimorando os aspectos que permeiam a qualidade de vida.

dos Santos, AM; Coelho, MA - Imagem e movimento: o desenvolvimento da imagem corporal e a Educação Física

Instituição: Faculdade de Jaguariúna

Este trabalho tem como pressuposto verificar o desenvolvimento da imagem corporal e sua relação com a Educação Física e o movimento. Estudos de alguns autores apontam para uma relação íntima entre movimento e imagem corporal, num entrelaçado de questões fisiológicas, afetivas e sociais. Buscamos assim, na revisão de literatura, um estudo sobre o tema imagem corporal, sua relação com o movimento humano e a Educação Física. Amparamos nossos estudos em Tavares (2003) que observou as sensações corporais como um dos eixos articuladores do desenvolvimento da imagem corporal, e de outros autores, como Turtelli (2003) que compreende o movimento como uma das formas de moldar nossa imagem corporal, desde que coerentes com nossas intenções e necessidades. Para melhor compreendermos o desenvolvimento da imagem corporal, procuramos de início observar as questões sobre o corpo e o movimento humano ao longo tempo, como também a revisão do tema imagem corporal, seus conceitos fisiológicos, afetivos, sociais e sua história. Posteriormente, buscamos verificar a existência de pontos em comum entre o desenvolvimento da imagem corporal e a relação com a Educação Física e o movimento para assim concluir-nos nossa proposta.

Duran, R. H. H.; Dias, A. G.; Almeida, A. C. C.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - Identificar quais as expectativas e os fatores que levam os pais a escolherem o judô como atividade esportiva para seus filhos

Instituição: Universidade Estácio de Sá - Curso de Educação Física

Introdução: É fundamental o incentivo dos responsáveis para a prática dos filhos em atividades esportivas, mas as cobranças exageradas com seus filhos para que se tornem campeões, podem contribuir de forma negativa, acarretando abandono precoce do desporto ao até problemas no dia-a-dia. A função dos pais é de estimular seus filhos a participarem de atividades colaborando para a melhora do seu desempenho no campo dos esportes. Não há dúvida que a criança realiza a atividade, pela escolha dos pais, e não por vontade própria. Ficando o professor encarregado de analisar os elementos que levaram cada um à escolher aquele desporto. Objetivo: Identificar quais fatores e as expectativas que levam os pais de alunos de uma escola particular da zona oeste do Rio de Janeiro a escolherem o Judô como atividade esportiva para seus filhos. Metodologia: A pesquisa caracterizou-se como descritiva, Foi utilizado como amostra desta pesquisa 30 pais e/u

responsáveis de alunos matriculados em uma escola particular da zona Oeste do Rio de Janeiro, com faixa etária de 6 à 12 anos praticantes de Judô há mais de 6 meses, que estudam no horário integral das 13:15 às 17:15 e com duas aulas semanais de Judô. Foi desenvolvido para este estudo um instrumento composto por 10 questões fechadas, com base no estudo teórico do desporto do Judô. O presente instrumento foi validado por um estudo piloto, conforme recomendado por Costa Neto (2000). Para a identificação e classificação do Estilo de Vida dos pais e/ou responsáveis foi utilizado o instrumento desenvolvido por Nahas (2000), composto de 15 questões, divididas em cinco grandes grupos: Nutrição, Atividade Física, Relacionamento, Comportamento Preventivo e Controle de Stress. Os dois instrumentos utilizados foram distribuídos aos pais e responsáveis através de correspondência interna da instituição de ensino (agenda do aluno). Os pais levaram os dois instrumentos para suas residências, para posteriormente preenchê-los e devolvê-los a instituição que ficou responsável de encaminhá-los para o avaliador. Para tratamento e análise dos dados coletados o presente fez uso da estatística descritiva, onde foram utilizados a moda, média e desvio padrão para analisar os resultados com relação ao estilo de vida e a um gráfico de frequência relativa para avaliar os resultados no instrumento desenvolvido. Resultados: Quanto ao questionário "Estilo de Vida" observou-se na categoria nutrição: 2,2,3; atividade física: 0,3,2; comportamento preventivo: 3,3,3; relacionamento social: 3,2,1; e, controle de stress: 1,2,2. Observou-se que 71% dos pais possuem pós-graduação, 96% dos pais praticavam alguma modalidade esportiva, e 39% já tiveram vontade de praticar o judô e que 50% das respostas negativas que levaram a não praticar esta modalidade devido a falta de tempo disponível, 79% dos pais optaram pelo judô tendo em vista o desejo do seu filho, e quanto aos aspectos positivos apontados por outros pais e amigos ou da mídia cerca de 61% dos pais obtiveram informações sobre a melhora da disciplina; 89% dos pais colocaria seu filho em uma academia se a escola não oferecesse a prática do judô; 86% dos pais acompanham o judô indo a eventos na escola; 93% dos pais ao matricularem seus filhos no judô esperam que eles adquiram o gosto pela a pratica da atividade física. Conclusões: As respostas mais citadas indicam que os pais escolheram esta atividade por causa do desejo dos filhos e por considerar que o Judô é um desporto disciplinador. Os resultados indicam também uma grande expectativa de que seus filhos adquiram gosto pela atividade física com a prática do Judô. Na busca do desenvolvimento do ser humano e da conscientização dos pais e professores de academias, clubes e escolas que trabalham com o Judô, recomenda-se que a pesquisa seja enviada para o maior número de responsáveis pelas crianças praticantes desta arte, pois é muito importante a opinião dos mesmos para que haja uma boa integração entre pais, alunos e professores.

Dutra, A. D.; Gabriel, A. S. - Alterações do ângulo quadricipital decorrentes das posturas de anteversão e retroversão pélvica

Instituição: UNITRI - Centro Universitário do Triângulo

Resumo: O presente estudo verificou a influência do posicionamento pélvico (anteversão e retroversão) na amplitude de movimento (ADM) do ângulo quadricipital através da biofotogrametria computadorizada. Metodologia: A amostra foi composta por 58 voluntários (31 mulheres e 27 homens) com faixa etária entre 18-30 anos, sedentários ou que não praticassem atividade física regularmente. Foram incluídos neste estudo voluntários sem queixas osteomioarticulares nos membros inferiores (MMIIs) e sem nenhuma história progressiva de patologias limitantes da extensão e/ou flexão do quadril, joelho e/ou tornozelo. Foram excluídos no presente estudo voluntários que praticassem atividade física regular, apresentassem lesões osteomioarticulares dos MMIIs, bem como portadores de patologias neurológicas ou que estejam em período gestacional. Foram quantificados o ângulo quadricipital na posição de anteversão e retroversão pélvica através da biofotogrametria computadorizada. Para a identificação e a demarcação dos pontos anatômicos referentes à localização do trocanter maior do fêmur, epicôndilo lateral do fêmur e maléolo lateral utilizou-se a anatomia palpatória, sendo o processo de demarcação dos pontos realizado por um único pesquisador com o voluntário na posição supina. Para o registro da imagem, o voluntário (a) foi posicionado em uma maca adaptada, que mantém o quadril e joelho alinhados a 90° de flexão. Uma câmera fotográfica foi posicionada sobre um tripé em nível e prumo a uma altura de 1,25 m do solo e a uma distância de 1,5 m do voluntário (a) para o registro da imagem e posterior análise. Então, o examinador orientava o voluntário(a) a realizar uma anteversão pélvica voluntária mantendo-a, com o auxílio de uma toalha de rosto enrolada colocada na região lombar, favorecendo a anteversão. A imagem era então registrada e o mesmo era repetido realizando a retroversão pélvica, sem o auxílio da toalha. Finalizado o registro das imagens e o seu arquivamento em disquetes, as imagens foram transportadas para um computador, para quantificação do ângulo quadricipital de cada voluntário pela Biofotogrametria Computadorizada através do aplicativo ALCimage 2.1®. Para a análise do ângulo quadricipital, a seqüência de trabalho realizada foi a digitalização das imagens e quantificação angular pela Biofotogrametria Computadorizada. As medidas angulares foram verificadas a partir da união dos pontos anatômicos previamente demarcados Resultados: Os dados demonstraram uma diferença significativa entre o ângulo quadricipital com a posição de anteversão e retroversão pélvica para ambos os sexos e também entre a retroversão quando comparada entre os sexos. Foram realizadas outras comparações entre os dados coletados e não foi observada nenhuma correlação entre os dados analisados. Conclusão: O ângulo

quadricipital sofre alterações pelo posicionamento pélvico, sendo que, em retroversão pélvica apresenta um aumento estatisticamente significativo no valor dos ângulos quando comparados com a anteversão pélvica.

Enézio, J. C.; Cunha, F. A. P. - Fatores desmotivantes da prática de musculação nas academias de ginástica de Três Corações/MG

Instituição: Universidade Vale do Rio Verde, UNINCOR, Três Corações, MG,

Introdução: a prática de atividade física é algo muito comentado hoje em dia, não somente por questões de saúde, mas também por estética e convívio social, e assim, cada vez mais pessoas aderem a essa prática. Desenvolver corpos atléticos com musculaturas bem definidas e um baixo percentual de gordura tem sido objetivo da estética, e com isso, os mecanismos utilizados são eficientes para beneficiar a manutenção da saúde e a qualidade de vida de quem se exercita com regularidade. Entretanto, com relação à prática da modalidade de musculação nas academias da cidade de Três Corações/MG, o período de permanência dos praticantes tem sido pequeno, com isso os resultados esperados não são alcançados. Objetivo: dessa forma, o presente estudo procurou identificar os fatores desmotivantes da prática de musculação nas academias de ginástica da cidade de Três Corações/MG. Metodologia: participaram desse estudo 50 voluntários com idades entre 18 e 57 anos, de ambos os sexos, ex-praticantes de musculação. Foi aplicado um questionário fechado onde os participantes apontavam os principais motivos de abandono dessa prática, marcando-os por ordem de importância. Utilizou-se de estatística descritiva com a quantificação dos dados em percentuais. Resultados: registrou-se que 49% dos participantes apontam para falta de motivação extrínseca como principal fator para o abandono da musculação. 37% sentem-se desmotivados pela monotonia dos exercícios na prática da musculação. 29% consideram a distância casa/academia critério relevante para o abandono da modalidade. Conclusões: esses dados nos levam a crer que a falta de motivação extrínseca é o principal fator de desistência da prática da musculação. A esse respeito, ACSM (2003) relata que recompensas externas e os incentivos como apoio social da família ou de seus treinadores podem encorajar as pessoas e aumentar a probabilidade de persistir em seu programa de atividades físicas de duas a três vezes mais das que não tem apoio externo. Tais problemas podem ser facilmente contornados nas academias, pois através de treinamento adequado dos profissionais estimulando-os a encorajar e intervir junto a seus alunos. Elaboração de programas de exercícios atrativos que aumente a aderência do praticante, eliminando assim o fator monotonia do treino. Fornecer recompensas por frequência e participação efetiva nos programas de exercícios.

Faber, M. A. - Ginástica olímpica na escola

Instituição: Centro Universitário Nilton Lins - Educação Física

INTRODUÇÃO: projeto se apresenta como uma importante ferramenta pedagógica e metodológica para os acadêmicos das disciplinas envolvidas. Permite-lhes vivenciar a aplicação de conhecimentos adquiridos que envolvem domínio dos movimentos, ritmo, criatividade, cooperação, liberdade de expressão, autoconfiança e tomada de decisão. Objetiva por meio da experiência prática, contribuir para com a formação do futuro profissional de Educação Física. Realizado na quadra desportiva do Centro Social Roger Cunha Rodrigues. Objetivos: Mostrar ser possível a aplicação dessas disciplinas, utilizando-se materiais adaptados sem, contudo perder-se o foco principal para a ginástica que é a qualidade do ensino, a segurança, a integridade física e o desenvolvimento harmônico das capacidades físicas, favorecendo a cognição e a afetividade entre os alunos; aplicar de forma lúdica e prática em escolares, os conhecimentos adquiridos nas aulas de Ginástica Olímpica; incentivar a prática dessas modalidades por meio da demonstração e da experiência motora prazerosa vivenciada no Projeto; constatar que, apesar da realidade escolar, é possível a aplicação com fins educacionais das atividades das disciplinas componentes deste projeto, por meio de materiais adaptados. METODOLOGIA: Foram desenvolvidas durante o primeiro semestre letivo de 2006, atividades de iniciação de Ginástica Olímpica, na Escola Centro Social Roger Cunha Rodrigues de acordo com os materiais e sucatas adaptadas às necessidades dos conteúdos a serem ministrados. Participaram desse Projeto 150 crianças de 5 a 8 anos, alunas desse Centro. A seleção das atividades esteve condizente com a faixa etária e o nível de maturidade das crianças. Os acadêmicos do 4º período do Curso de Educação Física do Centro Universitário Nilton Lins, do turno matutino demonstraram e auxiliaram as crianças, na execução dos elementos de equilíbrio, pequenos saltos, rolamentos grupados; giro e roda; elementos característicos da ginástica de solo, tendo-se o cuidado de relacioná-los sempre à orientação espacial. Teve supervisão e avaliação permanente da professora da disciplina. RESULTADOS: 70% apresentaram segurança, equilíbrio, atenção, boa orientação e coordenação motora (caminham diariamente até a escola, ultrapassando diferentes tipos de obstáculos naturais e construídos) 25% executaram todas as atividades propostas (só brincam, correm e pulam quando vem à escola) e 5% demonstraram discreta falta de equilíbrio, insegurança muito medo em mudar sua posição corporal. (brincadeiras sedentárias e televisão quando estão em

casa). **CONCLUSÃO:** A análise dos resultados dos comportamentos e das habilidades motoras apresentadas e experimentadas nos permitiu concluir que o meio ambiente, as oportunidades e os desafios corporais forjam nas crianças dificuldades e soluções em seu desenvolvimento e que a Ginástica Olímpica pela quantidade de experimentos motores dá ao profissional de Educação Física subsídios necessários a incentivar a iniciação dessa modalidade nas escolas.

Faganello, F.R.F; Matthiesen, S.Q.M - O ensino do atletismo em aulas de Educação Física: sobre a perspectiva pedagógica dos livros específicos

Instituição: Unesp

INTRODUÇÃO: Interessados na organização da produção bibliográfica no campo do Atletismo, o GEPPA - Grupo de Estudos Pedagógicos e Pesquisa em Atletismo, da Unesp de Rio Claro, tem se dedicado ao levantamento minucioso da bibliografia existente na área. Em pesquisa realizada em Matthiesen (2005), constatamos: uma concentração de livros de atletismo nas décadas de 70 e 80; uma predominância das corridas e saltos, em detrimento dos arremessos, lançamentos, marcha atlética e provas combinadas; uma ênfase sobre uma perspectiva técnica, de treinamento e normativa, em detrimento de uma perspectiva pedagógica de ensino do atletismo, apontando para a necessidade de novos levantamentos em outras fontes. Não por outro motivo, realizamos, em Faganello e Matthiesen (2006) um levantamento das teses de doutorado e dissertações de mestrado referentes ao atletismo em Cursos de Pós-Graduação, no Brasil, verificando que dos 53 trabalhos registrados no site da CAPES – Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior, entre 1987 e 2003, apenas 15 estavam voltados à área da Pedagogia da Motricidade Humana, enquanto os outros 38 estavam direcionados à área da Biodinâmica da Motricidade Humana. Com base nisso, verificamos a necessidade de aprofundamento na área pedagógica, centrando-nos, nessa nova pesquisa, no teor dos livros específicos de atletismo. **OBJETIVO:** Esta pesquisa tem como objetivo identificar qual a perspectiva de ensino presente nos livros de atletismo, que compõem os acervos das bibliotecas de universidades públicas. **METODOLOGIA** Essa pesquisa, de caráter teórico-bibliográfico, teve como base o acervo de livros das Universidades Públicas do Estado de São Paulo, quais sejam: UNESP, e UFSCar. Foram coletados todos os livros nacionais, específicos de atletismo presentes nesses acervos, sendo que o material foi classificado em 4 Categorias, ou Blocos de Conteúdo, quais sejam: Aspectos Históricos e Regulamentares; Aspectos do Treinamento; Aspectos Pedagógicos; Aspectos da Saúde. **RESULTADOS:** Dos 71 títulos de livros encontrados, 38 (54%) livros são nacionais, 23 (32%) são livros internacionais e 10 (14%) são traduções de livros internacionais para o português. Dos 38 livros nacionais analisados, 17 (44%) são livros que tratam dos Aspectos Históricos e Regulamentares; 6 (16%) tratam dos Aspectos do Treinamento; 10 (26%) dos Aspectos Pedagógicos; 1 (3%) trata dos Aspectos da Saúde. Também aparecem na relação de livros dos acervos das duas bibliotecas analisadas, quando feita a chamada “atletismo”, livros que não são específicos, mas que tratam de assuntos variados, tais como: biomecânica da marcha; educação física escolar; entre outros num total de 4(11%). Aprofundando a análise dos livros caracterizados dentro dos Aspectos Pedagógicos, verificamos que dos 10 livros encontrados, 7 (70%) são livros com ênfase nos aspectos Técnico-pedagógicos, ou seja, há uma maior preocupação com o ensino e o aperfeiçoamento das técnicas das modalidades do atletismo, portanto destinados à formação de atletas enquanto que apenas 3 (30%) são livros preocupados com o ensino e desenvolvimento das habilidades: correr, saltar, lançar e arremessar; trabalhadas no atletismo, sem uma preocupação técnica ou de rendimento, mas sim com a formação de alunos conhecedores do Atletismo. **CONCLUSÃO:** Os resultados levam-nos a concluir que, a perspectiva de ensino presente nos livros de atletismo classificados como pedagógicos é destinada à formação de atletas, ou seja, é técnica, sendo que apenas uma pequena porcentagem de livros nacionais possuem uma perspectiva didática, preocupada com o ensino, conhecimento e prática pedagógica do atletismo. Isso, certamente, reforça a valorização do esporte de rendimento, mostrando-nos a necessidade de novas publicações destinadas ao ensino do atletismo em aulas de Educação Física numa perspectiva didático-pedagógica.

Faganello, F.R; Carnicelli filho, S.; Matthiesen, S.Q - Reflexão da prática da educação física escolar seguindo a teoria reichiana

Instituição: Universidade Estadual Paulista - Rio Claro

INTRODUÇÃO Médico e psicanalista, eterno preocupado com as crianças e com a educação, meio o qual acreditava ser o caminho à prevenção das neuroses, Wilhelm Reich herda de Freud, seu mestre por muitos anos, algumas idéias como a Educação de Educadores a qual defende que os professores deveriam passar por um trabalho de análise de si mesmo e tomar consciência de suas atitudes, para que os alunos não sejam vítimas das neuroses dos professores. Seguindo a teoria Reichiana, as crianças devem passar por frustrações, mas frustrações necessárias às quais impedem que se tornem crianças mimadas e malcriadas, mas que canalizam os instintos da criança. Reich também defende que as frustrações devem ser

introduzidas de forma gradual para que ocorra um equilíbrio entre as satisfações e as frustrações. Sendo assim, durante o processo educacional deve existir um ponto ótimo entre as frustrações e as satisfações. Na escola os alunos sofrem diariamente frustrações desnecessárias, seus corpos ficam esquecidos durante o processo da intelectualização, lembrados apenas nos momentos das normas de conduta, sendo pouco a pouco domesticados e encorajados para que consigam corresponder as medidas do bom comportamento. A Escola A escola possui um pátio e uma quadra também pequena, ambos são rodeados pelas 12 salas de aula, mas apenas o pátio é destinado para o intervalo dos alunos no qual é proibido correr ou fazer qualquer tipo de atividade de grande movimentação durante o intervalo. No período da tarde, as crianças são vigiadas pelos próprios colegas que vestem coletes e também pela auxiliar de docente e pelo guarda da escola. No período da manhã não existe os alunos fiscais, assim quem cuida do intervalo é guarda da escola e a auxiliar de docente. Os Alunos Ao realizar a observação dos alunos do período da tarde, pude começar a entender alguns motivos que levam os alunos do período da manhã a agir como agem, sendo alguns deles: restrição dos espaços para o lazer, muita restrição dos horários para atividades físicas, proibição de brincadeiras de grande movimentação. Acredito que esses exemplos sejam exemplos de frustrações desnecessárias vividas pelos alunos no decorrer de todo o ensino fundamental. Aulas de Educação Física Após ter contato com a teoria Reichiana passei a ter um olhar mais atento sobre a minha prática nas aulas de Educação Física, mas também procuro observar como o as outras disciplinas e professoras podem ocasionar frustrações na vida de cada aluno. O mau uso dos espaços físicos na minha escola, pode gerar, ao meu ver, muitas das frustrações desnecessária, pois o intervalo é o momento que os alunos deveriam ter para poder se movimentar livremente, descarregando assim toda a tensão formada durante as aulas. Ouvindo comentários do tipo: “Não amo meus alunos e não quero que eles me amem, estou aqui para ensinar. Amar amo minha família”. Ou ainda “Eu não sou amiguinha dos alunos, amizade tenho com minhas amigas, sou apenas professora”. Mostra-se, assim, a necessidade de uma Educação de Educadores defendida por Freud e Reich. Para evitar as frustrações desnecessárias busco cada vez mais refletir sobre minha prática, única disciplina que oferece a possibilidade das crianças trabalharem com o corpo. Procuro, também, conversar sobre as aulas, da importância da atividade que estão realizando, fazer com as aulas ao mesmo tempo em que atinja meus objetivos permita aos alunos momentos de liberdade, prazer e alegria. Mesmo diante de todas as dificuldades encontradas no decorrer do processo educacional como: alunos rebeldes, desanimados, parecendo não estar recebendo de seus pais às frustrações necessárias e também os problemas com a própria instituição de ensino, tento deixar acima de tudo meu amor pelos alunos e por minha profissão, ser cada vez mais amiga e não só professora e fazer com que o processo educacional de cada um seja o máximo possível livre de neuroses e de formação de corações.

Felipe, L.Z.; Metzner, A.C. - O paradigma do esporte nas aulas de educação física

Instituição: Faculdades Integradas Fafibe

Após observarmos algumas aulas de Educação Física, através do estágio supervisionado, notamos que os alunos se recusavam a fazer qualquer atividade que não estivesse relacionada às modalidades esportivas. Dessa forma, a presente pesquisa teve como objetivo investigar os motivos que levavam os alunos a não praticarem atividades lúdicas nas aulas de Educação Física. Utilizamos como instrumento metodológico o questionário com perguntas abertas. Esse questionário foi aplicado a 23 alunos da 4ª série do Ensino Fundamental da Escola Sebastião Fernandes Balieiro da cidade de Viradouro S/P. Após a análise dos dados, verificamos que essa rejeição por conteúdos diversificados aconteceu pela grande valorização da cultura do esporte e, principalmente, porque eles não vivenciaram, nas séries anteriores, outros conteúdos, como por exemplo: jogos e brincadeiras, ginástica, dança rítmica e expressiva, lutas e conhecimento sobre o corpo. Portanto, acreditamos que os alunos exigem praticar determinado esporte nas aulas, pois desconhecem a gama de atividades que abrange a Educação Física Escolar.

Feltrim, Y.R; Machado, D.R.L - Habilidade e desempenho motor de jovens futebolistas.

Instituição: Universidade Federal de Viçosa

A necessidade de sucesso, as cobranças por resultados, estimulam a busca de fundamentação científica, pesquisas de instrumentos que ofereçam suporte na evolução do futebol, otimizando a performance. Entretanto pesquisas privilegiam geralmente o alto nível, esquecendo as categorias de base. Diante disso, este estudo procurou descrever o desempenho motor e técnico de jovens futebolistas, identificando os elementos de maior relevância para o desempenho de jogo. Participaram do estudo 18 jovens, com médias de $14 \pm 0,7$ anos, $53,9 \pm 6,5$ Kg e $169,4 \pm 8,2$ cm. Utilizou-se a baterias de testes de habilidades específicas de futebol (MOR-CRISTIAN apud TRISCHLER, 2003) e os testes motores de resistência aeróbia (Teste de esteira – Bruce, 1976), velocidade (corrida de 50 m), agilidade (corrida sinuosa) e força explosiva (salto

vertical). Avaliou-se ainda o desempenho em situação real de jogo, registrados por cinco experientes técnicos de futebol. Os resultados indicaram baixo desempenho nos testes de habilidades específicas e em situações reais de jogo, não sendo capazes de predizer o desempenho, nem o nível técnico destes jovens. Por outro lado, expressivos resultados nos testes de desempenho motor foram observados quando comparados a outros estudos, salientando a excelente condição física desses jovens jogadores, sendo que dois testes explicaram melhor o desempenho de jogo. A análise de regressão múltipla (Stepwise) indicou o salto vertical e o máximo como os principais determinantes para o desempenho de jogo com moderado coeficiente de determinação ($R^2=0,43$). Esses resultados sugerem que parte do desempenho de jogo (DJ) é explicada por estes indicadores, mas não predita por eles, podendo ser expresso pela equação $DJ = 1,869 + 0,535$ (salto vertical) + 0,442 (máx).

Fernandes da Silva, J.; Antonacci Guglielmo, L.G.; José Carminatti, L.; de Carvalho, J.; da Silva Nascimento, A. - Relação de índices fisiológicos obtidos em testes contínuo e intermitente de campo

Instituição: Universidade Federal de Santa Catarina

JULIANO Fernandes da Silva*, LUIZ GUILHERME Antonacci Guglielmo*, LORIVAL José Carminatti**, JOLMERSON de Carvalho* André da Silva Nascimento* * Universidade Federal de Santa Catarina, CENESP - CDS / DEF / LAEF, Florianópolis (SC) ** Universidade do Estado de Santa Catarina, CENESP - CEFID / LAPEM, Florianópolis (SC) julyofs@yahoo.com.br Introdução: O hóquei sobre a grama, assim como a maioria dos esportes coletivos, envolve exercícios intermitentes e intensidades variadas, necessitando, desta forma, que sejam realizadas avaliações com estas características para a determinação de índices fisiológicos. No entanto, por muito tempo, utilizou-se testes de natureza contínua para avaliações de atletas em diferentes modalidades esportivas. Neste sentido, alguns estudos têm procurado desenvolver testes intermitentes específicos que possam representar de modo mais próximo às ações motoras utilizadas nos esportes com características intermitentes. Objetivo: Verificar a relação dos índices fisiológicos determinados em um teste de característica intermitente (TCAR); com os determinados no teste contínuo de 12 minutos proposto por Cooper. Metodologia: Participaram do estudo dez atletas do sexo feminino pertencentes à $\pm 1,8$ anos; 57,9 \pm seleção brasileira de hóquei sobre a grama (17,9 \pm 2,3% de gordura corporal). Primeiramente, $\pm 4,3$ cm; 19,9 \pm 5,1kg; 165,3 as atletas foram submetidas ao teste progressivo intermitente com pausas (TCAR), para determinação do pico de velocidade (PV) no campo de grama constituído de multi-estágios de 12s de corrida de ida e volta, com pausas de 6s. A distância inicial foi de 15m com incrementos de 1m (0,6km.h⁻¹) a cada 90s. A velocidade inicial foi de 9km.h⁻¹ com o ritmo controlado a partir de sinais sonoros. Durante o teste, a frequência cardíaca (FC) foi mensurada por meio do monitor Polar S610i. O PDFC foi determinado conforme o método DMÁX. Em outro dia, as atletas foram submetidas ao teste de 12 minutos de Cooper em uma pista de atletismo de 400m, determinando-se a máxima distância percorrida no respectivo tempo e estimando-se o VO2máx por meio da seguinte equação: $VO2máx \text{ ml (kg.min)}^{-1} = (\text{distância} - 504)/45$. A análise estatística foi realizada por meio do teste de correlação linear de Pearson, sendo adotado um nível de significância $p < 0,05$. Resultados: Os valores médios referentes ao PDFC, ao percentual do PDFC em relação à frequência cardíaca máxima (FCmáx), ao percentual da VPDFC em relação ao PV (%PV) 5bpm, 91,4 \pm 0,1%, 80,5 \pm 0,2% e \pm a FCmáx obtidos no TCAR foram: 179 \pm 196 \pm 5bpm. O PV (14,5 \pm 0,7km.h⁻¹) e a velocidade equivalente ao PDFC (11,7 \pm 0,5km.h⁻¹) obtidos no TCAR apresentaram correlações significantes ($r = 0,84$ e $r = 0,84$) com o VO2máx (43,1 \pm 3,9ml/kg/min) e a distância percorrida no teste de Cooper (2444,7 \pm 175,7m). Além disso, também foi encontrada uma alta correlação ($r = 0,99$) entre o PV e a VPDFC no teste TCAR. Conclusões: Observou-se que foram encontradas correlações significantes entre as variáveis determinadas nos dois diferentes testes, sugerindo que ambos alcançaram os seus objetivos de avaliar a aptidão aeróbia das atletas. Entretanto, o TCAR parece ser mais indicado para a avaliação da aptidão aeróbia de atletas de hóquei sobre grama visto que o mesmo apresenta características específicas da modalidade estudada, tais como: mudanças de direções, acelerações e desacelerações.

Fernandes da Silva, J.; Budal Arins, F.; Antonacci Guglielmo, L. G. - Ponto de deflexão da frequência cardíaca de atletas de futsal feminino calculado a partir do método DMÁX

Instituição: Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: Um aspecto fundamental para planejar adequadamente o treinamento é quantificar a carga de trabalho que o atleta está sendo submetido. O limiar anaeróbio é uma variável importante, que permite mensurar com confiabilidade a

intensidade do esforço metabólico em treinamento ou em competições de modalidades esportivas. Porém, as formas para sua determinação, a partir de métodos diretos geralmente necessitam de equipamentos sofisticados e de alto custo. Assim, seu valor pode ser estimado de forma indireta, pela identificação do ponto de deflexão da frequência cardíaca (PDFC). Objetivo: Identificar o PDFC de atletas de futsal feminino da categoria adulto de uma equipe universitária da cidade de Florianópolis, SC. Metodologia: A amostra foi composta por cinco atletas do sexo feminino (20,6±1,4 anos, 161,4±1,8cm, 55,8±12,6 kg e 22,9±6,4% de gordura corporal). Para a determinação do pico de velocidade (PV), as atletas foram submetidas ao teste progressivo intermitente com pausas (TCAR), na quadra de futsal constituído de multi-estágios de 12s de corrida de ida e volta, com pausas de 6s. A distância inicial foi de 15m com incrementos de 1m (0,6km.h-1) a cada 90s. A velocidade inicial foi de 9km.h-1 com o ritmo controlado a partir de sinais sonoros. Durante o teste, a frequência cardíaca (FC) foi mensurada por meio do monitor Polar S610i. O PDFC foi determinado conforme o método DMÁX. A análise descritiva de dados foi realizada com o programa Microsoft Excel. Resultados: Os valores médios referentes ao PV, ao PDFC, à velocidade correspondente ao PDFC (VPDFC), ao percentual do PDFC em relação à frequência cardíaca máxima (%FCmáx), ao percentual da VPDFC em relação ao pico de velocidade (%PV) e a FCmáx, obtidos no TCAR, foram respectivamente, 13,7±0,7km.h-1, 183±9bpm, 11,8±06km.h-1, 93,8±4,1%, 86,1±4,7% e 195±3bpm. Conclusão: Observou-se que foi possível determinar o PDFC a partir do método DMÁX em todos os sujeitos do estudo. Por se tratar de um método não invasivo e de baixo custo para a predição do limiar anaeróbio, este se torna essencial em equipes com pouca infra-estrutura como a do presente estudo, auxiliando na elaboração dos programas de treinamento. Contudo, recomenda-se a ampliação da base de dados, referente a atletas desta modalidade.

Fernandes, G.; Soutto Mayor, S. - Os ingressantes no curso de licenciatura em Educação Física e as suas vivências/conhecimentos prévios sobre o tema/conteúdo – luta

Instituição: Fundação Helena Antipoff/ Instituto Superior de Educação Aní

Há aproximadamente dez anos os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) – Área de Educação Física, sob a forma de uma proposta curricular, reforça e, de certa forma leva definitivamente para dentro das escolas de Educação Básica brasileiras, os temas ou blocos de conteúdos da cultura corporal. É nesse contexto, desencadeado antes mesmo da publicação dos PCN, que boa parte dos professores de Educação Física escolar é chamada à atenção para o ensino do tema/conteúdo – luta, em suas aulas regulares. Passados vários anos, questiona-se: Quais são as vivências e os conhecimentos prévios de universitários ingressantes no curso de licenciatura em Educação Física sobre as lutas? Diante desta e de outras interrogações realizou-se uma pesquisa com o objetivo de mapear estas questões em ingressantes de uma Instituição de Ensino Superior sobre este tema/conteúdo. Para este fim, 84 (57,14% – universitárias e 42,86% – universitários) alunos de primeiro período, dos turnos – matutino, vespertino e noturno, responderam um questionário constituído por questões objetivas e dissertativas. As informações coletadas foram sistematizadas e discutidas por meio da estatística descritiva e da análise do conteúdo. Em termos gerais, os pesquisados estudaram tanto no Ensino Fundamental (85,71%) como no Ensino Médio (80,95%) em escolas públicas e, nesse percurso do primeiro para o segundo nível de ensino, 28,57% passaram a não ter aulas de Educação Física. No que diz respeito à abordagem das lutas na escola, apenas 4,17% das universitárias e 2,78% dos universitários, tanto no Ensino Fundamental, como no Médio, mencionaram ter tido alguma vivência com este conteúdo nas aulas regulares de Educação Física. Das 48 universitárias pesquisadas, 22,92% relataram ter tido algum tipo de contato com as lutas fora da escola, sendo que duas na condição de não-praticantes e nove como praticantes. Já dos 36 universitários, 41,67% afirmaram ter tido algum tipo de contato com as lutas fora da escola, dentre esses, dois na condição de não-praticantes e treze como praticantes. A Televisão foi o meio de comunicação de massa que mais levou informações sobre as lutas para os universitários (63,89%) e as universitárias (54,17%), embora outros meios também o tenham feito. Ao serem convidados a dizerem algo sobre esse contato antecedente ao ingresso no Ensino Superior com as lutas, foi reforçada a ausência ou a reduzida vivência/experiência, aquisição de conhecimentos dos pesquisados (41,67% - universitárias e 25,00% universitários), em relação a este tema/conteúdo. Além disto, também pode-se levantar outros aspectos depreendidos de respostas dos universitários pesquisados que poderão servir de referência para a abordagem das lutas na formação inicial em Educação Física: As lutas são entendidas como esporte e também como possibilidade de se ter uma formação moral baseada na disciplina e no respeito, além de representar uma forma de enfrentamento à violência; A abordagem das lutas nas aulas regulares de Educação Física escolar é inexistente ou precária, precisando ser repensada, inclusive como alternativa aos esportes com bola; Há interesse e desejo de se aprender sobre as lutas no Curso Superior de Educação Física. Chega-se ao final desta pesquisa com a impressão de que o tema/conteúdo – luta, ainda enfrenta grande dificuldade para figurar efetivamente como um conteúdo nas aulas regulares de Educação Física e por isto, sobretudo na formação inicial para a docência em Educação Física, há necessidade de se incorporar discussões que envolvam o tema/conteúdo em foco: As questões de gênero; As dificuldades impostas pelas condições das escolas

(espaço físico e materialidade); O imaginário ou a representação social dos diferentes atores, dentre outras. Felizmente, dentre os pesquisados, futuros professores de Educação Física, há experiências prévias diversificadas relacionadas às lutas, e além disto, há interesse e desejo expressos para se aprender este tema/conteúdo da cultura corporal.

Fernandes, J - Participação efetiva de crianças na construção de regras do jogo: uma mudança de postura nas aulas de Educação Física

Instituição: Universidade Metodista de São Paulo

É confirmado a importância da Educação Física no 1º e 2º ciclo do E.F. Porém muitos discursos se perdem quando observamos a prática. Educa-se para o movimento, os conteúdos são ligados ao fazer, ao gesto motor, estreitando as possibilidades da disciplina, ou se tem aulas exclusivamente recreativas. A reflexão, a tomada de consciência, a conceituação sobre o que se faz é deixada de lado ou permanecendo no currículo oculto. O jogo satisfaz a necessidade das crianças, a necessidade de ação, e por fazer parte da natureza delas, foi escolhido para ser trabalhado no 2º semestre de 2006 numa Escola Estadual de Ensino Fundamental, na busca da superação do modelo tradicional de ensino, tentando levar a um desenvolvimento que abrangesse outras possibilidades e dimensões que não só a física. Para tal, um jogo foi proposto, seguido de uma explicação com “regras iniciais”. A partir de então foi percebido pelas crianças durante a vivência deste, alguns problemas onde elas discutiam, influenciadas pelos conhecimentos já obtidos de outras brincadeiras e práticas, atitudes que eram ou não permitidas no jogo. Foi então o momento de parar e decidir sobre a criação de um livro de regras, que eles mesmos confeccionaram de acordo com as necessidades e características da turma. O trabalho todo foi dividido em vivência do jogo, parando para a discussão e escolha das regras, e confecção do livro. Esse trabalho foi executado com seis 3º series, onde pude notar ao longo do trabalho, que os alunos foram descobrindo a importância das regras, onde eles se policiavam durante a prática, conseguiram se socializar, adquirindo uma postura mais ativa e participadora durante a aula, chegando até planejamento de estratégias. Prazer e responsabilidade andaram juntos, pois o sucesso e a diversão do jogo dependia da decisão dos alunos em conjunto.

Apoio Trabalho: Prof. Ms Cristiane Vianna Guzzoni

Fernandes, J. - O atletismo nas aulas de educação física escolar sob a ótica dos professores

Instituição: Centro Universitário de Belo Horizonte-UniBH

Dentro da realidade das escolas de Educação Básica alguns temas/conteúdos da cultura corporal vêm deixando de ser abordados ou introduzidos pelos professores de Educação Física (EF), sob a justificativa da inexistência ou escassez de instalações (material e espaço físico), e da resistência ou desinteresse dos alunos. Como alternativa para essa situação surge a criatividade, que se apresenta como uma das formas do professor superar tais dificuldades. Dentro dos temas da Educação Física Escolar (EFE), o Atletismo, apesar de ser tido como uma atividade básica e de oferecer diversas possibilidades pedagógicas, segundo estudos tem perdido espaço nos planos de ensino dos professores. Sendo assim, esse trabalho tem como objetivo apurar se o Atletismo é um dos conteúdos trabalhados nas aulas de EFE do ensino fundamental em um município da região metropolitana de Belo Horizonte e o tratamento dado a esse conteúdo pelos professores dentro da realidade das escolas. O instrumento utilizado foi um questionário composto por questões objetivas e dissertativas, respondido por 14 dos 15 professores que lecionavam EF nas escolas de Ensino Fundamental, em 2005. Dentre os professores pesquisados, sete eram graduandos em EF; três já eram graduados e quatro possuíam outros cursos voltados para a área. De acordo com os respondentes, 71% teve contato com o Atletismo na sua formação para docência ou regência das aulas, mas os conteúdos estudados foram descontextualizados da realidade escolar e 79% alegou dificuldade para introduzir ou abordar o Atletismo em suas aulas. Mesmo diante das dificuldades de abordagem, 35,7% dos professores nunca leu qualquer material sobre o Atletismo após a conclusão do curso. Os pesquisados consideraram o Atletismo como um conteúdo de muita importância, sendo que 71% desses afirmou utilizar essa modalidade em suas aulas e ao serem indagados sobre a forma de abordagem sobressaiu a lúdica ou recreativa. No entanto, ao descreverem a forma de abordagem, prevaleceu a convencional, regulamentar ou institucionalizada pautada nas regras e técnicas das provas oficiais. No que tange a disponibilização, por parte das escolas, de instalações específicas, as palavras que resumiram tal infraestrutura foram: precariedade e inexistência. Para 93% dos professores pesquisados havia possibilidade de improvisação de materiais e adaptação de espaços para se trabalhar o Atletismo, mas apenas 57% deles o faziam. A maioria dos professores respondeu que não se sentia preparada para abordar ou introduzir o Atletismo nas aulas de EF. De acordo com os resultados obtidos, pôde-se levantar que o Atletismo é um dos conteúdos trabalhados pela maioria dos professores,

mesmo diante das dificuldades relacionadas. Muitos dos professores se julgavam despreparados para abordar o tema. A formação do professor, a falta de literatura e de cursos relacionados ao Atletismo no contexto escolar tem contribuído para que a modalidade seja vista apenas em sua vertente institucionalizada, com poucas possibilidades de aplicação nas aulas regulares. A grande maioria dos professores que lançou mão do Atletismo como conteúdo em suas aulas, relatou trabalhar esse conteúdo de forma lúdica, mas ao descreverem as atividades realizadas, houve predomínio de situações que se aproximam das provas padronizadas da modalidade. Mesmo diante da quase inexistência de espaços e materiais específicos, pouco mais da metade dos professores afirmou criar/adaptar materiais e espaços para as aulas. A maioria dos entrevistados concordou, que, o professor aliado a outros fatores pode ser responsabilizado pela “fuga” do Atletismo das aulas, por desinteresse e/ou por falta de informação. Pode-se concluir que os professores citados sabem que existem possibilidades de se trabalhar o Atletismo de uma forma lúdica, mas por falta de referência utilizam muito pouco essa possibilidade, ainda vêem e tratam a modalidade dentro de um contexto institucionalizado.

Apoio Trabalho: Prof. Ms. Gounnerson L. Fernandes

Ferrari, G. L. M; Lara, B. S.; Daniel, J. F. - Correlação do imc (índice de massa corporal) com a MCG (Massa Corporal Gorda) e MCM (Massa Corporal Magra) em jovens atletas futebolistas de diferentes estágios maturacionais

Instituição: Pontifícia Universidade Católica de Campinas

Introdução: Sabemos que o jovem passa por fases de crescimento e desenvolvimento, tendo prováveis alterações tanto na MG (massa gorda) como na MM (massa magra), decorrente de fatores genéticos, crescimento, maturacionais e ambientais. Objetivo: O objetivo do presente estudo é correlacionar o IMC (índice de massa corporal) com a MG e com a MM em jovens atletas futebolistas de diferentes estágios maturacionais. Metodologia: A amostra foi composta por 62 jovens atletas futebolistas pertencentes de três equipes da região de Campinas-SP, dos quais 18 eram PRÉ (pré-pubere tendo 10,84±0,43anos), 26 PÓS (pós-pubere com 15,09±0,45anos) e 18 PU (púbere tendo 15,14±0,61anos). Os participantes se auto-avaliaram maturacionalmente pela Prancha de Tanner. As medidas antropométricas de estatura (EST) e massa corporal (MC) foram utilizadas para obter o IMC, com padronização descrita por Alvarez e Pavan (1999). O equipamento utilizado para medir a estatura e a massa corporal, foi um estadiômetro da balança antropométrica, marca Welmy modelo R-110. Para a medida de MG e MM foi utilizado um adipômetro da marca Lange. A análise estatística para verificar a correlação foi utilizado Pearson (r). Resultados: Analisando a tabela 1 nota-se que a correlação do PRÉ IMC-MG é considerada moderada, já para IMC-MM a correlação é fraca. Nos PU tanto a correlação IMC-MG como IMC-MM são moderadas, já para os PÓS a correlação do IMC-MG é moderada, e para IMC-MM é considerada baixa. Conclusão: Nota-se que o IMC não é uma boa variável a ser utilizada para verificar o ganho de MG e MM em jovens atletas de diferentes estágios maturacionais, pois estatisticamente não foi o que a correlação demonstrou com os resultados obtidos. Portanto os resultados comprovam que com o avanço do nível maturacional ocorrem ganhos na MG e na MM nos jovens atletas futebolistas.

Ferreira dos Santos, R.; Figueiredo da Silva, C. - Futebol: uma dinâmica em mudança. Que emoções desejamos?

Instituição: Universidade Salgado de Oliveira-UNIVERSO

O objetivo desse trabalho foi elaborar uma série de reflexões sobre que tipo de emoção desejamos presenciar no futebol, pois consideramos ser esse esporte, certamente, é um dos que menos tem mudado, sua dinâmica de jogo e arbitragem. Concretamente, desejamos refletir se a atração central desse esporte deve estar focada, na sua dinâmica específica, que permite que um time mais fraco vença outro mais forte, somente baseado nas habilidades técnicas e táticas de seus jogadores, ou se essa atração seja ressaltada por possíveis erros da arbitragem, tese defendida por muitos que dizem ser essa a grande atração do futebol que faz com o mesmo seja sempre discutido. Para a realização desse trabalho elaboramos uma análise baseada em observações sistemáticas de jogos de futebol – mapeamento/diagnóstico – pois partimos do pressuposto que a dinâmica específica do futebol, e conseqüentemente sua arbitragem são responsáveis pela grande emoção provocada durante o jogo. É importante mencionarmos que esse trabalho é conseqüência de uma de uma tese de Doutorado concluída em 1996 na Universidade do Porto, sob o título de “A violência no futebol português: uma abordagem sociológica a partir da concepção teórica de processo civilizacional” cujo referencial teórico centra-se nos trabalhos de Norbert Elias, mais particularmente, seu trabalho intitulado “A Busca da Excitação” o qual autor escreveu com

Eric Dunning quando de sua permanência em Leicester, Inglaterra. O conceito de mapeamento/diagnóstico, oriundo de observações sistemáticas refere-se às pesquisas que são feitas com o intuito de descobrir e descrever situações desconhecidas, com o objetivo de realizar inferências ou reflexões sobre o processo de desenvolvimento histórico-sociológico do esporte em causa. Os jogos observados (20) foram predominantemente do Campeonato Nacional de 2006, sendo que sempre que possível também eram observados os comentários dos especialistas em arbitragem (nos programas de TV), para que tivéssemos uma visão global das interpretações desses especialistas. Se considerarmos a questão da arbitragem interferindo na dinâmica dos jogos, podemos afirmar que essa discussão já vem merecendo destaque há muito tempo Santos (1995). No ambiente jornalístico, autores como Calazans (1999), Santos (2001) e Tostão (2003) apontam como os jogos têm sido prejudicados pelas arbitragens permissivas, como também pelos erros cometidos. Não se trata aqui de levantar suspeita sobre as arbitragens, mas sim da admissão que ela é impregnada de uma grande falibilidade, e que, em função dessa constatação, seria natural considerarmos mudanças na forma de sua realização. Repetindo, essa discussão já se arrasta há algum tempo, mas continua se repetindo. Fontenelle (2006) em artigo denominado “A tecnologia pode mudar...mas a FIFA não deixa” faz uma comparação com outros esportes, tais como basquete e tênis e diz que no futebol, ainda não será, dessa vez, que as decisões de lances polêmicos, usarão recursos da tecnologia para dirimir dúvidas. Além disso, lembra os historicamente casos clássicos da Final da Copa do Mundo de 1966 onde a bola não entrou, mas o gol foi validado, e o caso de Maradona que usou a mão para fazer um gol no jogo contra a Inglaterra (1986), que deixou os ingleses revoltados. Como conclusões básicas, podemos afirmar que uma das regras que mais geram discussões é a da aplicação da lei do impedimento, chegando a tal ponto que o presidente da Comissão de Arbitragem da Confederação Brasileira de Futebol, o ex-árbitro de futebol Edson Rezende de Oliveira, em programa esportivo, em 2007 defendeu a alteração da mesma, sugerindo que esta somente seja aplicada a partir da linha da grande área, com o intuito de minimizar a possibilidade de erros e melhorar a dinâmica dos jogos. Outra questão que suscita fortes discussões é a quantidade de faltas por jogo, que é alta, e a ambigüidade na aplicação de critérios pelos árbitros quando das faltas cometidas com violência, por trás.

Ferreira, C. A. A.; Silva, G. K. L. S.; Dutra, K.; Predes, V.; Franco, V. A.; Costa, F. C. H. C. - Avaliação da qualidade de vida de estudantes do curso de fisioterapia de uma universidade do município do Rio de Janeiro

Instituição: Universidade Estácio de Sá-Curso de Educação Física

Introdução: A expressão qualidade de vida, utilizada pela primeira vez por Lyndon Johnson em 1964 (OMS, 1998) pode ser considerada como um fator de importância primordial para o homem. Pressupõe-se que esta relaciona-se com hábitos de vida saudáveis, cuidados com estado físico e psicológico, qualidade da vida pessoal e profissional, significa o bem-estar e deveria ser priorizada por todos os indivíduos. Como todo curso da área de saúde, a carga horária exigida de estágio para a formação profissional do acadêmico de fisioterapia é alta e geralmente transcorre nos últimos períodos do curso. O acúmulo de informação a ser adquirida para sua formação requer várias horas de estudo diárias somadas ao período diário necessário para a realização deste estágio, o que deixa para esse discente um período diário muito curto no seu dia-a-dia para ser dividido entre horas de sono, locomoção, prática de atividade física, lazer, e, em muitos casos o trabalho, tornando os últimos períodos do seu curso de graduação extremamente estafante, onde há uma troca de prioridades conforme as necessidades. Objetivo: Avaliar a percepção de qualidade de vida de estudantes do curso de fisioterapia de uma Universidade do Município do Rio de Janeiro. Metodologia: A pesquisa caracterizou-se como descritiva tendo como amostra 13 estudantes de ambos os gêneros que cursavam Fisioterapia no turno da tarde na faixa etária entre 22 e 35 anos. Para a coleta dos dados o instrumento utilizado foi o questionário WHOQOL-100 da Organização Mundial da Saúde, composto por 100 perguntas que mapeiam a percepção de qualidade de vida sob 6 domínios (domínio físico, domínio afetivo, nível de independência, relações sociais, ambiente e espiritualidade/crença/religião). O tratamento estatístico realizado foi através da análise descritiva (média e desvio-padrão) e da análise inferencial onde utilizou-se ANOVA para verificar se havia diferença significativa entre os valores encontrados para $p < 0,05$. Resultados: Após o tratamento estatístico os valores encontrados foram para o Domínio I (físico) $11,91 \pm 1,08$; Domínio II (psicológico) $13,17 \pm 1,96$; Domínio III (nível de independência) $14,76 \pm 1,93$; Domínio IV (relações sociais) $14,56 \pm 1,79$; Domínio V (ambiente) $13,70 \pm 1,29$ e, Domínio VI (espiritualidade/crença/religião) $15,85 \pm 2,94$. Após análise inferencial houve diferença significativa para $p < 0,05$ entre os domínios. Ao comparar as médias dos domínios de I a VI, observou-se que não houve diferença estatisticamente significativa entre os domínios II e V, III e IV e III e VI. Conclusões: Valores ideais ainda não foram estabelecidos para normatizar a avaliação da qualidade de vida da população brasileira. Diante deste fato, é possível observar nos resultados como cada domínio se manifestou dentro de um todo na população estudada, assim sendo, a amostra estudada apresentou nos domínios VI, III e IV um índice elevado e nos domínios I, II e V um valor mais baixo. A amostra estudada apresentou uma característica de baixa preocupação com fatores ligados à saúde física, psicológica e

ambiental, que refletem à situação em que o grupo estudado encontrava-se, no qual a prioridade era a vida profissional, como por exemplo a independência, interação com os amigos e supervisores e a fé na conquista.

Ferreira, L.; Feliciano, T.H.; Gobbi, S. - Treinamento com peso prescrito por zona de repetições máximas em mulheres na terceira idade adulta

Instituição: LAFE/UNESP; FAFIBE-Bebedouro/SP; FEUC-São José do Rio Pardo/SP

O objetivo desse estudo foi verificar os efeitos de um protocolo de treinamento com pesos prescrito por zona de repetição máxima nos níveis de força máxima e resistência de força de membros inferiores em mulheres na terceira idade adulta. Participaram deste estudo 35 mulheres voluntárias com médias de $60,4 \pm 7,25$ anos de idade; $69,54 \pm 12,47$ Kg de peso corporal; $1,59 \pm 0,04$ m de estatura; $27,47 \pm 4,69$ kg/m² de índice de massa corporal (IMC); residentes na cidade de Rio Claro – SP. As voluntárias foram avaliadas pré e pós-treinamento de 12 semanas para os movimentos de flexão e extensão do joelho. O treinamento foi realizado três vezes por semana, aproximadamente 40 minutos por sessão. Foram realizadas 2 séries de 10 a 12 repetições com intervalo de 2 minutos entre as séries. As participantes foram sempre estimuladas a utilizar uma carga que possibilitasse a realização de no mínimo 10 e, no máximo 12 repetições. Dessa forma, quando para determinada resistência (peso) a ser movida a participante conseguia realizar um número maior que 12 repetições; a resistência era aumentada, para que não mais que 12 repetições pudessem ser realizadas. Para verificação dos níveis de força máxima foi utilizado o teste de 1 repetição máxima (1RM). Os níveis de resistência de força foram verificados com a obtenção do maior número de repetições completas possíveis com 70% de 1RM. Os resultados foram analisados por meio de estatística descritiva (média, desvio padrão e porcentagem) e comparação de médias (teste t de Student para medidas repetidas; $p < 0,05$). Após análise dos dados foram encontrados os seguintes resultados pré e pós-treinamento, respectivamente: a) $25,14 \pm 8,18$ e $33,74 \pm 8,80$ kg para força máxima de extensores do joelho; b) $12,41 \pm 4,52$ e $16,24 \pm 5,95$ kg para força máxima de flexores do joelho; c) $15,94 \pm 3,93$ e $18,14 \pm 4,43$ repetições para resistência de força de extensores do joelho; d) $10,16 \pm 2,85$ e $12,75 \pm 3,06$ repetições para resistência de força de flexores do joelho. Foram observados diferenças significativas ($p < 0,05$) entre os momentos pré e pós-treinamento para todas as avaliações. As voluntárias apresentaram ganhos médios para extensores e flexores do joelho, respectivamente, de: 38,69% e 31,23% para força máxima e; 17,27% e 29,80% para resistência de força. Os resultados nos permitem concluir que o protocolo de treinamento com peso prescrito por zona de repetições máximas mostrou-se eficiente para proporcionar melhora nos níveis tanto de força máxima, quanto de resistência de força para membros inferiores em mulheres da terceira idade adulta. Esse estudo apresenta aplicação prática direta na elaboração de programas de condicionamento físico para mulheres na terceira idade. O treinamento prescrito por zona de repetição máxima não necessita de avaliações de esforço máximo ou sub-máximo para sua realização e, além disso, mostrou-se eficiente para obtenção de melhoras em diferentes formas de expressão de força (máxima e resistência) em um mesmo protocolo de treino.

Apoio Trabalho: CNPq; FNS-MS; FINEP; FUNDUNESP; PROEX-UNESP; PROFIT.

Ferreira, M.; Ramos, G. N. S. - Elementos da arte circense como conteúdos pedagógicos da educação física escolar

Instituição: DEFMH/UFSCar

A Educação Física Escolar tem na cultura corporal de movimento grandes possibilidades de ações pedagógicas, uma vez que esta se caracteriza pelo conjunto das diversas manifestações corporais, culturais e artísticas. Porém, muitas vezes essas ações ficam limitadas a certas modalidades esportivas. Tal limitação se dá devido ao processo de esportivização da Educação Física, iniciado na década de 1950, o qual vem influenciando a formação e atuação dos professores da área. Em consequência deste processo, muitas vezes, há confusão entre a Educação Física Escolar e o esporte, bem como, do professor de Educação Física Escolar com o técnico esportivo. Diante disto, o objetivo deste trabalho foi apresentar uma proposta teórico-prática de inclusão dos elementos da arte circense nas aulas de Educação Física para a educação básica. Tal proposta foi elaborada a partir dos dados obtidos através de uma pesquisa qualitativa, onde o instrumento de coleta de dados foi a entrevista semi-estruturada com cinco professores de Educação Física Escolar sendo esses: dois da cidade de Matão, dois da cidade de Campinas e um da cidade de Araraquara, todas localizadas no Estado de São Paulo. Para a realização desta pesquisa, foi feito um levantamento de professores que trabalham/trabalharam de alguma forma com o conteúdo do circo em suas aulas de Educação Física Escolar. A partir dos dados obtidos nas entrevistas, foram elaboradas as seguintes categorias de análise para a efetivação da proposta do trabalho: a) elementos do circo trabalhados na escola, b) dificuldades, c) formação dos professores, d) prioridades na aplicação e, e) quando inserir. É válido ressaltar que durante o

processo de entrevistas foi identificada uma grande dificuldade em encontrar os sujeitos da pesquisa, já que não é usual o desenvolvimento desse conteúdo em escolas. Decorrente do processo de análise das categorias, pudemos observar que alguns professores mesmo não apresentando uma maior especificidade em relação ao conteúdo, conseguiram inclui-lo em suas aulas, pois, buscaram os conhecimentos que lhes faltavam através de cursos e pesquisas. Portanto, foi possível observar que existe a possibilidade da inclusão dos elementos circenses na Educação Física Escolar por diferentes professores, utilizando estratégias de ensino adequadas às características da população envolvida. Outro aspecto observado foi que devido à estrutura da maioria das escolas, os elementos mais adequados à prática na Educação Física Escolar seriam aqueles que necessitam de uma demanda de pequenos materiais ou aqueles que não necessitam da utilização de materiais. Entretanto, a aplicação só será válida se for contextualizada e trabalhada de maneira que contribua para uma formação integral do aluno. Faz-se necessário ressaltar que essa proposta não tem por objetivo atribuir à arte circense status de superioridade em relação aos demais conteúdos da cultura corporal de movimento, mas sim, tem o intuito de enfatizá-la como um desses conteúdos, destacando sua importância e suas possibilidades pedagógicas na Educação Física Escolar, contribuindo assim, para uma formação educacional mais ampla, contextualizada e humana.

Fiel, M.; Thomé, F.; Romano, R.; Corrêa, S. - A utilização da eletromiografia para a comparação da atividade muscular entre a caminhada e o step em diferentes ritmos

Instituição: Instituto Presbiteriano Mackenzie

Nos tempos modernos a procura pela atividade física é muito grande, a conscientização dos benefícios proporcionados pela atividade física, está atraindo pessoas de diversas faixas etárias e de ambos os gêneros, porém nota-se que esta conscientização é embasada no senso comum. Pensando no bem estar dos praticantes, realizamos o presente estudo de maneira comparativa dois tipos de atividade física a caminhada e o step. A caminhada é muito realizada pela facilidade de execução e é tida como uma atividade física relativamente simples e inofensiva. E o step é menos procurado, pois o indivíduo terá que dispor de um ambiente estruturado com horário, professor e custo financeiro o que podemos evidenciar como fatores que dificultam a procura. O objetivo desse trabalho foi utilizar a eletromiografia para analisar a ativação elétrica dos músculos reto femoral (RF), bíceps femoral (BF), lombar direita (LD) e lombar esquerda (LE), para a caminhada e o step em diferentes ritmos 110, 120 e 130 batimentos por minuto (bpm). Para a realização da pesquisa, foram analisados oito indivíduos, todos estudantes do curso de Educação Física do Mackenzie, todos saudáveis. A faixa etária variou dos 19 a 26 anos, a estatura de 166 a 178 cm, o peso de 58 a 75 kg e todos do sexo masculino. A participação dos sujeitos de pesquisa foi voluntária e constou da assinatura prévia do termo de consentimento. Foi utilizado um eletromiógrafo (EMG Systems do Brasil) de forma não invasiva, acoplado a um computador PC/AT com uma placa de conversão analógico-digital modelo CAD 12/32 e software EmgDat versão 5.0. A frequência de amostragem do sinal foi de 2000 Hz. Foram utilizados eletrodos de superfície da marca Kendall-MediTrace, com três cm de diâmetro que foram posicionados um ao lado do outro, no sentido da fibra muscular. Os eletrodos foram colocados de acordo com o descrito por DELAGI et al. (1981). Utilizou-se um metrônomo da marca Seiko para estabelecer o ritmo. Cada indivíduo executou uma tentativa de 30 segundos com intervalo de no mínimo um minuto entre cada tentativa. Para o tratamento estatístico dos dados foi empregada a análise de variância (ANOVA). Utilizando o teste post-hoc HSD Tukey considerando significativas as diferenças encontradas entre os quatro exercícios, aquelas com significância menor que 5% ($p < 0.05$). O músculo reto femoral, lombar esquerda e lombar direita não apresentaram diferença significativa na ativação elétrica nos diferentes ritmos do step. A ativação elétrica desses mesmos músculos comparados com a caminhada apresentou uma maior ativação elétrica no step. O músculo bíceps femoral teve a mesma ativação elétrica tanto nas três ritmos do step quanto na caminhada, não ocorrendo diferença significativa. Na caminhada e nos três ritmos do step, o músculo lombar direita apresenta uma ativação elétrica maior que a ativação da lombar esquerda. A maior ativação muscular do músculo reto femoral, lombar esquerda e direito nos diferentes ritmos do step comparado com a caminhada era esperada, pois quanto maior a angulação do movimento mais exigida é a musculatura. Pensamos que ativação elétrica do bíceps femoral igual nos dois exercícios pode estar relacionada à não apresentação de dados diferentes nas fases agonista e antagonista do exercício o que nos levou a inferir que os dados obtidos durante o ciclo completo anulam as diferenças nas fases agonista e antagonista. Ainda podemos questionar a maior ativação muscular da lombar direita em relação a lombar esquerda durante os exercícios propostos, pois podemos inferir que se o membro direito é a perna de impulso promove uma maior força para que ocorra o deslocamento do corpo e assim uma maior ativação elétrica nos músculos. Conclui-se que dos músculos estudados somente o bíceps femoral não apresenta diferença significativa entre as duas formas de execução - step e caminhada - e que a ativação dos músculos independe dos ritmos de execução de step estudados.

Apoio Trabalho: Mirian Silva Fiel, Fabiana Thomé, Rosângela Romano e Sônia Cavalcante Corrêa

Figueiredo, J; Hunger, D - O ensino das ginásticas na graduação em Educação Física

Instituição: Unesp/Rio Claro-NEPEF

As ginásticas como manifestação corporal do homem é uma das mais antigas entre as práticas corporais. Suas origens datam da Pré-História e vem se modificando até os dias atuais, adquirindo novas técnicas e formatos variados. Trata-se de uma manifestação com significativo conteúdo entre as nações em diferentes momentos históricos. As ginásticas fundamentaram mundialmente a educação física, bem como foram as primeiras formas de movimentos experimentadas nos contextos militar e escolar. Porém hoje, com a modernização que vêm recebendo as ginásticas, não só em sua conjuntura histórica, base para as manifestações corpóreas que o homem realiza, mas sua prática pedagógica, principalmente na escola vai se perdendo aos poucos. Nesse sentido, na presente investigação objetivou-se analisar o ensino das ginásticas na graduação em educação física. Dessa forma, foi realizada revisão de literatura abordando-se o contexto histórico das ginásticas desde seu surgimento e desenvolvimento até a atualidade; a formação de mestres, instrutores e professores que ministravam as ginásticas em períodos distintos; a criação dos métodos ou escolas ginásticas como um marco dessa manifestação, em que se destacam os métodos ou escolas alemã, sueca e francesa; a introdução das ginásticas em âmbito escolar; e, sua inserção no Brasil. Por intermédio da técnica de análise documental foram investigados os programas de ensino das disciplinas de ginásticas em sete Instituições de Ensino Superior (IESs) do estado de São Paulo, sendo duas estaduais, três federais e duas privadas. Foi constatado que é limitado o oferecimento de disciplinas de ginásticas nos cursos de graduação em educação física, prevalecendo as modalidades ginásticas artística, rítmica e ginásticas de academia, totalizando dois semestres no máximo; conteúdos referentes à história das ginásticas não foram identificados; fundamentos e progressão no ensino das ginásticas foram identificados, no entanto, apenas tendo como seqüência as faixas etárias e não níveis de ensino; disciplinas específicas de ginásticas para escolares foram observadas em duas instituições, porém, o programa apresentou-se muito semelhante a ginásticas de competição; a classificação dessa manifestação nos programas analisados apresentou-se bastante variada, dificultando a identificação de um núcleo básico para o oferecimento das disciplinas de ginásticas; ainda quanto à classificação, pôde ser observado que muitas vezes esta encontra-se em desacordo com o programa, uma vez, por exemplo, que ginástica geral trata-se de uma modalidade entre seis modalidades ginásticas e, não todas as modalidades juntas ministradas em um semestre de curso; também o tipo de ginástica ensinado em cada IES, segue muitas vezes uma preferência institucional, em que algumas a prioridade são as modalidades ginásticas, enquanto outras as ginásticas de academia; a relação teoria e prática, não ficou clara nos programas analisados. Conclui-se que a formação acadêmica dos professores de educação física ainda prioriza os conteúdos biológicos em detrimento de sociais, pedagógicos e históricos. O professor de educação física deve estar apto a trabalhar as ginásticas, tendo conhecimento e domínio dos conteúdos de natureza pedagógico, biológico, histórico etc, de forma geral, bem como específica para esta manifestação. Acredita-se que trabalhar com as ginásticas, na formação acadêmica e na escola, é mostrar aos alunos aquilo que vai além do presente, é voltar ao passado para se construir o futuro. É apresentar o que foi e o que pode ser a respeito desta prática, situando que o homem se transforma e transforma com as Ginásticas. É se deleitar em nossa própria 'História Corporal'...

Fiorante, F.B. - Jogo e educação motora: a concepção de estudantes universitarios

Instituição: Unimep - Piracicaba - Faculdade de Educação Física - Nucorpo

A preocupação desse estudo é discutir a forma com que os alunos universitários do curso de Educação Física tratam a concepção de jogo, buscando uma relação com os pressupostos da Educação Motora. Este trabalho faz parte de uma pesquisa que tem como proposta identificar os discursos dos estudantes que estão ingressando no curso de graduação em Educação Física e os estudantes que se encontram no último ano da graduação, para analisar se ocorre alguma mudança significativa durante o processo ensino aprendizagem na graduação. Essa pesquisa visa analisar se a concepção de jogo aparece convergente ou divergente em relação aos pressupostos da Educação Motora. Diante dessas considerações o projeto foi estruturado em três momentos: no primeiro, apresenta-se uma pesquisa bibliográfica sobre o jogo ao longo da história, no cotidiano das crianças e na escola, em especial nas aulas de Educação Física; no segundo momento relaciona-se os elementos norteadores desse conteúdo com os pressupostos da Educação Motora; já no terceiro momento acontece uma pesquisa de campo com os estudantes de graduação em Educação Física do 1º. ano e do último ano. Por fim confronta-se os dados obtidos na pesquisa de campo com os pressupostos teóricos levantados na revisão bibliográfica. Especificamente para este trabalho, apresenta-se uma pesquisa bibliográfica, cujo referencial teórico está apoiado nos estudos de Freire & Scaglia (2003), Kishimoto (1998), De Marco (1995), Moreira (1995), Huizinga (1980). De acordo com os autores consultados, o jogo pode possibilitar a criança um amplo desenvolvimento global, levando a necessidade de que os

professores que atuam no contexto escolar conheçam a concepção de jogo que ultrapasse a ligação exclusiva com o rendimento, padronização de gestos, e a preparação mecânica na aprendizagem de modalidades esportivas, em detrimento da visão que tenha como pano de fundo a ludicidade e que respeite o aluno como um ser agente de sua história, que busca seus ideais, que acredita, que cria e que sonha.

Fiorante, F.B.; Souza, K.M. - Pressupostos teóricos do ludico e a educação motora na educação infantil

Instituição: Unimep - Piracicaba - Faculdade de Educação Física -Nucorpo

Através desta pesquisa buscou-se disponibilizar informações referentes à necessidade de se utilizar a ludicidade no processo de ensino – aprendizagem na Educação Infantil, tendo como objetivo destacar a importância de atividades lúdicas para o aprendizado das crianças que se encontram nesse segmento escolar, norteadas pelos pressupostos da Educação Motora. Nesse período as crianças encontram-se em fase de alfabetização e pretende-se valorizar as brincadeiras e a ludicidade para o ensino dessas crianças, pois a ludicidade esta sendo cada vez mais estudada, e assim, abrindo espaços para atividades que envolvam a imaginação e criatividade, buscando resgatar valores que foram sendo negados e que estão levando as crianças a serem mais críticas na sua forma de enxergar o mundo. O interesse por esta pesquisa surgiu ao notar que as brincadeiras estão sendo esquecidas e diversos problemas disciplinares estão aumentando na escola, uma vez que as crianças pequenas já desrespeitam professores e colegas constantemente. O brinquedo talvez não traga a felicidade para as crianças, mas alegra qualquer criança a mudar a forma de brincar, e através dos pressupostos da Educação Motora busca-se atividades que intercedam no aprendizado das crianças. Para alcançar esses avanços os professores utilizam várias formas de brincadeiras que despertem a curiosidade nas crianças, para que sintam prazer no que estão fazendo e assim terem motivação para interagir e participar das atividades propostas. O Educador pode levar a criança a um mundo de fantasias, mostrando que brincando também se aprende. Diante dessas considerações a pesquisa foi estruturada em três momentos: no primeiro, enfatizamos o desenvolvimento infantil, em que buscamos abordar a importância da brincadeira e como deve fazer parte da escola, destacando as necessidades das crianças em relação ao brincar, sendo observado como essa transformação e motivação influencia no processo de ensino – aprendizagem. No segundo momento, busca-se através dos pressupostos da Educação Motora, destacar as formas lúdicas que devem ser inseridas nas escolas para apresentarem respostas positivas e avanços das crianças. Por fim, no terceiro capítulo é realizada uma pesquisa de campo na qual é feita uma entrevista com os professores de Educação Física e serão observadas algumas aulas. Por fim confrontam-se os dados obtidos na pesquisa de campo com os pressupostos teóricos levantados na revisão bibliográfica. Esta pesquisa pretende contribuir com a Educação Física no que diz respeito à vivência do lúdico e sua importância para o aprendizado dentro das escolas, mostrando que a brincadeira deve necessariamente estar envolvida no parâmetro escolar para alcançar assim melhores resultados, obtendo também prazer ao trabalhar tendo consciência de estar educando da melhor forma possível, possibilitando a criança um amplo desenvolvimento global, levando a necessidade de que os professores que atuam nesse contexto escolar conheçam a concepção de brincar, brincadeira e interliguem com o desenvolvimento infantil, buscando atividades que tenham como pano de fundo a ludicidade, amparados nos pressupostos da Educação Motora.

Fioravanti, F. - Jogos cooperativos: um possível facilitador para os valores que constituem a autonomia.

Instituição: Fcudade de Jaguariuna

Esse trabalho visa fazer uma revisão bibliográfica sobre o conceito de autonomia para Jean Piaget, integrando-o com os aspectos dos jogos cooperativos, na perspectiva de Fábio Brotto. Para demonstrar essa relação procedemos a aplicação de atividades práticas: a dança da cadeira tradicional e cooperativa. Para análise das percepções de Brotto, elaboramos um questionário direcionado para as diferenças no contexto competitivo e cooperativo. Hoje vivemos na chamada era da globalização que promoveu avanços tecnológicos, que sem dúvida desencadearam uma maior complexidade das relações sociais. A velocidade em que essas transformações ocorrem, acabam por desorganizar o mundo e a modificar diferentes valores que orientavam os contextos sociais, alterando a maneira de pensar, sentir e agir. Numa sociedade competitiva, os jogos terão essa mesma característica, a competição. Autores como Marvin Bates ou Lewis Thomas , ambos citados por Brotto(2003) discorrem sobre o predomínio da cooperação em relação a competição entre os seres vivos. Porém, mesmo que comprovado o fato de existir uma visão distorcida sobre a competição, é notório que os jogos cooperativos são considerados algo diferente e novo. No que concerne a esse assunto, Freire (2005, p.191) diz : “o papel do professor, seja qual for sua disciplina, é criar, no aluno, condições de desequilíbrio, apresentando, para ele, o novo, o inusitado, o desconhecido....tornar conhecido o que era desconhecido”. Ao compararmos a competição como sendo conhecido das

crianças e os jogos cooperativos, desconhecido, termos que propõe Freire, acreditamos que os jogos cooperativos podem causar esse desequilíbrio. Esse jogo proporciona o objetivo de alcançar uma meta comum ou solucionar um problema. Nosso trabalho pretende buscar, via aplicação de atividades, a saber, a dança da cadeira tradicional e cooperativa, a confirmação dos dados obtidos por Brotto, por entendermos que práticas diferenciadas de jogos cooperativos podem facilitar a construção da autonomia; Piaget nos fornece apoio teórico para esse fim. A análise do questionário aplicado aponta para a compreensão de que a atitude cooperativa no jogo favorece a não-exclusão. Nosso objetivo é articular, a construção da autonomia, para Piaget, com os “Padrões de Percepção-Ação” desenvolvidos por Brotto, através de observações em jogos que demandam alcançar uma meta. Como metodologia aplicação de atividades: dança da cadeira tradicional e cooperativa. E um questionário cujas perguntas são: 1- Você conseguiu observar semelhanças e diferenças nas duas atividades realizadas?. 2-Que sentimentos as duas brincadeiras despertou em você?Explique-os. 3-Em qual das atividades você percebe maior participação do grupo?Por quê? Os dados de nossa pesquisa sugerem que os jogos cooperativos podem fomentar a reflexão crítica, além de proporcionar, possivelmente, atitudes de cooperação, respeito e autocrítica. Assim, pensamos que os jogos cooperativos podem ser efetivados com o intuito de ser aplicado não como procedimento, mas como concepção, objetivando o desenvolvimento desses valores necessários à educação. Bibliografia BROTTO, Fábio.Jogos Cooperativos:se o importante é competir, o fundamental é cooperar!.Santos-SP,7°ed.Re-novada,2003. FREIRE, João Batista.Educação de Corpo Inteiro: teoria e prática da Educação Física.São Paulo-SP, 4°ed.Scipione,2005. FREIRE, Paulo.Pedagogia da autonomia:saberes necessários á prática educativa.São Paulo-SP, 31°ed.Paz e Terra:Coção leitura,2005. MATTOS, A.L.Aprendendo com jogos cooperativos II.in:Revista Jogos Cooperativos,Sorocaba-SP,n.1-Ano III, (p.9-10),2005. MORIN, Edgar.Os sete saberes necessários para á Educação do Futuro.São Paulo, 9°ed.Cortez:Unesco,2004 ORLICK, Terry.Vencendo a Competição.São Paulo-SP, Cículo do Livro,1989. PIAGET, Jean. O Julgamento Moral da Criança. São Paulo-SP,Mestre Jov, 1977.

Firmino, C. - Discursos da diferença de gênero e a participação das mulheres na Capoeira

Instituição: Unicamp- IFCH- Instituto de Filosofia e Ciências Humanas

Este artigo, como o próprio título sugere é resultado de pesquisa que venho desenvolvendo sobre os discursos da diferença de gênero e a participação das mulheres na Capoeira. É importante antes de tudo, me apresentar como pesquisadora e praticante/instrutora de Capoeira, pois isso me coloca em uma condição muito especial, e eu diria até privilegiada, ao desenvolver a pesquisa. Se por um lado, num primeiro momento, parece não haver um distanciamento entre pesquisadora e objeto de pesquisa, por outro lado, é esse “fazer parte” do contexto em que se insere o objeto de pesquisa que me permite o acesso incondicional a ele me possibilita desvendar seus códigos e significados. A discussão sobre as relações de gênero na Capoeira a que este artigo se propõe realizar, se fundamenta nas observações de aulas e rodas de Capoeira, assim como em entrevistas com praticantes de Capoeira. Serão revisados temas e conceitos que subsidiaram o desenvolvimento da pesquisa e argumentação deste trabalho tais como, histórico e significado simbólico da Capoeira, conceitos de gênero e corpo e a discussão teórica acerca da inter-relação entre corpo, gênero e teorias das ciências naturais.

Fontenla, M. C.; Santiago, D. R. P.; Tahara, A. K.; Santiago, P. R. P.; Lima, R. S. - Problemas da utilização das finalizações como único parâmetro de comparação e análise do desempenho de partidas de futebol

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física/LEL

A análise e notação das ações técnicas (Scout) realizadas durante uma partida de futebol é assunto de grande interesse para técnicos, pesquisadores e todos profissionais deste esporte. Entre os tipos de ações técnicas analisadas, a finalização sem dúvida é a que recebe maior atenção no futebol. Visto que, esta é muito utilizada por estudiosos dessa área, como o único parâmetro para comparação e análise do desempenho das equipes, mesmo que, muitas vezes de forma equivocada. Em função disto, algumas inquietações surgem, com relação ao uso das finalizações para este tipo de análise. Deste modo, este estudo, teve como objetivo, comparar as finalizações das seleções brasileiras de futebol nas copas do mundo de 1994 e 2002 como forma de comparação e análise do desempenho destas. Para tanto, o estudo constou de uma pesquisa descritiva e comparativa, desenvolvida através de coletas e análises dos jogos, utilizando-se 1- videocassete, 1- televisão, 6- fitas VHS (1 fita para cada jogo, sendo os 3 primeiros jogos de cada copa). Através da reprodução das gravações dos jogos foram computados os números e percentuais de acertos na finalização em cada jogo, para uma posterior comparação entre as duas seleções. Foram consideradas certas as finalizações que foram em direção ao gol, independente se houve ou não a

defesa do goleiro. Os resultados obtidos mostraram que no primeiro jogo da copa de 1994, a seleção finalizou 15 vezes, com 53,33% de acerto, contra 24 finalizações com 54,16% de acerto da seleção de 2002. No segundo jogo de 1994 a seleção finalizou 11 vezes com 63,64% de acerto, contra 13 finalizações com 46,15% de acerto da seleção de 2002. O terceiro jogo de 1994, das 19 finalizações, 42,11% foram certas, enquanto em 2002 houve 17 finalizações e 35,29% acertadas. Deste modo, verifica-se que a seleção brasileira da copa de 1994 finalizou menos que a seleção de 2002, mas com maior percentual de acerto. O estudo mostra que nos 3 primeiros jogos da copa de 1994 a seleção brasileira finalizou 23 vezes corretamente, já a de 2002 finalizou 25 vezes acertadamente. Em contrapartida a de 1994 fez 6 gols, enquanto, a de 2002 marcou 11 gols, mostrando assim uma maior porcentagem de gols do que finalizações. Portanto a finalização não pode ser o único parâmetro de avaliação de uma partida. Sugere-se que outras análises sejam feitas sobre essa temática, para que se possa ter uma melhor compreensão dos resultados de uma partida.

Fontes, R. C.; Moreno, R.; Machado, A. A. - A relação entre o bom rendimento nas competições com o desafio de competir

Instituição: Unesp

Sabemos que são muitos os fatores internos que podem interferir negativamente no rendimento esportivo de um atleta. O medo, a ansiedade, a falta de motivação, o estresse, a falta de confiança por exemplo, podem primeiramente, alterar o comportamento do atleta e conseqüentemente, interferir em sua performance durante a competição. Desta forma, o presente trabalho em um primeiro momento, verificou qual era a percepção dos atletas em relação ao desafio de competir, quando estavam na fase de iniciação competitiva, e num segundo momento, comparou o rendimento atual do atleta com essa percepção. Através de um questionário contendo questões abertas, aplicados à 50 atletas com idade entre 14 e 17 anos de ambos os sexos, nosso objetivo foi verificar se aqueles atletas que tinham o rendimento melhor em competições atuais comparados com os treinos, também enfrentaram sem maiores dificuldades as competições quando iniciaram na prática esportiva. Depois, comparamos esses atletas com aqueles que relatavam apresentar pior rendimento nas competições. Do grupo que apresentava melhor rendimento nas competições (21 atletas), 33% deles relataram que sentiram muito medo, total intranquilidade, e alto grau de ansiedade frente ao desafio de competir na fase de iniciação. Já no grupo que apresentava pior rendimento nas competições (13 atletas), 23% deles disseram que sentiram a mesma dificuldade. Analisando esses dados, observamos um percentual maior de relatos, que salientavam as dificuldades encontradas na competição na fase de iniciação, justamente no grupo que apresentava melhor rendimento nas competições atuais. Portanto, podemos concluir que as dificuldades emocionais enfrentadas pelos atletas quando começam a competir, não irão necessariamente comprometer seu futuro desempenho nas competições, mas poderão ser encaradas como um desafio inicial a ser superado caso esses atletas tenham o apoio e o suporte emocional adequado para enfrentar com sucesso tais situações. Além do mais, devemos levar em consideração, que alguns fatores podem ter contribuído para a superação das dificuldades emocionais, enfrentados pelos atletas nas competições como: a personalidade do atleta, sua formação familiar, sua habilidade técnica, seu talento nato, entre outros fatores.

Fraga, C.H.W.; Guimarães, A.C.S. - Comparação da intensidade em diferentes intervalos de uma corrida do triathlon com valores do segundo limiar ventilatório

Instituição: Unesp-IB- Depto de Educação Física

A determinação do segundo limiar ventilatório corresponde à intensidade em que há uma demarcação que permite avaliar drásticas mudanças em diversos sistemas fisiológicos. Essa intensidade tem aplicação na prescrição de intensidade adequada de exercício, predição de desempenho, avaliação e acompanhamento longitudinal de um treinamento. Com isso, o limiar ventilatório tem sido empregado como melhor preditor de desempenho para a corrida e para o ciclismo quando comparado ao VO₂ máx. O presente estudo teve por objetivo comparar as intensidades submáximas de diferentes intervalos de uma corrida do triathlon com a intensidade correspondente ao segundo limiar ventilatório, determinado em teste máximo. Participaram deste estudo nove triatletas do sexo masculino que apresentavam, no mínimo, dois anos de experiência na modalidade e valores de VO₂ máx acima de 50 ml.kg⁻¹.min⁻¹. O protocolo de teste foi realizado em duas avaliações: (1) teste para obtenção do VO₂ máx e dos valores de segundo limiar ventilatório, realizado em esteira ergométrica; (2) teste que envolveu a sucessão ciclismo-corrída da prova de triathlon, com 40 km de ciclismo, seguidos de 10 km de corrida – em um contexto de prova simulada do tipo contra-relógio. No teste (2), o ciclismo foi avaliado utilizando-se a própria bicicleta do atleta acoplada a um ciclo simulador; já, a corrida foi realizada em uma esteira que teve sua velocidade modificada pelo avaliador mediante solicitação do atleta, em qualquer momento do teste. Para que as condições de avaliação fossem próximas à intensidade real de prova, foi estabelecida uma premiação previamente

divulgada para o menor tempo total de teste. Os dados de VO₂ submáximo foram coletados e analisados, a partir de três intervalos: 1°, 5° e 9° km de corrida. A fim de evitar o desconforto do uso contínuo da ergoespirometria durante toda corrida, o atleta posicionou uma máscara de oxigênio (que está acoplada ao ergoespirômetro) em seu rosto, para coleta de gases, por um período de um minuto, em cada intervalo de análise. Nesse intervalo, o VO₂ submáximo foi considerado a média dos valores coletados durante esse período de um minuto. Foi verificada a normalidade de distribuição de dados (teste de Shapiro-Wilk) e, posteriormente, os dados foram comparados utilizando teste t de Student para dados pareados ($p < 0,05$). A média dos valores de segundo limiar ventilatório foi 85,55 % do VO₂ máx ($\pm 2,88$). As médias do VO₂ submáximo obtidas no 1°, 5° e 9° km da corrida do triathlon foram 74,70 % do VO₂ máx ($\pm 9,39$), 76,76 % do VO₂ máx ($\pm 7,94$) e 80,60 % do VO₂ máx ($\pm 7,79$), respectivamente. Foi verificado que os triatletas avaliados realizaram a prova em uma intensidade significativamente menor do que aquela correspondente aos valores de segundo limiar ventilatório, para o 1° e 5° km de corrida ($p = 0,020$ e $p = 0,018$, respectivamente). Entretanto, não foram encontradas diferenças significativas entre os valores de segundo limiar ventilatório e a intensidade de corrida submáxima obtida no 9° km. Isso demonstra que os triatletas atingiram velocidade comparada ao segundo limiar ventilatório apenas no final da prova de triathlon. Essa maior intensidade de teste no último quilômetro de competição pode estar associada a uma estratégia específica adotada por triatletas ou, ainda, representar uma característica comum de atividades prolongadas. Essa última inferência tem sido reportada na literatura, na medida em que estudos apontam que o desempenho de atividades esportivas prolongadas apresenta alta correlação com valores de segundo limiar ventilatório. Portanto, o presente estudo demonstrou que a intensidade similar àquela obtida no segundo limiar ventilatório foi atingida somente no último quilômetro da corrida do triathlon.

Franzão Nagahama, D; Caffer, R; Santos Costa, R.L; Piques, A.C; Almeida Junior, B.R.; Okimura, T. - A importância da aplicação de um projeto pedagógico na formação profissional

Instituição: Centro Universitário Santanna

Importância de colocar em prática a teoria aprendida A formação profissional se pauta no ensino de conhecimentos práticos e teóricos. Muitas vezes, os acadêmicos não estão maduros o suficiente para assimilar e estudar todo conteúdo proposto de forma autônoma. Ao se deparar com o objeto de trabalho, verifica-se qual o real significado de toda a teoria e a necessidade de aprofundar o conteúdo oferecido. Este trabalho tem o objetivo de mostrar a importância da aplicação de um projeto pedagógico como atividade complementar durante a formação profissional. Para tal, serão relatados dois projetos implementados na disciplina de "Projeto de pesquisa pedagógica" aos alunos do segundo semestre do curso de licenciatura em educação física de uma Instituição de Ensino Superior (IES) particular da cidade de São Paulo. A primeira atividade teve o objetivo de proporcionar um dia de vivências esportivas e lúdicas aos alunos da Escola Municipal de Ensino Fundamental e Médio Vereador Antônio Sampaio. Foi elaborado um circuito para os 30 alunos de 6 a 11 anos de idade que vieram a IES. As atividades se pautaram nos conteúdos aprendidos nas disciplinas de atletismo, futebol, recreação e atividades rítmicas. O circuito foi composto por exercícios coordenativos, percepção do ritmo através da música e exercícios que trabalharam habilidades básicas dentro de cada modalidade citada. Na segunda atividade os universitários foram até a escola para realizarem uma gincana intersalas em comemoração ao dia da criança. Foram envolvidos na atividade 393 alunos do ensino fundamental. A aplicação do projeto pedagógico mostrou que essas atividades complementares possibilitaram a vivência de toda teoria dada em sala de aula e levou os acadêmicos ao encontro da realidade do cotidiano escolar. Permitindo a construção e a reflexão sobre a prática docente. Ficou evidenciada a importância de pesquisa prévia para a elaboração de um projeto, como por exemplo, utilização de materiais de baixo custo e atividades adaptadas para que todos pudessem participar. Um momento fundamental do projeto foram as discussões sobre os pontos positivos e negativos da atividade junto com o coordenador pedagógico da escola após as atividades. Foi salientada a importância das atividades realizadas, pois proporcionou conteúdos atualizados, com qualidade e diversidade de atividades. O impacto do projeto foi tão significativo que surgiram convites para novos projetos para o ano seguinte. Verifica-se que o projeto foi um elemento essencial para a aplicação da teoria ocasionando a valorização da mesma, despertando nos acadêmicos uma vontade cada vez maior de buscar novos conhecimentos, pois perceberam que isso os torna profissionais mais completos e mais conscientes do papel como profissionais de educação física.

Apoio Trabalho: Professor Mestre Braulio Rodrigues de Almeida Junior

Freitas, A. R.; Silva, L. F. - Educação física e lazer no hospital psiquiátrico vale do rio grande: resgatando equilíbrio e saúde

Instituição: Hospital Psiquiátrico Vale do Rio Grande

No ano de 2005 atendendo a solicitação para a implantação de um programa voltado à atividade física, esporte e lazer, com a finalidade de contribuir para a reabilitação psicofísica e de reintegração social dos pacientes assistidos pelo Hospital Psiquiátrico Vale do Rio Grande, da cidade de Barretos – SP, os quais apresentam quadros patológicos de saúde mental, foi elaborado o projeto de Educação Física, Esporte e Lazer e Qualidade da Saúde Mental. A proposta ressaltou a importância da atividade física nas dimensões educação, lazer, saúde, auto-suficiência e auto-expressão, sendo relevante considerar que seus efeitos muitas vezes estiveram diretamente associados à busca da saúde mental de forma a proporcionar bem estar psicológico, contribuindo de forma positiva para o autoconhecimento, a auto estima, a diminuição dos níveis de estresse psicofisiológicos, além de se tratar de práticas prazerosas (BERGER e McINMAN, 1993; MIRANDA, GODELLI e OKUMA, 1996; SINGER, 1996; BERGER et al., 1998) (apud OLIVEIRA, 2002), na consideração desde que deixe se contagiar com as impressões emocionais e cognoscitivas ofertadas pela atividade HOFFMAN (2000a apud OLIVEIRA 2002). Durante o ano de sua implantação foi desenvolvido o resgate de projetos anteriores do hospital, como “As Olimpíadas” que aconteciam durante o mês de setembro, que em sua nova formatação recebeu a configuração de “Jogos das Quatro Estações” – manifestação esportiva realizada a cada estação do ano com atividades características da época. Das demais atuações, a Educação Física, juntamente com a interação multiprofissional desenvolveu atividades da cultura corporal, da cultura esportiva, lazer e sócio-recreativas, que tiveram por finalidade conscientizar os pacientes sobre as possibilidades de entretenimento e compreensão das práticas/vivências de lazer, visando à promoção de saúde. Assim a Educação Física e o lazer, não assumiram papel de terapia, na cura propriamente dita, mas como atividade que pode amenizar as fases ou períodos de reabilitação junto ao hospital. Assim sendo, desde sua implantação, a metodologia utilizada contou de estudos e pesquisas sobre o lazer, a cultura corporal e esportiva e as doenças mentais, com o intuito de subsidiar as práticas ou vivências, resgatando a saúde dos pacientes na totalidade ou parcialidade com ganho de autonomia, autocontrole e autoconhecimento. Verificamos que o projeto da Educação Física e Lazer foi condizente com os resultados apresentados em pesquisa de campo realizada, por meio de entrevista e observação dando-nos condições de afirmar que a prática regular de uma atividade física no tempo-livre propicia benefícios, pois proporcionou sensações diferenciadas, prazerosas e individualizadas. Palavras-chave: Educação Física; Lazer; Saúde Mental; Qualidade de Vida; Saúde.

Apoio Trabalho: Hospital Psiquiátrico Vale do Rio Grande

Freitas, A. R.; Martins, R. C.; Siviero, E. K. - A influência da prática do tai chi chuan sobre os níveis de ansiedade traço

Instituição: Faculdades Integradas Fafibe

O homem moderno movido pelas turbulências dos dias atuais tornou-se um estranho para si próprio, uma vez que até os seus sentimentos e emoções se tornaram escravizados pela automação do “dever”. O “fazer mais em um menor tempo”, tem sido prioridade entre os seres humanos que muitas vezes se encontram frente a situações que têm que optar por “lutar ou fugir”, acarretando intensas tensões e desequilíbrios emocionais. Muitas vezes essa situação é agravada ou até mesmo gerada pela ansiedade de querer acompanhar a evolução dos acontecimentos, chegando a acarretar problemas de saúde mental como a ansiedade, depressão e fobias, entre outras. Saber enfrentar as diversas situações com clareza e serenidade pode ser uma das soluções para propiciar uma melhor adaptação do organismo às adversidades estressantes dos diferentes contextos atuais. Mediante o exposto, o objetivo deste estudo foi sobre as práticas interventivas que possam auxiliar na redução dos níveis de ansiedade e estresse ocasionados pelo panorama atual. Desse modo, a presente pesquisa teve como foco observar os efeitos da prática do Tai Chi Chuan sobre os estados de ansiedade-traço em mulheres da terceira idade. Para tanto, utilizou-se de uma amostragem de 09 mulheres com idades entre 60 e 80 anos, moradoras de bairro de classe média da cidade de Bebedouro-SP, que foram submetidas à aplicação de dois questionários, elaborados de forma semi-estruturada. Um aplicado ao início do programa e outro ao final, com a finalidade de avaliar a percepção e sensação dos estados ansiosos, assim como verificar melhorias advindas da participação no programa. Para inferir os níveis de ansiedade fez-se o uso do Inventário Diagnóstico de Ansiedade Traço-Estado (IDATE – Parte I). As aulas de Tai Chi Chuan, foram realizadas uma vez na semana, com duração total de 60 minutos, por um período de três meses, totalizando um número de 13 sessões. A aplicação do IDATE foi realizada em três momentos: antes do início do programa, após a sexta sessão e ao término, Coletas 1 (C1), 2 (C2) e 3 (C3) respectivamente. Os dados foram avaliados quati-qualitativo de modo a considerar a proximidade dos três questionários em suas afirmações. Para determinar o grau de ansiedade apresentado na pontuação do IDATE, considerou-se a sua tabela de escore que varia de 20 – 80 pontos. Como resultados, observamos que a ansiedade para o grupo apresentou grau elevado na C1 e que não foi permitido a reclassificação ao término do programa. Mesmo sem verificar mudanças nos níveis de ansiedade, a interpretação das afirmações dos três

questionários demonstraram que a prática do Tai Chi Chuan ofertou melhoria à esfera psíquica, evidenciando sensações de bem-estar, prazer e satisfação pessoal, e isto se deveu à socialização ocorrida durante as sessões. Com isso, concluímos que a prática do Tai Chi não reduziu os níveis de ansiedade, mas apresentou-se útil para melhorias no relacionamento interpessoal e transpessoal e no bem estar das participantes. Além de terem usufruído o acesso à cultura da prática que era desconhecida pelo grupo de participantes. Ressalta-se que as práticas foram benéficas para o conhecimento do funcionamento orgânico, sobretudo ligado ao sistema coração – pulmão (respiratório), que pode contribuir para diminuição da ansiedade e estresse em outros momentos ou fases, da vida das participantes. Palavras-Chave: Ansiedade; Tai Chi Chuan; Saúde.

Frigene, M.; Palandrani, V. J.; Bergamo, V. R. - O futsal oferecido às pessoas com deficiência intelectual: estímulo e otimização das competências cognitivas

Instituição: Centro Interdisciplinar de Atenção ao Deficiente (PUC-Campin

Quanto à exigência cognitiva, o futsal caracteriza-se por sua imprevisibilidade diante a infinidade de variações do ambiente, determinadas a partir da construção de diversificadas situações individuais e combinadas, que objetivam surpreender o adversário, bem como a atenção e adequação contínua a estas constantes modificações tanto nas ações ofensivas quanto defensivas, individuais quanto coletivas, previsíveis quanto imprevisíveis. Assim, este estudo procurou determinar o nível de conhecimento, comportamento e evolução técnico-tática segundo um modelo estrutural de seqüência gradativa de dificuldade e complexidade das situações táticas de jogo. Participaram do estudo 12 atletas com deficiência intelectual leve, classificada segundo modelo qualitativo proposto por Winnick (2001), do gênero masculino e idade cronológica entre 17 e 33 anos, acompanhados durante o período de 2 anos (2003 - 2005) em que participavam das duas sessões semanais com duração de 2 horas do projeto “Futsal” oferecido aos atendidos do CIAD – PUC-Campinas. Quanto às formas de controle e avaliação, esta pesquisa esteve fundamentada na análise dos relatórios diários, fotos e filmagens das atividades. Para o diagnóstico, análise e controle dos fenômenos cognitivos referentes ao conhecimento do futsal, utilizou-se do modelo situacional de ensino-aprendizagem-treinamento técnico-tático com processos cognitivos apresentado por Souza (1999). Neste modelo as estruturas funcionais do jogo são apresentadas numa seqüência gradativa com relação ao nível de dificuldade e complexidade das situações de jogo, permitindo sistematizar as diferentes alternativas de tomada de decisão. Quanto ao acervo de informações, estímulos e vivências cognitivas, observou-se que os atletas foram adaptando-se ao ambiente de jogo, suas regras e exigências, ascendendo à maior compreensão e interpretação dos fenômenos ocorridos. Identificou-se progressiva melhora respectiva ao domínio do conhecimento e comportamento técnico-tático característico das exigências individuais e coletivas dos diferentes fundamentos estruturais propostos pelo modelo de aplicação do método situacional com processos cognitivos no futsal. Dentre os fundamentos estruturais em que foram identificadas maior compreensão dos fenômenos e melhora dos níveis de autonomia cognitiva para tomada de decisão, destacam-se as estruturas: 1 x 1, em que foram apresentados maior domínio quanto às diferentes possibilidades e formas de execução do drible; 1 x 1 + 1, aumentando as possibilidades de tomadas de decisão tendo em vista a presença de um parceiro para realização do passe, recepção e tabela; 2 x 1, em que fica evidente a superioridade numérica e em virtude disso, ampliam-se as possibilidades de exploração dos espaços da quadra; 2 x 2, exigindo dos atletas a percepção da importância de desmarcar-se para receber a bola ou mesmo de efetuar um drible para criar a superioridade numérica. O modelo de aplicação propõe ainda, um outro fundamento estrutural, 3 x 2, que exige, além da movimentação com bola e possibilidades de realização do passe, a percepção dos atletas sem bola, de criarem espaços para os companheiros de equipe oferecendo-lhes a opção de receber o passe ou mesmo ceder um espaço para realização do drible a ser realizado pelo companheiro com a posse de bola, criando assim a superioridade numérica. No entanto, este modelo estrutural não foi completamente assimilado pelos atletas por exigir uma maior coordenação das ações coletivas, além da compreensão abstrata de criar um espaço vazio para que o companheiro de equipe pudesse ocupar. Diante a complexidade técnico-tática e imprevisibilidade das ações exigidas pela prática do futsal, além das múltiplas variações do ambiente, das quais os atletas são arquitetos, identificou-se que a prática deste esporte tem contribuído, por meio de estímulos e vivências de experiências adequadas, à otimização das capacidades cognitivas e construção do conhecimento inter e intra-pessoal.

Gabilan, J.G.; Coelho, E.J.N.; Stefane, C.A.; Liziero, L.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Guimarães, F.K.O.; Procópio, M.S. - A organização da competição de natação nos II Jogos Universitários Intercampi (Jui) da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS)

Instituição: UFMS- Depto de Educação Física/PET

O projeto de extensão “JUI” é promovido e organizado desde 2005 pela Coordenadoria de Assuntos Estudantis, vinculada a Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Assuntos Estudantis (PREAE). Sua segunda edição, em 2006, contou com o auxílio do Programa de Educação Tutorial de Educação Física (PET – EF) no planejamento, execução e avaliação do evento. As modalidades vôleibol feminino, futsal feminino, futebol masculino, atletismo, xadrez e natação foram as que fizeram parte dos II JUI. Os JUI contou com aproximadamente 500 pessoas da comunidade universitária e teve como objetivos desenvolver o intercâmbio esportivo entre acadêmicos, valorizar a saúde e o lazer, promover a revitalização da prática desportiva, estimular a prática do desporto de rendimento como instrumento de integração, sociabilização e confraternização, proporcionar o surgimento e/ou revelação de novos talentos para integrarem as seleções que representem a UFMS no âmbito municipal, estadual e nacional. Foi buscando atingir estes objetivos que a natação foi inserida nos II JUI e contou com o apoio dos acadêmicos do 4º ano noturno do curso de Educação Física na organização e execução. Os responsáveis pela organização foram divididos nas seguintes equipes: coordenação geral, arbitragem, banco de controle, controle de pontuação, som e narração, premiação. Um árbitro da Federação Sulmatogrossense de Desportos Aquáticos de Mato Grosso do Sul participou como árbitro geral e orientou os acadêmicos sobre como proceder em suas atividades. Esta participação foi valorosa para os acadêmicos do 4º ano que tiveram a oportunidade de viver na prática o conteúdo ministrado nas disciplinas Natação I, Natação II e Administração da Educação Física e do Esporte. Para os acadêmicos do grupo PET envolvidos na organização da competição a experiência foi enriquecedora, pois tiveram que buscar conhecimentos que ainda não tinham obtido pela formação acadêmicas. Mesmo com as limitações iniciais de estrutura física (falta de raíais, bandeirolas etc), as quais foram superadas pela improvisação de materiais, a competição transcorreu sem problemas. A competição teve as seguintes provas: 100m livre, 50m livre, 100m costas, 50m costas, 100m peito, 50m peito, 100m borboleta, 50m borboleta, revezamento 4x50m livre e 4x50m medley (masculino e feminino). O resultado final por equipe foi: em 1º lugar Três Lagoas; em 2º, o Centro de Ciências Humanas e Sociais (Cidade Universitária) e em 3º, o Centro de Ciências Exatas e Tecnológicas (Cidade Universitária). Além do grande envolvimento dos atletas, estiveram presentes no evento da Natação os familiares dos atletas e os membros das torcidas de todos os campi da UFMS. Apesar dos objetivos gerais do JUI serem atingidos nesta modalidade, pode-se verificar os altos índices obtidos na competição expressaram um baixo nível técnico dos atletas, o que justifica o investimento em atividades específicas de treinamento de natação para os acadêmicos da UFMS não só da Cidade Universitária como das demais unidades (Chapadão do Sul, Três Lagoas, Coxim, Paranaíba, Corumbá, Aquidauana e Nova Andradina).

Apoio Trabalho: UFMS-PREAE-CAE, DEF, PET

Galiazzi, M.; Ferreira Junior, P; Mattos, R. Q.; Ramos, V. M.; Dias, A. G; Costa, F. C. H. - Percepção do desgaste físico e implementação da ginástica laboral em supermercados

Instituição: Universidade Estácio de Sá - Curso de Educação Física

Introdução: Nos idos de 1970 pôde-se observar que a Revolução Industrial impulsionou, em larga escala, o desenvolvimento de diferentes linhas de produção entre os setores empresariais desencadeando uma evidente competição mercadológica e, também aumentando a sobrecarga de trabalho imposta ao assalariado. Nos últimos 20 anos, a promoção da saúde no local de serviço valorizando a relação entre saúde e aumento da produtividade e, relevando o impacto dos programas de atividades físicas sobre a ausência do funcionário no local de trabalho, tem sido investigada. Sabe-se que a Ginástica Laboral não é uma atividade física recentemente inserida no âmbito desportivo, pois na literatura analisada, há relatos desta atividade desde os anos de 1925 na Polônia, onde ficou caracterizada pelo termo de “ginástica de pausa” e destinada aos operários. Objetivo: Verificar se a gestão dos supermercados adota o programa de ginástica laboral e também identificar o desgaste físico dos trabalhadores. Metodologia: A pesquisa foi caracterizada como descritiva e para tanto foram selecionados 100 funcionários apresentando a visão do empregado (62 homens e 38 mulheres) e 10 funcionários sob a ótica do empregador de dez supermercados da zona oeste e sul da cidade do Rio de Janeiro. Para este estudo foram utilizados dois questionários com perguntas fechadas. Um versava sobre o desgaste físico no trabalho, e o outro objetivava investigar o conhecimento dos gestores sobre a ginástica laboral e a implementação dos respectivos programas nos seus setores de trabalho. A análise dos dados coletados foi realizada através da estatística descritiva (frequência relativa). Resultados: Quando analisado os funcionários sob a ótica do empregado 45,0% do presente grupo responderam considerar o seu esforço físico pouco pesado, enquanto que 39,0% consideraram sua rotina de trabalho pesada; 66,0% dos funcionários dos supermercados trabalharam de oito a dez horas por dia; a percepção dos funcionários quanto ao seu ambiente de trabalho, encontra-se, em maior escala numérica, nos níveis satisfatórios para 52,0% dos mesmos; 78,0% dos trabalhadores investigados iniciam sua rotina profissional bem disposto e 66,0% sentem-se cansados ao final do dia de trabalho. Sobretudo, também é possível observar que 76,0% declararam sentir desconforto ou dor durante as tarefas do

trabalho. Quanto à implementação da ginástica laboral nas empresas, pode-se observar que 100,0% dos supermercados investigados não adotam a realização de um programa específico de atividade física para seus funcionários e, ao verificar que 30% conhecem a ginástica laboral, mas não ocorre a implementação por falta de conhecimento (60%) pode-se atrelar tal inexistência a possibilidade de falta de conhecimento dos gestores, destas empresas, quanto aos benefícios da prática da ginástica laboral. Conclusões: No presente estudo pôde-se inferir que: (a) a maioria dos trabalhadores pertence ao sexo masculino, (b) a perspectiva profissional no âmbito estudado demonstrou não ultrapassar cinco anos para 74,0% dos trabalhadores, (c) a maioria dos trabalhadores considera sua rotina de trabalho pouco pesada, (d) Em geral, a carga horária de trabalho não permite que o assalariado obtenha uma rotina de lazer atrelada à saúde, (e) os trabalhadores consideram seu ambiente de trabalho satisfatório, porém acreditam que sua valorização profissional poderia melhorar, (f) os trabalhadores iniciam a rotina de trabalho bem dispostos, terminam cansados e sentem dores durante a realização da atividade profissional e, (g) os motivos para a ausência de um programa de ginástica laboral entre as empresas estudadas, pode-se se dar pela possibilidade de falta de conhecimento dos seus gestores. Sendo assim, sugere-se a continuação desta pesquisa, de modo a viabilizar uma expansão no número de supermercados analisados, além de apresentar os benefícios da ginástica laboral com o objeto de contribuir para a com a saúde do empregado.

Garbelini Neto, G.; Corseuil, H. X. - Análise da capacidade de escolares descreverem as habilidades motoras básicas do handebol

Instituição: Unioeste - Graduação em Educação Física

RESUMO A aprendizagem motora estuda os processos envolvidos na aquisição de habilidades motoras, como a pessoa se torna eficiente na execução de movimentos para alcançar uma meta desejada e os fatores que a influenciam. As contribuições do comportamento motor para o desenvolvimento cognitivo são conhecidas, mas pouco se sabe a respeito da influência da cognição no desempenho de habilidades motoras. O conhecer e o fazer não estão relacionados diretamente, sendo assim, desempenha-se determinada habilidade motora sem conhecê-la declarativamente, ou contrariamente, detêm-se conhecimento da habilidade sem desempenhá-la corretamente. Com isso, o estudo objetivou analisar a execução prática bem como a capacidade de escolares descreverem as habilidades motoras básicas do handebol. A população alvo constituiu-se de 52 escolares (18 feminino e 34 masculino) de um colégio público do município de Toledo/PR. Os instrumentos de coleta utilizados foram: uma bateria de testes práticos (diagnóstico prático) envolvendo habilidades motoras básicas do handebol (fundamentos técnicos), e um teste teórico-descritivo sobre a realização prática das habilidades motoras. No diagnóstico prático registrou-se resultados da execução ou não das habilidades; no diagnóstico teórico registrou-se acerto ou erro na descrição dos movimentos. Os resultados indicam que, no teste prático, 28% dos alunos realizaram a tarefa, 59% apresentaram pouca dificuldade, 12% apresentaram muita dificuldade e 1% dos alunos não realizaram a tarefa. Quanto à descrição dos movimentos no diagnóstico teórico, 48% descreveram de forma satisfatória e 52% não descreveram de forma satisfatória/correta os movimentos realizados. Com base nestes resultados, nota-se um nível superior de erros sobre os acertos na descrição das habilidades motoras, indicando que os alunos conseguiram executar as habilidades motoras, porém não conseguiram descrevê-las. Conclui-se que, conhecimento teórico e o desempenho de habilidades motoras não estão diretamente relacionados, corroborando os resultados de estudiosos do comportamento motor. PALAVRAS-CHAVE: Educação Física Escolar; Ensino-Aprendizagem; Habilidades Motoras.

Gilioli, P.R.C. - A análise da imagem de Garrincha projetada no filme “Estrela Solitária – um brasileiro chamado Garrincha”

Instituição: Prefeitura de Louveira

A análise da imagem de Garrincha projetada no filme “Estrela Solitária – um brasileiro chamado Garrincha” O campo esportivo delimita a ação comunicativa na sua realidade tempo-espaco, esta se destaca em uma outra esfera na qual o público se confunde com a experiência empírica da identificação e projetada certas figuras para além das limitantes das quatro linhas do campo elevando atletas a categorias de deuses, mitificando-o ou derrubando de acordo com interesses principalmente político e econômico. Garrincha considerado gênio nos gramados, teve a sua conturbada vida biografada e posteriormente transposta ao cinema, tendo, mesmo após a sua morte a reconstrução da sua imagem por estas obras midiáticas que trataram da sua vida dentro e fora do campo. Neste trabalho tivemos como objetivo o poder da mídia na maneira como foi construída a imagem de Manoel Garrincha, visto que na transposição do livro para o cinema se dão ganhos e perdas que interferem diretamente na maneira como é construída e principalmente recebida, por parte do público a imagem deste atleta. Para tanto, foram selecionadas 11 cenas do filme Garrincha-estrela solitária (2005) produzido por Milton Alencar Junior onde foi feita a descrição e análise das cenas; posteriormente a comparação com a biografia do atleta

escrita por Ruy Castro, Estrela solitária – um brasileiro chamado Garrincha (2003), de acordo com as teorias da comunicação que considera a produção, armazenagem e difusão do esporte e relacionando com o modo de ser, pensar e agir do público receptor. Os resultados foram significativos, quando se percebe que a imagem veiculada pela mídia se refere a um anseio da população, carente de personalidades. Como resultado, podemos destacar que a comunicação esportiva, mediada pela demanda do público, através de um processo de identificação, na voz da mídia constrói personalidades esportivas, mitificadas pelo poder simbólico da informação, no intuito de preencher esta lacuna na população em geral.

Ginciene, G.; Matthiesen, S.Q. - A evolução da saída baixa nas corridas de velocidade do atletismo

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Dentro do Atletismo as corridas de velocidade merecem um destaque especial, como pode ser visto em sua própria história. Nos Jogos Olímpicos da Grécia Antiga a prova mais popular era a corrida chamada dromo ou stádion, que possuía 192,27 metros. Hoje em dia, a corrida de velocidade mais conhecida é a dos 100 metros rasos disputada tanto por homens como mulheres, o que não ocorria antigamente. O dromo era disputado somente por homens, já que as mulheres participavam de uma corrida de velocidade que possuía uma distância inferior a do stádion e só acontecia nos Jogos em homenagem a deusa Hera. Analisando esse tipo de corrida a partir de sua história, podemos observar grandes mudanças em toda a sua estrutura, sobretudo no que diz respeito à melhora dos resultados. Diversos são os fatores desse desenvolvimento, dentre os quais poderíamos destacar: o uso da saída baixa e a utilização do bloco de saída. Nesse sentido, o objetivo desse trabalho é promover o resgate histórico da prova dos 100 metros rasos, analisando a evolução da técnica da saída baixa e da utilização do bloco de saída, tão importantes para a prova, visto que são raros os trabalhos de pesquisa referentes à sua origem e modificações. Com base em livros, fotografias e registros de diferentes competições de atletismo delineamos o percurso do desenvolvimento dessa prova desde a Grécia Antiga até os dias atuais. Entre outras coisas, constatamos que em 1896 foi realizada a primeira saída baixa em Jogos Olímpicos, ainda que alguns autores considerem que a primeira saída baixa aconteceu, na verdade, em 1884 na Nova Zelândia, por Bobby Macdonald. Além dessa, outros tipos de saída para as corridas de velocidade foram encontrados, tais como: a saída em pé com o bloco, de Antonella Battagli e a saída com três apoios do russo Valeri Borzov. Analisando as corridas de 100 metros rasos dos Jogos Olímpicos da Era Moderna observamos que em 1936, nos Jogos Olímpicos de Berlim, não havia bloco de saída, embora já existisse a saída baixa. Nessa época a alternativa dos corredores era fazer alguns buracos (sulcos) na pista para apoiarem seus pés durante a largada, como acontecia na Grécia Antiga. Os Jogos Olímpicos de 1940 e 1944 foram cancelados devido a 2ª Guerra Mundial, mas nos Jogos Olímpicos de 1948, podemos observar o uso do bloco de saída, criado antes disso. Esses, entre outros dados coletados, revelam inúmeras informações que merecem ser conhecidas por todo e qualquer profissional de Educação Física. Assim, pretendemos, com os resultados dessa pesquisa, preencher os espaços vazios na história da corrida e comprovar a veracidade dos registros já existentes, visto que são poucos os relatos sobre o assunto no campo da Educação Física, embora essa seja uma das provas mais admiradas do atletismo mundialmente.

Giusti, B.; Zanetti, M.; Rebutini, F.; Iizuka, C.; Machado, A. - Atividade física e sono: proposta de análise e intervenção

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

(Introdução) Nos últimos anos tem crescido o interesse de inúmeros pesquisadores em relação ao sono, já que ele vem sendo apontado como um importante indicador de saúde. Sabe-se atualmente que a qualidade do sono pode ser influenciada por diversos fatores, tais como: o uso de medicamentos; ingestão alcoólica; alterações psicológicas e sociais; ambiente; e a prática regular de atividade física. Por este motivo, objetivamos com este trabalho, verificar a qualidade de sono apresentada por praticantes de atividade física regular, bem como, apresentar propostas para uma maior qualidade da mesma. (Metodologia) Foi aplicado um questionário de percepção subjetiva de qualidade de sono, com níveis de qualidade entre: sono profundo e pouquíssimo estado de sonolência, durante 31 dias consecutivos. Fizeram parte da pesquisa, sete indivíduos (2 homens e 5 mulheres), com idades entre 49 e 73 anos (± 63 anos), praticantes de atividade física regular. (Resultados) Os resultados demonstraram que: 2.8% (6) dos relatos indicaram um sono profundo; 77.0% (167) um sono normal; 5.5% (12) um sono sem relaxamento; 14.3% (31) um sono ruim, com pausas; e 0.4% (1) pouquíssimo estado de sonolência. (Conclusão) Em 79.8% (173) dos relatos, a percepção subjetiva de qualidade de sono foi de profundo ou normal, enquanto que em 20.2% (44) dos mesmos, a qualidade do sono estava entre: sem relaxamento; ruim, com pausas; e pouquíssimo estado de sonolência; o que nos leva a concluir que a qualidade do sono destes indivíduos pode ser

considerada boa. Porém, as alterações na estrutura de sono, inerentes ao processo de envelhecimento, parecem comprometer uma maior qualidade de sono, principalmente a aquisição de um sono profundo. Se a prática de atividade física regular é importante para alterações benéficas na qualidade de sono destes indivíduos, a adoção de hábitos de higiene de sono, bem como, um maior cuidado com as questões de ordem psicológica e social, são fundamentais para que estes indivíduos possam desfrutar de um sono de maior qualidade.

Godinho, T; Gozzi, MC - Adaptações cardiovasculares agudas e a relação com a frequência cardíaca e pressão arterial durante a atividade de corrida: um estudo exploratório

Instituição: PUC- Campinas - FAEFI - CCSA

Ao iniciarmos uma atividade aeróbia, ocorrem muitas mudanças em nosso organismo para que possamos realizar tal atividade, e muitas dessas mudanças ou adaptações estão relacionadas ao sistema cardiovascular. Os componentes do sistema cardiovascular são basicamente, o coração, os vasos sanguíneos e o fluído denominado sangue. Os aspectos anatômicos e funcionais do coração são referidos como cardíacos, enquanto os aspectos anatômicos e funcionais da circulação são referidos como vasculares. Como o sistema cardiovascular é completo na regulação do transporte sanguíneo de oxigênio, da temperatura corporal, equilíbrio hídrico e da pressão arterial (PA) e o exercício físico altera cada uma dessas funções, as respostas cardiovasculares durante o exercício representam uma parte crítica no conhecimento da fisiologia do exercício. Entendemos que a capacidade aeróbia é a base ou fator decisivo em qualquer modalidade esportiva, assim como também está presente no dia a dia do ser humano. Esse estudo pretendeu verificar as adaptações cardiovasculares, a FC e a PA durante a atividade física aeróbia, e avaliar quais alterações podem ocorrer em seis participantes corredores (C) e seis participantes não corredores (NC), de ambos os sexos, de idade entre 18 a 40 anos, que desenvolvem atividades sistemáticas em uma academia da cidade de Campinas, durante um teste com duração de 30 minutos, em esteira sem inclinação, e com velocidade adaptada, porém crescente do início ao final, com base no percentual de esforço. O cálculo da frequência cardíaca máxima (FC_{máx}), foi baseado na fórmula de 220 batimentos cardíacos menos a idade do participante e com base no valor encontrado estabeleceu-se o parâmetro de 80% dessa frequência para a realização do esforço no teste. O participante deveria estar descansado e não ter realizado atividade física nas 48 horas antes do teste, como também não deveria ter feito nenhuma refeição a menos que 40 minutos antes do teste. Tendo encontrado a intensidade alvo do indivíduo de 80% da FC_{máx}, estabelecemos de 5 a 10 minutos para encontrar a velocidade da esteira relativa à intensidade do indivíduo, alterando da marca inicial de 5 Km/h, de minuto em minuto em 1Km/h a 1,5Km/h, dependendo do condicionamento do participante que consentiu com o procedimento tão logo se sentisse esclarecido sobre ele. Assim que a FC alvo fosse atingida, a velocidade da esteira seria constante até o fim do teste, que teve a duração de 30 minutos. A mensuração da FC foi realizada de dois em dois minutos através de um frequencímetro, e a mensuração da PA foi realizada antes e logo após o fim do teste, através do uso do esfigmomanômetro e do estetoscópio convencional. Os resultados foram analisados estatisticamente com o Calculo T e a diferença da FC entre corredores e não corredores, não foi significativa, já com relação a pressão arterial houve significância.

Gomes de Araujo, G; Papoti, M; Gobatto, C - Efeitos dos treinamentos aeróbio e periodizado sobre o processo de supercompensação do glicogênio hepático e muscular em ratos wistar

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

O objetivo do presente estudo foi verificar os efeitos de dois modelos de treinamento, retangular aeróbio e periodizado sobre o processo de supercompensação do glicogênio hepático e muscular (gastrocnêmio e sóleo) em ratos Wistar. Foram utilizados 40 ratos da linhagem Wistar com 60 dias adaptados individualmente em tanque profundo durante 2 semanas ao meio líquido ($31 \pm 10^{\circ}\text{C}$) com duração de 5 minutos diários. Os animais foram divididos em grupos: aeróbio (GA - n=10), periodizado (GP - n=10) e controle (GC - n=20). O treinamento (T) para o GA e GP teve duração de 12 semanas. A carga de T para o GA foi equivalente a 5% do peso corporal do animal (PC) ajustada semanalmente pelo PC. O GP teve o T dividido em períodos preparatório Básico (6 semanas), Específico (4,5 semanas) e Polimento (1,5 semanas), tendo como estímulos de T intensidades leve (4% do PC), moderada (5% do PC), pesada (6% do PC) e intensa (13% do PC). Vinte e quatro horas após a adaptação 10 ratos do GC foram sacrificados para mensuração dos valores de linha de base. Os animais restantes de cada grupo foram sacrificados após 12 semanas para determinação das concentrações de glicogênio hepático (H) e muscular (gastrocnêmio - H e sóleo - S). As diferenças foram testadas utilizando a análise de variância ANOVA One-

way e post-hock test de Newman Keuls. Os valores de glicogênio de todos os tecidos analisados diminuíram com a idade no GC (H: pré = $6,57 \pm 1,65$ pós = $4,47 \pm 1,64$; G: pré = $0,990 \pm 0,134$ pós = $0,688 \pm 0,08$; S: pré = $0,715 \pm 0,221$ pós = $0,615 \pm 0,177$). O GP obteve maiores valores de glicogênio muscular após o T (G: $0,817 \pm 0,296$; S: $0,827 \pm 0,475$) em relação ao GC e GA (G: $0,709 \pm 0,255$; S: $0,513 \pm 0,252$). Os valores de glicogênio H para os GP (H: $4,91 \pm 1,57$) não foram diferentes em relação ao GA (H: $3,82 \pm 0,85$) e no GC. Pode-se concluir que o treinamento periodizado foi superior ao treinamento retangular aeróbio em estimular o processo de supercompensação do glicogênio muscular.

Apoio Trabalho: FAPESP e CNPq

Gomes Domingues de Oliveira, J.G.D.O.; Fávoro, P.E.F.; Barcelos Soriano, J.B.S. - Intervenção profissional em Educação Física: caracterização dos conteúdos na perspectiva docente

Instituição: Universidade Estadual de Londrina

A compreensão da intervenção profissional torna-se um dos maiores desafios para os que buscam estudá-la, já que sua complexidade não consiste apenas na aquisição do conhecimento acadêmico, mas, também, na articulação de diversos tipos de saberes, de recursos e, ainda, ponderar sempre sobre a existência de maneiras peculiares de organizar e elaborar as respostas profissionais. Portanto para Schein (1972), é necessário compreender o contexto no qual o profissional efetiva sua intervenção e considerar as tensões que lhe são impostas para concretizar sua resposta profissional. Tivemos como objetivo desse estudo verificar como docentes das instituições particulares de ensino superior em Educação Física de Londrina caracterizam os conteúdos da intervenção profissional na área. Para isso, utilizamos a abordagem qualitativa de pesquisa e a partir de dados obtidos com seis docentes, em entrevistas semi-estruturadas, empregamos análise de conteúdo com categorias estabelecidas à priori, sobre: (a) relação profissional/usuário, (b) mercado de trabalho; (c) jurisdição Profissional/ Relacionamento interprofissional; (d) articulação de recursos materiais e (e) conhecimentos. Pôde-se considerar que, apesar do grupo estudado expressar algumas preocupações importantes com relação ao atendimento do usuário, existe a valorização dos conhecimentos biológicos, atrelado à avaliação e prescrição de exercícios físicos, ou seja, a “promoção da saúde” e, como consequência, pode-se assegurar que ainda possuem dúvidas sobre quais são os conhecimentos específicos da licenciatura e do bacharelado. Assim, os pontos de vista manifestados nesse estudo não permitiram caracterizar os elementos que devem compor a intervenção profissional em Educação Física. Palavras-chave: Intervenção profissional, conteúdos, Educação Física.

Gomes, N. G. F.; Isler, G. L. - Motivos para a iniciação na prática do voleibol: a realidade de uma equipe infantil feminina de Bebedouro/SP

Instituição: Faculdades Integradas Fafibe - Educação Física

A abrangência dos fatores motivacionais na prática do voleibol compreende os aspectos psicológicos e sociais, estendendo-se aos aspectos físicos e de rendimento. Portanto, é necessário que os técnicos saibam como agir e interagir com crianças e adolescentes na prática esportiva, a fim de proporcionar-lhes condições prazerosas para que, não só iniciem, mas permaneçam em sua prática. Existem duas fontes de motivação: a intrínseca e a extrínseca. A motivação intrínseca é gerada através de vontades e desejos próprios e a extrínseca é gerada através de estímulos externos, como oferecimento de prêmios ou reconhecimento por aquilo que fez. Considerando-se a motivação como um combustível que leva à busca de conhecimento e procurando melhorar o desenvolvimento dos atletas dentro da prática do voleibol, o presente estudo tem por objetivo identificar os fatores motivantes relacionados ao treinamento, que influenciam a permanência das atletas na prática do voleibol. Essa pesquisa foi realizada com 10 atletas da equipe infantil da DME (Departamento Municipal de Esportes) na cidade de Bebedouro/SP. Os dados foram coletados através da aplicação de um questionário semi-estruturado e analisados com base em uma metodologia qualitativa. Através da análise dos dados constatou-se que o início da prática do voleibol, para as participantes, foi motivada por seu desejo em praticar o voleibol, juntamente com o incentivo oriundo de seus amigos, os quais foram auxiliados pelos pais após o início da atividade. No entanto, a vontade e o gosto pela prática caracterizaram-se como mais importantes, aos quais as participantes relacionam sentimentos positivos como: alegria, prazer e fortes emoções. Somada a esses sentimentos elas apontaram a preocupação com a forma física, a qual é uma característica muito comum nesta faixa etária. Diante destes resultados constatou-se uma predominância dos motivos intrínsecos, representados pelo desejo de jogar voleibol, ou de se tornar uma jogadora, sobre os extrínsecos representados

pelos incentivos de pais e amigos, pelo reconhecimento social e pela preocupação com a forma física, a qual pode influenciar, tanto extrínseca, quanto intrinsecamente.

Gonçalves, M.G.; Ferreira da Silva, L.F.S. - A influência dos pais na prática esportiva dos filhos: um estudo sobre o futsal na categoria sub-9

Instituição: Unesp-Bauru Depto de Educação Física

Manaíra Gonçalves, Luciene Ferreira da Silva (lucienebtos@ig.com.br) O esporte, em especial o futebol não está mais restrito a um bem definido escalão etário e social, hoje é uma prática de todos, desde o nascimento até os últimos dias de vida. Há um número cada vez maior de praticantes de faixas etárias iniciantes, por conta do intenso processo de divulgação pela mídia. Essa elevada importância da prática esportiva do futebol, ao lado do acentuado aumento de competições, tem determinado a participação precoce e exigido maior atenção na preparação de jovens esportistas, necessitando assim, de mais atenção por parte das pessoas que estão relacionadas com os praticantes, sobretudo das crianças em iniciação e treinamento. Além dos profissionais, os pais ou responsáveis por eles também devem estar preparados para compreender o fenômeno esportivo, o futebol e o próprio desenvolvimento dos filhos, para que a prática não se transforme e perca suas potencialidades educacionais e de desenvolvimento da criança, tolhendo-a ou incentivando-a a comportamentos indesejados ou negativos. Que os pais só querem o bem para seus filhos, isso é indiscutível, porém, muitas vezes, na ansiedade de formar “um campeão” esquecem de respeitar as características da idade, o desejo, as necessidades e o desenvolvimento motor da criança e submetem ou permitem que seus filhos sejam submetidos a treinamentos precoces e pressões psicológicas excessivas, em busca da vitória e do sucesso. Este trabalho procura compreender essa influência dos pais, num grupo de crianças da faixa etária de sete a nove anos, que freqüentam uma escolinha de futebol de salão, em um clube na cidade de Bauru/SP. em que jogam duas vezes por semana. O estudo se realiza por meio de pesquisa bibliográfica sobre o esporte, o futebol, a iniciação precoce, o crescimento e desenvolvimento infantil. Realiza-se pesquisa de campo com aplicação de questionário e entrevista junto aos pais, ao técnico e às crianças, separadamente. Até o momento os dados coletados, confrontados com as teorias estudadas permitem afirmar que há necessidade de realização de um trabalho conjunto de conscientização dos pais dos praticantes, sobre as características que possuem as crianças da faixa etária em questão, em seus múltiplos aspectos e também sobre as influências mercadológicas propaladas pela mídia sobre o futebol. É importante que se faça um trabalho de valorização da prática do esporte, mas sem exigir da criança que ela seja um “campeão”, até porque isso não dependerá somente dela. Expor as condições de natureza individual e esclarecimento sobre as qualidades e capacidades físicas também se mostra necessários. Até as próprias crianças necessitam de esclarecimentos sobre as reais necessidades e benefícios de se praticar futebol nessa faixa etária. Sugere-se que o lazer seja focado e o gosto pela prática do futebol estimulado, o que proporcionará desenvolvimento dos participantes e automaticamente das várias habilidades inerentes ao convívio em grupo, durante o jogo, de forma menos sistematizada.

Apoio Trabalho: Manaíra Gonçalves, Luciene Ferreira da Silva

Gonçalves, M.; Milioni, F.; Pereira, M.P.; Santana, J.E. - Análise de variáveis de freqüência eletromiográficas em ciclismo estacionário durante protocolo incremental intermitente

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A eletromiografia de superfície (EMG), por sua capacidade de mensurar o sinal mioelétrico, destaca-se como uma das ferramentas mais atuantes na investigação de diversos exercícios. Aliando-se essa característica da EMG ao ciclismo estacionário, é possível a criação de protocolos específicos capazes de analisar o comportamento da fadiga neuromuscular. Estudos recentes utilizam a análise da freqüência (Freqüência Média - FMed e Freqüência Mediana - FM) gerada pelo sinal mioelétrico no intuito de identificar a fadiga e então, ter mais clareza sobre questões neuromusculares. Neste sentido, o objetivo do presente estudo foi comparar os slopes de FMed e FM dos músculos Vasto Medial (VM), Vasto Lateral (VL) e Reto Femoral (RF), por meio de um Protocolo Incremental Intermitente (PII) em ciclo ergômetro. Participaram do estudo 8 voluntários saudáveis, sem histórico de doenças músculo-esqueléticas crônicas. Para a realização dos testes, foi utilizado um cicloergômetro de frenagem mecânica, graduado em Kilopounds e equipado com um tacômetro e um ciclocomputador. O sinal EMG dos músculos foi adquirido por meio de eletrodos compostos de Ag/AgCl, colocados aos pares nos músculos estudados. Para aquisição dos sinais biológicos foi utilizado um módulo de quatro canais com ganho de 1000 vezes, filtro passa alta de 20 Hz, filtro passa baixa de 500 Hz e freqüência de amostragem de 1000 Hz. Previamente a realização do PII,

os voluntários realizaram aquecimento (5 min de pedalada variando a carga de 35 a 70 W e com rotação definida em 70 rpm). Utilizou-se cargas randomizadas de 175, 210, 245 e 280 W, sendo que cada indivíduo realizou 2 min de estágio em cada carga, com intervalo de repouso de 15 min entre elas ou até a frequência cardíaca retornar entre 5 a 10 batimentos da frequência de repouso. As variáveis EMG foram obtidas a cada 15s, em pacotes com duração de 3s cada, gerando 8 pacotes por estágio. Dentro de cada um, foram analisados os 250 ms iniciais de cada burst (período de maior ativação). Para determinação dos slopes, realizou-se uma regressão linear entre os valores de FM e FMed entre cada carga e o tempo, dessa forma determinando-se o índice de inclinação da reta (slopes) resultante dessa regressão. Para a análise do comportamento dos slopes entre os músculos e entre as diferentes intensidades de carga utilizou-se o Teste de Variância de Friedman ($p < 0,05$). Numa primeira análise foi possível constatar que os slopes obtidos apresentaram-se predominantemente positivos para as cargas de 175 e 210W e negativos para as cargas de 245 e 280W, em ambas as variáveis. Foram encontrados valores significativamente maiores nos slopes de FM para o VM na carga de 210W em relação à 245W e 280W. Já para o RF foram encontradas maiores valores para a carga de 210W em relação à 245W para FM e FMed, sendo que para ambos os músculos a carga de 210W apresentou slopes positivos e os demais negativos. Não houveram diferenças entre as intensidades de carga para o músculo VL. Já na comparação entre músculos houve diferença entre o VL e RF na carga de 245W com maiores valores para o RF. Visto que a queda nos valores de slopes de FM e FMed são comumente associados a presença de fadiga neuromuscular, podemos confirmar que as cargas de 175 e 210W não apresentaram indícios de fadiga. Contudo as cargas de 245 e 280W que apresentaram valores negativos de slope, comprovam que apesar de não terem sido suficientemente intensas a ponto de causar fadiga neuromuscular o comportamento das retas de regressão mostrou um início de instalação desse processo. Quanto aos músculos, os resultados encontrados para o VL e o RF podem ser justificados pelas diferenças anatômicas (RF-biarticular; VL-monoarticular) e de função muscular durante a pedalada existentes entre eles. Podemos portanto concluir que protocolos como o proposto, são eficientes em proporcionar atividade muscular suficiente a ponto de ser possível calcular o slope sem induzir a fadiga neuromuscular.

Gonçalves, R; Arantes, LM; Gurjão, ALD; Moura, R.F.; Gobbi, S - Relação entre taxa de desenvolvimento de força, teste de andar e teste de subir escada em idosas

Instituição: UNESP - RIO CLARO

Introdução: A força muscular máxima e a potência muscular sofrem declíneos significativos durante o processo de envelhecimento, estando diretamente relacionado ao aumento da incidência de quedas em idosos e ao incremento da incapacidade de realizar algumas atividades de vida diária (AVDs). **Objetivo:** o objetivo deste estudo foi verificar a possível relação entre a taxa de desenvolvimento de força (TDF) e os testes de andar e subir escada, em mulheres idosas. A amostra foi composta por 12 voluntárias ($65,8 \pm 7,1$ anos; $70,7 \pm 13,4$ kg; $1,55 \pm 0,05$ m; $29,4 \pm 6,4$ kg/m²), participantes de atividades físicas generalizadas a pelo menos 3 meses. **Método:** A TDF para os instantes 50, 100, 150 e 200ms a partir do início da contração foi verificado de forma isométrica, por meio de um transdutor de força fixado no aparelho Leg Press, sendo realizado esforço com 5s de duração. A medida da TDF foi realizada em três dias, sendo que cada sujeito deveria realizar seu esforço máximo em três tentativas, com 3-5 min de recuperação entre as tentativas. É importante ressaltar que foi solicitado aos participantes que realizassem força muscular o mais rápido possível. O melhor resultado, de cada participante, obtido entre as três tentativas do último dia foi computado para posterior análise dos dados. Após um período de 48 horas, foi aplicado o teste de andar (tempo para caminhar 4m o mais rápido possível) e o teste de subir escada (tempo para subir 10 degraus o mais rápido possível). Foi utilizado o teste de correlação de Pearson, adotando-se o nível de significância $p < 0,05$. **Resultados:** Para o teste de subir escada nenhuma correlação estatisticamente significativa foi verificada para as diferentes TDFs. Em relação ao teste de andar foram observadas correlações estatisticamente significativas ($p < 0,05$) para as TDFs nos instantes 50, 100, 150 e 200ms (-0,68; -0,61; -0,63 e -0,68, respectivamente). **Conclusão:** De acordo com a interpretação dos resultados, foi possível verificar que o teste de andar possui relação com todos os períodos de tempo analisados. Neste sentido, sugere-se que ao objetivar melhor o desempenho na caminhada, estratégias de intervenção que modifiquem a TDF sejam empregadas. No que diz respeito ao teste de subir escada, aparentemente a TDF parece não afetar o desempenho no referido teste. Tendo em vista que o ângulo utilizado para obtenção da TDF difere daquele utilizado para subir escada, sugere-se novos estudos que avaliem a TDF em diferentes ângulos. **Agradecimentos:** PROFIT, FNS-MS, FUNDUNESP, FINEP e PROEX-UNESP.

Apoio Trabalho: PROFIT, FNS-MS, FUNDUNESP, FINEP e PROEX-UNESP

Gonçalves, R; Moura, ACF; Tavares, FM; Gonçalves, DA - Correlação entre os níveis de atividade física e os níveis de pressão arterial de policiais militares

Instituição: Universidade de Itaúna - MG

A hipertensão é uma doença crônica de origem multifatorial que representa um dos maiores problemas de saúde pública na atualidade. Devido a alta taxa de morbidade/mortalidade e ao alto custo financeiro ocasionado pela hipertensão, torna-se necessário identificar e orientar a população para as possíveis mudanças no estilo de vida que podem amenizar a incidência da doença. A atividade física regular deve ser estimulada, devido a sua comprovada eficácia na prevenção e como coadjuvante no tratamento da hipertensão. O objetivo deste estudo foi correlacionar os níveis de atividade física e os níveis de pressão arterial sistólica em policiais militares da cidade de Itaúna - MG. 48 policiais militares, voluntários para a pesquisa, assinaram um Termo de Consentimento livre e esclarecido para sua participação. O estudo foi previamente aprovado pelo Comitê de ética em Pesquisa da Universidade de Itaúna. Foi aferida a pressão arterial de cada voluntário, duas vezes e considerada a média, utilizando o estetoscópio da marca Rappaport e modelo V416-22 e o aparelho de pressão aneróide AD-1. Para padronizar a análise dos resultados de pressão arterial foi considerada apenas a pressão sistólica e o coletor dos dados foi sempre o mesmo. As medidas foram realizadas de acordo com as normas da Sociedade Brasileira de Hipertensão e foi solicitado aos voluntários, no dia da coleta, a abstenção de exercício físico, ingestão de álcool e fumo. Para avaliar o nível de atividade física foi aplicado o questionário IPAQ (International Physical Activity Questionnaire), seguindo as orientações do Centro de Estudo do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul (CELAFISC). O IPAQ caracteriza os indivíduos como sedentários, ativos e muito ativos de acordo com a estimativa dos MET's/semana despendidos em diferentes atividades. O cálculo do questionário foi baseado no artigo Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire IPAQ / Short and Long Forms, versão revisada em novembro de 2005, também cedido pela CELAFISC. A pressão arterial diastólica encontrada foi 125,73 + 11,98 mmHg e os valores de MET's/semana despendidos foram 6458,02 + 5636,52. O coeficiente de correlação de Pearson entre níveis de pressão arterial e níveis de atividade física nesta amostra foi $r = -0,1325$, resultado não estatisticamente significativo ($p < 0,05$), porém demonstrando a tendência de aumento nos níveis de pressão arterial nos indivíduos com menores níveis de atividade física. Conclui-se que neste trabalho não se pode justificar os valores da pressão arterial pelos níveis de atividade física praticados por esta amostra. É importante ressaltar que não foram considerados outros possíveis fatores contribuintes para a hipertensão como tabagismo, hereditariedade, obesidade e outros que podem ter influenciado nos resultados deste estudo.

Apoio Trabalho: Universidade de Itaúna

Grosso, H. S.; Oliani, M. M.; Christofolletti, G.; Gobbi, S.; Stella, F. - Relação entre o comprometimento de demência de Alzheimer, atividades funcionais e qualidade de vida

Instituição: UNESP-IB-Depto de Educação Física

INTRODUÇÃO: O processo de envelhecimento pode levar a uma diminuição das atividades funcionais que se refletem na perda da autonomia e independência do idoso podendo ser agravado quando associado a doenças demenciais. Pacientes com demência de Alzheimer (DA) vivenciam um declínio progressivo das funções cognitivas que acarretam a redução das atividades da vida diária. A qualidade de vida é um conceito multidimensional que inclui aspectos funcionais, emocionais, sócio-econômicos e religiosos importantes para o bem estar na velhice. **OBJETIVO:** Analisar a relação entre o nível de comprometimento da demência, capacidade de realizar atividades funcionais da vida diária e a percepção da qualidade de vida de idosos com DA. **MATERIAIS E MÉTODOS:** Participaram do estudo 12 idosos com diagnóstico de DA segundo os critérios estabelecidos pelo Código Internacional de Doenças (CID-10). Os instrumentos utilizados para coleta de dados foram: Escala Clínica de Demência (CDR), Questionário de Atividades Funcionais de Pfeffer (QAFP) e Questionário de Qualidade de Vida para idosos com Demência de Alzheimer (QQV). O procedimento estatístico utilizado foi o coeficiente de correlação de Spearman, admitindo-se nível de significância de 5% ($p < 0,05$). **RESULTADOS:** Os pacientes investigados apresentavam idade mediana de 81,5 anos, nível mediano de escolaridade de 4 anos e distribuídos de acordo com a classificação da CDR em: 4 pacientes em nível leve, 5 em nível moderado e 3 em nível grave. O valor mediano encontrado para o QAFP foi de 20,5 pontos e para o QQV 38 pontos, sendo que maiores escores para o primeiro teste representam maior comprometimento funcional, enquanto que para o segundo, pontuações mais elevadas indicam melhor percepção da qualidade de vida. O coeficiente de correlação de Spearman apontou uma baixa relação entre a CDR e QVpac ($rs = -0,29$) e de $rs = 0,48$ para QAFP. Calculando-se o índice de determinação (r^2), verificou-se que o nível de

comprometimento de demência pode interferir em até 23% na realização das atividades funcionais e 8% na percepção de qualidade de vida do paciente com DA. **CONCLUSÃO:** Os resultados indicam que quanto mais avançado o quadro demencial, o paciente apresenta uma pior percepção de qualidade de vida, bem como menor capacidade de realizar atividades funcionais. Esses dados corroboram os da literatura existente, afinal é esperado que em estágios demenciais mais avançados, os déficits cognitivos e funcionais sejam maiores, o que dificulta a realização das atividades da vida diária e prejudica a qualidade de vida. A preservação dos componentes da capacidade funcional no idoso, além de manter a integridade motora, pode postergar a autonomia e a dependência de terceiros. Deste modo, a atividade física regular e sistematizada representa uma medida não-farmacológica importante para manter a funcionalidade do idoso com DA.

Apoio Trabalho: CAPES, LAFE, PROFIT, FNS, FINEP, PROEX-UNESP, FUNDUNESP.

Grossl, T.; Antonacci Guglielmo, L.G; José Carminatti, L.; Fernandes da Silva, J. - Determinação da intensidade da aula de power jump por meio da frequência cardíaca

Instituição: Universidade Federal de Santa Catarina

TALITA Grossl*, LUIZ GUILHERME Antonacci Guglielmo*, LORIVAL José Carminatti**, JULIANO Fernandes da Silva*. * UFSC, CDS / DEF/ LAEF, Florianópolis (SC) ** UDESC, CEFID / LAPEM, Florianópolis (SC) email: talitagrossl@gmail.com **Introdução:** O Power Jump (PJ), aula pré-coreografada foi disseminado em todo país em poucos anos, obtendo sucesso entre os praticantes de ginástica de academia. Durante a aula, os praticantes executam movimentos com intensidades variadas, que podem ser classificadas em diferentes domínios fisiológicos a partir do monitoramento da frequência cardíaca (FC). Assim, pode-se estabelecer o percentual de permanência em cada domínio, determinando a intensidade de esforço do indivíduo durante a aula de PJ. **Objetivo:** Determinar o perfil fisiológico da aula de PJ em relação a sua intensidade por meio da FC. **Metodologia:** Participaram desse estudo onze mulheres praticantes da modalidade pelo período de, no mínimo, dois meses ($21,7 \pm 1,9$ anos; $59,3 \pm 4,8$ kg; $162,6 \pm 5,6$ cm; $22,5\%$ de gordura corporal; $39,8 \pm 4,7$ ml/kg/min). Os indivíduos foram primeiramente submetidos a um teste incremental em esteira rolante (TI) com inclinação fixa de 1%, o qual iniciou com uma velocidade de 6km/h, com incrementos de 1km/h a cada minuto até a exaustão voluntária. Durante o teste o VO₂ foi mensurado a cada 20s a partir do gás expirado (Teem 100) para a determinação do VO₂max. A FC foi monitorada para a determinação do ponto de deflexão da frequência cardíaca (PDFC), de acordo com o método Dmáx. Cada aluna realizou duas aulas idênticas da modalidade, sendo o mix 9 o escolhido, por se tratar do mais atual no período da pesquisa. Durante as duas aulas, as alunas tiveram sua FC mensurada por meio de um monitor Polar® S610i. O PDFC foi considerado como indicador do segundo limiar de transição fisiológica (LTF2), já a FC correspondente à carga de 80% do PDFC foi utilizada para aproximação do primeiro limiar de transição fisiológica (LTF1). Os domínios fisiológicos foram divididos em três intensidades de esforço: abaixo do LTF1 (moderado), entre LTF1 e LTF2 (pesado) e acima de LTF2 (severo). Foi empregada a estatística descritiva (média e desvio padrão); teste t de Student, para amostras dependentes e a análise de variância Two-way complementada pelo Scheffé test. Foi adotado um nível de significância de $p < 0,05$. **Resultados:** A média da frequência cardíaca máxima (FCmáx) obtida no TI foi de 195 ± 10 bpm, correspondendo a $98,1 \pm 0,05\%$ da FCmáx predita pela idade (198 ± 2 bpm). A velocidade, a FC e o %FCmax correspondentes ao PDFC e a 80% do PDFC foram ($10,1 \pm 0,95$ km/h; 178 ± 7 bpm; $91,7 \pm 4,0\%$) e ($8,1 \pm 0,76$ km/h; 143 ± 5 bpm; $73,4 \pm 3,2\%$), respectivamente. A FCmédia na primeira aula de PJ (PJ1) foi de 161 ± 11 bpm e, na segunda aula (PJ2), 156 ± 10 bpm, correspondendo a $82,8 \pm 6\%$ e a $80 \pm 5\%$ da FCmáx encontrada no teste de esteira rolante. Diferenças significativas foram encontradas ($p < 0,05$) em relação a FCmédia nas duas aulas. No que diz respeito ao percentual de permanência em cada domínio fisiológico, no PJ1 os indivíduos permaneceram $29 \pm 19,5\%$ do tempo no domínio severo; $49,6 \pm 14,8\%$ na intensidade pesada e $21,3 \pm 5,9\%$ no domínio moderado. Já no PJ2 os indivíduos permaneceram $22,1 \pm 20,3\%$; $52,6 \pm 14,8\%$ e $25,4 \pm 10,8\%$, na intensidade severa, pesada e moderada, respectivamente. Não foram encontradas diferenças significativas entre os domínios fisiológicos nas duas aulas estudadas. **Conclusão:** Observou-se que as alunas permaneceram, na maior parte das aulas, na intensidade pesada, contribuindo para uma maior exigência do sistema aeróbio, colaborando, deste modo, para uma melhora das funções cardiorrespiratórias. Contudo, é válido destacar que aproximadamente em um quarto das aulas, as alunas permaneceram no domínio severo, o que eleva a solicitação do sistema anaeróbio. Sugere-se a ampliação desta base de dados nos próximos trabalhos, visando estudar estas mesmas respostas fisiológicas em grupos de diferentes idades e graus de condicionamento.

Guabiroba, J.S.; Rogatto, G.P. - Influência de um programa de exercícios faciais sobre a paralisia facial periférica: estudo de caso

Instituição: LIEMEF - Universidade Federal de Mato Grosso – UFMT – Cuiabá

A paralisia facial caracteriza-se pela inibição dos movimentos da mímica facial e expressões da face. O indivíduo acometido pela mesma, não consegue fechar completamente o olho, franzir a testa, sorrir e bocejar espontaneamente. Geralmente a paralisia facial é unilateral e provoca deformações estéticas e funcionais que podem acarretar sérios transtornos emocionais ao indivíduo por ela acometido. Levando em consideração esses danos e buscando uma forma de amenizá-los, o presente estudo teve a intenção de avaliar os efeitos de um programa de ginástica facial, na recuperação de uma pessoa acometida pela paralisia facial. A pesquisa foi caracterizada por um estudo de caso que avaliou uma pessoa do sexo feminino com 69 anos de idade. A voluntária apresentava um quadro de paralisia facial periférica na hemiface esquerda. As sessões de ginástica facial foram ministradas durante seis semanas, sendo que as mesmas tinham a duração aproximada de 20 minutos cada uma e eram realizadas três vezes por semana em dias não consecutivos. Previamente ao início do programa e ao final das seis semanas de estudo, foram realizadas fotografias com procedimentos padronizados para a identificação de marcas, rugas de expressão e posicionamento de lábio, pálpebra e outras estruturas do rosto da participante. No final do estudo também foi aplicado um questionário com questões abertas sobre a percepção do estado da voluntária no final do programa de ginástica facial. Esse questionário objetivou refletir a percepção da voluntária sobre as mudanças ocorridas na sua aparência e funcionalidade da face, após a instalação do quadro da doença e após seis semanas de ginástica facial. Através da análise dos dados obtidos foi possível avaliar o programa de ginástica facial sob dois aspectos distintos: no primeiro aspecto (analisado pelas fotografias), relacionado com a execução dos movimentos faciais e expressões da face, não foi possível verificar mudanças, ou seja, o programa de ginástica facial não influenciou na recuperação ou causou qualquer modificação das linhas, rugas e marcas de expressão da participante. No segundo aspecto (analisado pelo questionário), foi possível constatar melhora nas funções sensitivas da voluntária, uma vez que a mesma relatou favorecimento na distinção de sabores, da salivação, da movimentação da boca e do restabelecimento da função auditiva. A partir da análise dos resultados foi possível concluir que embora o programa de ginástica facial não tenha colaborado com a recuperação dos movimentos da mímica facial, alterações positivas relacionadas com o paladar e a audição reforçam a importância da implantação de programas de exercícios para a musculatura do rosto na recuperação de pessoas acometidas por paralisia facial.

Guimarães, F.K.O.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Gabilan, J.G.; Liziero, L.; Procópio, M.S. - Organização dos jogos universitários intercampi da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul: um relato de experiência

Instituição: UFMS-Dpto de Educação Física

Os Jogos Universitários Intercampi (JUI) começaram a ser promovidos pela Universidade Federal Mato Grosso do Sul (UFMS) e realizados pela Coordenadoria de Assuntos Estudantis (CAE) no ano de 2005 com as modalidades voleibol feminino e futebol de campo masculino. No ano de 2006, a CAE contou com a ajuda dos acadêmicos do Programa de Educação Tutorial (PET) Educação Física da UFMS na organização, elaboração e realização dos II JUI. Nessa II edição dos jogos foram incluídas as modalidades: futsal feminino, atletismo, natação e xadrez para ambos os sexos. O objetivo desse relato é compartilhar a experiência dos acadêmicos envolvidos na organização e realização do II JUI. Além do grupo PET – Educação Física, os II JUI contou com a ajuda de outros acadêmicos de Educação Física, de Enfermagem, de Engenharia Ambiental e de Matemática. Os objetivos do II JUI foram desenvolver o intercâmbio esportivo entre os acadêmicos, valorizar a saúde e o lazer, promover a revitalização da prática desportiva, estimular a prática do desporto de rendimento e proporcionar o surgimento de novos talentos para integrarem as seleções da UFMS nas competições municipais, estaduais e nacionais. Na Cidade Universitária, os II JUI foram divididos em duas fases: seletivas e finais para as modalidades coletivas, cujas equipes vencedoras disputaram à fase final com as equipes dos campi do interior. As seletivas da Cidade Universitária aconteceram de agosto a setembro de 2006 e as seletivas do interior ficaram a critério dos mesmos. Além da Cidade Universitária, foram inscritos os campi de Aquidauana, Chapadão do Sul, Corumbá, Coxim e Três Lagoas, os campi de Nova Andradina e Paranaíba não compareceram por serem recentes e não possuírem recurso humano suficiente para formarem equipes. A UFMS proporcionou as equipes do interior alimentação, com café da manhã, almoço e jantar; alojamentos e transporte, onde os alunos da comissão organizadora estiveram também envolvidos. A final dos II JUI aconteceu nos dias 15, 16 e 17 de setembro na Cidade Universitária, teve início com um Cerimonial de Abertura, contendo uma apresentação de ginástica rítmica, desfile das delegações do interior e hasteamento de bandeiras. Para a natação foi utilizada a piscina, o Ginásio Moreninho para o futsal feminino e voleibol feminino, o Estádio Moreninho para futebol masculino e atletismo, e o Restaurante Universitário para o xadrez, todas essas instalações da Cidade Universitária. O evento foi encerrado com a premiação das modalidades coletivas no Ginásio Moreninho, no qual os 1º, 2º e 3º lugares receberam medalhas e troféus e as modalidades individuais foram premiadas com medalhas para os 1º, 2º e 3º. Após o

evento foi feita uma avaliação pelos representantes dos campi do interior com relação a alojamento, alimentação, transporte e das competições em geral. Todos enaltecem a qualidade e organização do evento. Os objetivos esperados pela organização puderam ser alcançados com sucesso profissional e pessoal. A experiência em organizar os II JUI gerou conhecimentos sobre elaboração e execução de eventos esportivos, motivou a solução de problemas de forma imediata, colocou em prática os conhecimentos em áreas já estudadas, demonstrou a importância do planejamento em qualquer tipo de atividade, incentivou a busca de novos conhecimentos, alcançou o intercâmbio esportivo entre os estudantes, valorizou a saúde e o lazer, estimulou a prática do desporto de rendimento, promoveu a socialização e confraternização e identificou atletas que podem representar a UFMS em eventos municipais, estaduais e nacionais. Diante do sucesso do II JUI, será realizada a terceira edição com inserção de novas modalidades e ampliação dos naipes das já existentes.

Gularte De Agostini, GGA - Comparação de diferentes métodos de determinação do Limiar de Lactato em exercício resistido

Instituição: Universidade Federal de Uberlândia

Diversos métodos foram propostos e validados para determinação do limiar de lactato em exercícios cíclicos não resistidos, entretanto até o presente momento pouco se pesquisou sobre os mesmos no exercício resistido. Desta forma, este trabalho teve por objetivo comparar 3 diferentes métodos válidos em exercício não resistidos para determinação do limiar de lactato em exercício resistido. Para tal, 7 homens ativos, saudáveis com idade média de 28.43 ± 11.97 anos; e massa corporal de 80.29 ± 5.33 kg participaram deste estudo. Os mesmos foram submetidos à determinação da carga máxima (1RM) no exercício leg press 45 e após 20 minutos de intervalo de descanso realizaram um teste com incremento de cargas até a exaustão. A carga inicial do teste foi de 10% da 1RM com acréscimo de 5% a cada um minuto até a exaustão. Entre cada estágio do teste incremental, foi dado um minuto de intervalo para acréscimo de novas cargas e para retirada de 25uL de sangue do lóbulo da orelha. O sangue coletado foi misturado a 50uL de fluoreto de sódio e imediatamente analisado no lactímetro modelo YSI 1500 Sport (Yellow Springs Inc.- USA). Para determinação do limiar de lactato foram utilizados e comparados três métodos: (1) Ponto de inflexão da curva da lactacidemia em função da intensidade percentual da 1RM obtido por meio da inspeção visual, (2) Quociente do lactato, expresso pelo valor mínimo da lactatemia dividida pela carga de esforço e, (3) Ponto fixo de 4mM obtido por interpolação linear. A Análise de variância (Anova one way) foi utilizada para verificar diferença significativa entre os grupos. Os resultados obtidos demonstraram que o valor médio da carga máxima foi de 355.0 ± 45 kg. Já a intensidade do limiar de lactato foi de $32.86 \pm 6.36\%$ da 1RM para o método ponto de inflexão, de $32.14 \pm 2.67\%$ da 1RM para o método quociente de lactato e de $43.26 \pm 7.42\%$ da 1RM para o 4mM. A intensidade do método 4mM foi significativamente diferente para $p < 0.01$ quando comparado aos outros dois grupos. Não houve diferença significativa entre ponto de inflexão e quociente de lactato. Destes dados pode-se concluir que o limiar de lactato em exercício resistido situa-se numa baixa intensidade de esforço e que o método 4mM superestima essa intensidade limiar.

Hamanaka, Á.Y.Y.; Cezar, F.A.; Simões, C.S.; Moreira, A.P.M.; Vitória, R.; Gobbi, L.T.B.; Gobbi, S.; Stella, F. - Efeito da atividade física no equilíbrio dinâmico de pacientes com doença de Parkinson

Instituição: Unesp- IB - Depto de Educação Física

A doença de Parkinson é caracterizada, principalmente, pelo comprometimento da produção de dopamina, sendo neurodegenerativa e progressiva com o aparecimento dos seguintes sinais/sintomas: rigidez, tremor, bradicinesia e instabilidade postural. O declínio motor é marcante na doença de Parkinson, que aliado ao processo de envelhecimento, limita a realização das atividades da vida diária. A ocorrência de quedas é multifatorial englobando aspectos mentais, físicos e ambientais, e os pacientes com doença de Parkinson constituem um grupo de alto risco. As alterações funcionais decorrentes da doença e do envelhecimento interferem no controle do equilíbrio aumentando o risco de quedas. O objetivo deste estudo foi comparar o equilíbrio dinâmico entre idosos neurologicamente sadios (grupo NS) e idosos com DP idiopática (grupo DP1) que participaram em um programa de atividade física regular durante 3 meses, e idosos com doença de Parkinson idiopática que participaram de um programa de atividade física regular durante 6 meses (grupo DP2). Participaram do estudo 30 idosos, 10 em cada grupo, equiparados em 7,10 anos. Nos pacientes com doença de Parkinson, o gênero com idade de 67,16 de Parkinson, o estágio da doença foi determinado por um neurologista através da escala de Hoehn & Yahr (HY), que variou de 1 a 2. A avaliação do equilíbrio dinâmico foi realizada pelo teste específico da bateria de testes da AAHPERD. A análise estatística escolhida foi ANOVA one-way, após verificar a distribuição normal

(Shapiro-Wilks) e a homogeneidade (Teste de Levene). O nível de significância adotado foi $p \leq 0,05$. A ANOVA revelou diferença significativa no equilíbrio dinâmico entre os grupos ($F_2=10,614$; $p < 0,005$) e o teste post hoc de Tukey revelou diferença entre os grupos NS e DP1 ($p < 0,005$) e entre DP1 e DP2 ($p \leq 0,05$). Porém, não houve diferença entre os grupos NS e DP2 ($p > 0,05$). O grupo DP1 apresentou piores resultados quando comparado com os grupos NS e DP2. As diferenças entre os grupos no equilíbrio dinâmico podem ser atribuídas aos comprometimentos motores típicos do início da doença. Estas alterações motoras podem reduzir o nível de atividade física, que é determinante da manutenção da capacidade funcional. Conseqüentemente, o desempenho no teste de equilíbrio dinâmico também diminuiu. Os resultados deste estudo indicam que a atividade física pode alterar o equilíbrio dinâmico dos idosos com doença de Parkinson, alcançando a mesma condição do idoso sadio. Contudo, o tempo que os pacientes necessitam para responder ao treinamento é maior. Recomenda-se o envolvimento de pacientes com doença de Parkinson em programas de atividade física para assegurar que, no futuro, não haja aumento no risco de quedas.

Apoio Trabalho: Agradecimentos: PROFIT; FNS-MS; FINEP; CNPq; FUNDUNESP.

Hara, T.; Alves, M.A.R.; Matsushigue, K. A. - Resposta da Frequência Cardíaca durante exercício intermitente com períodos de esforços de curtíssima duração

Instituição: PUC - PR - Grupo de Pesquisa em Rendimento esportivo

Introdução: Por sua facilidade de obtenção, a Frequência Cardíaca (FC) tem sido a variável mais frequentemente empregada para controle da intensidade de esforço durante o exercício. O comportamento cinético da FC no exercício de carga constante e contínuo tem sido alvo de inúmeros estudos nos últimos anos, denotando a relevância de sua interpretação fisiológica. Embora, o exercício intermitente seja um método muito utilizado por atletas e não atletas, as respostas fisiológicas durante esse método de treino não são bem claras. Se a resposta temporal da FC durante o exercício intermitente for influenciada pelos processos repetidos de aceleração e desaceleração cardiovascular, demonstrando ter uma falha no ajuste cardiovascular para esse tipo de exercício, a relação linear entre a FC e a intensidade de esforço pode ser quebrada. **Objetivo:** Analisar a resposta da frequência cardíaca em exercício intermitente de intensidade máxima. **Metodologia:** Dez sujeitos do gênero masculino, fisicamente ativos, com idade média 22 ± 2 anos, massa corpórea total $76,1 \pm 7$ kg e estatura $1,80 \pm 0,1$ m, realizaram um teste no cicloergômetro de membros inferiores, o qual consistia de 10 blocos de 6 segundos de esforço máximo por 18 segundos de pausa passiva; a carga foi correspondente 7,5% de sua massa corpórea. Os sujeitos portaram um frequencímetro cardíaco da marca polar S810, o qual forneceu dados da FC a cada intervalo R-R ao longo de todo o teste intermitente. Todos os registros foram automaticamente transferidos para o software "Polar Precision Performance" e filtrados. Foram determinadas as seguintes variáveis de cada indivíduo: maior valor da FC atingida em todo exercício (FC pico); média da FC nos períodos de esforço (>FCE) e pausa (a cada 6 s) e a obtenção do pico de potência e potência média através do programa Ergometric 6.0. Sobre os valores de FC foi ajustada uma função exponencial. A comparação da >FCE entre os blocos de esforço foi realizada através de ANOVA para medidas repetidas; para a comparação entre a FC entre os períodos de esforço e pausa foi realizada Teste t-Student pareado e para a análise de relação entre as variáveis foi adotada a análise de correlação de Pearson. Para todas as análises foi adotado o nível de significância de 5%. **Resultados:** O maior valor da FC atingida (FC pico) em todo exercício foi de 178 ± 9 bpm correspondente a 90% da FC máxima, a FC média nos períodos de pausa (164 ± 10 bpm) foi significativamente superior ($p < 0,01$) à FC nos períodos de esforço (160 ± 16 bpm). A >FCE do primeiro (122 ± 16 bpm) e segundo (145 ± 16 bpm) blocos foram significativamente menores a todos os demais blocos, e a do terceiro bloco foi menor (159 ± 14 bpm) à do sexto ao décimo (171 ± 6 bpm) blocos; enquanto não houve diferença significativa entre nenhum dos demais blocos. A resposta da FC ao longo do exercício apresenta característica exponencial (constante de tempo = $37,8 \pm 21,8$ s; valor assintótico = $171,5 \pm 7,4$ bpm; coeficiente de determinação = $0,92 \pm 0,03$), no entanto não há correspondência entre a resposta da FC e o momento de esforço ou de pausa. Por outro lado, observou-se uma aparente periodicidade dos valores médios de 6 s da FC, respeitando 24 s. Não houve correlação entre o pico de potência e FC pico ($p = 0,67$). **Conclusão:** A resposta da FC apresenta uma característica exponencial e periodicidade, com os valores mais elevados ocorrendo durante o período de pausa, indicando que não há concordância entre a atividade e a resposta da FC em exercício intermitente. Isso aponta que o uso da FC como controlador de intensidade e de duração da recuperação em treinamentos intervalados de curta duração deve ser feito com cautela e que estudos devem ser realizados para verificar a interferência do esforço prévio sobre a cinética da FC.

Hebling Almeida, L.H.; Lorenzetto, L.A. - A psicologia organísmica e a corporeidade na Educação Física: análise da imagem corporal com o uso de desenhos

Instituição: Unicamp - Depto de Psic. Médica e Psiquiatria

Neste trabalho foi utilizado o desenho e diferentes técnicas de trabalho corporal e de relaxamento, baseando-me na Psicologia Organísmica de SANDOR (1974). Comecei a relacionar essas técnicas de trabalho corporal e de relaxamento, e o uso de desenhos, pedindo aos pacientes que desenhassem como percebiam o seu corpo antes e depois da vivência das mesmas. Algumas pessoas desenhavam temas variados, mas a grande maioria desenha o seu próprio corpo, a imagem que tem de si mesmo antes e depois das técnicas de trabalho corporal. Baseando-me no enfoque da pesquisa qualitativa nas Ciências Humanas, que se utiliza muito da descrição de casos, é que proponho esse estudo de caso a partir dos desenhos feitos por K. em algumas das sessões, após o trabalho corporal. O objetivo deste trabalho foi verificar se algumas das técnicas de relaxamento, desenvolvidas por SANDOR (1974), modificam a imagem corporal e a consciência de si mesmo, utilizando-se a análise de desenhos. Foi-se constatando uma modificação da imagem corporal expressa por meio dos desenhos, através das diferenças que ocorreram entre eles, comparando-se a seqüência dos desenhos, e foi feita também uma interpretação simbólica dos mesmos. Observou-se que o esquema corporal pode ser resgatado, trazendo uma consciência corporal, uma modificação da imagem corporal, e uma nova identidade, o que torna-se de grande valia e utilidade tanto para a área de saúde mental, bem como a uma contribuição para a reflexão acerca da corporeidade na Educação Física.

Hebling Almeida, L.H.; Sales Giglio, J. - Danças circulares sagradas: religiosidade, qualidade de vida e imagem corporal

Instituição: Unicamp - Depto de Psic. Médica e Psiquiatria

A investigação deste trabalho versa sobre a prática das Danças Circulares Sagradas na experiência de religiosidade e na qualidade de vida. Foram também investigadas modificações na imagem corporal das pessoas que participaram desta pesquisa, bem como a constelação (aparecimento) de imagens arquetípicas. Acreditamos previamente que a possibilidade de uma re-significação na imagem corporal, na qualidade de vida e na religiosidade, pudesse contribuir para um melhor ajustamento psíquico e para a melhora no estado geral da pessoa. Participaram da pesquisa dez voluntárias do sexo feminino, com idade variando entre 25 e 54 anos, com curso superior completo e especialização em Arte-terapia na Universidade Estadual de Campinas (Unicamp) - SP. A pesquisa envolveu aspectos teóricos e práticos: a montagem de um grupo de pessoas dispostas a participar de vivências – aulas de danças circulares sagradas por um determinado período, bem como a disposição das mesmas para que observassem, registrassem e relatassem suas experiências em torno disso. As observações acerca destas vivências levou os sujeitos a atribuírem significados passíveis de interpretação e compatíveis com uma proposta de pesquisa qualitativa dentro de uma abordagem fenomenológica. Ao final desta pesquisa constataram-se modificações na imagem corporal, alterações na religiosidade, melhora na qualidade de vida e a constelação do Arquétipo da Criança, do Arquétipo da Grande Mãe e do Arquétipo do Feminino.

Hebling, T.; Rangel, I.C.A. - Alterando um estilo de vida através da atividade física escolar

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Introdução: Nas últimas décadas em vários países tem ocorrido um aumento geral no peso das pessoas, e muito jovens estão acima do peso. A tecnologia, produtos eletrônicos e fast-foods aumentam a falta de atividade física e o sedentarismo, prejudicando a qualidade e estilo de vida principalmente de jovens e adolescentes, contribuindo para o comodismo dos mesmos no seu dia a dia. Atualmente a má alimentação aliada à inatividade física pode causar sérios problemas à saúde como, por exemplo, a obesidade e excesso de peso podem levar a sérios problemas de saúde como também social e psicológico. A Educação Física Escolar pode e deve abrir caminhos para solucionar algumas dessas situações fazendo com que os alunos aproveitem mais as aulas mudando seu estilo de vida interferindo em alguns fatores que leva a obesidade. E assim fazendo com que esses alunos criem hábitos saudáveis também fora do âmbito escolar, buscando uma vida mais saudável e prazerosa. Objetivo: descobrir quais os hábitos relacionados à Educação Física em escolares, bem como intervir através de esclarecimentos e práticas corporais. Metodologia: participaram desse estudo 72 estudantes de ambos os sexos

da 2º série do ensino médio. Foi realizada análise feita através de questionários antes e após intervenção. Os questionários visaram descobrir comportamentos e atitudes dos alunos sobre sua prática de atividade física relacionada à obesidade. Resultados: os resultados obtiveram algumas variâncias porém pouca melhoria em relação a mudança de hábitos. Esse ocorrido se deve a nossa cultura, principalmente a hábitos alimentares, inatividade física e falta de lazer. Conclusões: Percebemos através das questões abertas que os alunos sabem da importância a atividade física para a saúde e que a Educação Física na escola é um meio para isso, porém na prática ainda é um pouco demorado para a obtenção de resultados significantes. Sabemos que a atividade física exerce muitos benefícios, porém seu efeito é em longo prazo, portanto é através disso que buscamos como objetivo principal da atividade física para criança e o adolescente criar o hábito e o interesse pela atividade física, e não treinar visando desempenho.

Hernandez, S.; Christofolletti, G.; Oliani, M.; Gobbi, S.; Stella, F. - Comparação do risco de quedas entre idosos com demência de Alzheimer e idosos cognitivamente preservados

Instituição: Unesp-Ib-Depto de Educação Física

INTRODUÇÃO: A demência de Alzheimer (DA) é principalmente caracterizada por uma depleção do neurotransmissor acetilcolina no Núcleo Basal de Meynert, por alterações na proteína precursora da amilóide e pela fosforilação da proteína tau, causando, respectivamente, placas amilóides e emaranhados neurofibrilares que levam a um declínio cognitivo e funcional progressivo. O nível de escolaridade representa um fator de risco para o desenvolvimento desta patologia, sendo que quanto maior a escolaridade menor a probabilidade de desenvolver demência. Assim como o estilo de vida do indivíduo também se relaciona com a DA, indivíduos que praticam atividades variadas estão menos propensos a desenvolver demência. As alterações cerebrais que ocorrem na DA podem estar relacionadas com um aumento no risco de quedas, comprometendo a realização das atividades de vida diária e a qualidade de vida de idosos demenciados. **OBJETIVO:** Comparar o risco de quedas de idosos com DA e idosos cognitivamente preservados. **MATERIAIS E MÉTODOS:** Participaram deste estudo 15 idosos, sendo: a) 8 com DA (G1), com idade média de $76,2 \pm 7,4$ anos e nível de escolaridade de $4,6 \pm 3,6$ anos, e; b) 7 idosos cognitivamente preservados (G2), com idade média de $74,7 \pm 6,4$ anos e nível de escolaridade de $5,3 \pm$ anos. Todos os sujeitos foram submetidos ao Mini-Exame do Estado Mental (MEEM) para se verificar o comprometimento cognitivo; e a testes motores, por meio da Escala de Equilíbrio Funcional de Berg (EEFB) e do Teste Timed Up and Go (TUG) medido em passos (TUG passos) e em segundos (TUG segundos), para se verificar o risco de quedas e equilíbrio. Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva, e a comparação de médias inter-grupos pelo Teste t-Student independente, admitindo-se nível de significância de 5% ($p < 0,05$). **RESULTADOS:** As médias e os desvios-padrão dos grupos G1 e G2, nos testes, EEFB, TUG passos e TUG segundos foram, respectivamente: MEEM = $13,8 \pm 4,6$ e $26,0 \pm 3,6$ pontos; EEFB = $43,8 \pm 7,2$ e $51,1 \pm 3,0$; TUG passos = $10,7 \pm 4,1$ e $6,2 \pm 0,8$; TUG segundos = $17,0 \pm 5,2$ e $12,2 \pm 1,0$. O teste t-Student para amostras independentes apontou diferença significativa entre G1 e G2, em relação ao MEEM ($p < 0,01$), EEFB ($p < 0,05$), TUG passos ($p < 0,05$) e TUG segundos ($p < 0,05$). **CONCLUSÃO:** Os resultados obtidos demonstram que idosos com DA apresentaram menor equilíbrio e, portanto, maior risco de quedas quando comparados com seus pares cognitivamente preservados. Uma abordagem motora ampla, a promoção de redes sociais e a prática de atividades variadas poderão melhorar o equilíbrio e atenuar o risco de quedas em idosos demenciados, especialmente por estimularem áreas cerebrais comumente comprometidas.

Apoio Trabalho: Agradecimentos: CAPES; LAFE (UNESP-IB-Rio Claro); FINEP; FNS-MS; FNS e; PROEX-UNESP.

Higino, W.P.; Silva, G.B.; Moreira, K.M.C.; Cracco Junior, U.D.; Silva, L.N.R. Influencia de atividades aeróbias e anaeróbias sobre aspectos morfológicos e funcionais de crianças obesas

Instituição: Unisalasio - Departamento de Educação Física

Sabe-se que, adultos obesos que foram crianças obesas apresentam quadros mais severos de obesidade. Atualmente existe uma preocupação muito grande com relação aos índices aumentados de sobrepeso e obesidade na infância e adolescência. Uma das principais causas da prevalência de obesidade nesta população é a associação entre maus hábitos alimentares e inatividade física. Com isso, tem-se como objetivo verificar a influencia de atividades aeróbias e anaeróbias sobre os aspectos morfológicos e funcionais de crianças com sobrepeso e obesidade. Para isso, participaram do estudo 36 crianças de ambos os sexos que foram divididas em 3 grupos: 1) atividade aeróbia (GA – n = 16) ($12,12 \pm 1,45$ anos; $65,60 \pm 10,79$

kg; 154, 41 ± 9,16 cm; 39,80 ± 7,90 %G; 37,87 ± 5,15 ml/kg/min); 2) atividade aeróbio-anaeróbio (GAA – n = 10) (11,60 ± 0,96 anos; 63,64 ± 16,31 kg; 155,26 ± 7,89 cm; 40,61 ± 10,47 %G; 37,46 ± 7,57 ml/kg/min) e 3) grupo controle, sem atividade física (GC – n = 10) (11,70 ± 0,67 anos; 56,60 ± 12,95 kg; 154,52 ± 7,69 cm; 31,71 ± 5,52 %G; 37,07 ± 5,35 ml/kg/min). O programa de atividade física teve duração de três meses, sendo realizado três vezes por semana e consistindo basicamente de atividades lúdicas. Todos os grupos receberam orientações nutricionais de uma nutricionista durante o período supracitado. Duas semanas antes do início da prática de atividade física e logo após o final do período de três meses, os voluntários foram avaliados no que diz respeito a composição corporal: massa corporal total (MCT); altura (H) e porcentagem de gordura (%G) (GUEDES; GUEDES, 2003) e a aptidão aeróbia através de um protocolo progressivo e contínuo em esteira rolante, cuja intensidade inicial foi de 7km/h com incrementos de 1km/h até a exaustão voluntária, onde através de um analisador de trocas gasosas (METALYZER 3B – CórteX), foi determinado o VO₂max e a velocidade relacionada a ele (vVO₂max). Todos os dados foram analisados por um programa estatístico. Utilizou-se a ANOVA two way com teste de Post Hoc de Tukey com um nível de significância de p ≤ 0,05. Através disso, pôde-se verificar que para todas as variáveis estudadas (MCT, H, %G, VO₂max e vVO₂max), apenas o %G diminuiu significativamente com o efeito do treinamento nos grupos GA (39,80 ± 7,90% e 36,20 ± 8,09%) e GAA (40,61 ± 10,47% e 36,26 ± 11,08%), enquanto que, para o GC (31,71 ± 5,52% e 30,31 ± 6,01%) esta variável permaneceu inalterada. A H de todos os grupos apresentou aumentos significantes, podendo denotar a fase maturacional da amostra. As outras variáveis, não apresentaram influências com relação ao programa de atividade física proposto. Conclui-se que, tanto atividades aeróbias quanto atividades anaeróbias auxiliam de igual forma na redução da quantidade de gordura corporal, não acarretando influências sobre as variáveis funcionais no período de três meses.

Ianni, FI; Hunger, DH - Depoimentos dos preparadores físicos de futebol do São Paulo Futebol Clube, Sport Club Corinthians Paulista e Sociedade Esportiva Palmeiras

Instituição: UNESP - Bauru

O futebol é assistido diariamente por milhões de espectadores, sendo o esporte que mais reúne países afiliados à FIFA do que à ONU. Observa-se um significativo investimento no campo científico do treinamento desportivo na busca de novos métodos que possibilitem ao atleta extrair o máximo de sua performance. A pesquisa teve como objetivo analisar o treinamento desportivo na perspectiva dos preparadores físicos de jogadores profissionais de futebol masculino dos clubes Sport Club Corinthians Paulista, São Paulo Futebol Clube e Sociedade Esportiva Palmeiras. Realizou-se revisão da literatura referente às origens do futebol (mundial e no Brasil, abordando desde os primeiros relatos de jogos com bola, até a criação da FIFA e o surgimento do profissionalismo), ao processo inicial do treinamento esportivo (retratando as primeiras preocupações com o treinamento físico nas diferentes modalidades) e, especificamente, à preparação física para o futebol, estudando-se as características das qualidades físicas, meios de treinamento dessas valências físicas, os treinamentos que são aplicados nos jogadores e os testes físicos aplicados. Para complementar a pesquisa foram coletados depoimentos dos três preparadores físicos que atuam nas principais equipes do Estado de São Paulo acima citadas. Conforme literatura estudada e os depoimentos, constatou-se que: a) os primeiros indícios de treinamento físico no Brasil se deu por volta de 1904; b) o surgimento do primeiro preparador físico data de 1950; c) a primeira atuação de um preparador físico ocorreu na Copa de 1954; d) o primeiro preparador físico da seleção brasileira em 1958; e) evidenciou-se significativa produção na área da ciência do treinamento esportivo, em especial para o futebol; f) na década de 1960, o jogador que percorresse aproximadamente 4 quilômetros ou mais em uma partida, poderia ser considerado um atleta excepcional e, hoje, há relatos de jogadores que chegaram a percorrer em uma única partida aproximadamente 12 quilômetros; g) a preparação física sistematizada dos jogadores no contexto atual do esporte - competição é indispensável, primordial para o sucesso da equipe e desempenho do atleta; h) somente a preparação física não é suficiente, ou seja, faz-se necessário uma ação conjunta do treinador e preparador físico da equipe, na elaboração de um programa de treinamento eficiente, a fim de maximizar o rendimento tático e físico de seus jogadores; i) o desenvolvimento eficaz dos dois elementos (tático e físico) configurar-se-á no alto rendimento da equipe e destaque individual do atleta; j) o futebol é um esporte de caráter intermitente, sendo que a distância percorrida pelos jogadores em campo reflete as características da posição e da atuação do jogador e, portanto, a necessidade de treinamento específico; k) na década de 1970 a preparação física baseava-se em corridas contínuas (método de Cooper) e, nos últimos anos, por corridas intervaladas e trabalhos resistidos (musculação) específicos para a posição do jogador em campo e l) hoje, o futebol exige dos preparadores físicos constante atualização dos conhecimentos científicos e tecnológicos, a investigação de novos meios e métodos de treinamento que permitam ao treinador, preparador físico, fisiologistas, aplicar nos jogadores diferentes estímulos de treinamento. Concluiu-se que a evolução da preparação física para o futebol é facilmente observável ao comparar-se as distâncias percorridas pelos jogadores em campo nas diferentes posições e em diferentes épocas. Pesquisadores relatam que

há um aumento gradual de 10% ao ano na distância percorrida pelos jogadores. O constatado aumento crescente das distâncias percorridas pelos jogadores ao longo dos anos mostra o quanto o rendimento físico dos jogadores não para de evoluir, devido especialmente, ao avanço da ciência e da tecnologia, em consequência das exigências do universo esportivo de competição mundial.

Apoio Trabalho: Bolsa Reitoria de Iniciação Científica - UNESP

Itaborahy, D. - Meninas e meninos do programa segundo tempo em Belo Horizonte/MG

Instituição: UNB - Centro de Educação à Distância (CEAD)

O Programa Segundo Tempo elaborado pelo Governo Federal e Ministério do Esporte chegou a Belo Horizonte, Minas Gerais, em 2005 através de uma parceria com a Prefeitura Municipal da cidade e o já existente Programa Esporte Esperança. Hoje o Esporte Esperança/Segundo Tempo é um Programa que possui 54 Núcleos com escolas de esportes oferecidas gratuitamente a crianças e jovens na faixa etária entre sete e 17 anos, abrangendo as nove regionais da capital. Dois dos principais objetivos deste Programa são a inclusão social através do esporte e a facilitação do acesso ao esporte às crianças e jovens vulnerabilizados socialmente, ou seja, que correm risco social em contato com drogas, violência, condições precárias de higiene e moradia. No entanto, surgiu uma inquietação a partir da observação de um dos equipamentos, chamado Praça da Saudade. Nele a presença feminina Núcleo foi equivalente a menos de 10% das inscrições recebidas. A partir daí procurou-se conhecer a realidade do programa em sua totalidade. Portanto, o objetivo deste estudo foi refletir, a partir da quantidade de crianças e jovens inscritos e das atividades oferecidas, sobre a participação feminina e masculina no Programa Esporte Esperança/Segundo Tempo oferecido em Belo Horizonte/MG durante o ano 2006, uma vez que diferentes questionamentos entre os gêneros estão presentes também no meio esportivo, ainda que a prática, como sugere este Programa, seja voltada para os conceitos do esporte educacional. A pesquisa teve caráter documental com análise estatística descritiva. Como resultado de inscrições recebidas durante o ano 2006, verificou-se o total de 9169 inscrições de crianças e jovens. Houve abrupta diferença entre o número de meninos e meninas inscritos no programa, cuja porcentagem chegou a 91,36% do gênero masculino e apenas 8,64% de presença do gênero feminino. As atividades oferecidas exclusivamente ao gênero masculino variou-se em apenas 3 modalidades durante o ano (destacaram-se futebol de campo e futsal). As atividades oferecidas exclusivamente ao gênero feminino chegou a 8 modalidades (destaques para futsal e queimada). E para as atividades mistas alcançou a maior diversificação de modalidades, num total de 13 destacando-se o futebol de campo e o futsal. É preocupante a tendência de “especialização” ou de reforço de uma cultura mono-esportiva, ou seja, da prática restrita ao esporte futebol. Conclui-se que a proposta e objetivo de inclusão de crianças e jovens em situação de risco social, no Programa Segundo Tempo/Esporte Esperança, em Belo Horizonte/MG, pode não estar atingindo plenamente o seu público-alvo, sem distinção de gênero. Fazem-se necessários mais estudos sobre este tema, visto que muito pouco a respeito se encontrou na literatura atual.

Jesus, F; Gozzi, MC - Atitudes dos pais diante da prática de seus filhos no futebol

Instituição: PUC-Campinas - FAEFI - CCSA

Os pais podem ter uma importância muito grande na qualidade das experiências competitivas de seu filho. Essa qualidade está ligada ao tratamento que conferem ao seu filho quando ele ganha ou quando ele perde. Estudos têm considerado que, a criança até 12 ou 13 anos é um reflexo do meio em que está inserida, e o meio de maior influência nessa idade é o familiar onde o alicerce são os pais. Portanto, os pais podem exercer uma influência mais forte sobre a criança e inserir nela o pensamento do perder e ganhar. Refletir sobre medidas para controlar a pressão que as crianças sofrem dos pais, para que sejam futuros craques do futebol, que podem abalar o desenvolvimento afetivo, psicomotor e social da criança, passou a ser o problema central desse estudo exploratório descritivo. Com o decorrer do tempo, trabalhando com a prática de futebol para crianças, observamos que os pais têm um papel fundamental para formação pessoal e social do filho. Geralmente ele acompanha e incentiva os filhos de todas as formas possíveis, pagando viagens para os jogos, comprando materiais esportivos, pagando lanches, sofrendo junto com o filho quando o time perde, ou ficando feliz quando o time vence. Enfim, os pais são uma grande referência para a criança, que se sente feliz e segura ao vê-los na arquibancada, torcendo por ele. O objetivo do estudo foi verificar, durante uma competição, as atitudes dos pais em relação a seus filhos praticantes do futebol, o que possibilitou avaliar o relacionamento interpessoal entre pais e filhos, mediado pela prática do esporte e refletir sobre as possíveis consequências no desenvolvimento dos garotos participantes dessa competição. O universo de pesquisa foi uma competição realizada por uma instituição da cidade de Campinas, com 15 equipes na categoria mirim (12

e 13 anos de idade), caracterizando como tipo de amostragem a aleatória simples ou casual, onde foi realizado um sorteio entre as equipes participantes, sendo extraída uma equipe para constituir a amostra. Essa equipe, formada por 25 crianças do sexo masculino e seus pais ou responsáveis foram os participantes do estudo, totalizando 25 pessoas. Para o desenvolvimento foram aplicados, dois instrumentos para coleta de dados, um questionário adaptado com questões fechadas, aplicado nas residências dos pais, e uma planilha de observação sistemática das atitudes dos pais nas arquibancadas, nos dias de jogos dessa equipe. As observações foram realizadas durante algumas partidas do campeonato sendo relatadas falas, expressões, atitudes e reações dos participantes nas arquibancadas do campo de futebol. Foram classificadas algumas categorias de falas ou manifestações relativas à tática, críticas ao árbitro, técnica, incentivo, motivação e crítica aos jogadores.

Junior, A. - Military physical training for lung-and-heart : a method for developing the aerobic power of soldiers

Instituição: Universidade Federal de São Paulo/ Escola Paulista de Medicina

The physical training accomplished by soldiers is controlled, structured and repetitive activities, that have as a goal, to develop the physical fitness of its practioners. For making adaptations in the lung-and-heart system, the soldiers use some methods, and one of them is the continuos running during thirteen weeks. This method, that is known as “treinamento físico militar cardiopulmonar TFMC” has as a specific goal to develop the aerobic power of the soldiers. This article verifies the efficiency of the prescription found in the military manual for the developing of aerobic power and make a comparison of “TFMC” on the VO₂max. of the practioners with the results of a group without prescription. Seventy tow youths took part of of this activity. All of them are male and they were in the army for the compulsory service. Thirty two youths of this amount, that we will callthem as group A, realized “TFMC” during thirteen weeks three times a week, in a controlled way, according to the military manual. The other forty youths that we will call group B, has realized a non regular and non controlled training, during thirteen weeks, too, like the other one. Both of the groups has realized two tests walking and running in twelve minutes (Cooper test), with a period of in thirteen weeks for the tests. During thirteen weeks – the first and the second tests, the soldiers has realized the “TFMC” established for each group. During the first test, the soldiers of the group A have run 3172 +- 368 meters and the ones of the group B, 3085 +-323 meters. During the second test, the soldiers of the group A run 3168 +- 236meters and the ones of the group B 3098 +- 232 metersThe VO₂max, that was calculated up from the the distance was 59,3 +- 8,1 e 59,2 +- 7,2ml/Kg/O₂ for the group A and 57,4 +- 6,3 and 57,6 +- 7,2 ml/Kg/O₂ for the group B, during the first and second tests. The values of aerobic power haven ´t given great alterations between the two tests realized by each group and between the two of them. The results of this exemple reports that the “TFMC” has not modify modify the average of values of VO₂max; it was different of the instruction in the military manual. There weren ´t any adaptations of lung-and-heart for increasing the aerobic power of the practioners. It has become clear that in this study that the intensity of “TFMC” was relatively small to increse the VO₂max .

Kobal, M.C.; Barbosa, E.; Santos, J.S.G. - Educação física na educação infantil: visão dos professores, da direção e dos pais

Instituição: PUC -Campinas - FAEFI; FAJ - Curso de Educação Física

A LDB 9.394/96, em seu artigo 26 – parágrafo 3º, afirma que a Educação Física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da Educação Básica, entendendo-se assim, que ela deve ser desenvolvida na escola desde a Educação Infantil até o final do Ensino Médio. No entanto, nem todos os segmentos da comunidade educativa expressam conhecimento sobre o significado e os conteúdos da Educação Física na Educação Infantil. Neste sentido, o presente estudo propõe verificar o entendimento e o significado do componente curricular Educação Física na Educação Infantil, em escolas da rede particular de Campinas – SP, além de analisar a adequação dos conteúdos relacionados à Educação Física para a faixa etária em questão. Para tal, foi aplicado questionário contendo questões abertas e fechadas para professores, direção e pais, além da análise de aulas com conteúdo relativo a atividades físicas na Educação Infantil. Os resultados, estatisticamente avaliados (frequência absoluta e relativa no caso das questões fechadas), serão apresentados em tabelas, e analisados mediante literatura pertinente. As questões abertas serão analisadas qualitativamente. Parece haver certo equívoco por parte dos indivíduos investigados com relação à compreensão da Educação Física na Educação Infantil, repercutindo muitas vezes, na inadequação de conteúdos desenvolvidos. Os resultados obtidos poderão ser divulgados aos participantes da pesquisa, esclarecendo-os sobre a compreensão e importância da Educação Física na Educação Infantil, de forma que o conhecimento construído a partir desse estudo, não se restrinja à comunidade acadêmica,

e possa produzir mudanças na Educação Física da Educação Infantil. Palavras-chave: Educação Física Escolar; Educação Infantil.

Kocian, R.C.; Machado, A.A. - Psicologia do esporte, um olhar para a aplicação prática

Instituição: LEPESPE-D.E.F.-UNESP-Rio Claro e UNIP-campus RIO PARDO

RESUMO: Ao pensarmos no contexto esportivo do século XXI, verificamos que muitos conceitos estão em constante mudança. O esporte passou por diversas fases, como a de treinamentos físicos intensos onde se acreditava que um time bem preparado fisicamente era condição única para vitória, posteriormente, verificamos equipes investindo somente no desenvolvimento técnico de seus jogadores, ou então, o fanatismo exclusivo pelo domínio tático. Hoje, sabemos que para ter um bom desempenho é necessário somar os fatores técnicos, táticos, físicos e a condição psicológica do atleta, do técnico e da equipe. A partir da análise desse contexto que nos toca, surge um importante papel no esporte: a psicologia do esporte. Pensando em uma aplicação prática, o objetivo do trabalho foi analisar a relevância de um trabalho de Psicologia do Esporte durante os Jogos Regionais de Bragança Paulista-SP, em 2006, com a delegação de Limeira, verificando através da opinião dos atletas e técnicos a influência do trabalho realizado nos resultados. Trabalhamos com uma pesquisa qualitativa através da utilização de questionário com questões abertas e fechadas. A primeira fase do trabalho consistia em realizar um trabalho com toda a delegação, consistia em uma palestra de aproximadamente 15 minutos no final de cada dia sobre temas de relevância escolhidos pelos atletas e técnicos, conforme as equipes encerravam as suas participações nos Jogos, aplicava-se o questionário pretendendo verificar se o trabalho influenciava no resultado das disputas no dia seguinte. Os resultados foram analisados e representados graficamente. O questionário foi aplicado em 105 sujeitos, entre atletas, comissão técnica e dirigentes. A maioria dos sujeitos era do sexo masculino (63 homens e 42 mulheres) e estava na faixa etária de até 17 anos. Nos resultados obtivemos que aproximadamente 90% dos participantes aprovaram a idéia de implementar esse trabalho com palestras, obtivemos também que 52% dos sujeitos afirmaram que o trabalho auxiliou positivamente "com certeza", e 45% afirmou que o trabalho auxiliou "muito" positivamente, se somados esses números chegam próximo aos 100%, sendo muito pequena a parcela que acredita que o trabalho não ajudou e nem atrapalhou, por fim, verificamos também que 92% acredita que a prefeitura deveria manter o trabalho de Psicologia do Esporte no decorrer do ano e também nos Jogos Abertos. Após a análise dos dados podemos concluir que se faz necessário à implementação de um trabalho de assessoria em Psicologia do Esporte junto às equipes competitivas complementando assim, o preparo físico, técnico e tático. Palavras Chave: estados emocionais, psicologia esportiva, Jogos Regionais.

Kocian, R; Moreno, B; Isler, G; Machado, A - A reclusão esportiva e os jogadores de futebol: uma nova proposta é possível?

Instituição: LEPESPE/ D.E.F. / UNESP - RIO CLARO ; UNIP - RIO PARDO

RESUMO: Interesses pela vida atlética nos períodos de concentração são elementos de curiosidade dos pesquisadores da ciência esportiva. Fatos acontecidos nesses períodos são conhecidos quando algo não se passa como previsto, sobrando a impressão de um fato inusitado; assim, é necessário verificar, partindo da visão do maior envolvido, o atleta, se tal concentração se faz necessária. Os objetivos do trabalho são: verificar junto aos atletas a possibilidade de uma nova forma de trabalho que substitua ou complemente a reclusão esportiva; investigar níveis de interferência e intervenções cabíveis, na relação treinador-atleta. Trabalharemos nesta pesquisa com uma análise qualitativa, seguindo roteiros preestabelecidos e buscando coletar dados através da pesquisa ação, utilizando questionários junto aos atletas de clubes profissionais, do campeonato da federação paulista de futebol. Nos resultados, encontramos que os jogadores acreditam que o sistema de reclusão funciona e por isso a maioria manteria o trabalho principalmente pela união da equipe. Vale ressaltar a idade média dos jogadores (18,2 anos), no sentido de que eles estão no início da carreira e preocupam-se em seguir todo "script" esportivo. Podemos concluir, que os jogadores sabem da importância da concentração para o trabalho, sendo que para eles existem muitos pontos positivos principalmente os relativos a união do grupo e metas, além dos pontos negativos, que são causados por eles próprios. Uma questão importantíssima é o tempo da reclusão, que se for grande, incidirá negativamente sobre o atleta. Por esse motivo, os jogadores acreditam que a concentração é necessária, porém é de suma importância, que técnicos saibam como trabalhar e o que trabalhar, sendo indispensável um planejamento exequível e objetivo do tempo e do trabalho. PALAVRAS CHAVE: reclusão esportiva, estados emocionais, futebol.

Kusunoki, S.A.Q.; Monteiro, B.C.; Gobbi, L.T.B.; Volp, C.M. - Alinhamento postural na dança do ventre

Instituição: Unesp - Rio Claro - SP

Este estudo investigou alterações no alinhamento postural, incluindo a redução de medidas da cintura, de alunas iniciantes na prática de dança do ventre. Participaram deste estudo 13 universitárias da cidade de Rio Claro - SP com média de idade de 23 anos. Foram utilizados para a coleta de dados: ficha de avaliação postural, testes de flexibilidade e encurtamento muscular e medidas da cintura. As participantes foram submetidas a um pré-teste e, então, cumpriram o programa de aulas de dança do ventre de seis meses, com frequência de uma aula semanal de uma hora de duração. As aulas continham relaxamento, respiração abdominal, massagem na sola dos pés, técnica de dança e correção da postura em todas as etapas. Após seis meses de prática, as alunas foram submetidas ao pós-teste, seguindo a mesma metodologia do pré-teste. Para análise dos dados foi aplicado o teste de Wilcoxon e "t" de student. Os resultados obtidos revelaram: redução da anteriorização da cabeça ($Z_{13}=-2,236$; $p<0,0025$), da protusão de ombro ($Z_{13}=2,000$; $p<0,046$), do encurtamento muscular e aumento da flexibilidade evidenciados pelo teste de Thomas para os joelhos (direito $t_{12}=-3,365$; $p<0,006$; esquerdo $t_{12}=-3,277$; $p<0,007$), teste "SLR" ($t_{12}=-4,855$; $p<0,001$) e teste de flexibilidade da coluna ($t_{12}=-3,301$; $p<0,006$). Houve também redução de medidas da cintura ($t_{12}=3,557$; $p<0,004$). Antes do programa de dança do ventre ser aplicado observava-se nas iniciantes uma postura com uma curvatura da coluna cervical para frente e os ombros em protusão denotando uma coluna torácica também mais arcada para frente. Após o programa, observou-se uma postura mais alinhada, com a cabeça encaixada na mesma linha do tronco, no plano sagital, e os ombros encaixados em uma posição mais alinhada, não se projetando mais para frente. Os incrementos observados na flexibilidade comprovam alguns dos benefícios da dança do ventre que exige um alongamento dinâmico e contração de músculos posturais durante a realização da dança. O aprendizado dos movimentos em oito do quadril, redondos de peito e quadril e também dos camelos, que são ondas longitudinais envolvendo quadril e tórax, dentre outros movimentos ondulatórios, favorecem o aumento na flexibilidade. Consequentemente, esse aumento de flexibilidade, ou redução do encurtamento muscular, favoreceu o alinhamento postural. A movimentação da dança do ventre sempre trabalha a região da cintura tanto para os passos realizados com o tronco como nos passos de quadril. Com isso, além da tonificação e fortalecimento de toda a musculatura dessa região, provavelmente ocorra também a redução de gorduras localizadas. Esse resultado reflete os efeitos da especificidade da prática na composição corporal. Concluímos que a prática de dança do ventre proporcionou redução do desalinhamento postural e redução de medidas da cintura e que portanto pode ser atividade recomendada para estes fins específicos tanto quanto para o alcance/manutenção da qualidade de vida.

Kusunoki, S.A.Q.; Monteiro, B.C.; Volp, C.M. - Preferência musical na dança do ventre

Instituição: Unesp - Rio Claro - SP

Este estudo investigou alterações na preferência musical de alunas que estavam iniciando a prática de dança do ventre através da aplicação de questionários. Participaram deste estudo 13 universitárias da cidade de Rio Claro -SP com média de idade de 23 anos. Foi utilizado, para a coleta dos dados, um questionário sobre preferência musical, dividido em duas questões principais, uma sobre a preferência musical para ouvir e outra sobre a preferência musical para dançar. As participantes foram submetidas a um pré-teste e, então, cumpriram um programa de dança do ventre de seis meses, com frequência de uma aula semanal de uma hora de duração. As aulas continham relaxamento, respiração abdominal, massagem na sola dos pés, técnica de dança e correção da postura em todas as etapas, além de ser ensinada também uma coreografia com música árabe. Durante as aulas foram sempre utilizadas músicas árabes, tanto para a técnica de dança quanto para o treinamento da coreografia. Após seis meses de prática, as alunas foram submetidas ao pós-teste, seguindo a mesma metodologia do pré-teste. Obtivemos como resultado alteração na preferência musical para dançar, com aumento para a música árabe. Sobre a preferência musical na situação de ouvir, observou-se que apesar de aparecerem nove estilos/intérpretes/bandas a mais no pós-teste, estes apareceram com apenas 1 registro e vários registros se mantiveram do pré para o pós-teste. Referente ao tema dessa pesquisa houve apenas 1 registro de música árabe no pós-teste, o que foi considerado positivo, pois a experiência foi de dança do ventre, ou seja, de vinculação da música com o ato de dançar. Apreciar a música árabe numa situação de audição é realmente uma mudança de atitude. Isto se enquadra no caso da música ser totalmente desconhecida, pertencente a uma cultura distante, soando estranhamente e contendo sequências irreconhecíveis aos nossos padrões de audição ativa, por isso não se encontra nelas as estruturas musicais familiares. Por experiência, leva-se um tempo maior que o desta intervenção para que o indivíduo se habitue a ouvir música árabe. Em

relação à preferência musical para dançar observamos que o "forró" foi o ritmo mais preferido, o que parece ser bem característico do meio universitário de onde originam as participantes. Esta preferência, não tão acumulada, se estendeu para o "rock, reggae e samba", tanto no pré quanto no pós-teste. A dança árabe, que recebera apenas 1 registro no pré-teste passou a ter 6 no pós-teste, mostrando a influência da intervenção. Pode-se questionar porque nem todos os participantes a registraram, mas o nível de exigência para a perfeição pode ser o maior entrave nestes momentos, ou seja, se o indivíduo ainda não se acha suficientemente apto a dançar ele não se arrisca a selecionar dança árabe como uma das preferidas. Entretanto este resultado é considerado altamente positivo, pois mostra a interferência da aprendizagem na modificação do padrão de preferência musical para dançar. Concluímos que a prática da dança do ventre proporcionou alteração na preferência musical para dançar.

Ladeira, M. F. T.; Darido, S. C. - Concepções da linguagem para um grupo de professores de Educação Física Escolar

Instituição: Unesp - IB - Depto de Educação Física

Em 1999, o Ministério da Educação publicou os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) para o Ensino Médio, baseando-se nas Diretrizes Curriculares Nacionais (DCNs) aprovadas em 1998 e publicadas em 1999. Estas publicações inserem a Educação Física na área de Linguagens, Códigos e suas Tecnologias, juntamente com outras disciplinas, como: Língua Portuguesa, Língua Estrangeira Moderna, Informática e Arte. No entender dos consultores, a Educação Física faz parte do universo dos conhecimentos humanos relativos à manifestação das intenções e da comunicação. Este trabalho surgiu da necessidade de aprofundar as temáticas relacionadas à Educação Física e linguagem, uma vez que a literatura da área, bem como os documentos legais, ainda deixam lacunas quanto a esses aspectos. O objetivo do presente estudo foi o de levantar e analisar na bibliografia conhecimentos que relacionassem a Educação Física escolar à questão das linguagens. Além disto, buscou-se junto a cinco professores de Educação Física, atuantes no Ensino Fundamental e/ou Médio, desvelar os seus conhecimentos a respeito das interfaces entre Educação Física escolar e linguagem, a partir de um Grupo Focal. Anteriormente à discussão, os professores assistiram ao documentário "Dançando em cadeiras de rodas", o qual mostrou a trajetória de um grupo de dança que tinha dentro do seu elenco também pessoas com necessidades especiais. Os professores se posicionaram sobre todas as questões colocadas, apontaram bibliografias e mostraram conhecimentos dos documentos oficiais. Estiveram presentes nas falas dos professores aspectos na temática da inclusão, uma vez que os mesmos acreditam que tratar de atividades que envolvam as diferentes linguagens, possibilita um maior envolvimento dos alunos. Foram abordadas as relações que os professores realizaram entre linguagem, autonomia e inserção social. Ocorreu um consenso de que o conhecimento dos códigos das diferentes manifestações leva à inserção social do aluno. Ao investigar o conhecimento dos professores a respeito das relações entre a Educação Física escolar e linguagem, foi possível verificar que os professores apresentam noções, porém superficiais dos conceitos de linguagem corporal, gramática, texto, símbolo e cultura. Foram analisadas as concepções que os professores têm sobre linguagem relacionada ao seu papel dentro do programa escolar. Identificou-se que os professores percebem a linguagem enquanto orientação didática, embora durante o encontro tenham observado outras possibilidades.

Lezan, F.; Rogatto, G.P.; Valim-Rogatto, P.C. - Efeito agudo dos exercícios resistido e em esteira sobre as experiências subjetivas de universitárias

Instituição: Laboratório de Pesquisa em Psicologia do Exercício - LAPPEX

As experiências na área motora como os exercícios em esteira e exercício resistido interagem de muitas maneiras com as características psicológicas de adultos. Dentre elas estão as experiências subjetivas que se referem à variação total das reações emocionais e cognitivas, disposições, conhecimentos e significados originados da atividade física. Quanto a estas experiências, características específicas de determinados exercícios, como por exemplo, o tipo (aeróbio ou anaeróbio), intensidade e duração podem trazer respostas psicológicas diferenciadas mesmo em uma única sessão. Neste sentido, o objetivo do estudo foi investigar o efeito agudo de exercícios em esteira e exercícios resistidos sobre as experiências subjetivas relacionadas ao exercício de jovens universitárias. A amostra foi composta por 11 universitárias com média de 23,09 ($\pm 1,72$) anos de idade, consideradas moderadamente ativas e em condições adequadas para iniciar uma atividade física. As participantes foram submetidas as seguintes situações: exercícios em esteira (SE), exercícios resistidos (SER) e uma situação controle (SC), todas com duração de 30 minutos e intervalo de 48 horas entre as sessões. As voluntárias realizaram um período de familiarização com o movimento de caminhada na esteira em três sessões durante 10 minutos. Além da familiarização com os equipamentos de musculação, foram realizados testes de 1 RM para padronizar a intensidade dos exercícios resistidos. A sessão em esteira consistiu em caminhar ou trotar na esteira na intensidade de 70%

da frequência cardíaca máxima. Na sessão de exercícios resistidos as voluntárias realizaram os exercícios a 70% de 1RM em 2 séries de 8 repetições, com intervalo de 60 segundos entre as séries e 120 segundos entre os exercícios (tríceps testa, rosca bíceps direta, extensão do tornozelo desenvolvimento supino, flexão dos joelhos, puxador alto frente, leg press inclinado, desenvolvimento pela frente). As participantes responderam ao “Subjective Exercise Experiences Scale” - SEES antes e depois das sessões. A SEES é dividida em três fatores: Distress Psicológico, Fadiga e Bem-estar Positivo. Aplicou-se análise de variância (ANOVA) para comparar os valores médios de cada fator do SEES antes e após as três situações estudadas, considerando $p > 0,05$. Não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos. Os resultados de média e desvio padrão de cada variável são descritas antes e depois do exercício respectivamente: Distress Psicológico: SE ($7,00 \pm 3,94$ e $7,18 \pm 3,03$), SER ($6,45 \pm 3,00$ e $6,64 \pm 3,38$) e SC ($6,82 \pm 3,06$ e $8,00 \pm 4,60$). Fadiga: SE ($8,82 \pm 5,15$ e $11,0 \pm 6,63$), SER ($8,73 \pm 5,80$ e $11,64 \pm 6,27$) e SC ($8,64 \pm 5,08$ e $8,82 \pm 4,41$). Bem Estar Positivo: SE ($16,36 \pm 5,80$ e $18,45 \pm 4,30$), SER ($16,73 \pm 5,93$ e $16,45 \pm 5,93$) e SC ($15,45 \pm 5,92$ e $15,55 \pm 6,12$). Ao avaliar as variáveis distress psicológico, fadiga e bem estar positivo, componentes das experiências subjetivas, foi possível constatar uma tendência no aumento do bem estar positivo na situação de esteira quando comparado às outras situações. Contudo, esse aumento não foi significativo no presente estudo. Estudos mostram que os exercícios podem interferir aumentando o bem estar positivo e diminuindo a sensação de fadiga e distress psicológico, contudo, alguns fatores a serem considerados para que estes benefícios sejam alcançados, são a preferência pelo exercício e a possibilidade de escolha. Esta pode ser uma possível explicação para os resultados encontrados, tendo em vista que as participantes foram submetidas ao exercício e não realizaram uma escolha pessoal baseado no prazer em realizá-lo. Pesquisas que consideram os referidos fatores são necessárias para um melhor entendimento das semelhanças e diferenças entre exercícios em esteira e exercícios resistidos no que diz respeito às experiências subjetivas relacionadas ao exercício.

Lima, L.; Fragoso, R - Compreensão de dança para o mestre-sala e para a porta-bandeira da Escola de Samba Príncipe Negro de São Paulo

Instituição: UNESP ; Rede Publica Estadual Cidade Tiradentes SP

O samba faz parte da manifestação cultural do nosso país. Existem diferentes formas de expressões que variam de acordo com as regiões do país. Encontramos no nordeste, no estado da Bahia, o samba de roda, executado em uma roda de pessoas batendo palmas com duas pessoas ao centro dançando ao som do pandeiro e violão. O presente estudo pretende mostrar o samba da região sudeste do país, no estado de São Paulo, aquele que a modernidade influencia, mas a tradição não se transforma significativamente. É em fevereiro quando todos os voluntários de uma comunidade se reúnem, depois de incansáveis ensaios, finalmente conseguem colocar a escola de samba na avenida, para comemorarem o carnaval, em alguns minutos todos são artistas, atores e autores de uma singular expressão que dentro de um universo social se torna muitas vezes o resgate de uma tradição em meio às transformações sociais. O objetivo deste estudo é desvelar o significado do que é dançar para as pessoas que compõem uma ala de escola de samba, especificamente, o mestre-sala e a porta-bandeira. A metodologia é a pesquisa do fenômeno situado. O mestre-sala e a porta-bandeira mostram que dançar é muito mais do que se relacionar com o espaço envolve a liberdade à união harmônica com outros indivíduos do grupo, respeito à tradição, o que possibilita a união das pessoas em torno do desejo de consagrar a escola campeã. Dançar para os mestres salas e para as porta bandeira é aflorar a espiritualidade, os corpos tomam a dimensão que envolve todos os movimentos da escola, pois trata-se de anunciar e abrir o desfile. Palavras chaves: samba, dança e fenomenologia.

Lima, MCSL; Santiago, PRPS; Balikian Junior, PBJ; Milanez, VFM; Papoti, MP; Zagatto, AMZ; Gobatto, CA - Correlação entre o teste de Wingate e o teste de corrida atada em corredores velocistas

Instituição: Universidade do Oeste Paulista (UNOESTE) – Presidente Prudente

As metodologias e os protocolos propostos para avaliação da aptidão anaeróbia em corredores velocistas propiciam difícil aplicação e inespecificidade, principalmente por não possuírem nenhum teste com o movimento específico para esse grupo. O teste de Wingate (TW) é uma das metodologias sugeridas para avaliação da potência anaeróbia realizando esforço máximo em cicloergômetro. Visando criar um protótipo para avaliar a potência anaeróbia dos corredores velocistas no próprio ambiente de treinamento executando o movimento específico foi desenvolvido o Teste de Corrida Atada (TCA). Assim, o objetivo do estudo foi correlacionar os resultados obtidos entre TCA e TW, a fim de estabelecer novos parâmetros de potência anaeróbia durante a corrida. Para isso, foi desenvolvido um protótipo para o TCA visando obter valores de força e velocidade, por meio de sensores de força (célula de carga, CS-200, Líder) e scanner óptico durante esforço

máximo de corrida. Os sinais capturados pelos sensores foram armazenados em computador, utilizando placa de aquisição (National Instruments TW) e software LabView 4.1. Os dados foram capturados em frequência de 400 Hz para cada canal e convertidos em parâmetros de potência pico (PPTCA), potência média (PMTCA) e do índice de fadiga do TCA (IFTCA) executando rotina específica desenvolvida no software Matlab 7.0. Para tanto, 9 velocistas do sexo masculino ($22,2 \pm 2,9$ anos; $67,9 \pm 9,4$ kg; $1,76 \pm 0,1$ m; $8,1 \pm 3,3$ % Gordura) participaram do estudo. Todos os participantes assinaram termo de consentimento livre e esclarecido, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNESP/RC e foram submetidos a avaliação antropométrica (massa corporal, estatura e dobras cutâneas), TW e TCA. O TW foi realizado após aquecimento padronizado e seguido de pausa passiva de 5 minutos. Em seguida, foi realizado esforço máximo de 30 segundos em cicloergômetro (Biotec 1800, Cefise) com resistência de 7,5% da massa corporal. O TCA foi realizado em pista de atletismo após aquecimento livre, constando de esforço máximo de corrida durante 23 segundos, com carga de resistência de 18% da massa corporal dos atletas aplicada pela carretilha de frenagem mecânica do protótipo. Os resultados de potências de ambos os testes são apresentados em valores absolutos (W) e relativos à massa corporal (W.kg⁻¹) e do índice de fadiga expressos em porcentagem (%). Foram determinadas as concentrações pico de lactato sanguíneo após cada um dos testes, TW e TCA, respectivamente, [Lac]pTW e [Lac]pTCA. Para verificar as correlações entre as variáveis do TW (PPTW, PMTW e IFTW) e TCA foi utilizado o coeficiente de correlação de Pearson. Em todos os casos, o nível de significância adotado foi de 5%. Correlações significativas foram verificadas entre os valores absolutos (W) de PPTCA e PPTW ($r = 0,82$) e entre PMTCA e PMTW ($r = 0,79$), como também entre a [Lac]pTCA com a [Lac]pTW ($r = 0,84$). Por outro lado, não foram encontradas correlações entre os resultados de potência pico e média em valores relativos à massa corporal (W.kg⁻¹) e entre os IFTCA e IFTW (%) ($p > 0,05$). Houve diferença significativa entre os valores de concentração pico de lactato (mM) do TCA para o TW ($12,5 \pm 2,2$ versus $14,4 \pm 1,8$ mM, respectivamente). Assim, com os valores altos de correlação observados entre a PPTCA e a PMTCA (W) do TCA com a PPTW e a PMTW (W) podemos concluir que o TCA é uma nova metodologia específica capaz de avaliar a potência anaeróbia dos corredores velocistas.

Liziero, L.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Guimarães, F.K.O.; Gabilan, J.G.; Procópio, M.S. - O futebol nos II Jogos Universitários Intercampi da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

Instituição: UFMS - Departamento de Educação Física

A Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS) possui o maior estádio universitário da América Latina, o estádio Pedro Pedrossian, conhecido como Morenã. No entanto sua utilização é destinada, principalmente, a jogos do campeonato estadual de categorias principal e de base dos clubes do estado. De maneira geral, o desporto universitário é pouco incentivado no estado. A única competição de caráter universitário que utilizou o estádio Morenã foram os Jogos Universitários Intercampi da UFMS (I e II JUI/UFMS), realizados em 2005 e 2006. Em 2005 o estádio foi utilizado para a modalidade futebol e em 2006, para o atletismo e futebol. Os JUI têm por objetivo proporcionar a prática do desporto acadêmico em diversas modalidades, promover maior socialização entre os acadêmicos da Cidade Universitária e os demais campi da UFMS, incentivar a prática do esporte como agente de qualidade de vida e fomentar o desporto universitário para a formação de equipes representativas em competições de âmbito local, regional e nacional. Os jogos são organizados pela Coordenadoria de Assuntos Estudantis, sendo esta vinculada a Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Assuntos Estudantis e na edição de 2006 contou com a participação efetiva na elaboração, organização e operacionalização do Programa de Educação Tutorial (PET) Educação Física. As modalidades do II JUI foram: futebol masculino, futsal feminino, atletismo, xadrez e natação para ambos os naipes. O futebol foi a competição que obteve maior representatividade da Cidade Universitária e dos demais campi. Na Cidade Universitária houveram seletivas entre os inscritos e três times foram selecionados à fase estadual disputada juntamente com as das cidades de Aquidauana, Chapadão do Sul, Corumbá, Coxim e Três Lagoas. É importante frisar que os dois campi que não obtiveram representação nos JUI – das cidades de Paranaíba e Nova Andradina – são campi pequenos e não obtiveram recurso humano necessário para a formação de uma equipe. O sistema de disputa adotado na fase estadual foi o de grupos, onde as equipes foram dispostas através de sorteio em dois grupos e a equipe que obtivesse maior número de pontos de cada grupo classificava-se para a final. Nessa fase foram realizados 13 jogos em três dias. Uma dificuldade encontrada foi à reserva de horários do estádio devido a outros campeonatos que estavam em andamento. Fato que demonstra a importância da criação e expansão de eventos esportivos universitários em futebol sendo estes inseridos juntamente às demais competições do calendário esportivo estadual. Um dos objetivos dos JUI é formar equipes para representar a UFMS em competições locais, regionais e nacionais, entretanto o futebol não faz parte do calendário dessas competições, em especial os Jogos Universitários Brasileiros (JUB's/Olimpíadas Universitárias). Devido a essas ressalvas, o futebol foi retirado do quadro de modalidades para os III JUI e foram inseridas outras modalidades que pertencem ao quadro dos JUB's/Olimpíadas Universitárias. Com a retirada será organizado um evento próprio da modalidade no segundo semestre de 2007 nos mesmos moldes dos JUI.

Visto a expressiva participação dos acadêmicos na competição é importante salientar a criação de outros eventos que atinjam outras parcelas desta população. Uma proposta a ser estudada é a realização de jogos internos em todas as universidades do Estado e realização de um evento entre os campeões de cada um desses jogos.

Liziero, L; Gabilan, J.G; Guimarães, F.K.O; Stefane, C.A; Rocha, C.L; Procópio, M.S; Oliveira, C.S; Paranhos Filho, A.C - Instalações esportivas nas escolas municipais de Mato Grosso do Sul: uma descrição percentual e espacial dos dados por municípios

Instituição: UFMS - PET - Departamento de Educação Física

As instalações esportivas existentes no âmbito escolar são espaços de significativa importância para as vivências motoras de crianças e adolescentes. A escola é um local onde é possível adquirir experiências, construir identidade, fazer novas amizades e desenvolver habilidades motoras e físicas. Diante deste contexto expõe-se a importância de analisar o número de instalações esportivas em função do número de escolas, uma vez que essas instalações são locais onde existem possibilidades de crianças e adolescentes adquirirem essas qualidades, fundamentais para sua formação e desenvolvimento. Considerando a relevância de mapeamento para a elaboração de políticas públicas e práticas de intervenção, assim como a importância da elaboração do Atlas Nacional do Esporte, a análise espacial dos dados da Pesquisa do Esporte realizada pelo IBGE em 2003, colabora para as interpretações fundamentadas de lideranças e gestores governamentais em suas intervenções e iniciativas de políticas públicas sobre esporte e Educação Física. Esse estudo é resultado da análise espacial da Pesquisa do Esporte do IBGE que traçou o perfil de cada município do Brasil quanto à estrutura física de instalações esportivas, recursos humanos, modalidades existentes e abrangência dos eventos esportivos. Através desta análise espacial pretende-se contribuir para a elaboração do Atlas Estadual do Esporte, abrangendo todas as cidades do Estado de Mato Grosso do Sul. O objetivo foi descrever o número de instalações esportivas existentes nas escolas municipais em função do número total de escolas municipais do Estado de Mato Grosso do Sul. Os resultados foram dispostos em tabela e mapas para melhor visualização. No mapa foi utilizada uma escala de cor em tons azuis para discriminar a porcentagem de escolas com instalações esportivas em cada cidade e para as cidades que não possuíam instalações esportivas foi utilizado um tom vermelho. Com a descrição desses dados foi possível perceber que: oito cidades não possuem instalações esportivas em suas escolas; 11 cidades possuem entre 1% e 24% das escolas com instalações; duas cidades possuem 25%; 21 cidades possuem entre 26% e 49%; 12 cidades possuem 50%; 14 cidades possuem entre 51% e 74%; uma cidade possui 75%; duas cidades possuem entre 74% e 99% e seis cidades possuem instalações esportivas em todas escolas. Pela análise espacial foi possível ainda perceber que as cidades que possuem instalações em todas as escolas concentram-se principalmente na região sul do Estado, estando apenas uma na região oeste. As cidades que não possuem escolas com instalações esportivas não apresentam um padrão de distribuição geográfico. Os resultados encontrados demonstram que as porcentagens de escolas com instalações esportivas mais frequentes em Mato Grosso do Sul estão entre 26% e 49%. O estudo possibilitou aferir o número de instalações esportivas, em porcentagem, nas escolas municipais por município do Estado de Mato Grosso do Sul. Os resultados demonstraram ainda que essas escolas municipais possuem um número significativo de instalações esportivas, porém o número ainda é deficitário, tornando-se necessárias discussões sobre a construção de novas instalações esportivas.

Lopes, D.; Morelli, A.; Borin, J.; Padovani, C. - Avaliação da Resistência Abdominal de Cadetes da Força Aérea Brasileira

Instituição: Academia da Força Aérea- Seção de Educação Física

Introdução: Além da Formação Acadêmica e militar, notadamente o condicionamento físico tem destaque no processo de formação profissional do cadete militar que estuda na Academia da Força Aérea, dentro do seu Esquadrão ou Turma de aula durante o período de quatro anos, quando é concluído o Curso de Formação de Oficiais (CFO). O teste de Abdominal (MARINS & GIANNICHI, 2003), teste de campo, executado ininterruptamente durante o tempo de um minuto é parte integrante dos exercícios que compõe os Testes de Avaliação do Condicionamento Físico (TACF). Objetivo: Nesse sentido, o objetivo do presente trabalho foi conhecer de forma geral a resistência abdominal de cadetes da Aeronáutica pertencentes a três Esquadrões no período compreendido entre o início (M1) e final (M4) do CFO. Metodologia: As unidades observacionais constituíram-se de 328 cadetes avaliados por meio do Teste Abdominal, no primeiro ano (M1), segundo ano (M2), terceiro ano (M3) e no quarto ano (M4). Os dados foram analisados por meio de medidas de tendência central e dispersão, no plano inferencial foi utilizada Anova One Way com repetição ($p < 0,01$), seguido do post hoc

Newman Keuls ($p < 0,05$). Resultados: Os valores médios e desvios-padrão em M1, M2, M3 e M4, foram respectivamente: (57.1b \pm 9.2); (53.5a \pm 6.4); (58.8c \pm 7.0) e (57.6b \pm 6.8), dessa forma, os valores apresentados apontam para: i) o resultado médio do teste foi significativamente superior no terceiro ano (M3) em relação aos demais; ii) os resultados no primeiro (M1) e quarto anos (M4) não diferiram significativamente; iii) o resultado no segundo ano (M2) foi significativamente inferior aos demais. Conclusão: De forma geral, os dados refletiram o comportamento da resistência abdominal dos cadetes, nos diferentes anos do CFO, apontando para possíveis alterações a serem feitas na elaboração, prescrição e controle de treinamento.

Lopes, V; Lima, M; Rezende, L - "Pesando Furnas": uma estratégia do programa de qualidade de vida da empresa Furnas Centrais Elétricas S.A.

Instituição: Furnas Centrais Elétricas SA

Furnas Centrais Elétricas S.A. é uma empresa com participação majoritária da União e está vinculada ao Ministério de Minas e Energia. É responsável pela geração e transmissão de mais de 50% da energia elétrica consumida no Brasil. A empresa possui onze usinas hidrelétricas, duas termelétricas, 19.277,5 km de linhas de transmissão e 46 subestações e está distribuída em nove estados e no Distrito Federal. Acreditando que o valor mais importante de uma organização é seu capital humano, a superintendência de RH, através da Assessoria de Projetos e Ações para Melhoria no Trabalho – APA lançou o projeto “Pesando Furnas”. O objetivo do projeto é proporcionar aos colaboradores e seus familiares a melhoria de sua qualidade de vida, para tanto, ações estruturadas de conscientização, e criação de um ambiente favorável a mudanças de comportamentos incentivando hábitos saudáveis estão sendo desenvolvidas. O projeto prevê que no ano de 2007 serão realizadas três avaliações, no início, no meio e no final do ano. Além disto, os colaboradores serão monitorados e incentivados a participar das ações propostas através de bonificações. Em virtude do grande quadro funcional da empresa, em torno de 6.000 colaboradores, o protocolo utilizado foi o de IMC e cintura. O presente trabalho apresenta os resultados da primeira avaliação, na Usina de Furnas, São José da Barra, MG, que possui 577 colaboradores e as primeiras ações implementadas para melhoria dos resultados encontrados. Número de empregados que aderiram ao programa: 436, ou 75,56%. Peso dos homens 21.404,91 kg com média de 83,17 kg. Peso mulheres 4.352,3 kg, com média de 50,60 kg. Peso total 25.757,21 kg com média de 59,07 kg. Fumantes 14,12%. Sedentários 88,99%. IMC: 34,49% abaixo do peso ou no peso normal, 38,94% moderadamente acima do peso ou acima do peso e 26,85% faixa de obesidade. Cintura: 45,11% normal, 20,12% acima do normal e 35,43% excessivo. Ações desenvolvidas em janeiro e fevereiro e número de colaboradores participantes: torneio de futsal 83; aulas de ginástica 120; devolução individual dos resultados da avaliação 436; palestra motivacional 56 e orientação nutricional individualizada 436. Outras ações já estão planejadas como: grupos de reflexão, apresentações artísticas, campanhas educativas, grupos e oficinas artísticas, atividades físicas individuais e em grupo, etc., onde acreditamos ser uma ferramenta capaz de contribuir no processo de valorização do indivíduo, no aumento de sua auto-estima e conseqüentemente de sua qualidade de vida.

Apoio Trabalho: Furnas Centrais Elétricas SA

Lubrechet, F.; Nunes Souto Ramos, G. - O papel da Educação Física Escolar na perspectiva dos coordenadores de ciclo de uma escola particular do município de Pirassununga

Instituição: UFSCar - Licenciatura em Educação Física

Este trabalho buscou interrogar o fenômeno, papel da Educação Física escolar na perspectiva dos coordenadores de ciclo, já que estes são profissionais da educação que devem ter uma visão da totalidade da prática educativa e que são responsáveis pela estruturação e organização do projeto pedagógico. A partir de suas falas, adotando como metodologia a fenomenologia, observamos suas perspectivas em relação à Educação Física escolar, à avaliação, suas responsabilidades, a realidade da instituição e a distância da Educação Física com os demais componentes curriculares. Os resultados foram construídos a partir da perspectiva do autor em diálogo com a revisão de literatura, indicando as seguintes categorias de análise: Perspectiva dos coordenadores em relação à Educação Física escolar, Educação Física como forma de avaliação dos comportamentos, Responsabilidade da coordenação pedagógica, Realidade do Ensino Médio na instituição e Distância entre Educação Física e demais componentes curriculares. Desta maneira, pudemos observar a que o papel da Educação Física escolar deve ter estreita ligação com o papel educacional da escola e que este deve ser refletido, discutido, idealizado e aplicado com a participação de todos os envolvidos nesse processo.

Valores de referência para circunferência da cintura na identificação de dislipidemia infantil

Lunardi, C.C.; Moreira, C.M; Santos, D.L.; Petroski, E.L.

Instituição: UFSC

Introdução: A Circunferência da Cintura (Ccin) é uma ferramenta importante para identificar crianças que apresentam risco ao desenvolvimento de complicações metabólicas e cardiovasculares. Devido a sua facilidade de medida e também por apresentar uma associação consistente e geralmente forte com concentrações negativas para fatores de risco é apropriada para estudos epidemiológicos em crianças. Contudo as diferenças na composição corporal dos diversos grupos etários e raciais dificultam o desenvolvimento de pontos de corte. **Objetivo:** Propor valores de referência para Ccin na identificação de dislipidemias em crianças com idade média de 11 anos da região central do RS. **Metodologia:** Determinou-se a Ccin e níveis lipídicos de 374 crianças da rede de ensino da cidade de Santa Maria-RS, selecionadas de forma estratificada por rede de escola (pública e particular) e sexo. A avaliação da Ccin ocorreu no menor perímetro da cintura. Os lipídios séricos (padrão-ouro) foram determinados através da análise do Colesterol Total (CT), LDL-C, HDL-C e Triglicerídeos (TG) e classificados conforme a III Diretrizes Brasileiras sobre Dislipidemias. Para determinação do ponto de corte com maior equilíbrio entre sensibilidade e especificidade utilizou-se a análise da Curva ROC (Receiver Operating Characteristic) e análise de sensibilidade e especificidade. Para tal recorreu-se ao programa SPSS for Windows versão 10.0, há um intervalo de confiança de 95%. **Resultados:** Encontrou-se diferença estatística significativa entre os gêneros para Ccin (62,3±6,73cm e 64,1±8,40cm, meninas e meninos, respectivamente). Considerou-se dislipidêmica a criança que apresentasse pelo menos um dos níveis lipídicos alterados negativamente. Em vista disso, 66 crianças (17,65%) apresentaram a doença, sendo mais prevalente entre as meninas (64%). Verificou-se que o valor de 64,75cm é o mais adequado para o sexo feminino, apresentando área para a curva ROC (IC95%) de 0,71 (0,62-0,81). Para o sexo masculino identificou-se a medida de 63,15cm, correspondendo a área (IC95%) de 0,72 (0,59-0,84). **Conclusão:** O conhecimento dos pontos de corte para Ccin é útil na detecção do risco de desenvolvimento de doenças, tanto na vigilância nutricional quanto em estudos de diagnóstico populacional, com vantagem de não necessitar de medidas invasivas. Assim sugere-se, para crianças com idade média de 11 anos da região central do RS, a utilização dos valores 64,75cm e 63,15cm para meninas e meninos, respectivamente, como ponte de corte para a Ccin na identificação de dislipidemias.

Maciel, L.; Mubster, M. - Refletindo sobre a exclusão nas aulas de educação física : uma proposta de intervenção

Instituição: Universidade Federal de São Carlos

RESUMO Para o estudo monográfico dessa pesquisa inicialmente debruçei-me sobre a literatura específica, sendo possível observar que a Educação Física é historicamente marcada pôr práticas selecionadoras e meritocráticas, visando acima de tudo a disciplinarização da população para melhor servir ao sistema de produção (CASTELLANI FILHO, 1994). Assim por muitos anos a Educação Física tem se mostrado “cegas às diferenças” (RODRIGUES, 2001). Tais diferenças são vistas apenas de forma tipológica, legitimada por um sinal exterior, seja ela de cor de pele, vestuário, deficiência, gênero, em suma promovendo conseqüências de insucesso escolares dos alunos. Tendo em vista tais constatações, o objetivo dessa pesquisa é propor conteúdos e estratégias de ensino como alternativas para promover a inclusão nas aulas de Educação Física no Ensino Fundamental dentro de um contexto social inclusivo, analisando a repercussão destes elementos. Assim, espera-se que o acesso a um repertório variado de práticas corporais inclusivas, que independa das peculiaridades de cada indivíduo, não importando sua cor, religião, gênero, estatura, habilidade entre outros, possa minimizar a exclusão nas aulas de Educação Física no Ensino Fundamental. Nessa perspectiva, as distintas capacidades de cada aluno não seriam tomadas como um problema, mas sim um enriquecimento das aulas. Foi desenvolvida inicialmente uma pesquisa de campo do tipo exploratória (MARCONI & LAKATOS, 1990), a ser realizada na E.M.E.B. Angelina Dagnone de Mello. Por meio de uma intervenção pautada em conteúdos na perspectiva da inclusão tais como: jogos cooperativos, contação de histórias e jogos e brincadeiras da cultura do Povo Kalapalo. Como instrumento de coleta de dados recorri à observação participante, realizadas em doze intervenções nas aulas de Educação Física no Ensino Fundamental, sistematicamente registrada por meio de relatórios, fotos e filmagens. Ao final de cada aula foram realizadas entrevistas em painel, com roteiro de questões semi-estruturadas, contemplando uma média de 147 participantes, visando promover uma reflexão crítica dos conteúdos pedagógicos abordados na perspectiva da inclusão, permitindo a avaliação da proposta em questão. Concluindo, a ligação das práticas com a contextualização das histórias e suas reflexões nas aulas de Educação Física demonstrou que é possível promover aulas na perspectiva da não exclusão. Para tanto, destaca-se a importância da parceria, da comunicação, da

integração e da organização de atividades previamente planejadas coletivamente entre a amostra de alunos, materiais disponíveis na escola e a sistemática avaliação reflexiva da prática. O uso de tais conteúdos na perspectiva da inclusão no espaço desta escola mostrou que a prática pedagógica tem uma significativa influência no mundo do aluno. Pois com tais práticas, ficaram evidentes o mútuo compartilhamento de informações e o estímulo aos alunos em participar com opiniões, sugestões e críticas. Segundo TAFFAREL (2006), a construção de alternativas para o trabalho pedagógico deve apontar para a elaboração da teoria a partir da consideração da prática e sua descrição empírica, de um referencial que explique esta prática, na perspectiva da compreensão da sua totalidade, radicalidade e no conjunto, e da elaboração de proposições coletivas, solidárias, alternativas, superadoras. Contudo, considere essa pesquisa sendo de suma importância, para minha formação como futuro professor de Educação Física, pois creio ser fundamental nos posicionarmos enquanto educadores comprometidos com a verdadeira Educação Física, sobre que tipo de conteúdos e como trabalhá-los ao ministrar das nossas aulas, pois tais conteúdos e atitudes contribuem indiretamente e diretamente para a formação dos nossos alunos. Segundo CURY (2003) devemos preparar nossos alunos para “ser”, pois o mundo os prepara para “ter”.

Apoio Trabalho: Mey de Abreu Van Munster

Mademann, A. Q.; Rossato, M.; Guglielmo, L. G. A.; Moro, A. R. P. - A influência de diferentes cadências e intensidades de esforço sobre as respostas da frequência cardíaca e da percepção subjetiva de esforço de ciclistas

Instituição: Laboratório do Esforço Físico CENESP - CDS - Universidade Fe

O monitoramento das intensidades de treino por meio de variáveis fisiológicas e psicológicas é uma importante ferramenta para técnicos e atletas, pois permite maximizar o desempenho e auxilia no planejamento. Durante os treinamentos e competições, os ciclistas utilizam cadências de pedalada consideradas elevadas, tidas como pouco econômicas em termos de consumo de oxigênio, porém apresentam uma menor ativação neuromuscular, recrutando mais fibras de contração lenta, retardando o tempo para a manifestação dos sintomas de fadiga. Desta forma, os objetivos deste estudo foram: analisar a influência de três diferentes cadências e duas intensidades de esforço sobre as respostas da frequência cardíaca (%FC_{máx}) e da percepção subjetiva de esforço (PSE) de ciclistas; verificar se a %FC_{máx} pré-estabelecida, a partir de um Teste Progressivo Máximo (TPM) para as duas intensidades, correspondem aos valores mantidos na cadência preferida a 60% e 80% da potência máxima (P_{máx}). Fizeram parte deste estudo 8 ciclistas, com experiência superior a 4 anos e que atualmente participam de campeonatos. Todos os ciclistas realizaram um TPM, com carga inicial de 100W e incrementos de 30W a cada 3 minutos, sendo critério de interrupção do teste a não manutenção da cadência acima de 90rpm. A partir do conhecimento da P_{máx} foram pré-estabelecidas duas intensidades (60 e 80% da P_{máx}). Após 48 horas, os ciclistas retornaram ao laboratório, onde realizaram duas séries de 30 minutos, com intervalo de 30 a 35 minutos entre as séries, a 60 e 80% da P_{máx} respectivamente. Cada série foi constituída de três partes: nos primeiros 10 minutos o ciclista pedalou na cadência Preferida (Pref.), posteriormente, foi reduzida em 20% (Pref.-20%) e, nos últimos 10 minutos, foi elevada a 20% acima da cadência preferida (Pref.+20%). Em ambas as séries foram monitoradas a frequência cardíaca (FC), a cadência, e a PSE. Utilizou-se a estatística descritiva para apresentar os valores médios e desvios padrão. As comparações entre as três diferentes cadências e as duas intensidades foi realizada por meio da ANOVA Two way, associado ao teste HSD, e o nível de significância assumido foi de 0,05. Resultados: Os valores preditos a partir do TPM para %FC_{máx} ((60%) 80,6 ± 3,66% e (80%) 91,2±2,5%), não diferiram dos %FC_{máx} mantidos nas duas intensidades ((60%) 81,1±4,62% e (80%) 89,5 ± 4,75%). As cadências altas adotadas como preferidas pelos ciclistas estão de acordo com o que é reportado na literatura para ciclistas profissionais. A cadência Pref. a 60% (95,6±9,0 rpm) diferiu de maneira significativa da cadência Pref. a 80% (89,6±10,9 rpm). O aumento das cadências resultou um aumento significativo (p<0,05) na intensidade do exercício (%FC_{máx}) para todas as cadências a 60% (75,6±5,11%, Pref.-20%), (81,1±4,62%, Pref.), (85,5±5,81%, Pref.+20%). Este comportamento pode ser visualizado novamente para a intensidade 80% (84,4±6,82%, Pref.-20%), (89,5±4,75%, Pref.) e (93,7±3,57%, Pref.+20%), porém não foram reportadas diferenças significativas entre as cadências Pref.-20% e Pref.. A cadência preferida em ambas as intensidades não foi a que apresentou os menores valores de PSE. Em relação à intensidade 60% foram reportados valores de (12,3 + 1,04 Pref.-20%), (12,5±1,20, Pref.), (14,3±1,58, Pref.+20%) sendo que a PSE para a cadência Pref.+20% diferiu estatisticamente das demais. Em relação à intensidade 80% observou-se um aumento da PSE, associado com o aumento da cadência (14,5±1,41, Pref.-20%), (15,4±1,30, Pref.) e (16,6±1,41, Pref.+20%), sendo este significativo. Pode-se concluir que o TPM utilizado é capaz de prever o comportamento do %FC_{máx} em cargas submáximas. As cadências assumidas pelos ciclistas são condizentes com as cadências de ciclistas profissionais. A intensidade de esforço parece ser responsável pela seleção das cadências preferidas. O aumento da cadência faz com que os valores de FC se elevem e que as cadências preferidas não sejam as que apresentam os menores valores de PSE.

Madrid, B.; Pardono, E.; Mota, M.R.; Motta, D.F.; Simões, H.G. - Potência anaeróbia máxima, capacidade anaeróbia e capacidade aeróbia de ciclistas do Distrito Federal

Instituição: Universidade Católica de Brasília (DF)

A potência anaeróbia máxima (PAM), capacidade anaeróbia (CAn) e a capacidade aeróbia (CA) são importantes para avaliação e prescrição de treinamento de ciclistas de velocidade. A partir do teste de Wingate (TW) é possível identificar variáveis como a PAM ou potência-pico (PP), a CAn ou potência-média (PM) e o índice de fadiga (IF). Já a CA pode ser determinada pelo teste de lactato mínimo (LM), contudo, para que o LM seja realizado é necessário uma hiperlactatemia prévia que pode ser induzida pelo TW, assim o objetivo do presente estudo foi analisar os valores de PAM, CAn, IF e CA em apenas um protocolo, e caracterizar o nível de aptidão funcional de ciclistas do Distrito Federal. Participaram do estudo 14 ciclistas de nível regional ($27 \pm 6,1$ anos; $71,1 \pm 9,8$ kg; $176,2 \pm 5,4$ cm; $12 \pm 5,2$ % gordura; $2,4 \pm 1,9$ anos de tempo de treinamento), submetidos ao protocolo de LM, ou seja, uma primeira parte composta pelo TW para indução da hiperlactatemia (cicloergômetro Monark - Ergomedic 843E), permitindo ainda a determinação da PAM, da CAn e do IF. Posteriormente os indivíduos foram submetidos a um teste incremental (cicloergômetro Excalibur - Lode), com carga inicial de 75 watts e incremento de 1 watt a cada 6 segundos (modelo rampa) até a exaustão voluntária máxima para verificação da CA. As amostras sanguíneas foram obtidas a partir de uma punção do lobo da orelha utilizando capilares de vidros calibrados para 25mL de sangue e depositados em tubos Eppendorff contendo 50mL de fluoreto de sódio (NAF 1%). As coletas foram feitas no 7º minuto após o TW e a cada 3 minutos durante o teste incremental para análise de lactato sanguíneo (método eletroenzimático - YSI 2700 SELECT). Os resultados apresentados na tabela 1 caracterizam algumas capacidades físicas de atletas ciclistas identificadas a partir de uma única sessão experimental.

Tabela 1. Valores médios das variáveis obtidas pelo protocolo LM, ou seja, Lactatemia, PAM, CAn e IF identificados pelo TW e intensidade de Lactato Mínimo (intLM) e sua respectiva Lactatemia determinados pelo teste incremental.

	TW				Lactato Mínimo	
	[Lac] (mM)	PAM (W/kg)	CAn (W/kg)	IF (%)	[Lac] (mM)	Intensidade (Watts)
Mínimo	7,2	8,3	6,4	25,9	1,5	181
Máximo	16,4	15,3	12,7	50,1	4,3	255
Média	10,5	11,16	9,74	33,5	3,0	209,1
±DP	2,3	1,53	1,45	6,5	0,8	23,2

A partir dos resultados obtidos no presente estudo conclui-se que os valores obtidos por apenas um protocolo (Lactato Mínimo), realizado em cicloergômetro, possibilitou identificar valores como potência anaeróbia máxima, capacidade anaeróbia e capacidade aeróbia de ciclistas do Distrito Federal.

Maestrello, M; Santurbano Felipe Franco, A - Instrumentistas de sopro: uma proposta de atividade física para melhoria e manutenção da performance musical

Instituição: PUC-Campinas

Atualmente, a música está em destaque em vários setores da sociedade, desde anúncios de televisão a programas políticos, passando por casas de espetáculos, shows, dentre outros. Nessa perspectiva, surgiu a necessidade de pesquisar as principais atividades físicas destinadas aos músicos devido à escassez de teorias e práticas ligadas a essa questão. A investigação torna-se relevante pela grande quantidade de músicos que, a partir da prática musical de sopro, reverterem o seu sustento ou simplesmente a uma atividade de lazer. O presente estudo apresentou como objetivo geral delinear uma proposta de exercícios voltada aos instrumentistas de sopro, com vistas à melhoria e manutenção da performance musical. De fato, como objetivo específico buscou-se identificar: o perfil dos praticantes da atividade musical de sopro; a prática de atividades físicas por parte dos instrumentistas; as exigências físicas necessárias à prática dos instrumentos de sopro; a opinião dos instrumentistas quanto à possibilidade da atividade física auxiliar na prática musical, enfim os principais agravos associados à prática musical na visão dos instrumentistas de sopro. A investigação caracterizou-se pelas pesquisas

bibliográficas (MONTECHIESI, 2004 citando GIL, 1996) e de campo descritiva com caráter exploratório (BLECHER et al. 2004), com a elaboração e aplicação de questionário específico contendo questões abertas e fechadas, acompanhado por um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido segundo normas da PUC-Campinas. A população de estudo foi constituída por 22 músicos das cidades de Tatuí, Salto e São Paulo. Os dados foram analisados qualitativamente e quantitativamente. Assim, o trabalho expressa em seu desenvolvimento: i) a música: sua definição, a física do som, o histórico, os conjuntos e instrumentos musicais; ii) atividade física: benefícios, trabalho e ginástica laboral; iii) respiração: contexto geral, áreas de regulação, musculatura envolvida e capacidades pulmonares e iv) discussão e apresentação dos resultados confrontando-os com a literatura existente. Como pontos principais, a investigação expressa que 68% dos instrumentistas de sopro eram praticantes de atividades físicas. Entre as exigências físicas necessárias a prática instrumental, destacou-se a capacidade pulmonar (53% dos resultados apontados). Com a capacidade pulmonar sendo predominante, a proposta de exercícios é pautada em músculos envolvidos nos processos de inspiração e expiração forçada (capacidade inspiratória e capacidade vital) como diafragma, esternocleidomastoídeo, abdominais e intercostais externos e internos. Em relação ao diafragma (músculo envolvido com a inspiração) e esternocleidomastoídeo (músculo que desloca a caixa torácica para cima na inspiração), a proposta de atividades físicas aplica-se a exercícios aeróbicos com intensidade entre 60% e 75% da FCM aplicados durante no mínimo 20 minutos contínuos. Em relação à expiração, a proposta relaciona com o treinamento dos músculos abdominais (músculos envolvidos na expiração) através de exercícios abdominais com repetições e séries pré-estabelecidas (40 a 60 e 3 a 4, respectivamente). A prática de atividades aeróbias torna-se importante a instrumentistas de sopro, uma vez que se aplicam as mesmas referências orgânicas utilizadas na prática musical.

Maia da Silva, P.; Barcelos Soriano, J. - Conhecimentos sobre as condições ergonômicas do trabalho e o real impacto da ginástica laboral

Instituição: Universidade Estadual de Londrina

Analisar os fatores que compõem o trabalho e os conhecimentos da ergonomia pode fornecer subsídios necessários para compreender a ginástica laboral e facilitar uma reflexão sobre a organização e a eficácia desses programas. O objetivo deste trabalho é identificar, na literatura, quais conhecimentos são necessários para analisar as condições ergonômicas do trabalho. A intenção em determinar o “estado da arte” possibilita estudar como se articulam os conhecimentos acerca da relação entre ergonomia e ginástica laboral verificando que pode ser extremamente complexo e desafiador, pois são poucos os estudos sobre ginástica laboral que questionam conceitos, procedimentos e resultados obtidos por pesquisas realizadas, muitas vezes, sem um rigor metodológico. Para o desenvolvimento deste estudo foi utilizado o método de revisão de literatura, sendo que o conteúdo encontrado foi organizado de acordo com os seguintes tópicos: (a) cenário do trabalho; (b) a ergonomia; e (c) implicações do trabalho e da ergonomia: algumas reflexões sobre ginástica laboral. Mesmo com mudanças sócio-econômicas e com o avanço tecnológico, podemos observar que ainda existem, atualmente, referências aos sistemas de organização do trabalho baseados no taylorismo e no toyotismo. As doenças ocupacionais são conseqüências negativas dos processos de organização do trabalho. A análise ergonômica do trabalho possibilita o reconhecimento de elementos concretos e permite uma identificação dos fatores ergonômicos ambientais e organizacionais que possam vir a influenciar na relação homem-trabalho. Há um consenso de que existe a necessidade em compreender o trabalho para poder transformá-lo, e que um programa eficaz exige a implantação conjunta da ergonomia e ginástica laboral, mas na prática, a identificação dos sistemas atuais de organização do trabalho e análise ergonômica do trabalho, considerados importantes por vários autores acabam sendo excluídos dos programas de ginástica laboral. Com este estudo foi possível identificar quais conhecimentos são necessários para analisar as condições ergonômicas do trabalho, e espero que, futuramente, esses conhecimentos possam vir a facilitar a elaboração de programas de exercícios físicos aplicados no local de trabalho.

Malaquias, C.H.; Motta, L.M. - Incidência de sobrepeso em trabalhador de usina de açúcar e alcooleira no município de Guaira-SP

Instituição: UNIFRAN

INTRODUÇÃO: Cerca de 10,5 milhões de brasileiros com 20 anos ou mais são obesos, revelou a pesquisa de orçamentos familiares (POF) realizada em 2002/2003 pelo instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Isto representa 8,9% dos homens e 13,1% das mulheres do país. Se este número for adicionado aos que estão acima do peso, mas que ainda não podem ser considerados obesos, o índice sobe para 39 milhões de brasileiros, 40,6% do total da população adulta (Jornal da Cassi, n. 49, agosto, 2006). Trabalhadores braçais em usinas permanecem muito do seu turno em posição sentada ou em pé.

Pouca ou nenhuma atividade física é realizada dentro ou fora das usinas como mecanismo compensatório da inatividade ocupacional. Vem sendo observado um elevado índice de colaboradores em usinas com aumento da composição corporal proporcional ao tempo de serviço no cargo e uma crescente preocupação dos próprios com o ganho de peso. OBJETIVO: Verificar a normalidade de peso corporal em trabalhadores braçais sedentários. Informar da interferência do sobrepeso nas suas vidas e propor ginástica laboral como alternativa de controle ponderal e promoção da qualidade de vida. MATERIAIS E MÉTODOS: Este trabalho foi realizado na Usina de Açúcar e Alcooleira de Guaira-SP, onde uma avaliação de composição corporal através do índice de massa corpórea e bioimpedância, que são técnicas de averiguação de normalidade de peso corporal, foram realizadas em todos os trabalhadores de diferentes setores (N=70). As mensurações eram feitas por setor da usina: elétrica, instrumentação, gerador (controle), treinamento, encarregados, desenho e sala O.S. RESULTADOS: Os resultados obtidos foram analisados estatisticamente por análise de variância e nenhuma diferença foi encontrada. Dos 70 funcionários avaliados, 28 apresentaram sobrepeso II, 24 apresentaram sobrepeso I e 18 estavam com proporcionalidade entre peso e estatura. Houve prevalência de sobrepeso I e II em todas as áreas com exceção da sala de controle onde 50% dos funcionários avaliados tinham peso ideal. Considerando-se um percentual de gordura corporal ideal para homens até 14% do peso corporal total, somente 17 de todos os avaliados apresentaram % de gordura dentro dos limites de normalidade e 53 trabalhadores estavam com alto percentual de gordura. CONCLUSÃO: A inatividade física precede a alteração de composição corporal desses trabalhadores, porém a carga horária ocupacional e o tipo de trabalho contribuem com desmotivação, além de um gasto calórico reduzido nas atividades de vida diária. A implantação de um programa de atividade física no local de trabalho é determinada pelo grau de comprometimento dos membros da empresa. O sucesso desta prática depende da avaliação e conscientização dos funcionários, além do planejamento e estruturação dos programas. Essa prática é considerada voluntária pelos trabalhadores, podendo ser realizada em grupo, no local de trabalho e durante a jornada diária de trabalho.

Malaquias, C.H.; Motta, L.M. - Incidência de sobrepeso em trabalhador de usina de açúcar e alcooleira no município de Guaira-SP

Instituição: Universidade de Franca

INTRODUÇÃO: Cerca de 10,5 milhões de brasileiros com 20 anos ou mais são obesos, revelou a pesquisa de orçamentos familiares (POF) realizada em 2002/2003 pelo instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Isto representa 8,9% dos homens e 13,1% das mulheres do país. Se este número for adicionado aos que estão acima do peso, mas que ainda não podem ser considerados obesos, o índice sobe para 39 milhões de brasileiros, 40,6% do total da população adulta (Jornal da Cassi, n. 49, agosto, 2006). Trabalhadores braçais em usinas permanecem muito do seu turno em posição sentada ou em pé. Pouca ou nenhuma atividade física é realizada dentro ou fora das usinas como mecanismo compensatório da inatividade ocupacional. Vem sendo observado um elevado índice de colaboradores em usinas com aumento da composição corporal proporcional ao tempo de serviço no cargo e uma crescente preocupação dos próprios com o ganho de peso. OBJETIVO: Verificar a normalidade de peso corporal em trabalhadores braçais sedentários. Informar da interferência do sobrepeso nas suas vidas e propor ginástica laboral como alternativa de controle ponderal e promoção da qualidade de vida. MATERIAIS E MÉTODOS: Este trabalho foi realizado na Usina de Açúcar e Alcooleira de Guaira-SP, onde uma avaliação de composição corporal através do índice de massa corpórea e bioimpedância, que são técnicas de averiguação de normalidade de peso corporal, foram realizadas em todos os trabalhadores de diferentes setores (N=70). As mensurações eram feitas por setor da usina: elétrica, instrumentação, gerador (controle), treinamento, encarregados, desenho e sala O.S. RESULTADOS: Os resultados obtidos foram analisados estatisticamente por análise de variância e nenhuma diferença foi encontrada. Dos 70 funcionários avaliados, 28 apresentaram sobrepeso II, 24 apresentaram sobrepeso I e 18 estavam com proporcionalidade entre peso e estatura. Houve prevalência de sobrepeso I e II em todas as áreas com exceção da sala de controle onde 50% dos funcionários avaliados tinham peso ideal. Considerando-se um percentual de gordura corporal ideal para homens até 14% do peso corporal total, somente 17 de todos os avaliados apresentaram % de gordura dentro dos limites de normalidade e 53 trabalhadores estavam com alto percentual de gordura. CONCLUSÃO: A inatividade física precede a alteração de composição corporal desses trabalhadores, porém a carga horária ocupacional e o tipo de trabalho contribuem com desmotivação, além de um gasto calórico reduzido nas atividades de vida diária. A implantação de um programa de atividade física no local de trabalho é determinada pelo grau de comprometimento dos membros da empresa. O sucesso desta prática depende da avaliação e conscientização dos funcionários, além do planejamento e estruturação dos programas. Essa prática é considerada voluntária pelos trabalhadores, podendo ser realizada em grupo, no local de trabalho e durante a jornada diária de trabalho.

Malheiro, C.A.L.M; Matrianni, E.C.Q.M - O papel do educador físico na reeducação psicomotora de crianças portadoras de deficiências

Instituição: Unesp/FCT - Depto de Educação Física

Entende-se por crianças portadoras de deficiências, aquelas que apresentam atraso de desenvolvimento de acordo com a definição do estado e a aferição por instrumentos e procedimentos adequados de diagnóstico físico, cognitivo, comunicativo, adaptativo, social ou emocional e que, em virtude desse atraso, precisam de educação especial. Na educação especial a prioridade é diagnosticar o nível motor em que se encontra cada criança. A avaliação nesse sentido tem o objetivo de examinar o conteúdo que está sendo apresentado para a criança, e quando necessário, modificá-lo, tornando-o mais acessível e adaptado à necessidade de cada uma delas. Uma estimulação precoce possibilitará a adoção de uma série de medidas que visem equilibrar a saúde da criança ainda que a médio ou em longo prazo, pois quanto mais cedo for essa intervenção melhor será o desenvolvimento. Sendo assim, a aquisição de habilidades que possam determinar um sucesso futuro poderá ser auxiliada. O educador físico nesse contexto tem o papel de proporcionar desafios, de forma a apresentar ao seu aluno, conteúdos, onde promova um desequilíbrio entre o conhecido e o desconhecido, em que leve a uma possível aprendizagem e a uma reeducação psicomotora, no qual se torne significativa ao utilizar dos conhecimentos e experiências prévias da criança, potencializando-as, proporcionando autonomia e independência à mesma. Nesta perspectiva a criança poderá dominar o próprio corpo para o desenvolvimento de suas atividades biopsicossociais. As adaptações necessárias (regras, atividades) devem ser feitas no âmbito de propor tarefas que estejam ao alcance das crianças, apresentando equilíbrio e equidade, favorecendo desafios, de forma a estimular e oportunizar a criança melhores possibilidades de desenvolvimento e inclusão. Nesse sentido, conclui-se que a figura do professor de educação física é fundamental principalmente no tocante ao movimento global do corpo e a integração das habilidades psicofísicas.

Apoio Trabalho: PROEX

Marcelino, D. R.; Pellegrini, A. M. - Idosos: suas atividades e qualidade de vida

Instituição: Unesp - IB - Depto de Educação Física

Idosos: suas atividades e qualidade de vida. Introdução: Não há um consenso na literatura acerca da definição de qualidade de vida, porém ao nos referirmos à ela, o termo saúde aparece associado. Spirduso (1995) define qualidade de vida como um estado satisfatório das funções biológicas, psicológicas e sociais. Esta autora traz também os fatores que influenciam a qualidade de vida em quatro grandes esferas (cognitiva, saúde, social, e econômica). Por sua vez, Borglin (2005) em estudo realizado com idosos e sua percepção de qualidade de vida, constatou que para eles a noção de qualidade de vida gira em torno da saúde e do convívio familiar. De acordo com a OMS, saúde é definida como um completo estado de bem estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença. Essa definição parece algo inatingível, mas podemos utilizá-la no contexto desse estudo. Para o bem estar físico, se torna necessário, entre outras coisas, a prática de atividade física regular, que estabiliza e melhora a condição inicial do praticante. Para o bem estar mental, é necessário que o indivíduo permaneça socialmente ativo (MORAGAS, 1997). Como a 3ª idade é um período de constantes declínios funcionais, estar ativo física e socialmente tem um peso importante na manutenção da saúde e conseqüentemente na qualidade de vida do idoso. Objetivo: A fim de investigar a contribuição das atividades físicas e cognitivas na saúde e bem estar de seus praticantes, especialmente aqueles com mais de 50 anos, este estudo foi projetado. Materiais: para coleta de dados foi utilizado o Mini Exame do Estado Mental (MEEM), desenvolvido por Folstein e colaboradores (1975) que é um instrumento de rastreamento de deterioração cognitiva, utilizado internacionalmente, e que fornece informações sobre diferentes dimensões cognitivas tais como orientação, memória, cálculo e linguagem (SABE, 2003). Método: participaram do estudo 20 idosos de ambos os gêneros (idade = 62,38 anos) separados em dois grupos de acordo com a característica da atividade praticada sendo 10 no grupo atividade motora (MOT) e 10 no grupo atividade cognitiva como jogos de cartas e tabuleiro (COG). Como critério de inclusão nesse estudo, os participantes deveriam praticar tais atividades a mais de um ano, pelo menos 3 vezes por semana. Resultados e Discussão: Os resultados do MEEM mostraram que a média de escolaridade dos participantes do grupo MOT foi de =4,333 anos (d.p.= 3,665151) e =6 anos do grupo COG (d.p.= 2,951459). De acordo com a análise dos questionários, pudemos perceber que o grupo COG teve maior frequência de participantes com pontuação máxima em cada categoria do MEEM. Na categoria memória de fixação (curto prazo) foram 9 COG e 10 MOT com pontuação máxima e em memória de evocação (longo prazo) apenas 4 integrantes de cada grupo. Nas outras categorias houve um certo equilíbrio, mas em capacidade construtiva visual e orientação temporal não tivemos participantes do MOT com pontuação máxima, enquanto 10 e 8 participantes COG, respectivamente. Os resultados mostraram o grupo COG relativamente superior ao grupo MOT e isso pode ser reflexo do tipo de atividade praticada além do maior nível de escolaridade entre os participantes desse grupo. No entanto, isso não significa que o grupo MOT seja pior que o COG, pois o MEEM avalia se o participante apresenta algum grau de comprometimento cognitivo, e de acordo com os escores dos grupos (MOT= 25,6 pontos e COG= 27 pontos - pontuação máxima= 30 pontos), essa característica

não foi detectada. Conclusão: Com base nesses resultados, podemos dizer que a prática de atividades, tanto de caráter motor, quanto de caráter cognitivo, podem ajudar na manutenção da saúde cognitiva do indivíduo, não só pela atividade em si, mas pelo convívio social e pela interação com os pares. Estilo de vida física e socialmente ativo são aspectos importantes para essa fase do desenvolvimento, o que se refletirá na qualidade de vida do idoso.

Dascal, A. G.; Marcondes Marra, A. B.; Brandão Carneiro, E.; Canova Motta, P. - Festival de futebol "diferente": Organização de um festival de futebol, por crianças de 9 anos do Programa SESC Curumim de São Carlos.

Instituição: Sesc São Carlos

O Programa SESC Curumim é o programa de educação não formal do SESC SP, cujo objetivo é o desenvolvimento integral da criança de 7 a 12 anos, estimulando-a em diversas áreas de expressão (corporal, esportiva, literária, musical e relações com o meio, entre outras). No primeiro bimestre de 2006, o planejamento de atividades do Programa Curumim do SESC São Carlos foi realizado de modo a permitir que as crianças desenvolvessem o tema das atividades. Neste processo de escolha, incluímos a votação por um tema gerador, que serviria de referência para o trabalho do bimestre. O tema serviria como o ponto inicial do nosso trabalho, a partir do qual delinearíamos quais áreas e quais assuntos iríamos trabalhar. Considerando a área de especialização de cada educador e os interesses do grupo, o objetivo era, no final do bimestre, apresentar o resultado de todo este processo. O processo de escolha constituiu em: (1) listar temas de interesse do grupo; (2) eleger subtemas; (3) eleger um tema único; (4) desenvolver atividades geradas pelo tema. Após isto, o tema escolhido pela turma toda foi “Bandas de Música”. Para a apresentação deste trabalho, destacamos o grupo formado por crianças de nove anos que escolheu a música “Uma partida de Futebol”, do grupo mineiro de Rock “Skank”. A relação da música com a área esportiva, no caso o futebol, foi o que proporcionou ao grupo a possibilidade de desenvolver uma idéia ligada à área de cultura corporal e esportiva. No processo de criação e elaboração do que seria feito com esta música e banda, as crianças levantaram diversas idéias e, então, diversos conflitos surgiram. Futebol e gênero foram a discussão mais intensa e polêmica, que gerou uma reflexão sobre os papéis de cada jogador em campo: o que cada um faz, quais suas responsabilidades, por exemplo. Feita esta reflexão, iniciou-se um processo de inclusão, pois como todos (meninas e meninos) poderiam participar de um jogo de futebol, independente de seu sexo, habilidades e motivação? Esta reflexão facilitou a compreensão da função de cada jogador e, assim, pensou-se sobre qual a melhor posição para cada uma das crianças em um time misto. Neste processo, duas coisas devem ser destacadas: a) reflexão e discussão a partir de problemas surgidos no próprio grupo; b) auto-organização do grupo para se compreender melhor um assunto. Ficou claro que apenas jogar futebol da maneira convencional não satisfaria a todos, meninos e meninas, mais e menos habilidosos. Finalmente, o projeto que o grupo desenvolveu foi o de um festival de futebol diferente, envolvendo todas as etapas de criação e aplicação de um festival: criaram e escreveram as regras dos jogos, construíram o material necessário, dividiram as equipes de trabalho, definiram os árbitros e as formas de premiação, bem como os responsáveis pelos materiais e incluíram, também, uma torcida organizada.

Apoio Trabalho: SESC SP

Dascal, A. G.; Marcondes Marra, A. B.; Brandão Carneiro, E.; Canova Motta, P. - Festival de Jogos : Criação de jogos de quadra por crianças de 10 a 12 anos do Programa Curumim/ SESC SP São Carlos

Instituição: Sesc São Carlos

O Programa SESC Curumim é o programa de educação não formal do SESC SP, cujo objetivo é o desenvolvimento integral da criança de 7 a 12 anos, estimulando-a em diversas áreas de expressão (corporal, esportiva, literária, musical, e relações com o meio, entre outras). Neste programa, não se visa à especialização da criança em alguma área específica, mas estimular o conhecimento das mais variadas áreas. No segundo bimestre de 2006, no Programa Curumim do SESC São Carlos, foi desenvolvido um projeto de criação de jogos com um grupo de 20 crianças de 10 a 12 anos. As atividades ocorreram duas vezes por semana, com duração de 1h30 cada. No planejamento destas atividades, tinha-se como objetivo levar as crianças a criar seus próprios jogos de quadra, definindo as metas, o material necessário, espaço e regras. A intenção era incluir conteúdos conceituais, atitudinais e procedimentais para que o objetivo da atividade fosse atingido. Partiu-se do princípio de que as crianças já tinham um conhecimento prévio sobre jogos, principalmente prático, já que muitos deles participavam do programa Curumim pelo 3º, 4º / 5º. ano consecutivo. O conteúdo conceitual se deu pela

reflexão das diferenças existentes entre esporte e jogo. A questão colocada ao grupo foi: “Qual a diferença entre esporte e jogo?”. No início, o grupo se surpreendeu sobre a pergunta, para eles o esporte era o jogo, não conseguiam diferenciar o jogo do esporte. Alguns argumentos colocados para facilitar esta diferenciação foram: Vocês vivem deste esporte? Qual a sua relação com um jogador de futebol ou de qualquer outra modalidade esportiva? Quantas horas do seu dia você vive para esta modalidade? A sua vida depende disto? Através destas questões foi possível uma compreensão do que é o esporte observado na mídia. Ainda existia uma incompreensão, pelo grupo, sobre o porquê desta diferenciação. A sequência da reflexão foi, então, focada na questão das regras: no esporte é possível alterarmos regras? Os jogos que realizamos aqui no SESC têm regras fixas? Ao identificarem diferenças entre as regras, materiais e espaços utilizadas no esporte e nos jogos que praticávamos diariamente, ocorreu a abertura para a diferenciação entre esporte e jogo. Na parte baseada pelo conteúdo procedimental, foram apresentados ao grupo livros de diversos autores que ensinam e catalogam jogos dos mais variados tipos e regiões do Brasil e do mundo. O grupo se surpreendeu com a existência de uma bibliografia sobre o tema e pôde ver que existem pensadores na área, formas de se pensar o jogo e que existem objetivos diferentes para cada tipo de jogo. A dimensão atitudinal se deu quando as crianças escolheram alguns jogos dos livros para ensinar ao resto do grupo pois o vínculo com o jogo pôde mudar pelo simples motivo de que, agora, quem ensinava era a criança, tendo ela a necessidade em atentar para a estrutura do jogo e se preparar para explicar aos outros este jogo. Como reflexão final, verifica-se que devemos incluir, em um processo de educação não escolar (não formal), conteúdos reflexivos e que estes conteúdos auxiliam-nos a desenvolver um projeto temático. Temos, como educadores, que estimular as indagações sobre a necessidade de realizarmos um ou outro jogo e também a obrigação de discutir sobre aspectos básicos da Educação Física que relacionam a discussão entre o esporte e o jogo.

Dascal, A. G.; Marcondes Marra, A. B.; Brandão Carneiro, E.; Canova Motta, P.; Araújo Morais, G. – CirCurumim: Criação de um espetáculo de circo por crianças de 7 a 12 anos do Programa Curumim/ SESC SP São Carlos

Instituição: Sesc São Carlos

O Programa SESC Curumim é o programa de educação não formal do SESC SP, cujo objetivo é o desenvolvimento integral da criança de 7 a 12 anos, estimulando-a em diversas áreas de expressão (corporal, esportiva, literatura, música, meio ambiente, entre outras). Neste programa, não são trabalhados conteúdos formais, tendo-se a liberdade para transitar por vários assuntos e temas. No segundo semestre de 2006, no Programa Curumim do SESC São Carlos, foi desenvolvido um projeto transdisciplinar na área de circo com um grupo de aproximadamente 80 crianças de 7 a 12 anos. A transdisciplinaridade do projeto foi caracterizada pela integração completa entre as áreas de cinema e vídeo, música, literatura e educação física, desde a elaboração do roteiro até a definição das esquetes circenses, passando pela trilha sonora. O circo consegue unir variadas expressões simultaneamente, possibilitando, neste contexto, a cada criança escolher o núcleo que gostaria de participar. Levando-se em conta o objetivo principal do projeto, vivenciar as diversas expressões circenses em sua plenitude, definiu-se uma história para o espetáculo, elaborou-se um roteiro e, a partir desta estrutura, o “CirCurumim” foi dividido em pequenos grupos ligados a diferentes atividades de expressões corporais (malabaristas, trapezistas, palhaços, ginástica natural e contorcionistas) e um relacionado à elaboração e execução da trilha sonora. O processo de construção das esquetes foi baseado em espetáculos do grupo canadense “Cirque de Soleil” (assistidos em vídeo pelas crianças), que acabou por gerar idéias, vontades e uma nova amplitude de movimentos - as crianças começaram a brincar com todos aqueles movimentos. Ademais, decidiu-se que a trilha sonora seria elaborada e executada pelas próprias crianças, como nos espetáculos assistidos. Paralelamente, iniciaram-se os grupos de preparação e experimentação das várias habilidades e capacidades envolvidas, através dos quais as crianças puderam compreender melhor o objetivo do projeto, a história e, principalmente, como se sentiam em relação a cada núcleo do “CirCurumim”. Como reflexão final verifica-se que as atividades circenses serviram para integrar o grupo, estimulando habilidades que pouco se enquadram nos jogos e brincadeiras tradicionais e possibilitando a participação das crianças nas várias áreas do projeto - uma criança pôde ser roteirista, malabarista, trapezista, instrumentista e cantora da trilha sonora. E, assim, o circo demonstrou ser uma atividade inclusiva que permite a participação de todos, independente da idade e habilidade, envolvendo também a família das crianças, pois ao final do semestre foi realizada uma sessão de cinema onde todos puderam assistir ao DVD já pronto, que conteve cerca de uma hora e contou com edição e efeitos especiais elaborados por nosso estagiário, aluno do curso de imagem e som da UFSCar.

Maria, A.; Carvalho, M.; Simões, G. - Respostas agudas do duplo produto durante e após exercício resistido realizado em diferentes intensidades

Instituição: Universidade Católica de Brasília - UCB

Introdução: A prática de exercícios físicos contribui para o controle da pressão arterial e redução da incidência de doenças cardiovasculares (Gordon, 2004). Tanto os exercícios realizados cronicamente quanto agudamente podem ser importantes para este controle (Brum et al., 2004). O monitoramento das respostas fisiológicas agudas da frequência cardíaca (FC), pressão arterial sistólica (PAS) e duplo produto (DP) vêm sendo muito utilizados para determinação do estresse cardiovascular durante o exercício resistido (ER). **Objetivo:** Comparar as respostas fisiológicas agudas do DP durante e após o ER realizado sob forma de circuito a 30% e a 70% repetição máxima (1RM) em homens saudáveis e fisicamente ativos. **Metodologia:** 10 (13,7 anos) realizaram 4 visitas: 1) indivíduos do sexo masculino (50,9 ± 1) teste de repetição máxima (1RM) nos aparelhos leg press, supino, mesa extensora, pulley teto, mesa flexora e remada sentada; 2) 3 séries de circuito realizado a 30% 1RM (28 repetições em cada exercício, P-30s entre os exercícios e D-1min 30s entre cada uma das séries do circuito) nos aparelhos citados acima, alternando-se membros superiores e inferiores; 3) 3 séries de circuito realizado a 70% 1RM (12 repetições em cada exercício, P-1min entre os exercícios e D-1min 30s entre cada série do circuito) nos mesmos aparelhos e alternando-se membros superiores e inferiores e 4) dia controle – repouso sentado, sem exercício. Mensurações da pressão arterial (PA) por medidor automático digital (More Fitness MF-301) foram realizadas em repouso pré-exercício (rep), entre as séries do circuito, bem como a cada 15 min durante 120 min de recuperação pós-exercício (rec), e, na sessão controle, as mensurações foram realizadas nos respectivos momentos, porém sem a realização de exercício. Teste t e Anova com post-hoc de Bonferroni foi empregada para análise dos dados. **Resultados:** Os valores médios ± desvio padrão do DP de rep foram de 8158 ± 675 mmHg.min⁻¹ a 30% 1RM e de 8418 ± 1746 mmHg.min⁻¹ a 70% 1RM, foram elevados significativamente durante o ER para 16570 ± 3611 e 18882 ± 5404 mmHg.min⁻¹ a 30 e 70% 1RM respectivamente. Também foram verificadas diferenças significativas em relação ao dia controle. Não foram verificadas diferenças significativas entre o DP durante ER a 30% e a 70% 1RM. Os valores médios ± desvio padrão do DP durante a rec pós-exercício a 30% 1RM foi de 8217 ± 1125 mmHg.min⁻¹ e durante a rec pós-exercício a 70% 1RM foi de 8425 ± 1279 mmHg.min⁻¹ não foram verificadas diferenças significativas comparadas aos valores de rep pré-exercício para ambas as intensidades. O DP durante a rec se manteve elevado por até 30 min após ER a 30% 1RM e por até 15 min após ER a 70% 1RM quando comparado ao dia controle. **Conclusão:** O exercício resistido realizado em forma de circuito a 30 e a 70% 1RM elevou significativamente o DP, porém não houve diferença entre as intensidades. O DP durante a recuperação após ambas intensidades de exercício rapidamente retornou aos valores de repouso pré-exercício. **Palavras Chaves:** duplo produto, exercício resistido agudo.

Marinho, A. - Aventura e risco: reflexões sobre atividades realizadas na natureza

Instituição: Universidade do Sul de Santa Catarina (Unisul)

O lazer pode ser entendido como um interessante ponto de partida para aguçar a compreensão das mais variadas relações que se estabelecem entre os seres humanos e o surgimento de novas tecnologias, criadoras de novas possibilidades no lazer, conduz a um repensar sobre os significados de proximidade, distância, individualidade, sociabilidade, mobilidade, meio ambiente e aventura. Nesta perspectiva, o objetivo deste estudo é refletir sobre as concepções de aventura e de risco, manifestadas nas atividades realizadas na natureza. Esta pesquisa refere-se a uma investigação na área de estudos do lazer e se constitui em uma pesquisa qualitativa. Este estudo foi desenvolvido concomitantemente por meio de duas pesquisas complementares: bibliográfica e de campo. Por meio da pesquisa de campo, baseada em dois instrumentos (entrevista semi-estruturada e observação participante) foram investigados: os motivos que fazem as pessoas se deslocarem para ir ao encontro das atividades de aventura na natureza; bem como, seus gostos, comportamentos e valores; as formas de envolvimento dos praticantes com tais práticas e como se dá a interação entre os grupos de praticantes; como se estabelecem as relações das atividades de aventura na natureza com o cotidiano urbano, no trabalho, na família, etc. Em uma pesquisa mais ampla, foram detectadas e discutidas três categorias principais de análise: risco, nomadismo e ficção. Para este momento, contudo, este trabalho irá se limitar a apresentar as reflexões sobre risco. As atividades de aventura ocorridas em momentos de lazer, de alguma forma, parecem estar relacionadas com o elemento risco. Para alguns autores, o que define uma atividade de aventura é a busca deliberada pelo risco e a incerteza do resultado. O risco adquire um papel significativamente importante no que tange à satisfação com a experiência, sendo que o desejo de participar pode diminuir se tais riscos não existirem. Igualmente, o excesso de risco em uma aventura pode resultar na diminuição da satisfação e, até mesmo, na perda do desejo de participação. Neste sentido, o elemento risco se constitui em uma construção multidimensional, na qual o reconhecimento e a pesquisa das dimensões psicológicas, físicas e sociais podem ter implicações relevantes na administração da experiência de aventura. Vale lembrar que, apesar de, muitas vezes, as pessoas considerarem a palavra risco negativamente, por outro lado, ela também é associada à busca de resultados positivos. As percepções do risco estão diretamente vinculadas à capacidade, à experiência e ao conhecimento da pessoa com relação à atividade de aventura. Também é importante destacar que tanto quanto a busca por situações de risco, a base das atividades de aventura desenvolvidas na natureza também parece se aproximar da procura por situações novas, desafiadoras e transmissoras de novos conhecimentos. Por isso, há a necessidade de serem inseridos outros elementos para a discussão,

tais como: percepção do que é aventura e experiência subjetiva dos indivíduos. Os entrevistados mostraram que a aventura compreende três elementos: a liberdade de escolha pelo tipo e nível da atividade em si (mais ou menos arriscada, estressante, cansativa); o componente incerteza, diretamente ligado ao desconhecido, ao novo e, também, recompensas inerentes à prática (satisfação, bem-estar, superação, alegria, etc.). A aventura contemporânea apresenta razões mais relacionadas aos desejos pessoais próprios dos indivíduos que se agrupam conforme interesses comuns. Mais que um momento oportuno para a manifestação de práticas de risco propriamente ditas, a aventura está atrelada a um desejo de exploração, a uma idéia de busca pelo desconhecido, por algo novo, diferente. Ou seja, a aventura engloba a busca do brincar com o risco, caracterizando, assim, o comportamento de pessoas com um peculiar espírito aventureiro.

Apoio Trabalho: Capes

Marini, R; Forti, F - Análise do ângulo de flexão do joelho antes e após aplicação da crioterapia

Instituição: FIEL - Faculdades integradas Einstein de Limeira

ANÁLISE DO ÂNGULO DE FLEXÃO DO JOELHO ANTES E APÓS APLICAÇÃO DA CRIOTERAPIA PROBLEMA ESTUDADO: Do ponto de vista da fisiologia e da biomecânica vários mecanismos de controle são necessários para que o ser humano possa se locomover, um deles é a habilidade do senso de posição das articulações que está relacionado com um complexo processo de detecção sensorial do corpo que envolve mecanismos nervosos. Um dos fatores que pode interferir neste senso de posição das articulações é a crioterapia. Crioterapia é a aplicação terapêutica de qualquer substância ao corpo, resultando na retirada do calor corporal, diminuindo a temperatura tecidual e resultando em diversos efeitos fisiológicos. Segundo alguns autores, um dos efeitos da crioterapia é a diminuição da condução do impulso nervoso que poderia afetar a propriocepção. No entanto, outros autores demonstraram que isso não ocorre. Diante do exposto, constituiu-se como problema da pesquisa realizada, verificar a influência da crioterapia na propriocepção do joelho em indivíduos saudáveis. **OBJETIVOS:** Avaliar a influência da crioterapia na propriocepção articular do joelho de indivíduos saudáveis. **MÉTODOS:** Participaram do estudo 10 voluntárias, do sexo feminino, 3,4 anos e sem patologias, sedentárias, com idade média de 24,6 patologias osteomioarticulares nos membros inferiores. Inicialmente, a voluntária foi posicionada na maca em decúbito dorsal, com os membros inferiores em posição neutra. Foram colocados 3 marcadores esféricos pretos com 1,5cm de diâmetro sobre a pele das voluntárias, o primeiro sobre o trocânter maior do fêmur, o segundo na interlinha articular do joelho (face lateral) e o terceiro sobre o ápice do maléolo lateral, todos estes pontos foram determinados pela palpação. Estes marcadores têm a finalidade de auxiliar a mensuração do ângulo no software Corel Draw11®. Nesta posição, os olhos da voluntária foram vedados e permaneceram desta forma até o final das coletas. Cabe salientar que a avaliação foi realizada no membro dominante. O procedimento experimental foi dividido em 3 fases: teste, pré-crioterapia (PC) e imediatamente após a crioterapia (IPC). Na primeira fase, o membro inferior dominante da voluntária foi posicionado passivamente pelo terapeuta a uma flexão do joelho de 80°, confirmada por um goniômetro universal. Em seguida, a voluntária posicionou ativamente seu joelho dominante na angulação que acreditava ser de 80° de flexão, condição denominada de PC. Em seguida, foi realizada a tomada da imagem. Após este registro, teve início a aplicação da crioterapia através de pacote de gelo (2 kg), fixado por meio de atadura de crepe no joelho dominante da voluntária por 30 minutos. Para o teste IPC os dados foram coletados imediatamente após a retirada do gelo. Nos procedimentos PC e IPC, foi realizada a fotometria para posterior mensuração do ângulo de flexão do joelho, sendo que em cada uma das fases foram registradas 3 imagens. Para análise dos dados, as imagens foram digitalizadas no software e alinhadas pelo mesmo. Em seguida, era determinado o centro dos marcadores (ponto médio) por meio da ferramenta retângulo e o alinhamento das réguas vertical e horizontal. Após, pela ferramenta de dimensão angular do software, foi selecionado o ponto médio da interlinha articular do joelho e arrastado nos marcadores, primeiro do trocânter maior do fêmur e por último o do maléolo lateral. Feita esta marcação, o software Corel Draw 11® apresentava automaticamente o valor (em graus) da angulação do joelho. A Análise estatística constou do teste de Shapito-Wilk seguido pelo teste Wilcoxon com significância de 5%. **RESULTADOS:** Não houve diferença significativa na angulação do joelho antes e após a aplicação da crioterapia por trinta minutos. **CONCLUSÃO:** Diante das condições experimentais utilizadas, verificou-se que não houve alteração significativa na angulação do joelho em indivíduos saudáveis após a aplicação de crioterapia.

Marques, V.C. - As Experiências Emocionais Vivenciadas na Aula de Educação Física - Ensino Fundamental I

Instituição: Faculdade Adventista de Educação Física - IASP

Nossos dias são repletos de emoções tanto positivas quanto negativas que influenciam na nossa qualidade de vida. E, devido aos efeitos dessas emoções em nosso organismo, foi o motivo de interesse desse estudo que com o objetivo de conhecer os efeitos fisiológicos, neurológicos e corporais das emoções para proporcionar aos profissionais que atuam diretamente com pessoas conhecerem e terem consciência das emoções que geram os sentimentos que influenciam em nossas atitudes. Considerando o respaldo da comunidade científica dos sistemas relacionados às emoções e sentimentos e a sua importância na nossa vida, o foco do estudo foi o funcionamento do organismo decorrente de uma emoção que gera o sentimento a partir da consciência da mesma. Chegou-se a conclusão que a Educação Física com seus conteúdos escolar proporciona aos alunos vivências de diferentes emoções e com o conhecimento do professor sobre esta questão permitirá ao aluno o conhecimento e consciência de suas emoções e sentimentos através das diferentes sensações e expressões durante as aulas.

Martins, J.L.; Lana, R.; Agostini, G. - Relação entre concentração de lactato e tempo de permanência até a exaustão em diferentes cargas no leg press 45°

Instituição: Universidade Federal de Uberlândia

O Limiar de lactato é definido como a intensidade submáxima de exercício que promove um rápido e sustentado aumento da concentração de lactato sanguíneo (Kumagai,1982). Em intensidades de exercício específica existe uma produção aumentada de ácido láctico resultante do início de uma glicólise anaeróbica. Este mecanismo de limiar de lactato indica que a intensidade de exercício abaixo dele pode ser mantida por um período mais prolongado sem fadiga, sendo assim o objetivo desse trabalho foi verificar a relação entre concentração de lactato e o tempo de permanência até a exaustão nas diferentes intensidades de exercício resistido. Metodologia: Amostra: 12 homens estudantes de educação física com desvio padrão de idade, massa corporal e estatura de respectivamente: $22,21 \pm 2,48$; $78,58 \pm 8,78$; $1,83 \pm 0,076$. Todos os sujeitos foram voluntários e assinaram a carta de consentimento para a participação do experimento. Todos os voluntários realizaram 3 testes até exaustão no mesmo horário do dia. Eles foram realizados com pelo menos 96 horas de intervalo um do outro. Para cada teste os voluntários foram encorajados verbalmente para continuar até o máximo. A exaustão era determinada quando o participante não conseguia fazer mais aquilo que foi proposto associado a uma exaustão visível e a palavra do voluntário. Foi pedido aos participantes que iniciassem um repouso um dia antes dos testes e que sua última refeição fosse 3 horas antes da realização do mesmo. Os três testes foram precedidos de um aquecimento realizado em ciclo ergométrico por 3 minutos. O teste começava imediatamente após esse aquecimento. Todos os testes foram realizados em aparelho de leg press 45°, no qual o voluntário deveria fazer uma extensão do joelho quase completa com limitação de 90° no retorno. Os testes foram realizados de forma aleatória com cargas compreendidas entre 80,50 e 20% da carga máxima de cada indivíduo. A frequência cardíaca foi monitorada pelo polar 810i. Determinação do Lactato: A coleta de amostras de sangue no capilar foram tiradas antes e cinco minutos após a finalização do teste. O sangue foi colocado em enpendorfes compostos com 25µl fluoreto de sódio. As amostras sanguíneas foram analisadas imediatamente após em lactímetro modelo YSI 1500 Sport, Yellow Springs. Resultados: O número máximo de repetições até a exaustão foi de 14,78% $\pm 5,78$ para 80% da 1 RM; 39,44 $\pm 11,63$ para 50%; 206,11 $\pm 136,63$ para 20% da 1RM, os valores de Lactemia foram de 7,48 $\pm 2,78$; 9,03 $\pm 2,59$; 6,22 $\pm 2,92$; 2,65 $\pm 1,24$, respectivamente para 80,50 e 20% da 1RM. Os valores para a carga de 50% da 1RM foram significativamente maiores que para os percentuais de 80 e 20%. O motivo da concentração de lactato ser maior em 50 do que em 80% pode ser explicado pelo fato de uma maior utilização glicolítica uma vez que degradação da CP nesta intensidade foi menor por repetição. Os valores de lactemia a 20% foram considerados elevados visto que essa intensidade situa-se abaixo do limiar de lactato em exercício resistido, porém não necessariamente a acidose foi a causadora da fadiga, existem outros fatores que podem ter sido determinantes como o aporte insuficiente de oxigênio intracelular ou uma baixa qualidade dos processos metabólicos. Com isso conclui-se que o tempo de permanência até exaustão em diferentes cargas está diretamente relacionado com os valores de lactemia produzidos pelo exercício.

Mascarenhas, J; Iamut, E; Bezerra, E; Lima, C; Silva, A - Atividade física aplicada a crianças soropositivo

Instituição: UNINORTE - Curso de Educação Física

Os portadores do vírus HIV apresentam debilidade no sistema cardíaco e muscular, sendo mais suscetíveis ao desenvolvimento da hipertensão e perda constante da massa corporal. Atualmente existe informações suficientes sugerindo que os exercícios físicos não são deletérios para pacientes infectados pelo HIV, podendo, ao contrário, proporcionar benefícios físicos e psicológicos. Estudos recentes demonstraram efeito estimulador do sistema imunitário, motivado pela atividade física de moderada intensidade, especialmente entre indivíduos infectados. Desta forma, o objetivo do presente

estudo foi analisar a influência de um programa de atividade física regular sobre variáveis morfológicas e neuromusculares em crianças soropositivas vinculadas ao projeto da Instituição Casa Vhida desenvolvido na cidade de Manaus. Foram submetidas ao programa 10 crianças com $8,20 \pm 1,93$ anos, $128 \pm 0,11$ cm, $26,5 \pm 8,16$ kg. As variáveis morfológicas, como o percentual de gordura (%G) foram verificadas pela equação sugerida por Boileau (1985) assim como, para o cálculo dos componentes do somatotipo (END, MES e ECT) foi utilizada a equação sugerida por Health & Carter (1980). Para verificar as capacidades neuromusculares, foi utilizado o teste de sentar e alcançar para a flexibilidade (FLEX), no entanto para medir a força de membro superior do lado direito e esquerdo (FMS) e membro inferior (FMI) foi utilizado o dinamômetro adaptado para estes dois segmentos, todos os testes neuromusculares seguiram os protocolos preconizados por Johnson & Nelson (1979). O programa de atividade física teve a duração de 12 semanas com duas sessões semanais. Cada sessão teve duração de 60 minutos, constituindo-se de três partes: a) 10 minutos de introdução com atividades motoras de alongamento; b) 45 minutos de instrução e prática de atividades motoras e atividades recreativas em grandes grupos e estações; c) cinco minutos de encerramento, com discussão sobre as atividades realizadas com o objetivo de volta a calma, sendo todas as sessões aplicadas pelo mesmo professor. O tratamento estatístico foi de forma descritiva utilizando média e o desvio padrão para todas as variáveis, sendo que para a comparação entre o período pré e pós programa foi utilizado um teste T-Student para amostras dependentes, com nível de significância de 0,05. Os resultados evidenciam que as variáveis morfológicas como %G ($14,18 \pm 3,714$ e $13,77 \pm 4,03$), END ($3,09 \pm 0,93$ e $2,76 \pm 0,68$) e ECT ($3,10 \pm 2,05$ e $3,07 \pm 1,95$) não apresentaram diferenças entre os períodos pré e pós aplicação do programa, respectivamente. O mesmo ocorreu com as variáveis neuromusculares onde a FLEX ($24,6 \pm 4,81$ cm), FMS do lado direito ($13,2 \pm 6,21$ e $11,5 \pm 6,2$ Kgf) e lado esquerdo ($11,2 \pm 5,69$ e $10,95 \pm 5,79$) e FMI ($28,6 \pm 17,86$ e $30,1 \pm 12,58$ Kgf). No entanto, a única variável que apresentou diferenças significativas entre os períodos analisados foi a MES ($3,08 \pm 0,91$ e $3,60 \pm 1,06$). Apesar da ausência de diferenças significativas ocorreram mudanças quando da observação dos valores absolutos, o que demonstra uma resposta positiva quando da aplicação de atividade física sistematizada em crianças soropositivos.

Apoio Trabalho: Centro Universitário do Norte - UNINORTE e Instituição Casa Vhida

Mascarenhas, J; Iamut, M; Bezerra, E - Diferenças entre o IMC e o RCQ de escolares

Instituição: Centro Universitário do Norte - UNINORTE

O controle de doenças como a obesidade e cardiopatias podem ser realizadas em âmbito escolar por medidas antropométricas, como sugerido pela Organização Mundial de Saúde - OMS (1998), esta propeõe o uso da relação entre o peso e a estatura para obtenção de parâmetros no controle do peso corporal e entre a cintura e o quadril para indicativo do risco de doenças cardíacas. Portanto, o objetivo do presente estudo foi comparar o índice de massa corporal (IMC) e da relação entre a cintura e o quadril (RCQ) entre homens e mulheres de uma escola particular e uma pública da cidade de Manaus. A amostra foi composta de 260 estudantes, sendo que , os homens da escola pública apresentavam $15,86 \pm 1,77$ anos, $59,26 \pm 13,56$ kg e $167 \pm 0,10$ cm e as mulheres $14,54 \pm 1,88$ anos, $49,40 \pm 8,86$ kg e $156 \pm 0,07$, assim como, os homens da escola particular apresentavam $13,63 \pm 2,23$ anos, $55,44 \pm 15,7$ kg e $1,60 \pm 0,14$ cm e as mulheres $13,35 \pm 2,31$ anos, $50,7 \pm 12,2$ kg e $154 \pm 0,10$ cm. Para calcular o IMC foi utilizada a relação da divisão entre a massa corporal e a estatura elevada ao quadrado, assim como, para o RCQ a relação da divisão da circunferência da cintura pela do quadril. A estatura foi verificada com um estadiômetro com escala de 0,1cm e a massa corporal com uma balança digital (Toledo®) com precisão de 100g, sendo que medidas de circunferência foram coletadas com uma fita antropométrica flexível (Sanny®). Os valores de tendência central e dispersão foram utilizados para descrever os grupos, assim como, um teste t-student para amostras independentes com significância de $p < 0,05$ para comparar as variáveis entre os diferentes gêneros. Os resultados demonstram para os homens que apesar de não haver diferenças entre o IMC das escolas analisadas, pública ($21,22 \pm 3,21$ Kg/m²) e particular ($21,31 \pm 3,67$ Kg/m²), o RCQ apresentou diferença, pública (0,78) e particular (0,85). Porém, para as mulheres foram observadas diferenças nas duas variáveis quando comparado os dois grupos, IMC pública ($20,24 \pm 2,84$ Kg/m²) e privada ($21,32 \pm 3,72$ Kg/m²), assim como, o RCQ publica (0,78) e privada (0,84). Estes resultados podem ser indicativos que o sobrepeso é fator prevalente nas escolas, tanto pública como privada e que a associação deste sobrepeso com o acúmulo de gordura na região abdominal e quadril são indicativos do aumento de risco para desenvolvimento de doenças associadas ao sistema cardíaco.

Apoio Trabalho: Centro Universitário do Norte - UNINORTE

Mascarenhas, J; Silva, A - O jogo e a indisciplina escolar

Instituição: Centro Universitário do Norte - UNINORTE

Ao estudarmos o contexto escolar observamos que a indisciplina escolar constitui um dos desafios mais críticos com os quais se defrontam instituições de educação básica, sejam elas públicas ou privadas deste país. Atualmente esse fator aumentou significativamente, constituindo a principal causa de estresse e de insatisfação dos profissionais da área de educação, interferindo ativamente na qualidade do ensino. Através da pesquisa – ação e do instrumento observação e entrevista estudamos uma turma considerada indisciplinada pela equipe pedagógica da escola. Essa turma era de 32 alunos da 5ª série do ensino fundamental da cidade de Manaus. O comportamento agressivo, o não cumprimento das normas e a falta de interesse pelo aprendizado conspiraram para que a turma fosse rotulada como indisciplinada. E como consequência apresentavam um baixo rendimento escolar. Ao investigarmos quais seriam os possíveis motivos para a indisciplina verificamos, através de depoimentos dos professores que trabalham nessa escola, que são vários, dentre eles encontram-se forte influência de ídolos violentos, carências sociais, autoritarismo e despreparo por parte do professor e o mais comentado foi educação familiar, ou seja, falta de educação, regras, limites que a família deixou de exigir de seus filhos. No jogo com regras o resultado da atividade é alcançado apenas pelo cumprimento das normas do jogo e, uma vez que tais normas estão à disposição de todos os participantes, envolverá competição, perdedores e ganhadores, o que vai implicar numa autonomia sobre seu comportamento e uma auto-avaliação da criança em relação aos demais envolvidos no jogo. Entendendo o jogo como uma atividade prazerosa para a criança e, como um método que pode proporcionar para elas desenvolvimento em termos de respeito de regras e de seu próprio limite, buscamos no jogo e suas regras uma forma de minimizar a indisciplina da turma estudada. Durante a aplicação dos primeiros jogos com regras observamos que muitos alunos não cumpriam as regras, ou seja, as ignoravam para poderem vencer e/ou conquistar mais pontos. Entretanto, após o término de cada jogo fazíamos a avaliação do desenvolvimento. Nessas avaliações os próprios alunos admitiam que não respeitavam as regras e entendiam que o jogo ficava desinteressante, pois todos a tentavam burlar. Nos últimos jogos todos já cumpriam as regras e prestavam mais atenção na hora da explicação. Nas avaliações realizadas a cada final de jogo discutíamos também sobre as regras da escola e da sala de aula e o porque do não cumprimento das mesmas. Era enfatizado que além dos deveres, os alunos possuíam também seus direitos. Segundo Celso Vasconcellos “O aluno deve saber que, ao lado de seus deveres, tem direito a dúvida, a um ensino de qualidade, a uma aula bem preparada, a conhecer de forma transparente as regras do jogo” (2006, p.27). É importante que os alunos percebam que à medida que cumprirem seus deveres terão seus direitos assegurados. As intervenções realizadas com os alunos da escola estudada obtiveram bons resultados, visto que houve mudanças significativas no comportamento dos mesmos, melhorando o ambiente escolar e possibilitando um aprendizado com mais qualidade. A turma trabalhou em equipe, o que melhorou a integração dos alunos no ambiente escolar. Através dessas intervenções constatamos que os jogos são instrumentos para exercitar e estimular um agir-pensar com lógica e critério. Dessa forma proporciona condições para jogar bem e ter um bom desempenho escolar. A participação em jogos de grupo permitiu conquista cognitiva, emocional, moral e social para os alunos, uma vez que agiram como produtores de seu conhecimento, tomando decisões e resolvendo problemas, o que consiste em estímulos para o desenvolvimento da competência escolar e a formação de verdadeiros cidadãos.

Apoio Trabalho: Centro Universitário do Norte - UNINORTE

Masseli dos Reis, I; Gomes de Araujo, G; Gobatto, C - Determinação da densidade corporal em ratos wistar utilizando pesagem hidrostática

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Em protocolos de natação para ratos a intensidade do esforço é obtida adicionando-se pesos, atados ao dorso do animal relativos a porcentagens de seu peso corporal. O aumentando da sobrecarga é proporcional ao peso natural do animal. Desse modo, não são levadas em consideração à composição corporal, nem a densidade corporal do animal. É provável que diferenças na composição corporal do animal resultem em diferentes densidades e consequentemente em variações nas intensidades utilizadas durante o treinamento. Dessa maneira, o objetivo do presente estudo foi determinar a densidade corporal de ratos Wistar através de um sistema de pesagem hidrostática e verificar se existe diferença nos valores de densitometria nas situações viva e sacrificada. Para isso, foi utilizado um total de 10 ratos machos da linhagem Wistar com aproximadamente 110 dias de idade e pesando em média $418,1 \pm 26,6g$. A densidade dos animais foi determinada, de forma duplamente indireta, por pesagem hidrostática. Os animais foram pesados e depois submetidos à densitometria em duas situações: viva (com o animal anestesiado - Ketamina/Xilazina 150 μ L/100g) e sacrificada (sem ar nos pulmões). Anteriormente a mensuração da densidade corporal (Massa/Volume), foi necessário determinar o volume corporal através da equação: $\text{Peso no Ar} - \text{Peso na Água} / \text{Densidade da água}$ (0,9963g/ml). Para comparação dos valores entre os métodos de pesagem foi utilizado teste t student para amostras dependentes. Foi determinada uma densidade média dos animais de

1,05 ± 0,01 DP e 1,06 ± 0,01 g/ml nas condições viva e sacrificada respectivamente. Não foi encontrada diferença significativa ($P < 0,05$) entre as pesagens ($P = 0,06$). Pode-se concluir que a pesagem hidrostática na situação viva corresponde aos mesmos valores da densitometria com aspiração do ar dos pulmões. Além disso, ainda são necessários mais estudos que realmente testem à confiabilidade do novo método de pesagem hidrostática para aplicação em experimentos envolvendo ergômetro de natação.

Apoio Trabalho: FAPESP e CNPq

Matthiesen, S. Q.; Fioravanti, C. A. A. - Atletismo para crianças e jovens: sobre o projeto extensão universitária da Unesp - Rio Claro

Instituição: Unesp - Rio Claro - IB - Depto de Educação Física

RESUMO: Este artigo tem como objetivo descrever as atividades do Projeto de Extensão Universitária “Atletismo para crianças e jovens” desenvolvido na pista de atletismo da Unesp – Rio Claro. Desenvolvido desde 1999, o projeto, em 2006, realizou além de aulas semanais, visitas à pista de atletismo da Universidade. As aulas semanais do projeto foram destinadas a alunos entre 10 e 16 anos, baseadas em jogos pré-desportivos envolvendo habilidades motoras básicas como saltar, correr, lançar e arremessar enquanto que as visitas, objetivando o conhecimento por parte dos alunos de escolas da Rede de Ensino de Rio Claro, do espaço e dos materiais oficiais do atletismo, também ocorreu como forma de divulgação do Projeto de Extensão Universitária. Assim, as visitas reuniram um número enorme de participantes, entre crianças, jovens e alunos de graduação em Educação Física da Unesp – Rio Claro que puderam, por meio dele, ter contato com essa modalidade esportiva tão negligenciada nas escolas brasileiras durante as aulas de Educação Física. Isso, certamente, faz desse projeto algo de fundamental importância na formação das crianças e jovens da comunidade rio-clarense, razão pela qual deverá ter continuidade nos anos seguintes. Palavras-chaves: atletismo; extensão universitária; esporte.

Apoio Trabalho: Proex/Unesp

Maziero, R.M.Z.M.; Fenalti, R.C.S.F. - Dança livre

Instituição: Centro Universitário Central Paulista - Unicep

Viver intensamente algumas horas na semana com pessoas de diferentes faixas etárias e contextos sociais foi à experiência do Projeto de Dança Livre. Neste projeto a educação do movimento esteve apoiada na consciência das interações entre corpo e alma sem criar dicotomias. O intuito foi de tentar estimular os alunos a capacidade de se expressarem de forma autônoma, criadora e satisfatória, vivenciando a dança e o movimento espontâneo de uma forma harmônica, de um exercício gratuito que nada traz além de uma alegria pessoal. Apoiado na metodologia de LABAN (1958), para quem a dança é, essencialmente, uma poética dos movimentos do corpo no espaço e certo de que o movimento humano é sempre constituído dos mesmos elementos, seja na arte, no trabalho e na vida cotidiana. O autor empreende um estudo exaustivo sobre estes elementos constitutivos e sua utilização, dando ênfase tanto à parte fisiológica, quanto à parte psíquica que levam o ser humano a se movimentar, dirigindo seu trabalho principalmente para a dança como meio de educação. Portanto, os objetivos do projeto foram: estimular o intercâmbio entre gerações, independente do sexo; ressaltar a importância da arte – dança como da sociedade, juntamente a sua ação educativa; proporcionar bem estar geral; desenvolver consciência corporal; experienciar o movimento em relação ao tempo, à dinâmica e ao espaço; estimular os sentidos tátil, visual e acústico; desenvolver a motricidade fina e geral; improvisar nas formas de dança desenvolvendo a capacidade de exploração, individualidade, iniciativa, espontaneidade, flexibilidade e síntese; abranger também o âmbito social e comunicativo através da autonomia, responsabilidade, cooperação contemplando o elemento lúdico nas vivências. Para realização deste projeto utilizou-se aparelho de som, cds com ritmos variados, pandeiro, balões de borracha, bolas de tênis, papel cenário, arcos, lenços, jornais, cordas, textos, gravuras, esculturas, pequenos palcos. O Projeto teve a duração de 34 horas (primeiro semestre) e foi realizado na Oficina Cultural Sérgio Buarque de Holanda – São Carlos. No segundo semestre teve duração de 24 horas, em cada local que foi realizado: Centro Cultural de Brotas e Centro Cultural de Dois-Córregos. A Oficina foi oferecida de forma gratuita a comunidade entre 14 e 65 anos, contando com a presença de pessoas de ambos sexos. O método utilizado foi o de LABAN (1958) que estudou as leis do movimento que regem ao mesmo tempo a dança e o trabalho, sendo que uma de suas descobertas principais é a relação entre as orientações do movimento e suas seqüências no espaço, incluindo regras de proporção, da plástica, da perspectiva e do ritmo, considerando também a dança no contexto das relações humanas. Pode-se perceber que ao final das oficinas, as diferenças de faixas etárias dos participantes foi motivo que aproximou tais pessoas, principalmente, por causa das atividades propostas, nas quais os

grupos desenvolveram criações coletivas. Houve troca de experiências de vida, comunicação, tomada de consciência de si e do outro, ressaltando assim o papel educativo da dança, onde toda a pessoa está engajada enquanto ser humano. Observou-se também que estimular a descoberta do corpo em movimento pelo aluno sem necessariamente impor exercícios técnicos, mas através de estímulos que o conduzam a uma atuação criativa e uma expressão individual trouxe consciência do corpo e do movimento ao mesmo tempo em que também desenvolveu habilidades físicas (postura, equilíbrio, coordenação, domínio espacial, musicalidade, harmonia de movimentos), pois de acordo com BERGE (1975), a educação corporal nada tem a ver com o aprendizado de gestos codificados. LABAN (et.al GARAUDY, 1973) relata o que dá grandeza à dança não é o fato de ensinarem uma moral, uma religião ou uma política, e sim na medida em que proporciona a tomada de consciência da vida e o fato de despertarem no ser humano o sentimento de ser responsável pelo destino e livres em suas ações.

Mazzeo, R.T.; Anaruma, C.A.; Araújo, E.M.; Alfredo, P.P.; Casarotto, R. - A natação na prevenção e manutenção da morfologia da cartilagem articular da cabeça do fêmur. Estudo em ratas castradas e submetidas a um hormônio esteróide anabolizante

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A osteoartrose é uma doença que se caracteriza como um fenômeno degenerativo dos tecidos articulares. A deficiência de estrógeno está associada com o aumento da incidência de osteoartrose em mulheres pós menopausas. Como a cartilagem é um tecido sensível a hormônios a utilização de anabolizantes, associado ao exercício, pode trazer alterações em seu processo degenerativo. O propósito do estudo foi descrever as alterações estruturais na cartilagem articular da cabeça do fêmur em ratas com menopausa já instalada, suplementadas com um esteróide anabolizante e submetidas a um exercício de contração dinâmica, a natação. Utilizamos 40 ratas Wistar, com 90 dias, distribuídas em oito grupos: sedentário controle (SC), sedentário ovariectomizado (SO), sedentário anabolizado (SA), sedentário ovariectomizado e anabolizado (SOA), treinado controle (T), treinado ovariectomizado (TO), treinado anabolizado (TA) e treinado ovariectomizado e anabolizado (TOA). Os animais pertencentes aos grupos anabolizado receberam o anabolizante Deca-Durabolin (Decanoato de Nandrolona). O protocolo de treinamento consistiu de natação, cinco vezes por semana, no decorrer de nove semanas durante 60 minutos, com sobrecarga equivalente a 5% de seus respectivos pesos corporais. Para a análise das cartilagens utilizou-se Microscopia Eletrônica de Varredura. O grupo S não mostrou qualquer alteração significativa que pudesse ser atribuída a sua condição. Nos animais do grupo SA, observou-se que os condrócitos presentes na região superficial apresentavam-se mais expostos e perceptíveis, descamando-se ou até mesmo ausentes de suas lacunas. As fibras de colágeno estavam mais abundantes e espessas. Nos animais do grupo SO, observamos o mesmo padrão de distribuição das fibras de colágeno do grupo SA, porém, não foi encontrado condrócitos expostos na superfície articular. Nos animais do grupo SOA a cabeça do fêmur apresentou, depressão na matriz extra-celular, indicando deterioração em pontos desta superfície. Em um dos animais, foi possível observar uma acentuada degeneração em um ponto da matriz extracelular a qual deixou exposto o osso subcondral. No grupo T observou-se ondulações nas regiões sujeitas ao atrito e irregularidades na matriz extracelular, porém, as fibras de colágeno localizavam-se mais profundamente. Localizou-se condrócitos expostos e em descamação. No grupo TA as irregularidades na superfície da articulação são mais evidentes e a descamação aparece com mais frequência e intensidade. Nos animais do grupo TO a superfície articular, apresentou depressões, porém, com as fibras de colágeno integras e envolvidas pela matriz. Na metade dos animais do grupo TOA as regiões próximas da fôvea da cabeça do fêmur estavam desgastadas, apresentaram depressões irregulares na matriz extra-celular deixando exposta a camada de condrócitos superficiais com alguns em descamação. De acordo com os resultados obtidos, concluímos que o sedentarismo provoca adelgaçamento das fibras de colágeno e exposição de condrócitos, em ratas menopausadas este quadro fica mais intenso e evidente com uma marcante descamação de condrócitos superficiais. O treinamento protege a superfície articular, pois o colágeno mais espesso garante a integridade dos condrócitos, porém em ratas menopausadas o treinamento não foi suficiente para a manutenção do colágeno, levando a um quadro muito parecido ao apresentado nas ratas sedentárias. O uso de um esteróide anabolizante tanto nos animais sedentários como nos treinados, não produziu efeito condroprotetor.

Medeiros, M; Rosa, M - A importancia da elaboração de um programa de prevenção postural no ambiente escolar

Instituição: Faculdades Integradas Fafibe - depto de Educação Física

Resumo Problemas posturais vêm sendo considerado um grave problema de saúde pública, gerando dor, incapacidade e doenças cardiopulmonares. Essas patologias diminuiriam consideravelmente se fossem realizadas prevenções de desvios posturais desde a fase escolar, pois esta é a fase onde se desenvolve estes desvios e a fase de maior adaptabilidade da coluna. Essa prevenção na escola é dever do professor de Educação Física, por ser este o educador do corpo. Porém, este assunto vem sendo esquecido pelos professores de Educação Física. O objetivo do presente estudo foi verificar a quantidade de alunos que sentem dores nas costas e como elas se manifestam e verificar se este assunto vem sendo abordado durante as aulas de Educação Física. Foi aplicado um questionário contendo dezoito questões fechadas e duas abertas para 117 alunos do Ensino Fundamental com a faixa etária compreendida entre 11 e 14 anos de idade. Verificou-se nos dados coletados os seguintes resultados: 70,94% das crianças disseram sentir dores nas costas, 50,60% dos que responderam sentir dores nas costas disseram que essa dor atrapalha na realização de suas atividades diárias e 70,94% disseram nunca ter tido aula que abordasse este assunto. Dessa forma, conclui-se que o professor de Educação Física não está desempenhando seu papel de educador do corpo. É preciso que haja realmente uma Educação Física de qualidade para que estes desvios diminuam, portanto, é importante a abordagem desse assunto em aulas de Educação Física e a realização de um programa de prevenção de desvios posturais, pois as crianças em sua maioria estão sentindo dores que estão incapacitando-as nas suas atividades diárias. É dever do professor de Educação Física cuidar para que estes alunos não se tornem adultos incapacitados para uma vida social ativa. Palavras chaves: desvios posturais, prevenção.

Melo, B. O.; Merino, R.; Almeida, A. G. - Comparação entre métodos de avaliação da capacidade aeróbia de triatletas em natação

Instituição: Puc Campinas- FAEF

A capacidade aeróbia é de extrema importância para o bom desempenho de triatletas, sendo solicitada para a realização das três modalidades exigidas durante uma prova. Especificamente em natação, a avaliação da capacidade aeróbia tem sido feita, dentre outros métodos, através do teste denominado T30. Por outro lado, o teste de V_{Crit} também tem sido amplamente utilizado em natação e oferece bons parâmetros para avaliar o desempenho aeróbio. Portanto, o teste deve ter igual aplicabilidade no triatlo quando usado para avaliar a capacidade aeróbia durante a natação. O objetivo do presente estudo foi comparar o desempenho no T30 com a V_{Crit} em natação, de triatletas de alto rendimento da região de Campinas. Dez triatletas (6 masculinos e 4 femininos) foram submetidos a dois testes para verificar o desempenho aeróbio em natação. No primeiro teste, cada atleta realizou nado livre com duração de trinta minutos, sendo orientado a percorrer a maior distância possível. No segundo dia de teste, os atletas nadaram 200 e 400m em velocidade máxima para obtenção dos dados necessários para calcular a V_{Crit}. O cálculo da V_{Crit} foi realizado através de regressão linear entre tempo e distância de nado ($D = CNA + V_{Crit} * t$). Os resultados do T30 e da V_{Crit} foram comparados através de correlação de Pearson com nível de significância pré estabelecido em $p < 0,05$. Os dados revelaram que no teste de T30 os atletas nadaram em média $1975 \pm 113,65$ m. Nos tiros máximos de 200m o tempo foi de $153 \pm 16,94$ s e no de 400m $311 \pm 27,54$ s. Consequentemente, a V_{Crit} desses triatletas foi $1,25 \pm 0,13$ m/s. O T30 mostrou correlação significativa com V_{Crit} de $r = 0,63$. Entretanto, a correlação dos tempos de 200 e 400m com o T30 foram mais altas, sendo $r = -0,70$ e $r = -0,75$, respectivamente. Os resultados demonstram que através do teste de V_{Crit} em natação, pode-se estimar a capacidade aeróbia de triatletas. Essa avaliação é uma alternativa viável para o monitoramento e prescrição do treinamento, já que utiliza uma metodologia relativamente simples.

Menezes, D. R.; Moraes, F.C.C. - O jogo na educação infantil: uma análise da concepção e prática dos professores

Instituição: UFMS - Depto de Educação Física

A criança ao nascer integra um contexto natural e social no qual se encontra a organização familiar, práticas sociais e hábitos de vida de determinado momento histórico e cultura. Neste ínterim a criança está em constante processo de aprendizagem e desenvolvimento, adaptando-se ao ambiente e modos de vida junto às pessoas que a rodeia. Num exercício de compreensão do mundo, ela atende e vivencia, por meio de jogos e brincadeiras, suas necessidades, anseios e desejos, em contínuo processo de experimentação e descoberta. Dentre as ações educacionais institucionais organizadas para atender a criança encontra-se a Educação Infantil, como mediadora nos processos de aprendizagem e desenvolvimento infantil, e com o professor podendo possibilitar a criação de espaços e tempos para jogos infantis, valorizando o lúdico no contexto educacional, propiciando à criança num constante movimentar-se a possibilidade de criar, imaginar, explorar, adquirir consciência sobre si e sobre o mundo, atendendo as suas necessidades corporais, sociais e afetivas. Nesta perspectiva apresenta-se o presente estudo com o objetivo de investigar as concepções, práticas pedagógicas e espaços dos

jogos na Educação Infantil, considerando sua utilização enquanto conteúdo e recurso pedagógico educacional para esta etapa de escolarização. Para tanto se realizou pesquisa de natureza descritiva no contexto escolar da rede municipal de ensino, em Campo Grande-MS, utilizando-se como instrumentos de investigação a entrevista e a observação do contexto e ação pedagógica de professores (03). Interpretando o contexto constatou-se que os jogos e brincadeiras são importantes para o desenvolvimento infantil, e as professoras pesquisadas concebem que o mesmo deve ser utilizado como recurso pedagógico, sendo este um instrumento para processos de ensino-aprendizagem, satisfazendo desejos e necessidades, ao mesmo tempo em que as crianças aprendem e desenvolvem suas potencialidades. Foi constatado o valor educacional atribuído ao jogo, que este deve ser parte integrante da Educação Infantil tendo relação com diferentes disciplinas escolares, sendo um aliado nas práticas pedagógicas, entre outros como recurso pedagógico de caráter facilitador de aprendizagem, devido ao aprendizado prazeroso das crianças. O jogo faz parte do desenvolvimento da criança, favorecendo o desenvolvimento de aspectos motores, cognitivos, afetivos, sociais, morais. O contexto educacional pesquisado apresenta uma diversidade de espaços para o jogar, e dispõe de recursos materiais, particularmente de brinquedos. Ainda que existentes esses espaços e recursos, os mesmos apresentam limitações quanto a dimensões e quantidade. Considerando que uma das características próprias da criança é o jogar, enquanto constante prática corporal de caráter lúdico, entende-se que a criança num movimentar-se, além de adquirir noções do mundo, apropria-se de conhecimentos do acervo cultural e corporal acumulado historicamente pela humanidade. Considera-se também que a prática dos jogos no contexto educacional pode estar associada à utilização da mesma como recurso ou estratégia de ensino para apreensão de conteúdos ou objetos de conhecimentos escolares.

Menin, Hemily; Lucato, Sidimar - Indicadores motivacionais em equipe do futebol de campo, participante do Campeonato Brasileiro da série A de 2006

Instituição: FESB

O futebol brasileiro constitui-se em uma inesgotável fonte de pesquisa no cenário acadêmico. Para isso, a Psicologia do Esporte tem um importante papel a desempenhar, pois nota-se o despreparo psicológico dos atletas dentro e fora de campo. Com um respaldo melhor, desde as fases iniciais do aprendizado da modalidade, haveria uma maior probabilidade de auxiliar os jogadores a lidarem com a pressão da competição em todos as suas dimensões – sociais, financeiras, culturais e de mídia, bem como planejar a sua carreira e o seu futuro profissional. Para tanto, este estudo teve o objetivo de identificar os fatores motivacionais envolvidos nos aspectos financeiros e de torcida. Um inventário foi aplicado a onze jogadores titulares do futebol paulista, participantes do campeonato brasileiro 2006, série A e os resultados mostraram que a torcida exerce um papel fundamental na motivação do atleta, além disso notou-se também a predominância de respostas ligadas ao dinheiro, sucesso e status social, sendo a independência financeira e a fama os seus principais objetivos na carreira.

Apoio Trabalho: Fundação Municipal de Ensino Superior de Bragança Paulista - FESB

Metzner, A.C. - Os tipos de brinquedos e brincadeiras presentes na educação infantil

Instituição: Faculdades Integradas Fafibe

O ato de brincar e, por decorrência, os brinquedos e as brincadeiras são de suma importância para o desenvolvimento integral da criança pequena. Dessa forma, o presente trabalho tem por objetivo expor os tipos de brinquedos e brincadeiras presentes na Educação Infantil. Utilizamos como procedimentos metodológicos a revisão de literatura e observações sistematizadas em duas escolas de Educação Infantil localizadas na cidade de São Carlos (SP). Os brinquedos e brincadeiras, segundo Kishimoto (2001), podem ser classificados em quatro modalidades: 1-) Brinquedo Educativo (entendido como recurso que ensina, desenvolve e educa de forma prazerosa); 2-) Brincadeiras Tradicionais (a brincadeira tradicional infantil, filiada ao folclore, incorpora a mentalidade popular, expressando-se, sobretudo, pela oralidade); 3-) Brincadeiras de Faz-de-Conta (essa brincadeira surge com o aparecimento da representação e da linguagem, em torno de 3 anos, quando a criança começa a alterar o significado dos objetos, dos eventos, a expressar seus sonhos e fantasias, e a assumir papéis presentes no contexto social); 4-) Brincadeiras de Construção (são consideradas de grande importância por enriquecer a experiência sensorial, estimular a criatividade e desenvolver habilidades da criança). Além dessas quatro modalidades encontramos nas escolas pesquisadas as Brincadeiras nos Aparelhos do Parque (no parque infantil as crianças brincam de subir, descer, escorregar, balançar, cavar, etc). Ao contrário dos demais tipos de brincadeiras, as atividades nos aparelhos do parque são desenvolvidas quase que diariamente. Talvez isso ocorra porque é considerado um momento de

atividade espontânea da criança onde a intervenção acontece de acordo com as concepções dos professores. Acreditamos que esses brinquedos e brincadeiras estão conquistando espaços na Educação Infantil, porém, a frequência com que cada tipo de atividade é desenvolvida e proporcionada às crianças varia de acordo com cada professor. Por isso, no trabalho efetivo junto às crianças, o professor precisa reconhecer o papel dessas brincadeiras no desenvolvimento infantil para que, ao mediar essas atividades, possa enriquecer a infância e o conhecimento da criança.

Mezavila, E.F.; Santana, M.L.; Manchado-Gobatto, F.B - Proposta de teste não invasivo e não exaustivo de duplos esforços para avaliação de atletas em esteira rolante

Instituição: LAFIFE - Faculdades Integradas Einstein de Limeira

A maioria dos métodos utilizados para avaliação aeróbia de atletas apresenta características exaustivas e invasivas. A necessidade da exaustão é um aspecto negativo para atletas, especialmente quando estes encontram-se em alguns períodos do treinamento. O mesmo problema ocorre com métodos invasivos, devido ao elevado custo financeiro nas técnicas empregadas. O objetivo do presente estudo foi adaptar protocolo Chassain para avaliação aeróbia de atletas em esteira rolante, com mensuração da frequência cardíaca (FC) e ventilação (VE). Para isso, foram selecionados 4 corredores adultos, com nível elevado de desempenho. O protocolo consistiu na realização de 3 testes de duplos esforços, em 3 distintas velocidades, com repouso passivo entre os esforços. Para cada velocidade, os atletas foram submetidos a 3 minutos de corrida, 1,5 minutos de recuperação e novamente 3 minutos de corrida. Foram mensuradas continuamente a FC e VE durante os testes. Para a identificação dos deltas FC e VE nas 3 velocidades, os valores dessas variáveis obtidos ao final do 2o esforço $FC = FCE2 - FCE1$ e $VE = VEE2 - VEE1$ foram subtraídos dos encontrados após o 1o esforço. Com os 3 deltas de cada variável foram realizadas duas interpolações lineares individuais para a obtenção do delta FC zero e delta VE zero, equivalente à velocidade crítica (V_{crit}) obtida por respostas de FC e VE, respectivamente. Para verificar a estabilização de FC e VE na intensidade de V_{crit} , os atletas foram submetidos a 30 minutos de exercício contínuo nessa velocidade. A V_{critFC} foi comparada à V_{critVE} por teste t-Student para amostras dependentes, com nível de significância de $p < 0,05$. Os resultados obtidos revelaram que as V_{critFC} e V_{critVE} não foram estatisticamente diferentes ($10,4 \pm 2,8$ e $12,2 \pm 1,9$ Km/h, respectivamente), possivelmente devido ao número reduzido de participantes, porém quando analisadas de maneira individual, a ventilação apresentou melhores resultados para o protocolo, tanto no aspecto fisiológico quanto matemático. O teste contínuo de 30 minutos revelou estabilização de VE na intensidade correspondente à V_{crit} obtida por essa variável. De acordo com nossos resultados, é possível a adaptação do método de duplos esforços para avaliação não invasiva e não exaustiva de atletas corredores, priorizando a utilização da ventilação para essa análise.

Miarka, B.; Del Vecchio, F. B. - Efeitos do treinamento físico agudo no potencial pós-ativação de força e alongamento muscular entre judocas

Instituição: Universidade Estadual de Londrina - UEL

Introdução: O treinamento físico agudo (TFA) gera efeitos positivos e negativos em decorrência da orientação dos estímulos. Quando positivo, caracteriza-se como potencial pós ativação, no entanto, quando são observados prejuízos, pontua-se como inibição. Algumas informações disponíveis na literatura têm indicado que exercícios de alongamento realizados previamente a tarefas motoras simples conduzem a déficits no rendimento motor, ao passo que os de força, incremento. Porém, ainda faltam informações quanto ao TFA em tarefas complexas e específicas de modalidades, como por exemplo, o judô. Objetivo: Verificar os efeitos das ações musculares de alongamento e força muscular prévias à realização de um teste específico do judô, o Special Judo Fitness Test (SJFT). Materiais e métodos: O estudo caracteriza-se como quase-experimental de grupo único, com medidas repetidas. Envolveram-se sete atletas estaduais, do sexo masculino, das classes júnior e sênior, com idade média de $19,14 \pm 1,21$, com peso de $60,71 \pm 6,25$ kg e altura de $168,67 \pm 21,87$ cm. Como variável dependente elegeu-se o SJFT. Como intervenção foram aplicadas duas sessões não-consecutivas de TFA, na primeira executou-se série de 45 segundos facilitação neuromotora proprioceptiva (FNP), nas articulações envolvidas no movimento e na segunda foi utilizado o exercício de agachamento até 90 graus, com barra guiada, com 5 séries, de 1 repetição, com 95% de carga máxima (FM). Para análise estatística foi utilizado o teste de análise de variância a dois fatores (ANOVA), com post-teste corrigido de Bonferroni, adotando-se $p < 0,025$. Resultados: Quanto às variáveis do SJFT, na série de 15 segundos ocorreram $5,85 \pm 0,37$ projeções na FNP, contra $6,28 \pm 0,48$ na FM, com diferença significativa entre eles. Nas séries subsequentes, foram aplicados $9,57 \pm 0,53$ golpes após a FNP versus $9,71 \pm 0,48$ na FM, e na última série, $8 \pm 0,57$ contra $8,57 \pm 0,78$. O índice obtido foi de $14,91 \pm 0,79$ na FNP e $14,06 \pm 0,76$ no treino de força. Quanto menor o

índice, melhor o resultado, no entanto, não foram observadas diferenças significantes nesta variável. Conclusões: Registra-se que o TFA de força muscular apresenta potencial pós-ativação mais intenso do que aquele apresentado pelo alongamento, no entanto, apenas na série inicial do teste específico. PALAVRAS CHAVES: Judô, Special Judo Fitness Test, métodos de treinamento, Facilitação Neuromotora Proprioceptiva, Potencial Pós-Ativação.

Mioto, B. M. - Educação Física no ensino médio na cidade de Americana/SP um diagnóstico

Instituição: UNIMEP - Educação Física - Mestrado

Acredita-se que desde o final da década de 80, muitos estudos de cunho científico e pedagógico apontam para as questões metodológicas e de conteúdo na área de Educação Física. Dentro do universo do Ensino Médio, esses trabalhos têm se mostrado insuficientes para que ocorra uma real modificação nas aulas, preservando ainda uma prática marcada pela esportivização. O presente estudo tem como objetivo geral constatar se estes conhecimentos científicos e pedagógicos desenvolvidos nos últimos anos, chegam até o professor e até em que ponto interfere na sua prática pedagógica. Em face deste contexto, priorizaram-se como objetivos específicos: (a) identificar com quais tendências teóricas da Educação Física Escolar o professor entrou em contato durante sua formação. (b) Identificar quais autores dentro destas tendências teóricas são conhecidos pelo professor. (c) Identificar quais tendências teóricas o professor aplica no dia-a-dia no Ensino Médio. (d) Identificar quais problemas o professor encontra na aplicação dessas tendências teóricas. E (e) Identificar alguma outra linha seguida pelo professor. Partindo do referencial fenomenológico que entende o ser humano em seu todo bio-psico-social, cuja Ciência da Motricidade Humana ou Educação Física está inserida como o estudo dos movimentos intencionais do ser humano, na perseguição de sua auto-superação, isto é do seu próprio desenvolvimento. A hipótese desta pesquisa é a existência de um quadro em que a maioria dos professores não apresenta um referencial teórico definido, e isto está relacionado às dificuldades encontradas para propor uma prática diferente da encontrada, que compreenda o indivíduo como pessoa livre e libertadora; solitária e solidária; atenta ao que nela mesma é biológico, cultural e ânsia inapagável de transcendência, de ser mais. Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo de campo, realizado na cidade de Americana/SP, com os professores de Educação Física do Ensino Médio das redes estaduais e particulares, totalizando 28 escolas, sendo 10 particulares e 18 estaduais. Utilizou-se da técnica de entrevista, com o total de seis intervenções semi-estruturadas, proporcionando a possibilidade que o informante pudesse focar alguns detalhes, cujos resultados estão sendo analisados. A próxima etapa que está sendo construída fará um estudo teórico das tendências citadas na entrevista, para compreender e relacioná-la às dificuldades encontradas pelos professores na aplicação das mesmas. E posteriormente, com uma visão mais ampla das dificuldades encontradas por estes professores, pretende-se elaborar uma tese de mestrado com preocupação no Ensino Médio.

Miranda, D; Pires, G; Pereira, A - Análise da capacidade cardiorrespiratória e composição corporal em praticantes de capoeira após 16 semanas de treinamento convencional

Instituição: Unifipa-Catanduva-SP

Introdução: Atualmente observa-se que a capoeira, além de uma manifestação cultural, tem sido reconhecida como uma modalidade esportiva que pode melhorar a aptidão física de seus praticantes. Objetivo: Avaliar a capacidade cardiorrespiratória e composição corporal em praticantes de capoeira após 16 semanas de treinamento convencional (sem trabalhos específicos). Metodologia: Foram recrutados 14 homens com faixa etária de $17,57 \pm 2,56$ anos, massa corporal de $63,27 \pm 10,10$ Kg, estatura de $1,71 \pm 0,08$ m, todos com no mínimo 2 anos de experiência, submetidos a avaliação do VO₂máx, teste do banco (Katch e Mcardle, 1984), percentual de gordura, dobras cutâneas (Guedes, D.P, 1994), peso e estatura (balança de plataforma com estadiômetro Filizolla), para a análise estatística foi utilizado o teste T de Student, com nível de significância de $p < 0,01$. Resultados: Os resultados estão apresentadas na tabela 1, em forma de média \pm desvio padrão. Tabela 1 Avaliação Pré-treinamento Pós-treinamento VO₂máx. $57,04 \pm 9,44$ ml.Kg.min⁻¹ $58,32 \pm 7,37$ ml.Kg.min⁻¹ % de gordura $12,81 \pm 4,97$ % $11,76 \pm 4,14$ % Conclusão: Diante das informações apresentadas, conclui-se que 16 semanas de treinamento convencional de capoeira, não provocou alterações estatisticamente significantes sobre a capacidade cardiorrespiratória e composição corporal de seus praticantes, portanto, para que isso ocorra seria necessário a aplicação de trabalhos específicos. É importante ressaltar que neste caso os indivíduos avaliados já praticavam a modalidade a pelo menos 2 anos, portanto provavelmente já sofreram adaptações positivas sobre a aptidão física, visto que suas condições físicas encontram-se dentro ou acima dos padrões recomendados para a saúde.

Moioli, A; Brito, G; da Silva, R - A implantação de políticas esportivas e educacionais no município de São José do Rio Preto: o caso do Programa Segundo Tempo

Instituição: UNIRP

Em Julho de 2005 a Prefeitura de São José do Rio Preto, representada pela Secretaria Municipal de Esportes, assinou convenio com o Ministério do Esporte para a implantação do Programa Segundo Tempo em 25 núcleos esportivos, formado por 8 Escolas Municipais e 17 Centros Esportivos. O cronograma de trabalho previa o atendimento de 200 alunos por núcleo, totalizando assim, 5.000 crianças por dia. O Programa teve como objetivo principal o desenvolvimento, no período diverso do horário escolar, de atividades educacionais, esportivas, culturais e atividades complementares para crianças e adolescentes, especialmente as que se encontram em risco social, a fim de proporcionar condições para o pleno desenvolvimento de suas potencialidades e garantir uma formação cidadã. A estratégia utilizada para o desenvolvimento das atividades, foi oferecer duas modalidades coletivas e uma individual em 3 dias da semana, em sistema de rodízio, tendo em vista que o aluno deveria permanecer no núcleo no mínimo 3 horas. O Programa que se encerrou no mês de março, teve a duração de 18 meses e foi supervisionado por um coordenador geral e cada núcleo contou com um professor e 2 estagiários de Educação Física para planejar, coordenar e ministrar as atividades. Numa análise preliminar podemos considerar que o Programa, como política de esporte, teve importante resultado, em razão do número de atendimentos realizados, o investimento em pessoal e equipamento, o surgimento de novas vagas de trabalho e o baixo custo/benefício por atendimento. No entanto, em se tratando dos resultados qualitativos, da relevância e do impacto ou benefícios alcançados, a implantação dessas ações carece ser analisada por outra perspectiva. Em primeiro lugar, mesmo com o objetivo de ocupar o tempo ocioso da criança e do adolescente no horário diverso ao horário regular de aula, não é possível atribuir a esse Programa equivalência ao Programa de Jornada Ampliada. Assim, os resultados alcançados ficam no campo das suposições, em razão da não existência de instrumentos para avaliar se tais ações contribuíram para diminuir a evasão escolar, o número de reprovação, os índices de violência e consumo de drogas, a exploração sexual infantil, entre outros. Metas e objetivos de tal magnitude demandariam o estudo e acompanhamento de outras áreas do conhecimento como a Sociologia, por exemplo. A nossa experiência mostra que sem o envolvimento de outras instâncias da administração municipal, como as Secretarias da Educação, da Cultura, da Assistência Social e da Saúde, as atividades esportivas se transformam em atividades isoladas, fragmentadas, sem atingir as expectativas criadas. Cabe ainda lembrar que, qualquer iniciativa que propõe Educação Física para complementa as ações da escola, devem contar com uma infra-estrutura adequada, com logística bem definida, sem o caráter de improvisação, coisa muito comum na realidade brasileira. Palavra Chave: Educação Física, Jornada Ampliada, Programa Segundo Tempo.

Moioli, A; Machado, A; Pedrinho, M - Ecos do racismo no futebol: cultura, fetichismo e poder

Instituição: UNIRP

O esporte, em especial a modalidade de futebol, conceituado como um fenômeno social, e que se caracteriza como um forte componente das relações inter pessoais, está sendo discutido de forma intensa, especialmente pelos símbolos e significados que marcam seus praticantes e espectadores, especialmente as manifestações de segregação racista contra atletas negros. Este trabalho tem por objetivo analisar as relações de trabalho no futebol, nas quais a presença do atleta negro está carregada de simbolismos. Ao considerar os aspectos históricos que constitui a formação do povo brasileiro, evidencia-se um forte apelo ao mito da democracia racial, que considera a miscigenação algo importante para a constituição de uma nova raça, colocada acima das barreiras raciais ou dos preconceitos de cor. Essa teoria é facilmente contestada na medida em que valorizam-se alguns estereótipos da sensualidade e erotismo da mulher negra e a virilidade do homem negro, sempre considerados como objetos em relação à supremacia do homem branco constituído de poder. O futebol, por sua vez, não se desenvolveu a margem desse modelo. A participação do negro no futebol está vinculada às relações do trabalho e de submissão aos valores dos brancos. O atleta negro torna-se um objeto nas relações do trabalho, no qual o branco pode pagar para obter diversão e prazer. Essa relação de lazer, e de prazer, aproxima-se com a referência cultural erótica. Para analisar os depoimentos coletados, utilizou-se como técnica a categorização de temas, com referencial no método da história de vida, fundamentada na psicologia fenomenológica. Participaram do estudo, dois atletas adultos, sendo um negro e um branco e que já encerraram a carreira. Após a análise final das narrativas observou-se que as inter relações pessoais entre atletas brancos e negros de uma mesma equipe acontecem carregadas de simbolismos mas destituídas de qualquer significado de preconceito. No entanto, não se pode afirmar que tal relação se mantém entre atletas de equipes contrárias ou mesmo com torcidas adversárias. Nos momentos de confronto, o uso de palavras ou gestos para

agredir os negros, parece advir da necessidade de garantir a supremacia racial por meio de uma demonstração de virilidade e poder, que simboliza a superioridade sexual dos brancos em relação aos negros, numa típica associação com os mecanismos de defesa da teoria psicanalítica, vinculada a projeção e a inveja, beirando um fetichismo velado.

Monteiro, F.L.; Silva, L.F. - "Falta" de Tempo Livre: Análise e Comparação da Educação para o Lazer

Instituição: Unesp - Bauru/SP - Departamento de Educação Física

Viajar pelo mundo, conhecer outras culturas, nações e viver de fato a história nos faz questionar ainda mais a educação no Brasil. Desde criança são induzidos e cobrados a utilizarem seu tempo voltado ao estudo exagerado, pois somente desta maneira será alguém de sucesso, deixando o tempo-livre em coma, ou seja, ele existe, mas não é utilizado. O adolescente não consegue controlar seu tempo de forma adequada. Não podemos deixar de destacar que o excesso de trabalho dos pais, o ingresso da mulher (que há pouco tempo atrás deveria atender-se somente ao “papel” de esposa e de mãe) no mercado de trabalho reflete diretamente na educação dos seus filhos, que em sua maioria são cuidados por babás com auxílio noturno da mãe. A televisão, a Internet e o telefone celular já tomaram conta do cotidiano dos adolescentes, o que, em parte, dificulta o ensino nas escolas e “facilita” para os pais que estão sempre sobrecarregados com o trabalho e não reservam tempo para passar com seu filho ou mesmo com a família. Outros países, sobretudo da Europa, como Itália, Alemanha e Inglaterra não fogem da corrente acelerada do cotidiano, porém destacam-se na formação cultural, histórica e social do indivíduo, preservando e padronizando o ensino. A distribuição do tempo nesses países possibilita ao indivíduo ter seu tempo ordenado em três partes, uma que se direciona ao cuidado do corpo e da mente, outra que lhe permite estar junto com a família e amigos e uma terceira que lhe permite estar em coletividade, desenvolvendo sua organização política e social, é o que confirma De Masi (2000) destacando que devem ser dosados de acordo com a vocação pessoal de cada indivíduo. Considerando o desenvolvimento psicomotor e social, o papel do professor de Educação Física é fundamental para o aperfeiçoamento do indivíduo em formação. Nesse estudo o objetivo foi o de compreender a organização do tempo dos adolescentes, estudante de classe favorecida economicamente e o papel da Educação Física escolar na construção de hábitos para serem usufruídos no tempo – livre. Até o momento foram realizadas pesquisas bibliográficas e de campo, com observação de aulas e entrevista com roteiro semi-estruturado, além de estudo comparativo entre duas escolas da cidade de Bauru-SP. Atendo-se na hipótese de que a Educação Física tem incentivado pouco na cultura do tempo - livre e do lazer, e que já pode ser observada em estágios de cunho acadêmico. Resgatar a Educação Física do Ensino Médio é uma questão central quando se tem os adolescentes como objeto de estudo, haja vista o desânimo e cansaço advindos das cobranças para os cursos preparatórios de vestibular, não restando espaço para a Educação Física Escolar. O que revela um contra-senso se observa a grande possibilidade que a Educação Física possui de atuar com a qualidade de vida desses sujeitos, através do lazer, entre outras formas. Buscou-se relacionar a Educação, a Educação Física e o Lazer, observando e investigando as relações existentes ou não entre estes temas. A pesquisa se encontra em andamento e até o momento podemos concluir que as escolas de Ensino Médio através da Educação Física pouco têm contribuído para adoção do tempo-livre e do lazer por meio dos alunos adolescentes e jovens que a freqüentam. Perpetua-se a economia de tempo e o excesso de atividades para se garantir a lógica capitalista de ‘tempo é dinheiro’. Ainda serão pesquisadas mais aprofundadamente através de pesquisa de campo o cotidiano do indivíduo ou mesmo as experiências já vividas com o lazer, com a Educação Física e o tempo - livre. Já no lazer entramos em um tema conhecido por poucos e esse é o destaque que damos, à falta de conhecimento que os faz não utilizá-lo. Não ter tempo é algo já estabelecido pela sociedade, mas que ainda pode ser modificado com uma educação para o lazer. Serão realizadas observações de aulas, além do estudo comparativo entre duas escolas da cidade de Bauru-SP.

Monteiro, M. I. O. F.; Fenalti, R. C. S. - Lúdico e lazer no cotidiano

Instituição: Unicep - Centro Universitário Central Paulista

Provavelmente, na sociedade moderna o lazer torna-se apenas mais uma tarefa a ser cumprida e simplesmente é vivenciado para o esquecimento das insatisfações sociais ou como fuga da realidade. Sendo assim, o seu real significado é esquecido e o caráter lúdico extingue-se nesta obrigatoriedade, interferindo diretamente e tornando a relação entre ambos cada vez mais remota. Para tentar compreender esta relação, este estudo apresentou os seguintes objetivos: tentar entender os significados dos conceitos de lazer e lúdico, bem como, a importância dos mesmos no cotidiano dos sujeitos envolvidos; evidenciar os benefícios por eles percebidos na vivência do lazer e identificar a relação entre lazer, lúdico e trabalho. Trata-se de um estudo de natureza qualitativa e exploratória, sendo entrevista o instrumento utilizado para coleta dos dados (participação de dez sujeitos). Os dados coletados na entrevista proposta foram analisados descritivamente, por meio do uso da técnica

de Análise de Conteúdo. Os resultados relacionados foram: 40% dos indivíduos envolvidos definem o lazer como descanso e divertimento, não o percebendo como desenvolvimento pessoal, social e permeado pela atitude do sujeito; 30% afirmam que o lazer é algo que se vivencia com prazer; 20% o relacionam com esporte e com o tempo não produtivo e 10% distração, fazer o que se tem vontade. Em relação aos benefícios 60% relacionou saúde física e mental, 30% afirmaram a felicidade como fator importante e infelizmente para 10% o lazer não proporciona benefício algum. A principal importância do lazer para 40% dos sujeitos é o lazer como uma atividade antiestresse. Infelizmente 50% dos indivíduos nunca ouviram ou não sabem o significado de lúdico, 30% definem como brincadeira e jogos, 10% como alegria e 10% algo cômico; 70% relataram que é possível vivenciar o lazer no trabalho desde que seja um trabalho que dê prazer. Sob este aspecto, verifica-se que os sujeitos confundem prazer, lazer e trabalho, talvez porque o elemento “prazer” pode fazer parte de ambas vivências. Pode-se constatar que a verificação dos componentes lúdico e lazer estão presentes no cotidiano de todos, todavia a grande maioria não os diferencia. Percebe-se que o conceito de lazer está sempre relacionado a alguma atividade, mas não o evoca como elemento fundamental para o desenvolvimento humano. Já a respeito do lúdico a situação é ainda mais crítica, pois não se sabe nem a própria designação da espécie humana “homo-ludens”. Mediante aos resultados apresentados, pode-se concluir que existe uma urgência para o desenvolvimento da “educação para e pelo lazer”.

Monteiro, RAM; Souza, ASS - As implicações da incorporação do termo cultura corporal pela educação física

Instituição: UNICSUL

As implicações da incorporação do termo cultura corporal pela educação física O objetivo deste estudo é discutir qual a contribuição que a compreensão do conceito de cultura corporal, por parte dos professores de Educação Física, pode trazer para suas aulas. Este interesse pauta-se na idéia de que a incorporação deste conceito pode propiciar uma nova visão do trabalho desenvolvido por estes profissionais, principalmente na escola, o que sem dúvida trará benefícios significativos à área. Para fundamentar esta idéia discutimos, ao longo deste texto, alguns conceitos relacionados ao termo cultura, para, posteriormente, relacioná-lo à educação física. Ressaltamos que foram as idéias do antropólogo americano Clifford Geertz que pautaram boa parte da discussão sobre o conceito de cultura, desencadeada neste trabalho. Segundo Geertz (1989), é por intermédio da cultura que o homem adquire a capacidade de ser o construtor de sua própria história, logo, para entender o que é cultura e como ela influencia as ações de um determinado grupo, é preciso identificar e perceber como as pessoas são, como se relacionam, como agem e interagem, o que significa ir além do visível, mergulhando, de fato, no significado das ações desenvolvidas pelos indivíduos em suas sociedades. Neste contexto, a contribuição do pensamento antropológico para a Educação Física está justamente na possibilidade de propiciar uma mudança no seu olhar sobre o corpo, não o restringindo ao aspecto biológico apenas, ou seja, a um complexo de ossos, músculos, articulações, nervos e células. Enxergar o corpo por este viés é reduzi-lo, uma vez que ele está submetido às influências culturais, constituindo, pois, um meio de expressão fundamental do ser humano. Compreendido o conceito de cultura no qual nos apoiamos, partimos para uma segunda etapa da pesquisa, que diz respeito a como este conceito e as discussões relativas a ele chegaram à Educação Física. Nesta etapa, tiveram papel essencial as obras de Jocimar Daolio. Conforme o autor, a cultura deve ser entendida como um dos principais conceitos para a Educação Física. Acrescenta a isto que, quando se assume esta postura, ou seja, de que a Educação Física deve ter uma atuação eminentemente cultural, deve-se considerar, primeiramente, a história, a origem e o local daquele grupo específico e, posteriormente, sua representação social (DAOLIO, 2001). Percebe-se, como consequência desse pensamento, que não há comportamento que não passe pela influência cultural e é sobre a égide desta influência que os corpos também são formados. Este processo que mais parece um processo “modelador” acontece de maneira que os corpos possam ser “conhecidos” e “reconhecidos” de acordo com a sociedade em que vivem. Em virtude destas reflexões, apontamos, ao final do trabalho, algumas das contribuições que esta visão pode trazer para a área, entre as quais se destaca a percepção de que a aula de Educação Física não pode ser reduzida ao ensino das modalidades e técnicas esportivas de forma descontextualizada, o ensinar pelo ensinar. Nas aulas desta disciplina, deve-se, além de atentar para os interesses dos alunos, possibilitar uma discussão de como estes interesses foram construídos, reconhecendo e respeitando, assim, o aporte cultural de cada aluno, bem como garantindo-lhes, também, acesso a outras manifestações corporais produzidas pela sociedade. Se estes cuidados forem observados na elaboração dos conteúdos e na forma como serão apresentados aos alunos, certamente as aulas de Educação Física contribuirão de forma significativa para a vida daqueles que tiverem acesso a elas.

Moraes, A. L. F.; Jesus, A. N. - Movimentos expressivos e simbólicos numa instituição psiquiátrica

Instituição: Unicamp - Faculdade de Educação

O objetivo do estudo é mostrar a importância dos movimentos corporais para a área da saúde mental, com o enfoque na psicologia analítica de Carl Gustav Jung. Para tal, é necessário explicitar o valor dos conteúdos imagéticos como uma expressão do inconsciente humano e a relação dessas imagens com as evidências corporais dos pacientes internos, de hospital-dias e ambulatoriais de uma instituição psiquiátrica. A evidência expressiva mais nítida é das posturas que os pacientes assumem com relação ao chão. A partir disso, é possível realizar uma analogia simbólica da terra com o arquétipo de Mãe e as forças inconscientes que atuam na esquizofrenia. As práticas dentro dessa instituição focam para uma estruturação corporal e para uma movimentação livre com música. As expressões mais significativas são anotadas e analisadas na busca de uma compreensão simbólica, juntamente com a análise pessoal do paciente abordado.

Moraes, HS; Deslandes, AC; Pellegrino, M; Trigo, MC; Laks, J - Assimetria da atividade elétrica do córtex frontal, depressão e qualidade de vida em idosos

Instituição: UFRJ-IPUB-CDA

A assimetria da atividade elétrica do córtex frontal, observada pelo Eletroencefalograma Quantitativo (EEGq), é apontada como uma diferença individual que está relacionada com traços e estados emocionais, sendo o córtex esquerdo associado a emoções positivas e o direito a emoções negativas. Algumas síndromes, especialmente a depressão, podem estar associadas à assimetria frontal direita. Entretanto, ainda não foi definido se a assimetria é relacionada a um traço, portanto com a fisiopatologia da depressão, ou a um estado associado à sintomatologia da doença. O objetivo do presente estudo foi analisar a correlação entre assimetria frontal, sintomas depressivos e qualidade de vida em 3 grupos de idosos: um em crise depressiva, outro de depressivos em remissão e um outro normal. Foram selecionados 30 idosos com idade acima de 65 anos, destros, sendo 20 depressivos que recebiam tratamento ambulatorial e 10 idosos saudáveis, integrantes de um grupo de atividades para prevenção de quedas. Todos os indivíduos foram submetidos a diagnóstico clínico pelo DSM-IV, EEGq de repouso com os olhos fechados durante oito minutos, escala de depressão de Beck (ponto de corte=10) e questionário de qualidade de vida (SF-36) dividido em aspectos de saúde física (capacidade funcional, aspectos físicos, dor, estado geral de saúde) e de saúde mental (vitalidade, aspectos emocionais, aspectos sociais e saúde mental). A assimetria frontal foi analisada através do log da potência de alfa dos eletrodos pré-frontais (Fp2-Fp1) e frontais (F4-F3, F8-F7). Quanto maior o valor da assimetria, menor a ativação frontal direita. Após o diagnóstico clínico, 3 sujeitos do grupo controle foram excluídos por apresentar quadro de depressão. Com base nos escores da escala de Beck, os indivíduos com depressão foram separados em dois grupos: depressão (n=12) e depressão em remissão (n=8). Todos os participantes assinaram um formulário de consentimento livre e informado. A análise estatística comparativa entre os três grupos foi realizada pelo teste de Kruskal-Wallis e para correlação entre assimetria, depressão e qualidade de vida foi utilizado o coeficiente de Spearman. Apesar de haver diferença significativa entre os grupos quanto aos sintomas depressivos ($p < 0,001$), a saúde física ($p < 0,05$) e a saúde mental ($p < 0,01$), não houve diferença na assimetria. Nos depressivos, Fp2-Fp1 foi correlacionada positivamente com saúde mental ($r_s = 0,695$; $p = 0,012$) e negativamente com Beck ($r_s = -0,657$; $p = 0,02$). F4-F3 e F8-F7 apresentaram correlação positiva com estado geral de saúde ($r_s = 0,577$; $p = 0,04$) e vitalidade ($r_s = 0,6741$; $P = 0,01$), respectivamente. No grupo em remissão, somente houve correlação negativa entre FP2-FP1 e aspectos sociais ($r_s = -0,791$; $p = 0,01$). Os normais não apresentaram correlação entre assimetria e as escalas. Esses resultados sugerem que indivíduos com menor atividade frontal direita em relação à esquerda apresentam menos sintomas de depressão e mais saúde física e mental. Entretanto, esses achados se restringem somente a idosos depressivos com altos valores na escala de depressão. A assimetria pode estar relacionada, portanto, ao estado emocional associado à intensidade da doença.

Moreira, K.M.C.; Higino, W.P.; Silva, G.B.; Cracco Junior, U.D.; Silva, L.N.R. - Crianças obesas e atividade física: aspectos maturacionais e funcionais

Instituição: UNISALESIANO - Departamento de Educação Física

A quantidade de crianças e adolescentes com sobrepeso e obesidade tem aumentado nos últimos anos. Este aumento está intimamente associado aos baixos níveis de atividade física e maus hábitos alimentares podendo, já nas primeiras décadas de vida aumentar a suscetibilidade desta população às chamadas síndromes metabólicas. Desta forma, o presente estudo tem como objetivo verificar as possíveis correlações existentes entre composição corporal, capacidade funcional, idade e gênero em crianças e adolescentes com sobrepeso e obesidade. Para isso, participaram do estudo 18 crianças (7 meninos (MO) e 11 meninas (MA)) de uma escola pública da cidade de Lins/SP (12,26 ± 0,82 anos; 64,40 ± 8,23 kg; 156,33 ± 7,62 cm; 36,67 ± 8,35 % gordura; 37,03 ± 7,22 ml/kg/min). Estas foram convidadas à visitar o laboratório em dois momentos nos períodos da manhã (8:00 às 11:00 horas) e da tarde (14:00 às 17:00 horas), onde foram realizadas avaliações da composição corporal (GUEDES; GUEDES, 2003), flexibilidade através do teste de sentar e alcançar e aeróbia para

determinação da potência aeróbia máxima (VO₂max) através de um teste progressivo e contínuo na esteira rolante com mensuração contínua das trocas gasosas durante o esforço (METALYZER 3B – Córtex). Em um outro momento as crianças foram convidadas à visitar o LAEF para avaliação maturacional (TANNER, 1970). Com os dados coletados, estes foram tratados e submetidos a um teste t student para amostras independentes e um teste de correlação de Pearson ($p \leq 0,05$). Desta forma, quando comparamos o gênero, pôde-se observar que, de todas as variáveis analisadas (peso (P), altura (H), maturação morfológica (MM), relação cintura/quadril (RCQ), porcentagem de gordura (%G), idade centesimal (IC), VO₂max, índice de massa corporal (IMC) e flexibilidade (FLEX)), apenas a MM e o VO₂max apresentaram diferenças significantes ($89,87 \pm 4,63 \%$ e $95,40 \pm 1,91\%$; $41,50 \pm 6,72$ ml/kg/min e $34,20 \pm 6,23$ ml/kg/min) entre os grupos MO e MA respectivamente. Analisando as correlações com os dados de todos os sujeitos (MO e MA), o P e o %G correlacionaram-se positivamente com o IMC (0,70 e 0,63), respectivamente, a IC apresentou correlação tanto para o VO₂max em valores relativos (0,52) quanto para valores absolutos (0,71) enquanto que a MM não correlacionou-se com nenhuma variável estudada. Quando analisados separadamente, o grupo MO apresentou correlação entre as variáveis P e IC (0,81), P e VO₂max (0,87), MM e IC (0,91), MM e VO₂max (0,91), IC e VO₂max (0,87), enquanto que o grupo MA apresentou correlação entre as variáveis P e %G (0,76), MM e %G (0,68), MM e IC (0,71), IC e FLEX (0,68) e %G e VO₂max (-0,70). Dê acordo com as avaliações maturacionais, todas as crianças foram consideradas púberes. Conclui-se que, para este estágio maturacional as diferenças entre os gêneros são evidentes, podendo desta forma indicar formas diferenciadas de aplicação de atividade física.

Moreira, SR; Simões, GC; Hiyane, WC; Campbell, CSG; Simões, HG - Identificação do limiar anaeróbio em indivíduos com diabetes tipo-2 sedentários e fisicamente ativos

Instituição: UCB - Brasília

Introdução: Exercícios aeróbios têm sido recomendados no tratamento do diabetes, mas existe a necessidade de maiores investigações sobre as intensidades que otimizam o efeito do exercício em controlar a glicemia destes pacientes. O limiar anaeróbio (LA) por apresentar alta correlação com a performance aeróbia, destaca-se no campo da avaliação funcional, sendo aplicado especialmente em atletas como ciclistas, nadadores e corredores, bem como em indivíduos fisicamente ativos, contudo em menor grau em indivíduos com patologias como em diabéticos tipo-2. Objetivo: Comparar intensidades de LA obtidas a partir do lactato, ventilação e glicemia em diabéticos tipo-2 ativos (DA) e sedentários (DS), e não-diabéticos ativos (NDA), e correlacionar variáveis metabólicas, hemodinâmicas e de composição corporal com o LA. Metodologia: Grupos de DS (n=09, $56,7 \pm 11,9$ anos), DA (n=06, $48,3 \pm 15,5$ anos) e NDA (n=10, $48,1 \pm 10,8$ anos) foram submetidos a um teste em cicloergômetro com incrementos de 15W até a exaustão. Frequência cardíaca, pressão arterial (PA), percepção subjetivo de esforço (PSE), lactato, glicemia e variáveis ventilatórias foram mensurados nos 20seg finais de cada estágio de 3min para determinação dos limiares de lactato, ventilatório e glicêmico. Resultados: As intensidades associadas ao LA identificado pelos diferentes métodos não diferiram entre si ($p > 0,05$), sendo as intensidades absolutas menores para o grupo DS em relação aos grupos ativos ($p < 0,05$), (LL= DS-59,4 \pm 22,6; DA-97,5 \pm 40,0; NDA=97,5 \pm 24,7 – LV= DS-56,1 \pm 23,4; DA-100,0 \pm 43,1; NDA-94,5 \pm 33,2 – IGT= DS-65,6 \pm 24,0; DA-107,5 \pm 38,4; NDA-96,0 \pm 29,3), não sendo observadas diferenças entre os grupos para as intensidades relativas ao consumo máximo de oxigênio (%VO₂ pico) e potência máxima (%Ppico) de ocorrência do LA. Observou-se correlação significativa entre LA e glicemia ambulatorial ($r = -0,43$) e gordura relativa ($r = -0,54$). A PA sistólica apresentou tendência a se correlacionar negativamente com o LA ($r = -0,37$; $p = 0,07$). Conclusão: O LA foi identificado a partir das técnicas estudadas em diabéticos tipo-2 e não-diabéticos. Apesar das diferenças entre grupos para as intensidades absolutas (Watts), a patologia pareceu não influenciar as intensidades relativas em que o LA foi observado. Variáveis metabólicas e de composição corporal demonstraram correlação inversa com a intensidade de LA da amostra estudada, sugerindo o LA como um parâmetro importante na avaliação clínica do paciente.

Morel, E. A.; Beck, W. R.; Zagatto, A. M. - Resposta da concentração de lactato sanguíneo e frequência cardíaca durante o jogo oficial de tênis de mesa

Instituição: UFMS - Depto de Educação Física

O tênis de mesa é uma atividade constituída de uma rápida sucessão entre esforço e pausa em curtos períodos de tempo. Porém, apesar da curta duração dos esforços, a duração de uma partida pode variar entre 10 a 25 minutos. Embora a duração dos esforços e do jogo sejam importantes para a caracterização fisiológica da modalidade esportiva, apenas esses

parâmetros são insuficientes. A análise da resposta do lactato sanguíneo ([lac]) e da frequência cardíaca (FC) poderiam auxiliar essa caracterização. Por isso, o objetivo do presente estudo foi verificar o comportamento da concentração de lactato sanguíneo [lac] e da frequência cardíaca (FC) durante o jogo oficial de tênis de mesa. Para isso foram analisados 11 jogos de tênis de mesa em etapa do Campeonato Estadual da Federação de Tênis de Mesa de Mato Grosso do Sul – FTMMS. Foram participantes do estudo 9 mesatenistas de nível estadual com idades variando entre 15 e 28 anos. Em cada jogo foram coletados 25 μ de sangue do lóbulo da orelha após 1 minuto do final de cada set e aos 1, 3, 5 e 7 minutos após o término do jogo. As amostras de sangue foram analisadas por um lactímetro eletroquímico (YSI 1500 SPORT, Ohio, USA) e expressas em mM. O comportamento da FC também foi mensurado durante a partida através de um frequencímetro (POLAR SPORT TESTER, FINLÂNDIA) a cada 5 segundos. Somente foram utilizadas para análise as FC obtidas nos sets e desprezadas as FC resultantes dos intervalos entre um set e outro. Foram utilizados nesse estudo a [lac] média e [lac] pico obtidos durante o jogo, também as frequências cardíaca média nos períodos de esforços, FC pico e média, e os percentuais da FC pico e FC média em relação à FC máxima predita. A [lac] média obtida no jogo foi correspondente a 1,95 \pm 0,82 mM e a [lac] pico correspondente a 2,17 \pm 0,92 mM. A resposta da frequência cardíaca obtida durante os sets foi de 163,78 \pm 13,67 bpm para a FC média e de 183,14 \pm 14,56 para a FC pico. A frequência cardíaca pico foi equivalente a 90,30 \pm 7,60 % da FCmáx e a FC média equivalente a 81,20 \pm 0,82%, respectivamente. O jogo de tênis de mesa tem a duração que varia de 10 a 25 minutos, e seu rali com duração média de aproximadamente 3,3 segundos. Os resultados obtidos nesse estudo corroboram com as informações obtidas na literatura que descrevem que o jogo de tênis de mesa apresenta uma maior participação do metabolismo aeróbio, que nesse estudo pode ser verificado pela resposta da FC média apresentada em valores percentuais, mas com a predominância do metabolismo anaeróbio alático nos períodos de esforços caracterizado pela baixa duração dos esforços e também pela pequena produção de lactato obtida durante o jogo.

Apoio Trabalho: APOIO: FUNDECT – Processo nº 41/100.187/2006 e UFMS (Bolsa de Iniciação Científica)

Moreno, R. M.; Couto Jr., J. M.; Prado, M. M.; Souza, A. F. de; Machado, A. A. - A interferência do treino anterior na performance de jogadores de Futsal

Instituição: LEPESPE - UNESP/ IB/ DEF/ Rio Claro

Introdução. Milhões de pessoas se dedicam à prática do futsal, que desde a sua união com a FIFA se expandiu pelo mundo e hoje angaria uma vaga nos jogos olímpicos. Apesar de tamanha popularidade, poucos estudos se dedicam à compreensão dos fatores biomecânicos, fisiológicos, estruturais e psicológicos que permeiam a modalidade. Objetivo. Esse estudo se preocupou mais com os fatores psicológicos e se dedicou a examinar a interferência que o jogo anterior, o treino anterior ou qualquer prévia realização de performance tem na performance subsequente do atleta. Metodologia. Doze atletas de Futsal de nível universitário do sexo masculino, com idade de 18 a 26 anos participaram do estudo. Para alcançar os nossos objetivos, optamos pela metodologia qualitativa, utilizando o questionário com perguntas abertas como técnica para coleta de informações, que foram analisadas, posteriormente, por categorização. Discussão. A grande maioria dos atletas (44,4%) relatou que treinar bem ou jogar bem antes de ir para um jogo aumenta a auto-eficácia dos atletas para a partida atual, estando de acordo com a literatura, quando encontramos que as experiências de sucesso são fortes determinantes da auto-eficácia atual. O contrário também foi encontrado, muitos (22,2%) relataram que o treino ruim diminui a auto-eficácia para uma próxima partida. Uma boa parte dos atletas diz não se importar tanto com os jogos anteriores para a performance atual, afirmando que tanto os jogos bons ou ruins pouco (16,7%) ou nada (11,1%) alteram sua auto-eficácia em jogar, podendo acreditar que esses atletas eram munidos por um senso de auto-eficácia mais resistente. Uma parcela ainda menor (5,6%) creditou ao entrosamento do grupo o papel fundamental na performance e no aumento da auto-eficácia para as partidas. Conclusão. Com os resultados, podemos entender que o jogo e/ou treino anterior são fundamentais para a polarização da auto-eficácia, o que diferencia é se o atleta foi bem-sucedido ou se ele foi mal sucedido nas tentativas anteriores, é a qualidade da performance anterior que torna os atletas mais auto-eficazes ou menos auto-eficazes. O resultado anterior corrobora com o encontrado na literatura específica, onde vemos que a experiência de sucesso é a mais forte fonte de informação e formação da auto-eficácia. Dessa forma, acreditamos que os técnicos devem estar cientes da importância do treinamento, não só para o desenvolvimento de competências físicas, técnicas ou táticas, mas também como um ambiente propício para a formação de atletas mais seguros e confiantes em suas competências e habilidades. A tarefa do técnico é a de saber manipular o ambiente de treinamento afim de que os atletas possam ter a chance de experimentar as habilidades de diferentes formas, em diferentes contextos, preparando-os de forma integral para o momento competitivo. Palavras-chave: Futsal; Psicologia do Esporte; Auto-eficácia; Performance.

Apoio Trabalho: CNPq

Moreno, R. M.; Moiola, A.; Calis, M. C.; Machado, A. A. - Uma análise da Psicologia do Esporte sobre os fatores que interferem no desempenho do tenista

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

(Introdução) O tênis é um esporte que anda se desenvolvendo no Brasil, depois da aparição do fenômeno Gustavo Kuerten (Guga). A partir desse marco o tênis começou a ganhar espaço na mídia brasileira e o número de praticantes aumentou de forma significativa. Caracterizando a modalidade podemos perceber que a maior parte do tempo, cerca de 80%, é gasto com outras atividades sem propriamente jogar um ponto. Nesse tempo ocioso, muitos fatores podem afetar o desempenho do tenista. Assim o presente trabalho buscou avaliar quais fatores alteram o comportamento e o desempenho do tenista brasileiro, além de buscar destacar a importância da inclusão do psicólogo do esporte junto às equipes de treinamento e a clubes esportivos que procuram resultado nas competições. (Método) Foi adotada uma metodologia qualitativa, com o uso de entrevistas semi-estruturadas. Participaram do estudo cinco jogadores de tênis do sexo masculino que disputam campeonatos afiliados a Federação Paulista de Tênis (FPT) e Confederação Brasileira de Tênis (CBT), com idade compreendida entre 16 e 19 anos. Os dados foram analisados através do processo de categorização, considerando as informações concedidas como relatos provedores de verdades inerentes a um processo individualizado pelo qual cada atleta passava. (Resultados e discussão) Os resultados nos levam a constatar que a maioria dos atletas sente que seu desempenho é alterado por fatores externos, mostrando um despreparo psicológico e uma falta de experiência para enfrentar fatores extra-quadra. Um fator externo como a torcida (tanto a favor quanto contra) foi citado interferir positivamente na performance dos tenistas. A torcida a favor aumenta a motivação e a gana de vencer, pelo fato de que os atletas querem exibir sua performance aos amigos e parentes torcedores, que em determinados momentos também podem aumentar a pressão. A torcida contra também interfere positivamente por mexer com a auto-estima do atleta, que sente a necessidade de mostrar que é bom como forma de se afirmar. O comportamento da maioria dos tenistas é alterado por outros fatores externos como arbitragem, vento, linha, entre outros, sendo nítida a falta de experiência, de concentração e de confiança dos atletas quando tentaram usar de fatores externos para justificar possíveis falhas. Um grande número é influenciado por fatores do jogo, como pontos a favor ou contra (o contra sempre é atribuído como falha própria e nunca como mérito do adversário) e os erros em situações de jogo consideradas simples (pode ser sinal de descontrole emocional e ansiedade). (Conclusão) Com os resultados, pudemos constatar que os tenistas se mostraram pouco resistentes às pressões do jogo tanto as externas (como a torcida) quanto às internas (como erros em bolas fáceis). Dessa forma o trabalho do psicólogo do esporte se faz imprescindível na busca de melhores resultados, por considerar que a presença de tal profissional é de fundamental importância para o desenvolvimento de uma resistência psicológica e de um controle emocional que auxiliarão o atleta a enfrentar com eficiência as diferentes situações a que estará submetido e auxiliarão o atleta a jogar de forma mais harmônica e natural.

Apoio Trabalho: CNPq

Moura, R. F.; Mota, C. S. A.; Ribeiro, C.; Rocha, R. T. A.; Botezelli, J. D.; Mello, M. A. R. - Máxima fase estável de lactato em ratos recém desmamados

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

O treinamento realizado na intensidade correspondente à máxima fase estável de lactato (MFEL) oferece os melhores resultados pertinentes ao metabolismo oxidativo. Entretanto, a MFEL não é recomendada para prescrição de treinamento em crianças e adolescentes, nos quais, comparativamente aos adultos, a lactacidemia é mais baixa. Uma vez que, os modelos animais mimetizam diversas respostas fisiológicas humanas, o objetivo do presente estudo é verificar a possibilidade de determinação da MFEL em ratos recém desmamados, período que corresponde ao estágio infantil de seres humanos. Após quatro dias de adaptação a água, dezesseis ratos da linhagem Wistar com peso médio de 128 ± 25 g, foram submetidos a testes de nado a partir do 28º dia de vida. Os testes, de característica retangular, foram aplicados com sobrecargas diferentes, em intervalos de 48 horas. As sobrecargas, que variaram entre 7,5 a 10,5 % do peso corporal (p.c.), foram impostas através de pequenas bolsas com chumbo atadas ao tórax. A duração dos testes foi de 25 minutos, com coletas de 25 µl de sangue da extremidade da cauda a cada 5 minutos, para dosagem de lactato através do método de espectrofotometria. O critério para determinação da MFEL foi a carga de trabalho em que a diferença dos valores de lactato, entre o 25º e o 10º minutos de exercício, era inferior a 1 mM. A concentração de lactato sanguíneo [lac]s correspondente a MFEL foi assumida como a média dos valores entre o 10º e 25º minuto. As [lac]s da MFEL foram comparadas através de Anova one-way, com análise post-hoc de Scheffé e nível de significância pré-estabelecido em $p < 0,05$. A intensidade de MFEL encontrada em 44 % dos ratos foi 9 % p.c. com concentração média de [lac]s em $3,0 \pm 0,3$ mM. Outros 31 % da amostra apresentaram estabilização em 9,5 % p.c. com [lac]s em $5,6 \pm 0,27$ mM. Ainda, a MFEL de

19 % dos ratos correspondeu a 10 % p.c. e [lac]s em $4,7 \pm 0,3$ mM. Apenas um rato (6% da amostra) estabilizou em 8,5 % p.c. com [lac]s de $5,9 \pm 0,6$ mM. Anova revelou diferença entre as [lac]s das intensidades de MFEL. Análise post-hoc demonstrou que houve diferença entre as intensidades correspondentes a 9 e 9,5 % p.c. $p < 0,05$. Em testes realizados com ratos adultos sedentários Gobatto et al. (Comparative Biochemistry and Physiology, 2001, p. 21) reportaram valores de MFEL correspondentes a 5 e 6 % p.c. e [lac]s em 5,5 mM. As intensidades encontradas para a MFEL dos ratos recém desmamados são bastante superiores aos valores reportados para ratos adultos. Estudos futuros devem investigar se o motivo dessa discrepância está relacionado à rápida fase de crescimento desse período. Adicionalmente, a diferença na [lac]s em duas diferentes intensidades de MFEL permite inferir que nessa idade, a lactacidemia não obedece a um padrão de concentração fixa. Conclui-se que, em ratos recém desmamados: a) é possível reproduzir o protocolo para determinação da MFEL de lactato; b) a [lac]s correspondente a MFEL não é igual para todos os ratos dessa idade.

Nakamura, P; Kokubun, E - Influência da preferência musical no exercício do domínio severo e nos estados de ânimo

Instituição: UNESP- Rio Claro

Introdução: A música pode provocar mudanças nas atitudes mentais, provocando motivação e agindo como uma distração de estímulos não prazerosos. Existem diversos estudos que verificaram que a música melhora os estados de ânimo e aumenta o desempenho de exercícios no domínio moderado, porém sua eficácia em exercícios do domínio severo são controversos. Objetivo: verificar a influência da preferência musical no desempenho, na resposta fisiológica e no estado de ânimo em exercícios realizados no domínio severo. Metodologia: participaram do estudo, quatro mulheres ($23,25 \pm 1,71$ anos) e seis homens ($24,5 \pm 2,95$ anos) que foram submetidos a 3 protocolos (com música preferida, música não preferida e sem música) compostos por 3 intensidades no domínio severo (Alta, Média e Baixa), capazes de provocar exaustão entre 1-10 min, em dias alternados no ciclo ergômetro. Os participantes escolheram 10 músicas de preferência e 10 de não preferência para a prática de atividade física na bicicleta. Antes do início do teste responderam ao LEA-RI (Lista de Estados de Ânimo - Resumida e Ilustrada, Volpi, 2000) e realizaram aquecimento de 5 minutos. Ao final do teste foram registrados o tempo de exaustão (Tlim), frequência cardíaca (FC) e o LEA-RI. As médias da Tlim, FC, somas dos escores dos adjetivos positivos e negativos do LEA-RI foram comparadas utilizando-se ANOVA para medidas repetidas. Foi adotado o nível de significância de $p < 0,05$. Resultados: Para as variáveis de Tlim e FC, anova revelou diferença para as intensidades e não revelou diferença entre os protocolos. A análise estatística revelou diferença no LEA-RI positivo e negativo para o Momento (inicial e exaustão) e para o Protocolo apenas para o LEA-RI positivo (preferida, não preferida e sem música). Contraste identificou para os adjetivos positivos que o momento da exaustão ($12,52 \pm 3,45$) foi diferente do inicial ($15,93 \pm 3,83$) e que o protocolo com música preferida apresenta scores maiores dos aspectos positivos ($14 \pm 3,86$) do que sem música ($12,1 \pm 3,13$) e música não preferida ($11,5 \pm 2,85$). O LEA-RI negativo apresentou diferença apenas no momento de exaustão ($12,6 \pm 3,85$) com o inicial ($10,56 \pm 2,53$). Conclusão: Os resultados demonstraram que a música de preferência não foi capaz de aumentar o desempenho em exercícios de domínio severo, porém foi capaz de influenciar no LEA-RI, aumentando os aspectos positivos ao final do exercício.

Apoio Trabalho: CNPq

Nakato, D.; Galhardo, M.; Monteiro, V.; Ramires, B.; Faganello, M. - Comparação de diferentes métodos para determinação da taxa metabólica de repouso em indivíduos com DPOC

Instituição: Unisalesiano-LAEF-Depto de Educação Física

Introdução: A Taxa Metabólica de Repouso (TMR) é uma informação fisiológica importante em estudos nutricionais clínicos ou epidemiológicos, seja para determinar as demandas energéticas ou calcular o gasto energético de indivíduos ou populações. A TMR é a quantidade de energia necessária para a manutenção das funções vitais do organismo, sendo medida em condições padrão de jejum, repouso físico e mental em ambiente tranquilo com controle de temperatura, iluminação e sem ruído. Objetivo: O objetivo do presente estudo é o de comparar quatro diferentes métodos de determinação da TMR em indivíduos que apresentam quadro fisiopatológico de enfisema/doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC). Metodologia: Participaram do estudo 12 indivíduos (4 do sexo feminino e 8 do sexo masculino) inseridos em um programa de reabilitação pulmonar em parceria com o Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium – Unisalesiano e o programa de medicina preventiva da UNIMED Lins. [Idade $70,0 \pm 8,0$ anos; Massa corporal total (MCT)

62,6±11,0 kg; Índice de massa corporal (IMC) 23,2±3,0 kg/m²; Volume expiratório forçado no primeiro segundo VEF1 50,0±18,5 %]. Apresentaram-se no Laboratório de Avaliação do Esforço Físico (LAEF) entre as 7:00 e 8:00hs da manhã em jejum, onde primeiramente foi feita a mensuração da estatura e peso para serem utilizados nas equações de Owen e Harris-Benedict, em seguida realizada a bioimpedância elétrica horizontal (BioDynamics modelo 310) e após 10 minutos de repouso iniciada a calorimetria indireta [Metalyzer 3B – R2 Córtex, breath by breath, calibração da pressão barométrica de 960 mbar, do ar ambiente (O₂: 20,93 / CO₂: 0,03 Vol%), de um gás conhecido: White Martins (O₂: 15,94 / CO₂: 5,01 Vol%) e do volume utilizando uma seringa Hans Hudolph de 3 litros (V = 3,0 l)] com o indivíduo em repouso e em silêncio até a estabilização (steady state condition) em uma margem de tempo de cinco minutos e margem de variação de 20,0% para VO₂, 12,0% para VCO₂ e 10,0% para QR (quociente respiratório). Análise estatística: Os resultados são expressos em média ± desvio padrão da média. Utilizou-se análise de variância ANOVA one-way, seguido de teste de Post-hoc de tukey, sendo aceito como significativo p<0,001. (Software STA_BAS statistic). Resultados: Os resultados comparativos dos quatro métodos estão apresentados em kcal/dia respectivamente: calorimetria indireta, bioimpedância, equação de Harris-Benedict e equação de Owen. (1847,25±288,19; 1379,83±257,50*; 1392,33±197,62*; 1449,58±172,72*), *P<0,001 em relação a calorimetria indireta. Conclusão: A fisiopatologia do enfisema (DPOC) tem como uma das características aumento da PCO₂ (hipercapnia) e com isso a relação CO₂/O₂ do QR é maior. Uma maior utilização de carboidratos em repouso e uma menor oxidação de substratos tende a aumentar a TMR dos indivíduos enfisematosos, o qual por métodos equacionais que envolvam apenas dados como peso, estatura e idade apresentam valores irreais. Diante desses dados faz-se necessário a revisão desses métodos bem como uma correção para serem utilizados nesse público.

Nascimento, CMC; Stella, F; Gobbi, S; Gobbi, LTB - Comparação da agilidade entre idosos saudáveis e Parkinsonianos

Instituição: Unesp/Rio Claro

INTRODUÇÃO: A doença de Parkinson (DP) é resultante da perda de neurônios da substância negra, produtores de dopamina interferindo diretamente no sistema sensorio motor. Essas perdas caracterizam os principais sinais e sintomas da doença que são: rigidez muscular, acinesias e tremores de repouso. Em decorrência disso há um comprometimento dos componentes da capacidade funcional, principalmente o equilíbrio, coordenação e agilidade, causando dentre outros problemas, a lentificação dos movimentos que interfere diretamente prejudicando a qualidade de vida destes pacientes. **OBJETIVO:** Analisar o desempenho de idosos com e sem DP em um teste motor de agilidade/ equilíbrio dinâmico. **MATERIAIS E MÉTODOS:** A amostra foi composta de dois grupos: 11 participantes com diagnóstico clínico de Parkinson (GP) e média de idade de 68,4 ± 8,6 anos e 11 participantes sem DP (GC), média de idade 64,8 ± 6,9 anos. Todos foram avaliados por meio do teste motor de agilidade/ equilíbrio dinâmico da bateria de testes da American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance (AAHPERD). Os dados apresentaram uma distribuição normal e, portanto foram tratados por meio de estatística descritiva paramétrica. **RESULTADOS:** A média de tempo necessária para a realização do teste de agilidade/ equilíbrio dinâmico do GP foi de 28,5 ± 11,1 segundos e para o GC foi de 20,2 ± 3,3 segundos. Quando comparados entre si pelo teste T-student os grupos apresentaram diferença estatisticamente significativa. **CONCLUSÃO:** A média de tempo gasto para a realização dos testes foi maior entre os participantes do GP, o que indica que: a) a DP interfere diretamente na agilidade/ equilíbrio dinâmico de seus portadores; b) provavelmente as lesões decorrentes da DP na substância negra promovem alterações na performance motora e; c) apesar da média de idade inferior, o GP apresenta maiores comprometimentos motores que idosos saudáveis.

Apoio Trabalho: LAFE, PROFIT, CAPES, FNS, PROEX-UNESP e FUNDUNESP

Nascimento, EMFN; Gagliardi, JFG; Kiss, MAPDMK; Silva, AELS; Lotuffo, RFML; Pires, FOP - Caracterização do comportamento da curva da frequência cardíaca durante teste progressivo em esteira rolante

Instituição: Instituto de Avaliação Física do Esporte

Introdução: Modelos lineares foram formulados, desde o meio do século passado, para a caracterização da relação FC-carga de trabalho (FC-CT). Estudos recentes demonstraram que a relação FC-CT não apresenta total linearidade em testes incrementais, principalmente em intensidades próximas ao máximo, embora muitos destes tenham utilizado valores da parte central da curva. Lima (1997), utilizando valores de toda a amplitude da curva durante teste incremental em

cicloergômetro, obteve evidências da limitação do modelo linear, sugerindo que a relação FC-CT apresente característica sigmóide, e que os seus pontos de inflexão e deflexão possam ser aproximações das 2 zonas de transição metabólica. Contudo, alguns resultados propõem que a relação FC-CT seja um evento dependente do padrão de solicitação metabólico-muscular, abrindo lacunas, inclusive, sobre a reprodutibilidade do fenômeno. Por exemplo, a presença de um ponto de deflexão da FC (PDFC) em diferentes sujeitos e ergômetros é controversa. Objetivo: Foi caracterizar o comportamento da curva FC-CT durante teste progressivo em esteira rolante, e verificar a reprodutibilidade do fenômeno. Adicionalmente, a presença de um PDFC e a sua reprodutibilidade também foram investigadas. Métodos: Vinte e dois homens saudáveis (25,0+ 2,9 anos; 173,2 + 4,6 cm; 74,9 + 8,6 kg; 49,9 + 6,3 ml.kg-1.min-1) completaram protocolo adaptado de Conconi et al. (1982) em esteira rolante, com velocidade inicial de 5 km.h-1 e incrementos de 0,5 km.h-1 a cada minuto, até a exaustão. A FC foi medida durante todo o teste, sendo registrada a média dos 5 segundos - Finlândia). Os dados de FC foram finais de cada estágio (Polar plotados em função da velocidade, e a relação FC-CT foi ajustada pelos seguintes modelos matemáticos: 1) Linear [(Lin): $y = a + b(x)$]; 2) Linear com 2 segmentos [(Lin2): $y = a + dif1 + b(x)$]; 3) Linear com 3 segmentos [(Lin3): $y = a + dif2 + b(x)$]; 4) Sigmóide de Boltzmann [(Sig): $y = A1 - A2 / (1 + e^{-(x-x_0)/dx}) + A2$]. Todos os ajustes foram realizados com um mínimo de 12 pontos (máximo de 18), sendo posteriormente, calculada a somatória de resíduos quadrados (SRQ) entre os valores medidos e estimados. O PDFC, identificado pela moda entre 3 avaliadores, foi determinado no último ponto da curva, no qual a partir deste, houve queda do incremento nos valores de FC (deflexão). Todo o procedimento experimental foi repetido em 12 dos 22 sujeitos analisados (grupo re-teste). Os testes de Shapiro-Wilk's, Anova, teste T-Student e correlação de Pearson foram utilizados na análise estatística ($p < 0,05$). Resultados: Enquanto não foi observada diferença significativa entre a SRQ dos ajustes Lin2 (191,786 + 246,068 bpm), Lin3 (193,747 + 198,184 bpm) e Sig (130,980 + 90,486 bpm), a SRQ do modelo Lin (799,136 + 398,988 bpm) foi significativamente diferente maior que os outros. Esses resultados também foram observados no grupo re-teste (Lin2= 129,144 + 96,073 bpm; Lin3= 163,052 + 105,809 bpm; Sig= 118,941 + 74,684 bpm; e Lin= 831,211 + 475,825 bpm). Não foi verificada diferença significativa entre a SRQ dos ajustes realizados no grupo teste ($n = 22$) e o grupo re-teste ($n = 12$). Através da análise visual, foi possível identificar um PDFC em apenas 54,5% do grupo teste (10,5 + 1,5 km.h-1), e em 91,6% do grupo re-teste (10,6 + 1,4 km.h-1), no entanto, sem diferença significativa entre os grupos. Não foi verificada correlação significativa entre os modelos matemáticos e o PDFC. Conclusões: A característica sigmóide, sugerida para a relação FC-CT em cicloergômetro, não foi observada em esteira rolante. Entretanto, a sugestão de identificação de zonas de transição metabólica a partir de seu comportamento pode ser mantida, já que as características dos modelos matemáticos Lin2, Lin3 e Sig possibilitam a identificação de pelo menos uma destas zonas. Enquanto a reprodutibilidade na característica da relação FC-CT e no PDFC foram confirmadas, o PDFC identificado visualmente apresentou baixo nível de sensibilidade

Nicoletti, G.; Manoel, E.J. - Comportamento motor de crianças pré-escolares em playgrounds

Instituição: Escola de Educação Física e Esporte - USP

O comportamento motor infantil é estudado principalmente em ambientes de laboratório. Pouco se sabe sobre como a criança constrói sua experiência motora em ambientes naturais e típicos da infância, e como ela usa dos recursos neles contidos para seu desenvolvimento. O presente estudo descreveu o comportamento motor de crianças de cinco anos de idade num ambiente vivido diariamente. Para tanto, foram observadas 10 crianças (cinco meninos e cinco meninas) durante dez minutos cada uma em situações livres no playground da pré-escola que freqüentam. A metodologia foi baseada em estudos etológicos do comportamento infantil, particularmente usou-se o etograma construído por Smith e Connolly (1980) que foi adaptado aos propósitos do presente estudo. Quando a natureza dos companheiros, as meninas permaneceram mais tempo em grupos mistos (35%) e grupos de meninas (34,5%), enquanto os meninos permaneceram 40% em grupos de mesmo sexo. Quanto ao tempo gasto nos comportamentos classificados como habilidades básicas, as meninas permaneceram mais tempo envolvidas em atividades posturais (aproximadamente 45% do tempo) e manipulativas (36% do tempo). Os meninos permaneceram mais tempo envolvidos em atividades posturais (aproximadamente 36% do tempo), seguido das manipulativas (aproximadamente 27% do tempo) e locomotoras (aproximadamente 26%). Nas habilidades posturais, as crianças permaneceram mais tempo em pé, sendo 45,2% para meninas e 61,3% para os meninos. Nas habilidades de manipulação, as meninas permaneceram 51,8% em manipulação fina e os meninos em 40,4% em propulsão. Nas habilidades de locomoção, as meninas saltaram durante 19,8% do tempo, enquanto os meninos andaram durante 38,2% do tempo e correram durante 28,9% do tempo. Verificou-se que as crianças permaneceram apenas 4,5% do tempo sem movimento, e 21% do tempo em alguma atividade vigorosa. Quanto ao ambiente físico, houve preferência pelo uso dos brinquedos como kit areia e areia para as meninas, bola e motoca para os meninos. A partir dessas observações pode-se perceber que as crianças exploram o ambiente físico onde estão inseridas, independente do sexo. Entretanto, o espaço físico

claramente condiciona as habilidades executados pelas crianças, pois permaneceram um tempo considerável em pé ou sentada. Portanto, novas análises necessitam ser feitas, considerando a magnitude do efeito do dia e do espaço.

Nicolino, Aline - Relato de experiência em uma Faculdade de Educação Física Espanhola

Instituição: EERP-USP-Depto. Psiquiatria e Ciências Humanas

A estância em uma faculdade espanhola pública de Educação Física, durante o período de outubro de 2006 a abril de 2007, na cidade de Madrid, possibilitou um envolvimento efetivo nas atividades acadêmicas no âmbito universitário, participação em projeto inovador na área de gênero e atividade física escolar, assim como o conhecimento da disciplina de Educação Física em centros públicos escolares. Estes centros localizavam-se em bairros de classe média e média-alta, composta em sua maioria por alunos espanhóis, e escolas situadas na zona periférica industrial, freqüentada essencialmente por imigrantes e filhos de imigrantes, principalmente da América Latina, além de uma minoria genuína de espanhóis. A localização e clientela são citadas por constituir parte importante da análise. Tais experiências tornaram possível observar, vivenciar e descrever situações e nuances interessantes para apreciação e discussão de algumas temáticas, tais como: formas de ministrar e organizar a disciplina de Estágio Supervisionado; estratégias didáticas utilizadas pelos professores de Educação Física nas escolas de ensino fundamental e médio; gênero, estímulo e atividade física; imigração e inclusão social; disciplina e regras de convívio desenvolvidas nas instituições; o reconhecimento do professor espanhol; o bullying na escola e como vem se desenvolvendo a relação professor aluno nestes ambientes. O relato tem como objetivo fornecer pontos de vistas distintos sobre as questões mencionadas anteriormente, a partir de algumas dificuldades vislumbradas pelos alunos, outras advindas do contato com os professores, além de conversas informais, televisão, jornal e a própria convivência. Como método de investigação foi utilizada a observação participante e o diário de campo. Os resultados mostram ações pontuais em Estágio, como observação e avaliação feita entre os estagiários, e um conteúdo curricular de Educação Física voltado para jogos recreativos, populares e cooperativos no ensino fundamental (1º e 2º ciclos) e atividades esportivas para alunos acima de 13 anos de idade. No aspecto gênero, os meninos são mais estimulados a se arriscar e à prática de esportes coletivos, enquanto as meninas a realizar atividades menos competitivas, de cunho estético e individual. Com relação à indisciplina, escolas que gerenciam bem suas regras e contam com uma mesma linguagem entre professores e funcionários aparecem concentradas em focos isolados. A questão da imigração mostra-se como um fator relevante no processo de acolhimento no ambiente escolar, tanto ao que se refere a alfabetização, quanto a inclusão ao meio. Os professores que se queixam de maus tratos por parte dos alunos alegam falta de status social da profissão e ausência da família na orientação e acompanhamento dos adolescentes. Muitas das problemáticas aqui elucidadas também são freqüentes nos nossos centros escolares, portanto, explora-se a forma de ver, vivenciar e lidar com tais temáticas, não no sentido de oferecer respostas ou soluções, mas levantar questionamentos sob a ótica cultural diferente.

Apoio Trabalho: EERP-USP-Depto. Psiquiatria e Ciências Humanas

Nishimori, R; Pereira Pires, CP; Jacira Silva Simões, MJS; Valladao, S - Perfil antropométrico de atletas de futebol feminino de alto nível competitivo

Instituição: Unesp-FCFAR-Depto de Alimentos e Nutrição

A antropometria é um recurso de grande importância, sendo um instrumento de assessoramento para uma análise completa do atleta, utilizada em todas as modalidades esportivas. Em grupos específicos de atletas de competição, ocorre uma homogeneização da estrutura corporal, objetivando alcançar ou manter um perfil físico pré-determinado. Essa importância dada a antropometria do atleta se deve a relação existente entre forma física e desempenho físico. Por esse motivo muitas pesquisas buscam analisar a estrutura corporal de atletas e/ou equipes campeãs, para serem utilizadas como referencial para atletas profissionais e amadores. Devido a esses fatores, e ao restrito número de trabalhos referentes a jogadoras de futebol de campo feminino no Brasil, foi realizada uma avaliação da composição corporal da equipe Botucatu Futebol Clube, que obteve o título de Campeã Paulista de futebol feminino 2006 e dos Jogos Abertos do Interior 2006. Com o objetivo de determinar e avaliar o perfil antropométrico das jogadoras pertencentes a equipe da cidade de Botucatu, foram analisadas um total de 18 jogadoras ($22 \pm 3,6$ anos) do sexo feminino. Com uma balança digital com escala de 100 gramas e capacidade de 150 kg foi determinado o peso das atletas. E utilizando uma fita métrica inelástica de 150 cm fixada a 100 cm do chão, foi medida a altura das jogadoras, com o mesmo tipo de fita realizou se as medidas de cintura e quadril. Todas as medidas foram realizadas baseadas nos padrões de Jackson e Pollock (1982). Assim como as medidas das dobras cutâneas, que foram realizada por um profissional treinado e experiente, utilizando com um compasso de dobras cutâneas

do tipo Harpenden da marca Cescorf . Para o cálculo do percentual de gordura (PG) foram utilizadas as equações de Jackson, A.S. , Pollock ,M.L.,& Ward A.(1980). E o cálculos da relação cintura quadril foi baseado nos valores recomendados pela organização mundial de saúde (WHO,1995). As medidas foram realizadas após um dia de descanso do treinamento, para não ocorrer variações nas medidas devido ao esforço físico. Os resultados obtidos foram analisados sem distinção da função tática, devido ao fato da avaliação ser realizada com um número limitado de atletas da equipe campeã. Os valores obtidos com relação ao PG foram de $19,1 \pm 3,4\%$, já o peso médio obtido foi de $58,9 \pm 3,7$ kg e a altura medida de $163,3 \pm 5$ cm. E a relação cintura/quadril apresentou média de 0,76. Os resultados apresentados estão dentro dos recomendados pela WHO para a relação cintura quadril de valores máximos de 0,85. Não apresentando riscos a saúde. Os valores de altura, peso e percentual de gordura estão abaixo dos citados por Sanz, 1998, em que analisou equipes de quatro países europeus e obteve a media de, $166,4 \pm 1,7$ cm de altura, $60,3 \pm 1,2$ kg de peso e $21,0 \pm 1,0\%$ de gordura. Essa variação antropométrica pode ser justificada inicialmente, pela diferença padrão alimentar e o tipo de treinamento que as atletas são submetidas. E até mesmo pelo padrão antropométrico adotado em cada país para a seleção de atletas para as categoria de base. Desta forma essa avaliação antropométrica da equipe campeã paulista e dos jogos abertos de 2006, pode contribuir para uma caracterização do perfil antropométrico de atletas jogadoras de futebol feminino de alto nível competitivo.

Apoio Trabalho: CAPES, Laboratório São Lucas, Botucatu Futebol Clube

Nishimori, R; Pires, CP; Simões, MJS; Valladão, S - Análise do perfil antropométrico da equipe campeã paulista de futebol feminino de campo

Instituição: Unesp-FCFAR- Depto de alimentos e nutrição

A antropometria é um recurso de grande importância, sendo um instrumento de assessoramento para uma análise completa do atleta, utilizada em todas as modalidades esportivas. Em grupos específicos de atletas de competição, ocorre uma homogeneização da estrutura corporal dos atletas, objetivando alcançar ou manter um perfil corporal pré determinado. Essa importância dada a antropometria se deve a relação existente entre forma física e desempenho físico. Por esse motivo muitas pesquisas buscam analisar a estrutura corporal de atletas e/ou equipes campeãs, para serem utilizadas como referencial para atletas profissionais e amadores. Devido a esses fatores, e ao restrito numero de trabalhos referentes a jogadoras de futebol de campo feminino no Brasil, foi realizada uma avaliação da composição corporal da equipe Botucatu Futebol Clube, que obteve o titulo de Campeão Paulista de futebol feminino 2006 e dos Jogos Abertos do Interior 2006 na modalidade futebol de campo feminino. Com o objetivo de determinar e avaliar o perfil antropométrico, das jogadoras pertencentes a equipe da cidade de Botucatu, foram analisadas um total de 19 jogadoras ($22 \pm 3,6$ anos) do sexo feminino. Com uma balança digital com escala de 100 gramas e capacidade de 150 kg foi determinado o peso das atletas. E utilizando uma fita métrica inelástica de 150 cm fixada a 100 cm do chão, foi medida a altura das jogadoras, com o mesmo tipo de fita realizou se as medidas de cintura e quadril. A medida das dobras cutâneas foi realizada por um profissional treinado e experiente, utilizando um compasso de dobras cutâneas do tipo Harpenden da marca Cescorf. A equação para o cálculo do percentual de gordura e os padrões utilizados para medição foram os descritos por Jackson A.S., Pollock M.L., Ward A. (1980). Já para os cálculos da relação cintura/quadril foram seguidas as recomendações da organização mundial de saúde, WHO (1995). As medidas foram realizadas após um dia de descanso, para não ocorrer variações devido ao esforço físico. Os resultados obtidos foram analisados sem distinção da função tática, devido ao fato da avaliação ser realizada com um numero limitado de atletas da equipe campeã. O valor médio obtido com relação ao percentual de gordura foi de $19,1 \pm 3,4\%$, enquanto que o peso médio foi $58,9 \pm 3,7$ kg de e a altura de $163,3 \pm 5$ cm. A relação cintura quadril apresentou media de 0,76, estando dentro do valor recomendado pela WHO, $<0,85$. Os valores de altura, peso e percentual de gordura estão abaixo dos citados por Sanz, 1998, que analisou quatro equipes européias ($23,5 \pm 2,3$ anos) e obteve a media de $166,4 \pm 1,7$ cm de altura, $60,3 \pm 1,2$ kg de peso e $21,0 \pm 1,0\%$ de percentual de gordura corpórea. Essas variações antropométricas existentes podem ser justificadas pela diferença do padrão alimentar e o tipo de treinamento que as atletas são submetidas. Além disso outro fator a ser considerado é o padrão antropométrico adotado em cada país para a seleção de atletas na categoria de base. Desta forma essa avaliação antropométrica da equipe campeã Paulista de futebol feminino e dos Jogos Abetos do Interior de 2006 na modalidade futebol de campo feminino, pode contribuir para uma caracterização do perfil antropométrico de jogadoras de futebol feminino de alto nível competitivo.

Apoio Trabalho: CAPES BFC - Botucatu Futebol Clube

Nunes, A; Rosa, D; Nunes, M; Santos, V - Programa pula-corda: efeitos do programa pula-corda sobre o consumo máximo de oxigênio em mulheres praticantes de atividade física regular

Instituição: Unimes - Faculdade de Educação Física

O presente estudo teve como objetivo principal avaliar o efeito do programa pula-corda sobre o consumo máximo de oxigênio em mulheres praticantes de atividade física regular, a pesquisa foi composta por 12 mulheres, com média de idade 31 ± 6 anos, fisicamente ativas, sendo divididas aleatoriamente em dois grupos: controle e experimental, para avaliação da potência aeróbica foram empregados o protocolo de corrida de uma milha (1,609 km), o programa foi realizado em quatro semanas, sendo executado duas vezes por semana, num total de oito sessões, as sessões tinham duração de 30 a 35 minutos, formado pelos conteúdos de exercícios preparatórios (uso de cordas no aquecimento), exercícios específicos (pula-corda propriamente dito) com cordas individuais e exercícios finais (alongamentos com a corda).

Nunes, N.F.; Teixeira, D.; Campos, C.; Lima, G.F.; Toschi, M.A.R.; Martins, M.R. - A dança como estratégia de ensino para pessoas portadoras de retardo mental

Instituição: UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga

O Projeto Criança Especial é realizado desde o ano de 2002 pelo curso de Educação Física do Centro Universitário de Votuporanga (UNIFEV), atendendo crianças e jovens portadores de retardo mental, com atividades gerais de educação física. Inicialmente realizamos atividades de desenvolvimento de padrões de movimento, psicomotricidade, recreação, entre outros, destinadas a crianças e jovens com grau severo de comprometimento cognitivo. Nos dois últimos anos, estendemos o projeto para pessoas com grau de retardo leve, e optamos por trabalhar com modalidades esportivas específicas, já que esta sempre foi uma expectativa dos alunos e coordenadores institucionais. Direcionamos as atividades do projeto para a modalidade de futebol para os meninos e vôlei, handebol e basquete para as meninas. Ao analisarmos o comportamento das meninas no decorrer das aulas, percebemos que as mesmas não apresentavam muito interesse pela prática esportiva. Recebemos muitas queixas por não entenderem as regras, não acompanharem os jogos pela televisão e preferirem as aulas de dança por serem mais divertidas e motivantes. Mudamos então a nossa estratégia, iniciando aulas de dança e expressão corporal. Aumentando gradualmente a complexidade das atividades, trabalhamos com movimentos de percepção corporal, lateralidade, coordenação motora, equilíbrio, entre outros elementos que podem ser desenvolvidos com a dança. Mauerberg-deCastro (2005) afirma que, na dança, as crianças podem se beneficiar dos aspectos lúdicos que o movimento em si e a música ou sons proporcionam. Após um tempo de aulas demos início aos ensaios de coreografias. No começo percebemos a dificuldade que o grupo apresentou em aprender os movimentos, em identificar o lado esquerdo e direito, em coordenar os movimentos das diferentes regiões do corpo, perceber o posicionamento dentro do espaço, entre outras dificuldades. Com o decorrer dos ensaios notamos bastante evolução em relação a esses elementos, sendo que as coreografias foram apresentadas nos festivais de encerramento do semestre letivo da faculdade, com grande aceitação do público.

Okasian, C.A.; Oliani, M.M.; Christofolletti, G.; Gobbi, S.; Stella, F. - Relação entre nível de atividade da vida diária funcional, funções cognitivas e sintomas depressivos em idosos com demência de Alzheimer

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

INTRODUÇÃO: A demência de Alzheimer (DA) é uma doença crônica e neurodegenerativa caracterizada pelo declínio das funções cognitivas que interferem na realização das atividades da vida diária. Nota-se também, nesta patologia uma prevalência de 40 a 50% de depressão, a qual desencadeia frequentemente eventos de tristeza exagerada associada ao pessimismo e o paciente acaba perdendo parte de seus interesses pessoais, bem como parte da realização das atividades da vida diária, especialmente as funcionais que envolvem habilidades como memória de trabalho, atenção, concentração, raciocínio e funções executivas. **OBJETIVOS:** Relacionar o padrão atividade da vida diária funcional com as funções cognitivas e os sintomas depressivos em idosos com diagnóstico de DA. **MÉTODOS:** Participaram deste estudo 12 idosos residentes no município de Rio Claro/SP, com diagnóstico de DA moderada, idade média de $79,6 \pm 2,3$ anos e nível de escolaridade de $4,5 \pm 0,8$ anos. Foram utilizados os seguintes instrumentos: para avaliação das funções cognitivas o Mini-

Exame do Estado Mental (MEEM), para os sintomas depressivos, a Escala de Depressão em Geriatria (EDG) e para o padrão de atividade da vida diária funcional, o Questionário de Pfeffer para Atividades Funcionais (QPAF), sendo esse último aplicado ao cuidador para obtenção de informações complementares. O tratamento estatístico consistiu na utilização da estatística descritiva e do teste de correlação de Spearman. Admitiu-se um nível de significância de 5% ($p < 0,05$). RESULTADOS: Verificou-se uma correlação inversa de $r_s = -0,45$ entre EDG (média $8,6 \pm 1,5$ pontos) e o QPAF (média $19,3 \pm 3,0$ pontos). Para o MEEM (média $15,2 \pm 2,1$ pontos) e o QPAF, o coeficiente de correlação de Spearman foi de $r_s = -0,80$. Vale ressaltar, que valores acima de 9 pontos no EDG indicam sintomas depressivos, para o QPAF valores próximos a 30 indicam maior comprometimento funcional, e para o MEEM, pontuações inferiores sugerem declínio cognitivo. CONCLUSÃO: Conquanto o tamanho amostral possa ser pequeno, os dados apontaram um índice de determinação entre QPAF e o MEEM de 64%, indicando que o padrão de atividade funcional do idoso com DA está associado moderadamente ao seu desempenho cognitivo. Com relação aos sintomas depressivos, a correlação demonstrou razão inversa entre o padrão de atividade funcional e os sintomas depressivos. Esse resultado pode ter sido obtido pela possível interferência do déficit cognitivo característico da DA nas respostas à EDG. Baseando-se nos resultados do presente estudo, recomenda-se realização de atividade motora associada com a estimulação cognitiva para promover aumento das atividades da vida diária funcional com possível e conseqüente atenuação do declínio das funções cognitivas.

Apoio Trabalho: CAPES; PROFIT; FINEP; FNS-MS; FUNDUNESP; PROEX-UNESP.

Okimura, T. - Jogos e brincadeiras de rua favorecendo o ensino de conceitos, procedimentos e atitudes

Instituição: Unisantanna e EE Assis Chateaubriand

O objetivo do presente trabalho é relatar a experiência da utilização de jogos e brincadeiras de rua para o ensino de conhecimentos conceituais, procedimentais e atitudinais em um programa de educação física do ensino fundamental. As atividades foram propostas para dez turmas de crianças da 1ª a 4ª série de uma escola estadual localizada na periferia da cidade de São Paulo durante um bimestre. Esse bloco temático teve os seguintes conteúdos: Conceitual (compreensão da diferença entre jogo/brincadeira e esporte), atitudinal (valorização dos jogos e brincadeiras dos colegas) e procedimental (realização de jogos e brincadeiras). Os jogos e brincadeiras foram resgatados das próprias crianças, de seus familiares e de um filme da série "Vamos brincar". Alguns exemplos vivenciados com seus respectivos conteúdos conceitual, procedimental e atitudinal foram: polícia e ladrão (compreensão das regras do jogo e a possibilidade de modificá-las; respeito ao colega e às regras; corrida em diferentes direções e velocidades), balança caixão (compreensão da influência histórica na brincadeira; representação dos papéis sociais na brincadeira; respeito aos colegas), base setembro (compreensão e modificação das regras e identificação das habilidades motoras (chutar); valorização do caráter lúdico/diversão em contraposição à vitória; elaboração de estratégias para maior pontuação). Os jogos e brincadeiras dos filmes eram provenientes da França (queimado e passa falcão), Itália (jarro e pão preto), Marrocos (manipulação de pinos) e Argélia (esconde-esconde). Após assistir ao filme foi verificado o entendimento da atividade pelos alunos e foi pedido para que eles associassem a alguma atividade conhecida e analisassem os movimentos envolvidos. A seguir, os alunos vivenciavam os jogos e brincadeiras com algumas adaptações quando necessário. Os objetivos de aprendizagem com essa estratégia foram: aprender regras de diferentes jogos e brincadeiras; valorizar a cultura de outros países; jogar e brincar. Apesar dos alunos demonstrarem uma grande motivação em participar das atividades desse bloco de conteúdos, houve dificuldade para a condução das três dimensões do conteúdo, sendo priorizada uma delas durante o desenvolvimento das aulas. Verifica-se, portanto, a necessidade da contínua pesquisa e sistematização dos conteúdos para que eles sejam contemplados de forma mais proporcional.

Oliveira, D.C.X; Manarin, G.C - "Estudo comparativo de capacidades fisiológicas de adolescentes participantes de turmas de treinamento (ACDs) de futsal e adolescentes não participantes"

Instituição: Unesp presidente prudente

O Trabalho procurou analisar diferenças funcionais entre adolescentes participantes de turmas de treinamento realizadas nas escolas estaduais do estado de São Paulo em comparações com adolescentes não participantes das mesmas, verificando níveis de condicionamento físico e características funcionais com relação a saúde. Foram aplicados testes de capacidade anaeróbia e velocidade com o teste de corrida de 50 metros, teste de condicionamento aeróbio com teste de 12 minutos e de

agilidade realizando o teste de “vai e vem” (shuttle-hun); sendo que os adolescentes participantes da turma de treinamento são os que compõem equipes de futsal infantil de 15 a 17 anos e os adolescentes não participantes foram escolhidos por sorteio respeitando as séries e idades iguais aos da turma participante, sendo no total quinze (15) alunos da turma de treinamento e 15 quinze alunos que não participam da turma; os resultados obtidos numa única bateria de testes visou realizar uma comparação das capacidades físicas dos adolescentes treinados com os adolescentes não treinados. Além da análise dos dados colhidos foram utilizadas referências bibliográficas para a análise e compreensão dos dados na busca de uma conclusão para o estudo realizado, procurando mostrar os benefícios ou prejuízo gerados a esses indivíduos trazidos pelo treinamento. Podemos observar na análise dos dados que os adolescentes participantes das ACDs apresentaram maiores níveis significativos de condicionamento físicos que os adolescente não treinados mostrando a importância da atividade física orientada em escolares como poderemos observar nos gráficos a serem apresentados. Essas análises buscaram justificar a importância da atividade física e do esporte em nossas vidas, referentes principalmente ao desenvolvimento biológico e com relação à saúde e rendimento esportivo (características fisiológicas para a detecção de talentos).

Apoio Trabalho: UNESP

Oliveira, P.; Duarte, A. C. - Efeitos de um programa de atividades lúdicas e expressivas na capacidade funcional e na auto-estima de idosos institucionalizados

Instituição: UFSCar- Depto de Educação Física e Motricidade humana

No Brasil, segundo dados de projeções do IBGE (2002), existem hoje mais de 10 milhões de idosos no país e em 10 anos serão mais de 15 milhões, ou seja, um crescimento de 50%. As estimativas para os próximos 20 anos são de que a população idosa no Brasil ultrapassará os 30 milhões de pessoas e representará quase 13% de seus habitantes, significando um aumento considerável no número de idosos. Diante deste cenário, o envelhecimento pode ser caracterizado como um processo dinâmico e progressivo no qual há alterações morfológicas, bioquímicas, e funcionais, que vão progressivamente alterando o organismo, levando à diminuição gradual da capacidade funcional do idoso (NETO, 1996). Os idosos institucionalizados em geral dispõem de poucas atividades físicas contribuindo para o quadro de perda gradativa da capacidade funcional, além de desencadarem diversos distúrbios psíquicos como a depressão o estresse e o déficit cognitivo devido às mudanças de convívio social ocasionada pela internação do idoso. A importância da prática de atividades físicas por idosos institucionalizados tem como importância fundamental a manutenção e conseqüente melhora da saúde, da capacidade funcional e combate às doenças crônico-degenerativas, promovendo uma melhora na qualidade de vida e do bem estar psicológico, diminuindo os níveis de estresse e depressão. Diante disto o estudo tem como objetivo verificar os efeitos de um programa de intervenção com danças e expressão corporal, sobre a capacidade funcional e a auto-estima em idosos institucionalizados. Como procedimentos metodológicos foram selecionados 7 idosos (homens e mulheres) com idade acima de 60 anos residentes de uma instituição de longa permanência no município de São Carlos. Os voluntários foram submetidos a uma avaliação inicial na qual foram aplicados questionários que medem escore indicativo da auto-estima validado por Steglich (1978), testes de flexibilidade (flexiteste), equilíbrio (escala de equilíbrio de Berg - Berg Balance Scale- BBS) validado por Berg et al (1992), e capacidade funcional (bateria de testes de realização das AVD's) validado por Andreotti e Okuma (1999). Após essa fase os voluntários iniciaram um programa de exercício físico, tendo como conteúdo dança expressão corporal e jogos lúdicos e recreativos, numa frequência de três vezes por semana, com duração de 50 min/aula em um período de três meses. Sendo então reavaliados seguindo o mesmo protocolo inicial. O resultado final do trabalho está previsto para julho de 2007, até então os resultados obtidos através das avaliações iniciais e observações das aulas, indicam que todos os idosos avaliados apresentaram escores abaixo do esperado nos teste de auto-estima e equilíbrio, observou-se também que o protocolo para avaliação da auto-estima não é o mais adequado para essa população, por apresentar subjetividade em algumas questões, dificultando a compreensão da pergunta pelo idoso. Houve uma melhora significativa na relação interpessoal durante as aulas, assim como no humor, e na consciência de movimento dos idosos, levando também a valorização da prática de atividade física pelos voluntários e pela instituição.

Apoio Trabalho: Prof. Dr. Ana Claudia Garcia de Oliveira Duarte

Oliveira, S.R.G.; Machado, S. - Melhora da imagem corporal através da dança para portadores de deficiência mental

Instituição: Fafibe - Bebedouro; Uniararas - Araras

As atividades físicas adaptadas são capazes de proporcionar muitos benefícios às pessoas, especialmente, às portadoras de necessidades especiais, desde que realizada atendendo as necessidades de cada um. Ao se ouvir a expressão pessoa portadora de deficiência mental, muitos, talvez por falta de informação, pensem apenas em limitações e não são capazes de imaginar capacidades e potencialidades. A dança é uma das atividades físicas que por exercer grande influência sobre os sentidos, pode ser uma atividade aliada no desenvolvimento dos portadores de deficiência mental. Este estudo teve como objetivo analisar quais os benefícios proporcionados pela prática da dança sobre o desenvolvimento da imagem corporal de pessoas com deficiência mental. Participaram da pesquisa 5 alunos deficientes mentais leves / moderados da APAE de uma cidade do interior de São Paulo, com características semelhantes quanto à aprendizagem e compreensão das atividades educacionais. Antes do início do programa de dança pediu-se aos participantes que fizessem um desenho de si mesmo. Os participantes então engajaram-se num programa de dança durante um período de 3 meses, duas vezes por semana. As aulas constaram de atividades de dança enfatizando consciência corporal. Após o programa as crianças novamente foram solicitadas a fazer novo desenho de si mesmo. Para análise do desenho utilizou-se o protocolo de Oliveira (2002), que classifica o desenho de 0 a 10 sendo o zero o nível mais baixo e que caracteriza traçados irregulares, incompletos tornando o desenho irreconhecível e o nível 10 o mais alto, obedecendo a proporção de partes do corpo, e grande semelhança com o real. Após a comparação do desenho anterior ao programa com o posterior, foi possível observar que houve uma evolução das características dos desenhos de todos os participantes. Antes da intervenção todos os participantes tiveram seus desenhos “classificados” com valor 2 – desenhos feitos em forma de palito e sem algumas das principais características do corpo humano como olhos e mãos. Já no desenho após programa de dança, 2 dos participantes tiveram os desenhos classificados como 4 (mais detalhes e falta de proporção no tamanho das partes); 3 dos participantes passaram para a classificação 8 (boa orientação espacial no papel, diferenciação de sexos pelas vestimentas, grande semelhança com o real). Foi possível identificar evolução nos detalhes, os desenhos apresentaram mãos, dedos, cabelos e até mesmo acessórios como óculos nos alunos com problemas visuais. Os resultados indicam que após o programa de dança houve uma evolução dos participantes em relação à forma de ver e conhecer seu corpo, o que promoveu uma melhoria na imagem corporal dos mesmos.

Onça, J; Torquato, T; Assad, R - Percepção de indivíduos da terceira idade, de um clube particular, em relação à prática de exercícios físicos em academias

Instituição: Unifev

A participação de pessoas da terceira idade em programas de exercício, ajuda com que elas possam obter melhoras físicas e mentais, além de contribuir na prevenção de acidentes causados por anormalidades do equilíbrio e fraqueza muscular. Alguns estudos dizem que a falta de atividade física é associada com a alta taxa de mortalidade em pessoas idosas. Essas mortes poderiam ser evitadas por atividade física habitual. Muitos indivíduos ainda têm preconceito em relação ao idoso. Esse preconceito é incorporado desde a infância e ao entrar no processo de envelhecimento rejeita-se tanto o idoso quanto as pessoas que envelhecem. O presente trabalho tem por objetivo avaliar se indivíduos da terceira idade praticam exercícios físicos, se freqüentam academias e como se sociabilizam nesse ambiente em relação à diferença de idade. Uma coleta de dados foi feita no Rio Preto Automóvel Clube, através de um questionário que foi passado para pessoas que pertencem à terceira idade. Nesse questionário foi abordado tema como exercícios físicos na terceira idade e seus preconceitos. Foi relatado que 90% dos indivíduos que participaram da pesquisa, acreditam que com a prática de atividades físicas obtém e já notaram melhoras na saúde, por outro lado apenas 10% dos participantes acreditam, mas ainda não notaram melhoras. Segundo 50% dos entrevistados a academia é um lugar para cuidar do corpo e mente. Espera-se encontrar um ambiente sério e respeito para 40% dos entrevistados, sendo que 10% preferiam uma confraternização e obtenção de novas amizades. Além disso, 70% das pessoas acham que a interação das faixas etárias é importante, gerando uma sociabilidade importante para o convívio e andamento de uma academia, mas 20% ainda acham que as pessoas devem permanecer com seu devido grupo e idade, gerando uma pequena parcela de preconceito. Ao analisar a pergunta “é importante o acompanhamento de um profissional de educação física em uma academia?” obteve-se 100% das respostas dizendo que “sim”. Isso mostra o respeito que foi conquistado pelo profissional da Educação Física. Palavras chaves: Exercício Físico, Idoso, Preconceito, Terceira idade, Atividade Física.

Ozaki, E; Silva, M; Junior, L; Rocha, R - Perfil antropométrico e risco coronariano de calouros do Curso de Educação Física da Universidade de Taubaté

Instituição: UNITAU-Campus Taubaté-Departamento de Educação Física

A falta da prática de exercício físicos associados aos maus hábitos alimentares, a rotina de vida desordenada, poucas horas de sono, jornada de trabalho estendida, podem vir a influenciar nas condições de saúde de determinada população, agravando por exemplo, os índices de obesidade. Tal fator influencia negativamente a saúde do indivíduo, podendo desencadear doenças cardiovasculares, hipertensão arterial, diabetes mellitus e outras. Esta pesquisa teve como objetivo Avaliar e identificar o risco cardiovascular por meio do índice de massa corporal (IMC) e do diâmetro da circunferência de cintura (CC), em alunos ingressantes no Curso de Educação Física da Universidade de Taubaté. Foram realizadas coletas de dados, nas instalações do Laboratório de Ciências do Esporte (LACES) da Universidade de Taubaté (UNITAU), com alunos ingressantes no Curso de Educação Física. Para o cálculo do IMC os sujeitos foram pesados em balança antropométrica FILIZOLA e medidas pelo estadiômetro próprio da mesma, procedendo a relação do peso pelo quadrado da altura e posteriormente classificado. O risco coronariano foi estimado com base na medida da CC, onde valores maiores de 89cm para mulheres e 101 para homens são considerados limitrofes. Os dados foram analisados baseados em estatística descritiva. Dos 135 sujeitos avaliados, 84 eram homens e 51 mulheres. Na média os indivíduos foram classificados como eutróficos ($IMC = 23,1 \pm 3,2 \text{ Kg/m}^2$) independente do gênero. A medida da CC indicou que na média o grupo avaliado não apresenta risco aumentado de coronariopatia ($CC = 77,3 \pm 9,3\text{cm}$). Podemos inferir que os alunos ingressos no Curso de Educação Física da UNITAU encontram-se eutróficos quanto ao IMC não apresentando risco coronariano aumentado provavelmente devido à prática de atividade física constante. Futuramente pretendemos avalia-los ao final e começo de cada ano para acompanhar o desenvolvimento dos mesmos.

Paes, P. - Relato de vivência em um estágio no Laboratório de Rendimento Humano do Instituto Nacional de Educação Física e Desporto (INEF) de Madrid, Espanha

Instituição: FAFIBE - Bebedouro/SP

O Instituto Nacional de Educação Física e Desporto (INEF) é um órgão do Governo Federal da Espanha, que regulamenta, fiscaliza e gerencia a formação de professores de Educação Física, que irão atuar nas escolas secundaristas (com estudantes acima de 12 anos) e com as atividades chamadas de rendimento, que incluem técnicos e preparadores desportivos, além dos profissionais de academia e outras áreas afins, o que corresponde à formação de Graduação e Bacharelado em Educação Física, em nosso país. Existem vários INEF'S espalhados pelo território espanhol. Especificamente em Madrid, o INEF divide seu espaço físico com o Centro de Alto Rendimento, local em que os atletas de nível olímpico e as seleções nacionais de todas as categorias treinam e recebem todo o tipo de suporte profissional. Por meio de contato via e-mail e telefônico, permitiu-se participação de um estágio, como professor visitante, no Laboratório de Rendimento Humano do INEF, em Madrid, no período de 18 de Dezembro de 2006 a 19 de Janeiro de 2007. Esta vivência possibilitou uma interação efetiva das atividades acadêmicas universitárias, bem como a observação do funcionamento do treinamento de alto nível no Centro de Alto Rendimento e mais diretamente a interação do Laboratório de Rendimento Humano entre estes dois setores e com a sociedade, através da prestação de serviços de avaliação e prescrição de treinamento. O laboratório possui a coordenação de dois docentes, incluindo um professor de Educação Física e um médico cardiologista, que está sempre presente durante todos os testes de esforço, que são realizados em dois dias fixos na semana. Estes testes e avaliações são conduzidos pelos doutorandos, através da aplicação de seus projetos de pesquisa, concomitantes com os serviços e demandas sociais do laboratório. Assim como os alunos de graduação, os doutorandos pagam pelo curso e algumas bolsas são oferecidas mediante concurso, estudo de currículo e da condição social do aluno. Fisicamente o laboratório impressiona pela disponibilidade de materiais e equipamentos, possibilitando o desenvolvimento de investigações científicas em praticamente todas as áreas do Treinamento Desportivo, incluindo expirometria, análise de VO₂ e de lactato, eletromiografia, composição corporal, entre outras variáveis do rendimento humano. Foram desenvolvidos protocolos específicos de avaliação, cujos dados são armazenados e discutidos, ao final de cada semana, para posterior organização de produção científica, a partir de metas pré-estabelecidas anualmente. As pessoas que se submetem a um teste de esforço em sua maioria são atletas de altíssimo nível, oriundos do Centro de Alto de Rendimento, ou pessoas que fazem parte de projetos de pesquisa dos alunos da graduação e do programa de doutorado. Algumas avaliações são abertas à comunidade, por meio de agendamento por telefone e o pagamento de uma taxa, pessoas com os mais diferentes objetivos e características são submetidas às avaliações e acompanhamento de seus programas de treinamento, revestindo em um banco de dados altamente diversificado, que aumenta as possibilidades de investigação científica. O Centro de Alto Rendimento, além de disponibilizar atletas para as pesquisas do Laboratório, possui uma das maiores e mais modernas infra-estruturas de treinamento de alto nível da Europa, concentradas em um único lugar. A maioria das modalidades olímpicas possui um ginásio de treinamento, com salas de musculação e computadores para avaliação e acompanhamento do treinamento. Esta estância permitiu constatar o dinamismo e abrangência de atuação de um laboratório de avaliação de esforço físico, perfeitamente integralizado ao treinamento de excelência e às demandas

sociais, tendo como objetivo principal a prestação de serviço acadêmico, técnico e social, a partir de um esquema organizacional privilegiado, tendo como característica principal a funcionalidade.

Palombello, F.; Rodrigues, R.; Lucato, S. - Medidas antropométricas funcionais e padrões de saúde em funcionários acadêmicos

Instituição: FESB

A atividade física é considerada como um fator determinante para a qualidade de vida das pessoas, pois inúmeros são os seus benefícios e as conseqüências que ela pode trazer aos seus praticantes em prol da saúde. Entretanto, existem àqueles que ainda hesitam em praticá-la, ou pela falta de tempo ou pelo conforto que a vida moderna nos trás. Anda-se e exercita-se menos, mas come-se mais, tornando assim, uma receita perfeita para o agravamento da saúde, combinando sedentarismo e obesidade. Educar as pessoas para que tenham adesão à prática esportiva, regular e segura é fator de sabedoria nos dias de hoje. Procurou-se nesse estudo, averiguar as condições dos padrões de saúde dos funcionários da Faculdade de Ciências e Letras (FESB) de Bragança Paulista, relacionados ao índice de massa corpórea, índice de relação abdômen/quadril, porcentagem de gordura corporal, flexibilidade de W'ells e índice de risco cardiovascular. Os resultados demonstraram que, em média, os funcionários deveriam aderir com mais freqüência a um programa de atividade física regular, devido aos índices encontrados nos testes, que não são compatíveis com os padrões de saúde atuais.

Apoio Trabalho: Fundação Municipal de Ensino Superior de Bragança Paulista - FESB

Papini, C. B.; Nakamura, P. M.; Kokubun, E. - A influência dos estágios de prontidão para atividade física na qualidade de vida em trabalhadores

Instituição: Laboratório de exercício, esporte e saúde - Unesp- Rio Claro

Introdução: Com o estabelecimento do estilo de vida moderno e sedentário observou-se um considerável aumento no número de Doenças de Agravos Não Transmissíveis (DANTs). Os hábitos nocivos à saúde, também se adicionam a esse quadro, como o consumo de álcool, fumo e drogas, além do estresse da sociedade moderna, tensão emocional, acidentes, problemas com segurança, desemprego, baixo rendimento profissional, alto custo de vida, dentre outros problemas, predispondo o organismo humano à doenças e conseqüentemente diminuindo a qualidade de vida (QdV). A prática regular de atividade física (AF) traz muitos benefícios para a saúde em termos de prevenção de DANTs e aptidão funcional para as atividades da vida diária (AVDs). Existe uma relação positiva entre os níveis de AF regular, índices de aptidão física e o estado de saúde das pessoas. Desse modo, uma pessoa ao participar de programas regulares de AF tende a apresentar melhores índices de aptidão física, e apresentará um melhor estado de saúde geral. No entanto, fazer com que as pessoas mudem seu estilo de vida constitui uma tarefa difícil. Algumas estratégias foram identificadas por cientistas comportamentais que ajudam as pessoas a iniciarem e manterem um estilo de vida saudável. O modelo Transteórico (MTT) de Prochaska e DiClemente (1983) exerce grande influência na mudança de comportamento relacionado à saúde e prevê 5 estágios: Pré-contemplação: nenhuma intenção de realizar AF; Contemplação: tem a intenção, porém não realiza nenhuma AF; Preparação: tem a intenção de realizar AF, porém esporadicamente; Ação: realiza a AF regularmente, porém menos de 6 meses; Manutenção: realiza a AF regularmente mais de 6 meses. Esses estágios de mudança de comportamento identificam as melhores estratégias de intervenção que funcionarão para indivíduos em diferentes estágios e níveis de participação em AF. Objetivo: verificar se existe influência dos estágios de prontidão para AF sobre a QdV de trabalhadores. Metodologia: participaram desse estudo 200 trabalhadores de ambos os gêneros (37 ± 6 anos) de micro e médias empresas com diferentes ocupações profissionais. Todos os participantes responderam o questionário de AF diária e o SF-36. Para a análise estatística foi utilizado Anova-One Way para cada componente de QdV e MTT. Post-Hoc de Tukey foi utilizado para identificar as diferenças. Resultados: foram encontradas diferenças significativas em saúde mental e saúde mental total entre estágio de manutenção com ação. Em vitalidade houve diferença entre o estágio de manutenção com os estágios de ação e antecedentes. Nos componentes saúde física total e QdV total, Anova- One Way apontou diferença, porém o Post-Hoc de Tukey não identificou onde estavam essas diferenças. Esses dados demonstram que os componentes, vitalidade, saúde mental, saúde física total e saúde mental total são influenciados pelo MTT e indicam que a QdV total pode ser influenciada pelo MTT, porém esses dados precisam ser melhor estudados. A Anova One-Way apontou diferença para QdV total entre os estágios do MTT, porém o Post-Hoc de Tukey não identificou as diferenças, no entanto existe uma tendência da QdV do estágio de manutenção ser melhor do que o de ação e antecedentes e o de ação ser pior do que os antecedentes. Conclusões: alguns componentes (vitalidade, saúde mental, saúde física total e saúde mental total) da

QdV, são influenciados pelo MTT e indicam que a QdV total pode ser influenciada pelo MTT, porém esses dados precisam ser confirmados.

Passos, H; Urtado, M.B; Fernandez, L.H; Urtado, C.B - Efeito de exercício agudo em indivíduos portadores de diabetes mellitus tipo 2

Instituição: Centro Universitário Modulo- Unimodulo

A diabetes mellitus (DM) é uma síndrome sistêmica, crônica e evolutiva caracterizada pela alteração no metabolismo dos carboidratos, proteínas e gorduras, decorrentes da falta de insulina ou de sua capacidade de agir adequadamente. O presente trabalho objetivou analisar o efeito do exercício agudo de hidroginástica no controle glicêmico de indivíduos diabéticos tipo II, tratados ou não com insulina, na cidade de Ubatuba do litoral norte de São Paulo. Todos os pacientes avaliados tinham diagnóstico de DM tipo II, do sexo feminino e com uma média de idade entre 55 a 65 anos. Os resultados apontam que houve uma melhora significativa de 30,5% na concentração de glicose sanguínea ($p > 0,05$) decorrente do exercício físico. Porém tal melhora não foi encontrada 24 horas após a realização da sessão aguda de hidroginástica. Os dados sugerem que o exercício agudo pode ser benéfica ao indivíduo portador de diabetes, por melhoria do transporte de glicose via GLUT-4, porém uma melhora mais proeminente pode ser encontrada na prática regular da atividade e por um período maior de tempo, de acordo com a literatura especializada.

Paula, MG; Moreno, JC - A realidade da prática esportiva de crianças em um centro educacional

Instituição: Fafibe- Faculdades Integradas Fafibe

Este estudo teve como objetivo verificar quais eram as práticas esportivas educacionais existentes num Centro Educacional da cidade de Bebedouro-SP, e se essas eram adequadas ou compatíveis com a faixa etária dos participantes baseando-nos na teoria piagetiana. Consideramos que no período das operações concretas (7 a 11 anos), as crianças são mais estáveis e ávidas por assumir responsabilidades, sabendo lidar com novas situações e desejando aprender mais sobre elas próprias e sobre seu meio físico e sociocultural. Meninas e meninos têm padrões de desenvolvimento parecidos, ocorrendo algumas variações nos aspectos físico, motor, cognitivo e afetivo. As atividades esportivas geralmente têm efeitos positivos sobre o crescimento e desenvolvimento das crianças, mas pode apresentar efeitos negativos se levadas ao extremo. Também há de se considerar que muitos programas se baseiam na iniciação precoce da prática especializada de esportes. E também outro problema é que muitas práticas não seguem orientações teóricas que considerem o desenvolvimento da criança, suas características e necessidades. As atividades esportivas devem ser supervisionadas cuidadosamente por profissionais habilitados para evitar malefícios às crianças. Ou melhor, para que não sejam antecipadas situações para as quais não estejam aptas, ou que não se criem os estímulos necessários, acabando por tornar as práticas desestimulantes. Para verificar se as práticas esportivas educacionais oferecidas às crianças da faixa etária, que compreende o período operatório-concreto (7 a 11 anos aproximadamente) de um Centro Educacional de Bebedouro-SP, foram adequadas à sua faixa etária, utilizou-se de revisão da literatura sobre o desenvolvimento da criança e da iniciação esportiva e da importância da atividade motora. A metodologia consistiu de uma pesquisa de campo nesse Centro Educacional onde se verificaram os tipos de práticas esportivas oferecidas às crianças, com aplicação de questionário semi-estruturado ao professor responsável pelas práticas. Apesar de o Centro Educacional oferecer espaço físico adequado, materiais esportivos necessários e as crianças não apresentarem nenhuma restrição física e psicológica para as práticas esportivas, verificamos que essas não se realizavam da maneira proposta inicialmente pelo professor e também que não tinham orientação teórica consistente, sobretudo no que tangia à teoria psicogenética piagetiana. As atividades esportivas se desenvolviam de forma "aleatória" e a presença de um profissional pouco modificava sua orientação, caso ocorresse sem a presença deste. Ficou evidente que se os aspectos físico e motor, cognitivo e afetivo não forem levados em consideração para o ensino das práticas esportivas, dificultar-se-ão ou impossibilitar-se-ão as aprendizagens da criança, prejudicando o seu pleno desenvolvimento na respectiva faixa etária (7 a 11 anos aproximadamente). Nesse sentido este estudo contribui para sugerir que o profissional de Educação Física trabalhe com um método de ensino adequado à faixa etária das crianças aproveitando as características e respeitando-as para o melhor desenvolvimento delas. Palavras-chave: Iniciação Esportiva; Atividade Motora; Crianças; Teoria Psicogenética.

Pedroso, R.; Santos, I.; Hunger, D. - A Educação Física acadêmica e o idoso institucionalizado: compartilhando experiências

Instituição: UNESP-Educação Física

Literatura específica referente ao exercício física na terceira idade comprova sua influência favorável no bem-estar corporal e, conseqüentemente, no prolongamento da expectativa de vida. A maioria dos estudos refere-se à prática de exercícios na promoção da saúde. No entanto, quando se trata de idosos com senilidade, moradores de abrigos ou instituições similares, pouco se tem realizado ou difundido trabalhos nesses locais no que diz respeito aos aspectos motivacional, afetivo-social, motor e de reabilitação. Destaca-se que o idoso institucionalizado apresenta uma visão extremamente pessimista de vida e certa resistência por programas extra-rotina, limitando-se as atividades básicas do cotidiano: alimentação, sono e higiene. Nesse sentido, o presente projeto objetivou aplicar um programa sistematizado de exercícios físicos para idosos de uma instituição de abrigo, da cidade de Bauru, Estado de São Paulo, bem como, analisar o perfil antropométrico de dezoito idosos. Realizou-se revisão da literatura referente à educação física e o idoso e ao contexto atual das instituições de abrigo para idosos. O desenvolvimento dos conteúdos sistematizados de educação física com aproximadamente trinta idosos, no período de um ano, resultou numa maior integração social entre eles, bem como, possibilitou mudanças iniciais em seus comportamentos motivacionais e motores. Evidenciou-se aumento de interesse dos idosos em participar das atividades propostas. Observou-se processo inicial de conscientização da importância da realização do exercício físico no cotidiano do idoso, seja por parte da instituição, bem como, pelos participantes. Coletaram-se, ainda, dados de dezoito idosos (9 mulheres e 9 homens), sendo: a) sexo, b) idade, c) estatura, d) peso corporal, e) índice de massa corporal e f) circunferências (f.1 tórax, f.2 abdômen, f.3 braços, f.4 antebraços, f.5 coxas e f6. pernas). A partir dos dados definiram-se o desvio padrão e a média. Destacam-se: o índice de massa corporal, em que 60% dos idosos apresentaram valor acima do ideal e das idosas 80% apresentam peso esperado, as circunferências corporais indicaram tanto nas idosas como nos idosos diferenças significativas entre os lados direito e esquerdo dos segmentos do corpo, a média da estatura das idosas é 1,47m e dos idosos é de 1,65m, apresentando baixo desvio padrão em ambos os sexos (0,07), a média da idade das idosas é de 78,9 anos e dos idosos 78,8, sendo que o desvio padrão para a idade das idosas foi de 7,06 e dos idosos foi de 17,42, indicando que o grupo das idosas apresenta-se mais homogêneo com relação à idade dos que os idosos, quanto ao peso observou-se que no grupo das idosas a média foi de 54,36 Kg e o desvio padrão de 16,50 Kg e os idosos apresentam-se uma média de 66,45 Kg e o desvio padrão de 8,19 Kg, indicando maior homogeneidade no grupo dos idosos em comparação com as idosas. Os dados antropométricos auxiliaram no planejamento das atividades para os idosos; pois sabe-se de acordo com a literatura e, ainda, com os dados apresentados, o quanto o idoso e, principalmente, aquele institucionalizado, apresenta progressiva limitações corporais. Conclui-se enfatizando a necessidade de uma nova mentalidade por parte das instituições para idosos, da necessidade de se atentarem para os benefícios dos conteúdos da educação física, possibilitando-lhes uma vida mais saudável e agradável de envelhecimento, apresentando-lhes novas perspectivas de vida no sentido de evitar e/ou amenizar um estado de depressão.

Apoio Trabalho: Bolsa Proex - UNESP

Pelegrini, A.; Petroski, E.L; Silva, R.J.S - Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da região de Cotinguiba, SE

Instituição: Programa de Pós Graduação em Educação Física CDS/UFSC. Núcleo

Introdução: A avaliação do estado nutricional tem sido considerada um importante recurso de aferição das condições de vida e saúde de uma população. Nas últimas décadas, tem-se observado um declínio expressivo da desnutrição infantil no Brasil, na ordem de 10,1% para 2,4%, no período compreendido entre 1984/85 e 1995/96. Esta mudança no estado nutricional vem acompanhada de um rápido e crescente aumento no número de pessoas com sobrepeso e obesidade, em todas as faixas etárias, com proporções elevadas em idades cada vez mais jovens, tornando este um dos maiores problemas de saúde pública em países desenvolvidos e em desenvolvimento. Nos levantamentos internacionais, os estudos demonstraram prevalência de excesso de peso que variam de 16,5% a 30,0%. No Brasil, estudos demonstraram que o excesso de peso varia entre as cidades e regiões, com valores estimados de 13,7% a 21,1% no nordeste, 14,4% a 22,1% no centro-oeste, 19,9% a 33,0% no sul e 33,7% no sudeste. Entretanto, esses estudos apontaram algumas limitações, das quais destacam-se: pesquisas realizadas com amostra não representativa da população, somente em crianças ou adolescentes e poucos analisaram as duas populações com representatividade. Objetivo: Dessa forma, o presente estudo objetivou identificar a prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes da região de Cotinguiba, SE. Metodologia: A amostra foi composta de 1257 escolares de ambos os sexos, de 7 a 14 anos, da rede estadual de ensino. Os escolares foram divididos em dois grupos etários: crianças (7 a 9 anos) e adolescentes (10 a 14 anos), segundo a Organização Mundial de Saúde. Foram mensuradas variáveis de massa corporal (MC), estatura (EST) e índice de massa corporal (IMC). Para classificar o sobrepeso e a obesidade, adotaram-se os pontos de corte de acordo com o IMC, por idade e sexo, proposto

pela International Obesity Task Force. Para caracterizar a frequência das variáveis estudadas, recorreu-se à análise descritiva. O teste do qui-quadrado foi utilizado para comparar a prevalência de sobrepeso e obesidade entre os sexos e as idades ($p < 0,05$). Resultados: Os resultados demonstraram prevalência de sobrepeso e obesidade de 5,3% e 1,6%, respectivamente. Com relação ao sexo, os valores indicaram prevalências de sobrepeso mais elevadas no sexo feminino (6,9%) quando comparado ao masculino (3,4%, $p = 0,021$). Já a obesidade foi mais elevada nos meninos (1,7%) em relação às meninas (1,5%). Quanto à faixa etária, maior prevalência de sobrepeso e obesidade foram encontradas nas crianças (4,0% e 6,0%) quando comparadas aos adolescentes (1,5%, 1,7%, $p = 0,256$). Conclusão: Apesar da incidência de sobrepeso e obesidade, os resultados demonstraram que o excesso de peso corporal não é considerado um problema de saúde pública na região de Cotinguiba, SE. Desta forma, pode-se dizer que as baixas condições socioeconômicas, especificamente desta região do nordeste, podem ter contribuído para a baixa incidência do sobrepeso e da obesidade. Entretanto, diagnósticos precoces do excesso de peso corporal, especialmente em idade escolar, poderiam subsidiar medidas de saúde pública de controle destes parâmetros e melhoria da qualidade de vida da população.

Perandini, LAB; Okuno, NM; Simões, HG; Nakamura, FY - Estimativa do limiar de esforço percebido, indicador do máximo estado estável de lactato e máximo estado estável de lactato em exercício intermitente

Instituição: Grupo de Estudo das Adaptações Fisiológicas ao Treinamento

A percepção subjetiva de esforço (PSE) tem sido utilizada para prever intensidades fixas de concentração de lactato [La] e para estimar intensidades, como o limiar de esforço percebido (LEP), que delimitam pontos de transição metabólica. Os objetivos do presente estudo foram: (1) verificar a relação entre a PSE e a [La] em esforços intermitentes no domínio severo, (2) verificar a possibilidade de estimativa do LEP de maneira intermitente (LEPi) e do indicador de máximo estado estável de lactato em exercício intermitente (MEELINDIC), (3) relacionar o LEPi e o MEELINDIC com o máximo estado estável de lactato intermitente (MEELi). Dez participantes do sexo masculino foram submetidos a duas sessões de familiarização, um esforço progressivo, quatro testes preditivos intermitentes (30s:30s) a ~110, 120, 130 e 140% da potência aeróbia máxima e testes para a determinação do MEELi. A partir dos quatro testes preditivos foi determinado o LEPi e o MEELINDIC. Para a estimativa do LEPi, os indivíduos foram orientados a reportar o valor da PSE ao final de cada 30 s de esforço (Borg 6 – 20) durante os quatro testes de cargas exaustivas. Os valores da PSE foram plotados em função do tempo para a obtenção das taxas de aumento (inclinação da reta de regressão). Esses valores foram utilizados para o estabelecimento da reta de regressão entre as taxas de aumento e a potência gerada em cada teste, sendo o LEPi o ponto de intersecção no eixo da potência (x). Esse ponto seria equivalente à taxa de aumento da PSE igual a zero. O MEELINDIC foi obtido a partir dos mesmos procedimentos matemáticos utilizados na estimativa do LEPi. Porém, a variável mensurada no lugar da PSE foi a [La]. O sangue foi coletado do lóbulo da orelha em repouso e ao final de cada dois esforços (cada dois minutos). A relação entre a PSE e [La] foi verificada por meio dos próprios valores e por suas respectivas taxas de aumento nos testes preditivos. O MEELi foi determinado como a maior intensidade em que a variação do [La] entre o décimo e o trigésimo minuto de esforço foi menor do que 1 mM. Para comparação das estimativas do LEPi, MEELINDIC e MEELi foi empregada ANOVA para medidas repetidas. As relações entre essas estimativas e entre a PSE e [La] foram estabelecidas por correlação de Pearson. A correlação entre a PSE e a [La] foi moderada e significativa para ambas comparações (taxas de aumento da PSE e [La]: $r = 0,77$; $P < 0,001$; PSE e [La]: $r = 0,78$; $P < 0,001$). Os altos valores de coeficiente de determinação das taxas de aumento da PSE e [La] (PSE: $R^2 = 0,89 \pm 0,08$; [La]: $R^2 = 0,95 \pm 0,05$), e das regressões lineares entre as taxas de aumento e as potências (LEPi: $R^2 = 0,90 \pm 0,11$; MEELINDIC: $R^2 = 0,92 \pm 0,09$), mostram que o LEPi e o MEELINDIC podem ser mensurados a partir da técnica empregada. As intensidades do LEPi, MEELINDIC e MEELi não foram diferentes entre si, e quando o MEELi foi relacionado com as demais estimativas, foram encontradas altas e significantes correlações (LEPi e MEELi: $r = 0,90$; $P < 0,001$; MEELINDIC com o MEELi: $r = 0,80$; $P = 0,006$). Conclui-se que existe uma relação moderada entre a PSE e [La]. As estimativas do LEPi e MEELINDIC foram confirmadas pelos altos valores de coeficiente de determinação, tanto nas relações entre PSE e [La] com o tempo, quanto entre as potências e as taxas de aumento. As intensidades encontradas para o LEPi e o MEELINDIC apresentaram alta e significativa correlação com o MEELi, mostrando que essas duas intensidades podem ser consideradas como indicadores de capacidade aeróbia e como ponto de transição entre o domínio intenso e severo em exercícios intermitentes.

Calvo, A. P.; Pellegrini, A. M.; Hiraga, C. Y. - Explorando a produção de força dos dedos para melhor qualidade da escrita

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A escrita é uma habilidade extremamente complexa que envolve fatores perceptivos, cognitivos, motores e sensório-motores. Uma escrita legível é importante para o desenvolvimento escolar e sócio-afetivo da criança. A escrita é uma habilidade que se desenvolve com a escolarização e com a experiência. Mas existem crianças que não conseguem desenvolver escrita legível nos primeiros anos escolares. Crianças com dificuldades na escrita podem ser classificadas como tendo padrão de escrita empobrecido, disgráficas e com transtorno da expressão escrita. As causas de tais dificuldades não estão associadas ao Q.I. abaixo do padrão normal e a distúrbios neurológicos, mas podem estar vinculadas a dificuldades motoras do indivíduo. Mais especificamente, as dificuldades da escrita podem ocorrer em virtude de dificuldades motoras finas. Para produção e controle de movimentos, o SNC cria combinações entre os elementos, envolvidos na ação, por exemplo entre músculos, articulações e tendões. Isso não reduz o número de elementos a serem controlados, mas o controle do número de combinações dos elementos é menor. Desta forma, as combinações entre os elementos formam unidades funcionais denominadas sinergias motoras. As sinergias motoras possibilitam a produção e o controle dos movimentos, além disso, elas garantem que os movimentos sejam coordenados e eficientes proporcionando flexibilidade e adaptabilidade do movimento às demandas da tarefa. A qualidade da escrita é comprometida por sinergias motoras inadequadas para a produção de força dos dedos. Para estimular as sinergias motoras é necessário promover práticas com variação dos parâmetros do movimento em cada tentativa. Com esse pressuposto, o presente estudo buscou estimular as sinergias motoras dos dedos para a escrita por meio de uma intervenção estruturada com atividades generalizadas e pré-caligráficas praticadas com variação do parâmetro de força dos dedos para melhorar a qualidade da escrita de crianças com dificuldades nesta habilidade. Participaram do estudo 32 crianças, entre 7 e 12 anos de idade, matriculadas nos primeiros anos de escolarização de uma escola pública de uma cidade pública do interior paulista. Os participantes foram indicados pelas próprias professoras de classe a partir da qualidade de escrita das crianças. O GE foi formado por dezesseis crianças com dificuldades de escrita e o GC formado pelas outras dezesseis crianças que têm boa qualidade de escrita e com idade e gênero correspondente às crianças do GE. Foram realizadas avaliações pré- e pós-intervenção, mas somente o GE participou das 27 sessões da intervenção de 30 minutos cada. A avaliação foi constituída da adaptação do Minnesota Handwriting Assessment. Os participantes copiaram com um lápis uma frase com todas as letras do alfabeto numa folha pautada e própria para a avaliação. O tempo de cópia foi cronometrado e as variáveis analisadas foram velocidade de cópia, tempo de execução, legibilidade, forma, alinhamento, tamanho e espaçamento. A intervenção melhorou significativamente o desempenho das crianças quanto à legibilidade e o tamanho das letras. Sugerimos que estes resultados foram conquistados em virtude do desenvolvimento das sinergias motoras dos dedos. A legibilidade é uma variável que diz respeito à capacidade de reconhecer uma letra fora do contexto da palavra, de modo que melhoria nesta variável significa que a criança tem mais capacidade de produzir as combinações de traçados das letras de forma mais adequada. O tamanho é uma variável relacionada à capacidade da criança em ajustar seu traçado às demandas espaciais da tarefa. Desta forma, as crianças demonstraram maior capacidade de adaptação às exigências da tarefa. Em resumo, consideramos que estimular as sinergias motoras dos dedos através da variação da produção de força dos dedos leva a uma melhoria na qualidade da escrita de crianças com dificuldades de escrita.

Apoio Trabalho: Governo do Estado de São Paulo - SEESP

Pereira, M, P.; Gonçalves, M. - Efeito do método de normalização na interpretação do sinal eletromiográfico durante o abaixamento e levantamento manual de carga

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A capacidade de levantamento manual de carga pelo homem continua preocupando muitas indústrias devido ao número expressivo de lesões que ocasionam. Dentre as ferramentas utilizadas com objetivos de avaliação da musculatura esquelética durante essa atividade destaca-se a eletromiografia (EMG). Entretanto a normalização do sinal EMG é necessária para que seja possível a comparação entre diferentes sujeitos, que é realizada através da contração isométrica voluntária máxima (CIVM) ou através da Média (MED) ou do Pico da atividade EMG obtido no próprio movimento analisado. Outro importante fator na análise EMG é a reprodutibilidade analisada normalmente através do coeficiente de variação intra-sujeito (CV). Dessa forma o objetivo desse estudo foi avaliar o CV do sinal EMG do músculo reto da coxa obtido durante as atividades de levantamento e abaixamento manual de carga. Para isso 8 homens (com idade de $20,7 \pm 2,1$ anos, altura de $1,72 \pm 0,03$ m e massa corporal de $65,28 \pm 8,95$ Kg) realizaram por 1 minuto levantamento e abaixamento manual de 15% e 25% de seu peso corporal (15PC e 25PC respectivamente) com e sem o uso do cinto pélvico em quatro dias distintos em ordem randomica. Para captação dos sinais eletromiográficos utilizou-se eletrodos de superfície, sobre o músculo reto da coxa direito. Foi utilizado um módulo de aquisição de sinais biológicos (com o ganho de 1000 vezes, filtro passa alta de 20 Hz e passa baixa de 500 Hz) e um software específico com frequência de amostragem de 1000Hz. Os sinais EMGs foram normalizados através da CIVM, da MED e do Pico e então foram adquiridos os valores de CV. Foi

realizado um teste de ANOVA two-way (carga e o método de normalização) sobre os valores de CV e um teste post-hoc de Turkey, sendo considerados significativos valores de $p \leq 0,05$. O método de normalização e a carga não influenciaram os valores de CV durante o levantamento tanto de 15PC como de 25PC com e sem o uso do cinto pélvico ($p > 0,05$). Os CVs obtidos durante o abaixamento de 15PC com o uso do cinto (50,4%($\pm 10,07$), 25,6%($\pm 8,21$), 24,4%($\pm 6,53$) quando normalizados pela CIVM, MED e Pico respectivamente) não foram diferentes ($p > 0,05$) dos obtidos durante o abaixamento de 25PC com o uso do cinto (37,6%($\pm 10,20$), 31,4%($\pm 15,83$) e 29,2%($\pm 9,84$) quando normalizados pela CIVM, MED e Pico respectivamente). Entretanto na carga de 15PC os valores de CV obtidos após a normalização pela CIVM foram diferentes dos obtidos após a normalização pela MED ($p < 0,01$) e Pico ($p < 0,001$). Da mesma forma a análise dos CVs obtidos durante o abaixamento de 15PC sem o uso do cinto (47,6%($\pm 12,94$), 28,2%($\pm 5,53$) e 26,9%($\pm 4,24$) quando normalizados pela CIVM, MED e Pico respectivamente) não foram diferentes ($p > 0,05$) dos obtidos durante o abaixamento de 25PC sem o uso do cinto (44,3%($\pm 19,85$), 28,9%($\pm 8,50$) e 27,9%($\pm 7,95$) quando normalizados pela CIVM, MED e Pico respectivamente). Porém os valores de CV obtidos após a normalização através da CIVM se mostraram diferentes dos obtidos após a normalização pela MED e pelo Pico na carga de 15PC ($p < 0,01$) e dos normalizados pelo Pico na carga de 25PC ($p = 0,05$). Sendo o CV intra-sujeito relacionado com a reprodutibilidade, pois está baseado nas medidas repetidas do sujeito, valores mais baixo são preferíveis, pois representam um menor erro. Dessa forma, no presente estudo CVs mais altos (encontrados para a normalização após a CIVM) nos revelam padrões de recrutamento muscular menos uniformes durante a contração excêntrica (abaixamento). Ao contrario, durante contrações concêntricas (levantamento) existe um maior recrutamento de unidades motoras, promovendo sinais EMGs mais uniforme, justificando a ausência de diferenças nos valores de CV nesse tipo de contração. Dessa forma, sugerimos que estudos que se utilizam a EMG no estudo do movimento de abaixamento e levantamento manual de carga, se utilizem o método dinâmico de normalização (MED ou Pico), independentemente da carga utilizada, pois demonstram menor erro e maior confiabilidade.

Pereira, M. L.; Hunger, D. A. C. F.; Souza Neto, S. - A dança no universo da Pós-Graduação em Educação Física: análise das dissertações de mestrado

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física/ NEPEF

A dança é uma das formas mais antigas de manifestação e comunicação do ser humano. Atualmente constitui-se como uma possibilidade de expressão corporal dentre tantas outras. Sua presença em nossa sociedade é verificada e vivenciada como forma de lazer, como profissão, e como conteúdo educacional, entre outros. Neste último caso, a dança aparece como conteúdo das Artes e da Educação Física na escola, conforme asseguram os Parâmetros Curriculares Nacionais. Partindo deste princípio, qual seja, da dança como um elemento da cultura corporal de movimento, é que se inseriu a presente pesquisa. Objetivou-se analisar dissertações de mestrado que abordam o tema dança, defendidas num programa de pós-graduação stricto sensu, de uma universidade pública paulista, no período de 1996 a 2006. Considerou-se o número de defesas, as áreas de concentração e linhas de pesquisa inserida, a natureza investigativa e, especialmente, os objetivos principais. Inicialmente, realizou-se levantamento a partir da base de dados da biblioteca digital da instituição, bem como por meio de consulta local, já que nem todas as dissertações estão catalogadas digitalmente. Constatou-se que neste período foram defendidas cinco (5) dissertações, de uma única área de concentração, voltada para o campo da pedagogia. Na outra área que concentra temas pertinentes à biodinâmica não se localizou nenhum título com a palavra dança. Dentre as dissertações defendidas, três (3) são de uma mesma linha de pesquisa, a qual prioriza questões de natureza psicológica; uma trata do campo do ensino escolar e a outra aborda conhecimentos da sociologia. No que se refere à natureza da pesquisa, três se definem como qualitativa, uma como quantitativa, e uma como quali-quantitativa. Os objetivos principais foram: investigar a influência da televisão no gosto musical e na execução de movimentos de dança em crianças; elaborar uma proposta de intervenção com professores de Educação Física no que se refere ao conteúdo dança; verificar se a preferência musical dos alunos pode favorecer a experiência do “fluir” na dança; verificar a concepção de mulher emergente na cultura alternativa através do estudo da dança do ventre; verificar se a prática do balé clássico e da dança moderna interferem nos estados de ânimo. Uma dissertação foi defendida, em 2001, uma em 2002, uma em 2003 e duas foram defendidas no ano de 2005. No período analisado da década de 90 nenhuma dissertação referente à dança foi defendida. Constatou-se um processo inicial de pesquisas articulando dança e educação física. Nas investigações os pesquisadores priorizaram o estudo dos aspectos psicológicos envolvidos na dança. Concluiu-se que foram poucas as dissertações que investigaram a participação de tal conteúdo na área. Sabendo-se que os PCNs valorizam a dança como um importante aspecto da movimentação humana, ou melhor dizendo, da cultura corporal de movimento, deve-se atentar para pesquisas no campo da educação física com referência à dança principalmente aquelas que procuram investigar sua inserção na área da educação física escolar, já que é neste ponto que ocorre principalmente a intersecção das duas áreas.

Pereira, M.P.; Oliveira, A.S.C.; Gonçalves, M. - Adaptações neuromusculares dos extensores do joelho ao treinamento de bodypump

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Nos últimos anos tem havido um crescimento considerável no uso de aulas coreografadas objetivando melhora da condição física ou da estética corporal. Estudos têm apontado o desenvolvimento da fadiga no decorrer de uma aula se utilizando da EMG, entretanto, o efeito de um treinamento prolongado desse tipo de exercício ainda é desconhecido. Dessa forma, o objetivo desse estudo foi avaliar o efeito de um treinamento de 12 semanas sobre a root mean square (RMS) dos músculos vasto lateral (VL) e vasto medial (VM) obtida a partir de contrações submáximas de extensão do joelho em dois momentos distintos de uma aula coreografada. Participaram deste estudo 19 mulheres sedentárias (21,67 + 2,06 anos, 1,64 + 0,06 metros e 62,79 + 8,9 kg) que realizaram um teste que consistiu de contrações isométricas submáximas (CIS) de 5 segundos (50% CIVM) realizadas antes e após as músicas de agachamento (M2) e afundo (M7) de uma aula padrão coreografada (MIX 46 da modalidade BodyPump que é composta por 9 músicas e que enfatiza a ação dos músculos do membro inferior e de tronco). Este teste foi realizado antes (Pré) e após (Pós) um treinamento utilizando-se desta aula por 12 semanas (2 sessões/semana). A aquisição dos sinais eletromiográficos foi realizada por meio de eletrodos de superfície de Ag/AgCl, sendo os mesmos colocados sobre o VL e VM. Estes sinais foram normalizados pelos valores de uma contração isométrica voluntária máxima de extensão de joelho (CIVM) realizada previamente ao teste por 5 segundos a 90 graus de flexão. Os valores de RMS (% CIVM) foram obtidos por um período de 1 segundo, tanto para as CIVMs quanto para as CISs. Após a realização da aula padrão, as voluntárias foram agrupadas em dois grupos distintos - grupo treinamento - GT (n=9) e grupo controle - GC (n=10), o qual não realizou nenhum treinamento durante as 12 semanas. Houve incremento 5% da carga total à cada duas semanas. Com os valores das CISs realizaram-se as análises do efeito do treinamento e dos grupos separadamente para M2 e M7, por meio de análises de variância ANOVA 2-way para um nível de significância de $p < 0.05$. Os valores de RMS durante as contrações submáximas para o VL foram de 48,88+14,49 e 51,71+11,96 após a M2 e de 58,41+14,60 e 57,16+18,77 após M7 para GC Pré e Pós respectivamente. Já para o VM foram de 49,72+11,80 e 51,93+10,00 após M2 e de 54,04+13,58 e 61,28+14,19 após M7 Pré e Pós respectivamente. Já para o GT foram de 46,16+13,09 e 31,68+8,02 após M2 e de 59,26+11,30 e de 39,41+11,23 após M7 Pré e Pós respectivamente, com valores significativamente menores no Pós para M7 ($p < 0.01$). Para o GT os valores de RMS obtidos para o VL foram de 47,28+15,48 e 35,56+11,14 após M2 e após M7 foram de 61,35+14,55 e 41,50+13,21 pré e pós treinamento respectivamente, com valores significativamente menores no Pós para M7 ($p < 0.01$). Após o treinamento, os valores de RMS do GT foram significativamente menores que para o GC para ambos os músculos nos dois exercícios ($p < 0.05$). O treinamento acarretou um menor recrutamento das unidades motoras dos músculos testados, devido à um possível aumento da força muscular, bem como de uma maior sincronia dos disparos das unidades motoras, relacionadas ao processo de aprendizagem do movimento. Com isso conclui-se que o treinamento de 12 semanas da modalidade BodyPump acarreta adaptações neuromusculares demonstrada pela diminuição do recrutamento de unidades motoras durante contrações isométricas submáximas.

Perotti, A.; Polastri, P. F.; Barela, J. A.; Tani, G. - Informação comportamental e dinâmica intrínseca do ciclo percepção-ação em crianças e adultos mantendo a postura ereta

Instituição: Centro Universitário Hermínio Ometto - UNIARARAS - Laboratório

O funcionamento do sistema de controle postural envolve um intrincado relacionamento entre informação sensorial e ação motora. Este funcionamento é caracterizado por mudanças que ocorrem ao longo da primeira década de vida, sendo que estas alterações seriam decorrentes de como crianças usam informação sensorial, provenientes de diversas fontes, para alcançar ou manter a orientação postural desejada. Apesar desta recente sugestão, pouco é conhecido sobre este aspecto e, portanto, o objetivo desse estudo foi verificar a influência de informação e de uma solicitação sobre uma ação no relacionamento entre informação visual e oscilação corporal em crianças com 8 anos de idade e adultos. Vinte crianças de 8 anos de idade e 20 adultos jovens permaneceram em pé dentro de uma sala móvel, olhando para um alvo afixado na parede frontal. Foram realizadas 18 tentativas, sendo que cada tentativa teve duração de 60 s, distribuídas em 3 blocos de 6 tentativas. Em cada bloco, 3 tentativas foram sem movimento da sala e 3 com movimento da sala de forma contínua, para frente e para trás, na frequência de 0,2 Hz, amplitude de 1,8 cm e velocidade de pico de 0,9 cm/s. No primeiro bloco, nenhuma informação sobre o movimento da sala foi fornecida e nenhuma ação foi solicitada. No segundo bloco, foi informado que a sala seria movimentada (informação falsa quando a sala não movimentou e informação correta quando a

sala movimentou) e os participantes foram solicitados a não oscilar (quando a sala não movimentou) e oscilar junto (quando a sala movimentou). O terceiro bloco foi similar ao segundo, com a única diferença sendo que os participantes foram solicitados a oscilar junto com a sala (quando a sala não movimentou) e não oscilar (quando a sala movimentou). O deslocamento da sala e a oscilação corporal foram obtidos utilizando emissores infravermelhos do sistema OPTOTRAK, com uma frequência de aquisição de 100 Hz. A manipulação da informação visual, na ausência de informação sobre o movimento da sala e sem a solicitação de uma ação motora, induziu oscilação corporal correspondente ao movimento da sala móvel tanto nas crianças quanto nos adultos, indicando acoplamento entre informação visual e oscilação corporal similar nestas duas faixas etárias. Entretanto, o fornecimento de informação sobre o movimento da sala e a solicitação de uma ação motora produziram comportamento diferentes em crianças e adultos. Enquanto adultos jovens utilizaram a informação sobre o movimento da sala, diminuindo o efeito da mesma na oscilação corporal, e realização a ação solicitada de forma apropriada, crianças não conseguiram evitar o efeito da informação visual mesmo quando sabiam que a mesma estava sendo manipulada e não conseguiram atender a ação solicitada de forma tão eficiente quanto os adultos. Assim, os resultados revelaram que crianças de 8 anos de idade são mais influenciadas pela dinâmica intrínseca do relacionamento entre informação sensorial e ação motora que adultos e que não conseguem alterar esta dinâmica com base em informação comportamental. Esta dificuldade em usar informação comportamental para alterar a dinâmica intrínseca pode ser um dos fatores relacionados às mudanças desenvolvimentais observadas no funcionamento do sistema de controle postural, na primeira década de vida. Palavras chave: Dinâmica intrínseca, informação comportamental, oscilação corporal.

Pescara, D.; Ferreira da Silva, L. - Educação física nas primeiras séries do ensino fundamental: restrições à sua prática

Instituição: Unesp -Bauru- Depto de Educação Física

Há consenso sobre a importância da Educação Física como componente curricular no processo educacional nas primeiras séries do Ensino Fundamental. A disciplina deve consistir numa prática educativa inserida num projeto pedagógico-global, voltando-se para uma formação intelectual, social, moral, e crítica do educando e ser desenvolvida de forma a atender os múltiplos aspectos do indivíduo; sendo importante no processo educacional como componente curricular, pois deve visar a formação do Homem em seus múltiplos aspectos, para bem desempenhar suas tarefas na sociedade; essa disciplina é obrigatória nas escolas a partir das séries iniciais da escolaridade, de acordo com a Lei 10.328, de 12 de dezembro de 2001 sancionada pelo então presidente da república Fernando Henrique Cardoso; a partir de março de 2003, foi exigida, pela Legislação do Estado de São Paulo, nos ciclos iniciais do Ensino Fundamental, a presença de profissionais formados em Educação Física. Porém, conforme apontam vários estudiosos da área, de 1ª a 4ª séries a prática obrigatória da disciplina é deficiente, e quase inexistente. Muitas vezes, os conteúdos trabalhados nas aulas pelos professores polivalentes, acabam restritos a atividades repetitivas, ou não evolutivos, não contribuindo para o que é esperado pela disciplina nessas séries – o desenvolvimento das crianças. Tendo em vista que a Educação Física escolar se apresenta de certa forma, fundamentada, teoricamente valorizada por pensadores, educadores e amparada por legislação específica, porque a mesma não é, em muitas escolas, nas séries iniciais do Ensino Fundamental, ministrada por especialistas, graduados e preparados para exercer essa função? Nesse sentido, temos como objetivo nessa pesquisa verificar as formas de funcionamento da Educação Física nas séries iniciais do Ensino Fundamental, em escolas públicas que não contam com profissionais especializados na área, em comparação com outras escolas que, no mesmo nível de ensino, têm professores formados em Educação Física atuando; verificar os objetivos e conteúdos desenvolvidos nas aulas em ambos os casos, e buscar investigar a problemática porque tal disciplina nesse nível de ensino se desenvolve com precariedade quando não há professores especialistas atuando; já que orientações e determinações de ordem institucional através de políticas e diretrizes relacionadas com a Educação Física em vigor, estão elaboradas e definidas. É de interesse verificar como a disciplina vem sendo considerada e desenvolvida de fato nesse grau de escolaridade. A metodologia de caráter qualitativo contou até o momento com pesquisa bibliográfica e documental. Estão sendo analisadas aulas de Educação Física nas primeiras séries do Ensino Fundamental (1ª a 4ª séries), em escolas da Rede Pública de Ensino no município de Bauru/SP, sendo duas escolas que contam com profissional especializado na disciplina, e duas escolas onde a mesma é ministrada pelo professor polivalente. Além da observação das aulas os professores que ministram a disciplina serão entrevistados bem como o Secretário da Educação do município, objetivando explicitar porque, mesmo imposto por Lei, não há a presença de professores graduados em Educação Física ministrando aulas nas primeiras séries do Ensino Fundamental. A entrevista será de forma estruturada, por fornecer subsídios que contribuirão para a fundamentação das descrições e das análises. Até o momento é possível concluir que falta legitimação da Educação Física escolar neste nível de ensino e também desorganização por parte dos gestores que não fazem cumprir as determinações legais e direitos dos cidadãos, perante a educação escolarizada. Também foi possível verificar que os docentes não especialistas carecem de melhor preparo para cumprir a função que até então lhe era atribuída, mas também encontramos professores de Educação Física que não se mostraram qualificados para o desenvolvimento de um projeto educacional com a Educação Física na infância.

Pessoa, A.S.G. - Relação entre trabalho e lazer para jovens e adolescentes da cidade de Presidente Prudente

Instituição: Unesp - Faculdade de Ciências e Tecnologia (Presidente Prudente)

O trabalho a ser apresentado é parte de um estudo que visa investigar aspectos relacionados a indicadores de risco e proteção entre adolescentes e jovens residentes em Presidente Prudente, com idades entre 14 e 24 anos de ambos os sexos, que estudam em escolas localizadas em região de exclusão social, segundo dados fornecidos pelo CEMESPP (UNESP – Pres. Prudente). Este projeto faz parte de uma pesquisa em âmbito nacional, que está sendo desenvolvida em várias capitais brasileiras: Porto Alegre, Recife, São Paulo, Campo Grande e Brasília, sob a coordenação geral da Prof.^a Dra. Sílvia Helena Koller da UFRGS. A pesquisa em Presidente Prudente está sendo realizada sob a orientação da Prof.^a Dra. Renata Maria Coimbra Libório, do Departamento de Educação da FCT – UNESP de Presidente Prudente e conta com financiamento da FAPESP. Neste trabalho pretendemos apresentar dados preliminares sobre indicadores de risco e proteção relativos a relação entre o trabalho e as atividades de lazer escolhida pelos participantes da pesquisa. Os adolescentes responderam um questionário contendo 109 questões de múltipla escolha. Destas 109 questões, estarão sendo analisadas, para o presente trabalho, as variáveis relativas aos indicadores acima citados. Da população analisada, pudemos averiguar que 52,5% eram do sexo feminino e 47,5% do sexo masculino, sendo que 46,5% (456 indivíduos) do total da população afirmaram ter alguma atividade considerada como trabalho nos últimos 12 meses. Fato relevante, é a interpretação que esses jovens dão aos estudos e ao trabalho, que se apresenta mais na forma de obrigação do que prazer. Dentre as atividades de lazer mais apontadas, destacamos a prática de esportes, festas, namoro e descanso. No entanto, atividades com baixo gasto calórico, como assistir TV, ouvir música e Internet, aparecem claramente como as favoritas desses adolescentes. Foi utilizado para a análise dos dados coletados o software SPSS, através de estatísticas descritivas de variáveis descritas acima. Pretende-se com os resultados da pesquisa elaborar uma reflexão sobre o cotidiano dos participantes da pesquisa, que subsidiará uma discussão sobre políticas públicas a serem direcionadas aos grupos sociais que vivam em condições similares. Aluno: Alex Sandro Gomes Pessoa - Curso de Educação Física (alexspessoa@hotmail.com) Orientadora: profa Dra Renata Maria Coimbra Libório Departamento de Educação – UNESP Presidente Prudente

Apoio Trabalho: Financiamento da pesquisa: FAPESP

Pessoa, A.S.G. - Desenvolvimento das Funções Psicológicas Superiores e da Motricidade na infância: Contribuições da Teoria Histórico-Cultural

Instituição: Faculdade de Ciência e Tecnologia - UNESP - Campus de Presidente Prudente

RESUMO A brincadeira e o jogo, objetos de estudos desta investigação, são atividades que exercem grandes influências no desenvolvimento das capacidades psicológicas superiores e da motricidade da criança. A Teoria Histórico Cultural através de seus apontamentos quanto à utilização dessas atividades na educação dos pré-escolares, pode auxiliar na construção de práticas educativas comprometidas com a formação infantil em todos seus aspectos. Sendo assim, o objetivo do presente trabalho é sistematizar e apresentar uma base teórica capaz de auxiliar os educadores atuantes no âmbito da educação infantil, sobre as características, a evolução, os tipos e a importância desses recursos pedagógicos na formação da criança e, ainda, esclarecer como as atividades lúdicas devem ser oferecidas para que possam de fato contribuir no desenvolvimento psíquico e motor do educando. Norteados pelo suporte teórico de autores da Teoria Histórico Cultural e em intervenções pedagógicas em uma instituição de Educação Infantil, são realizadas análises que possibilitam a construção de indicativos e apontamentos dirigidos às práticas educativas voltadas às crianças em idade pré-escolar. Para tanto, adotamos como metodologia o aprofundamento teórico e a vivência de experiências relacionada aos temas em uma instituição de Educação Infantil. Dentre os resultados encontrados, destacamos que as relações sociais são de fato essências para o desenvolvimento e o aprimoramento das funções psicológicas superiores; estratégias e métodos adequados de intervenção beneficiam e potencializam o desenvolvimento dessas funções e da motricidade; embora educadores reconheçam que o jogo e a brincadeira possam ser benéficos para a criança na primeira infância e no período pré-escolar, esse recurso ainda é pouco utilizado; e por fim, há uma supervalorização na aprendizagem da leitura, da escrita e do cálculo. Não queremos parecer pretensiosos afirmando que a Educação Infantil está numa direção completamente equivocada, nem tão pouco apresentar nossa teoria como um modelo ideal, todavia, podemos inferir que é preciso refletir sobre as atividades e o papel desempenhado por esse período educacional, uma vez que, a escola tem um papel essencial no desenvolvimento das faculdades humanas da criança, entre elas, o pensamento, a imaginação, a memória, a concentração, a atenção, a linguagem e o domínio da vontade. Autor: Alex Sandro Gomes Pessoa (alexspessoa@hotmail.com) Departamento de Educação Física

Orientador: Prof. Drº. José Milton de Lima Departamento de Educação Instituição: Faculdade de Ciência e Tecnologia – UNESP – Campus de Presidente Prudente

Apoio Trabalho: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico

Petroski, EL; Pelegrini, A; Corseuil, MW - Prevalência de baixo nível de aptidão física relacionada à Saúde em estudantes Universitários

Instituição: Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

Introdução - A aptidão física baixa tem sido associada a maiores riscos para o desenvolvimento de doenças e morte por todas as causas, principalmente quando considerado como indicador o consumo máximo de oxigênio. Universitários com baixos níveis de aptidão física e estilos de vida inadequados podem ser menos produtivos, apresentar menor capacidade de decisão e estar mais predispostos a doenças. Objetivo - O objetivo desta pesquisa foi identificar a prevalência de baixos níveis de aptidão física relacionada à saúde em estudantes universitários. Metodologia - Participaram do estudo 234 universitários de diferentes cursos da UFSC (entre 17 e 29 anos de idade, média de 22+2,6 anos), sendo 112 do sexo feminino e 122 do sexo masculino. A aptidão física relacionada à saúde foi avaliada pela bateria de testes critério-referenciada do Plano Canadense de Avaliação da Atividade Física, Aptidão e Estilo de Vida (CPHV, 2004). Foram utilizados os seguintes testes: força de preensão manual; extensão dos braços; flexão do tronco; potência muscular; força abdominal e força dorsal. Segundo o CPHV, os dados podem ser interpretados individualmente ou em conjunto, a partir de normas e categorias de benefícios à saúde, segundo idade e sexo. Assim, os indivíduos podem ser classificados em um contínuo de cinco categorias, que são: “Excelente”, “Muito bom”, “Bom”, “Regular” e “Necessita melhorar”. Nos extremos: “Excelente” - indica que a aptidão física proporciona ótima influência para a saúde; enquanto que “Necessita melhorar” - indica que aptidão física apresenta muitos fatores de risco. O baixo nível de aptidão física foi definido como as classificações nas categorias “Regular” e “Necessita melhorar”. Resultados – A prevalência geral de aptidão física abaixo de indicadores recomendados à saúde foi de 16,6%, sendo 13,4% do sexo feminino e 19,6 do sexo masculino. Com relação à aptidão neuromuscular, observou-se expressiva prevalência de universitários que não atingiram os critérios para a saúde: 38,4% para o teste de preensão manual; 61% para o teste de extensão de braços; 13,2% para o teste de flexão do tronco; 69,2% para o teste de potência dos membros inferiores; 10,7% para força abdominal, e 11,1% para a extensão das costas. Conclusão – a prevalência geral de baixos níveis de aptidão física relacionada à saúde é maior no sexo masculino. Padrões de baixa aptidão física são caracterizados pela falta de força nos membros superiores e inferiores. A prevalência de baixos níveis de aptidão física observada no presente estudo é um sinal de alerta, o que sugere o planejamento e implantação de políticas institucionais, projetos e programas para o incremento da AF no campus, com vista a reverter ou minimizar o quadro elevado de baixo nível de aptidão física relacionada à saúde.

Pinheiro, G.; Hunger, D. - A preparação física no basquetebol

Instituição: UNESP - FC - EF - Bauru

O basquetebol não é uma das modalidades esportivas mais assistidas no Brasil, com exceção da região sudeste do país, onde se encontram clubes e jogadores de destaque nacional. Atualmente, existem vários torneios regionais e estaduais para difundir este esporte. O basquetebol é uma modalidade esportiva que foi introduzida no Brasil por volta de 1912 e sua difusão se deu de forma lenta e gradual. Encontra-se literatura referente à preparação técnica e tática, mas em contrapartida, estudos científicos que abordem a preparação física dos jogadores de basquetebol é muito escasso. Neste sentido, a presente pesquisa objetivou analisar métodos de treinamento de preparação física de jogadores de basquetebol masculino adulto. Realizou-se revisão da literatura no que diz respeito à preparação física no basquetebol nacional, abordando os métodos de treinamento físico existentes na literatura e os métodos aplicados por preparadores físicos durante todos os períodos de uma temporada de competição: pré-competitivo, específico e pós-competitivo ou transição. Diferenciando os meios de treinamento para os demais jogadores que formam um time. Para ampliar a pesquisa bibliográfica, por intermédio de entrevistas semi-estruturadas, analisaram-se métodos de treinamentos aplicados por preparadores físicos em equipes. Constatou-se que: a) no Brasil é limitada a produção de livros e artigos que discutam a preparação física específica para o basquetebol, a maioria refere-se à periodização da preparação física como um todo, onde pode ser aplicado a qualquer modalidade esportiva; b) na atualidade, a atuação do preparador físico na preparação física dos atletas de basquetebol é voltada muito mais para o ganho de força física; c) em conjunto com a preparação física existe todo um trabalho de análise de dados físicos de cada jogador para que se possa ter melhorias individuais dos jogadores; d) o treinamento de basquetebol deve ser diferenciado para cada jogador, isso devido as especificidades de cada jogador e sua função em quadra; e) os pivôs

são treinados para o ganho de força física e explosão muscular, o armador e os laterais são treinados para o ganho de agilidade, explosão muscular e arremessos de longa distância; f) a preparação física dos jogadores no que diz respeito a agilidade, força, flexibilidade, coordenação e resistência anaeróbia são realizadas diariamente durante a fase de preparação específica juntamente com o treinamento técnico e tático, sendo apenas um trabalho de manutenção daquilo que já foi realizado durante o período pré-competitivo, onde também é trabalhado o preparo aeróbio; g) da mesma maneira que muitos esportes coletivos, o basquetebol é um esporte de caráter intermitente, sendo que cada jogador tem suas funções e atuações diferenciadas e isso reflete nas distâncias percorridas dentro de quadra, o que mostra a atuação do preparador físico; h) atualmente o trabalho do preparador físico no basquetebol vem aumentando, isso acarreta em um maior conhecimento científico e tecnológico visando a diferenciação dos jogadores em quadra. Concluiu-se que a preparação física no basquetebol nacional vem se dando de maneira expressiva. O aumento de força muscular dos jogadores de basquetebol mostra o quanto o rendimento físico dos jogadores não para de se diferenciar devido, especialmente, ao avanço da ciência e tecnologia, em consequência do alto nível de competitividade presente no esporte atual.

Pinto, A. C.; Albergaria, M. B.; Dias, A. G.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - Verificação e comparação das respostas cronotrópicas de telespectadores brasileiros mensuradas durante os jogos da seleção brasileira na copa do mundo de futebol 2006

Instituição: Universidade Estácio de Sá - Curso de Educação Física

Introdução: O ritmo do coração pode ser cadenciado por fatores extrínsecos, alheios ao Sistema Nervoso Autônomo ou às respostas fisiológicas resultantes de esforço físico, fatores estes como insegurança, medo e ansiedade gerada entre outros motivos por competições esportivas, entre estas o futebol. **Objetivo:** Verificar e comparar o comportamento da FC de indivíduos que acompanharam pela televisão os jogos da seleção brasileira pela Copa do Mundo de Futebol 2006. **Metodologia:** A pesquisa foi descritiva com característica de análise comparativa, tendo como amostra 10 voluntários sendo 5 homens e 5 mulheres entre 30 e 45 anos de idade. Foi utilizado o questionário “Estilo de Vida” (NAHAS, 2003) para mapeamento do estilo de vida destes indivíduos, e para aferição da frequência cardíaca dez frequencímetros da marca Polar® modelo S610. Os voluntários tiveram suas frequências cardíacas aferidas fora dos dias de jogo, após permanecerem por 10’ em decúbito dorsal em ambiente à temperatura de 26°C. Os frequencímetros foram utilizados pelos voluntários durante todo o jogo e as verificações ocorreram primeiramente antes do início de cada tempo de jogo, a cada 5 minutos durante os mesmos e no instante de cada gol, a favor ou contra a seleção brasileira, totalizando 21 aferições no 1º jogo, 22 no 2º e 25 no 3º. Para análise e tratamento dos dados coletados utilizou-se estatística descritiva (média e desvio padrão), e ANOVA para verificação dos níveis de significância dos resultados. **Resultados:** O questionário “Estilo de vida” gerou o “Pentáculo do bem-estar” resultando numa amostra possuidora de maus hábitos alimentares, pouca atitude preventiva e pouquíssimo controle do estresse, apesar do bom relacionamento social (Nutrição: 0,2,2; Atividade Física: 0,0,1; Comportamento preventivo: 1,3,3; Relacionamento social: 3,2,3; e, Controle de Estresse: 2,2,1). No que refere-se ao comportamento da frequência cardíaca dividir-se-á nos 3 jogos, sabendo-se que a frequência cardíaca de repouso foi 64,80±8,87 (homens) e 74,20±6,94 (mulheres). No 1º jogo, observou-se nas mulheres a frequência cardíaca no início do jogo (FC0) de 82,60±9,61, chegando a 110,80±9,68 no 45º minuto momento do gol brasileiro e 110,20±9,83 no 90º minuto, já nos homens a FC0 foi 81,60±14,93 atingindo 109,60±8,26 no 45º e 104,00±6,32 no 90º minuto. No 2º jogo, observou-se nas mulheres FC0 de 88,60±4,72, chegando a 102,40±9,56 no 45º e 110,60±10,10 no 90º minuto, já nos homens a FC0 foi 84,80±7,26 atingindo 104,80±7,98 no 45º e 100,40±3,05 no 90º minuto. No 2º jogo marcado pela equipe brasileira verificou-se FC de 106,80±10,52 e 100,40±3,05 nos homens e de 111,60±9,58 e 113,20±11,86 nas mulheres. No 3º jogo as mulheres apresentaram FC0 96,00±11,29, chegando a 97,40±6,15 no 45º e 98,60±8,05 no 90º minuto, já nos homens a FC0 foi 92,40±14,43 atingindo 99,20±13,03 no 45º e 99,20±13,03 no 90º minuto. Nos gols marcados e sofridos pela equipe brasileira a FC atingida foi: 104,80±8,96, 88,60±5,40, 108,80±8,76, 108,40±3,78 e 106,60±4,04 pelos homens e pelas mulheres de 117,40±11,61, 102,40±13,76, 112,00±7,78, 114,40±9,07 e 114,60±8,65. **Conclusões:** No 1º jogo observou-se constante variação da FC tanto no 1º quanto no 2º tempo em ambos os gêneros muito embora haja ocorrido diferença entre homens e mulheres. No 2º jogo o gênero masculino se mostrou mais irregular tanto na média quanto ao desvio padrão da FC. Quanto ao 3º jogo, a situação pareceu ter sido inversa ao comportamento observado no primeiro jogo. As mulheres se mostraram mais constantes que os homens, que apresentaram resultados mais discrepantes dos que as mulheres no 1º jogo. Após tratamento estatístico verificou-se uma variação da FC entre os indivíduos, da amostra estudada, com significância $p < 0,05$, resultando em evidências da influência das emoções do futebol sobre o ritmo cardíaco, concluindo-se que para os telespectadores que assistem jogos de futebol, cuja importância os envolvem, podem representar risco cardíaco relevante.

Pires, FO; Marchisotti, F; Oliveira, EM; De-Oliveira, FR - Respostas antropométricas, físicas e clínicas, de um indivíduo à auto-administração de esteróides anabólicos andrógenos

Instituição: USP- Escola de Educação Física e Esporte

Introdução: Os esteróides anabólicos andrógenos (EAA), freqüentemente utilizados por atletas competitivos, têm sido empregados por indivíduos treinados não competitivos como meio ergogênico para elevação do rendimento físico, e promoção de alterações da silhueta e forma corporais. Contudo, os resultados experimentais geram contradições sobre a eventual relação custo-benefício ao uso agudo ou crônico destes agentes, já que a maioria das alterações observadas em não atletas seria alcançada, possivelmente, com dieta e treinamento específicos. Objetivo: o objetivo deste relato foi avaliar os efeitos agudos e crônicos de curto prazo da auto-administração de EEA em sujeito treinado não competitivo. Metodologia: um indivíduo auto-administrou 3250 mg de testosterona durante 7 semanas, e foi avaliado nos 3 seguintes períodos: imediatamente antes (PRÉ); imediatamente após (PÓS I); e 12 semanas após o término do uso de EAA (PÓS II). As variáveis medidas foram: Variáveis antropométricas (VA): peso corporal (PC), estatura (E), perímetros e % de gordura corporal (%GC); Variáveis de rendimento físico (VRF): limiar de lactato identificado pelas concentrações fixas de 3,0 mmol.l⁻¹ (LL) e carga máxima de trabalho (W_{máx}) obtidos em teste incremental, potência anaeróbia média (POTMÉDIA) e de pico (POTPICO) obtidas em teste de Wingate (membros superiores), e força de contração voluntária máxima (FCVMÁX) obtida em teste de 1 RM; Variáveis clínicas (VC): concentrações sanguíneas de Testosterona ([TE]), Estradiol ([E]), LH ([LH]), FSH ([FSH]), creatinina ([Cr]), Uréia ([Ur]), enzimas Aspartato Amino Transferase ([ASP]) e Alanina Amino Transferase ([ALN]), HDL ([HDL]), LDL ([LDL]), VLDL ([VLDL]), colesterol total ([Col]) e triglicerídios ([TrG]). A organização e volume de treinamento foram mantidos constantes, enquanto a intensidade foi a única variável manipulada. Resultados: em relação aos valores PRÉ, foi observado: VA: aumento do PC (7%), aumento nos perímetros (entre 4% e 8%), e aumento no %GC (20%), principalmente em PÓS II; VRF: aumentos no LL (6%), nas POTMÉDIA (9%) e POTPICO (14%), e na FCVMÁX (15%), principalmente em PÓS II. Com relação às VC, foi observado: elevação nas [TE] e [E] entre PRÉ e PÓS I, com retorno durante a fase PÓS II próximo aos níveis PRÉ (TE= 624, 1303, e 802 pg.ml⁻¹; E= 31,7, 50,4 e 36,8 pg.ml⁻¹, respectivamente), pequena redução nas [LH] e [FSH] durante as três fases do estudo, e queda das [HDL], com elevação das [VLDL], [ASP] e [ALN], principalmente entre as fases PRÉ e PÓS I. Conclusões: embora devamos ter cautela com as inferências realizadas a partir deste estudo, por se tratar apenas de um relato, as alterações nas variáveis antropométricas, de rendimento físico, e clínicas, não parecem justificar os riscos assumidos com a utilização de EAA em indivíduos atletas não competitivos, ainda que a relação dose-resposta não seja bem conhecida.

Polastri, PFP; Kiemel, TK; Barela, JB; Jeka, JJ - Comportamentos adaptativos no sistema de controle postural de crianças

Instituição: Unesp-FC-Depto de Educação Física

Constantes mudanças no ambiente requerem mudanças adaptativas na dinâmica do sistema de controle postural. Flexibilidade e estabilidade neste acoplamento são características fundamentais no controle da postura. O objetivo deste estudo foi investigar mudanças relacionadas à idade no acoplamento entre informação sensorial e oscilação corporal frente à manipulação da posição e velocidade do estímulo visual. Trinta crianças de 4, 8 e 12 anos de idade permaneceram em pé dentro de uma "sala móvel" que foi oscilada para frente e para trás em diferentes velocidades e amplitudes e com frequência constante de 0.2 Hz. Dois sensores infra-vermelhos (Optotrak, Inc.) foram fixados um nas costas dos participantes e outro na parede da sala móvel fornecendo informações sobre a oscilação corporal e movimento da sala, respectivamente. Cada participante realizou 8 tentativas sendo que na primeira tentativa a sala permaneceu estacionária. Nas demais tentativas, a sala foi movimentada com velocidade de 0.6 cm/s com exceção da quinta tentativa na qual a sala foi oscilada em uma velocidade mais alta (3,5 cm/s). Ganho e fase entre a oscilação corporal e o estímulo visual e variabilidade residual foram calculadas para as tentativas nas quais a sala foi movimentada. Os resultados indicaram que todas as crianças responderam ao estímulo visual apresentando oscilações corporais na mesma frequência do estímulo (0.2 Hz). Valores de ganho de todos os participantes diminuíram quando a amplitude e velocidade da sala foi aumentada indicando minimização do peso sensorial dado ao estímulo visual. Contudo, estas reduções no acoplamento foram maiores para crianças de 12 anos do que para crianças de 4 e 8 anos de idade. Ainda, a variabilidade da oscilação corporal em frequências diferentes da frequência do estímulo visual (0,2 Hz) diminuíram com a idade e foram maiores durante a tentativa na qual a sala foi movimentada em maior velocidade. Este resultados sugerem que crianças de 4 e 8 anos têm dificuldade de calibrar adequadamente suas respostas às contínuas mudanças que ocorrem no ambiente apresentando

acoplamentos mais fortes e variáveis do que crianças de 12 anos de idade que parecem apresentar comportamentos mais similares aos verificados em adultos. Por outro lado, crianças de 4 anos já parecem apresentar a capacidade adaptativa de diminuir rapidamente o peso dado à informação visual em resposta à abruptas mudanças no ambiente sensorial. Esta capacidade de adaptação verificada também em crianças mais novas pode ser fundamental para o desenvolvimento de acoplamentos mais flexíveis e estáveis entre informação sensorial e controle postural possibilitando exploração de um ambiente em constante mudança.

Apoio Trabalho: CAPES #3133/05-2 para o primeiro autor, NIH grant RO1NS35070 and RO1NS046065

Pontes, M. M.; Couto, M. G.; Dias, A. G.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - Contribuição do programa FAB Saudável para a mudança do estilo de vida de seus participantes

Instituição: Universidade Estácio de Sá - Curso de Educação Física

Introdução: Desde 2000, a Força Aérea Brasileira (FAB), através da Comissão de Desportos da Aeronáutica (CDA), tem promovido pesquisas e programas que visam levar seu efetivo a se educar para a prática de atividades físicas. Estes estudos nasceram de fatores como: aumento do sedentarismo e das doenças crônico-degenerativas no efetivo, baixo condicionamento da Força, baixa motivação à prática da Educação Física, gastos médico-hospitalares elevados e comprovação científica dos benefícios da prática regular da atividade física. Para tanto, a FAB tem investido no programa FAB SAUDÁVEL, que é um programa de incentivo à prática regular de atividade física, através da divulgação dos seus benefícios e da socialização que proporciona, tornando-a uma prática prazerosa e consciente, de maneira a recuperar, manter e melhorar a saúde do efetivo da Aeronáutica. É necessário, porém, avaliar se o programa tem surtido efeito. **Objetivo:** Analisar o comportamento dos militares após as diversas medidas adotadas pela FAB, identificando os prováveis fatores responsáveis por uma alteração do estilo de vida, através da adoção de hábitos mais saudáveis e a prática de atividade física. **Metodologia:** Foi realizada uma pesquisa descritiva com 30 militares voluntários pertencentes às graduações de Segundo-Sargento e Terceiro-Sargento da Aeronáutica, com idade igual a $30,08 \pm 3,57$, todos voluntários, de ambos os gêneros, sem distinção de pessoas que pratiquem ou não atividade física regular, de ambos os gêneros, através da análise das respostas dadas a um questionário possuindo 11 perguntas fechadas, que abordou o nível de prática de atividade física por parte dos militares, características de seu ambiente de trabalho, motivação para a prática de atividade física e visão sobre o Teste de Aptidão e Condicionamento Físico (TACF) validado através de um projeto piloto devidamente realizado conforme Thomas e Nelson (2002) e o questionário “Estilo de Vida” (NAHAS, 2003). Para tratamento e avaliação dos dados obtidos foi utilizado a estatística descritiva, onde foi feito o uso da frequência relativa dos dados coletados no questionário elaborado e da moda para o questionário “Estilo de Vida”. **Resultados:** 73,33% da amostra afirma realizar atividade física, destes, 40% realizam atividade física entre 3 a 5 dias por semana (pergunta 2) e 30% afirma realizar ao menos 1 hora de atividade, 96,67% da amostra afirma sentir falta da prática de atividade física, 93,33% da amostra afirma que seu ambiente de trabalho não exige esforço físico considerável que o leve à fadiga e que não existem horários disponibilizados durante o expediente para a prática, 73,33% da amostra afirma que o horário de expediente não favorece a prática da atividade e, 76,67% afirma que o espaço físico e recursos disponíveis para a prática não os motiva para tal. Relacionado ao questionário “Estilo de Vida” observou-se no aspecto nutrição (0,1,0), atividade física (0,0,2), comportamento preventivo (0,3,3), relacionamento social (3,3,1), controle do stress (3,2,3). **Conclusões:** Após o estudo das respostas, chegou-se a conclusão de que os militares estão educados sobre os benefícios da atividade física, porém não se encontram motivados a alterar seu estilo de vida, necessitando de orientação de profissionais de Educação Física que os ajudem neste processo. É recomendável que este tipo de pesquisa seja realizado dentro das Organizações Militares operacionais, bem como para aquelas que já possuem um programa de treinamento e prática de atividade física estruturado e em pleno funcionamento.

Porto, M.; Tavanti, C.; Machado, D.; Zanqueta, J.; Gonçalves, J.; Benites, L. - Análise da influência da prescrição individualizada da atividade física, sobre a eficiência/segurança em praticantes de caminhada.

Instituição: Escola Superior de Educação Física e Desportos de Catanduva

Introdução: Evidências científicas têm demonstrado que o sedentarismo é um dos principais fatores para o desenvolvimento de inúmeras patologias crônico-degenerativas e que, a adequada prática da atividade física tem

importante papel na prevenção e tratamento das alterações orgânicas negativas associadas ao sedentarismo. Objetivo: Avaliar a importância da prescrição individualizada sobre a eficiência/segurança da atividade física em praticantes de caminhada. Metodologia: Participaram do estudo 20 homens e 25 mulheres com faixa etária média de 55 anos \pm 5,7 anos, praticantes de caminhada sem orientação profissional no centro Esportivo da cidade de Catanduva – SP, todos os participantes foram submetidos a testes para avaliação da capacidade cardiorrespiratória (VO₂máx) por meio de teste de caminhada de 1.600 m (Rockport Walking, 1986) e monitoramento da frequência cardíaca (FC) por meio de frequencímetros POLAR (Polar Electro Oy – Professorintie 5 KEMPELE – Finland) durante as sessões de caminhada. Resultados: Foi observado que durante a média de duração das sessões de caminhada (45,4 \pm 4,6 minutos), 70% (32 pessoas) exercitaram-se abaixo da intensidade adequada, 18% (8 pessoas) acima da intensidade adequada e apenas 12% (5 pessoas) exercitaram-se na intensidade adequada relativa a aptidão física individual. Conclusão: Com base nos resultados apresentados foi possível concluir que pelo número predominante de pessoas que se exercitaram fora da intensidade adequada, destaca-se a importância da prescrição individualizada para a segura e efetiva prática da atividade física. Palavras-chave: Caminhada, monitoração da FC, treinamento individualizado.

Procópio, M.S.; Caldeira, L.C.; Coutinho, M.M.A. – A importância do conceito de educação física na dança: reflexões da dança do ventre

Instituição: Ufms-Depto de Educação Física

No seu contexto histórico, a Dança do Ventre tem suas origens em toda a região mediterrânea e no norte da África, revelando nos petroglifos vestígios desta dança feminina; em vários lugares encontraram indícios desse ritual: Argélia, Mesopotâmia e no Egito, este último, local em que a dança se desenvolveu de forma intensa e apurada, assim como a civilização de uma maneira, racionalizada desde sua arquitetura ao modo sócio-econômico. Nos seus primórdios a Dança do Ventre era um ritual sagrado, cada movimento era atribuído a uma história, possuía um sentido racional, sendo referência ligada à natureza, aos animais pelos movimentos que executam ou a importância do ventre feminino como geradora da vida, contrastando com conceito inverso da sensualidade, estética e ao treino restrito de coreografias da atualidade. A Dança do Ventre educacional beneficia a aprimoração das habilidades simples ao complexo, pelos movimentos em vários planos anatômicos e padrões fundamental do movimento como a noção de tamanho, forma, agrupamento de movimento ou coordenação segmentar, de tal modo, contribuindo nos aspectos: cognitivo, psicológico e da performance humana. Este ensaio teórico origina-se de uma pesquisa que pretende analisar a perspectiva educacional do ensino da Dança do Ventre, na cidade de Campo Grande. Esta investigação está em andamento e encontra-se inserida nas atividades do Programa de Educação Tutorial - PET, por meio do projeto de extensão Oficina de Dança do Ventre, desenvolvido pelo curso de Educação Física, da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS). Esta pesquisa, parte-se da hipótese de que a prática de ensino desta dança se apresenta restrita ao treino de coreografias, distanciando-se de conhecimentos da educação corporal. Para tanto, a investigação em andamento teve início com um levantamento bibliográfico acerca do tema em estudo, seguido de um breve resgate histórico, caráter pedagógico e filosófico da Dança do Ventre. Após os estudos teóricos foi dado início a uma pesquisa de campo que contou com a participação de professoras dessa modalidade de dança em academias e estúdios de Campo Grande, que colaboraram com este estudo por meio de entrevistas objetivas e descritivas e possibilitará que algumas de suas aulas sejam observadas. A análise de dados dos relatos será à luz da bibliografia utilizada na pesquisa. Considerando que a proposta não está concluída, os resultados preliminares fundamentam este ensaio e tem como objetivo desenvolver reflexões teóricas acerca do ensino da Dança do Ventre que vem sendo praticado, confrontando-o com a perspectiva de educação corporal. Respaldo estas reflexões para uma proposta Dança/Educação na qualificação desta dança enquanto ciência. Neste sentido, propondo não subjugar qualquer cultura, mas alcançar a perspectiva educacional da Dança do Ventre na prática da alteridade, desarmando de conceitos pré-estabelecidos, ou de assimilação de conhecimentos do outro sem uma opinião previamente constituída, decorrendo em caráter universalista e criador do monoculturalismo. Concluímos desta forma que tais reflexões podem fornecer subsídios para que as educadoras desta dança caminhem na contramão da banalização que comumente vem ocorrendo neste campo, e que contemple parte de suas responsabilidades como transmissores de cultura, sobretudo, corporal.

Procópio, M.S.; Stefane, C.A.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Guimarães, F.K.O.; Gabilan, J.G.; Laziero, L. - Oficina de dança do ventre: uma experiência na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS)

Instituição: Ufms-Depto de Educação Física

A Dança do Ventre passou por diversos momentos e a iniciação está relacionada ao culto de fecundidade, ao sagrado e a religião. Na civilização egípcia, as sacerdotisas promoveram o desenvolvimento e transformação do caráter de sagrado; após a queda do império egípcio, perdeu o conteúdo original e recebeu influências de outros povos como os árabes, transformaram a dança ritualística e sagrada em movimentos sensuais aos “olhos” ocidentais. Este relato de experiência aborda o Projeto de Extensão: “Oficina de Dança do Ventre”, cadastrado na Pró-reitoria de Extensão, Cultura e Assuntos Estudantis da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), no ano de 2006 e renovado para 2007. Este projeto tem como objetivos gerais incentivar a prática de atividade física e promover a socialização entre a comunidade interna e externa da UFMS; analisar a dança do ventre como educação corporal e mediadora para o desenvolvimento cognitivo, físico-motor e resgatar a arte e o contexto histórico da dança do ventre. Neste segundo ano, o projeto oferece aulas realizadas às terças-feiras e aos sábados, com duas horas de duração, na sala de dança do Programa de Atividades Física (PAF) no Estádio Pedro Pedrossian (Moreirão). Estas salas são adequadas por oferecer um espaço amplo, espelhos e aparelho de som. As vagas são oferecidas para o público feminino da comunidade universitária e externa e são limitadas em trinta e cinco discentes por turma. As aulas são organizadas em: aquecimento onde são realizadas as técnicas de alongamento e movimentos da dança do ventre, visando o aumento da frequência cardio-respiratório e adaptação do organismo ao exercício; desenvolvimento da aula é realizado os movimentos específicos desta dança como os de quadril e ombro (movimentos de toques unilaterais, redondos, de trajetória em oito, tremidos e rotações nas direções: anterior, posterior, lateral, superior, inferior) e de mãos, punhos e braços em movimentos sinuosos; neste momento são enfatizados os movimentos nos diversos planos anatômicos e a execução do movimento na ritmo da música árabe-egípcia; a fase final da aula acontece com alongamentos e flexibilidade global, mas dando prioridade para a cintura pélvica. O processo de avaliação do projeto é realizado baseado na assiduidade das praticantes, nas apresentações realizadas em sala de aula e ao público da UFMS e em questionário elaborado para tal fim. Portanto, a experiência como coordenadora e ministrante deste projeto têm se fortalecido pela eficiência da fundamentação teórica e reflexão constante sobre a prática, o que permite experiência à formação docente, necessária no curso de Educação Física. Deste modo, conclui-se que a interação da dança para um trabalho de consciência corporal tem ampliando as expectativas e servindo de referência para presença da dança nas Universidades. Diante do sucesso, existe a possibilidade de percorrer as demais campi da UFMS, para o ensino desta dança.

Queiroga, M.; Nakamura, P.; Bottcher, L.; Rocha, R.; Gonzalez, N.; Tognato, A.; Ribeiro, P.A.B.; Silveira, R.F.; Ferreira, S.A.; Hirose, L.H.; Kokubun, E. - Força de prensão manual e relato de dor em trabalhadores que exercem tarefas repetitivas

Instituição: Universidade Estadual do Centro-Oeste-Guarapuava-Pr

Os distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORTs) são considerados a principal causa de afastamento, aposentadorias precoces, redução na produtividade e na qualidade de vida do trabalhador. Há crescente interesse do setor público e privado em adotar medidas preventivas que reduzam as conseqüências dos DORTs, pois isso reduz os gastos financeiros com auxílio-doença e tratamento médico. Considerando que baixos valores de força muscular podem contribuir para o desequilíbrio postural e lesões em determinados grupos musculares o objetivo do estudo foi verificar os valores de força de prensão manual em trabalhadores com e sem dor nos membros superiores. Participaram do estudo 98 mulheres ($34 \pm 7,8$ anos; $66,8 \pm 12,8$ kg) e 178 homens ($33 \pm 8,7$ anos; $77,3 \pm 14,8$ kg) que exerciam tarefas repetitivas em duas distintas empresas nos setores administrativos e operacionais (empacotador/embalador). Os funcionários foram questionados a respeito da presença de dor nos braços durante e após a jornada de trabalho mediante a escala de dor (verde: sem dor; amarelo: levemente desconfortável; vermelho: desconfortável). Em seguida, foram submetidos a um teste de prensão manual com o braço direito (D) e esquerdo (E) utilizando um dinamômetro eletrônico com célula de carga (Cefise®). Os avaliados, em pé com os braços ao lado do corpo, realizaram uma contração de familiarização e, após intervalo, uma contração máxima durante dois segundos. Os dados foram apresentados mediante estatística descritiva e analisados por meio do teste t para amostras dependentes. Entre as mulheres, o relato foi de 37 avaliadas com dor ($D=28,7 \pm 6,8$; $E=27,2 \pm 6,9$; $D+E=26,6 \pm 7,5^*$) e 61 sem dor ($D=28,8 \pm 6,9$; $E=27,3 \pm 6,9$; $D+E=28,8 \pm 6,3$), enquanto entre os homens, 35 com dor ($D=48,3 \pm 9,1$; $E=46,8 \pm 9,4$; $D+E=47,5 \pm 9,8$) e 143 sem dor ($D=47,8 \pm 9,3$; $E=46,2 \pm 9,3$; $D+E=46,9 \pm 9,3$). Não houve diferença estatística na força de prensão manual entre o braço D e E, porém, quando considerado os dois membros (D+E) a análise revelou diferença entre as mulheres com dor e sem dor ($p=0,03$), mas não entre os homens ($p=0,63$). Tendo em vista que a redução da força muscular é considerada um sintoma de DORT, sugere-se que as mulheres com dor, ao contrário dos homens, estariam mais predispostas a desenvolver e/ou possuir uma lesão osteomuscular.

Queiroz, F.G.; Silva, A.N.; Palhares, L.R. - A relação entre níveis de amplitude de movimento máxima e tempo de prática em capoeiristas

Instituição: UFAC – Depto de Educação Física e Desporto

INTRODUÇÃO: A capoeira pode ser compreendida como arte, dança, jogo, folclore e cultura. Entretanto, ela vem se adaptando ao longo de mais de 400 anos em função, principalmente, de seu caráter de luta corporal. Dessa forma, ao longo das últimas décadas, as capacidades físicas vêm adquirindo importância, inclusive na concepção de metodologias de ensino da capoeira. Uma dessas capacidades é a flexibilidade, fundamental para uma atividade física que requer habilidades de amplitudes de movimento (ADM) máximas ou similares. Em função das características do treinamento físico e da prática do jogo da capoeira, espera-se que seus praticantes adquiram um bom nível de flexibilidade. **OBJETIVO:** Avaliar os níveis de flexibilidade de capoeiristas, através do componente ADM e relacionar com o tempo de prática de capoeiristas. **MÉTODO:** A amostra constou de 14 capoeiristas voluntários, idade média de 23 ± 9 anos, de ambos os sexos, de diferentes Grupos de capoeira do Município de Rio Branco/Acre e distribuídos em dois grupos ($n= 7$): iniciantes, com até seis meses de prática sistemática e contínua (GI) e habilidosos, pelo menos dez anos de prática sistemática e contínua (GH). A tarefa consistiu em avaliar os níveis de ADM máximas dos sujeitos em quatro movimentos articulares, similares a algumas habilidades da capoeira. Foram avaliadas a ADM máxima lateral do membro inferior direito (LMID), frontal do membro inferior direito (FMID), lateral direita do tronco (LDT) e a extensão do tronco (ET). Para tanto, foram utilizados um Flexímetro da marca Sanny, uma ficha de coleta de dados, uma filmadora e um colchonete. A coleta de dados foi realizada nos locais onde cada sujeito realiza seu treinamento de capoeira. Cada sujeito foi avaliado individualmente através do posicionamento do membro testado na ADM máxima passiva, realizado por um experimentador, e outro experimentador registrou os valores na ficha de coleta de dados. **RESULTADOS:** Apesar de diferenças absolutas entre GI e GH, o Teste U de Mann-Whitney não indicou diferenças significativas para LMID ($p= 0,28$), FMID ($p= 0,37$), LDT ($p= 0,37$) e ET ($p< 0,18$). **CONCLUSÃO:** O presente estudo não identificou uma relação entre os níveis de ADM máximas e o tempo de prática em capoeiristas. Tal achado sugere que as aulas de capoeira não contemplam adequadamente o desenvolvimento dessa capacidade física. Novos estudos, ampliando a amostra, diversificando o perfil dos sujeitos e os métodos de avaliação e avaliando outros componentes da flexibilidade devem ser conduzidos para a obtenção de um indicativo mais consistente de como auxiliar os capoeiristas na melhoria de seus níveis de flexibilidade.

Ramos, P.D.G.; Lucato, S. - Benefícios da corrida para trás (marcha-reversiva)

Instituição: FESB

A Corrida de Costas (Marcha Reversiva) está se tornando cada vez mais popular em diversos lugares do mundo. Sua popularidade pode ser atribuída aos americanos, criadores desse exótico estilo, que no começo do século XX utilizavam tal modalidade em seus períodos de treinamento. Seus precursores foram William Muldonn, Gene Tunney, Bill Robinson e Ed Schultz, entre outros. Somente a partir da década de 80 a Marcha Reversiva começou a ganhar destaque. O professor Barry Bates, pioneiro em tal prática, foi um dos primeiros a publicar suas descobertas, alcançando grande destaque na mídia internacional. Entretanto, foi o Dr. Robert K. Stevenson, o primeiro a publicar um livro em 1981, já que França e Itália também se destacam nos estudos da Marcha Reversiva. Mas somente a partir da década de 90 esta modalidade conquistou o seu espaço. Novas publicações, principalmente americanas, relatam os benefícios terapêuticos. No Brasil, não se tem uma data precisa da primeira corrida (Pernambuco em 1993, com 12 competidores ???). O que se sabe é que a cidade de Jundiá já promoveu duas corridas de Marcha-Reversiva (em 2005, com 117 participantes e em 2006, com 122 participantes), sendo um sucesso. Para tal, o objetivo deste estudo foi o de identificar, através da literatura, os benefícios que a Marcha-Reversiva pode trazer aos seus praticantes, tais como: a redução do impacto da corrida sobre as articulações, fortalecimento do quadríceps, intensificação da circulação sanguínea, elevação do centro de gravidade do corpo, entre outras. Concluiu-se com esse estudo que a possibilidade de modalidades alternativas podem se tornar cada vez mais eficiente, em treinamentos auxiliares ou na prática da atividade física regular, trazendo benefícios psicológicos e fisiológicos aos seus praticantes. Ainda assim, estudos mais aprofundados devem ser incentivados para uma melhor compreensão da performance humana.

Reis-Santos, R. L. - Educação Física Escolar: além de dar a bola

Instituição: EMEF Prof^a Labibe Saud Reis

Além da importante tarefa de formar o cidadão crítico, a Educação Física Escolar contribui de forma específica no sentido de fornecer aos alunos conhecimentos sobre a cultura corporal de movimento, a fim de preparar o aluno na sua inserção na

sociedade, autônomo e crítico, escolhendo a prática que mais lhe adequie e o auxilie no seu cotidiano. O papel da Educação Física Escolar está claro, mas a prática na escola é que não está muito clara. Simplesmente dar a bola para os alunos não contribui na sua formação como cidadãos, é preciso ir além dessa prática. A crise da Educação Física Escolar já existe e, como relatado por Medina em seu livro “A Educação Física do corpo... e mente”, precisaria entrar em crise para que ocorresse a transformação. E isso só está acontecendo graças a professores que não estão medindo esforços para que mudanças ocorram no sentido de avançar na prática da Educação Física Escolar. Utilizando o método de observação sistemática, foram analisadas aulas de um professor da escola pública estadual Vereador Orlando Vitaliano em Ribeirão Preto – SP. As aulas foram ministradas para as séries dos ciclos I e II do ensino fundamental (1ª a 4ª séries), sendo observado um total de um mês de aulas. As aulas não obedeciam a uma estrutura rígida, no entanto, demonstraram organização e sistematização do que foi ministrado. Um outro ponto a ser considerado é o diálogo entre professor e aluno de forma recíproca, como quis o educador Paulo Freire na pedagogia dialógica em combate a pedagogia da transferência. Os conteúdos das aulas eram jogos, jogos desportivos e atividades envolvendo movimentos básicos. Foram aplicadas atividades com habilidades fundamentais, como correr, andar, saltar, arremessar e receber. Além disso, foram trabalhados conceitos como locomoção, não locomoção e manipulação. O professor discutia com os alunos sobre a aula ministrada e os alunos questionavam sobre as atividades aplicadas. Foi observado que a maioria das aulas tinham caráter lúdico, praticadas pelos alunos de forma prazerosa. A crise está instalada, a transformação e as mudanças estão ocorrendo em contribuição cada vez mais à formação do cidadão crítico.

Rezende, T; Gozzi, MC - Atividade física e Terceira Idade: um estudo exploratório dos significados para os participantes

Instituição: PUC- Campinas - FAEFI - CCSA

O presente estudo abordou os significados que a prática da atividade física proporciona para a terceira idade visando a qualidade de vida. A qualidade de vida pode ser entendida como condições individuais relativa à saúde, trabalho, campo espiritual e social. O envelhecimento é um processo biológico normal, que ocorre na vida de todos nós. Com o passar do tempo haverá um declínio das capacidades fisiológicas. Vários fatores podem retardar esse processo, um deles é a prática de atividade física. Essas atividades podem resultar numa melhora do sistema aeróbio e da massa muscular. Isto contribuirá em muito, nas tarefas do dia-a-dia, afazeres de casa e outras situações que exigirem maior disposição. A atividade física pode ter diversos objetivos como: estética, socialização, saúde entre outros. Para esta pesquisa utilizou-se um estudo exploratório de caráter qualitativo e teve como instrumento a aplicação de um questionário com questões fechadas e abertas sobre a relação da atividade física e as dimensões cognitiva, afetiva, social e motora. Fizeram parte da amostra 30 pessoas, sendo 26 do sexo feminino e 4 do sexo masculino, todos com faixa etária acima dos 60 anos de idade.. Os resultados mostraram que a prática da atividade física pode trazer muitos benefícios na vida das pessoas da terceira idade, mantendo os seus níveis de independência, garantindo uma boa qualidade de vida. Através dos resultados obtidos foi possível concluir que os indivíduos da terceira idade podem ser os mais beneficiados pela prática da atividade física, pois nelas estão inseridos os benefícios psicológicos, físicos e sociais.

Ribeiro, C.R.; Azevedo Voltarelli, F.A.V.; Machado de Oliveira, C.A.M.O.; Soares de Alencar Mota, C.S.A.M.; de Barros Manchado, F.B.M.; Rostom de Mello, M.A.R.M. - Influência do exercício na glicemia e na insulinemia de ratos submetidos à aplicação neonatal de aloxana

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Introdução: O exercício físico tem sido cada vez mais recomendado na prevenção e na reabilitação de doenças cardiorrespiratórias, osteoporose, diabetes e no combate ao estresse. No tratamento de diabetes mellitus não insulino dependente (NIDDM) a prática regular do exercício físico tem sido considerada fundamental. Tal intervenção, comprovadamente, melhora a tolerância à glicose e reduz a resistência à insulina. Objetivo: O presente estudo foi delineado para avaliar o efeito do treinamento nas alterações das concentrações séricas de insulina e glicose de ratos submetidos à aplicação neonatal de aloxana. Material e métodos: Ratos recém nascidos, (6 dias) receberam aloxana (A, n=20) (250mg/kg de peso corporal) via intraperitoneal. Como controles (C, n=20) foram utilizados ratos injetados com veículo (tampão citrato). Após o desmame (28 dias), metade dos animais foi submetida ao treinamento de natação (T), suportando carga correspondente a 5% do peso corporal, 1h/dia, 5 dias por semana, formando 4 grupos: AT, n=10; CT, n=10; AS, n=10 e CS, n=10. Os animais foram avaliados “in vivo” quanto à glicemia (mmol/L) e insulinemia (pmol/L) de jejum e 30 minutos

após sobrecarga oral de glicose 20% (2g/kg de peso corporal) tanto aos 28 (desmame) quanto aos 60 dias. Resultados: A glicemia de jejum aos 28 dias do grupo A ($4,7 \pm 0,5$) foi significativamente menor (teste t, $p < 0,05$), que no grupo C ($4,9 \pm 0,5$). Após a sobrecarga de glicose oral, o grupo A apresentou valores glicêmicos maiores ($11,6 \pm 1,6$) do que o C ($9,3 \pm 1,1$). Com relação à insulinemia de jejum, o grupo A mostrou valores menores ($51,3 \pm 20,2$) quando comparado ao grupo C ($61,2 \pm 14,0$). Após sobrecarga de glicose, ocorreu o inverso (A = $151,9 \pm 6,7$ e C = $73,0 \pm 23,2$). Já aos 60 dias, a glicemia de jejum foi menor nos grupos treinados (AT = $4,4 \pm 0,3$; AS = $5,5 \pm 0,5$; CT = $4,6 \pm 0,4$; CS = $5,5 \pm 0,4$). O mesmo ocorreu com a glicemia após sobrecarga oral de glicose (AT = $6,4 \pm 1,0$; AS = $9,4 \pm 1,2$; CT = $6,0 \pm 1,9$; CS = $6,6 \pm 0,8$). A insulinemia de jejum não diferiu entre os grupos (AT = $164,5 \pm 30,8$; AS = $222,8 \pm 82,2$; CT = $210,8 \pm 84,6$; CS = $207,3 \pm 96,7$) e após 30 minutos de sobrecarga, mostrou valores menores para os grupos treinados: AT = $234,5 \pm 100,5$ < AS = $367,5 \pm 75,2$ e CT = $216,0 \pm 59,4$ < CS = $364,8 \pm 194,4$. Conclusão: A aplicação de aloxana neonatal mostrou-se eficiente na indução de quadro diabético pouco severo e o treinamento físico atenuou as alterações impostas pela aloxana nas concentrações séricas de glicose e de insulina.

Apoio Trabalho: Fapesp (proc: 05/57741-6), CNPq e CAPES.

Ribeiro, E.M.; Fernandes, G. L. - Os universitários e o atletismo

Instituição: Centro Universitário de Belo Horizonte - UNIBH- MG

No presente trabalho, realizado no 2º semestre de 2006, foram apurados os conhecimentos prévios dos Universitários do curso superior de Educação Física acerca da modalidade esportiva Atletismo, além de se buscar os contatos que esses indivíduos tiveram com a modalidade durante seu período escolar. Esses dados foram obtidos com a aplicação de questionários com 107 Universitários do Centro Universitário de Belo Horizonte -UNIBH no período imediatamente inferior ao ingresso na Disciplina Curricular, posteriormente foram excluídos da análise os indivíduos que já tinham cursado a(s) disciplina(s) de Atletismo I e II, ou disciplinas equivalentes em outras instituições de ensino superior. Encontrando-se como resultado que grande parte da amostra não teve qualquer contato com o Atletismo na vida escolar, que os conhecimentos dos mesmos sobre a modalidade são poucos e superficiais na sua maioria, e que os contatos com a modalidade através dos meios de comunicação ocorrem principalmente pela mídia televisiva nos grandes eventos esportivos, tais como Jogos Pan-americanos e Olimpíadas.

Rocha, J.R.; Paes, R.R. - Pedagogia do esporte: reflexões acerca da postura profissional na educação formal e não-formal

Instituição: Unicamp

Hoje a presença do esporte na vida das pessoas é cada vez mais significativa, seja na busca pela qualidade de vida, seja no incremento à saúde, enfim, em todo processo educacional. O esporte profissional, juntamente com as manifestações midiáticas, proporcionam um espetáculo atraente às pessoas, estimulando a demanda esportiva e promovendo o aumento no número de praticantes. No entanto a prática descontextualizada de valores e princípios pode não contribuir para o desenvolvimento integral do praticante. Sendo assim, faz-se necessário que as atividades esportivas sejam planejadas, organizadas, sistematizadas e balizadas por referenciais técnicos e sócio-educativos. Neste contexto, destacam-se o papel do profissional de educação física e o ambiente das práticas. Ao considerar esta afirmação e minha experiência profissional no processo de iniciação esportiva nas modalidades futsal, futebol, basquetebol e capoeira, revelaram-se inquietações e reflexões que podem ser explicitadas pela questão: com relação aos procedimentos pedagógicos, no processo de iniciação esportiva, considerando ambientes distintos dentro da educação formal e não-formal, e levando-se em conta, sobretudo os aspectos educacionais, o professor deve adotar posturas diferenciadas? Buscando sustentações teóricas às nossas reflexões, realizamos uma pesquisa bibliográfica organizada segundo os seguintes assuntos temáticos: pedagogia do esporte (Paes, Bento, Garcia, Graça e Santana), sociologia do esporte (Bracht), marketing esportivo e manifestações midiáticas (Montagner e Rodrigues), educação e pedagogia (Freire) esporte fundamentado na abordagem desenvolvimentista (Tani e Manoel). Tal pesquisa possibilitou a organização de um marco teórico que balizou as discussões envolvidas neste artigo, sendo elas: a pluralidade do fenômeno esporte, as relações existentes entre o esporte e a saúde e o esporte e a educação. As observações verificadas pela vivência no campo da iniciação esportiva, aliada aos estudos realizados através da revisão da literatura possibilitaram evidenciar alguns aspectos importantes e fundamentais para dar ao esporte um tratamento pedagógico: a dimensão e as múltiplas possibilidades apresentadas pelo esporte hoje fazem dele um fenômeno contemporâneo, com características que transcendem o esporte do século XIX, firmando-o como fenômeno sócio-cultural. O esporte, a saúde e a qualidade de vida não possuem uma relação simples e garantida. Para que ela seja harmoniosa, faz-

se necessário o desenvolvimento de novas formas de intervenção e um tratamento pedagógico. Por fim, destacamos a importância educacional do esporte. A natureza do esporte é educacional, desta forma, não deve haver alternância da postura do professor no desenvolvimento de ações práticas no processo de iniciação esportiva. Como resposta à questão central deste artigo, defendemos enfaticamente que, considerando os ambientes da educação formal e não formal, com relação aos aspectos educacionais e aos procedimentos pedagógicos no processo de iniciação esportiva, a postura do profissional não deve variar de acordo com o cenário das práticas. Não foi nosso objetivo encerrar o assunto, mas sim fomentar novos estudos acerca do tema. O desenvolvimento do estudo nos sinalizou questões como, por exemplo: as preocupações pedagógicas destinam-se unicamente ao ambiente do ensino formal? Seriam elas necessárias apenas às crianças e aos adolescentes? Ou seriam também imprescindíveis ao bacharel em educação física?, que podem ser estudadas a fim de buscar uma melhor compreensão do fenômeno esporte e suas múltiplas possibilidades.

Mafra, R; Rodrigues da Cunha, R; Madrid, B; Lopes Fernandes, G; Hissashi Rodrigues Hiraici, M; Adriano Gomes, S - Avaliação da potência anaeróbia de membros inferiores de atletas de futsal de nível nacional

Instituição: Universidade Católica de Brasília – UCB

INTRODUÇÃO: O desenvolvimento e crescimento do futsal fazem com que as exigências para jogadores e profissionais envolvidos, sejam cada vez maiores e a preparação física passou a ter um papel fundamental no desempenho. Neste intuito, as avaliações devem responder as exigências impostas pela modalidade, portanto, avaliar as variáveis referentes à potência é de extremo valor. O RAST (Running-Based Anaerobic Sprint Test) tem se mostrado eficaz para avaliar a potência anaeróbia de membros inferiores, sem perder, entretanto, a especificidade do futsal. **OBJETIVOS:** Avaliar a P_{máx}, P_{méd}, P_{mín} e IF de atletas de futsal do sexo masculino de nível nacional em um período pré-competitivo. **MÉTODOS:** A amostra foi composta de 10 atletas de futsal (23,33 ± 3,24 anos; 71,82 ± 8,96 kg; 174,14 ± 4,75 cm) da ADEPA-TO, em um período pré-competitivo, após duas semanas de preparação. O RAST consistiu de seis séries máximas de 35 m de corrida em quadra específica de futsal, com 10 s de intervalo. Foram avaliadas a P_{máx}, P_{méd}, P_{mín} e IF por meio de análise estatística descritiva. **RESULTADOS:** Os valores médios ± DP da P_{máx}, P_{méd}, P_{mín} e IF foram: 9,81 ± 1,84 Watts/Kg, 8,10 ± 1,45 Watts/Kg, 6,47 ± 1,06 Watts/Kg e 7,07 ± 2,37 Watts/s, respectivamente. Os valores máximos e mínimos foram: 12,50 e 7,32 para a P_{máx} (Watts/kg), 10,60 e 5,86 para a P_{méd} (Watts/kg), 8,71 e 4,96 para a P_{mín} (Watts/kg), 10,91 e 4,43 para o IF (Watts/s). **CONCLUSÕES:** De acordo com os resultados podemos concluir que o RAST foi capaz de estimar a capacidade anaeróbia de atletas de futsal no início de uma temporada. + Bolsista IC CNPq.

Apoio Trabalho: CNPq

Rodrigues, D; Rita, R - Homofobia: rompendo barreiras na Educação Física Escolar

Instituição: Unicep - Depto de Educação Física

A homossexualidade é um tema que está em evidência atualmente mesmo sendo muito antigo e com citações até mesmo na bíblia. Antes ela era muito discriminada, encontrando-se muitos casos de morte a estas pessoas. Hoje os homossexuais estão assumindo mais sua condição sexual e tendo um maior respaldo de sua família, mas a sociedade de maneira geral ainda carrega consigo bastante preconceito. Nas escolas também existe o preconceito, sendo conhecido como homofobia, cujo conceito é a aversão contra homossexuais. Estas agressões podem ser verbais e/ou físicas. Sob a perspectiva deste tema, este trabalho, de natureza qualitativa, teve como objetivo verificar se homossexuais masculinos já foram vítimas de algum tipo de agressão nas escolas dando ênfase às aulas de educação física, analisar a postura dos professores mediante estas situações, bem como sugerir estratégias para se poder discutir esta temática nas escolas. O estudo foi realizado em duas etapas, sendo a primeira relativa a uma pesquisa bibliográfica e a segunda uma pesquisa exploratória, utilizando-se como instrumento para coleta de dados uma entrevista semi-estruturada. A população alvo do estudo foi selecionada via Internet, contando com a participação de 52 indivíduos usuários de um chat de bate papo entre gays e afins e o programa de mensagens instantâneas messenger. Os resultados foram analisados descritivamente através da Técnica de Análise de Conteúdo e foram representados por gráficos de forma percentual. A primeira questão tratava sobre assumir a opção (orientação) sexual, sendo que 40,4% dos entrevistados disseram assumir sua sexualidade para amigos íntimos e familiares justificando a necessidade de se abrir pra alguém. A segunda questão tratava sobre o que se foi vivenciado nas aulas de educação física, sendo que 48,1% dos entrevistados disseram ter tido esportes coletivos, vindo de encontro com a realidade

da maior parte das escolas. A terceira questão tratava sobre qual das atividades propostas sentia mais prazer em vivenciar, sendo que 32,7% dos entrevistados disseram sentir mais prazer em jogar vôlei. A quarta questão tratava sobre a discriminação da sexualidade nas aulas de educação física, sobre o tipo de agressão que sofria (em caso afirmativo) e sobre a atitude tomada pelo professor nesses casos, sendo que 53,8% dos entrevistados disseram ter sofrido algum tipo de preconceito, sendo apenas agressões verbais e também na maior parte o professor não tomava nenhum tipo de atitude. A quinta questão tratava sobre a realização de atividades físicas fora do âmbito escolar, sendo que 46,2% dos entrevistados disseram realizar ginástica, musculação e natação constatando atividades que a escola em sua maioria não oferece. A sexta questão tratava em como os meninos e as meninas os tratavam na escola sendo que 38,5% dos entrevistados disseram que ambos os tratavam igualmente, alegando não serem assumidos na época. A sétima questão tratava sobre aulas de orientação sexual, sobre o professor que era responsável e se a homossexualidade era citada, sendo que 50% dos entrevistados não teve aulas de orientação sexual. A oitava questão tratava sobre sugestões que os entrevistados teriam para melhorar a homofobia nas escolas, sendo que 42,3% deles disseram haver uma necessidade de se ter aulas de orientação sexual nas escolas. Analisadas todas as respostas, concluiu-se que a agressão verbal realmente acontecia nas aulas de educação física e que os professores além de não intervirem, em alguns casos iniciavam os atos homofóbicos, mostrando seu despreparo para o assunto homossexualidade. O que pode ser feito para reverter isso seria uma capacitação dos professores para que eles aprendam a agir de maneira imparcial e também realizar um trabalho com os pais e coma sociedade em geral e finalmente tentar inserir algumas aulas alternativas com temáticas diferenciadas. Palavras chave: Homossexualidade, Educação Física Escolar, Bullying, Homofobia.

Rodrigues, E.C.; Fenalti, R.; Bispo, I.A. - O conteúdo lúdico e a dança árabe na infância

Instituição: Unicep - São Carlos

Histórico da Dança Árabe ou Dança do Oriente não foi totalmente decifrado, principalmente em relação a sua origem, devido à escassez de registros. A nomenclatura mais apropriada nos países Árabes é "Dança do Oriente". No Ocidente é conhecida como Dança do Ventre, pois os franceses observaram muitos movimentos na região abdominal das mulheres. As modalidades da Dança do Oriente representam manifestos de alegria para homens que chegavam das guerras, culto às deusas (cada manifestação é relacionada ao que a deusa representa na arte e vida religiosa Oriental) e comemorações de acontecimentos familiares. Os acontecimentos relacionavam a um tipo de manifestação corporal e sentimental em agradecimento as realizações da ocasião. Há falta de documentação que relate com precisão sobre a dança dos antigos impérios médios orientais, por isso, tem que se falar com precaução sobre tal cultura. Estudos foram realizados para a interpretação das modalidades das danças no Oriente mas cada profissional encontra um significado para a dança, o que há em comum é que a dança está sempre relacionada às características femininas e cultos materiais ou místicos. O projeto "Dança Árabe Infantil" teve como objetivo apresentar à criança a cultura Árabe, trabalhar de forma interdisciplinar com os conteúdos da escola, demonstrar as diferenças que cada etnia possui, estimular o contato com a arte da dança através de atividades lúdicas. Este projeto iniciou em 2004 na cidade de Dourado/SP em uma academia particular, com um grupo já formado por 15 crianças do sexo feminino entre uma faixa etária de 05 a 12 anos de idade. Em 2005 se estendeu para cidade de São Carlos/SP onde foi realizado em pátios de escolas estaduais e academias particulares, no qual contou com a participação de 31 crianças. Atualmente, está sendo desenvolvido somente num clube particular de São Carlos/SP com a participação de 10 crianças, que regularmente se apresentam em festivais regionais e estaduais. Os materiais utilizados no projeto foram aparelho de som, cds típicos e modernos ocidentais, instrumentos Árabes, bastão, véu e roupas confeccionadas pelas próprias crianças e/ou pelas mães. A estratégia de desenvolvimento é através de histórias sobre mitos Orientais que são transformados em peças teatrais, organizado pelo próprio grupo. O conteúdo lúdico de jogos e brincadeiras também foi contemplado para que estimulem a consciência corporal, bem como, leituras e coreografias estipuladas e livres. Durante o desenvolvimento do projeto pode-se perceber a integração social que houve entre as participantes, identificando-se através das relações interpessoais fora do âmbito das aulas. Há um relacionamento entre o conteúdo do projeto e o conteúdo escolar, conforme descrito pelas alunas, desenvolvendo conhecimento entre as diferenças sociais, físicas, históricas da cultura Árabe e Brasileira, provavelmente, quando o grupo percebe as diferenças entre cultura, estará mais apto a respeitar os mais diferentes contextos sociais. O projeto também proporcionou as crianças à oportunidade de trabalharem a desinibição, principalmente nos momentos das apresentações da dança, em relação aos ritmos das danças ocidentais, as crianças pode assimilar com maior facilidade os ritmos árabes. O conteúdo teórico do projeto permitiu a divulgação da cultura Árabe e aliado às atividades lúdicas possibilitaram momentos descontraídos, no qual as crianças tiveram a oportunidade de vivenciarem diferentes movimentos em relação a sua cultura corporal, de forma prazerosa, própria da referencia do lúdico, que é a essência e o elemento fundamental do ser humano.

Apoio Trabalho: Unicep - Centro universitario central paulista

Rodrigues, I; Plama, G; Fermino, A; Nakato, D - Influência do exercício físico aeróbio no tratamento antitabagista sem produto farmacológico para grupo de fumantes

Instituição: Unisalesiano-LAEF-Depto de Educação Física

Introdução: O tabagismo é considerado um problema de saúde pública, uma vez que é responsável por cerca de 4 milhões de morte anualmente em todo o mundo. Sendo a principal causa de morte evitável. Com isso o esforço para redução desses dados se expande pela mídia e em programas anti-tabagismo e de saúde pública, bem como a educação da sociedade e o esclarecimento dos males causados por esse hábito. Objetivo: O objetivo do trabalho foi analisar o exercício físico verificando seu grau de eficiência como método anti-tabagismo. Metodologia: A amostra foi composta por 9 indivíduos, sendo 5 do sexo masculino e 4 do sexo feminino, entre 21 e 44 anos, todos fumantes e sem nenhum tratamento farmacológico. Foram mensurados: composição corporal pelo método de bioimpedância. VO₂max analisado diretamente (Teen 100) através de um teste incremental, até a exaustão voluntária máxima. Avaliação do grau de dependência à nicotina utilizando o teste de Fagerström: o qual se constitui de 6 questões. No treinamento os indivíduos correram em pista de atletismo de 233 metros, com intensidade individual entre 75% do VO₂max determinado pelo teste incremental e controlado pelo tempo em cada volta. O treinamento foi de 8 semanas, 3 vezes por semana, 1 hora por dia. Análise estatística: Foi utilizado o ANOVA one-way, seguido de post-hoc de Tukey, com valor de significância de P<0,05. (software STA_BAS – basic estatistic and table). Resultado desvio±s: Os resultados estão apresentados em media padrão da média, e trazem valores pré e pós-treinamento respectivamente: Massa Corporal Total – MCT em Kg (67,6±8,34 – 66,7±8,40), % de gordura (18,2±6,10 – 17,8±5,10), a Relação cintura e quadril – R=C/Q (0,85±0,08 – 0,84±0,06), Índice de Massa Corporal –IMC em kg/m² (23,0±1,54 – 22,7±1,56), Quantidade de cigarros – unid. (13,5±8,56 – 3,14±0,69*), sendo esta última variável a única a apresentar uma diferença estatisticamente significativa (*P<0,05), em valores percentuais a média apresentou uma redução de 77,1% nas unidades de cigarros consumidos por dia. Pelo questionário de dependência de Fagerström todos os indivíduos passaram para o grau de muito baixo na classificação de dependência. Conclusão: Na pesquisa foi possível constatar que houve uma diminuição da quantidade de cigarros, comparado com o resultado pré-treinamento, o que demonstra que o exercício aeróbio tem algum efeito inibidor à vontade de fumar. Também observou-se que mesmo com essa redução, não houve um aumento de peso do grupo estudado. Com base em outros dados encontrados na literatura pode-se especular que o efeito benéfico do exercício age na liberação de hormônios que tem a finalidade de proporcionar prazer com efeito semelhante aos causados pela nicotina.

Rodrigues, J.C.R.; Galvão, Z. - Cultura Circense: do circo para a Educação Física escolar

Instituição: UNICAMP - Campinas e UNICASTELO - São Paulo

O Circo representa uma importante parte da cultura humana, uma nobre entidade construída ao longo de muitos séculos, praticamente desde que o homem começou a registrar suas façanhas, seus descobrimentos, suas idéias, suas crenças, enfim, sua cultura. A questão inicial que instigou a implementação desse estudo era perceber se era possível a aproximação entre o circo e a Educação Física escolar e como essa aproximação poderia acontecer. Neste sentido, o objetivo deste trabalho foi investigar a relevância, as relações e as possibilidades de aplicação da Cultura Circense enquanto conteúdo da Educação Física escolar. A metodologia utilizada foi a pesquisa bibliográfica e com base nas literaturas foi possível perceber que a cultura circense possui um corpo de conhecimento dinamizado por diversas culturas, munido de ações, contextos e valores, nos quais apresentam o Circo como uma manifestação cultural. Pelo rico corpo de conhecimento que constitui o Circo e pelas inúmeras possibilidades de práticas de movimentos que o mesmo contempla, ele pode e deve ser abordado enquanto um conteúdo da Educação Física, que trata especificamente do Corpo e do Movimento. O Circo e a Educação Física possuem grandes afinidades e relações, pois existe um entrelaçamento entre as práticas circenses e as práticas corporais (atividade rítmica e expressiva, dança, ginásticas, jogo e brincadeira), existindo elementos e características que aproximam um ao outro, o que possibilita a inserção da cultura circense nas manifestações da cultura corporal de movimento.

Rodrigues, M.E.; Morsoletto, M.J.M.S.; Rubim, L.A.; Guarda, M.S.M.; Galetti, N. - Hatha Yoga e saúde: contribuições à flexibilidade e estados de ânimo

Instituição: Centro Universitário Hermínio Ometto - Uniararas

RESUMO Introdução: A prática do Hatha Yoga constitui um sistema de atenção à saúde que integra benefícios físicos, psíquicos e espirituais. Constitui um dos mais antigos sistemas de prevenção, promoção e recuperação de saúde, tendo sido transmitido pelos 185 aforismos de Patanjali, um sistema filosófico hindu que em sua estrutura e organização educa e facilita ao ser humano a integração de seus elementos internos com os externos, utilizando como recursos: movimentos corporais harmônicos, suaves e de resistência, construída em conjunto com atividade respiratória dirigida e controlada e em associação à concentração mental. Os resultados são percebidos pelos praticantes no corpo físico com melhora da flexibilidade, do equilíbrio, relaxamento e maior disposição física; no aspecto emocional: calma, relaxamento, tranqüilidade; no aspecto mental: maior clareza e concentração. Objetivos e Metodologia: O objetivo deste estudo foi o de comparar os resultados inicial e final da prática de Hatha Yoga, em 20 indivíduos do sexo feminino, idade média 23,4 anos, num estudo duplo cego, com relação aos aspectos: 1- físico (avaliando-se a flexibilidade com teste do 3º dedo ao chão medido em cm) e 2 - estado de ânimo (avaliado pela LEA-RE) sendo estes dados comparados qualitativamente, segundo análise dos estados em positivos e negativos e quantitativamente pela média das variáveis. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Mérito em Pesquisa da Uniararas sob número: 196/2006. Resultados: Os resultados evidenciam estados de ânimo inicial negativo: (pesado, cansado, carregado) em 40% dos indivíduos, 15% (agitado, nervoso), 5% (inútil, apático), 5% (triste); estados inicial positivo 15% (feliz, alegre), 10% (leve, suave), 5% (espiritual, sonhador) e 5% (ativo energético); estado final positivo 45% (calmo, tranqüilo), 30% (leve, suave), 10% (agradável), 5% (feliz, alegre), 5% (espiritual, sonhador) e 5% (ativo, energético). Os testes de flexibilidade evidenciaram melhora em 100% dos indivíduos associados com melhora dos estados de ânimo, confirmando a literatura que indica que o Hatha Yoga gera sensação de calma e tranqüilidade, leveza, bem-estar, felicidade e também melhora o alongamento dos praticantes. Palavras chave: Hatha Yoga, Estados de Ânimo, Alongamento, Flexibilidade.

Apoio Trabalho: Pró-Reitoria de Comunidade e Extensão do Centro Universitário Hermínio Ometto - Uniararas

Rodrigues, R; Ferrari, G; Hoff, H; Daniel, J - Associação do índice de massa corporal (IMC) com a porcentagem de gordura (%G) dos funcionários do SEST SENAT

Instituição: Pontifícia Universidade Católica de Campinas

Introdução: O grupo de estudos "Exercício e Saúde" é composto por graduandos do curso de Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Dentre os objetivos do grupo estão a determinação da prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares em determinadas amostras da população e a orientação para um estilo de vida saudável. O sedentarismo contribui no desenvolvimento da obesidade que, segundo Heyward e Stolarczyk (2000) está diretamente relacionada com alguns tipos de patologias como: hipertensão, doenças cardíacas, diabetes melitus, doença pulmonar, dificuldades respiratórias, entre outras. Objetivo: Este tem por objetivo investigar a correlação do Índice de Massa Corporal (IMC) com o percentual de gordura (%G) dos funcionários da própria instituição. Metodologia: A amostra foi composta por 105 sujeitos de ambos os sexos, dos quais 74 eram do sexo masculino (35,60±10,40 anos), e 31 do sexo feminino (33,26±13,17 anos). As medidas antropométricas de estatura (EST) e massa corporal (MC) foram utilizadas para obter o IMC, com padronização descrita por Alvarez e Pavan (1999), o equipamento utilizado para medir a estatura, foi um estadiômetro da balança antropométrica, marca Welmy modelo R-110. Para a medida de %G (Petroski, 1999) foi utilizado um adipômetro da marca Cescorf. Resultados: A tabela 1 mostra que no sexo masculino o IMC e o %G é considerado elevado para esta faixa etária. Em relação ao sexo feminino, o IMC e o %G encontrados são classificados como normal, entretanto nota-se que em ambos os sexos houve alta correlação nas duas variáveis. Conclusão: Os resultados demonstram que há alta correlação entre as duas variáveis apresentadas. Nota-se que o sexo masculino tem altos índices de obterem diversos tipos de patologias por obterem valores elevados tanto no IMC como no %G.

Apoio Trabalho: Pontifícia Universidade Católica de Campinas

Rogatto, G.P.; Gomes, R.J.; Pauli, J.R.; Luciano, E. - Influência do diabetes experimental e do treinamento físico intenso e intermitente sobre o metabolismo lipídico de ratos Wistar

Instituição: LIEMEF - Universidade Federal de Mato Grosso – UFMT – Cuiabá

Em muitos países desenvolvidos a doença cardiovascular é a principal causa de morte na atualidade. Países em desenvolvimento, entre eles o Brasil, têm seguido esta tendência mundial, mostrando elevada prevalência de distúrbios que podem desencadear doenças cardiovasculares. Neste contexto, a aterosclerose constitui-se num fator de risco para complicações cardiovasculares, podendo resultar em aumento da taxa de morbidade e mortalidade da população. As concentrações dos lipídios circulantes têm íntima relação com a incidência de doença cardiovascular, sendo que as concentrações das lipoproteínas de baixa e de alta densidade, bem como de outros lipídios, desempenham importante papel para o comprometimento ou o favorecimento da saúde do indivíduo. Diabéticos tendem a apresentar alterações negativas do perfil lipídico, mostrando aumento da probabilidade de desenvolver problemas cardiovasculares. Por outro lado, exercícios aeróbios têm sido reconhecidos como promotores de adaptações positivas sobre o perfil lipídico, mostrando-se uma importante ferramenta de prevenção e tratamento de distúrbios relacionados ao metabolismo das gorduras. Contudo, poucos estudos têm investigado os efeitos de programas de exercícios físicos intensos e intermitentes sobre o metabolismo lipídico em animais de laboratório. O objetivo do presente estudo foi verificar a influência do diabetes experimental e do treinamento físico de alta intensidade sobre as concentrações séricas de lipídeos totais, ácidos graxos livres (AGL), colesterol total, HDL-C e LDL-C de ratos Wistar. Quarenta e seis ratos machos com 60 dias de idade foram distribuídos em grupos controle sedentário (CS), controle treinado (CT), diabético sedentário (DS) e diabético treinado (DT). A indução do diabetes experimental foi feita por injeção de aloxana (35 mg/kg p.c.) via endovenosa. Foram considerados diabéticos os animais com glicemia igual ou superior a 250mg/dl depois de 48 horas da administração da aloxana. O treinamento físico consistiu na realização de um protocolo de seis semanas, onde os animais realizavam diariamente quatro séries de 10 saltos (intercaladas com um minuto de descanso) em piscina, com o nível da água correspondendo a 150% do comprimento corporal e sobrecarga equivalente a 50% da massa corporal dos animais acoplada ao tórax. Ao final das seis semanas de experimento os animais foram sacrificados e o sangue foi coletado para determinação das concentrações séricas de lipídeos totais, AGL, colesterol total, HDL-C e LDL-C. A ANOVA indicou que o diabetes experimental resultou em elevação dos lipídeos séricos (CS: UI/ml, $6,05 \pm 0,97$; CT: $4,95 \pm 0,70$; DS: $8,59 \pm 3,27$; DT: $7,47 \pm 1,47$ $p < 0,005$). O treinamento físico reverteu os efeitos do diabetes experimental, fazendo com que os animais do grupo DT apresentassem concentrações de AGL semelhantes às dos animais controles (CS: $82,15 \pm 9,34$; CT: $93,21 \pm 24,86$; DS: $130,98 \pm 54,59$; DT: $100,58 \pm 19,05$ mEq/l, $p < 0,005$). As concentrações séricas de colesterol somente mostraram efeito do diabetes experimental, sendo superiores nos animais dos grupos DS e DT (CS: $46,67 \pm 5,68$; CT: $46,67 \pm 9,43$; DS: $60,61 \pm 10,09$; DT: UI/ml, $63,20 \pm 12,39$ $< 0,001$). O treinamento físico aumentou as concentrações de HDL-C somente nos animais controles (CS: $13,32 \pm 3,51$; UI/ml, μ CT: $18,89 \pm 3,59$; DS: $16,30 \pm 4,19$; DT: $15,59 \pm 3,82$ $< 0,01$). Tanto os animais controles quanto os diabéticos mostraram adaptações positivas sobre as concentrações de LDL-C (CS: $35,4 \pm 5,2$; CT: $28,3 \pm 4,5$; UI/ml, μ DS: $45,8 \pm 7,9$; DT: $37,4 \pm 4,1$ $< 0,0001$). A partir da análise dos resultados concluiu-se que o diabetes experimental afetou negativamente o perfil lipídico, aumentando as concentrações séricas de lipídeos totais, ácidos graxos livres, colesterol total e LDL. Contudo, o treinamento físico intermitente e de alta intensidade melhorou o quadro bioquímico tanto dos animais controles quanto diabéticos.

Rolim, L. - Atividades lúdicas na escola

Instituição: UNESP - UNINOVE

Os jogos e brincadeiras podem ter uma função educativa. Por meio destes, a criança entra em contato com o mundo, pois estas fazem parte de sua realidade. O brincar tem um fim em si mesmo quando se caracteriza pela espontaneidade, e é um meio de ensino, quando busca algum resultado. Partindo do ponto que a criança é especialista em brincar, o primeiro deles é seu corpo, que começa a ser explorado logo nos primeiros meses de vida. A adoção de atividades da cultura infantil como conteúdo pedagógico, facilitaria o trabalho do educador, pois ao trabalhar de forma prática, se manteria o interesse e a motivação dos alunos. Em geral, os educadores reconhecem que o brincar seja parte integrante do dia-a-dia da criança. Mas por uma formação tradicional, as brincadeiras e o estudo acabam por ocupar lugares distintos dentro da sala de aula. Sendo o lúdico visto somente como diversão. Para a criança, o brincar é muito mais que divertimento, é coisa séria, é seu trabalho, sua função. Ela se empenha durante essas atividades, incorporam os papéis de corpo e alma, e seguem à risca as regras, e não gostam nada quando são interrompidas em suas atividades. A criança não brinca apenas para passar o tempo, ela é motivada por desejos, problemas, ansiedades. O brincar faz parte do conjunto de conhecimentos acumulados historicamente, a que damos o nome de cultura, tendo um compromisso com a tradição, esse caracteriza como um recurso metodológico capaz de permitir uma aprendizagem espontânea e natural, o que é fundamental para se chegar a um desenvolvimento integral da criança, relacionando corpo e mente. A presença de atividades lúdicas na escola é relegada em detrimento do trabalho intelectual, provocando uma desconsideração do universo cultural da criança. Estamos acostumados a ouvir que na escola não há tempo nem espaço para brincar. A falta de materiais, tempo ou espaço, não devem ser empecilhos para a utilização de jogos, mas sim, uma necessidade para que o professor, juntamente com seus alunos, transformem e adaptem brincadeiras. Como hoje quase não se brinca mais nas ruas, a escola poderia colocar o brincar

como parte do seu projeto pedagógico, favorecendo situações do brincar em sala de aula, onde o professor atua como transmissor cultural. É preciso que os professores entendam que os brinquedos permitem experiências que promovem a aprendizagem da criança; e os programas educacionais deveriam preparar melhor os professores para promover o brincar. O papel do professor é essencial, pois é ele quem cria os espaços, prepara as atividades, disponibiliza materiais. Ele não deve ser somente um mediador, mas também um participante dessa atividade. O professor não precisa ser dono de uma imagem de seriedade. Este pode, e deve, permitir-se brincar. Ou melhor, deve gostar de brincar. Para a intervenção ser adequada, este saber deve lhe fazer algum sentido. O papel do professor é muito importante no processo educativo, pois é através dele, de sua mediação, interação, intervenção e orientação, que as crianças irão se apropriar dos conhecimentos. Deixar a criança agir com espontaneidade, assim ela constrói, reconstrói, amplia e aperfeiçoa seus conhecimentos. É importante que este saiba qual a estimulação que deve ser feita para proporcionar à criança uma aprendizagem mais satisfatória, e ampliar cada vez mais suas vivências, sempre se valendo dos conhecimentos que ela já possui. Deve-se mergulhar no universo da criança para melhor compreendê-la e chegar mais perto de suas reais necessidades. Com estes conhecimentos como base, o professor poderá elaborar um planejamento de ensino, em que suas aulas tenham um real significado e uma função para o aluno. Felizmente, a cada dia mais vem se percebendo a importância do lúdico. Com um aumento de pesquisas na área, tem surgido como emergente de matérias de revistas, seminários e congressos.

Roncada, J.C.; Castello, V.M.; Ventura, P.; Ferreira, L. - Atletismo na escola: uma experiência possível

Instituição: UNESP/DEF/Bauru

As aulas de Educação Física Escolar, ainda hoje, têm se resumido ao ensino dos esportes de quadra (futebol, basquete, vôlei e handebol) o que acaba comprometendo a aprendizagem, por parte dos alunos, do vasto repertório da cultura corporal de movimento. De acordo com essa problemática foi proposto nesse trabalho ensinar o atletismo na escola, esporte que se faz conhecer apenas pela mídia por meio de reduzidas reportagens e informações, o que contribui para a desinformação, desinteresse e a falta de visualização das possibilidades de ensino deste conteúdo na escola (tanto da parte do professor quanto do aluno). Para ensinar o atletismo na escola foram realizadas aulas duplas semanais, ao longo de um mês, em uma classe do 2º ano do ensino médio de uma escola estadual da cidade de Bauru/SP. As aulas foram divididas por temas: corridas, revezamento 4X100 e arremesso de peso. Logo na primeira aula foi pedido aos alunos que pesquisassem sobre o atletismo e entregassem um trabalho, fazendo assim com que eles mesmos pudessem descobrir mais sobre o tema antes das aulas. A metodologia empreendida para ensinar o atletismo foi ancorada no ensino de jogos e brincadeiras, trabalhando assim os fundamentos do esporte, sem utilizar a repetição e a modelagem, procurando desenvolver as habilidades motoras de maneira lúdica e criativa. Os materiais das aulas também foram adaptados, o que envolveu: bolas de meias, garrafas pets, cabos de vassoura. No início da aula, os professores faziam perguntas aos alunos e, aos poucos, iam falando sobre o atletismo e os conteúdos que seriam desenvolvidos naquela aula. Temas como: quais benefícios para a saúde das atividades realizadas no atletismo, como alongar-se antes da prática, como treinam os atletas de alto rendimento, também foram abordados. Na parte final de cada aula havia uma conversa com os alunos sobre o que foi realizado durante a aula, relacionando as atividades com o atletismo que eles viam na televisão. Ao final de todo este processo de intervenção os alunos foram levados a uma pista oficial de atletismo onde puderam ter contato com o espaço físico e os materiais oficiais e também conheceram um técnico de atletismo da cidade que os apresentou as modalidades do esporte, suas regras oficiais e os equipamentos. Tanto as conversas com os alunos, o longo de todo o processo, quanto as observações das aprendizagens dos mesmos, por parte dos professores, mostraram que os alunos aprenderam habilidades motoras e alguns conceitos, bem como, atitudes de interesse e valorização da modalidade. Estes resultados evidenciam que é possível ensinar o atletismo na escola. Adaptando o espaço físico, os materiais e utilizando uma metodologia que motive e envolva os alunos é possível ensinar tal esporte, contribuindo para ampliar o conhecimento dos discentes acerca da cultura corporal de movimento.

Salles, G.S.L.M.S.; Leite, G.S.L.; Borin, J.P.B. - Análise das diferenças existentes entre o Campeonato Brasileiro e Mundial de Canoagem Slalom a partir dos tempos e penalidades

Instituição: UNIMEP - FACIS - Mestrado de Educação Física

Nas últimas décadas nota-se um crescimento da canoagem no Brasil e em especial a modalidade slalom, na qual consiste percorrer em rios com corredeiras (trecho entre 300m e 600m) um percurso que apresenta portas suspensas (mínimo 20 e

no máximo 25) constituídas por duas balizas devendo os atletas passar por entre elas na ordem e sentido indicado. Existem duas formas de penalidades, a primeira seria o atleta passar no sentido ou ordem contrária do indicado nas portas, sendo somados cinquenta segundos no seu tempo final por cada infração, a segunda ocorre quando o atleta ou qualquer equipamento toque em uma porta, sendo assim, somará dois segundos no seu tempo final para cada porta tocada. Cada atleta deve realizar duas descidas pelo percurso no menor tempo possível, ao final das duas descidas serão somados os tempos e penalidades de cada descida e o atleta que obtiver o menor tempo final será o vencedor. Um aspecto interessante a ser destacado é o fato de nenhum atleta ter contato prévio com o percurso montado para a competição a não ser o visual, sendo uma pista inédita para os participantes. Apesar das disputas nos campeonatos nacionais estarem cada vez mais acirradas entre atletas de elite na busca pela vitória, à nível internacional ainda não possuem resultados expressivos. Neste contexto o presente estudo visa verificar as diferenças existentes nas relações dos tempos e penalidades entre os campeonatos brasileiro e mundial. Para isto correlacionou os tempos das duas descidas sem as penalidades (T1 e T2), as penalidades (P1 e P2) o tempo de cada descida somadas as penalidades (TF1 e TF2) e o tempo final da prova (TFP) dos dez melhores atletas do campeonato brasileiro de 2006 e do campeonato mundial de 2006 na categoria K1 masculino. Para a análise estatística utilizou-se a correlação de Pearson com nível de significância $< 0,05$. Ao verificar as correlações entre todas as variáveis, podemos destacar que os atletas no mundial que realizaram o menor tempo final na primeira descida (TF1) foram os mesmos com menor índice de penalidades na segunda descida ($r = 0,79$). Nesse mesmo sentido encontrou-se uma correlação muito interessante onde os atletas com menor número de faltas na segunda descida obtiveram o melhor tempo final da segunda descida ($r = 0,79$) e melhor resultado final da competição ($r = 0,79$). Já na prova nacional a única correlação encontrada diferentemente da internacional foi entre o tempo final da segunda descida (TF2) com o tempo final da prova ($r = 0,94$). Estas correlações demonstram uma grande diferença entre as provas, pois no mundial observa-se que o tempo final da primeira descida juntamente com o menor número de faltas na segunda descida determina os melhores atletas. Já para o campeonato brasileiro, o determinante para um bom desempenho final foi o tempo final da segunda descida, apontando que na prova nacional as chances do atleta em disputar as melhores colocações mesmo tendo uma primeira descida ruim é maior quando comparado ao mundial. Os dados apontam também que a prova internacional exige uma maior regularidade do atleta entre as descidas e um peso maior para os atletas que realizarem um menor número de penalidades principalmente na segunda descida, tornando o nível de competitividade maior e a margem para se cometer erros menores.

Salomon, F.; Robert Pires, C.M. - Verificação dos efeitos do período preparatório básico sobre a performance de atletas de futebol feminino

Instituição: UNIARA Centro Universitário de Araraquara-Depto de Educação

Verificação dos Efeitos do Período Preparatório Básico sobre a Performance de Atletas de Futebol Feminino Este trabalho teve como objetivo principal comparar a capacidade funcional das atletas de futebol feminino antes e depois do período preparatório básico. Para tanto, foram escolhidos testes que pudessem indicar o nível do Consumo Máximo de Oxigênio ($VO_{2máx}$) e de agilidade (força rápida de aceleração) de jogadoras de futebol. A metodologia foi feita em duas etapas: a primeira foi o pré-teste, que foi realizado antes do período preparatório básico e a segunda etapa foi realizada após dois meses de treinamento. O teste de $VO_{2máx}$ foi realizado utilizando o protocolo de Weltman (corrida de 3200 metros no menor tempo possível) e para avaliar a agilidade (força rápida de aceleração) foi utilizado o teste de Shuttle-Run (corrida de 9,14 metros no menor tempo possível). A amostra contou com 14 atletas no teste de $VO_{2máx}$ e 9 atletas no teste de agilidade/força rápida de aceleração. Os resultados mostraram que o $VO_{2máx}$ das atletas teve uma melhora significativa ($p < 0,05$), sendo que antes do período preparatório básico o valor médio era de $43,21 \text{ ml/kg.min}$ ($\pm 5,88$) e evoluiu para $49,74 \text{ ml/kg.min}$ ($\pm 4,04$) após esse período. A agilidade/força rápida de aceleração não apresentou evolução estatisticamente significativa, já que o tempo médio das atletas no pré-teste foi de 10,23 segundos ($\pm 0,32$) e no pós-teste foi de 10,16 segundos ($\pm 0,21$). Os resultados já eram previamente esperados, uma vez que no período preparatório básico, as cargas de treino consistem em altos volumes e baixa intensidade e foram aplicadas, sobretudo, por meio dos métodos contínuo e intervalado extensivo, além do treinamento típico de força/hipertrofia sob o método piramidal com intensidades moderadas a altas (60 a 80% de 1RM). Concluímos, a partir dos resultados, que as cargas de treino aplicadas no período preparatório básico são eficazes para desenvolver a resistência aeróbia, porém, sem a mesma eficácia no sentido de promover aumentos significativos da capacidade de agilidade/força rápida de aceleração. Tab.1 Índices de $VO_{2máx}$ e Agilidade Pré e Pós-Período Preparatório Básico. Os valores são expressos em média \pm DP. Pré-Teste Pós-Teste $VO_{2máx}$ (ml/Kg.min) $43,21 \pm 5,88$ $49,74 \pm 4,04$ * Shuttle Run (segundos) $10,23 \pm 0,32$ $10,16 \pm 0,21$ * Significativo em relação ao pré-teste. $P < 0,05$

Santi, F.P.; Anaruma, C.A.; Soares, A.R. - Efeito do hormônio de crescimento sobre a cartilagem epifisária de ratos submetidos ao treinamento físico

Instituição: UNESP - IB - Departamento de Educação Física

O exercício físico realizado regularmente promove mudanças estruturais e funcionais benéficas para o organismo sendo que o sistema endócrino é um dos envolvidos. O objetivo deste estudo foi avaliar os efeitos do hormônio de crescimento e do treinamento físico na cartilagem epifisária de ratos. Para este estudo foram utilizados 40 ratos, machos, de 90 dias, divididos em 04 grupos: Treinados sem hormônio de crescimento (GH) (TSGH), Treinados com GH (TGH), Sedentários sem GH (SSGH) e Sedentários com GH (SGH). Todos os animais receberam ração e água "ad Libitum". Os animais dos grupos TSGH e TGH foram submetidos a um teste de carga máxima (TCM), para quantificar a maior sobrecarga possível que o animal executasse em apenas um salto vertical por toda a extensão do tanque, com profundidade de 35 cm. Após foram realizadas 2 semanas de adaptação ao treinamento. Após a adaptação iniciou-se o protocolo de treinamento de 3 séries de 8 repetições, intervalo de 90 segundos entre as séries e intensidade de 70% do TCM. Este protocolo foi mantido por 8 semanas, variando somente o percentual da sobrecarga que foi de 75% na quarta e quinta semanas, 80% na sexta semana, 85% na sétima e oitava semanas e 90% na nona e décima semanas. A administração do GH foi subcutânea no dorso dos animais dos grupos TGH e SGH, por todo o período de treinamento. A dose administrada foi de 0,2 UI/Kg três vezes na semana as terças, quintas-feiras e sábados, antes do início do treinamento, totalizando 0,6 UI/Kg/semana. O peso foi aferido nos dias de aplicação, para correção da dosagem do GH. Após o período experimental os animais foram sacrificados e a tibia esquerda foi retirada, fixada em formol a 10% e descalcificadas em ácido nítrico a 5%. Após a descalcificação as amostras foram incluídas em parafina e obtidos cortes longitudinais de 7µ de espessura. Para a análise das características da cartilagem epifisária foram utilizados a coloração HE e Tricômio de Van de Degrift. Observamos que a cartilagem epifisária dos animais do grupo SSGH acha-se constituída pela zona de cartilagem em repouso onde se observa condrócitos em repouso. Na zona de cartilagem seriada verifica-se que os condrócitos estão dispostos em fileiras. Na zona de cartilagem hipertrófica os condrócitos são mais volumosos. Na zona de cartilagem calcificada observam-se os condrócitos em degeneração. Já na zona de ossificação nota-se a presença do tecido ósseo. Nos animais do grupo SGH a cartilagem epifisária apresenta-se como a mesma constituição que nos animais do grupo SSGH. Na zona de cartilagem em repouso nota-se condrócitos sem qualquer alteração. A zona de cartilagem seriada verifica-se que os condrócitos estão dispostos em fileiras. Na zona de cartilagem hipertrófica os condrócitos apresentam as mesmas características dos animais do grupo SSGH. Na zona de cartilagem calcificada observam-se os condrócitos em degeneração. A cartilagem epifisária dos animais do grupo TSGH apresenta as mesmas características do que dos animais do grupo SSGH. Verificamos que os condrócitos da zona de cartilagem seriada estão em quantidade mais acentuada do que nos animais do grupo SSGH. As características morfológicas das zonas de repouso, hipertrófica, calcificada não apresentaram nenhuma alteração. Nos animais do grupo TGH a cartilagem epifisária apresenta as mesmas características dos animais do grupo SGH, porém na zona de proliferação há uma quantidade mais acentuada de colunas distribuídas na substância fundamental amorfa e os condrócitos são mais evidentes que aqueles da zona de proliferação dos animais dos grupos SGH e TSGH. Na zona hipertrófica os condrócitos são volumosos. Na zona de ossificação o tecido ósseo é mais intenso e as cavidades deixadas pela degeneração dos condrócitos são ocupadas pelos osteoblastos. Concluímos que o hormônio de crescimento associado ao treinamento físico interferiu na produção dos condrócitos da cartilagem epifisária dos animais treinados com hormônio de crescimento.

Santos, I.A.M.; Silva, D.A.S.; Almeida, M.B. - Potência aeróbica e anaeróbica dos árbitros da Federação Sergipana de Futebol

Instituição: Departamento de Educação Física/Universidade Federal de Sergipe

A evolução na dinâmica do futebol tem exigido dos árbitros uma nova postura, que desde a última copa do mundo já foi posta em prática através de mudanças de posicionamento e até mesmo no uso de estratégias tecnológicas para um bom andamento dos jogos. Estas mudanças que a Fédération Internationale de Football Association (FIFA) impõe, exigem mais ainda da parte física dos árbitros, pois os testes físicos estão cada vez mais rigorosos, tanto para árbitros centrais quanto assistentes. Sendo assim, o atual estudo teve como objetivo verificar a potência aeróbica e anaeróbica de árbitros sergipanos integrantes da Federação Sergipana de Futebol (FSF). O estudo foi do tipo descritivo transversal, onde a amostra foi composta por 42 árbitros com uma média de idade de 33,4 (±5,2) anos, sendo 22 centrais e 20 assistentes. Foram realizados os testes físicos em uma pista de atletismo com dimensões oficiais. Sendo que para a determinação da potência aeróbica tanto nos árbitros centrais quanto nos assistentes foi realizado o teste de corrida de 12 minutos, que determinou também o VO₂ máx.. Para o teste de potência anaeróbica foi realizado para ambos os árbitros uma corrida de

50 metros. Os árbitros centrais ainda realizaram uma corrida de 200 metros para determinação também da potência anaeróbica. Todos os testes seguiram as padronizações da FIFA. Os dados são expressos em média e desvio padrão, onde para a comparação dos valores entre os centrais e assistentes realizou-se o teste t para amostras independentes, com um nível de significância de 5% ($p \leq 0,05$). Para a potência aeróbica a amostra apresentou um valor médio da corrida em metros de 2790,7 ($\pm 131,3$), sendo que para os centrais este valor foi de 2771,7 ($\pm 92,5$) e para os assistentes foi de 2811,4 ($\pm 163,7$). Estes valores resultaram em um VO₂ máx médio considerando toda a amostra de 50,8 ($\pm 2,9$) ml.kg⁻¹.min. Em relação a corrida de 50 metros, os assistentes realizaram com um tempo médio em segundos de 6,8 ($\pm 0,3$) e os centrais de 6,9 ($\pm 0,3$) e para a corrida de 200 metros os centrais fizeram em uma média de 28,7 ($\pm 1,4$) segundos. Os árbitros centrais e os assistentes não diferiram significativamente em nenhuma das provas que ambos submeteram-se. As médias de todas as provas estão dentro dos parâmetros da FIFA. Com isso, conclui-se que os árbitros da FSF estão dentro dos valores mínimos exigidos pela FIFA e que a potência aeróbica e anaeróbica dos árbitros centrais é semelhante a dos assistentes. Palavras-chave: árbitros,

Santos, J.W.; Mello, M.A.R. - Periodização do treinamento aeróbio através do exercício de natação com ratos

Instituição: Departamento de Educação Física, FC - UNESP - Bauru

A periodização do treinamento é muito difícil de ser estudada em atletas de alto rendimento. O objetivo desse estudo foi criar um modelo de treinamento aeróbio periodizado e compará-lo com o treinamento aeróbio contínuo, utilizando o exercício de natação com ratos. Foram utilizados ratos Wistar, com idade inicial de 70 dias. Três grupos de animais foram formados: sedentário (SED), que não realizou treinamento; grupo de treinamento contínuo (TC5), que realizou treinamento contínuo com sobrecarga de 5% da massa corporal (mc) e um grupo de treinamento periodizado (TP), treinamento organizado com variação de volume e intensidade, estímulos aeróbios e anaeróbios, subdividido em períodos preparatório básico, específico e polimento. Antes da separação dos grupos de treinamento TC5 e TP em seus respectivos protocolos, ambos passaram por um período de adaptação ao treinamento por 4 semanas, com aumento progressivo da duração e da sobrecarga até alcançarem 45min/dia com 5%mc. Após essas quatro semanas de adaptação à sobrecarga, os grupos TC5 e TP realizaram cinco semanas de treinamento em seus respectivos protocolos. A frequência semanal de treinamento foi de 5 dias/semana. A sobrecarga de treinamento foi quantificada (% mc · tempo de exercício na sessão de treinamento), expressa em unidades arbitrárias de treinamento (UT), e a sobrecarga total de treinamento das cinco semanas foi equiparada entre os grupos. A sobrecarga foi similar entre os dois protocolos de treinamento (TC5 e TP = 4850 UT). Ao final do experimento foi avaliado o metabolismo glicídico in vitro, em fatias isoladas de músculo sóleo incubadas em presença de insulina (100mU/100mL), medindo-se a captação de glicose pela [3H] 2-deoxyglicose (2-DG = 0,5mCi·mL), a síntese de glicogênio, produção de lactato e oxidação de glicose, com glicose (5,5 mM) contendo [U-14C] glicose (0,25 mCi·mL⁻¹), expressos em mmol·g⁻¹·h⁻¹. A análise estatística empregada foi Anova, one-way, $p < 0,05$. Os animais do grupo TP apresentaram maiores valores na captação de glicose (59,2%) com relação ao SED e na síntese de glicogênio e oxidação de glicose com relação aos animais SED (51,3 e 146,7%) e com relação ao TC5 (22,4 e 172,7%), respectivamente. O grupo TC5 apresentou valores superiores na síntese de glicogênio com relação aos animais do grupo SED (23,5%). Apesar do TC5 ser um bom protocolo de treinamento aeróbio para o exercício de natação com ratos, a melhora do metabolismo glicídico verificada no TP, principalmente com relação ao TC5, demonstra que a organização do treinamento através da periodização leva adaptações mais significativas também no modelo experimental de exercício de natação com ratos. O modelo de periodização padronizado nesse estudo demonstra que é possível adaptar os métodos de treinamento realizados com humanos e estudá-los através do exercício de natação com ratos e abre novas perspectivas de estudo do treinamento físico em modelos experimentais que utilizam ratos como cobaias.

Apoio Trabalho: CNPq; FAPESP

Santos, M.; Wolff, A.C.R.; Oliveira, J.A. - Estratégias de controle de movimento na tarefa do levantar-se do solo em idosos ativos

Instituição: UNIBAN

A medida que o indivíduo envelhece, ele passa por diversas mudanças fisiológicas, comportamentais, etc, o que prejudica a execução de habilidades do cotidiano. A tarefa de levantar-se do solo até a posição ereta exige do indivíduo idoso um bom funcionamento dos sistemas morfo-funcionais para o bom desempenho dessa tarefa. Assim, o objetivo desse trabalho foi identificar as estratégias de movimento no desempenho motor de idosos ativos na tarefa de levantar-se do solo.

Participaram desse estudo oito idosos (sete do sexo feminino e um do sexo masculino), com idade entre 60 e 74 anos e praticantes de atividade física regular. Individualmente os participantes executaram a tarefa por cinco vezes, sendo que, cada tentativa foi filmada e cronometrada. A análise foi realizada de acordo com o protocolo de desempenho motor (Van Sant, 1988) e a discussão dos resultados permitiram concluir que: a) apenas quatro participantes atingiram 50% ou mais da pontuação máxima (oito pontos) e os outros quatro participantes ficaram abaixo de 50%; b) os participantes que atingiram maior pontuação também foram os mais rápidos na execução da tarefa, assim optou-se por dividir os participantes em dois grupos G1 (maior pontuação) e G2 (menor pontuação); c) no G1 observou-se que o participante que atingiu a pontuação máxima e menor tempo de execução do movimento era o mais jovem, e os outros participantes do G1 tiveram como característica comum o não levantamento simultâneo dos braços e todos os participantes desse grupo realizaram o início do movimento proposto pelo protocolo adotado; d) no G2 todos os participantes não realizaram os movimentos de acordo com o protocolo, entretanto utilizaram estratégias de movimento diversificadas, mas parecidas entre elas, posteriormente observou-se que os participantes do G2 eram afetados por osteoartrite.

Santos, R.R.F. - Representações e sensações sobre a prática do Pára-queda: o medo e o radical

Instituição: Universidade de Franca - UNIFRAN

Nos dias de hoje o esporte radical aparece com novas construções sociais, novas formas de prática e novos significados para a segregação do lúdico no tempo livre do homem moderno. Na perspectiva da aventura, propõe que a linguagem do risco e da radicalidade cumpram funções múltiplas na atual sociedade. A aventura passa a ser incorporada ao cotidiano como uma estratégia de edificação. Os domínios de conceitos sobre este esporte são pré-requisitos básicos para uma operação segura que somente assim uma pessoa pode sentir segurança suficiente para adotar esta atividade e sentir o prazer de observar ângulos realmente inusitados, descobrindo as belezas das paisagens ocultas e as sensações escondidas dentro de nós que normalmente o medo nos impede de observar e sentir. O praticante está em contato com uma realidade de emoções fortes que vão muito além de qualquer explicação. A fantasia sob esta óptica torna-se mais real que a realidade. Talvez a escolha do esporte radical, de aventura, de risco represente em uma perspectiva de linguagem em uso algumas mudanças que estejam ocorrendo na sociedade contemporânea. Talvez a necessidade de correr riscos através das modalidades representem uma negação da rotina urbana em que nos submetemos, transformando e criando valores. Fuga? Fonte de alienação? Simples consumo? Curiosidade? O que será que realmente leva o praticante a escolher a modalidade? O significado que os indivíduos atribuem às próprias práticas de aventura ou radical, ou uma modalidade de ação e as relações que estes significados têm com outras escolhas realizadas pelos mesmos indivíduos no âmbito da vida no convívio social. O objetivo deste estudo está relacionado a intenção de apurar representações e significados de esportistas praticantes sem objetivos competitivos podendo propor uma reflexão que estes esportes possam cumprir atualmente funções múltiplas na sociedade atual, servindo de metáfora e ou anteparos para questões sociais, identificando desdobramentos destas práticas para a esfera da vida pessoal, explicitando os sentidos atribuídos pelos indivíduos praticantes às escolhas e sentimentos atribuídos à prática. Utilizou-se uma idéia de subjetividade que vem questionar a presença de uma interioridade em separado de uma exterioridade, investindo em uma rica densidade de universos que rondam a prática do pára-queda. O caráter exploratório do objeto de maior apreciação foi a revelação dos praticantes, através de um trabalho sensível, perceptível, vivenciado, com conceitos teoricamente abstratos como o medo, o sonho, a euforia. Participaram deste estudo seis pára-quadistas onde aplicou-se uma entrevista direta que posteriormente foi transcrita para análise dos resultados. Os resultados nos mostraram que a partir de uma mesma prática esportiva diferentes olhares dos praticantes produzem formas diversas ou estados inéditos para a análise. Sensações descritas pelos participantes em relação ao início da prática como o medo intenso e iminente de morte; Ondas de frio e calor; Formigamento nos braços e nas pernas; Transpiração nas mãos e outras partes do corpo; Tremores; Boca seca; Tonturas ou sensação de perda de equilíbrio; sudorese. Outras sensações relacionadas à prática foram descritas como conseqüências da experiência de saltos, que resultam em euforia, felicidade, tranqüilidade, liberdade, vida, competência, astúcia, orgulho e principalmente prazer. Consideramos que as significações particulares dos praticantes foram semelhantes no sentido de optarem por uma prática esportiva alternativa, incomum que representa um desafio consciente para uma prática prazerosa e recreativa. Segundo Rolnik (2001) a vibratibilidade do corpo é uma potencialidade, que faz com que o olho seja trocado pela força que vê. As representações e sensações aqui descritas sugerem um universo subjetivo que órbita em torno do radical, do risco, do medo e do prazer.

Santos, R.R.F.; Malaquias, C.H.; Oliveira, V.S.B. - Concepções e implicações sobre a Educação Física Escolar com professores da rede Estadual e Municipal

Instituição: UNIFRAN

Este trabalho possibilitou o entendimento de questões relevantes com o objetivo de encaminhar algumas propostas que pudessem auxiliar a minimização de um problema real para a Educação Física: a enorme distância entre o que se propõe teoricamente e o que realmente se concretiza em práticas pedagógicas. Neste trabalho, direcionamos as questões apenas para o professor para identificar questões que implicam prática educativa diferenciada, diversificada e mais justificada. O objetivo deste trabalho foi identificar concepções, possibilidades e aspectos do componente curricular Educação Física com professores de Educação Física, graduados e efetivos do ensino fundamental no município de Guaira / SP, envolvendo um total de oito escolas (cinco municipais e três estaduais) e doze professores participantes. Foi realizada uma reflexão frente ao discurso de professores efetivos, esclarecendo questões apontadas pelos professores e promovendo a pesquisa no âmbito escolar. A partir das concepções e possibilidades que a Educação Física representa para quem atua podemos entender e propor métodos eficientes para que novos modelos e possibilidades da disciplina possam ser entendidos e aplicados, utilizando conteúdos e abordagens diversificadas. Algumas considerações podem colaborar no sentido de formular proposições de formação profissional, que atendam à complexidade do trabalho pedagógico. Após selecionar as Unidades de Ensino e obter um número para amostra, foi aplicado o questionário aos professores na forma direta, onde posteriormente foi transcrito para análise do material coletado. Modelo investigativo utilizado foi a pesquisa colaborativa, que concebe ao professor participante a posição de sujeito ativo na pesquisa. A qualidade da pesquisa baseou-se na relação do pesquisador com o professor pesquisado, segundo um modelo colaborativo-constructivo. Os dados foram coletados nos meses de outubro e novembro de 2006, utilizando questionários contendo questões abertas e fechadas, estruturadas e aplicadas de forma direta aos professores participantes pelos responsáveis desta pesquisa. De acordo com análise dos dados pudemos observar que dos doze professores efetivos participantes, apenas um é recém formado com 9 meses de efetivação sendo que os outros 11 professores têm um tempo de formação maior e ou igual de 6 anos. Apontam como aspectos motivacionais da prática docente o prazer, a integração social, o ensino e a aprendizagem. Citam como fator principal de dificuldade docente a falta de interesse dos alunos. Aproximadamente 60% dos professores entrevistados fizeram ou fazem pós-graduação. De acordo com os dados coletados, um professor cursou pós-graduação na área específica de Educação Física escolar. O único referencial teórico de uso dos professores citado nas entrevistas foram os PCN's. Apontam entre as principais dificuldades de trabalho as condições físicas em que se encontram as escolas, a falta de matérias, descaso com a disciplina pelos outros membros da escola, desrespeito dos alunos e falta de interesse. A formação continuada deve ser promovida pelas secretarias competentes com o objetivo de fomentar as inúmeras possibilidades de trabalho do professor. Pudemos apontar que a reciclagem, o treinamento e aperfeiçoamento visando à capacitação, fazem-se necessário. O conhecimento que é gerado na prática da pesquisa precisa ser levado ao conhecimento de professores. Profissionais ao verificarem experiências diversas, assumem um posicionamento mais crítico sobre a realidade. Entendemos como meta nas aulas de Educação Física a contínua construção e reconstrução das práticas educativas e didáticas pelo aluno e professor, ao invés da mera repetição de movimentos padronizados, reduzindo o trabalho do professor lentamente e não esclarecendo a importância e relevância da Educação Física para todos os alunos.

Santos, V. - Sentimentos, comportamentos e conhecimentos construídos em relação à Educação Física e os agentes interferentes

Instituição: Unimep - Programa de Pós-graduação em Educação

A participação ou não dos alunos nas aulas de Educação Física pode estar relacionada ao sentimento e, ou crenças construídas ao longo dos anos de escolarização, o que determina uma predisposição do aluno, ou seja, sua atitude. Sendo assim, este trabalho teve como objetivo geral identificar e analisar a atitude de alunos da 8ª série do Ensino Fundamental de escolas públicas do município de Viçosa – MG. Como objetivos específicos buscou-se identificar, na perspectiva desses alunos do Ensino Fundamental, ao longo dos anos de escolarização os sentimentos construídos nas aulas de Educação Física; a percepção da participação nas aulas; o conhecimento construído e a valorização em relação à referida disciplina. Para tanto, foi realizada uma pesquisa bibliográfica e de campo numa abordagem quali-quantitativa, utilizando-se o questionário como instrumento de coleta de dados. O trabalho foi realizado junto a alunos da 8ª série de cinco escolas da rede pública de ensino pertencentes ao município de Viçosa – MG, sendo que a aplicação dos questionários foi feita a uma turma de cada escola selecionada. A amostra foi constituída de 146 sujeitos, sendo 82 do sexo feminino e 64 do sexo masculino. Os dados coletados foram sistematizados e agrupados em categorias analíticas, a saber: os sentimentos dos alunos em relação à disciplina, a percepção da participação dos alunos nas aulas, os conhecimentos aprendidos nas aulas e a importância da Educação Física. Quanto aos sentimentos em relação à aula de Educação Física, alunas e alunos apresentaram, a princípio, o mesmo interesse/gosto pelas aulas que estivessem voltadas para a vivência esportiva. No que tange o sentimento negativo, os indivíduos pesquisados expressaram o não gostar das aulas por causa das atividades desenvolvidas, das condições de obrigatoriedade, do espaço e de desprazer. Ao analisar cada sentimento separadamente percebeu-se que os mesmos sofreram interferências de diversos agentes, podendo citar o professor, o componente curricular e o próprio indivíduo. No que se refere à frequência de participação na percepção dos indivíduos pesquisados,

alunas e alunos manifestaram formas de participação vinculadas, principalmente, ao sentimento; e o modo de intensificar ou alterar a forma de participação estava relacionado à estrutura escolar, ao professor, ao componente curricular, aos colegas e ao próprio indivíduo. Quanto à aprendizagem nas aulas de Educação Física teve-se que, pelas manifestações de alunas e alunos, tanto a prática como o conhecimento aprendido estava inteiramente voltado para o esporte, o que já vinha sendo demonstrado pela literatura. Referindo-se à importância da Educação Física na escola, muitas das manifestações apresentadas estavam associadas a um sentimento positivo em relação à disciplina, à importância e ao prazer em praticar a Educação Física. Pôde-se perceber também argumentações relativas a não importância da Educação Física e essas estavam voltadas para o sentimento negativo e ausência de entendimento de significado da disciplina na escola. Assim, o presente estudo mostrou que os sujeitos pesquisados possuem anseios, interesses, sentimentos, comportamentos e conhecimentos em relação à Educação Física, porém, esses aspectos, muitas vezes, não recebem a devida atenção ou consideração. Há também vários agentes que podem estar de algum modo, interferindo positiva e negativamente nessa atitude e que podem afetar, diretamente, a participação, o sentimento e o conhecimento dos indivíduos. Desse modo, observou-se a cada resposta dada pelos alunos, a crescente responsabilidade e o poder do professor na formação do indivíduo. Para finalizar, o professor deve criar um espaço intencionalmente organizado para possibilitar a direção da apreensão, pelo aluno, do conhecimento específico da Educação Física e dos diversos aspectos das suas práticas na realidade social, uma vez que foi comprovada sua importância e influência no comportamento social e cognitivo desse aluno.

Sant'Ana, J.; Rozanski, E.A.; De-Oliveira, F.R. - Teste progressivo específico para praticantes de TAE KWON DO

Instituição: UDESC - LAPEM - Laboratório de Pesquisa Morfo-Funcional

Teste progressivo específico para praticantes de Taekwondo Introdução: Um dos princípios básicos da avaliação da aptidão física de atletas é a especificidade dos testes empregados, sendo que a literatura é deficiente em relação à índices de aptidão aeróbia a partir de testes específicos em modalidades de luta. Objetivo: Apresentar dados de variáveis indicadoras de aptidão aeróbia em um Teste Progressivo Específico para Praticantes de Taekwondo (TET), em atletas com diferentes níveis de treinamento. Método: Foram selecionados 11 praticantes ($21,8 \pm 2,4$ anos; $69,8 \pm 10,3$ kg; $173,0 \pm 8,6$ cm; $14,8 \pm 5,7$ %G; $4,53 \pm 4,14$ anos de treinamento). O TET foi realizado em uma área de 2×2 m localizado dentro de um ginásio, com um saco de "pancada" de $1,00 \times 0,90$ m, com os chutes devendo ser realizados em altura entre a cicatriz umbilical e os mamilos. Os sujeitos iniciaram o TET com a perna direita, com frequência de seis chutes por minuto, alternando as pernas, com incremento de quatro chutes a cada minuto. Foram utilizados os seguintes critérios para a finalização do teste: a) o praticante não conseguiu acompanhar a frequência de chutes (determinada por sinal sonoro); b) não alcançou a altura previamente estipulada; c) exaustão voluntária. A frequência cardíaca (FC) foi registrada através de um freqüencímetro (POLAR® S610). Foram identificados os Pontos de Deflexão da Frequência Cardíaca pelo método $D_{m\acute{a}x}$ (Kara et al. 1996), a FC pico e o desempenho máximo de chutes. Resultados: A $FC_{m\acute{a}x}$ identificada no teste foi de 193 ± 5 bpm. O PDFC ($180 \pm 2,76$ bpm) foi verificado em todos os participantes a $93,3 \pm 1,8\%$ da $FC_{m\acute{a}x}$. A FC pico foi obtida, em média, a $97,4\%$ da máxima predita (220 -idade). No momento da exaustão, os participantes se encontravam em uma intensidade média de 46 ± 5 chutes/min. Conclusão: A partir do TET é possível obter índices fisiológicos aeróbios submáximos e máximos, podendo ser utilizado para determinação de marcadores de domínios fisiológicos nestes lutadores.

Saraiva, P.M.; Kleiner, A.F.R.; Batistela, R.A.; Ayres, T.G.; Pietrobon, R.S.; Gobbi, L.T.B. - Mobilidade funcional de crianças com paralisia cerebral espástica hemiplégica em ambientes artificial e real

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A espasticidade é um dos distúrbios motores mais freqüentes que compromete o neurônio motor superior ao longo da via córtico-retículo bulbo-espinhal. Este distúrbio aparece em diferentes doenças sendo uma das mais freqüentes a paralisia cerebral. A fraqueza muscular tem sido reconhecida como uma característica clínica em paralisia cerebral espástica, indicando que crianças com paralisia cerebral espástica são na verdade fracas. Esta fraqueza muscular também representa um sinal negativo prejudicial para as funções motoras, inclusive na mobilidade. A paralisia cerebral espástica hemiplégica (PCEH), quando um hemicorpo é comprometido, é a segunda síndrome mais comum observada em lactentes pré-termo e a termo. Crianças com PCEH constituem um grupo capaz e auto-suficiente, mas possuem dificuldades na mobilidade, dentre elas o andar. A mobilidade funcional tem sido entendida como a capacidade do indivíduo em se locomover no ambiente, obtendo maior interação social da maneira mais independente possível para as realizações das tarefas diárias. Graham et al.

(2004) desenvolveram uma escala que classifica o nível de mobilidade funcional de crianças com PCEH em um ambiente pré-determinado, sem irregularidades denominado ambiente artificial. Entretanto, os ambientes domésticos e comunitários não são planos e regulares. Terrenos irregulares encontrados no dia-a-dia como degraus, pedregulhos, buracos, etc., são considerados como ambiente real. Assim, o objetivo deste estudo foi comparar a mobilidade funcional de crianças com PCEH nos ambientes artificial e real. Participaram deste estudo 8 crianças com PCEH que primeiramente foram avaliadas através da escala de mobilidade funcional no ambiente artificial e, num segundo momento, em um ambiente real (residências, escolas ou instituições e bairro), em três distâncias (5, 50 e 500m). A classificação na escala de mobilidade funcional e o tempo gasto em cada distância e em cada ambiente foram obtidos. A comparação entre os ambientes foi realizada por meio do teste não-paramétrico de Wilcoxon que revelou diferença significativa na classificação na escala de mobilidade funcional somente para os 500m ($Z8=-2,0$; $p<0,046$). As crianças obtiveram melhores classificações no ambiente real. Para a variável tempo gasto, o teste de Wilcoxon revelou diferença significativa para as distâncias de 5m ($Z8=-2,38$; $p<0,017$) e 50m ($Z8=-2,521$; $p<0,012$). As crianças PCEH são mais funcionais para distâncias mais longas e percorreram as distâncias mais curtas 5 e 50m em tempo menor no ambiente real. A familiaridade com o ambiente real, cotidiano, pode explicar estas diferenças. Considerando que nas crianças PCEH apenas um hemisfério é comprometido, a fraqueza muscular do lado comprometido pode ter sido superada com o auxílio do lado não comprometido. Assim, estas crianças são funcionalmente capazes de interagir socialmente e realizar as atividades da vida diária. Porém, novos estudos que comparem a mobilidade funcional em ambientes artificial e real são necessários e devem considerar uma amostragem maior, outros tipos de paralisia cerebral espástica e os níveis de fraqueza muscular.

Apoio Trabalho: FINEP e CNPq

Sauin, A; Simeão, C - Caracterização do perfil dos consumidores de suplementos esportivos

Instituição: Centro Universitário Moura Lacerda -Educação Física

Introdução: A venda e o consumo de suplementos nutricionais esta cada vez mais inserido no cotidiano dos praticantes de exercícios físicos, abrindo maior espaço para que sua comercialização cresça, fazendo com que aumente a frequência de consumidores nas lojas de suplementos nutricionais, abrindo com isso um espaço para pesquisas dentro desta temática. Objetivo: Este estudo tem por objetivo conhecer dados referentes ao perfil, consumo e frequência de praticantes de exercícios físicos consumidores de suplementos esportivos. Método: Utilizou-se para elaboração deste trabalho um questionário semi-estruturado, aplicados em frequentadores de 7 lojas de Suplementos Esportivos do interior de São Paulo. Foram considerados válidos 95 questionários, onde investigou-se a faixa etária dos consumidores, o sexo, a prática de exercícios físicos, o I.M.C, porque procuram as lojas de suplementos, tempo e consumo, objetivo do consumo, fonte de prescrição, conhecimento de sua composição, preferência por nacionais e importados, recomendação aos amigos, gasto mensal com a compra destes produtos. Resultado: 42% dos frequentadores de lojas de suplementos estão na faixa de idade entre 21 a 25 anos, 55% é do sexo masculino, 44% do sexo feminino, 1% não respondeu, 76% praticam musculação, 26% dos consumidores de acordo com o I.M.C estão desnutridos, 53% possui peso ideal, 18% apresentam sobrepeso, 1% obesidade leve, 2% não responderam, 15% dos consumidores procuram as lojas de suplementos visando melhora da estética, 10% por indicação do professor da academia, 9% para adquirir bom condicionamento físico, 9% não responderam, 53% consomem suplementos há mais de um ano, 52% tem como objetivo aumento de massa, 35% das prescrições de suplementos foram feitas por professores, 34% das indicações feitas pelos nutricionistas, 95% dos consumidores possuem conhecimento sobre sua composição, 5% não possui, 44% dos frequentadores não vêem diferenças entre os suplementos nacionais e importados, 37% acreditam que os nacionais dão mais resultados, 16% acredita que os importados são melhores, 3% não responderam, 87% já recomendou suplementos para seus amigos, 9% não recomendou, 81% já recebeu alguma orientação de um profissional de nutrição, 26% dos participantes gastam com suplementos em média de R\$150,00 a R\$200,00 por mês. Conclusão: Os dados deste trabalho apontam o que a mídia tem divulgado com frequência sobre o crescimento no uso de suplementos esportivos. É preciso que conceitos e informações sobre suplementos nutricionais sejam disseminados em ambientes onde encontra-se um grupo alvo para a utilização, no caso as academias. Mais trabalhos são necessários dentro desta temática, principalmente aqueles com objetivo de educar nutricionalmente estes usuários.

Schiavon, M; Gomes, R - A obesidade em crianças de seis anos: uma realidade em nossas escolas?

Instituição: Faculdades Claretianas

O presente estudo tem como objetivo verificar a incidência de crianças obesas com seis anos na escola e que medidas podem ser adotadas para orientação e diminuição da obesidade infantil. A obesidade está aumentando em nosso País, devido principalmente, a alimentação inadequada e a falta de atividade física. A criança obesa tem uma probabilidade muito grande de ser um adulto obeso, podendo ter como conseqüências muitos males que atingem a população como doenças do coração, diabetes e outros. Procuramos diagnosticar o número de crianças de seis anos com peso ideal, abaixo e acima do peso, na E.M. "Dr. Paulo Koelle". Os índices encontrados nos alunos que estão abaixo do peso (68%), parecem ser preocupantes, pois afinal são crianças que estão em pleno desenvolvimento, sendo necessário uma maior atenção, tal como se procurou evidenciar com a pesquisa sobre a incidência de crianças com excesso de peso na escola (11%). A pesquisa verificou ainda haver uma quantidade razoável de alunos com peso normal (21%). Portanto, tais resultados evidenciam a necessidade de uma reeducação alimentar que conscientize os pais e os alunos sobre a alimentação adequada, acompanhada da prática regular da atividade física. Acreditamos que a escola é o local que deva favorecer aos esclarecimentos quanto aos malefícios e implicações da obesidade infantil, atuando a favor da conscientização quanto ao problema apresentado, oferecendo atividade física e alimentação adequada.

Apoio Trabalho: EMEIEF"Dr. Paulo Koelle"

Campagna, J.; Schwartz, G.M.; Bacchi, R.; Bergamasco, I.; Christofolletti, D.F.A.; Santiago, D.R.P. - Vivências em arte circense: motivos de adesão e expectativas

Instituição: LEL - LABORATÓRIO DE ESTUDOS DO LAZER –DEF/ IB/UNESP-RIO CLARO

Em tempos de sedentarismo e competitividade acirrados, inegáveis são as contribuições das experiências sensíveis, capazes de promover, lúdica e espontaneamente, o encontro do ser humano consigo mesmo e com o outro. Nesta perspectiva, o resgate do mundo da arte circense, com toda sua magia e vivacidade, emerge como oportuno e prazeroso, constituindo-se em um verdadeiro diferencial estratégico de natureza interdisciplinar. Almejando a disseminação dessas vivências, os pesquisadores do LEL - Laboratório de Estudos do Lazer, do Departamento de Educação Física, da UNESP- Campus de Rio Claro, durante o ano letivo de 2006, viabilizaram, junto às comunidades unespiana e rioclarense em geral, o Curso de Extensão Universitária intitulado VIVÊNCIAS EM ARTE CIRCENSE. Por meio de vivências significativas e personalizadas, o curso promoveu aspectos relacionados à arte, à cultura e ao lazer no contexto da qualidade de vida. Pelo fato de ser uma iniciativa bastante peculiar no âmbito universitário, representou uma grande surpresa o nível de interesse da população alvo, a qual, de imediato, preencheu as 30 vagas oferecidas, além de se formar uma extensa lista de espera por possíveis desistências, o que instigou o interesse desta pesquisa exploratória. Sendo assim, o estudo, de natureza qualitativa, desenvolveu-se com o objetivo de identificar os motivos de aderência e expectativas dos participantes para com as vivências oferecidas neste curso. A coleta de dados foi feita de maneira bifásica, no início e ao final do curso, por meio da utilização de um questionário misto, organizado com base em escala do tipo Likert de 5 pontos, aplicado a uma amostra aleatória, constituída por vinte participantes, de ambos os sexos, na faixa-etária entre dezoito e vinte e cinco anos. Os dados analisados descritivamente, concernentes aos motivos de aderência, evidenciam o desencadear das categorias de interesses físico, social, intelectual em relação ao curso, evidenciando a adesão por motivos psicológicos, profissionais e pessoais. Quanto às expectativas, os dados sinalizam para a positividade da experiência, especialmente justificada pelas possibilidades de trocas interpessoais e de aprendizados criativos e prazerosos. Considerando as potencialidades lúdica, cultural e agregadora evidenciadas nesta proposta teórico-prática, reafirma-se a importância de que este tipo de intervenção seja incrementado nos processos de formação e aperfeiçoamento profissional nas diversas áreas do conhecimento humano, cujas demandas atuais requisitam criatividade crescente e qualidade nas relações interpessoais.

Sebastião, E.; Christofolletti, G.; Coelho, F.; Gobbi, S. - Nível de atividade física, qualidade de vida e uso de medicamentos em idosos: diferenças entre idade e gênero

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Introdução: A relação entre atividade física (AF), saúde, qualidade de vida (QV) e envelhecimento vem recebendo cada vez mais atenção da comunidade científica. Atualmente é um consenso que a AF é um fator determinante no sucesso do processo de envelhecimento, mas de acordo com alguns estudos a população adulta não é suficientemente ativa para proporcionar um envelhecimento ativo e sem grandes problemas. Objetivo: Analisar o nível de atividade física (NAF), QV e o uso de medicamentos em idosos da cidade de Rio Claro/SP em relação à idade e ao gênero. Materiais e Métodos:

Participaram do estudo 192 idosos de ambos os sexos com idade igual ou superior a 60 anos, com média de idade de $70,59 \pm 7,26$ anos, moradores na cidade de Rio Claro. A coleta de dados ocorreu por meio da técnica de amostragem estratificada por setor censitário, onde optou-se pela coleta de um sujeito por setor. Foram utilizados os seguintes instrumentos: a) Questionário Baecke Modificado para Idosos, para mensurar o NAF dos sujeitos; b) Medical Outcomes Study – Item Short Form Health Survey (SF36), para verificar a QV; e c) Questionário Sócio Demográfico e de Saúde (QSDS), para coleta de informações sobre o estado de saúde dos sujeitos, dentre elas o uso de medicamentos. Os grupos foram divididos da seguinte forma: 1) com relação à idade, os sujeitos foram divididos em: G1 (60 a 69 anos; n=91), G2 (70 a 79 anos; n=77) e G3 (80 anos ou mais; n=24); e 2) em relação ao gênero: feminino (GF; n=117) e masculino (GM; n=75). A análise dos dados consistiu de estatística descritiva, com uso da mediana, e dos testes de Kruskal Wallis e U – Mann Whitney (UMW), adotando nível de significância de 5%. Resultados: Comparando as idades, o teste de Kruskal Wallis apontou diferença significativa para o NAF entre os grupos: G1 (3 pontos), G2 (2 pontos) e G3 (1,5 pontos). Em relação ao gênero, o teste U – Mann Whitney apontou diferença entre os grupos, no número de medicamentos utilizados (GF=2; GM=1) e na QV (GF=74 pontos; GM=82 pontos). Conclusão: Os resultados permitem concluir que: a) quando comparados pela idade, o grupo G1 possui maior NAF em relação aos demais, mas não havendo diferença significativa no número de medicamentos utilizados e na QV; b) quando divididos pelo gênero, não foi observado diferença estatística no NAF, porém, constatou-se uma diferença significativa com relação ao uso de medicamentos, sendo mais acentuado nas mulheres e, uma melhor QV percebida pelos homens.

Apoio Trabalho: PROFIT, LAFE, FUNASA, FUNDUNESP, PROEX, FINEP.

Oliveira, C.S.; Stefane, C. A.; Paranhos Filho, A.C.; Rocha, C.L.; Guimarães, F. K.O.; Gabilan, J.G.; Liziero, L.; Procópio, M.S. - Caracterização dos praticantes de atividade física na Cidade Universitária (Campo Grande/MS) da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

Instituição: Universidade Federal de Mato Grosso do Sul-PET-DEF

A prática de atividades físicas e esportivas têm relação com as modificações ocorridas no processo de formação da sociedade. A Política Nacional de Saúde reforça a importância de se trabalhar pela autonomia e qualidade de vida dos cidadãos, possibilitando a construção de modos de viver favoráveis à saúde. A implementação e o fortalecimento de iniciativas no campo da atividade física e saúde são necessárias para que trabalhadores dessas áreas tenham condições de orientar e propor práticas corporais ao cidadão de forma segura e eficaz. Estudos indicam que a regularidade de atividades físicas está associada a menor incidência de doenças como hipertensão, diabetes, obesidade, depressão, estresse e outras. Considerando a relevância de mapeamentos de locais para prática de atividade física na elaboração de políticas públicas e práticas de intervenção, se faz necessário o conhecimento sobre onde e como esta atividade é desenvolvida. Diante disto, este estudo tem por objetivos: caracterizar os praticantes de atividade física na Cidade Universitária da UFMS; descrever as atividades realizadas nesse local; identificar os motivos que os levam a procurar esse espaço e a opinião sobre a importância de orientação profissional para realização das mesmas. A coleta de dados ocorreu por meio de entrevista estruturada com 16 questões. O roteiro foi submetido a testes-pilotos para posterior aplicação. A entrevista foi realizada com 75 indivíduos que praticavam exercícios físicos, durante o mês de novembro de 2006, entre 6h e 8h e 17h e 18h30min. Os dados analisados foram: faixa etária, gênero, bairro, renda familiar, modalidades de atividades praticadas, os motivos que os levaram à UFMS e a opinião sobre orientação profissional nestas atividades. Observou-se que a maior parte dos entrevistados tinha entre 40 e 45 anos, sendo o mais jovem de 14 anos e o mais idoso de 68 anos de idade, 57% dos praticantes eram do gênero masculino, 66% moravam nas proximidades da UFMS, a renda familiar oscilava entre 2 e 5 salários mínimos. Entre os 75 praticantes, 9 (nove) atividades apontadas, as mais citadas foram: caminhada (38 indivíduos), futsal 11 (onze), basquetebol 10 (dez) e natação 9 (nove). Dentre os motivos que os levaram a buscar a UFMS, os que tiveram maior ocorrência foram: lazer, busca pela qualidade de vida ligada a saúde e falta de opção no bairro. A presença do profissional de Educação Física foi vista como fundamental para 96% dos entrevistados. Diante destes resultados, caracteriza-se os praticantes como indivíduos adultos, maioria homens, inseridos na população economicamente ativa devido sua renda mensal. A estrutura da Cidade Universitária está sendo subutilizada, uma vez que possui quadras poliesportivas, piscina, ginásio, estádio de futebol, quadras de tênis, área de lazer abertas à comunidade. Evidencia-se a escassez de locais públicos de fácil acesso ou que ofereçam uma infra-estrutura capaz de proporcionar a busca saudável e correta pela qualidade de vida, principalmente em regiões próximas à universidade. Até onde se pôde verificar, os indivíduos analisados têm consciência da importância da prática regular de exercícios físicos, porém essa prática é, na maioria dos casos, realizada de maneira autônoma, o que pode acarretar efeitos opostos aos intencionados, levando em consideração a falta de orientação profissional o que sugere um investimento no sentido de elaboração de projetos e

propostas voltadas a esse público. A UFMS desenvolverá um programa de atividades físicas em 2007 de modo a atender ao público caracterizado neste estudo.

Apoio Trabalho: PET- Educação Física

Oliveira, C.S.; Stefane, C.A.; Guimarães, F. K.O.; Gabilan, J.G.; Rocha, C.L.; Liziero, L.; Procópio, M.S. - Futsal feminino nos II Jogos Universitários Intercampi da Universidade Federal de Mato Grosso o Sul (UFMS)

Instituição: Universidade Federal de Mato Grosso o Sul-PET-DEF

A criação dos Jogos Universitários Intercampi (JUI) da UFMS em 2005 foi fruto da determinação de ultrapassar a barreira que dificulta o desenvolvimento do esporte universitário brasileiro. O desporto universitário estabelece a aproximação do esporte com o ensino de nível superior, possibilitando ao atleta e acadêmico um estímulo a mais em sua formação. A segunda edição do JUI em 2006 ocorreu de forma estruturada, abrangendo maior número de esportes e, os envolvidos, cientes do valor do projeto e do que precisava ser feito para aperfeiçoá-lo. Graças ao trabalho integrado da Coordenadoria de Assuntos Estudantis da Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Assuntos Estudantis – CAE/PREAE juntamente com os acadêmicos do Programa de Educação Tutorial PET- Educação Física, os II JUI foram disputados nas modalidades Futebol masculino, Futsal feminino, Voleibol feminino, Atletismo, Natação e Xadrez. Diante desse contexto, este estudo vem relatar a organização e operacionalização da modalidade futsal feminino que, inserida nos jogos, teve como objetivos: desenvolver o intercâmbio esportivo entre docentes, estudantes e técnicos administrativos valorizando a saúde e o lazer, promover a revitalização da prática desportiva como resultante das atividades desenvolvidas na comunidade interna, estimular a prática do desporto de rendimento como instrumento de integração, sociabilização e de confraternização entre as equipes, proporcionar o surgimento de novos talentos para integrarem as seleções e representações no âmbito municipal, estadual e nacional. Inicialmente, foi feito um trabalho de divulgação por meio de cartazes, folhetos e via Internet, confecção de fichas de inscrição, elaboração do regulamento baseado nas regras oficiais de futsal, porém com adaptações convenientes ao JUI, elaboração de tabelas e chaves de grupo de acordo com o número de equipes inscritas. O congresso técnico foi realizado com a presença de um representante de cada equipe para esclarecimento de dúvidas sobre regulamento específico da modalidade e aprovação de algumas alterações no regimento geral da competição. O futsal feminino teve 99 atletas inscritas em nove equipes. Na Cidade Universitária houve duas fases: seletivas e finais. Nas seletivas se inscreveram cinco equipes, a disputa foi por rotação em chave única e três times foram classificados para a próxima fase. A fase final contou com a participação de sete equipes: quatro do interior (campi de Coxim, Corumbá, Três Lagoas e Aquidauana) e as três classificadas da Cidade Universitária. As finais foram realizadas por meio de dez confrontos, as três melhores equipes foram dos campi de Aquidauana, Campo Grande e Corumbá. O JUI é um indicativo para os Jogos Universitários Brasileiros e no futsal feminino foi possível identificar atletas “destaque”, pois mostraram habilidades diferenciadas em técnica e tática. Durante as disputas ficou evidente o espírito de competição entre as equipes, baseada no fair play. Os jogos foram bastante disputados, o nível foi equilibrado o que fez com que os confrontos fossem em igualdade de condição e o empenho das equipes reconhecido. Foi possível identificar o envolvimento das torcidas que prestigiaram os jogos o que abrilhantou ainda mais as disputas. Após o término dos jogos, observou-se que os erros e acertos na realização do evento e a experiência adquirida como coordenadora da modalidade foram de fundamental importância para o crescimento acadêmico e serviram de estímulo para dar continuidade ao projeto em 2007, mostrando mais uma vez que o esporte é um dos instrumentos valiosos para a integração de uma comunidade.

Apoio Trabalho: PET- Educação Física

Silva, A.R.; Freire, E.S. - A Educação Física escolar e a dimensão atitudinal: conteúdos selecionados e estratégias de ensino utilizadas pelos professores

Instituição: Universidade Presbiteriana Mackenzie

Estudos recentes sobre o currículo da Educação Física na Escola têm evidenciado o predomínio da dimensão procedimental dos conteúdos. Contudo, não se pode negar que a dimensão atitudinal tem espaço marcante nas aulas, aparecendo de forma explícita ou implícita. Valores como cooperação e respeito aparecem com frequência nos discursos de professores e pesquisadores, na tentativa de transformar práticas pedagógicas que primavam pelo autoritarismo e pela exclusão, como destacaram as pesquisas produzidas durante a década de 1980. Atualmente, se argumenta sobre a necessidade de

compreender melhor como essa dimensão aparece nas aulas de Educação Física e de que forma podemos explicitar o currículo oculto. Nessa perspectiva, o presente estudo teve como objetivo verificar a presença dos conteúdos atitudinais no currículo da Educação Física Escolar, identificando valores, atitudes ou normas que os professores pretendem ensinar e quais as estratégias adotadas para viabilizar essa aprendizagem. A pesquisa, do tipo descritiva, foi realizada com a aplicação de entrevistas estruturadas com 7 professores de Educação Física. Com a análise de conteúdo das entrevistas foi possível constatar que existe uma preocupação por parte dos professores em ensinar conteúdos da dimensão atitudinal. Nas declarações apresentadas identifica-se uma ênfase no ensino de valores como respeito, honestidade, cooperação, competição, solidariedade, perseverança e outros conteúdos pertinentes a todas as disciplinas. Não foram apontados conteúdos que possam ser considerados específicos da Educação Física. Provavelmente, em sua prática pedagógica diária outros conteúdos devem ser enfatizados pelos professores, muitas vezes, sem que eles percebam. Como estratégias de ensino, os professores declaram utilizar principalmente a identificação, considerando-se como modelos ou exemplos para os alunos. No entanto, existe a necessidade de compreender que os alunos devem refletir e escolher seus valores, atitudes e normas de forma consciente, e não apenas pela imitação. Para que isso ocorra é necessário utilizar estratégias que viabilizem a internalização de atitudes, normas e valores. De forma geral, foi possível identificar que os professores têm dificuldades para explicitar os conteúdos atitudinais e estratégias de ensino presentes em suas aulas. Dessa forma, podemos concluir que, embora valores e atitudes estejam presentes no discurso e nas práticas da Educação Física, pouco se compreende sobre como essa aprendizagem acontece nas aulas. Palavras-chave: Educação Física Escolar; dimensão atitudinal dos conteúdos; estratégia de ensino.

Silva, C - A inclusão realmente ocorre na prática, em aulas de educação física?

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A INCLUSÃO REALMENTE OCORRE NA PRÁTICA, EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA? Cristina Ribeiro da Silva. Departamento de Educação Física, Instituto de Biociências, UNESP – Campus Rio Claro. A escola, como parte da sociedade, também passa pelo dilema referente ao processo de "inclusão". Porém, questiona-se o fato dela estar ou ser preparada para efetuar esta prática. Existe o "planejamento" de um processo de transformação dos ambientes físicos, porém não há indícios seguros de um trabalho adequado com os indivíduos que freqüentam ou controlam este ambiente, o que pode reverter o processo de inclusão em exclusão. Sendo a inclusão um grande tema da atualidade no âmbito da educação escolar, devido principalmente ao aumento da população que carece de cuidados especiais. Escolas e professores inadequadamente preparados precisam ter repensadas sua estrutura e formação, a fim de oferecerem um atendimento que condiga com as necessidades dessa população. É necessário que se prepare não só o ambiente físico como o social. As diferenças não devem ser apenas aceitas, mas sim valorizadas. E a Educação Física Escolar é uma grande área a ser investigada dentro desta temática, porque muitas diferenças que não são perceptíveis dentro das outras disciplinas são expostas, e em alguns casos até exaltadas, dentro desta. Fato que engrandece a necessidade de um bom preparo profissional dos professores para lidar com as diferenças, não se tornando precursores de exclusão, mas sim de inclusão. Diante desta realidade realizou-se um estudo com a finalidade de analisar como ocorre o processo de inclusão em aulas de Educação Física da rede de ensino do Município de Rio Claro (SP). Foram realizadas entrevistas com quatro Professores de Educação Física que trabalham com alunos portadores de necessidades educativas especiais nas Escolas deste Município, sendo dois participantes de cada gênero (masculino e feminino). Através deste estudo, verificou-se que existe um esforço dos Professores de Educação Física, da rede de ensino de Rio Claro, para colocar em prática a inclusão. Porém, notou-se através de suas entrevistas a necessidade do desenvolvimento de um programa de capacitação e um maior auxílio para os mesmos, pois estão faltando tanto recursos físicos como humanos na escola, além dos professores não estarem se sentindo muito preparados, e muitas vezes até com receio de trabalhar com os alunos com necessidades educativas especiais, principalmente nos casos mais graves. Contudo, estes professores estão dispostos e determinados a tentar, buscando formas de como proceder com esses alunos através de trocas de informações com outros profissionais da área e da instituição em que trabalham a fim de transformar suas práticas pedagógicas. É importante ressaltar que como o sistema educacional brasileiro apresenta grandes dificuldades em relação à disponibilidade de verbas para a formação contínua de seus funcionários, a inclusão ganha maiores barreiras ainda, pois os profissionais têm difícil acesso a cursos de capacitação e ficam restritos a trocas de informações com algum profissional que "algum dia" fez um curso de capacitação ou teve a oportunidade de desenvolver um trabalho com algum aluno com necessidades especiais. Portanto, o processo de inclusão está ocorrendo na rede de ensino do Município de Rio Claro, mesmo que de forma lenta e ainda pouco estruturada, o que torna necessário ampliar a discussão em relação à temática inclusão a fim de gerar alternativas e incentivar a criação de parcerias com diferentes tipos de instituições, reformatando a escola para que ela tenha condições de desenvolver de um trabalho "personalizado", ou seja, elaborado sobre o princípio da diversidade. E para que, na verdade, a inclusão não se torne um caminho pelo qual se exerça livremente a exclusão e a discriminação. Apoio: PIBIC/CNPq

Apoio Trabalho: PIBIC/CNPq

Silva, D.A.S.; Barreto, F.V.F - Relação entre o Consumo Máximo de Oxigênio e Composição Corporal em atletas de futebol da categoria Juniores do Estado de Sergipe

Instituição: Universidade Federal de Sergipe

Estudos relatam que uma maior capacidade aeróbica pode estar associada com uma menor quantidade de gordura subcutânea. Sendo assim, a presente pesquisa teve como objetivo verificar a relação entre o Consumo Máximo de Oxigênio e a composição corporal de atletas de futebol Juniores do estado de Sergipe. O estudo foi do tipo descritivo com um delineamento transversal, onde a mostra foi composta por 27 atletas masculinos com idade média de 18,59 ($\pm 1,31$) anos, integrantes da Associação Desportiva Confiança, cujos dados foram coletados na pré-temporada para o campeonato estadual de 2007. O Consumo Máximo de Oxigênio foi verificado através do teste de corrida de 12 minutos, determinando-se assim o VO₂ máx. Para a determinação da composição corporal foi coletado a espessura das dobras cutâneas tricipital, subescapular, supra-ílica e abdominal, calculando-se o percentual de gordura subcutânea (%G). Determinou-se como variável independente o VO₂ máx. e como dependente o %G. Utilizou-se da estatística descritiva para expressar os dados e para explicar a influência de uma variável sobre a outra fez uso da regressão linear simples, com um nível de significância de 5%. O VO₂ máx. teve um valor médio de 46,59 ($\pm 6,07$) ml/kg/min. Já o %G teve uma média 11,93 ($\pm 2,70$). As duas variáveis apresentaram uma relação linear significativa ($F = 4,82$, $p = 0,038$), onde 12,8% da variabilidade no %G pôde ser explicado pelo VO₂ máx, ou seja, para cada aumento em uma unidade do VO₂ máx. dos atletas Juniores o percentual de gordura diminuiu em média 0,18%. Com isso, concluiu-se que o consumo máximo de oxigênio explica uma parte da variação do %G subcutâneo em atletas de futebol Juniores do estado de Sergipe, embora esta variação seja pequena. Palavras-Chave: Atletas; percentual de gordura; VO₂ máx.

Silva, D.A.S.; Silva, C.G.S; Souza, C.A. - Prevalência de Sedentarismo entre Universitários da área de saúde da cidade de Aracaju-SE

Instituição: Universidade Federal de Sergipe

A prática regular de atividade física apresenta uma relação inversa com risco de doenças crônico-degenerativas e tem um efeito positivo na qualidade de vida das pessoas. Países desenvolvidos, por meio de instituições e organizações, têm concentrado seus esforços na área da saúde pública na prevenção de várias doenças não-transmissíveis. Para tanto, tem sido dada ênfase à redução do sedentarismo, mediante planos de adoção de atividade física regular para melhoria da saúde individual e coletiva em todas as idades. Assim, o presente estudo teve como objetivo verificar a prevalência de sedentarismo entre estudantes universitários da área de saúde da cidade de Aracaju-SE. O estudo caracteriza-se como descritivo transversal, cuja amostra foi composta por 120 estudantes (53 homens e 67 mulheres) dos cursos de Educação Física, Enfermagem e Fisioterapia de instituições de ensino superior da rede pública e privada da cidade de Aracaju-SE, com uma média de idade de 21,43 ($\pm 2,07$) anos. Para coleta de dados utilizou-se do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão curta. Para análise dos dados usou a estatística descritiva e o teste qui-quadrado para verificar associação do sedentarismo entre os gêneros, com um nível de significância de 5%. A prevalência de sedentarismo na amostra considerada foi de 43,3%, onde destes 57,7% são do sexo feminino. Em toda a amostra 40% foram considerados insuficientemente ativos, 11,7% ativos e 5% muito ativos. Quando realizado o teste qui-quadrado não se verificou associação entre sedentarismo e sexo ($X^2 = 0,13$, $p = 0,72$). Com isso, conclui-se que o sedentarismo se fez presente entre universitários da área de saúde da cidade de Aracaju-SE, contudo esta prevalência não se associou com o gênero dos estudantes. Palavras-chave: sedentarismo; atividade física; universitários.

Silva, D.A.S.; Silva, R.J.S. - Correlação entre força de membros superiores, gordura subcutânea e perímetro de braço em idosas de grupos de convivência da cidade de Aracaju-SE

Instituição: NUPAFISE/DEF/UFS

A força é uma variável neuromuscular que está associada com o número de fibras musculares. Uma maior quantidade de fibras reflete numa maior força e consequentemente em um maior tamanho do músculo, porém o segmento corporal onde está o músculo apresenta também uma porcentagem de gordura subcutânea que pode mascarar o real tamanho do músculo, visto que métodos indiretos de avaliação da circunferência do segmento corporal não isolam a parte muscular da gordura subcutânea. Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo correlacionar a força de membros superiores com a gordura subcutânea e o perímetro do braço em idosas de grupos de convivência da cidade de Aracaju-SE. O estudo caracterizou-se como descritivo transversal e a amostra foi composta por 155 idosas de 60 a 88 anos ($69,04 \pm 6,71$). Avaliou a força de membros superiores através do teste de flexão de cotovelo em 30 segundos, o perímetro do braço foi verificado com uma fita métrica e a gordura subcutânea foi verificada através da espessura da dobra cutânea bicipital através de um adipômetro. Para análise dos dados realizou o teste de Kolmogorov-Smirnov para verificar se os dados apresentavam uma distribuição normal, como isto não foi evidenciado utilizou a correlação de Spearman para verificar o grau de associação entre as variáveis. Todas as análises respeitaram o nível de significância de 5% ($p \leq 0,05$). As idosas apresentaram uma média de 13,43 ($\pm 3,68$) repetições para o teste de flexão de cotovelos, já para a espessura da dobra cutânea bicipital a média em milímetros foi de 17,22 ($\pm 7,79$), e o perímetro do braço apresentou uma média de 30,51 ($\pm 3,74$) cm. Só foi observada uma correlação significativa entre o perímetro do braço e a espessura da dobra cutânea ($p=0,00$; $r=0,663$). Assim, verificou-se que a força de membros superiores das idosas desta amostra não se associou nem com a gordura subcutânea do bíceps nem com o perímetro do braço e que a circunferência deste membro se associa de forma moderada com a quantidade de gordura que ele tem. Palavras-chave: idosas; força; gordura.

Silva, D.A.S; Barreto, F.V.F - Comparação da capacidade aeróbica e variáveis neuromotoras de uma equipe de futebol categoria sub-20 em duas pré-temperadas

Instituição: NUPAFISE/DEF/UFS

A capacidade aeróbica e as variáveis neuromotoras são variáveis imprescindíveis para um esporte como o futebol, ainda mais quando tratamos de uma equipe de alto rendimento. Tais valências quando bem treinados podem fazer diferença na decorrer da partida, visto que uma equipe bem condicionada terá mais chances de acertos do que seu oponente. Por isso que o diagnóstico do condicionamento físico de uma equipe de futebol torna-se relevante, ainda mais quando realizado em dois anos diferentes. Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo comparar a capacidade aeróbica e as variáveis neuromotoras de uma equipe de futebol do Estado de Sergipe categoria sub-20 em duas pré-temperadas. O estudo de caráter comparativo tem um delineamento transversal. A amostra foi composta por 52 atletas masculinos da Associação Desportiva Confiança, categoria sub-20, sendo que 26 atletas dizem respeito à avaliação realizada na pré-temperada para o campeonato estadual do ano de 2006 (G1) e os outros 26 jogadores são da pré-temperada de 2007 (G2). O G1 apresenta uma média de idade de 18,58 ($\pm 1,06$) anos e o G2 18,96 ($\pm 1,15$) anos. Para verificar a capacidade aeróbica realizou-se o teste de corrida de 12 minutos e para as variáveis neuromotoras realizou-se o teste de flexibilidade (sentar e alcançar), flexão de braços e flexão abdominal. Os dados estão expressos em média e desvio-padrão e realizou-se o teste t para amostras independentes, com um nível de significância de 5%. O $VO_{2máx.}$ do G1 foi de 50,80 ($\pm 4,25$) ml.Kg.min. e o do G2 foi de 46,66 ($\pm 6,18$) ml.kg.min.. Para a flexibilidade o G1 apresentou uma média de 36 ($\pm 6,73$) cm e o G2 36 ($\pm 6,37$) cm. Na flexão de braços o G1 teve um valor médio de 24,77 ($\pm 5,89$) repetições e o G2 29,96 ($\pm 8,32$) repetições. Já para as repetições abdominais o G1 apresentou uma média de 47,12 ($\pm 8,99$) e o G2 40,73 ($\pm 8,29$). O G1 apresentou valores superiores estatisticamente para a capacidade aeróbica, flexão de braços e flexões abdominais. Com o estudo pode-se concluir que o plantel de 2006 iniciou a temporada melhor fisicamente do que o plantel do campeonato de 2007. Palavras-chave: futebol; capacidade aeróbica; variáveis neuromotoras.

Silva, JF; Pessoa Filho, DM - Proposição de intervalos mínimos entre séries no exercício resistido com cargas sub-máximas

Instituição: Depto. Educação Física, FC - UNES/Bauru

As pausas, entre séries de exercícios de força, visa restaurar os substratos do metabolismo imediato, bem como os elementos neuromusculares responsáveis pela transmissão do impulso nervoso, despolarização da sarcolema e o acoplamento das proteínas contráteis. O tempo de ressíntese de 50 a 100% destes elementos tem sido estimado entre 30 a 300s, respectivamente. Portanto, este intervalo de tempo é recomendado para a recuperação muscular, principalmente entre exercícios com pesos, variando conforme a intensidade relativa da carga, ou o objetivo proposto. O presente estudo visou diagnosticar o intervalo mínimo de pausa necessário para manter o rendimento de repetições entre séries do exercício de extensão dos joelhos (cadeira romana), com cargas submáximas, cujo limite máximo é de 80%1RM. Dez indivíduos

participaram das avaliações de carga máxima (1RM) na cadeira extensora e do teste de repetições máximas (RM – considerado o rendimento de repetições) nas cargas de 65, 70, 75 e 80% de 1RM. Os indivíduos apresentavam idade de $27 \pm 4,76$ anos, peso corporal de $66 \pm 11,94$ Kg e estatura de 171 ± 9 cm. O protocolo experimental foi delineado com sessões executadas em intervalos de 24 horas de pausa, constituídas por duas séries de repetições em um mesmo percentual e com pausas, progressivamente, reduzidas em 30s até que se ultrapasse um rendimento inferior a 20% em relação ao número de repetições de referência para a carga observada. Esse procedimento foi adotado para cada carga. A pausa mínima, em cada percentual de carga, foi determinada por regressão simples, pelo método dos quadrados mínimos, sendo considerada aquela que permite um rendimento de 20% inferior ao máximo previsto para cada percentual de carga analisado. Para os percentuais de 65, 70, 75 e 80% de 1RM, foram observados valores de carga de $43,2 \pm 8,13$ Kg, $48,8 \pm 8,47$ Kg, $52,4 \pm 9,18$ Kg e $56,1 \pm 9,80$ Kg, respectivamente; sendo a referência do número de repetições (rendimento) máximas nestas cargas de $18,9 \pm 2,38$; $15,9 \pm 1,6$; $13,5 \pm 1,35$ e $11,4 \pm 1,26$ respectivamente. Valores mínimos de pausa foram de $126,68 \pm 21,55$ s; $109,15 \pm 26,55$ s; $131,50 \pm 22,73$ s e $137,45 \pm 10,31$ s para as intensidades relativas a 65, 70, 75 e 80% de 1RM. Verifica-se que o intervalo de tempo entre 100 e 140 segundos é o suficiente para assegurar um rendimento adequado ao exercício com cargas consideradas submáximas.

Silva, L. H.; Carvalho, M. J. - A criança e o brincar: um recurso pedagógico no ensino da capoeira

Instituição: Faculdades Integradas Fafibe

A capoeira, sobre o seu valor cultural e histórico, envolve toda uma história do negro em sua chegada aqui no Brasil como escravo. Pode ser considerada uma manifestação folclórica e artística, podendo ser praticada como forma de exibição, competição ou, simplesmente, como uma opção de atividade física ou lazer. Ela apresenta movimentos específicos, onde há uma efetiva exploração das capacidades motoras e psíquicas dos seus praticantes. Considerada como um esporte de ascensão, pode ser encontrada nos mais diversos segmentos sociais, tais como: centros comunitários, associações, clubes esportivos, escolas, universidades, além das inúmeras academias. Além de atingir diferentes níveis sociais, a capoeira está sendo praticada por pessoas de todas as idades, possuindo um público significativo de crianças. Uma das estratégias para envolver as crianças em atividades esportivas é a utilização de jogos e brincadeiras. A literatura nos mostra que há duas formas de se utilizar o jogo: a primeira seria utilizá-lo como um meio, ou seja, utilizar o jogo para se atingir um objetivo; e a segunda maneira seria utilizá-lo com um fim em si mesmo. A utilização adequada dos jogos e brincadeiras pode proporcionar um ambiente alegre, descontraído e criativo, contrário ao ambiente do treinamento rígido e precoce, o qual pode trazer grandes prejuízos psicológicos, principalmente para as crianças. Dentro deste contexto da utilização das brincadeiras e jogos como forma pedagógica no ensino das habilidades motoras, este estudo teve como objetivo verificar se jogos e brincadeiras são utilizados como estratégias pedagógicas no ensino da capoeira. Além disso, em específico, verificar quais são as brincadeiras mais usadas, com que finalidade e qual a frequência. Por último, analisar o perfil profissional dos “professores” de capoeira, relacionando a sua formação com a forma de utilização das estratégias pedagógicas no ensino da capoeira. Para o desenvolvimento do estudo foi aplicado um questionário semi-estruturado com 11 perguntas em 20 professores de capoeira do estado de São Paulo, com faixa etária de 20 a 44 anos e tempo de prática esportiva de 05 a 32 anos de capoeira. Os dados foram coletados no Campeonato Paulista de Capoeira de 2006. Através desta pesquisa pôde-se perceber que os professores entrevistados se utilizam frequentemente dos jogos e brincadeiras no ensino da capoeira, utilizando-se destas atividades lúdicas com diversas finalidades. Em relação às brincadeiras mais utilizadas houve um empate entre as do tipo tradicional que tem um fim em si mesmo, e as do tipo adaptadas, que tem como finalidade facilitar a aprendizagem de determinadas habilidades motoras através de um educativo. Em relação a análise da formação profissional, constatou-se que os profissionais inscritos no Conselho Regional de Educação Física (CREF) usam uma metodologia de ensino mais adequada, utilizando-se das atividades lúdicas de forma mais coerente. Já os profissionais sem o CREF, na sua maioria, não dividem as turmas por faixa etária e dão ênfase ao treinamento das técnicas da capoeira. Em relação aos profissionais provisionados, pôde-se observar que os cursos de capacitação do CREF tiveram alguma influência na qualidade do trabalho dos mesmos, pois observou-se uma metodologia mais adequada em relação aos instrutores não credenciados no CREF. Dessa maneira, verificamos que os jogos e brincadeiras são utilizados no processo de ensino-aprendizagem da capoeira. Além disso, ficou evidente que a associação de atividades lúdicas e a prática da capoeira é um meio eficaz e adequado como estratégia para o desenvolvimento global das crianças, tendo como principal objetivo o desenvolvimento das mais variadas capacidades do ser humano e não o treinamento precoce da criança, desde que trabalhada por profissionais qualificados.

Silva, L. H.; Martins, R. P. S. - A influência do treinamento do karatê sobre a flexibilidade infantil

Instituição: Faculdades Integradas Fafibe

No decorrer da vida, o indivíduo tende a reduzir o nível de sua flexibilidade por fatores comportamentais como o sedentarismo ou pelo processo natural de envelhecimento do ser humano. A infância é o período desenvolvimental em que o ser humano apresenta altos níveis de flexibilidade. Dessa maneira, o treinamento da flexibilidade nesta fase teria como objetivo a manutenção para retardar os processos de degeneração desta capacidade física. Entretanto, as mudanças ocasionadas em nossa sociedade em detrimento da modernidade, tem levado as nossas crianças a apresentarem um padrão de vida cada vez menos ativo, influenciando de forma negativa o desenvolvimento desta importante capacidade física. Sendo assim, é de suma importância o incentivo á pratica de atividade física na infância, com o objetivo de manter ou desenvolver melhores níveis de flexibilidade nesta fase do desenvolvimento humano. Os profissionais de atividade física devem se aproveitar das diversas formas de manifestação motora na infância para propiciar o bom desenvolvimento das capacidades físicas. As modalidades de artes marciais estão dentro destas formas de expressão corporal e, normalmente, são muito bem aceitas pelas crianças. A flexibilidade é uma capacidade física muito requisitada para o bom desempenho do praticante de Karatê, sendo o quadril o sistema articular mais exigido, pois é mobilizado e requisitado para o auxílio de quase todos os movimentos e golpes do Karatê. Seria o Karatê uma atividade adequada na infância com o intuito de desenvolver bons níveis de flexibilidade? Com o objetivo de responder a esta questão, foi analisada a influência do treinamento de karatê sobre a flexibilidade do quadril de crianças de 8 a 11 anos da organização não governamental “Instituto Criança Olímpica da Cidade de Barretos”. Após o processo de seleção dos participantes do estudo e assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido pelos responsáveis das crianças, foi realizado o pré-teste que constou da avaliação da flexibilidade através de uma adaptação do teste de sentar e alcançar em 10 crianças com idade entre 8 e 11 anos, sendo 5 do sexo masculino e 5 do sexo feminino. No protocolo do presente estudo, o avaliado permanecia em pé sobre uma cadeira. A partir desta posição deveria flexionar o tronco o máximo possível, mantendo os braços e pernas estendidas. A linha de contato dos pés com a cadeira era o ponto zero. Foi medida a distancia dos dedos da mão em relação ao ponto zero. Quando a mão estava a cima do ponto zero o valor anotado era negativo e quando abaixo positivo. Foram realizadas três tentativas sendo utilizada somente para análise o melhor resultado. Após o pré-teste foi dado início a intervenção, que constou de 3 meses de treinamento do Karatê, com frequência de duas sessões por semana, com uma hora de duração cada. Após a intervenção foi realizado o pós-teste, seguindo o mesmo protocolo do pré-teste. Para análise estatística foi aplicado o teste T de Student para amostras pareadas com nível de significância de $p < 0,05$. Os resultados mostraram um aumento significativo na média da flexibilidade das crianças, $p < 0,008$, sendo a média da flexibilidade no pré-teste de $1,8 \pm 4,4$ cm e no pós-teste de $4,6 \pm 3,0$ cm. Considerando o objetivo deste trabalho de analisar a influência do treinamento do karatê sobre a flexibilidade do quadril de crianças de 8 a 11 anos que praticam karatê, pode-se dizer que a prática constante desta modalidade influi de forma significativa e positiva sobre a flexibilidade do quadril de crianças nesta faixa etária. Os resultados positivos deste estudo podem servir como motivação para futuras investigações, aumentando o conhecimento científico no que diz respeito as artes marciais, o que poderá incentivar os instrutores destas modalidades a busca de maior conhecimento para que possam trabalhar com maior segurança e competência.

**Silva, P.B.; Fraga, C.H.W.; Silva, S.R.D.; Cardozo, A.C.; Gonçalves, M. -
Comportamento de parâmetros eletromiográficos e cinemáticos durante teste
incremental de corrida em esteira**

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

O teste incremental de corrida em esteira tem sido amplamente utilizado para avaliação da capacidade aeróbia. Uma de suas formas pressupõe a realização da corrida em velocidades crescentes até a exaustão, de modo que seu padrão de movimento e, conseqüentemente, seu desempenho são influenciados tanto pelo desenvolvimento da fadiga quanto por alterações da velocidade. Essas alterações, comumente levam a ajustes cinemáticos, metabólicos e neuromusculares, os quais são influenciados por diversos fatores, dentre eles a fadiga muscular que, devido a sua elevada complexidade, ainda necessita de melhor compreensão. Diante destas afirmações o objetivo do presente estudo foi analisar o comportamento do sinal eletromiográfico dos músculos vasto lateral (VL), vasto medial (VM), bíceps femoral (cabeça longa) (BFCL) e gastrocnêmio porção lateral (GNL) do membro inferior direito durante a fase de contato e as variáveis cinemáticas frequência de passada (FP) e amplitude de passada (AP) em três velocidades: equivalente ao limiar anaeróbio (LAN), 15% acima e 15% abaixo. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa local, e para sua realização participaram nove voluntários do sexo masculino, fisicamente ativos, os quais foram familiarizados com o ambiente de coleta e realizaram o protocolo incremental de corrida em esteira, com velocidade inicial de 6 km.h⁻¹ e incrementos de 1 km.h⁻¹ a cada três minutos, até a exaustão voluntária. O sinal eletromiográfico dos músculos VL, VM, BFCL e GNL foi obtido por meio de eletrodos de superfície conectados ao módulo de aquisição de sinais biológicos (EMG System do

Brasil®) calibrado com frequência de amostragem de 1000Hz, ganho de 2000 vezes (20x no sensor e 100x no amplificador), filtro de passa alta de 20 Hz e filtro de passa baixa de 500 Hz; o eletrodo de referência foi posicionado sobre o processo estilóide da ulna do lado direito. Para aquisição dos dados cinemáticos foram utilizados dois dispositivos sensíveis à pressão posicionados sob o solado do calçado direito do voluntário, correspondendo à região do calcâneo e a região anterior do pé. Foram coletados 25µl de sangue arterializado do lóbulo da orelha no repouso, e durante cada pausa de, aproximadamente, 30 segundos no final de cada velocidade, para posterior obtenção do LAn. Para análise dos dados considerou-se as 10 últimas passadas de cada velocidade. Os valores de RMS (Root Mean Square) da fase de contato foram normalizados pelo valor de pico. As variáveis RMS, FP e AP foram obtidas por meio de rotina específica (Matlab). Após a verificação da distribuição normal dos dados (teste de Shapiro Wilk) utilizou-se análise de variância (ANOVA one-way) para medidas repetidas e post hoc de Bonferroni ($p < 0,05$). Os resultados encontrados demonstram que houve aumento significativo dos valores de RMS (VM e VL) e da AP na velocidade de 15% acima em relação à do LAn; do RMS (VM) e da AP e FP no LAn em relação a 15% abaixo; e do RMS (VM, VL e BF) e da AP e FP na velocidade de 15% acima em relação a de 15% abaixo do LAn. O aumento do RMS com incremento de velocidade concorda com a literatura uma vez que os músculos VM, VL e BF são os principais propulsores da corrida, e, assim, a maior solicitação desses músculos pode estar relacionada ao desenvolvimento do processo de fadiga. Embora o músculo GNL atue na fase propulsora do contato, essa função é menos evidente na corrida quando comparada aos outros músculos, o que justifica a ausência de diferenças no valor de RMS entre as velocidades. O aumento da velocidade foi acompanhado pelo aumento das variáveis AP e FP, o que confirma a relação direta entre velocidade de corrida e essas variáveis cinemáticas. Conclui-se com o presente estudo que nas velocidades do LAn e 15% acima dessa as variáveis biomecânicas analisadas se alteraram, o que sugere que as mudanças eletromiográficas e cinemáticas podem estar relacionadas tanto com o aumento da velocidade como com a alteração dos processos metabólicos.

Silva, E.; Maldonado, I.R.S.C.; Natali, A.J. - Efeitos da natação e do exercício exaustivo sobre os músculos sóleo e reto femoral de ratos Wistar

Instituição: UFV- Laboratório de Biologia Estrutural - Depto de Biologia

INTRODUÇÃO: A inflamação é a resposta imediata e inicial a um agente agressor, sendo caracterizada pelos seguintes eventos: dano tecidual; liberação de substâncias vasoativas; vasodilatação; diapedese e adesão de leucócitos. A inflamação do tecido muscular esquelético pode ser induzida pelo exercício físico, porém a severidade do quadro inflamatório depende do tipo, duração e intensidade do exercício. Acredita-se que exercícios intensos ou extenuantes, sobretudo aqueles realizados com contrações excêntricas possam causar maior dano e inflamação que os exercícios concêntricos de igual intensidade e duração. Após uma lesão muscular induzida pelo exercício, neutrófilos e macrófagos são as principais células mediadoras da resposta inflamatória no músculo. A natação é um tipo de atividade física que recruta um grande volume de massa muscular e promove extensivas adaptações nos músculos esqueléticos de ratos treinados. Porém a natação aguda em animais sedentários pode estimular a função de macrófagos. **OBJETIVOS:** Avaliar alterações histológicas, dentre elas, a incidência de fibras musculares lesadas e focos inflamatórios nos músculos reto femoral (RF) e sóleo (SO) de ratos Wistar submetidos a um exercício prolongado (natação durante 17 semanas) seguido de protocolo de exaustão (natação com aplicação de carga). **MÉTODOS:** Foram utilizados vinte e nove ratos Wistar, adultos, machos com 90 dias de idade, com peso médio inicial de 376g. Os animais foram divididos em quatro grupos: I: controle sedentário sem tratamento (n=8); II: sedentário seguido de teste de exaustão (n=7); III: 17 semanas de natação (n=7); IV: 17 semanas de natação seguido de teste de exaustão (n=7). O protocolo consistiu em natação 5 vezes/semana, 90 minutos/dia durante 17 semanas. Antes, os animais foram submetidos a um período de adaptação, nadando 10 minutos no primeiro dia, sendo, então, acrescentados 10 minutos/dia até atingir 90 minutos. Quarenta e oito horas após a última sessão, todos os animais dos grupos I e III foram sacrificados mediante inalação com éter etílico, enquanto os animais dos grupos II e IV foram submetidos a um teste exaustivo de natação suportando um peso de 4% do peso corporal fixo ao corpo. Após 48 horas do teste de exaustão, os animais dos grupos II e IV também foram sacrificados. Procedeu-se a dissecação dos músculos SO e RF, que foram fixados em paraformaldeído 4% e incluídos em historesina para obtenção de secções transversais com 2 mm de espessura. Estas preparações, coradas com Azul de Toluidina-Pironina, foram analisadas em microscópio binocular acoplado a um sistema de captura de imagens, obtendo-se dez imagens por animal, sob aumento de 20x e zoom 1.25. Para a análise histomorfométrica foi utilizado o programa Image Pro Plus (versão 4.5 para Windows 98). **RESULTADOS E CONCLUSÕES:** A avaliação histológica dos músculos SO e RF do grupo I mostrou fibras com morfologia preservada, aspecto poligonal e núcleos periféricos. Já as principais alterações identificadas nas fibras dos músculos SO e RF dos grupos II, III e IV foram: splitting, hipertrofia, vacuolização citoplasmática, infiltrados inflamatórios e ocorrência de núcleos volumosos e deslocados para a posição central da fibra. Notou-se também pequena quantidade de células inflamatórias no interstício. A frequência de fibras lesionadas nos músculos SO e RF dos grupos II, III e IV foi

estatisticamente significativa ($P > 0,05$) em relação ao grupo I, e mais intensas nos grupos II e IV, indicando que o exercício exaustivo pode se constituir num agente agressor.

Apoio Trabalho: FAPEMIG - Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais

Silva, V.; Almeida, P.B.L. - Distribuição do tecido adiposo subcutâneo: Parte I: Mulheres

Instituição: Faculdade de Educação Física da Associação Cristã de Moços de Sorocaba

A técnica de espessura de dobras cutâneas é um dos principais métodos de avaliação física. A análise desta técnica é feita através da disposição do tecido adiposo subcutâneo em várias regiões anatômicas ou em equações de regressão, a fim de prever a densidade e/ou gordura corporal. As medidas de espessura das dobras cutâneas estão alicerçadas na observação de que grande proporção da gordura corporal se encontra no tecido subcutâneo. Considerando as diferenças sexuais, quanto ao conteúdo e disposição de gordura corporal, este trabalho foi separado em duas partes. Assim, o objetivo da parte I foi analisar a disposição do tecido adiposo subcutâneo em mulheres. Uma amostra de 341 mulheres foi constituída, com idades entre 13 e 87 anos. Os sujeitos avaliados eram universitários da FEFISO e sócios da ACM – Sorocaba. Visando a maior precisão quanto à formação dos grupos etários, a idade cronológica foi determinada de forma centesimal. Os grupos etários foram formados por décadas da seguinte forma: < 19,49 (G19); de 19,50 a 29,49 (G29); de 29,50 a 39,49 (G39); de 39,50 a 49,49 (G49); de 49,50 a 59,49 (G59); > 59,50 (G60). A coleta da espessura das dobras cutâneas seguiu a padronização de GUEDES & GUEDES (1991). Nomeadamente utilizaram-se as dobras da região subescapular (SE), tricípital (TR), bicípital (BI), axilar média (AM), abdominal (AB), supra-íliaca (SI), coxa (CX) e perna medial (PM), totalizando 8 dobras cutâneas (Σ 8DC). Após a coletada das informações, cada dobra foi analisada separadamente por valores absolutos, em mm e relativos, corrigidas por cento da Σ 8DC – apresentado entre parênteses. Para a análise estatística foi utilizado média e desvio padrão, além de ANOVA one-way ($p \leq 0,05$). Seguindo a ordem de apresentação na metodologia, as dobras cutâneas apresentaram os seguintes valores para G19: 17,13 \pm 6,24 (5,58 \pm 2,03); 18,56 \pm 4,23 (11,65 \pm 1,60); 9,19 \pm 2,79 (5,72 \pm 1,26); 14,31 \pm 4,70 (8,82 \pm 1,54); 26,24 \pm 7,71 (16,25 \pm 2,45); 24,34 \pm 7,78 (14,92 \pm 2,19); 31,87 \pm 6,84 (20,10 \pm 2,96); 19,10 \pm 5,11 (12,00 \pm 2,50) e a Σ 8DC foi 160,74 \pm 36,75. Para G29: 16,37 \pm 6,24 (5,32 \pm 1,87); 18,00 \pm 5,15 (11,78 \pm 1,86); 8,33 \pm 3,30 (5,40 \pm 1,40); 13,42 \pm 5,42 (8,59 \pm 2,12); 25,72 \pm 7,73 (16,70 \pm 2,55); 23,15 \pm 8,24 (14,87 \pm 2,92); 30,47 \pm 7,53 (20,13 \pm 3,37); 18,33 \pm 6,22 (11,93 \pm 2,74) e a Σ 8DC foi 153,80 \pm 39,78. Para G39: 20,07 \pm 7,48 (11,48 \pm 2,25); 19,85 \pm 6,10 (11,58 \pm 1,98); 9,71 \pm 3,92 (5,53 \pm 1,26); 17,13 \pm 6,25 (9,79 \pm 2,04); 27,96 \pm 8,94 (16,15 \pm 2,54); 26,30 \pm 8,76 (15,07 \pm 2,56); 32,51 \pm 7,34 (19,36 \pm 3,35); 19,13 \pm 7,44 (11,06 \pm 2,81) e a Σ 8DC foi 172,65 \pm 47,34. Para G49: 22,31 \pm 8,78 (11,62 \pm 2,77); 21,42 \pm 4,82 (11,55 \pm 1,76); 11,19 \pm 3,79 (5,91 \pm 1,29); 19,50 \pm 7,34 (10,16 \pm 2,10); 30,73 \pm 8,82 (16,30 \pm 2,50); 27,61 \pm 8,81 (14,51 \pm 2,30); 32,51 \pm 7,34 (19,36 \pm 3,35); 20,39 \pm 5,45 (11,09 \pm 2,56) e a Σ 8DC foi 188,33 \pm 45,57. Para G59: 24,49 \pm 10,16 (12,94 \pm 3,30); 21,64 \pm 7,26 (11,49 \pm 1,92); 11,61 \pm 4,39 (6,18 \pm 1,44); 20,56 \pm 6,59 (11,02 \pm 2,26); 30,91 \pm 11,21 (16,27 \pm 2,87); 25,85 \pm 9,06 (13,70 \pm 3,05); 32,25 \pm 10,89 (17,36 \pm 4,23); 20,79 \pm 8,57 (11,05 \pm 3,45) e a Σ 8DC foi 188,11 \pm 56,45. Para G60: 23,04 \pm 7,08 (11,54 \pm 2,47); 23,13 \pm 4,61 (11,72 \pm 1,35); 13,26 \pm 4,55 (6,56 \pm 1,47); 22,14 \pm 7,65 (11,02 \pm 2,41); 34,31 \pm 9,25 (17,29 \pm 2,98); 27,63 \pm 8,78 (13,74 \pm 2,82); 33,49 \pm 11,37 (16,70 \pm 4,02); 22,98 \pm 7,30 (11,42 \pm 2,24) e a Σ 8DC foi 199,98 \pm 46,65. Conclui-se que em termos absoluto as dobras SE e AM apresentaram um crescimento ascendente; as dobras TR, BI, AB e PM crescem moderadamente; as dobras SI e CX não se alteram com o decorrer da idade. Porém, em termos relativos a Σ 8DC as dobras SE e AM apresentaram um aumento moderado; TR, BI, AB e PM não se alteraram; SI e CX decresceu com o advento cronológico. A Σ 8DC cresceu moderadamente.

Silveira, E; Santos, Z - Consequências fisiológicas da obesidade para a população idosa

Instituição: Unifor-MG - Educação Física

Introdução: A obesidade é um importante problema de saúde pública em países desenvolvidos e em desenvolvimento, é considerada uma epidemia global pela Organização Mundial de Saúde. Os principais fatores da obesidade são os exógenos, como estresse, sedentarismo, comportamento familiar, fatores educacionais, influência da mídia, estilo de vida, hábitos alimentares. Os baixos níveis de atividade física e uma alimentação não balanceada, são os dois fatores que mais levam as pessoas à obesidade. As consequências da obesidade são vários como Diabetes mellitus tipo II, câncer do endométrio, colelitopatias, osteoartrite, hipertensão arterial e doenças coronárias, câncer de mama, câncer de cólon. Estima-se que no Brasil a população brasileira terá cerca de 34 milhões de pessoas na faixa etária de 60 anos de idade, sendo o 6º país no

mundo em população idosa. O processo de envelhecimento está relacionado com certas doenças em determinadas faixas etárias, e a partir dos 40 anos, alguns indivíduos já apresentam alguma doença, apresentando alguma queixa de limitação funcional, quer em atividades de vida diária, quer em mobilidade, quer em quaisquer outros aspectos funcionais. Muitas pessoas idosas não praticam atividades físicas devido as influências culturais, à falta de informação e a idéias errôneas acerca do exercício, pois esta faixa etária confronta-se freqüentemente com o preconceito e a discriminação. Objetivos: Traçar o perfil do idoso obeso na cidade de Formiga, conscientizar o idoso sobre as conseqüências trazidas pela obesidade na execução das tarefas ou atividades do seu cotidiano. Metodologia População de 60 anos ou mais, atendida nos postos de saúde da rede municipal de Formiga, perfazendo um total de 30 idosos. A amostra foi estratificada em relação ao sexo e em três diferentes faixas etárias: 60 a 70 anos, 71 a 80 anos e acima de 80 anos. Os seguintes dados foram avaliados: Peso, altura, IMC, hipertensão arterial, existência de diabetes, hipercolesterolemia, hipertrigliceridemia, prática de atividade física regular, tabagismo. Resultados: 70% se encontraram na faixa de 60 – 70 anos, 20% se encontram entre 71 – 80 anos e, apenas 10% estão na faixa acima dos 80 anos. 70% eram do sexo feminino e 30% do masculino. 80% da população idosa entrevistada não pratica nenhuma atividade física e, 20% afirmam fazer algum tipo de exercício, sendo o mais comum deles, a caminhada. 60% dos entrevistados afirmaram ter feito mudanças no hábito alimentar e, muitas vezes essas mudanças ocorreram devido aos problemas de saúde adquiridos ao longo da vida. 60% disseram que já fizeram algum tratamento para emagrecer, indo desde o simples regime, até a ingestão de medicamentos que inibem o apetite. 30% tem diabetes; 40% hipertensão arterial; 20% colesterol alto; 10% relataram ter outros tipos de doenças. Ressaltando-se que todas elas são conseqüência do aumento de peso ocorrido durante a vida e do sedentarismo. Em relação as dificuldades de atividades realizadas no dia a dia pelo excesso de peso 30% têm dificuldades em caminhar; 50% sentem dificuldades em realizar atividades domésticas e outros 20% não conseguem realizar atividades que como sua própria higiene pessoal. Conclusão: Ficou constatado que a prevalência de obesidade nos idosos na cidade de Formiga está alta, sendo que alguns apresentam obesidade mais severa. Isso vem demonstrar a importância da atenção dos profissionais de saúde em relação a essa faixa etária, ressaltando a relevância de uma dieta saudável e da prática de exercícios físicos para reduzir o peso e, conseqüentemente, auxiliar nos efeitos das doenças crônicas não transmissíveis que se fazem presente nessa população, como conseqüência da obesidade. PALAVRAS CHAVE: Obesidade, idosos

Silvestre de Freitas, P.; Pereira Rosa, J.P. - A prática do Karatê para pessoas em cadeira de rodas

Instituição: Ufu-Faefi-Niafs- Depto de Educação Física

A realidade de grande parte das pessoas com necessidades educativas especiais no Brasil e no mundo revela ainda poucas oportunidades para engajamento em atividades esportivas, seja com objetivo de movimentar-se, jogar ou praticar um esporte ou atividade física regular. A prática de atividade física e/ou esportiva por pessoas com algum tipo de deficiência, pode proporcionar dentre todos os benefícios da prática regular de atividade física, a oportunidade de testar seus limites e potencialidades, prevenir as enfermidades secundárias à sua deficiência e promover a integração social do indivíduo. As atividades físicas, esportivas ou de lazer propostas as pessoas com deficiências físicas, possui valores terapêuticos evidenciando benefícios tanto na esfera física quanto psíquica. Quanto ao físico, pode-se ressaltar ganhos de agilidade no manejo da cadeira de rodas, de equilíbrio dinâmico ou estático, de força muscular, de coordenação, coordenação motora, dissociação de cinturas, de resistência física; enfim, o favorecimento de sua readaptação ou adaptação física global (LIANZA, 1985; ROSADAS, 1989 e SOUZA, 1994). Na esfera psíquica, podemos observar ganhos variados, como a melhora da auto-estima, integração social, redução da agressividade, dentre outros benefícios (ALENCAR, 1986; SOUZA, 1994; GIVE IT A GO, 2001). Dentro dos esportes adaptados já praticados pelas pessoas com deficiência, nota-se que há pouco espaço para as artes marciais, tornando-se necessário desenvolver ou adaptar-las para esta população. Em Países como a Irlanda, Japão e Portugal, já existe a prática do Karatê para cadeirantes, porém no Brasil, ainda é atividade incipiente. Nesse sentido a escolha do ensino teórico-prático do Karatê para os usuários de cadeira de rodas, justifica-se por possibilitar ao deficiente mais uma atividade física a ser praticada, melhorando e proporcionando uma melhor qualidade de vida as pessoas com deficiência através do karatê, assim como possibilitar maior conhecimento das adaptações metodológicas necessárias a profissionais da área. Dessa forma, esse estudo tem como objetivo geral, proceder uma análise das possibilidades das pessoas com deficiência, usuários de cadeira de rodas usufruírem da prática do Karatê adaptado, proporcionando aos cadeirantes uma nova modalidade esportiva, no qual irão aprender técnicas de defesa pessoal que possam ser usadas para sua segurança e qualidade de vida. A pesquisa está sendo realizada na Faculdade de Educação Física (FAEFI) da Universidade Federal de Uberlândia (UFU), a população constituir-se-á dos cadeirantes voluntários, participante da Associação de Paraplégicos de Uberlândia e do Programa de Atendimento a Pessoa com Deficiência da Faculdade de Educação Física da Universidade Federal de Uberlândia. Como instrumento de coleta de Dados, na busca de informações sobre o objeto de estudo foi utilizado questionário “Escala para medida de satisfação com a vida (NERI, 1998)” que avalia bem-estar subjetivo, indicado por satisfação referenciada a três domínios - saúde e capacidade física;

saúde e envolvimento social, do sujeito e dele próprio comparando-se com pessoas de sua idade; saúde e aspecto psicológico de cada sujeito. Realizou-se também avaliação das habilidades coordenativas, de força muscular, agilidade e dobras cutâneas, que estão sendo reavaliadas a cada dois meses. Os dados obtidos serão submetidos à análise do conteúdo e à análise estatística. Espera-se, ao final dessa pesquisa, encontrar subsídios teóricos e práticos que auxiliem os profissionais da área que queiram atuar com essa clientela, bem como perceber as possibilidades de uma nova modalidade esportiva que poderá ser praticada por pessoas com deficiência, melhorando sua qualidade de vida.

Apoio Trabalho: Prof. Dra. Patrícia Silvestre de Freitas

Silvestre de Freitas, P.; Silva, A.P.; Cristóvão Feliciano, D.; Ferreira Braga, G.; Tavares Andrade, L.; Fernandes Crosara, L. - Transtornos mentais, atividade física e qualidade de vida

Instituição: Ufu-Faefi-Niafs- Depto de Educação Física

A atividade física com acompanhamento de um profissional da área da saúde é importante para uma melhor qualidade de vida. Qualidade de vida é uma noção eminentemente humana, que tem sido aproximada ao grau de satisfação encontrado no campo objetivo e subjetivo de cada indivíduo. Pressupõe uma síntese cultural de todos os elementos que determinada sociedade considera seu padrão de conforto e bem-estar. Este tema abrange conhecimentos, experiências e valores de indivíduos e coletividades no decorrer da história, sendo, portanto uma construção social com a marca da relatividade cultural (AUQUIER et al. 1997). As atividades físicas para qualidade de vida destinada às pessoas com transtornos mentais, tem sido muito discutida no meio acadêmico. Estes transtornos referem-se a uma série de distúrbios que podem ser classificados de acordo com a causa preponderante, idade de aparecimento ou por características sintomatológicas comuns. Assim, podemos citar os transtornos mentais orgânicos, os transtornos mentais e de comportamento devidos ao uso de álcool e outras drogas, a esquizofrenia, os transtornos do humor, os transtornos alimentares, do sono, sexuais, de personalidade e transtornos próprios da infância. (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA). Estas manifestações prejudicam o desempenho da pessoa em suas atividades cotidianas, na compreensão de si e dos outros, na possibilidade de autocrítica, quanto à tolerância de problemas e de ter prazer na vida em geral. Oliveira e Rolim (2003), afirmam que as pessoas com essas síndromes exercitam-se menos, devido a alguns casos os tratamentos medicamentosos causarem uma lentificação psicomotora que comprometem a mobilidade deste pacientes. Isto leva a uma preocupação, pois os exercícios físicos podem ter uma função preventiva frente à doença mental, além de atenuar efeitos adversos de algumas drogas e também apresentarem baixo custo. (BEESLEY & MUTRIE, 1997). Segundo Broocks et al. 1997, existem estudos realizados com voluntários sadios comprovando o efeito positivo de treinamentos aeróbico frente aos sintomas de ansiedade, na auto-estima, na concentração e tolerância ao estresse. Apesar de existir pouco material científico comprovando o efeito terapêutico dos exercícios com voluntários com transtornos mentais, há evidências de que atividades físicas são efetivas em depressão moderada e na ansiedade. Neste contexto, a atividade física no âmbito da Saúde Mental, é um meio de intervenção e acaba sendo empregada por outras áreas, uma vez que o profissional que a ela compete – o da Educação Física - ainda não é reconhecido como Profissional da Área da Saúde. (ROEDER, 2003). O objetivo dessa pesquisa é avaliar as influências da atividade física na melhora da qualidade de vida do grupo com transtornos mentais que participam do projeto CAPS (Centro de atenção psicossocial), PMU (Prefeitura Municipal de Uberlândia/NIAFS (Núcleo Interdisciplinar de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde-Universidade Federal de Uberlândia). A pesquisa é realizada no campus da FAEFI - Universidade Federal de Uberlândia – UFU, 02 vezes por semana com duração de 50 min cada aula. Os instrumentos utilizados nessa pesquisa são: Ficha de informações sócio-demográficas, instrumentos de qualidade de vida SF 36 e avaliação física (IMC, dobras cutâneas, testes de coordenação, equilíbrio) que estão sendo reavaliadas a cada dois meses. Os dados obtidos serão submetidos à análise do conteúdo e à análise estatística. Espera-se, ao final dessa pesquisa, encontrar subsídios teóricos e práticos que auxiliem os profissionais da área que queiram atuar com essa clientela, bem como perceber as possibilidades de uma nova área de atuação.

Apoio Trabalho: Prof. Dra. Patrícia Silvestre de Freitas

Simões, G.; Moreira, S.; Segundo, P.; Simões, H.; Campbell, C. - Identificação do limiar de lactato no exercício resistido em diabéticos tipo 2 e não diabéticos

Instituição: Universidade Católica de Brasília - UCB

Introdução: O limiar de lactato (LL) é um parâmetro utilizado para prescrição da intensidade de exercício, e sua determinação em exercício resistido para diabéticos tipo 2 ainda não foi investigada. **Objetivo:** Identificar o LL no exercício resistido (ER) em indivíduos diabéticos tipo 2 (D) e não diabéticos (ND). **Metodologia:** 16 indivíduos do sexo masculino adaptados ao exercício resistido, sendo 8 D (46,6±13,1 anos) e 8 ND (52,0±13,2 anos) fizeram parte do estudo. Os voluntários realizaram 3 visitas na seguinte ordem: 1) avaliação cardiológica em teste incremental em cicloergômetro; 2) teste de repetição máxima (1RM) nos aparelhos leg press (LP) e supino vertical (SV); 3) teste incremental em ER para determinação visual do LL. As intensidades aplicadas nos estágios incrementais de 1 min foram de 10%, 20%, 25%, 30%, 35%, 40%, 50%, 60% e 70% da repetição máxima (1RM), ou até a exaustão voluntária; com P-2' entre os estágios para coletas L de sangue sanguíneas (adaptado de Barros et al., 2004). Coletas de 25 do lóbulo da orelha para dosagem do lactato (YSI 2.700 STAT) foram realizadas durante os 2' de pausa entre os estágios. Teste t de Student foi empregado para comparar o LL identificado nos exercícios investigados e para comparar os valores de lactato encontrados nos grupos D e ND. **Resultados:** O limiar de lactato pôde ser observado tanto em D e ND e, apesar dos ND apresentarem cargas absolutas de 1RM e de LL mais elevadas, não foram observadas diferenças entre as intensidades relativas. O comportamento da lactatemia foi similar em ambos os exercícios estudados LG e SV e em ambos os grupos. Não foram encontradas diferenças significativas entre os percentuais de 1RM em que ocorreu o LL respectivamente para D e ND, no LP (32,0 ± 5,3 e 35,0 ± 6,5) e SV (31,0 ± 9,0 e 24,4 ± 5,0). **Conclusão:** O limiar de lactato em exercício resistido pode ser determinado em indivíduos diabéticos tipo 2 seguindo protocolo de teste incremental adaptado. Em ambos os exercícios (leg press e supino vertical) e grupos, o limiar de lactato ocorreu a aproximadamente 30% 1RM. O significado desses limiares bem como sua validade para avaliação funcional e prescrição de exercícios devem ser melhor investigados. **Palavras Chaves:** limiar de lactato, exercício resistido, diabéticos tipo 2.

Apoio Trabalho: Apoio Procad-Capes/CNPQ

Simplicio, S.; Balikian, P.; Bogaz, L.; Campos, E. - Correlação do desempenho em teste de potência anaeróbia com teste de agilidade e salto vertical em jogadores de futebol profissional

Instituição: UNESP – Faculdade de Ciências e Tecnologia – Campus Presidente Prudente

O Futebol é um esporte de características intermitentes, onde jogadores, apesar de cobrirem distâncias de 8 a 12 quilômetros em uma partida, dependem de esforços de alta intensidade e curta duração como deslocamentos potentes e desempenho de “sprint” para obterem sucesso. Força e potência são tidas como qualidades físicas tão importantes quanto resistência ou desempenho do sistema cardio-respiratório, em jogadores de elite (WISLOFF et al. 2004). Em função dessa exigência motora, o grau de desenvolvimento da aptidão anaeróbia pode ser fator determinante do desempenho esportivo do jogador. Deste modo o presente estudo tem por objetivo analisar a relação dos testes de potência anaeróbia com o desempenho em testes de agilidade e salto vertical. Participaram voluntariamente deste estudo 21 jogadores profissionais de futebol de campo que atuam na primeira divisão do campeonato paulista. Os atletas apresentavam como características idade de 23,9 ± 3,4 anos, peso 76,5 ± 6,7kg, estatura de 181,2 ± 5,9cm e percentual de gordura corporal 11,2 ± 1,3 %. Foram aferidas massa corporal, estatura e percentual de gordura corporal. Os indivíduos realizaram o Rast test após aquecimento prévio de 10 (dez) minutos. Este consiste em o atleta percorrer 6 (seis) tiros de 35m na maior velocidade possível, ocorrendo um intervalo entre os tiros de 10 segundos. Para a impulsão vertical foi usado o teste de salto vertical (SV), no qual o atleta realizava extensão dos braços acima da cabeça, marcando o ponto mais distante do solo. Ao proceder o contra-movimento seguido de impulsão, tocava-se a fita localizada na parede e, conseqüentemente, era obtida a diferença entre a altura de salto e a altura ainda no solo. Foram realizadas três tentativas registrando-se somente a altura máxima atingida (cm). O teste shuttle run (SR) foi empregado como indicador de agilidade, o teste de consiste em corrida de vai e vem, com percurso de 9,14metros, apanhando 02 blocos de madeira, um por vez. A média e os desvios padrão foram calculados para todas as variáveis analisadas. Para comparações entre os dados, utilizou-se coeficiente de correlação Produto-Momento de Pearson. A significância estatística foi estabelecida em 5%. Todas as análises foram realizadas utilizando o programa SPSS, versão 10.0. Foram encontrados valores médios 7,1 ± 0,2 m/s para velocidade média (VM); 10,1 ± 1,0 w/kg para potência Pico (PP); 8,4 ± 0,9w/kg para potência média (PM); 26,5 ± 8,4 % de índice de fadiga (IF) obtidos no Rast Test, assim como o tempo total do SR de 9,0 ± 0,2s e a altura do SV sendo 53,4 ± 5,3cm. Foram observadas correlações significantes (p<0,01) entre o SR e o teste de potência anaeróbia, com exceção do índice de fadiga: VM (-0,58), PP (-0,57), PM (-0,69), e IF (0,30), significando que quanto maior a potência anaeróbia melhor o desempenho (tempo de teste) no SR. Em relação ao SV, não foram encontrados valores de correlação, sugerindo que este teste não foi sensível na detecção de desempenho na população analisada. A baixa correlação verificada entre RT e SR pode ser justificada pelo pequeno numero de sujeitos na amostra, sendo uma limitação do estudo. Outro fator limitante pode ser devido a análise homogenia do grupo uma vez

que a especificidade da função não foi respeitada. A não correlação entre RT e SV pode ser explicada pela característica do teste, com relação à exigência de diferentes vias metabólicas predominantes. Contudo, sugerimos que outros estudos sejam feitos para melhor compreensão dos mecanismos que regulam os gestos motores elucidados no presente estudo, com maior número de sujeitos, ainda subdivididos por posicionamento em campo (goleiros, zagueiros, meio-campistas, laterais e atacantes), ainda em diferentes níveis competitivos.

Soares de Alencar Mota, C. S. A. M; Ribeiro, C. R.; Aparecida Machado de Oliveira, C.A.M.O; Barros Manchado Gobatto, F.B.M.G; Gomes Araújo, G.G.A; Barbosa Araújo, M.B.A.; Mello, M.A.R. - Dislipidemia e síndrome metabólica. Modelo experimental para estudo do papel do exercício

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Introdução: Clinicamente, a síndrome metabólica, também conhecida como síndrome X ou síndrome de resistência à insulina, compreende um espectro de distúrbios. Essas alterações incluem resistência à insulina, com ou sem diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial, obesidade, dislipidemia, disfunção endotelial, entre outras. As hiperlipidemias são caracterizadas pelo aumento na concentração de lipídeos plasmáticos, resultante do acúmulo de uma ou mais classes de lipoproteínas. Os efeitos da atividade física sobre o perfil de lipídios e lipoproteínas são bem conhecidos. Indivíduos ativos fisicamente geralmente apresentam maiores concentrações circulantes de HDL colesterol e menores de triglicérides, LDL e VLDL colesterol, comparados a indivíduos sedentários. **Objetivo:** O presente estudo visa analisar características metabólicas de ratos submetidos ao tratamento neonatal com aloxana e/ou à dieta hipercalórica altamente palatável do desmame à idade adulta (120 dias), visando futuros estudos sobre os efeitos do exercício nas manifestações da síndrome. **Material e Métodos:** Foram utilizados ratos da linhagem Wistar, os quais receberam aos seis dias de idade, injeção intraperitoneal de aloxana – grupo aloxana (250mg/Kg de peso corporal); ou tampão citrato 0,01M – grupo controle. Ao desmame (28 dias), os grupos foram subdivididos conforme a dieta recebida, normoprotéica (17% proteína) ou hipercalórica, compondo 4 grupos: Aloxana (A); Aloxana Hipercalórica (AH); Controle (C) e Hipercalórica (H). Foram analisados área sob a curva de peso corporal (g x 16 semanas) e concentrações séricas triglicérides (mmol/L), colesterol total (mmol/L), colesterol HDL (mmol/L) e AGL (µEg/L). **Resultados:** os dados da área sob a curva do peso corporal mostram que a dieta hipercalórica foi eficiente em induzir aumento do peso corporal (C = 3648,7 ± 212,4; H = 3841,4 ± 326,5; A = 3258,3 ± 202,2 e AH = 3693,4 ± 326,8) enquanto que os animais que receberam aloxana e dieta hipercalórica apresentaram as maiores concentrações séricas de colesterol total (A = 2,5 ± 0,4, AH = 3,3 ± 0,4, C = 2,1 ± 0,4 e H = 2,1 ± 0,4). Não houve diferença entre os grupos quanto ao colesterol HDL sérico (C = 1,6 ± 0,4; H = 2,2 ± 0,5; A = 2,0 ± 0,5 e AH = 1,9 ± 0,0). As concentrações séricas de ácidos graxos livres foram significativamente maiores no grupo que recebeu dieta hipercalórica (H = 345,5 ± 93,0) em relação aos grupos controles (C = 254,7 ± 81,4) e Aloxana Hipercalórica (AH = 268,7 ± 75,6). Não houve diferença entre o grupo aloxana (A = 229,0 ± 48,1) e os demais grupos. O grupo aloxana apresentou menores concentrações de triglicérides no soro em comparação ao grupo controle (A = 0,8 ± 0,2; C = 1,1 ± 0,3) enquanto que a associação entre dieta hipercalórica e aloxana elevou os valores de triglicérides em relação ao grupo que recebeu somente aloxana (H = 1,2 ± 0,3; AH = 1,2 ± 0,4). **Conclusão:** A associação entre aloxana e dieta hipercalórica pode causar alterações como aumento do peso corpóreo, do colesterol total e dos triglicérides séricos, características presentes na síndrome metabólica. Portanto, esse modelo pode ser útil no estudo dos efeitos do exercício nas manifestações da referida síndrome.

Apoio Trabalho: Apoio financeiro: CAPES e CNPq

Souza, C. P. - Projeto educando pela diferença e para a igualdade: nas aulas de Educação Física Escolar

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

O projeto Educando pela diferença e para a igualdade é um Programa da Secretaria de Educação do Estado de São Paulo. Este programa foi implantado na Escola Estadual Antonio de Oliveira Bueno Filho, onde temos alunos que freqüentam da primeira a quarta série do Ensino Fundamental, na forma de projeto da escola, onde houve um apoio da direção da escola, da coordenadora pedagógica, além de um envolvimento de todos os docentes. Os objetivos específicos destes projetos durante as aulas de Educação Física foi valorizar as diferenças de cada indivíduo. Pois as aulas de Educação Física por permitirem que os alunos se expressem, mais livremente, fornece em algumas situações e discussões importantes a respeito

deste tema, que caso não tenham um espaço para reflexão, se tornarão futuramente situações de preconceito, discriminação e exclusão. É neste componente curricular que fica mais explícito diferenças relacionadas à obesidade, a habilidade, a estética, gênero, religião, além do racismo que fica velado e aparece na forma de apelidos pejorativos e xingamentos. O desenvolvimento deste projeto nas aulas de Educação Física ocorreu da seguinte forma: inicialmente foram banidos desta aula todo e qualquer tipo de apelido, após uma conversa com todos os alunos e durante as aulas não houve separação por gênero durante as atividades, ou seja, meninos e meninas fizeram as atividades conjuntamente. Na segunda parte, as aulas foram programas para discussões a respeito da consciência corporal, o que reflete a situações ligadas à obesidade, estética e habilidade, nestas aulas com a ajuda das atividades houve uma explicação das diferenças existentes de cada ser humano. Na terceira e última parte que funcionou integrada com as outras, no decorrer das aulas, quando ocorria, alguma situação de discussão sobre diversidade, a aula era paralisada para que houvesse uma discussão entre todos os alunos sobre o fato. Sendo assim, discutimos um pouco a respeito de religião sem entrar nas questões de valores, a respeito de racismo e sexismo. Concluímos que não é fácil lidar com este tema ainda mais com alunos dessa faixa etária, pois muitas vezes eles agem sem a intenção de ofender, ou apenas refletem uma mensagem negativa que vem sendo passada de geração em geração. Porém, a escola é um lugar de formação de cidadãos, e este tema também faz parte do processo de ensino – aprendizagem, não é fácil, porém também não devemos fechar os olhos e fingir que nada disso ocorre, são necessárias pequenas ações de informação para que tenhamos uma sociedade mais justa futuramente, onde não seja necessário uma discussão para que haja respeito com as diferenças.

Apoio Trabalho: Diretoria de Ensino de Araraquara

Souza, C. P. - Esporte sim, performance não: na Educação Física Escolar

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Diferente da Educação Física pós 64, que era uma Educação Física Competivista, que visava uma hierarquização e elitização social, e seus fundamentos principais são a competição e a superação de recordes. Nesta época o desporto ficava reduzido a desporto de alto nível e a prática desportiva é massificada visando medalhas olímpicas. A mídia interferia com doses exageradas de desporto-espetáculo o que faz a exposição da ideologia dominante. Sendo assim, o esporte nesta época visava primordialmente o desempenho, e as escolas funcionavam como base, onde buscavam novos talentos, ou seja, a mesma era tida como berço de novos atletas. O que fez com que nos tempos atuais houvesse um pré - julgamento sobre a prática do esporte nas aulas de Educação Física Escolar, pois muitos queriam banir sua existência nessas aulas, pois achavam que sua prática, preconizava a utilização do desempenho físico para avaliar um aluno. O objetivo desse estudo foi iniciar os alunos da quarta série do Ensino Fundamental, de três escolas diferentes na prática esportiva, onde os mesmos obtiveram conhecimentos técnicos, táticos e histórico de alguns esportes, durante o período de dois bimestres uma aula por semana. Mas, durante as aulas não visamos uma esportivização na escola e muito menos uma busca de desempenho das ações dos alunos. Utilizamos para nossas aulas os esportes basquetebol e voleibol, valorizados anteriormente na cidade de Araraquara. Procuramos apresentar e ensinar de forma criativa, objetiva e lúdica, estes esportes que fazem parte da vida das crianças devido a influencia da mídia e forte tendência culturais da sociedade; buscando que os mesmos conseguissem obter o máximo de conhecimento sobre cada modalidade esportiva apresentada. Efetuamos as aulas da seguinte maneira: no caso do basquetebol, os alunos construíram sua regra e seu jogo, depois foram sendo acrescentadas às regras do esporte oficial, porém isso foi um levantamento histórico dos alunos e uma busca de solução de problemas na hora de execução do jogo. Já com o esporte voleibol, utilizamos a estratégia de evolução do esporte; inicialmente os alunos inventaram sua origem e no decorrer das aulas foram obtendo o conhecimento da origem do esporte e das regras durante um processo de evolução do mesmo. Concluímos com o encerramento das modalidades, que os alunos conseguiram absorver várias informações e pequenos detalhes destas modalidades esportivas, com os trabalhos finais de cada um, além disso, a forma como foram ministradas as aulas, incentivou a participação e envolvimento de todos os alunos. Com isso, conseguimos atingir nossos objetivos que era trabalhar o esporte nas aulas de Educação Física de uma série inicial do Ensino Fundamental.

Apoio Trabalho: Diretoria de Ensino de Araraquara

Souza, C.N; Anaruma, C.A.; Anaruma, C.P; Mazzeo, R.T. - A creatina como agente hipertrófico. Estudo no músculo gastrocnêmio de ratos exercitados submetidos à suplementação de monidrato de creatina

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Os atletas de elite, recreacionais e de academias, tem feito, cada vez mais, uso do monidrato de creatina como suplemento, com finalidade ergogênica ou estética. Até o momento, no entanto, pouco se sabe sobre os efeitos desta suplementação sobre o aumento da massa muscular. Deste modo, procuramos quantificar morfometricamente e comparar, no músculo gastrocnêmio, a área da secção transversa dos diferentes tipos de fibras musculares, quando submetidas a um protocolo de treinamento aeróbio de alta intensidade aliado ao uso de monidrato de creatina como suplemento alimentar. Foram utilizados 20 ratos Wistar machos, com 80 dias de idade separados em quatro grupos: sedentário sem suplementação de creatina (S), sedentário com suplementação de creatina (SC), treinado sem suplementação de creatina (T) e treinado com suplementação de creatina (TC). A suplementação de creatina foi realizada, na segunda semana de treinamento, via orogastrica de uma solução de 1,428 g/Kg de peso do animal de creatina em 25,71 g/Kg de peso do animal de um carboidrato, a maltodextrina, diluídos em 2 ml de água potável. O protocolo de treinamento executado 5 vezes por semana durante 4 semanas, foi de 4 séries de 10 minutos com carga equivalente a 10% da massa corporal do animal. O final de cada série era combinado com um minuto com carga equivalente a 20% da massa corporal do animal. Para a análise qualitativa e identificação dos tipos de fibras realizou-se cinco tratamentos histológicos, sendo eles coloração com H/E, ATPase pré-incubada em pH 9.4, 4.6 e 4.3 e NADH – TR que permitiu diferenciar as fibras do tipo I, fibras do tipo IIa e fibras do tipo IIb. Os resultados obtidos da observação morfológica nos cortes corados pelas técnicas H/E e NADH-TR mostraram que as fibras do músculo gastrocnêmio tinham aparência normal com tamanho e contornos poligonais bem definidos. Em alguns animais sedentários tratados com creatina, pode ser observado alteração na rede intermiofibrilar, que pode estar relacionado à retenção hídrica provocada pelo aumento nas concentrações de creatina total ou a um mau tamponamento do seu citoplasma devido ao acúmulo de ácido láctico. Também foi possível observar fibras de pequeno diâmetro entre as fibras de diâmetro normal. Estes achados sugerem hiperplasia do tipo “splitting”. Nos cortes submetidos à reação histoquímica para NADH-TR, observou-se nas fibras de diâmetros menores alta capacidade oxidativa e reação forte e, fibras que demonstraram reação fraca com baixa capacidade oxidativa, porém de diâmetros maiores, além de fibras com reação e diâmetro intermediário. Nas lâminas submetidas à reação pela ATPase miofibrilar pré-incubada em pH 9.4 pudemos reconhecer e diferenciar as fibras Tipo I, de contração lenta, das fibras Tipo IIa e IIb de contração rápidas. Para a análise quantitativa consideramos o número de fibras por unidade de área, e a medida da área secção transversa das fibras musculares. Os resultados foram comparados estatisticamente modelo TWO-WAY do tipo fatorial nos procedimentos GLM do SAS para a variável área e teste de TUKEY com $p < 0,05$. Em porcentagem de fibras presentes por unidade de área, pode-se notar que nos grupos S e T não existe predomínio de nenhum tipo de fibra enquanto que nos grupos que ingeriram creatina observou-se uma diminuição das fibras do tipo IIa e aumento de fibras IIb, sugerindo uma interconversão de fibras. Os dados relativos à medida da área da secção transversa mostraram que as fibras do tipo I, IIa e IIb são significativamente menores no grupo SC (1745+-275, 2696+-479 e 3496+-536) quando comparadas com o grupo S (1929+-310, 2922+-686 e 388+-866) e T (2338+-594, 3367+-876 e 5003+-1509). As fibras do grupo T são maiores quando comparadas ao grupo S e as fibras do grupo T e TC (2203+-522, 3452+-692 e 4505+-1006) não apresentaram diferença. Assim, concluímos que o protocolo adotado foi suficiente para produzir adaptações hipertróficas, além de discretas interconversões de fibras e hiperplasia.

Souza, E. A. C.; Moraes, F. C. C. - Brinquedo artesanal: produção e utilização pedagógica no contexto da educação infantil

Instituição: UFMS - Depto de Educação Física

A brincadeira é uma das mais antigas formas de prática humana, é um processo social dos mais expressivos e a criança na infância muitas vezes se manifesta por ela expressando seus sentimentos e modos de ser. Para realizá-la a criança, de modo significativo, utiliza o brinquedo, introduzido pelo ser adulto, ou criado com seus próprios recursos. No meio educacional da Educação Infantil o brinquedo tem sido inserido com diferentes fins, quer seja como forma de criar um ambiente próprio ao ser criança, quer seja como um recurso pedagógico. Neste ínterim realizou-se este estudo com o objetivo de investigar o uso do brinquedo artesanal como recurso pedagógico no contexto escolar, considerando a utilização de materiais recicláveis para sua confecção, a vinculação do processo de construção e uso do brinquedo com os objetos de conhecimento e aprendizagem escolar, e a utilização deste pelo professor. Para pesquisar de dentro do contexto educacional, realizou-se uma pesquisa de natureza descritiva (qualitativa), numa instituição de Educação Infantil da rede pública no município de Campo Grande-MS, utilizando-se como instrumentos de investigação a entrevista semi-estruturada com professoras da Educação Infantil da respectiva instituição. Interpretando as informações, constata-se que a atividade desenvolvida com o brinquedo artesanal confeccionado com materiais alternativos favorece o desenvolvimento de resultados significativos ao longo do currículo, promovendo na sala de aula momentos criativos. As análises das entrevistas indicam que a atividade de criação de brinquedos é muito valiosa para o desenvolvimento infantil. O criador de brinquedos é um intérprete das necessidades, das curiosidades, dos interesses da criança, possibilitando o uso da imaginação, inteligência e motivação, bem como os momentos de compartilhamento e troca entre as crianças. O uso dos

brinquedos envolve atividades espontâneas, prazerosas e criadoras da criança. Os brinquedos fazem com que as crianças compreendam que o mundo está cheio de possibilidades e que eles, brinquedos, simbolizam as oportunidades de expansão da criatividade do homem. Conclui-se que atividade de uso e criação de brinquedos é valiosa para o desenvolvimento infantil e aprendizagem escolar.

Souza, E. M.; Moraes, F. C. C. - Jogos, brinquedos e brincadeiras: análises educativas no contexto da educação infantil

Instituição: UFMS - Depto de Educação Física

O universo infantil é marcado pelas livres e autênticas manifestações do brincar da criança, no qual encontramos os jogos, brinquedos e brincadeiras fazendo parte da sua vida. A criança ao realizar estas práticas desenvolve, entre outras, capacidades de ordem motora, cognitiva e afetiva, além de aprendizagens sociais. Na brincadeira ela se defronta e experimenta situações novas ou mesmo do seu cotidiano e faz do brincar um meio de comunicação, de prazer e satisfação, bem como de conhecer os ambientes físicos, naturais e sociais em que vive. Através dos jogos e brincadeiras a criança está em mediação direta com o mundo que a cerca. Neste sentido este estudo tem como objetivo investigar o brincar no contexto da Educação Infantil, considerando o desenvolvimento infantil, o brincar infantil, e a aprendizagem escolar. Para investigar o contexto escolar, realizou-se uma pesquisa de natureza qualitativa, caracterizando-se num estudo de caso, em um Centro de Educação Infantil no município de Campo Grande-MS. Como instrumentos de investigação utilizou-se a entrevista semi-estruturada com as professoras da instituição pesquisada. Interpretando as informações constata-se que os jogos, brinquedos e brincadeiras fazem parte do cotidiano da criança e são reconhecidos pelas professoras investigadas como importantes recursos educativos na Educação Infantil, constituindo-se em meios para favorecer o seu desenvolvimento. É necessário haver uma infinidade de meios envolvendo o brincar para que a criança possa desenvolver sua capacidade de criar e aprender. Conclui-se que a instituição de Educação Infantil é um espaço rico de experiências onde podem ser utilizados os jogos, brinquedos e brincadeiras para o desenvolvimento e aprendizagem infantil.

Souza, G.B.; Rubio, K.; Cardias, F.J. - Relações entre bushidô e areté e o desenvolvimento do fair play

Instituição: USP - EEFPE - Centro de Estudos Socioculturais do Movimento H

O objetivo deste trabalho é relacionar os códigos de ética, existentes em lugares e tempos diferentes; bushidô, areté e fair play. Utilizando levantamento bibliográfico sobre os conceitos, com uma perspectiva histórica deles, relacionam-se os princípios que fundamentam os três códigos de ética. Apontando sobre as transformações ocorridas no esporte contemporâneo ao longo do século XX e as perspectivas dos desdobramentos futuros. O esporte reflete a forma como a sociedade vem se organizando, espelhando as diferenças entre Estados, povos e classes sociais, as artes marciais podem ser também interpretadas com mesmo significado, ambos possuindo gêneses relacionadas, possibilitando a compreensão do significado do esporte contemporâneo a partir da fusão entre essas manifestações. Através desses grandes movimentos tem se estabelecido um campo de estudo nos aspectos educativos e socioculturais, aqui utilizaremos os valores morais. Estes movimentos congregam valores originais como o elemento integrador mente-corpo e a função educativa, apesar dele também se adequar à cultura contemporânea, valorizando a competição e a vitória, num processo denominado por “esportivização”. Ao longo do século XX a dinâmica da sociedade provocou diversas transformações, assim, já não é possível afirmar que o ideal olímpico e das artes marciais permaneçam os mesmos, daí Rubio (2001) nomeia o atual estágio do Movimento Olímpico como pós-Olimpismo uma vez que a adequação ao conjunto de novos valores esportivos fez o fair-play ser adequado à uma nova necessidade de convivência com patrocinadores, novas regulamentações e espaço comercial. O bushidô (caminho do guerreiro), foi um código de conduta não escrito e um modo de vida para os samurais do Japão feudal, que fornecia parâmetros para esse guerreiro viver e morrer com honra, dando ênfase à lealdade, fidelidade, auto-sacrifício, justiça, humildade, espírito marcial e modos refinados para morrer com dignidade. É formado e influenciado pelos conceitos do Budismo, Xintoísmo e Confucionismo. A combinação dessas doutrinas e religiões formou o código de honra do guerreiro samurai. Conduzidos através de sete preceitos: justiça e moralidade, decidir sem hesitar; coragem e bravura heróica; compaixão e benevolência, amor incondicional para com a humanidade; polidez e cortesia; sinceridade; honra, glória; dever e lealdade. O areté representava na Grécia antiga, hombridade, valor que não era aprendido pela transmissão de normas de conduta, mas pela prática da vida de pessoas valorosas. O movimento olímpico contemporâneo buscou, por meio do fair play, reviver a areté grega, considerando-o elemento fundamental. O fair play foi utilizado pela primeira vez por Shakespeare, em 1595, sem qualquer relação com a prática esportiva, a partir de 1880 foi incorporado ao esporte para designar um tipo de conduta, pautado na atitude cavalheiresca que predominava nos

primórdios do esporte na Inglaterra, sofreu profundas transformações em seu ideário ao longo do século XX. Considerações finais: Códigos de ética através da educação na cultura de movimento foram comuns na Grécia antiga e no Japão feudal. Tiveram reformulação no final do século XIX e se fundiram através de um processo de “esportivização”. O princípio de ética entre os guerreiros praticantes de artes marciais e o ideal olímpico apresentou manifestação diferente com objetivos e métodos semelhantes. As análises são importantes para compreendermos o destino dos valores do esporte contemporâneo e conseqüentemente da nossa sociedade.

Souza, K. M. S.; Gomes, B. A. G.; Mafra, L. F. M.; Vasques, D. G. V. - Características morfológicas de atletas de handebol das equipes primeiras e últimas colocadas na liga Petrobrás de handebol 2006

Instituição: UFSC/CDS Departamento de Educação Física

O handebol necessita, além de qualidades físicas, técnicas, táticas e psicológicas, características morfológicas que proporcionem uma maximização do rendimento dos atletas frente às situações de jogo. A exigência de atletas com características morfológicas específicas pode ser observada com a evolução da modalidade, levando os jogadores a uma maior adaptação aos níveis das competições. Neste caso, equipes que apresentam morfologias mais adequadas à prática, podem obter melhores resultados. Sendo assim, o objetivo deste estudo foi comparar características morfológicas de atletas de handebol das equipes primeiras colocadas (EQPC) com as equipes últimas colocadas (EQUC) na Liga Petrobrás de Handebol 2006. A amostra deste estudo foi composta de 134 atletas adultos masculino das dez equipes participantes da Liga Petrobrás de Handebol 2006, campeonato mais importante do país. As quatro equipes classificadas para a segunda fase da competição, foram consideradas as EQPC (n=59), enquanto as demais foram consideradas as EQUC (n=75). As variáveis mensuradas nesse estudo foram: massa corporal (MC), percentual de gordura corporal (%G - equação de Jackson & Pollock, 1978), massa corporal magra (MCM), estatura (ES), envergadura (ENV), comprimento dos membros inferiores (CMI) e diâmetro palmar (DPA). Foram comparados os valores médios das variáveis mensuradas entre os dois grupos (EQPC e EQUC) por meio do teste t de Student para amostras independentes. Foi adotado um nível de significância de $p < 0,05$. A MC (EQPC=92,1; EQUC=88,0kg) e a MCM (EQPC=76,4; EQUC=72,6kg) apresentaram diferenças significativas ($p < 0,05$) entre os valores médios dos dois grupos, sendo as EQPC superiores às EQUC nessas duas variáveis. No entanto, não foram observadas diferenças significativas entre os grupos nas variáveis %G (EQPC=16,8; EQUC=17,4%), EST (EQPC=187,5; EQUC=186,0cm), ENV (EQPC=192,4; EQUC=190,7cm), CMI (EQPC=88,2; EQUC=88,6cm) e DPA (EQPC=24,4; EQUC=24,6cm). Os atletas das EQPC obtiveram valores médios superiores aos atletas das EQUC apenas nas variáveis MC e MCM. Um dos fatos das EQPC e EQUC não apresentarem diferenças significativas na maioria das variáveis estudadas, pode ser justificado devido ao alto nível de exigência da competição, o que leva as equipes possuírem atletas com características morfológicas semelhantes. No entanto, possuir grande MC, principalmente derivada de MCM, é fundamental no ataque, na realização de fintas, e na defesa, nas marcações com contato de fintas e arremessos.

Stefane, C.A.; Liziero, L.; Oliveira, C.S.; Rocha, C.L.; Guimarães, F.K.O.; Gabilan, J.G.; Procópio, M.S. - O Programa de Educação Tutorial na formação acadêmica: as primeiras atividades do Grupo PET Educação Física da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

Instituição: UFMS - PET - Departamento de Educação Física

O Programa de Educação Tutorial (PET) foi criado em 1979 pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) inicialmente com o nome de Programa Especial de Treinamento. Em 1999 passou a ser coordenado pela Secretaria de Educação Superior do Ministério da Educação (SESu/MEC) e em 2004 teve o nome alterado para o qual é conhecido atualmente. O programa tem por objetivo a formação de grupos de até 12 acadêmicos que apresentem excelência acadêmica sob a supervisão de um professor tutor para desenvolvimento de atividades sobre a tríade ensino, pesquisa e extensão. Atualmente, a Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS) conta com quatro grupos PET: Química, Engenharia Elétrica, Física e Educação Física, sendo os dois últimos implantados no ano de 2006. O grupo PET Educação Física é composto atualmente por seis acadêmicos que apresentaram o potencial exigido para a participação no grupo, sendo quatro bolsistas e dois voluntários. Eles são tutorados por uma professora efetiva do quadro do Departamento de Educação Física (DEF) e Coordenadora de Assuntos Estudantis da Pró-Reitoria de Cultura, Extensão e Assuntos Estudantis (PREAE). Em seu primeiro ano o grupo desenvolveu várias atividades de ensino, pesquisa e extensão. Na

extensão desenvolveram o II Jogos Universitários Intercampi (II JUI) onde os petianos participaram de forma efetiva na elaboração, organização e execução do projeto. Este evento promoveu competições esportivas entre acadêmicos da Cidade Universitária e dos demais campi nas modalidades futebol masculino, futsal feminino e atletismo, natação e xadrez para ambos os naipes. O grupo organizou e executou as gincanas de recepção aos calouros do Vestibular de Inverno 2006 e Verão 2007 além da comemoração do Dia do Estudante em 2006, esta em parceria com o Diretório Central dos Estudantes (DCE) da UFMS. Além disso, três petianos realizaram atividades de extensão individuais, sendo estas: treino de futsal, aulas de dança do ventre e atividades recreativas com crianças e jovens em uma comunidade de risco na cidade de Campo Grande – Mato Grosso do Sul (MS). O grupo organizou também uma gincana em comemoração ao “Dia das Crianças” em uma escola estadual e uma “Ação de Natal” em um asilo, localizados na cidade de Campo Grande – MS. Entre as atividades de ensino realizadas estão: a monitoria ou “plantão de dúvidas”, a organização da palestra sobre a nova grade curricular do curso de Educação Física da UFMS, a participação na IV Semana de Ciências da UFMS, na XII Semana da Educação Física da UFMS, onde também foram apresentados trabalhos científicos, na 59ª Reunião Anual da SBPC e no XI Encontro Nacional dos Grupos PET (ENAPET) ambos realizados na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Os petianos também participam de encontros semanais nos quais são discutidos textos sobre “Cultura e Educação Física” com a dinâmica de leitura prévia e discussão durante os encontros. Também participam de seminários oferecidos pelos professores do DEF, como metodologia científica, judô e estatística. Quanto às atividades de pesquisa, o grupo está envolvido em duas coletivas, sendo uma sobre análise espacial da pesquisa de esporte realizada pelo IBGE em 2003 e outra sobre a caracterização dos praticantes de atividades físicas na Cidade Universitária da UFMS. Além disso, cada petiano é incentivado a desenvolver pesquisa individual sobre temática de seu interesse. Fazer parte de um Grupo PET significa ter compromisso, ética, postura crítica e excelência acadêmica, proporciona a participação em eventos científicos, o contato com estudantes e professores de diversas áreas do conhecimento, além de desenvolver as capacidades individuais e enaltecer o trabalho em equipe, pré-requisito do mercado de trabalho atual.

Tahara, A. K.; Carnicelli Filho, S.; Santiago, D. R. P.; Fontenla, M. C. - Delfinópolis/MG: a prática de atividades de aventura na serra da canastra

Instituição: UNESP/Rio Claro

As atividades físicas de aventura na natureza (AFAN) têm sido altamente valorizadas nos dias atuais, recebendo crescente número de adeptos, ampliando perspectivas acerca do meio ambiente natural. O propósito desta pesquisa foi investigar os fatores que permeiam a aderência à prática de AFAN, identificando os anseios, preferências e expectativas de retorno qualitativo em nível pessoal. Para tanto, o estudo, de natureza qualitativa, desenvolveu-se por meio de uma pesquisa exploratória. O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário aberto, composto por 4 questões, aplicado a uma amostra formada por 30 adeptos das AFAN, pertencentes a uma Agência de Aventura da cidade de Delfinópolis/MG, com idades variando entre 15 e 59 anos, de ambos os sexos, diferentes níveis de escolaridade e formação profissional diversificada. Os dados coletados foram analisados descritivamente, utilizando-se a técnica de Análise de Conteúdo e, indicam que: (a) - os sujeitos questionados aderem às AFAN com o objetivo de vivenciar o risco e a adrenalina que tais práticas proporcionam (37%); (b) - realizam preferencialmente o Motocross (25%), Mountain Bike (20%) e Cascading (17,5%) com maior intensidade; (c) - possuem uma frequência de dois finais de semana por mês (58%); (d) - a sensação de bem-estar, tendo mais tranquilidade e menores níveis de estresse, são os resultados frequentemente esperados (53%), com a prática de atividades em contato direto com a natureza. Torna-se possível, com base nos resultados do estudo, reconhecer, de maneira mais facilitada, as potencialidades e abrangência dos níveis qualitativos que a interação humana com o meio natural pode representar.

Takayama, M.T; Gobatto, C.A; Barbieri, R.A; Moura, R.Y; Araujo, G.G - Análise da influência da estatura e do peso corporal sobre a determinação do índice de desempenho em teste específico do judô

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A especificidade da avaliação física é de grande importância para o sucesso competitivo do atleta. Em algumas modalidades esportivas, tais como o judô, a avaliação específica torna-se difícil de ser realizada, devido às dificuldades em se reproduzir situações de combate e treinamento em laboratório (NUNES, 1997). Para aumentar esta dificuldade em se avaliar atletas de judô, este esporte carece de testes específicos para análise da aptidão física dos seus atletas. Isso faz com que a comissão técnica que trabalha com esta modalidade realize testes genéricos como, por exemplo, a simulação em

cicloergômetro da demanda fisiológica da luta. Portanto, este trabalho possui como objetivo analisar o desempenho de judocas em uma tarefa intermitente específica, através da aplicação do SJFT (Specific Judô Fitness Test), proposto por STERKOWICZ (1995), verificando se há influência da estatura e peso corporal sobre o índice de desempenho do teste. Neste estudo foram utilizados seis atletas do sexo masculino de nível regional ($18,7 \pm 3,4$ anos; $76,2 \pm 24,7$ kg; $172,2 \pm 6,1$ cm). O SJFT é dividido em três estágios: 15s (A); 30s (B) e 30s (C) com pausas de 10 segundos entre os mesmos. Cada participante realiza durante cada estágio, o maior número de arremessos, utilizando a técnica ipon-seoi-nague. A distância entre os indivíduos que estão sendo arremessados é de 6 metros. Imediatamente e um minuto após o final do teste é verificada a frequência cardíaca do atleta. A capacidade de realizar um grande número de arremessos em um curto período de tempo está relacionada, principalmente, à solicitação do metabolismo anaeróbio, enquanto a frequência cardíaca de recuperação está relacionada ao metabolismo aeróbio. Para análise da frequência cardíaca foi utilizado um frequencímetro, Polar Vantage NV. A análise estatística foi feita através de correlações produto-momento de Pearson, entre os parâmetros inerentes ao teste e os antropométricos. A equação utilizada para o cálculo do índice de desempenho (ID) foi a seguinte: $ID = FC \text{ final (bpm)} + FC \text{ 1 min após o final do teste (bpm)} / \text{Número total de arremessos}$. Os principais resultados encontrados foram: FC final ($181,1 \pm 8,6$ bpm); FC 1 min após ($153,8 \pm 14,3$ bpm) e n° total de arremessos ($25,3 \pm 3,4$). O ID dos atletas foi de $13,4 \pm 2,1$. Não houve correlações estatisticamente significativas entre os parâmetros do teste e os antropométricos (massa corporal e estatura). Deste modo, podemos concluir que o SJFT parece ser um índice bastante útil para predizer a performance física específica de judocas, principalmente por parecer não sofrer influência de parâmetros antropométricos em sua determinação. Entretanto mais estudos são necessários para esse fim, ampliando o número de atletas, bem como parâmetros antropométricos e resultados de performance desportiva. Contato: takayama_marcio@yahoo.com.br

Apoio Trabalho: PIBIC/REITORIA

Takehara, J.C.; Campos, C.; Nicoletti, L.P.; Brighetti, V. - Exercício resistido e a 3ª idade: uma combinação possível

Instituição: UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga

O processo de envelhecimento se caracteriza pelo aumento da idade cronológica, acompanhado de uma diversidade de fatores, entre eles perdas de diversas capacidades físicas, como força, flexibilidade e equilíbrio. Essas perdas podem interferir negativamente na saúde e qualidade de vida dos indivíduos, principalmente daqueles acima dos 65 anos. Sabemos que um estilo de vida ativo, além de outros hábitos saudáveis, podem retardar esse processo. Portanto, a realização periódica de exercícios físicos tem efeito benéfico na manutenção de uma vida saudável. Atualmente, os exercícios resistidos estão sendo amplamente utilizados com pessoas idosas, devido a seus efeitos positivos sobre o aumento da força muscular, da flexibilidade, além da diminuição dos riscos de desenvolvimento da osteoporose, grande inimigo de pessoas nessa faixa etária. O presente estudo teve por finalidade verificar se o exercício resistido promove alteração na composição corporal e na força muscular. Participaram desta pesquisa 15 indivíduos, sedentários, na faixa etária entre 50 e 70 anos, sem complicações crônico-degenerativas. Nesta pesquisa avaliamos: dados antropométricos (peso, estatura, IMC, percentual de gordura, massa gorda, massa magra circunferência de cintura); dados neuromotores (força máxima no supino, leg press 45°, puxada alta, extensão de joelho, rosca direta e flexão de joelho) pré e pós-treinamento. Foi analisada a curtose e assimetria, depois realizada análise de variância "one-way Anova" em todas as variáveis. Foi estabelecido para rejeição da hipótese de nulidade (H_0) $p < 0,05$. Ao final do trabalho, que perdurou doze semanas, observou-se uma diminuição significativa do peso corporal, percentual de gordura, na massa gorda, no índice de massa corporal, na circunferência de abdome e aumento na força máxima. O estudo demonstra que o exercício resistido é um mecanismo eficiente que contribui na redução do peso corporal, gordura absoluta, índice de massa corporal e aumento na massa magra e na força máxima.

Tanaka, K.; Quadros Junior, A.C.; Santos, R.F.; Stella, F.; Gobbi, L.T.B.; Gobbi, S. - Efeito do exercício físico na memória de curto e longo prazo de idosos com doença de Parkinson

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

A doença de Parkinson (DP) é uma patologia neurodegenerativa associada à diminuição da dopamina na via nigro-estriatal, afetando principalmente o controle motor e, em grande número de casos, também funções cognitivas (FC), dentre elas a memória. Assim, observando os possíveis benefícios que a prática regular de atividade física pode proporcionar às FC, o

objetivo deste estudo foi analisar o efeito do exercício físico na memória de curto e longo prazo de idosos com DP. Participaram deste estudo 10 idosos com DP – média de idade de $64,8 \pm 8,49$ anos – de ambos os sexos (5 mulheres e 5 homens), residentes na comunidade de Rio Claro/SP. Os participantes foram avaliados quanto ao estágio da doença pela escala de Hoehn e Yahr (estágio médio de 1,45); quanto à memória de curto e longo prazo pelo subteste Memória Lógica I e II da Escala Wechsler de Memória – Revisada; quanto aos sintomas depressivos pela Escala de Medida de Ansiedade e Depressão (HAD); e quanto à ansiedade pelo Inventário de Ansiedade Traço-Estado. Sintomas depressivos e ansiedade foram medidas como variáveis-controle em razão sobre seus possíveis efeitos na memória. Em seguida, os participantes passaram por um treinamento de exercício físico aeróbico com duração de 6 meses, três vezes por semana, 1 hora por dia; e ao final do mesmo foram reavaliados pelos citados testes. Os resultados foram analisados pelo teste de Shapiro-Wilk e, sendo a distribuição considerada normal, foi utilizada a estatística paramétrica – teste t de Student para amostras pareadas – considerando $p < 0,05$. Foram encontradas diferenças significativas entre as médias e desvios-padrão pré e pós-treinamento, respectivamente, tanto para memória de curto ($14,7 \pm 4,69$; $18,4 \pm 4,29$; $t = -3,126$; $p < 0,01$) quanto para de longo prazo ($9,4 \pm 5,37$; $14,7 \pm 5,35$; $t = -3,811$; $p < 0,01$). Em relação aos sintomas depressivos não foi encontrada diferença significativa entre as médias e desvios-padrão pré e o pós-treinamento, respectivamente, ($5,4 \pm 2,39$; $5,4 \pm 3,13$; $t = 0,000$; $p > 0,05$) assim como para ansiedade traço ($50,4 \pm 8,01$; $48,7 \pm 5,39$; $t = 0,937$; $p > 0,05$) e ansiedade estado ($49,2 \pm 6,95$; $48,5 \pm 6,67$; $t = 0,423$; $p > 0,05$). Sendo os sintomas depressivos e a ansiedade consideradas variáveis que interferem no desempenho em testes de FC, observa-se, por meio dos resultados obtidos, que não houve interferência das referidas variáveis-controle na memória. Portanto, conclui-se que o um programa de 6 meses de exercício físico aeróbico pode beneficiar a memória de curto e longo prazo de idosos com DP.

Apoio Trabalho: PROFIT, FINEP, FUNASA, PROEX-UNESP, FUNDUNESP, LAFE, LEPLO.

Teixeira, H.M.C.; Schwartz, G.M.; Carnicelli Filho, S.; Santiago, D.R.P.; Caparroz, G.P.; Christofletti, D.F.A.; Jaqueline, J. - O lazer sério no cotidiano da festa popular do BUMBA-MEU-BOI

Instituição: Unesp-IB-Pos Graduação em Ciências da Motricidade

A redução da jornada ou do tempo semanal de trabalho tem sido uma das mais significativas mudanças sociais ocorridas, implementando, juntamente com outros elementos, a disponibilidade de vivências no âmbito do lazer. Esta evolução configura-se como o ponto de partida decisivo no universo da vida cotidiana, à medida que permite novas reflexões sobre as fronteiras entre o tempo destinado ao trabalho, seu autocontrole e o tempo de vida, possibilitando novos sentidos, inclusive fora do contexto do trabalho. Com base nestas concepções, esses limites passam a ser menos drásticos, manifestando um estilo de vida que perpassa as dimensões biológica de sobrevivência, de vivência familiar, comunitária, política, religiosa e de lazer, sendo este último encarado, então, não apenas como um aspecto de prêmio pelo trabalho, mas, com uma concepção mais dinâmica, promovendo formas de envolvimento espontâneas e esporádicas, bem como, sérias e mais constantes, mesclando efetivamente lazer e trabalho, ainda que se preservem as peculiaridades de cada um desses fenômenos. O reconhecimento desta dimensão do lazer e sua caracterização motivaram esse estudo, o qual tem como objetivo identificar, na brincadeira do bumba meu boi, os elementos que caracterizam o lazer sério. O estudo, de natureza qualitativa, desenvolveu-se por meio de uma pesquisa exploratória utilizando a técnica de observação participante, baseada na análise descritiva do cotidiano de um grupo social em São Luis, MA, adeptos desta manifestação, a partir das categorias: sujeito, cenário, comportamento social e trabalho. Constatou-se que a brincadeira do bumba meu boi possui um valor significativo nas relações familiares, religiosas e comunitária, à medida que os seus integrantes participam de ambas as maneiras, além da forma espontânea, também com uma configuração séria, em que seus componentes se agrupam com objetivos comuns, delimitam tarefas específicas, se envolvem com seriedade e rotina no desenvolvimento de vestimentas, cenários e adereços referentes à festa, evidenciando uma hierarquia social que envolve as famílias e seus descendentes e caracterizando, efetivamente, o lazer sério.

Apoio Trabalho: FAPEMA- Fundação de Amparo a Pesquisa do Maranhão

Tibcherani, F.A.O.; Zaim-de-Melo, R. - A importância do ritmo e da dança para acadêmicos de EF

Instituição: Faculdade de Educação Ciências e Letras de Ponta Porã

O presente estudo teve como objetivo investigar de que forma se configurou o compartilhamento do conhecimento propriamente dito e da importância do ritmo e dança na escola, bem como analisar de que modo este compartilhamento influencia o processo de ensino-aprendizagem, na visão dos acadêmicos de Educação Física. Considerando os objetivos propostos, a abordagem desta pesquisa é qualitativa do tipo: estudo de caso com um enfoque exploratório e descritivo. Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas, questionários abertos, fechados e análise documental. Dentre as principais conclusões obtidas pode-se citar a influência direta e significativa do compartilhamento do conhecimento no processo de implantação do ritmo e dança na escola e o processo de ensino-aprendizagem. O estudo permitiu verificar que os acadêmicos despertaram para importância do compartilhamento dos processos em questão, como forma de contextualização, dinâmica e qualidade de ensino.

Trevisan, P. R.; Schwartz, G. M. - A dança como instrumento de educação nos dias de hoje

Instituição: Unesp - IB - Depto de Educação Física - LEL

A dança pode ser considerada a primeira manifestação do emocional humano. De um improviso a uma forma disciplinada, a dança acompanhou a evolução do homem, aperfeiçoando-se à medida que ele se civilizava, levando o ser humano a descobrir que poderia dançar por prazer. A dança educativa revela a alegria de descobrir, por meio da exploração do próprio corpo, as qualidades do movimento humano. Uma vez entendida a riqueza das possibilidades de movimento de uma pessoa, fica impossível reduzir o ensino da dança à repetição ou imitação de alguns passos e gestos, como o ensino da dança parecia ser no passado. Tradicionalmente, a dança é algo para ser “apresentado e visto”. No mundo contemporâneo, entretanto, a barreira entre o artista e o público está sendo quebrada. O desafio, agora, é estabelecer um diálogo mais próximo também entre a arte e a educação em uma mesma atividade, isto visa proporcionar vivências que articulem a apreciação e o conhecimento da dança, de modo a integrar a razão e o sensível, o individual e o coletivo, a arte e a educação. A importância de, permanentemente, se refazer o caminho da arte reside no fato de que, nas últimas décadas – e cada vez com mais força - o mundo exterior alveja o ser humano com um bombardeio de imagens causando impactos, em que essa avalanche de imagens provenientes do mundo exterior pode vir a bloquear, modificar e substituir as imagens internas ou seus conteúdos. Assim, a imagem interior não encontra lugar ou não é estimulada. Nesta época tecnificada e massificada, torna-se importante focalizar a atenção para que a imaginação e o aprendizado, não se limitem ou se tornem apenas reprodutores de conceitos e valores já estabelecidos. Com base neste contexto, uma das inquietações gira em torno de se perceber de que maneira os aspectos envolvendo a arte mais especificamente a dança, pode favorecer a ampliação desses signos e promover a apreensão mais sensível da realidade. Este estudo foi desenvolvido por meio de pesquisa bibliográfica, onde se buscou investigar a dança como instrumento de educação e desenvolvimento nos âmbitos pessoal e social. A natureza do trabalho voltado para o método bibliográfico apresenta-se sob a forma de análise documental realizada em artigos e livros relacionados à área. De acordo com a análise proposta pode se perceber que o objetivo de difundir o universo da arte sem limites, para que a cultura e o entretenimento façam cada vez mais, parte da vida de crianças, precisa estar fundamentado no diálogo entre a dança e a educação formal, de modo a subsidiar, na teoria e na prática, o ensino da dança. Além disso, o professor deve encontrar meios de desenvolver no aluno a consciência do corpo e aprimorá-lo enquanto instrumento de expressão, bem como a sua capacidade de comunicação e criatividade e cuidar, finalmente, de lapidar o dançarino, capacitando-o a se expressar através das diferentes linguagens da dança. Com base em literaturas consultadas, o corpo precisa ser objeto de estudo no ensino da dança para que se consiga explorar as riquezas do movimento, no sentido de transmitir sentimentos humanos, por meio desses movimentos e gestos, transformando a arte de dançar em uma linguagem do corpo como forma de expressão e educação.

Trindade, P. M. - O curso de Educação Física: a questão da formação acadêmica na visão de seus agentes

Instituição: Faculdade de Jaguariúna - FAJ

Este trabalho visa à análise sobre a atual perspectiva na formação acadêmica na área de Educação Física. Para tanto, parte-se de uma pesquisa bibliográfica referente à história da universidade ocidental, seguida da universidade no Brasil, como contextualização à história da Educação Física na universidade brasileira. Pretende-se, com este estudo, uma reflexão que contribua para a compreensão dos aspectos relevantes na formação profissional nesta área. Como aporte teórico ao trabalho, foram pesquisados os movimentos ocorridos na área da Educação Física, associados às concepções teóricas e ao contexto, tidos como determinantes nos processos de mudança. A investigação empírica foi desenvolvida com o estudo de caso do curso de Educação Física da Faculdade de Jaguariúna – FAJ e teve como objetivo conhecer quais as expectativas

em relação à formação acadêmica que manifestam os diretores, docentes e discentes inseridos num contexto de conflitantes demandas. A análise dos dados nos permite conhecer esses conflitos em relação às tendências dos enfoques da Formação Geral, Básica e Profissional. Palavras-chave: Universidade; Educação Superior; Formação Acadêmica; Educação Física.

Tristão Neto, J; Moioli, A - Uma visão crítica da Educação Física que se manifesta em ações complementares à escola como as realizadas no programa escola da família

Instituição: UNIRP

Na tentativa de atender as expectativas da sociedade com a falta de políticas públicas de esporte, lazer e cultura, o Programa Escola da Família, implantado aos finais de semana nas escolas públicas pelo Governo do Estado de São Paulo, visa suprir as necessidades desse setor, abrindo a escola para a comunidade, ampliando os espaços para a prática de esporte e lazer. No entanto, como tantos outros programas implantados por diferentes governos, especialmente o Programa Escola da Família merece uma análise e uma avaliação crítica quanto a sua finalidade, seu conteúdo, a conduta dos professores que nele atuam e além de tudo a utilização da Educação Física como marco referencial para o desenvolvimento das atividades. Nesse caso, vale ressaltar que mais uma vez na história a Educação Física está sendo utilizada como ferramenta de manipulação política ideológica, tendo em vista que a idéia do projeto não nasce da parte (do meio) para o todo, mas sim o inverso. Ou seja, foi implantado de forma sistêmica e hierárquica. Nesse viés, encontra-se o professor, vislumbrando mais uma possibilidade para resgatar a Educação Física tradicional, por meio de conteúdos que priorizam a técnica e o esporte de rendimento, que historicamente lhe rende prestígio e status social perante a comunidade em que está inserido. Para tanto, o presente trabalho tem como objetivo analisar a atuação e o comprometimento do Professor em ações esportivas e educativas que complementam a escola. Na perspectiva da pesquisa-ação, para fundamentar este estudo utilizou-se de um referencial teórico pertinente a área, e da experiência adquirida pela observação e participação como Educador Universitário do Programa, por um período de 3 anos, durante da minha graduação, como parte do convênio entre o Estado e a UNIRP pela concessão de uma bolsa de estudos. Nesse momento, não está em discussão ou questionamento os objetivos e metas do Programa, por acreditarmos na relevância e nos benefícios sociais oferecidos por meio de ações como essa. Para as considerações finais, preliminarmente podemos concluir que, o professor de Educação Física ainda está em busca de valorização e reconhecimento profissional. Nesse caso, parece que o professor tem percepção da importância dessas ações complementares à escola, e aproveita-se, faz uso, delas para cobrar reconhecimento junto a sociedade, legitimando uma Educação Física inserida na escola, mas diferente ao modelo de uma Educação Física escolar contemporânea. Portanto, ocorre uma interação das metas, pois os resultados imediatos advindos desse Programa atende os objetivos do professor, da sociedade e do Estado

Tróccoli, B.T.T.; Valdés, H.M.V.C. - Análise fatorial confirmatória do questionário de percepção do clima motivacional no esporte-2 - PMCSQ-2

Instituição: UnB - IP-Depto de Psicologia Social e do Trabalho

De acordo com as teorias do clima motivacional as estruturas de reforços psicológicos criadas pelos pais, mestres ou treinadores, influenciam o comportamento e a construção dos objetivos pessoais de cada atleta. Estas influências podem criar um clima motivacional favorável ou não ao equilíbrio emocional durante o treinamento ou competição, através da manipulação da estrutura de recompensas impostas aos atletas. Estes agentes podem impor aos atletas a necessidade de se obter a vitória a qualquer custo ou, ao contrário, incentivar o progresso pessoal de cada um respeitando o potencial e esforço individual dentro de uma visão do coletivo. Estudos que investigam as consequências das diversas estruturas de reforços, atribuição e clima motivacional, revelam que os atletas que percebem uma orientação à tarefa avaliam seu desempenho não em função dos resultados, mas sim em função da atividade em si, do esforço, da dedicação e da melhoria pessoal. Nesse estudo foi analisada a estrutura fatorial de um instrumento construído para avaliar o clima motivacional estabelecido pelo treinador no ambiente esportivo. A partir de considerações teóricas e empíricas, os itens selecionados para compor o instrumento original buscam cobrir os aspectos do construto teórico de orientação às metas, tais como ênfase no esforço, ênfase no incremento das habilidades no grupo, percepção da contribuição de cada membro da equipe, erros aceitos como parte do processo de aprendizagem, cooperação/coesão reforçada pelos atletas, rivalidade intra-equipe, reforço baseado num alto nível de habilidade e punição dos erros. A versão brasileira do Questionário do Clima Motivacional Percebido no Esporte (PMCSQ-2) é composta de 33 itens complementares à expressão "Na nossa equipe..." cada um acompanhado de uma escala Likert de cinco pontos (1 = discordo totalmente e 5 = concordo totalmente). Os itens

foram elaborados para representar dois tipos de orientação dos treinadores: (1) ego-treinador (p.ex., "... os atletas são incentivados quando têm o seu rendimento melhor do que dos outros" ou "... se você quiser participar de uma competição deverá ser um dos melhores atletas da equipe") e (2) tarefa-treinador (p.ex., "... os atletas são encorajados a melhorar seus pontos fracos" ou "... esforçar-se é reforçador"). O PMCSQ-2 foi respondido por 438 atletas de ambos os sexos, com idades entre 10 e 17 anos (média = 14,7 anos; desvio padrão = 1,5 anos), representantes de onze modalidades esportivas. O resultado da análise fatorial confirmatória revelou um ajuste entre medíocre e razoável para o modelo bi-fatorial proposto para a PMCSQ-2 [$\chi^2/df = 2,92$; GFI = 0,88, CFI = 0,86; RMSEA = 0,06]. Considerando-se prováveis flutuações aleatórias da amostra (decorrente do grande número de modalidades esportivas vs. número de atletas na amostra) e o pequeno número de atletas que participaram do estudo, pode-se concluir que a versão brasileira do PMCSQ-2 apresenta características psicométricas adequadas para novos estudos sobre o clima motivacional percebido pelos atletas. Os resultados dessa pesquisa, juntamente com outros resultados de pesquisas anteriores, indicam que o PMCSQ-2 é um bom ponto de partida para novas investigações tanto no treinamento de atletas quanto nas pesquisas sobre clima motivacional. Palavras-chave: Clima Motivacional no Esporte; Mensuração; PMCSQ-2; Análise Fatorial Confirmatória.

Apoio Trabalho: Laboratório de Pesquisa em Avaliação e Medida - LabPAM

Truccolo, A.; Coppeti, R.; Fontoura, A.; Formentin, C. - Influência de um programa de caminhada orientada no tratamento da hipertensão arterial sistêmica em idosas

Instituição: ULBRA - Depto de Educação Física

Introdução: A hipertensão é uma das patologias de maior prevalência no Brasil, atingindo cerca de 15 a 20% de nossa população (cerca de 20 milhões de brasileiros). Na maioria das vezes se faz acompanhar de alterações cardiovasculares e metabólicas. Objetivo: O objetivo dessa investigação foi observar o comportamento dos níveis pressóricos em mulheres idosas participantes de um programa de 6 meses de exercício físico, utilizado como estratégia auxiliar no tratamento da hipertensão arterial primária. Material e Método: A amostra foi composta por 24 mulheres na faixa etária entre 65 a 75 anos de idade, residentes na cidade de Canoas, RS. As integrantes do grupo eram em sua maioria viúvas (75%), aposentadas (83%), ensino médio e fundamental completos (90%). Todas as integrantes do grupo iniciaram as atividades fazendo uso de medicamentos, e apresentaram atestado médico liberando para a prática de exercícios físicos. A pressão arterial das idosas era verificada 5 minutos após a chegada das mesmas ao ginásio da Universidade e após o término da atividade, que encerrava com relaxamento e exercícios respiratórios. A sessão, realizada duas vezes por semana com duração de 1 hora consistiu predominantemente de caminhada, seguida de exercícios de flexibilidade e alongamento. Em dias de chuva o grupo exercitava no ginásio, realizando atividades de jogos adaptados e de resistência muscular localizada. Resultados: Os resultados de pressão arterial foram analisados fazendo uso do teste t de student para amostras dependentes, com um nível de confiança de 5%. Os resultados indicaram efeitos positivos sobre a pressão arterial pré $5 \pm 10\text{mmHg}$ / $90 \pm 5\text{mmHg}$; $135 \pm 10\text{mmHg}$ / $90 \pm$ pós-treinamento (140 mmHg , respectivamente), embora não identificados como estatisticamente significativos a um nível de confiança de 5%. Conclusão: Conclui-se que programas de exercício estruturados para indivíduos com hipertensão arterial primária podem ter influências benéficas sobre a condição geral dos mesmos, mas seu potencial quanto a efeitos mais específicos deve ser melhor apreciado em estudos futuros.

Apoio Trabalho: Universidade Luterana do Brasil - ULBRA

Uchôga, LAR; Prodócimo, E - O corpo da criança na educação infantil

Instituição: Universidade Estadual de Campinas- Faculdade de Educação Fís

As discussões em torno da Educação Infantil (E.I.) vêm se intensificando desde a promulgação da Lei de Diretrizes da Base (LDB), Lei 9.394/96, que a inclui como primeira etapa da educação básica (título V, capítulo II, seção II, art. 29). As questões que permeiam este universo vão desde estruturas políticas que regem a E.I., como por exemplo, o profissional que deve atuar com os pequenos, qual o grau de formação que o mesmo deve possuir, se é necessário que haja professores especialistas em Educação Física e Artes; até de como deve ser realizado o trabalho pedagógico, e mais do que isto, qual a função da antiga pré-escola, que atende crianças de quatro a seis anos, ela é apenas uma preparação para a escola como sugeria o antigo nome? Porém há um consenso de que estas instituições devem respeitar a "cultura infantil" o que significa, dentro de inúmeros fatores, não privá-la de movimentar-se e expressar-se, além de estimular estes elementos. Acreditamos

que o movimento e a estimulação da linguagem corporal da criança sejam essenciais e devem estar integrados ao projeto pedagógico destas instituições, assim como devem ser reconhecidos por todo o corpo pedagógico das EME/CEMEIs. É neste sentido que este trabalho buscou entender como o corpo da criança é tratado na Educação Infantil, não só nos momentos de Educação Física, mesmo porque há muitas instituições que não possuem esse momento específico, mas durante toda a rotina das crianças. Quais são os significados das manifestações corporais infantis para as profissionais que atuam com as crianças, se estas entendem o corpo/movimento como importante na formação da criança e se suas aulas têm como base esse elemento. Para tal entendimento optamos pela análise com “olhar etnográfico” do grupo em questão, pois entendemos que estamos submersos em um contexto cultural, no qual o corpo é representado dentro dos aspectos de uma determinada cultura. A técnica utilizada foi a observação, utilizando-se como instrumento o diário de campo e a entrevista semi-estruturada gravada com a professora e coordenadora pedagógica realizadas ao final das observações. Os resultados encontrados foram: ausência de trabalho específico que envolvesse movimento ou expressão do corpo, raras vezes a professora arriscava uma brincadeira, apenas para preencher tempos ociosos entre uma atividade e outra; excesso de filas e disciplina durante toda a rotina, exceto nos momentos de parque, no qual as crianças podiam brincar e movimentar-se livremente sem nenhuma repressão por parte das professoras. Fora deste espaço comportamentos como correr, falar alto, cantar, subir de cavalinho no amigo entre outros, eram tidos como sinal de bagunça, indisciplina. Observamos também que esses comportamentos eram mais comuns entre os meninos do que entre as meninas, estes transgrediam mais as regras de “bom comportamento”. A professora das crianças relatou na entrevista que achava muito bom que houvesse um profissional de Educação Física para dar aulas para as crianças, muitos foram os motivos apresentados por ela: falta de habilidade, idade, não gostar desta área e não conhecimento dos músculos. Já a coordenadora pedagógica relatou que o profissional de Educação Física seria necessário porque falta preparo para as professoras de sala, além de estas terem que dar conta de muitas outras coisas, o que acaba as sobrecarregando. A mesma relatou que para dar aula de Educação Física é preciso conhecer anatomia e fisiologia, conhecimentos que as professoras generalistas não têm. Diante do exposto podemos perceber a urgência de uma reestruturação da Educação Infantil no que diz respeito às necessidades corporais das crianças, pensar que o professor (a) generalista está dando conta disto talvez seja uma utopia, pois muitas vezes a imagem que estes profissionais tem da Educação Física é que esta serve apenas para exercitar o corpo das crianças e não a vê como parte integrante da cultura da criança.

Apoio Trabalho: PIBIC

Valderramas, C. G. M.; Hunger, D. A. C. F. - “STREET DANCE”: Origens, formação e transmissão

Instituição: UNESP - Campus Rio Claro e Bauru -Grupo de estudos NEPEF

O Street Dance é o termo empregado quando se faz menção a um conjunto específico de modalidades de dança composto por: B.boing, House, Looking, Popping, etc. Assim como ocorre com a Dança de Salão composta por: Tango, Bolero, Samba, Gafieira e outras. Como forma de expressão corporal se faz presente na mídia e na sociedade em geral por meio de ações sociais, culturais e educacionais. Observa-se um número significativo de cursos e eventos no país sobre essa modalidade de dança, cursos esses de formação e/ou atualização profissional em Educação Física e Dança. Em sua maioria são ministrados por “professores” assim denominados culturalmente, mas que não apresentam formação universitária (ou acadêmica). Nesse sentido, objetivou-se investigar as origens do Street Dance; a formação dos “professores” e os métodos de ensino da dança em questão. Realizou-se revisão da literatura referente às origens do Street Dance; “Cultura Hip Hop e Street Dance”. Por intermédio da técnica de entrevista semi-estruturada, coletaram-se depoimentos de dez professores da modalidade; apenas dois deles com ensino superior – graduação em Educação Física (fato não proposital na escolha dos entrevistados), todos atuantes em cursos de expressão nacional como: ENAF, Fitness Brasil, Festival de Dança de Joinville, Passo de Arte, entre outros. Constatou-se que: a) existem divergências entre os “professores” (acadêmicos e não acadêmicos) quanto a disseminação, ao processo histórico, as técnicas e as nomenclaturas utilizadas pelos mesmos; b) Quanto às origens do Street Dance verificou-se uma pequena parcela de divergências na qual a maioria dos entrevistados enfatiza a forma equivocada com que foi iniciada a aplicação e prática da modalidade no Brasil - a maioria acredita que seus movimentos, no Brasil, foram copiados dos clips (mídia televisiva) e por tanto suas técnicas foram passadas por “intuição”, fazendo com que a dança fosse transformada em videodance (mistura de movimentos do Street Dance com outras modalidades de dança) - “Meu, o que fizeram com o Street no Brasil é a mesma coisa que misturar samba com salsa na Alemanha e dizer que aquilo é samba; não ta certo isso... a galera tem que entender que é diferente Street Dance do jazz, e que se coreografá misturando as duas coisas não pode chamar de Street... pode ser outro nome menos Street”.(sic); c) Nem todos os entrevistados concordaram com a questão do equívoco, enfatizando indignação quanto ao que vem sendo passado até hoje como Street Dance – “Não interessa se foi os cara do Bronx que dançaram, quem passou as coisas aqui

sabe que é Street. Nós não podemos jogar fora o que construímos, é ridículo... eu faço a minha aula como me convém”. (sic). Concluiu-se que as divergências apontadas referem-se principalmente à discussão do que é a modalidade denominada Street Dance no Brasil. Verificou-se, ainda, que existem diversas didáticas “intuitivas” para ensinar e/ou ministrar essa manifestação corporal e que tais métodos, não são organizados ou desenvolvidos cientificamente. Considera-se imprescindível um trabalho sistematizado para reconstruir o processo histórico e desenvolver métodos convergentes quanto à modalidade da dança em questão. De acordo com os depoimentos comprova-se a “importação”, ou seja, a reprodução dos métodos de ensinar utilizados por coreógrafos e dançarinos dos principais locais onde brasileiros buscam conhecimento sobre o Street Dance – EUA, Alemanha, França. Também, o ensino superior, deve atentar-se para a formação de profissionais aptos para o ensino de dança – não apenas as clássicas e modernas, mas voltado para uma maior abrangência das modalidades desenvolvidas e praticadas em nosso país.

Valduga, D.; Truccolo, A. - Análise de descritores antropométricos e nível de atividade física em adolescentes

Instituição: ULBRA - Depto de Educação Física

INTRODUÇÃO: Os benefícios da prática de atividade física, estão diretamente associados à saúde e ao bem-estar. O aumento da atividade física e hábitos alimentares saudáveis, são provavelmente os principais componentes de uma vida saudável. **OBJETIVO:** Determinar o nível de atividade física e descritores antropométricos de adolescentes de ambos os sexos. **METODOLOGIA:** A amostra foi composta por 58 adolescentes, 29 meninas e 29 meninos, com idade entre 13 e 15 anos escolhidos intencionalmente. Os alunos escolhidos para a análise, cursavam a 7ª e 8ª série e participavam das aulas de Educação Física da Escola Estadual de Ensino Fundamental General Daltro Filho. Instrumentos utilizados para verificar o IMC, foram uma balança de plataforma, com a carga máxima de 200kg e para medir a estatura utilizou-se uma haste de metal flexível com a indicação de até 2 m. As dobras cutâneas (tríceps e panturrilha) foram medidas com um compasso de dobras cutâneas. Para avaliar o nível de atividade física dos alunos, foi utilizado um questionário “Estimativa do nível de atividade física habitual de adolescentes e adultos jovens” traduzido e adaptado por Markus. V. Nahas. **RESULTADOS:** Os resultados sugerem a média de idade dentro da mesma faixa etária para meninos e meninas e a diferença entre as médias do percentil (IMC) é de 8,6 indicando os meninos se apresentam em média 8,6 mais próximos do percentil 80 (ideal) do que as meninas. Em relação ao percentual de gordura tríceps e panturrilha, os resultados indicam que 27,6% das meninas estão no nível ideal e 41,4% encontram-se no nível muito alto, os meninos 17,2% estão no nível ideal e 34,5% encontram-se no nível muito alto, parecendo que as meninas estão com maior gordura corporal que os meninos. Em relação ao nível da atividade física os resultados sugerem que meninas são menos ativas que meninos. **CONCLUSÃO:** Através dos resultados obtidos neste estudo, parece que devido aos índices de percentual de gordura e nível de atividade física, que meninas são menos ativas e possuem percentual de gordura mais elevado que os meninos. Sugere-se que as escolas implantem sistemas de incentivo a prática de atividade física e alimentação de qualidade desde a infância, fazendo com que os alunos se conscientizem da importância de serem saudáveis para que tenham maior qualidade de vida hoje e na vida adulta.

Apoio Trabalho: Universidade Luterana do Brasil - ULBRA

Valim-Rogatto, P.C; Rogatto, G.P. - Experiências subjetivas relacionadas ao exercício: efeito agudo da ginástica localizada sobre a variável gênero

Instituição: Laboratório de Pesquisa em Psicologia do Exercício - LAPPEX

A participação ou não em atividades físicas pode ser determinada por como nos sentimos e o que pensamos antes, durante e depois de nos engajarmos em uma delas. A variação das reações emocionais e cognitivas, disposições, conhecimentos e significados que derivam da atividade física é denominada experiências subjetivas. Observa-se que algumas atividades físicas são mais praticadas por homens enquanto outras são mais procuradas pelo público feminino, talvez pelas experiências subjetivas que elas proporcionam aos seus praticantes. Neste sentido, o objetivo do estudo foi investigar as experiências subjetivas relacionadas ao exercício após uma sessão aguda de ginástica localizada fazendo a comparação entre gêneros. Participaram do estudo, 23 jovens que foram divididos em dois grupos: Grupo Feminino – GF (10 mulheres com $20,1 \pm 0,92$ anos em média) e Grupo Masculino – GM (13 homens com média de idade de $21,71 \pm 3,10$ anos). Ambos os grupos participaram, ao mesmo tempo, de uma sessão de 50 minutos de ginástica localizada. A aula de ginástica foi ministrada de maneira tradicional, ou seja, foram aplicadas três séries de 8 repetições para cada grupo muscular trabalhado. A aula incluiu exercícios para os abdominais, adutores e abdutores da coxa, glúteos, panturrilha, bem como exercícios para tríceps, costas e peitoral. Não foram utilizados pesos livres para a execução dos movimentos, apenas a resistência do

próprio peso corporal do indivíduo. Os exercícios descritos foram desempenhados com acompanhamento musical. As musicas utilizadas na aula eram de estilo "Dance" e mantinham ritmo constante fixado em um andamento musical de 140 batimentos por minuto. Antes e depois da sessão, os participantes responderam ao "Subjective Exercise Experiences Scale" - SEES. A SEES é composta por 12 itens que descrevem sensações positivas e negativas relacionadas ao exercício físico. Cada item é assinalado de acordo com uma graduação de intensidade que varia de 1 (nada) a 7 (muito). Estes itens estão distribuídos em três fatores: Distress Psicológico, Fadiga e Bem-estar Positivo. Após realizar a tabulação dos dados pela soma dos itens de cada fator, aplicou-se o teste estatístico ANOVA para comparar os valores médios de cada fator antes e depois a ginástica localizada de GF e GM, considerando $p > 0,05$. Os resultados de média e desvio padrão de cada variável são descritas antes e depois do exercício respectivamente: Distress Psicológico: GM ($7,5 \pm 1,99$ e $6,93 \pm 3,05$) e GF ($6,10 \pm 1,91$ e $5,10 \pm 1,20$). Fadiga: GM ($8,96 \pm 4,01$ e $12,14 \pm 6,83$), GF ($9,0 \pm 3,53$ e $8,2 \pm 4,61$). Bem Estar Positivo: GM ($18,79 \pm 4,39$ e $18,36 \pm 4,75$) e GF ($19,80 \pm 6,14$ e $19,60 \pm 6,38$). Embora os resultados tenham indicado uma tendência ao aumento da fadiga para o grupo masculino e a redução desta variável no grupo feminino, não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos nos três fatores relacionados as experiências subjetivas. Considerando que a menor pontuação é 4 e a maior pontuação em cada fator é 28, observaram-se baixos índices de distress psicológico tanto antes quanto depois da sessão de ginástica em ambos os grupos, traduzindo um aspecto positivo desta atividade independente do gênero. Nesta direção, há a necessidade de investigar se estes achados advindos de uma intervenção aguda de ginástica localizada se intensificam em uma situação de treinamento ou se modificam trazendo outro tipo de experiência para seus praticantes.

Varoni, G.; Soares, J. S.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C. A. A. - O conhecimento dos profissionais de educação física sobre o treinamento de força para adolescentes

Instituição: Universidade Estácio de Sá - Curso de Educação Física

Introdução: A nomenclatura "treinamento" é usada para indicar algum tipo de instrução organizada, tem como objetivo aumentar o rendimento físico, psicológico, intelectual ou mecânico. É determinado por ser um processo organizado de aperfeiçoamento, que é regido com base em princípios científicos, o resultado é a estimulação que leva às modificações funcionais e morfológicas no organismo, influenciando significativamente na capacidade de rendimento do desportista. Toda via, o significado do treinamento ultrapassa os limites do desporto, servindo para a manutenção, melhora ou recuperação da capacidade de rendimento e da saúde. É preciso citar que nos três tipos de desenvolvimento (norma, acelerada e tardio) existe um crescimento harmônico em relação ao desempenho orgânico, às medidas dos órgãos e ao sistema esquelético. O crescimento desarmonico, principalmente nos acelerados, que têm desenvolvimento esquelético mais rápido, com desenvolvimento dos órgãos temporariamente atrasados, não é mais mantido hoje em dia, devido às inúmeras investigações. A infância e adolescência como estágio transitório para a idade adulta, mostram em estreita relação com o crescimento, uma série de outras particularidades, que são significativas para a capacidade psicofísica e esportiva de suportar carga. Objetivo: Avaliar o grau de conhecimento técnico dos profissionais de educação física com o treinamento de força para adolescentes. Metodologia: A pesquisa foi feita de forma descritiva, com uma amostra de 30 profissionais de ambos os sexos que atuam na sala de musculação, tendo como média de tempo de experiência 5 a 10 anos, em academias do Rio de Janeiro nos bairros de Botafogo, Jardim Botânico e Vila Isabel. O instrumento utilizado foi um questionário desenvolvido especialmente para o presente estudo, contendo 10 perguntas, sendo 1 aberta e 9 fechadas, destinado aos profissionais de educação física. O tratamento estatístico foi realizado através da análise descritiva (frequência relativa). Resultados: 30% dos entrevistados tem de um a três anos de formado, e em seguida com 27% formados de 0 a 1 ano; 30% dos professores atuam na sala de musculação de 5 a 10 anos e 27% tem de 3 a 5 anos trabalhando; 97% das academias onde trabalham os entrevistados encontram o público adolescente; 83% dos entrevistados aprovam o treinamento de força para adolescentes; 53% dos entrevistados não tem algum curso específico na área; 63,3% dos entrevistados indicam treinamento para adolescentes que praticam algum tipo de esporte, com o objetivo de melhorar a sua performance. Seguindo de 60% com o objetivo de hipertrofia muscular e 40% para reabilitação de lesão; 60% dos entrevistados não vêem contra-indicação no treinamento de força para adolescentes; A maioria das instituições (80%) onde a pesquisa foi realizada não oferece nenhum curso específico na área. Dos profissionais entrevistados, 77% não participam de cursos promovidos por suas instituições e 90% dos entrevistados acham que a sua instituição possui infra-estrutura para o atendimento das necessidades para a realização de treinamento de força por adolescentes. Conclusões: De acordo com os resultados obtidos na pesquisa observa-se que a maior parte dos profissionais entrevistados trabalha com publico adolescente e as instituições apresentam estrutura adequada para atender este publico. A maioria dos profissionais é favorável a este tipo de treinamento, com isso não havendo contra-indicações, porem eles não são especializados nesta área. Nota-se um desejo de aprendizagem mais especifica sobre o assunto, mas falta estímulo tanto por parte dos profissionais quanto das instituições que não promovem cursos ou motivam seus funcionários a fazê-los. Recomenda-se uma pesquisa com um numero maior de amostras para avaliar o assunto com uma maior abrangência e fidelidade devido ao grande número de academia existente e a crescente procura dos adolescentes pelo treinamento de força.

Varoto da Costa, B; Chiyoda, A; Deutsch, S - Efeito de uma aula prática de educação física nos estados de ânimo de alunos do ensino médio da Escola Estadual Prof. João Batista Leme

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

É sabido que a educação física escolar é uma das matérias preferidas da maioria dos alunos e desperta muitos sentimentos. Estudos mostram que muitas pessoas após uma única sessão de atividade física apresentam melhoras nos estados de ânimo e consequentemente se sentem bem. Com o objetivo de verificar o efeito de uma aula prática de educação física nos estados de ânimo de escolares foi realizado o seguinte estudo. Foram pesquisados 20 alunos do ensino médio da Escola Estadual Professor João Batista Leme, da cidade de Rio Claro-SP, sendo 11 homens e 9 mulheres, com idade média de $17 + 0,7$ anos. Estes alunos responderam ao questionário (LEA-RI) para avaliar os estados de ânimo em dois momentos: antes do início da aula prática de educação física e imediatamente ao término da mesma. Este instrumento contém 14 locuções de adjetivos (feliz, ativo, calmo, leve, agradável, tímido, cheio de energia, triste, espiritual, agitado, pesado, desagradável, com medo e inútil) com escalas que variam da intensidade muito forte, forte, pouco, muito pouco. O conteúdo da aula era esportivo sem a intervenção do professor, os alunos se auto-organizaram numa partida de voleibol. Para interpretação dos dados foi utilizada a análise descritiva e o teste binomial – não paramétrico para duas situações: mudanças ou não mudanças e direção dessas mudanças. Na observação descritiva dos dados chegou-se aos seguintes resultados: os adjetivos feliz, agradável, cheio de energia e agitado mudaram de forma positiva; os adjetivos pesado, triste, espiritual, leve, ativo, desagradável, calmo, tímido e com medo mudaram de forma negativa; o adjetivo inútil teve o mesmo número de mudanças positivas e negativas permanecendo na mesma condição. No teste binomial para a situação de mudanças foi encontrada significância nos adjetivos inútil e com medo, já na análise das direções não foram encontradas significâncias em nenhum dos adjetivos talvez em função do baixo número de participantes. Observamos que houve uma maior mudança nos estados de ânimo de forma negativa o que possivelmente está relacionado ao tipo de educação física escolar não estruturada e sem a intervenção do professor ocorrida na situação experimental. Mesmo assim pudemos observar uma intervenção positiva da prática da educação física em alguns estados de ânimo.

Ventura, M. A.; Lopes Junior, M. A.; Renones, R. C.; Campos, W. L.; Soares, J. S.; Costa, F. C. H.; Ferreira, C.A.A. - A ótica dos respectivos benefícios para a saúde e qualidade de vida de praticantes de atividade física uma vez por semana (futebol)

Instituição: Universidade Estácio de Sá - Curso de Educação Física

Introdução: A competitividade no mercado de trabalho nos grandes centros urbanos gera em seus moradores uma dedicação de horas maior para o trabalho. Cada vez mais estes profissionais são exigidos e conseqüentemente cada vez mais aumenta a sua carga horária de trabalho em uma tentativa de preservar o poder aquisitivo e a sua condição social e de sua família, resultando em uma diminuição das horas destinadas para outras atividades, entre elas a manutenção da saúde e a qualidade de vida. Objetivo: Identificar o perfil da qualidade de vida e a percepção subjetiva que levam homens de 20 a 67 anos a praticarem futebol 1 vez por semana como forma de atividade física. Metodologia: A pesquisa caracterizou-se como descritiva, utilizou-se 2 questionários: WHOQOL-100 e um elaborado composto por 24 perguntas para avaliar subjetivamente a percepção do grupo quanto a finalidade da prática de atividade física uma vez por semana e, para a identificação do perfil antropométrico do grupo foram utilizados os protocolos de índice de massa corporal (IMC), relação cintura-quadril (RCQ) e índice de conicidade (Índice C). A amostra foi $12,70 \text{ anos} \pm$ composta por 30 indivíduos do gênero masculino com 42,67 praticantes de atividade física como lazer uma vez na semana nos bairros do Galeão e Santo Cristo no município do Rio de Janeiro. Como tratamento estatístico foi utilizada uma análise descritiva (média e desvio padrão) dos resultados encontrados. Resultados: Na 0,05; característica antropométrica do grupo observou-se $RCQ=0,92 \pm 0,24$. No questionário WHOQOL-100 os $\pm 3,39$; Índice C= $1,23 \pm IMC=26,98 \pm 2,70$; Domínio II \pm valores obtidos foram: Domínio I (físico) $13,74 \pm 1,65$; Domínio III (nível de independência) \pm (psicológico) $15,59 \pm 2,12$; Domínio V $\pm 1,97$; Domínio IV (relações sociais) $15,47 \pm 16,81 \pm 2,11$; e, Domínio VI (aspectos \pm ambiente) $13,06 \pm 3,90$. No questionário \pm espirituais/religião/crenças pessoais) $15,27$ elaborado constatou-se que o grupo procurou a prática da atividade física motivado em sua maioria pela busca da saúde e qualidade de vida, e esta prática gerou de uma melhora na qualidade de vida e alívio do estresse. O grupo apresentou satisfação após a realização e com o tempo dedicado a prática de atividade física em geral um hora por semana. Com relação ao sono houve equilíbrio entre o passar a dormir melhor e sentir indiferença em relação ao sono após a prática da atividade física. Já na questão escolha da localidade houve um equilíbrio entre ser próximo a residência e outros motivos. O grupo apresentou que em algum momento de sua vida

praticou a mesma atividade física mais de 3 vezes na semana e o motivo pelo qual os levou a diminuir a frequência semanal foi a disponibilidade de tempo. Outro fator bastante importante na questão da frequência da prática de atividade física é o trabalho diário que pelo cansaço não os motiva a praticar mais de uma vez por semana. Finalizando com relação ao dia da prática da atividade física, a grande maioria relatou não realizar a prática da atividade física no mesmo dia de trabalho. Conclusões: O resultado obtido foi satisfatório, pois no que diz respeito ao RCQ e IMC o valor ficou um pouco acima dos padrões normais mas não significativo; segundo o questionário WHOQOL-100 os domínios de maior valor foram o domínio 3 (nível de independência), domínio 2 (psicológico), domínio 4 (relações sociais) e de acordo com o outro questionário observou-se que esse grupo busca a socialização através dos amigos e descarga de estresse de trabalho. Sendo o futebol um esporte de agrado nacional e de fácil acesso onde não ocorre discriminação de qualquer natureza o mesmo é uma ótima atividade a ser utilizada pelas pessoas para resgatar valores do prazer, dar liberdade, auto-estima além de ser um bom lugar para um encontro e superação de si mesmo, do poder criador em busca de integração afetiva com seus familiares, colegas e amigos.

Ventura, P.L.; Ferreira, L.A. - A formação continuada dos professores de educação física da cidade de Bauru/SP

Instituição: UNESP/Bauru-FC-Depto. de Educação Física

Em virtude da modernização e do avanço tecnológico as dificuldades em oferecer um ensino de boa qualidade nas instituições escolares vêm crescendo e, atualmente, levanta questões sobre a formação docente, vendo os professores como um dos principais agentes das práticas pedagógicas. Nesse aspecto são evidenciadas inúmeras discussões no meio educacional, na medida em que existe uma série de barreiras no âmbito acadêmico e profissional, bem como nas propostas formativas para a superação dos desafios colocados na educação contínua desse profissional. Essas e outras questões foram abordadas e exploradas nesse trabalho em busca da compreensão dos programas de formação continuada da Diretoria de Ensino do município de Bauru/SP oferecidos aos professores de educação física. Para isso, foi realizado um estudo exploratório, contendo entrevistas semi-estruturadas, realizadas com professores e formadores, e análise de documentos referentes aos programas formativos, tendo em conta as necessidades enfrentadas pelos professores de educação física da rede pública estadual, do já citado município. Os resultados encontrados apontam diferentes categorias: a concepção de formação contínua e inicial; participação em programas/projetos de formação continuada; avaliação dos cursos/programas formativos por parte dos professores e formadores, e, por fim, as mudanças que professores e formadores consideram necessárias. Os programas estão fortemente baseados em teorias acadêmicas, e os professores ainda não conseguem aliar esses conhecimentos ao seu cotidiano, pois as dificuldades são as mais diversas. Contudo, as propostas demonstram maior proximidade à realidade desses sujeitos, bem como têm sido desenvolvidas ancoradas numa perspectiva do trabalho coletivo entre docentes e formadores. Tais avanços já são sentidos como melhoria da formação continuada por parte dos docentes.

Verardi, C.E.L.; De Marco, A. - Emoção e esporte: Entre Ronaldos e Manés, o sonho de ser um jogador de futebol profissional

Instituição: Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto - Centro Univ

Durante uma partida de futebol ocorrem manifestações de sentimentos quando experimentamos uma vitória ou uma derrota, Samulski (2002, p.145), refere-se às emoções que vivenciamos após um jogo de competição, entendendo que “uma vitória não é idêntica a uma experiência de êxito, e uma derrota não é, em si, uma experiência de fracasso”. Este estudo avaliou, por meio de uma pesquisa de campo, as relações pedagógicas desenvolvidas em um estudo de caso com a iniciação de crianças e adolescentes no futebol. Participaram da pesquisa 62 crianças e adolescentes do sexo masculino na faixa etária de 7 a 15 anos que praticam futebol na Associação Lar de Menores (ALARME), Instituição de Ensino Fundamental localizada na cidade de São José do Rio Preto/SP. O objetivo foi o de investigar como as relações entre pais e filhos afetam os estados emocionais e motivacionais de crianças e adolescentes do sexo masculino, iniciantes na prática do futebol. De acordo com Gil (2002, p. 54), o estudo de caso “consiste no estudo profundo e exaustivo de um ou poucos objetos, de maneira que permita seu amplo e detalhado conhecimento”. Foram utilizados para a pesquisa dois questionários, um para os pais e outro para as crianças e adolescentes, com vinte e uma questões cada. Com base nos resultados obtidos verificamos que 42% das crianças e adolescentes sentem indiferença por “não ligar” ao vivenciar uma derrota, em 50% dos casos observou-se à experiência de sentimentos negativos como “tristeza e desânimo” em consequência da derrota. Foram identificadas algumas emoções vivenciadas, relacionadas ao comportamento dos pais durante os jogos dos filhos: 48,21% sentem prazer, pois “assiste tranquilamente” ou “aproveita para conversar com os

amigos”; 35,71% ficam ansiosos, ao afirmarem que “torce gritando, gesticulando e incentivando”. Crianças e adolescentes (67,74%) são motivadas a praticar e participar de uma competição de futebol com intuito de “tornar-se um jogador de futebol profissional”. Nas respostas dos pais, 88,87% pretendem ou gostariam que o filho se tornasse um jogador de futebol profissional, observamos então que os sonhos de pais e filhos são convergentes ao “futebol profissional”. Palavras-chave: Futebol, Iniciação esportiva, Interferência dos pais, Emoção, Motivação.

Verardi, C.E.L.; Freitas, V.L.; Amaral, V.E.; Lobo, A.P.S. - Análise comparativa do crescimento, desempenho motor e aptidão física em crianças e adolescentes

Instituição: Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto - Centro Univ

Atualmente estudos que monitoram o crescimento, a composição corporal e o desempenho motor de crianças e adolescentes brasileiros, têm merecido atenção especial por parte de alguns pesquisadores. Um dos objetivos é fornecer indicadores para futuras comparações com estudos posteriores. O presente estudo tem o objetivo, de realizar um levantamento envolvendo variáveis que procuram identificar as características de peso, estatura, flexibilidade, velocidade, força e resistência geral em crianças e adolescentes de 10 a 12 anos de idade, da cidade de Carneirinho-MG. Este estudo caracteriza-se por ser um estudo de caso, onde, por meio de pesquisa de campo, foi analisado: peso, estatura, flexibilidade (teste de sentar e alcançar), resistência cardiorrespiratória (teste de corrida de 9 minutos), velocidade (teste de corrida de 20 metros), força explosiva (testes arremesso de medicineball) e salto horizontal parado. A amostra é constituída por crianças e adolescentes de ambos os sexos (N=52), na faixa etária entre 10 e 12 anos de idade. Para análise dos dados, foram comparados os valores médios dos testes, entre ambos os sexos, utilizando-se como referência às tabelas normativas sugeridas pelo Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR). Resultados parciais indicam uma predominância dos meninos em todos os testes pela classificação dos indicadores de aptidão física relacionados à saúde, a maioria dos avaliados de ambos os sexos, tiveram seus desempenhos classificados na zona saudável, ou acima desta. Já para aptidão física relacionada à performance, a grande maioria dos avaliados obtiveram desempenhos classificados como; muito fraco, fraco e razoável. Palavras-chave: crescimento. aptidão física. desempenho motor. criança. adolescente.

Atividade física na melhoria da qualidade de vida em mulheres mastectomizadas

Vieira, A.; Rodrigues, J.

Instituição: Ufu-Depto de Educação Física

No Brasil o câncer de mama é a maior causa de óbitos por câncer na população feminina, principalmente na faixa etária entre 40 e 69 anos. Dados do Instituto Nacional do Câncer (2006) indicam que a taxa bruta de mortalidade por câncer de mama apresentou uma variação percentual de 76% nas últimas décadas, passando de 5,77 em 1979, para 10,15 mortes por 100.000 mulheres em 2002. Segundo dados do Programa de Oncologia - INCA (1996) o câncer da mama ocupa o primeiro lugar em incidência nas regiões Nordeste, Sul e Sudoeste, na proporção de 22,84%, 24,14% e 23,83%, respectivamente. No Norte e Centro-Oeste, esta incidência é sobrepujada pelo câncer do colo do útero (PRO/ONCO – INCA, 2006 apud Sociedade Brasileira de Cancerologia, 2006). Devido a sua grande incidência entre a população feminina, o câncer de mama, é provavelmente o mais temido entre as mulheres. Para Gomes (1987) o câncer de mama é “o resultado de multiplicações desordenadas de determinadas células que se reproduzem em grande velocidade, desencadeando o aparecimento de tumores ou neoplasias malignas que podem vir a afetar tecidos vizinhos e provocar metástases”. Dado o diagnóstico de câncer de mama é necessária a cirurgia da mama. Na área física, a mastectomia pode gerar complicações imediatas ou tardiamente à cirurgia, como a limitação dos movimentos do braço, o linfedema e variados graus de fibrose e da articulação escapulo-umeral (ARAÚJO, 1998; MAMEDE, 1991 apud PRADO, 2004). Quanto ao emocional e social se faz necessário à intervenção de profissionais e estudiosos das áreas humanas e sociais, preocupados com a educação voltada para a saúde, já que o câncer de mama está relacionado com a qualidade de vida dos indivíduos (DUARTE, e ANDRADE, 2003). O termo qualidade de vida é entendido como uma “série de capacidades, limitações, sintomas e características psicossociais que descrevem a habilidade individual para a função e satisfação alcançadas à frente de uma variedade de papéis” (DONNER, 1995 apud LEMOS et.al, 2003). Dentro dessa perspectiva o nosso projeto irá analisar a qualidade de vida de mulheres mastectomizadas, no âmbito físico, incluindo os benefícios físicos da atividade física para a população em estudo; e no âmbito psicológico que inclui satisfação das mulheres mastectomizadas em relação ao seu envolvimento, suporte e apoio social. A partir dos pressupostos encontrados na literatura científica, o nosso trabalho tem como objetivos verificar a relação entre atividade física e qualidade de vida em mulheres mastectomizadas. A pesquisa se caracteriza como estudo de caso, e a população de estudo é constituída de 3 mulheres submetidas à cirurgia da mama (mastectomia), residentes em Uberlândia e que não praticaram atividade física no período pós-operatório. As atividades são

oferecidas duas vezes por semana, no período de 1 hora, com a prática da hidroginástica. Os Instrumento utilizado para avaliação nesse estudo serão: Ficha de informações sócio-demográficas (NERI; e SIMSON, 2001), e Questionário de Avaliação de Qualidade de Vida (SF-36). Os dados obtidos serão submetidos à análise do conteúdo comparativo e à análise estatística. Espera-se com esse estudo, contribuir para a melhora da qualidade de vida de mulheres mastectomizadas, bem como, possibilitar melhores condições de material bibliográfico nessa área tão carente de pesquisas. A pesquisa se encontra em andamento.

Apoio Trabalho: Dr^a. Patricia Silvestre de Freitas

Vieira, G.; Noronha, Y.; Verzola, M. R.; Lima-Silva, A. E.; De-Oliveira, F. R. - Respostas da frequência cardíaca e tempo de contração durante exercícios isométricos com membros superiores e inferiores

Instituição: Laboratório de Pesquisa Morfo-Luncional - LAPEM – UDESC

Introdução: Na literatura, existe uma deficiência de estudos demonstrando, em uma mesma situação experimental, a influência do gênero, tipo de exercício e da intensidade nas respostas cardiovasculares. Objetivo: Identificar possíveis diferenças nas respostas da frequência cardíaca (FC) durante os esforços isométricos em relação a intensidade, tipo de exercício e gênero. Metodologia: Foram avaliados nove praticantes de musculação que executavam em média quatro sessões de treinamento de força por semana à pelo menos um ano, 4 homens e 5 mulheres (23 ± 6 anos; $63,4 \pm 12,2$ kg; $171,0 \pm 8,0$ cm; $21,7 \pm 2,5$ kg.m⁻²). Os avaliados foram submetidos inicialmente a dois testes dinâmicos de 1RM, leg press (LEG) seguido pelo supino reto (SUP). Após, no mínimo, 48 horas de descanso, foram realizados testes de contração isométrica sempre sendo realizado primeiramente o teste na intensidade de 80% de 1RM (a 90°) até a exaustão (mantendo um ângulo de 90° nas articulações dos joelhos para o LEG e cotovelos para o SUP), e após um intervalo de cinco minutos, executava-se o teste no mesmo exercício a 60% de 1RM, com os dois exercícios realizados no mesmo dia, porém com escolha aleatória do tipo de exercício. A FC foi mensurada a cada 5 segundos de exercício, através do cardiofrequencímetro (polar®S610i). Após a aplicação do teste de Shapiro-Wilk's, foi utilizada a análise de variância de 3 entradas para comparação da frequência cardíaca final (FCfinal) e o tempo de contração (TC) entre os fatores (intensidade, tipo de exercício e gênero). Resultados: A FCfinal apresentou diferença significativa apenas para o tipo de exercício: no LEG 148 ± 11 bpm e no SUP 135 ± 17 bpm na intensidade de 80% de 1RM; e no LEG 144 ± 11 bpm e no SUP 132 ± 11 bpm na intensidade de 60% de 1RM. O TC apresentou diferença significativa apenas para a intensidade: no LEG 60% de 1RM 30 ± 8 seg e no LEG 80% de 1RM 25 ± 8 seg; e no SUP 60% de 1RM 40 ± 8 seg e no SUP 80% de 1RM 26 ± 9 seg. O tipo de exercício também parece influenciar o TC, demonstrando uma tendência a ser maior no supino ($p=0,07$). Tanto a FCfinal quanto o TC não apresentaram diferenças significativas entre o gênero em nenhuma das intensidades ou tipo de exercício. Conclusão: O aumento da massa muscular parece explicar o aumento da FCfinal. Contudo, parece que o uso de uma maior massa muscular durante o exercício não implica, necessariamente, em aumento no tempo de contração.

Vieira, M. - Lazer e qualidade de vida na Melhor Idade sob o olhar interventor do profissional de Educação Física

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

O presente estudo retrata as atividades físicas e de lazer dos grupos da 3ª Idade da cidade de Águas de São Pedro. A observação deu-se através de um levantamento do projeto de extensão universitária do Centro Universitário Senac – Águas de São Pedro. As atividades físicas e de lazer realizadas por dois grupos de participantes da Melhor Idade foram observadas pelos alunos do curso de Tecnologia Hoteleira, dentro da disciplina de Lazer e Recreação, com o objetivo principal de subsidiar a próxima etapa da pesquisa – a intervenção. O foco deste estudo está na relação do profissional de educação física com os grupos (Melhor Idade) e na possível intervenção dos educadores físicos junto às atividades realizadas pelos mesmos, buscando conscientemente uma melhor qualidade de vida e a “otimização” do tempo livre dos integrantes dos grupos. Desta forma busca-se atender aos mais diversos interesses dos participantes do projeto, contribuindo para melhoria do bem estar destas comunidades da Melhor Idade. O método utilizado no projeto deu origem através da abordagem qualitativas, orientada pelos princípios da pesquisa-ação. Resultados obtidos com o projeto ainda são parciais e serão apresentados em forma de tabelas. Este trabalho busca ainda dar oportunidades aos alunos de participarem das atividades lazer desenvolvidas dentro da disciplina e dos grupos envolvidos no projeto, através de uma prática

pedagógica consciente, relacionando a teoria com a prática. O projeto conta ainda com a parceria da Secretaria Municipal de Esportes de Águas de São Pedro.

Apoio Trabalho: Centro Universitário SENAC - Águas de São Pedro - SP.

Zaim-de-Melo, R.; Costa Soares, I. - Educação Física Escolar e alunos do 6º ano do ensino fundamental: um breve diagnóstico

Instituição: Faculdade de Educação, Ciências e Letras de Ponta Porã, MS

O início das aulas para os alunos ingressantes no 6º ano do Ensino Fundamental (antiga 5ª série) é de muita expectativa, muitas vezes é nesse momento que os discentes passam a ter aulas ministradas por vários docentes, e em alguns casos, também é o primeiro contato com um professor especialista em Educação Física. E o que os alunos esperam desta Educação Física? Como eles a enxergam? O presente estudo teve como objetivo analisar qual é a visão que alunos ingressantes no 6º ano do Ensino Fundamental possuem sobre as aulas de Educação Física. Além disso, buscou verificar se os alunos gostam da Educação Física, os motivos deste gostar e quais são os conteúdos preferidos para suas aulas. Para atingir estes objetivos aplicaram-se questionários em alunos ingressantes no 6º ano do Ensino Fundamental em uma Escola Estadual de porte médio na cidade de Ponta Porã, MS, totalizando 79 crianças (43 meninos e 36 meninas com idade média de 11,38 anos e 11,25 anos respectivamente) no primeiro dia de aula de Educação Física, em 2007. Para a análise dos dados aplicou-se a técnica de Análise de Conteúdo. Os dados foram analisados indicando as seguintes categorias: Imaginário Coletivo sobre a Educação Física; Gostar ou não da disciplina; e Conteúdo preferido nas aulas de Educação Física. Na categoria Imaginário Coletivo, para os discentes, a Educação Física é vista como: brincadeira (38,29%); desporto (22,34%); jogar bola (13,82%); diversão (9,57%); saúde (1,08%); e disciplina (1,08%). Na categoria gostar da Educação Física todos os participantes afirmaram gostar pelos seguintes motivos: prazer (45,23%); liberdade (31,5%); ter saúde (15,06%); e fazer esportes (8,21%). Na categoria Conteúdo preferido nas aulas, o futebol foi apontado em primeiro lugar (39,32%), seguido de brincadeiras (16,85%) e “correr” (10,11%). Os resultados indicam a Educação Física como sinônimo de prazer e liberdade, através das aulas os alunos podem entrar em um contato com seu corpo, correr, brincar e não apenas ficarem sentadas copiando ou ouvindo atentas o que o professor pede. O futebol como conteúdo preferido, muitas vezes, é um sinal que os alunos em anos anteriores pouco tiveram nas aulas de Educação Física, a não ser pé bola e mão bola, mas, mesmo assim, ora pela magia do jogo, ora pelo sentimento de liberdade, esses alunos gostam da Educação Física, cabendo aos professores a realização de um bom trabalho para que nos próximos anos da escolarização, as aulas não se tornem um desprazer.

Zaim-de-Melo, R.; Soares, I.C. - A Educação Física na fronteira Brasil/Paraguai: semelhanças e diferenças

Instituição: Faculdade de Educação, Ciências e Letras de Ponta Porã, MS

O objetivo deste estudo foi verificar semelhanças e diferenças na Educação Física escolar realizada no Brasil e no Paraguai, a partir de um referencial comum, aulas ministradas em 3ª séries, em escolas brasileiras e paraguaias. Para tanto, realizaram-se entrevistas com crianças (n = 44) com média etária de 09 (nove) anos, oriundas de escolas públicas das cidades de Ponta Porã, Brasil e Pedro Juan Caballero, Paraguai. Os dados coletados foram submetidos à análise de conteúdo e classificados em três categorias: a) gostar da Educação Física; b) conteúdos trabalhados nas aulas; e c) a relação existente entre o que se aprende nas aulas de Educação Física com o que é realizado nos momentos de lazer. Os resultados indicaram que a principal semelhança existente nas aulas de Educação Física realizadas em Ponta Porã e Pedro Juan Caballero relaciona-se com o gostar da disciplina e a principal diferença está relacionado ao conteúdo trabalhado nas aulas.

Zanatta, C; Matsushigue, K - Cinética da frequência cardíaca e limiar da variabilidade da frequência cardíaca: Análise preliminar

Instituição: UFPR

Introdução: A curva da frequência cardíaca (FC) em exercícios constante supralimiar apresenta um aumento rápido seguido de um incremento gradual até a exaustão. No entanto, em intensidades moderadas sobre predominância metabólica aeróbia, a frequência cardíaca aumenta até atingir um platô, estabilizando-se nos momentos subsequentes. Em baixas

intensidades, após o aumento inicial, observa-se uma diminuição nos valores de frequência cardíaca. Objetivo: Verificar a concordância da resposta da FC em exercícios de carga constante com a intensidade de esforço sub- e supralimiar considerando o Limiar de Variabilidade da Frequência Cardíaca (LVFC). Material e Métodos: Doze sujeitos (sete homens e cinco mulheres) foram submetidos a um teste progressivo em um cicloergômetro para a determinação do LVFC através do método proposto por Lima e Kiss (1999). A carga inicial foi de 0,5 Kp com um aumento de 0,25 Kp por minuto até a exaustão voluntária. Posteriormente, em dias diferentes com um intervalo mínimo de 24 horas entre cada teste, os sujeitos foram submetidos a outros três testes de carga constante com duração de 15 minutos, nas cargas de 0,5 Kp acima (Ac-LVFC), 0,5Kp a abaixo (Ab-LVFC) e no limiar da VFC (LVFC). Em todos os testes os sujeitos portaram o Polar S810 para o registro da FC. Sobre os valores de FC batimento a batimento para cada carga foi realizado um ajuste monoexponencial ($FC = A \cdot (1 - e^{-(\text{tempo}/\tau)}) + C$), onde A é a constante de amplitude; tau é a constante de tempo e C é a constante de base. Foi assumido que houve estabilização da FC ao final do exercício quando a diferença (delta) entre o valor predito da FC para o 15º e para o 10º min foi entre zero e um bpm. Para a comparação entre as cargas foi realizada a ANOVA para medidas repetidas e quando identificada diferença significativa foi realizada a análise de post-hoc de Tukey. Para todas as análises adotou-se o nível de significância de 5%. Resultados: Não houve diferença significativa 127 s). 0 ± 209 s; Ac-LVFC: 438 ± 309 s; LVFC: $296 \pm$ entre taus (Ab-LVFC: 291 valor assintótico, dado pela soma entre as constantes A e C, e que indica o valor máximo a ser atingido foi diferente significativamente ($p < 13 \pm 30$ bpm; LVFC: $146 \pm 0,01$) entre todas as cargas (Ab-LVFC: 112 11 bpm), sendo que estes valores não foram \pm bpm; Ac-LVFC: 177 significativamente diferentes da média do último minuto dos valores brutos da FC ($p > 2,6$ bpm) foi $\pm 0,05$). O delta de Ac-LVFC (5,6 significativamente maior ($p < 0,01$) em relação às demais entre cargas 2,3 bpm). Considerando os critérios $\pm 1,8$ bpm; LVFC: $2,1 \pm$ (Ab-LVFC: 1,2 adotados, 64% dos sujeitos estabilizaram na carga Ab-LVFC, 50% na LVFC, enquanto na carga Ac-LVFC nenhum sujeito estabilizou. O coeficiente de $0,27$, \pm determinação (R2) foi baixo para a carga abaixo do LVFC (0,32 possivelmente pela característica de rápida estabilização, ou seja, o valor de FC aumentou rapidamente e logo apresentou característica $0,14 \pm$ linear, mas eleva-se quanto mais intensa é a carga (LVFC: $0,76$ 0,08). Observou-se que os valores de C foram \pm Ac-LVFC: $0,91$ superestimados em relação ao valor inicial da FC apontando a possível necessidade da análise biexponencial. Conclusão: Há indicativos de que o LVFC indique um limiar de mudança da resposta cinética da FC.

Zanetti, MCZ; Feliciano, LF; Moreno, RMM; Botura, HMLB; Machado, AAM - O professor ideal: a visão dos alunos de uma academia de ginástica

Instituição: LEPESPE / I. B. / UNESP – Campus de Rio Claro

(Introdução) Em todas as relações de ensino-aprendizagem, o professor pode ser considerado uma peça fundamental, já que, a partir de sua intervenção, o aluno poderá avançar mais facilmente, em busca de seus objetivos. Seguindo esta mesma linha, o professor presente nas academias de ginástica, além de facilitar o aprendizado das mais diversas modalidades, poderá contribuir para uma maior adesão dos alunos, aos programas de atividades físicas. Por isso, objetivamos com este trabalho, verificar quais qualidades um professor ideal deve ter na visão dos alunos, e posteriormente, formularmos propostas de trabalho, que possam aprimorar a intervenção destes professores junto aos alunos. (Metodologia) Foram investigados através de um questionário com questões abertas, 50 alunos (35 mulheres e 15 homens) praticantes de musculação (49), e ginástica (1), com idades entre 18 e 80 anos ($30,5 \pm 14,4$), em uma academia de ginástica de São José do Rio Pardo – SP. Os dados foram coletados entre os dias 14 e 22 de fevereiro de 2007. Os alunos foram indagados sobre quais qualidades um professor ideal deveria ter, no qual, o aluno poderia apresentar como resposta até 3 qualidades. Posteriormente, as qualidades foram tabuladas, e apresentadas em valores percentuais. (Resultados) Os alunos relataram que o professor ideal deveria ter as seguintes qualidades: Ser atencioso (25.9%); Ter conhecimento profissional (22.3%); Ser educado (8.9%); Ter interesse (7.1%); Saber ensinar corretamente (5.4%); Saber motivar (4.5%); Ser Paciente (3.6%); Ser bem-humorado (3.6%); e Outras qualidades (18.8%). (Conclusão) Ao citar as qualidades referentes ao professor ideal para a academia de ginástica, os alunos consideraram que ele deve primeiramente ser atencioso, seguido por: ter conhecimento profissional; ser educado; ter interesse; saber ensinar corretamente; saber motivar; ser paciente; e ser bem-humorado. As qualidades almejadas parecem convergir para a busca de um professor que, além de estar atento aos alunos, tenha um bom conhecimento sobre sua área de trabalho, bem como, um amplo conhecimento sobre relações humanas, pedagogia, e psicologia do esporte.

Zillmann, A.; Truccolo, A. - Indicadores de flexibilidade em escolares de ambos os sexos com idade de 15 a 17 anos

Instituição: ULBRA - Depto de Educação Física

A flexibilidade é uma capacidade funcional motora e um dos principais componentes da aptidão física relacionada à saúde. O presente estudo teve o objetivo de avaliar e descrever a possível influência determinada pelo sexo e pela idade, em escolares de 15 a 17 anos de idade no que se refere ao movimento do teste sentar-e-alcançar. Objetivou-se, ainda, classificar os alunos através dos resultados obtidos com os valores de referência da bateria de testes do Projeto Esporte Brasil (PROESP), considerados como representativos de uma boa saúde. A amostra foi composta de 60 alunos de ambos os sexos de 15, 16 e 17 anos de idade cursando o ensino médio do Colégio Adventista de Gravataí, no município de Gravataí/RS no ano de 2006. Os escolares foram investigados e analisados quanto à frequência em três categorias conforme sugerido por Gaya (2000): abaixo, dentro e acima da Zona Saudável de Aptidão Física (ZSApF). Na faixa dos 15 anos, 30% dos meninos ficaram abaixo, 30% dentro e 40% acima da Zona Saudável de Aptidão Física, enquanto que para as meninas o percentual observado foi de 10%, 40% e 50% nas respectivas categorias. Aos 16 anos, foram classificados 10% dos meninos dentro e 70% acima dos critérios estabelecidos. Para as meninas da mesma idade ficaram 20% abaixo, 20% dentro e 60% acima da Zona Saudável de Aptidão Física. Aos 17 anos, os meninos foram classificados com 30% abaixo, 20% dentro e 50% acima da Zona Saudável de Aptidão Física, enquanto que o percentual encontrado para as meninas nas respectivas categorias, foi de 40%, 30% e 30%. O total da amostra apresentou uma ocorrência de 25% (15 escolares) com baixos níveis de flexibilidade. Aos 15 anos, as meninas apresentaram uma média de 28,9cm, aos 16, 28,8cm e aos 17 anos 27,4cm, enquanto os meninos 26,2cm aos 15, 27,4cm aos 16 e 24,2cm aos 17 anos. Quando comparadas as médias, juntando os dois sexos, obteve-se 27,5cm aos 15 anos, 28,1cm aos 16 e 25,8 aos 17 anos. Conclui-se que para essa faixa etária estudada a flexibilidade teve uma queda relativa no gênero feminino com o passar da idade verificada, entre os meninos uma ligeira elevação aos 16 anos, mas uma queda considerável aos 17 anos. Na relação entre os gêneros, as meninas demonstraram-se mais flexíveis em todas as idades estudadas. Quanto à zona saudável de aptidão física, pode-se observar um percentual grande dos escolares acima dos critérios estabelecidos.

Apoio Trabalho: Universidade Luterana do Brasil - ULBRA

Ziskind, F. S.; Leitão, R. A. A. - Scout digital no futebol feminino

Instituição: Unicamp-Faculdade de Educação Física

A tecnologia vem sendo utilizada pelos mais diversos esportes há muitos anos e tem dado contribuições para o desenvolvimento de novos métodos de pesquisa, abrindo novas portas para a ciência do treinamento desportivo. Neste sentido, a equipe Motorola/FAJ de futebol feminino, representante da cidade de Jaguariúna, utilizou meios informáticos para a criação de ferramentas de scout. Foram testadas diversas versões computadorizadas adaptadas de modelos manuais já utilizados pela equipe até que fossem desenvolvidas as versões finais ("Seqüências Ofensivas v5.0" e "Campograma v1.0"). Nesta ferramenta cada seqüência ofensiva composta pela ordem dos eventos de uma das equipes é registrada em um computador por um observador. O objetivo deste trabalho foi de estudar a importância das informações obtidas pela ferramenta de scout "Seqüências Ofensivas v5.0" para o treinador, antes, durante e após as partidas. Especificamente, foram investigadas as participações das atletas com maior destaque em ações totais, passes, porcentagem de passes errados e ações defensivas em seqüências ofensivas terminadas em finalização ou gol. Foram analisadas seis partidas dos 70o Jogos Abertos do Interior (set/2007), as quais foram divididas em dois grupos: adversários de Jaguariúna e outros jogos. Três destaques no scout individual de cada equipe foram selecionados em cada um dos seguintes conjuntos: ações totais, passes, porcentagem de passes errados e ações defensivas. As atletas destacadas nos conjuntos foram analisadas em relação à participação, disposição e assistências realizadas nas seqüências ofensivas terminadas em finalização ou gol. Apesar de não serem as atletas com maior participação nas seqüências ofensivas terminadas em finalização ou gol, foi encontrado que as atletas destacadas no conjunto ações do scout individual apresentaram valor maior do que o esperado relativo às participações totais nas seqüências ofensivas terminadas em finalização ou gol. Neste mesmo aspecto, o conjunto que apresentou menor valor foi o de ações defensivas. Já em relação a assistências, o conjunto passes foi o que apresentou maior número de assistências pelas atletas destacadas no scout individual. Concluiu-se que dados exclusivamente quantitativos relativos a ações técnicas do jogo não são suficientes para analisar a fundo as oportunidades de gols de uma equipe, sendo que a coleta de dados por seqüências ofensivas possibilita análises mais precisas sobre o jogo.

Christofolletti, D.F.A.; Schwartz, G.M.; Campagna, J.; Santiago, D.R.P.; Teixeira, H.M.C. - Diferenciações no processo ensino-aprendizagem do xadrez em diversos contextos

Instituição: Unesp-IB-Depto de Educação Física

Este estudo, de natureza qualitativa, teve como objetivo investigar as diferentes metodologias adotadas no processo ensino-aprendizagem do jogo de xadrez, nos âmbitos escolar, do lazer e competitivo e constou de pesquisa exploratória, desenvolvida por meio de entrevista, como instrumento para coletas de dados. A amostra intencional participante do estudo foi composta por 13 sujeitos, brasileiros, professores de xadrez, de ambos os sexos, com níveis de escolaridade superior. Os dados foram analisados descritivamente, por Análise de Conteúdo Temático e indicam que 76,92% dos entrevistados afirmaram haver diferenças, quando se focaliza o ensino do xadrez nos contextos do lazer, da escola e competitivo, justificando que, se o ensino encontra-se voltado para o lazer, a estratégia utilizada é focada em brincadeiras, havendo a necessidade de uma boa integração entre o professor e o aluno e, em relação ao silêncio absoluto, muito exigido durante as competições e aulas teóricas, este não é considerado como o ponto fundamental segundo 38% dos professores entrevistados. Outra parcela, sob o percentual de 54%, não aprofunda muito os estudos, ensinando apenas as regras básicas, que envolvem a movimentação e fundamentos básicos do jogo, não entrando em teoria de final de partida e nem nas infinitas aberturas e variantes que existem no xadrez. O jogo seria utilizado apenas, de forma complementar, para dissipar preocupações momentâneas, e para isso, não havendo necessidade de um exaustivo treinamento. 8% dos professores relatam que salientam a beleza do jogo de xadrez, mostrando combinações maravilhosas e a lenda poética sobre o xadrez, ensinando, apenas os fundamentos básicos do jogo. Quando se trata do xadrez escolar, 54% dos professores entrevistados responderam que os objetivos do ensino estão em agradar aos pais, no sentido de que o aluno deve sair das aulas sabendo jogar xadrez, tendo o conhecimento dos fundamentos básicos do jogo, para chegar em casa e poder jogar, sob forma de divertimento, com os familiares. Já para outra parcela de professores, 31%, o jogo de xadrez funciona como um coadjuvante pedagógico em sala de aula, podendo ser utilizado nas diversas disciplinas, auxiliando e incentivando o aluno a aprender mais. Por fim, 15% dos entrevistados trabalham o xadrez voltado para a parte de interação social. Quando o ensino está direcionado para competição, foi unânime a resposta alegando este que passa a ser um treinamento mais específico. Destes professores, 69% acreditam que devem trabalhar, mais intensamente, a parte teórica, sendo este treino diário, com pelo menos 2h, e conhecer o adversário que jogará, para preparar as partidas. Assim, durante o jogo, o aluno não terá grandes surpresas na fase inicial, poupando tempo, que será necessário durante o meio-jogo, quando a estratégia e a tática serão fatores decisivos. Já 31%, além de trabalharem com esta parte teórica, enfatizam o conhecimento dos adversários um fator importante. Entretanto, há uma parcela de 15,38% dos participantes do estudo que relataram não haver diferença na metodologia adotada nos diferentes contextos, acreditando que alcançar a satisfação pessoal do aluno independe do aprendizado estar voltado para o lazer, competição ou escola, já que o foco será a aprendizagem. Apenas 7,69% dos professores não opinaram sobre o assunto. O estudo conclui que há diferenças no ensino do xadrez nos três âmbitos, na visão dos técnicos e professores participantes do estudo, cabendo ao profissional adaptar os conteúdos aos interesses e expectativas daqueles que buscam esta atividade nos diferentes contextos. Torna-se importante a realização de novos estudos, a fim de se aprofundar os conhecimentos acerca dos aspectos referentes à compreensão do jogo de xadrez.

Apoio Trabalho: Laboratório de Estudos do Lazer - LEL / IB/UNESP

Normas para publicação da Motriz

Apresentação

A revista Motriz é um órgão de divulgação do Departamento de Educação Física, IB, UNESP, campus de Rio Claro, criada para atender às necessidades de divulgação e discussão da produção científica e de assuntos relacionados à ciência da Motricidade Humana, tendo como filosofia contribuir para o desenvolvimento do conhecimento nas ciências do movimento humano. A Motriz aceita a submissão de manuscritos de profissionais e pesquisadores de diferentes áreas como educação física e esportes, fisioterapia, educação especial, psicologia e outras cujos manuscritos tenham perfis direcionados à ciência da Motricidade Humana ou pertinentes aos interesses de seus leitores. Cabe ao Conselho Editorial decidir sobre a pertinência da colaboração.

I. Tipos de colaboração aceitos pela Motriz

Trabalhos relacionados à ciência da Motricidade Humana que se enquadrem nas seguintes categorias:

1. Artigos Originais: resultantes de investigação baseada em dados empíricos ou teóricos, utilizando metodologia científica. Limitado a 10 páginas impressas na publicação, incluindo resumo, *abstract*, figuras, tabelas e referências.

2. Artigos de revisão ou atualização: contendo análise crítica, ponto de vista ou avaliação que favoreça novas idéias ou perspectivas sobre temas de relevância para o conhecimento pedagógico, científico, universitário ou profissional; ou síntese de investigações, empíricas ou de construtos teóricos, de investigações já publicadas, podendo levar ao questionamento de modelos existentes e à elaboração de hipóteses para futuras pesquisas. Limitado a 10 páginas impressas na publicação, conforme especificado no item 1.

3. Relato de caso e de experiência profissional: contendo dados descritivos, análise de implicações conceituais, ou descrição de procedimentos ou estratégias de intervenção, apoiados em evidência metodologicamente apropriada de avaliação de eficácia. Limitado a 8 páginas impressas na publicação, conforme especificado no item 1.

4. Carta ao Editor: avaliação crítica de artigo publicado na Motriz ou resposta de autores à crítica formulada a artigo de sua autoria. Limitada a 2 páginas impressas na publicação, conforme especificado no item 1.

5. Resenha: revisão crítica de obra recém publicada, orientando o leitor quanto a suas características e usos potenciais. Limitada a 2 páginas impressas na publicação.

6. Resumos de teses ou dissertações: de trabalhos aprovados. Limitado a meia página impressa na publicação.

Poderá também ser publicada, a critério do Editor:

7. Notícia: divulgação de fato ou evento de conteúdo relacionado à ciência da Motricidade Humana, não sendo exigidas originalidade e exclusividade na publicação. Limitada a 1 página impressa na publicação.

II. Apreciação pelo Conselho Editorial

O original - nas categorias 1 a 5 - é aceito para análise pressupondo-se que:

(a) o mesmo não foi publicado e nem está sendo submetido para publicação em outro periódico;

(b) todas as pessoas listadas como autores aprovaram o seu encaminhamento à revista Motriz. Após aceitação, todos os autores deverão enviar via correio carta assinada autorizando a publicação, responsabilizando-se pelo trabalho publicado;

(c) qualquer pessoa citada como fonte de comunicação pessoal aprovou a citação.

Os trabalhos enviados serão apreciados preliminarmente pelo Conselho Editorial quanto à adequação à linha Editorial e atendimento às Normas de Publicação. Para decisão final, o Conselho Editorial poderá fazer uso de Consultores *ad hoc*, a seu critério. Os autores serão notificados da aceitação ou recusa de seus manuscritos. Os manuscritos, mesmo quando rejeitados, não serão devolvidos.

Pequenas modificações no texto poderão ser feitas a critério do Editor e/ou Conselho Editorial. Quando se julgar necessárias modificações substanciais, o(s) autor(es) será(ão) notificado(s) e encarregado(s) de fazê-las, devolvendo o trabalho reformulado no prazo determinado pelo Conselho Editorial.

Uma versão editada será enviada ao(s) autor(es) para aprovação antes da impressão final.

III. Forma de apresentação dos Manuscritos

A revista Motriz adota as normas de publicação da ABNT - Associação Brasileira de Normas Técnicas, NBR 6023: 2002 para “Referências” e NBR 10520: 2002 para “Citação no texto”, exceto em situações específicas onde há conflito com a necessidade de se assegurar o cumprimento da revisão cega por pares, procedimentos internos da revista, inclusive características de infra-estrutura operacional. Os manuscritos devem ser redigidos em português ou inglês. Excepcionalmente, o francês, o espanhol e o alemão poderão ser aceitos, a critério do Conselho Editorial.

Os manuscritos deverão ser encaminhados preferencialmente através do endereço eletrônico da Motriz (motriz@rc.unesp.br). Manuscritos impressos serão também aceitos, devendo, neste caso, ser encaminhados em quatro cópias e em disquete de 3 ½ pol. contendo arquivo no formato Microsoft Word para Windows.

Os manuscritos deverão ser digitados em espaço duplo, fonte tipo Times New Roman, tamanho 12, não excedendo o número de páginas apropriado de cada categoria em que o texto se insere. A página deverá ser tamanho A4, com formatação de margens superior e inferior de 2.5 cm, esquerda e direita de 3 cm, contendo necessariamente numeração de linhas e de página. Para estimar a equivalência considere que uma página impressa da publicação corresponde a 3 páginas do manuscrito.

Todo e qualquer encaminhamento à revista deve ser acompanhado de carta assinada por todos os autores, ou correspondência eletrônica, onde esteja explicitada a intenção de submissão ou re-submissão do trabalho para publicação e termo de responsabilidade do(s) autor(es) pelo conteúdo. Em caso de aceite do trabalho, uma carta de acordo de publicação deverá ser preenchida e assinada pelo autor principal para encaminhamento do trabalho para prelo.

A apresentação dos trabalhos deve seguir a seguinte ordem:

1. Folha de rosto despersonalizada contendo apenas:

1.1. Título sem abreviações, em português, não devendo exceder 10 palavras.

1.2. Sugestão de título abreviado para cabeçalho, não devendo exceder 4 palavras.

1.3. Título sem abreviações, em inglês, compatível com o título em português.

2. Folha de rosto personalizada contendo:

2.1. Mesma informação dos itens 1.1; 1.2 e 1.3 acima.

2.2. Nome de cada autor, seguido por uma afiliação institucional por ocasião da submissão do trabalho.

2.3. Indicação do autor a quem o leitor do artigo deve enviar correspondência, seguido de endereço completo, de acordo com as normas do correio e o endereço eletrônico.

2.4. Indicação de endereço para correspondência com o editor sobre a tramitação do manuscrito, incluindo fax, telefone e endereço eletrônico.

2.5. Se necessário, indicação de atualização de afiliação institucional.

2.6. Se apropriado, parágrafo reconhecendo apoio financeiro, colaboração de colegas e técnicos, origem do trabalho (por exemplo, anteriormente apresentado em evento, derivado de tese ou dissertação, coleta de dados efetuada em instituição distinta daquela informada no item 2.4), e outros fatos de divulgação eticamente necessários.

3. Folha contendo o *Resumo*, em português.

O resumo deve ter no máximo 150 palavras para manuscritos na categoria 1, 100 palavras para manuscritos nas categorias 2 e 3. As categorias 4, 5, 6 e 7 não admitem resumo. O resumo deve ser seguido de 3 a 5 palavras-chave para fins de indexação do trabalho, com base no Thesaurus – do Sport Discus ou descritores da BVS/BIREME (Biblioteca Virtual de Saúde), www.bireme.org.br

No caso de artigos originais, o resumo deve incluir: descrição sumária do problema investigado, características pertinentes da amostra, método utilizado para a coleta de dados, resultados e conclusões, suas implicações ou aplicações. O resumo de um artigo de revisão ou atualização e do relato de casos e de experiência profissional deve incluir: assunto tratado em uma frase, objetivo, tese ou construto sob análise, fontes usadas (p. ex. observação feita pelo autor, literatura publicada) e conclusões.

4. Folha contendo o *Abstract*, em inglês, compatível com o texto do resumo.

O *Abstract* deve obedecer às mesmas especificações para a versão em português, seguido de *key words*, compatíveis com as palavras-chave.

5. *Texto* propriamente dito.

Em todas as categorias, o texto deve ter uma organização de reconhecimento fácil, sinalizada por um sistema de títulos e subtítulos, sem numeração, que reflitam esta organização. No caso de artigos originais o texto deverá, obrigatoriamente, apresentar: introdução, metodologia, resultados e discussão. As notas explicativas (não bibliográficas) deverão ser reduzidas a um mínimo e colocadas no rodapé das páginas, ordenadas por algarismos arábicos que deverão aparecer imediatamente após o segmento de texto ao qual se refere à nota. Os locais sugeridos para inserção de figuras e tabelas deverão ser indicados no texto. As citações de autores deverão ser feitas de acordo com a ABNT – NBR 10520: 2002, exemplificadas no item IV. No caso de transcrição na íntegra de um texto com até três linhas, esta deve ser delimitada por aspas duplas, como por ex.: “Apesar da [...]” (DERRIDA, 1967, p.293). Uma citação direta com mais de 3 linhas deve ser apresentada em bloco próprio, começando em nova linha, com recuo de 4 cm da margem esquerda, com fonte menor que a do texto utilizado e sem aspas.

Exemplo:

Através de áudio-conferência, utilizando a companhia local de telefone, um sinal de áudio pode ser emitido em um salão de qualquer dimensão (NICHOLS, 1993, p. 181).

6. *Ordenação das referências*. Ordem alfabética letra por letra das entradas. Trabalhos de autoria única são ordenados na ordem crescente de data. Trabalhos de autoria única precedem trabalhos de autoria múltipla, obedecendo-se a ordem de quantidades de colaboradores ao primeiro autor. Trabalhos com autorias múltiplas idênticas serão ordenados na ordem crescente de data. Trabalhos com a mesma autoria e a mesma data serão ordenados alfabeticamente pelo título, colocando-se a, b, c, após as datas para diferenciação (1979a). Desconsiderar na alfabetização a primeira palavra se for artigo ou pronome.

Quando repetido, o nome do autor pode ser substituído por um traço sublinear (equivalente a seis espaços) e ponto. O formato da lista de referências deve ser apropriado à tarefa de revisão e de editoração, além de espaço duplo e tamanho de fonte 12, parágrafo normal, sem recuo, alinhado somente à margem esquerda do texto (cf. exemplificado no item V).

7. *Anexos*, apenas quando contiverem informação original importante, ou

destacamento indispensável para a compreensão de alguma seção do trabalho. Recomenda-se evitar o uso de anexos.

8. *Figuras*, incluindo legenda, uma por página em papel e por arquivo de computador, quando preparadas eletronicamente denominadas *figura1.xxx*, *figura2.xxx* e etc. (*onde xxx é a extensão do arquivo*) e uma relação contendo título de todas as figuras numeradas conforme indicado no texto. Para assegurar qualidade de reprodução as figuras contendo desenhos deverão ser encaminhadas em qualidade para fotografia; as figuras contendo gráficos não poderão estar impressas em impressora matricial. Como a versão publicada não poderá exceder a largura de 8,3 cm para figuras simples, e de 17,5 cm para figuras complexas, o autor deverá cuidar para que as legendas mantenham qualidade de leitura, caso a redução seja necessária. O encaminhamento de arquivos eletrônicos das figuras em formato JPG ou inseridos em documento MSWord ou Excel é recomendado aos autores.

9. *Tabelas*, incluindo título e notas, uma por arquivo de computador (denominados *tabela1.xxx*; *tabela2.xxx*); *onde xxx é a extensão do arquivo* ou por página em papel. Na publicação impressa a tabela não poderá exceder 17,5 cm de largura x 23,7 cm de comprimento. Ao prepará-las, o autor deverá limitar sua largura a 60 caracteres, para tabelas simples de modo a ocupar uma coluna impressa, incluindo 3 caracteres de espaço entre colunas da tabela e limitar a 125 caracteres para tabelas complexas de modo a ocupar duas colunas impressas. O comprimento da tabela não deve exceder 55 linhas, incluindo título e rodapé(s).

IV. *Citações no texto*

Citação de artigo de autoria múltipla

1. Dois autores

O sobrenome dos autores é explicitado em todas as citações, conforme abaixo:

Ex.:

O método proposto por Ulrich e Thelen (1979).

Ex.:

Este método foi inicialmente proposto para o estudo da marcha automática (ULRICH; THELEN, 1979).

2. Acima de três autores

O sobrenome do primeiro autor é explicitado, seguido de “et al.” e o ano:

Ex.: Mattos et al. (1994) verificaram que...

Na seção de Referências todos os nomes são relacionados.

Citações de trabalho discutido em uma fonte secundária

O trabalho usa como fonte um trabalho discutido em outro, sem que o trabalho original tenha sido lido (por exemplo, um estudo de Lima, citado por Silva, 1982). No texto, use a seguinte citação:

Ex.: Lima (apud Silva, 1982) acrescenta que estes estudantes[...]

Na seção de Referências informe apenas a fonte secundária, no caso Silva, usando o formato apropriado.

Citações de obras antigas reeditadas

Autor (data da publicação original / data da edição consultada). Ex.: Campbell (1790/1946).

Citação de comunicação pessoal

Este tipo de citação deve ser evitado, por não oferecer informação recuperável por meios convencionais. Se inevitável, deve aparecer no texto, mas não na seção de Referências, mencionando-se os dados disponíveis, em notas de rodapé.

Ex.: B. D. Ulrich (informação verbal)¹
No rodapé da página: ¹- Palestra proferida por Ulrich no Congresso Internacional de Ciência da Motricidade, em Rio Claro, 5 de maio, 1995.

V. Exemplos de tipos comuns de referência

1. Relatório técnico

BIRNEY, A. J.; HALL, M. M. **Early identification of children with written language disabilities** (report 81-1502). Washington, D. C: National Education Association, 1981.

2. Trabalho apresentado em congresso, mas não publicado:

HAIDT, J.; DIAS, M. G.; KOLLER. **Disgust, disrespect and culture: Moral judgement of victimless violations in the USA and Brazil**. Trabalho apresentado na 5ª. Reunião Anual (Annual Meeting) da Society for Cross-Cultural Research, Isla Verde, Puerto Rico, 1991.

3. Trabalho apresentado em congresso com resumo publicado em publicação seriada regular: tratar como publicação em periódico.

SILVA, A. A.; ENGELMANN, A. Teste de eficácia de um curso para melhorar a capacidade de julgamentos corretos de expressões faciais de emoções. **Ciência e Cultura**, São Paulo, v.40, n.7, supl., p.927, 1988.

4. Trabalho apresentado em congresso com resumo publicado em publicação especial: tratar como publicação em livro, informando sobre o evento de acordo com as informações disponíveis em capa.

MAUBERG DE CASTRO, E.; MORAES, R. Psicofísica do esforço : impacto no esporte. In: REUNIÃO ANUAL DE PSICOLOGIA, 22., 1962, Ribeirão Preto. **Resumos de comunicações científicas ...** Ribeirão Preto: Sociedade Brasileira de Psicologia, 1962. p. 666

5. Teses ou dissertações
CASTRO, L. **A família atleta: interação entre competências e competição**. Estudo de caso. 1989. 150f. Dissertação (Mestrado em Ciência da Motricidade) – Instituto de Biociências, Universidade de São Paulo, São Carlos, 1989.

6. Livros

SHERRILL, C. **Educação física adaptada**. Rio de Janeiro: Zahar, 1983.

7. Capítulo de livro.

BLOCK, S. S.; BORG, P. Early psychophysics. In: MOORE, A. T. ; STADIUM, J. E. (Ed.). **Handbook of human behavior**. Engleood Cliffs: Prentice-Hall, 1977. p.500-550.

8. Livro traduzido, em língua portuguesa
MAGILL, C. C. **Aprendizagem motora: conceitos e aplicações**. Tradução de A. M. da Costa. 5.ed. São Paulo: Edgard Blücher, 1998. Título original: Motor learning: concepts and applications.

Se a tradução em língua portuguesa de um trabalho em outra língua é usada como fonte, citar a tradução em português e indicar ano de publicação do trabalho original.

9. Artigo em periódico científico

MOORE, J. M.; THOMPSON, G.; THOMPSON, M. Auditory localization of infants as a function of reinforcement conditions. **Journal of Speech and Hearing Disorders**, Rockville, v. 40, n.2, p.29-34, 1975.

Obras antigas com reedição em data muito posterior

CABRAL, P. A. **Tratado sobre o Brasil**. Rio de Janeiro: Colombo, 1946. Originalmente publicado em 1500.

1. Obra no prelo

Não forneça ano, volume ou número de páginas até que o artigo esteja publicado.

MORAES, R. M.; MAUERBERG-DE CASTRO, E.; SCHULLER, J. Nada sobre nada em esporte. **Motriz**. No prelo.

2. Autoria institucional

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM – III – R Diagnostic and statistical manual of mental disorder**. 3 rd ed. rev. Washington, 1988.

Obras publicadas em meio eletrônico

Exemplo típico:

ROBINSON, B. End of the world predictions.

Disponível em:

http://www.religioustolerance.org/end_wrlld.htm.

Acesso em: 12 oct. 1998.

Citação no texto – NBR 10520/Ago. 2002

A chamada “limpeza étnica” não está especificamente associada com conflitos armados, mas pode ocorrer em países onde a política está em crise (BRUCE, 1996).

VI. Direitos Autorais

Artigos publicados na Motriz

Os direitos autorais dos artigos publicados pertencem à revista Motriz. A reprodução total dos artigos desta revista em outras publicações, ou para qualquer outra utilidade, está condicionada à autorização escrita do Editor da Motriz. Pessoas interessadas em reproduzir parcialmente os artigos desta revista (partes do texto que excederem 500 palavras, tabelas, figuras e outras ilustrações) deverão ter permissão escrita do(s) autor(es). O autor principal de cada artigo receberá uma revista contendo o seu artigo.

Reprodução parcial de outras publicações

Manuscritos submetidos que contiverem partes de texto extraídas de outras publicações deverão obedecer aos limites especificados para garantir originalidade do trabalho

submetido. Recomenda-se evitar a reprodução de figuras, tabelas e desenhos extraídos de outras publicações.

O manuscrito que contiver reprodução de uma ou mais figuras, tabelas e desenhos extraídos de outras publicações só será encaminhado para análise se vier acompanhado de permissão escrita do detentor do direito autoral do trabalho original para a reprodução especificada na Motriz. A permissão deve ser endereçada ao autor do trabalho submetido. Em nenhuma circunstância a Motriz e os autores dos trabalhos publicados nesta revista repassarão direitos assim obtidos.

VII. Endereço para Encaminhamento

A remessa de manuscritos para publicação, bem como toda a correspondência que se fizer necessária, deve ser endereçada para:

Editor Chefe

Motriz: Revista de Educação Física - UNESP

E-mail: motriz@rc.unesp.br

Departamento de Educação Física

Instituto de Biociências

Universidade Estadual Paulista

Av. 24-A, 1515, Bela Vista

13506-900, Rio Claro, SP, Brasil

Comunicações rápidas podem também ser feitas para:

Fax: (19) 3526.4321.

Fone: (19) 3526.4305.