

APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE ESCOLARES DOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Pesquisador(es): BUENO, Romael; SANTOS, Mendes Ricardo Sérgio dos
Curso: Educação Física- Licenciatura
Área: Ciências da Vida

Resumo: Durante seu desenvolvimento as crianças devem ser bastante ativas, para que tenham um crescimento saudável, pois caso possuam padrões de vida saudáveis terão benefícios por toda sua vida. A prática de exercício físico contribui significativamente para uma melhor qualidade de vida, no entanto, o sedentarismo não afeta somente os adultos, mas também crianças e adolescentes, que por diversos motivos movimentam-se cada vez menos favorecendo assim o surgimento de doenças crônicas degenerativas. Visto que os hábitos de vida são essenciais para a qualidade de vida, é fundamental desenvolver ações que alterem este quadro, por isso é importante verificar o nível de aptidão física relacionada à saúde e a realizar a orientação para a prática regular de atividades físicas visando à prevenção de possível surgimento de doenças e a obtenção de uma boa qualidade de vida. Diante disso o presente estudo tem por objetivo avaliar a aptidão física relacionada à saúde de escolares do ensino fundamental II. Esse estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva quantitativa. A população investigada será composta de aproximadamente 148 alunos de ambos os sexos, da 6ª à 9ª ano na faixa etária de 11 à 14 anos de uma escola pública estadual do município de Xanxerê/ SC. Para atingir os objetivos do estudo serão aplicados os testes de aptidão física relacionada à saúde do Projeto Esporte Brasil (Proesp-Br). E com isso, possibilitar que o professor realize suas aulas de acordo com as necessidades de seus alunos.

Palavras-chave: Aptidão física. Saúde. Escolares.

E-mails: romaelbueno20@gmail.com; sergio.santos@unoesc.edu.br.