



Centro Universitário de Brasília – UniCEUB  
Faculdade de Ciências da Educação E Saúde – FACES

JHONATAN GABRIEL AMARO ARAÚJO DOS REIS

**NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA EM DIFERENTES MODALIDADES NAS AULAS DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO MÉDIO**

Brasília  
2016

JHONATAN GABRIEL AMARO ARAÚJO DOS REIS

**NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA EM DIFERENTES MODALIDADES NAS AULAS DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO MÉDIO**

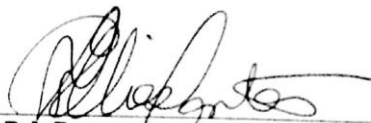
Trabalho de conclusão de Curso  
apresentado como requisito parcial à  
obtenção do grau de Licenciatura em  
Educação Física pela Faculdade de  
Ciências da Educação e Saúde Centro  
Universitário de Brasília – UniCEUB.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dra. Renata  
Aparecida Elias Dantas

Brasília  
2016

## ATA DE APROVAÇÃO

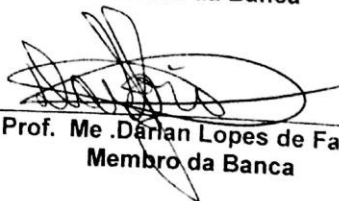
De acordo com o Projeto Político Pedagógico do **Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB**, o (a) acadêmico (a) **JHONATAN GABRIEL AMARO ARAÚJO DOS REIS** foi aprovado (a) junto à disciplina da licenciatura **Trabalho de Conclusão de curso – Apresentação**, com o trabalho intitulado **NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA EM DIFERENTES MODALIDADES NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO MÉDIO**.



Profa.. Dr<sup>a</sup>. Renata Aparecida Elias Dantas  
Presidente



Prof. Dr. Marcelo Guimarães Bóia do Nascimento  
Membro da Banca



Prof. Me. Darian Lopes de Farias  
Membro da Banca

Brasília, DF, 14/11/2016

## RESUMO

**Introdução:** As aulas de educação física tem um papel fundamental no desenvolvimento do indivíduo, além disso, tem como uma de suas finalidades trabalhar a aptidão física para que isso seja levado para a vida. **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi verificar os níveis de aptidão física, em escolares de 14 a 18 anos, que praticam diferentes modalidades nas aulas de educação física do ensino médio. **Materiais e Métodos:** A amostra desse estudo foi constituída por 40 indivíduos do sexo masculino, com idade entre 14 e 18 anos, do ensino médio, de uma escola pública de Santa Maria, cidade satélite do DF. A aptidão física foi analisada através dos testes de agilidade, shuttlerun; potência de membros inferiores, salto horizontal, salto vertical e teste de velocidade, tiro de 20 metros. **Resultados:** Após a aplicação da bateria de testes, foi observado diferenças estaticamente significativas entre os dois grupos na avaliação de potência de membros inferiores, salto horizontal ( $p=0,03$ ) e para o teste de agilidade ( $p=0,01$ ). Nos demais testes as diferenças não foram significativas. **Considerações finais:** Pode se considerar que os níveis de aptidão física para os dois grupos são considerados satisfatórios e normais. Conclui-se que são necessários mais estudos para analisar as capacidades físicas dentro da educação física escolar, porque essas capacidades são importantes na vida do indivíduo, até mesmo no envelhecimento.

**Palavras-chave:** Ensino médio. Educação física escolar. Aptidão física. Basquetebol. Futsal.

## ABSTRACT

**Introduction:** The physical education plays a key role in the development of the individual, in addition, has as one of its goals to work physical fitness for this to be taken for life. **Objective:** The objective of this study was to determine the levels of physical fitness in students from 14 to 18, who practice different sports in physical education classes in high school. **Materials and Methods:** The sample of this study consisted of 40 males, aged 14 and 18, high school, a public school in Santa Maria, satellite city of DF. Physical fitness was assessed through agility tests, shuttle run; lower limb strength, standing long jump, vertical jump and speed test, 20-meter shot. **Results:** After application of the test battery was statically significant differences observed between the groups in the strength assessment of the lower limbs, horizontal jump ( $p = 0.03$ ) and the speed test ( $p = 0.01$ ). In other tests the differences were not significant. **Conclusions:** : It can be considered that the physical fitness levels for the two groups are considered satisfactory and normal. It is concluded that more studies are needed to analyze the physical capabilities within the school physical education, because these skills are important in the life of the individual, even in aging.

**Keywords:** High school. Physical school education. Physical aptitude. Basketball. Futsal.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>7</b>
<b>2 MATERIAIS E MÉTODOS.....</b>	<b>9</b>
<b>2.1 Amostra.....</b>	<b>10</b>
<b>2.2 Métodos.....</b>	<b>10</b>
<b>3 RESULTADOS.....</b>	<b>11</b>
<b>3.1 Análise Estatística.....</b>	<b>11</b>
<b>3.2 Resultados.....</b>	<b>11</b>
<b>4 DISCUSSÃO.....</b>	<b>14</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>16</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>17</b>
<b>ANEXO A.....</b>	<b>19</b>
<b>ANEXO B.....</b>	<b>20</b>
<b>ANEXO C.....</b>	<b>21</b>
<b>ANEXO D.....</b>	<b>22</b>
<b>ANEXO E.....</b>	<b>23</b>
<b>ANEXO F.....</b>	<b>24</b>
<b>ANEXO G.....</b>	<b>25</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A presença da educação física nas escolas é de grande importância, pois através dela é que os alunos serão introduzidos à ginásticas, jogos, danças, esportes e lutas. E também serão apresentados a cultura corporal de movimento, que dará a base para a prática de atividades físicas, trazendo melhoria para a qualidade de vida. Além de somar na educação moral e intelectual. (COSTA, 2009)

E o presente estudo irá trabalhar com alunos do ensino médio, onde a educação física é mais marginalizada e muitas vezes deixada de lado por algumas escolas, ou as aulas de educação física são totalmente voltadas para a busca de novos atletas, o que desmotiva e desinteressa os alunos de participarem.

O ensino médio é frequentado, na sua maioria, por alunos que se encontram na fase da adolescência, e estão passando por diversas transformações físicas, maturacionais, modificações no pensamento, busca de uma identidade e a procura de seu lugar na sociedade. Constatou-se através de uma análise, levando em conta todas essas variáveis, que a educação física tem o importante papel de colaborar na sua formação como cidadão e ser crítico, além de dar uma base motora que o aluno levará para a vida toda. (BARNI, 2003)

E é dentro das aulas de educação física que serão trabalhados diversos valores, conhecimentos e capacidades físicas que fazem parte da formação completa do indivíduo. A interação social dentro das aulas é um fator importante pois todos os alunos são tratados da mesma forma, buscando sempre o desenvolvimento de todos. O cunho social e afetivo sempre deve ser trabalhado, mas o enfoque maior das aulas de educação física é dar aos alunos a base motora necessária para a prática eficiente das atividades desenvolvidas.

Os desempenhos motores e físicos estão fortemente ligados aos processos de crescimento, maturação e são bastante influenciados por fatores externos, genéticos e principalmente pela prática regular de atividades físicas. (NAHAS, 2001)

Ainda não existe um conceito concreto que defina a aptidão física, mas esta está ligada às capacidades físicas desenvolvidas durante toda a vida como: velocidade, agilidade, flexibilidade, resistência cardiorrespiratória, força e resistência muscular. Para avaliar um indivíduo como fisicamente apto é preciso trabalhar todas essas vertentes que compõem a aptidão física. E os bons níveis de aptidão física

estão ligados a uma melhor qualidade de vida e prevenção de diversas doenças cardiovasculares, obesidade, hipertensão entre outras. (DÓREA, 2008)

Segundo Guedes (2007) a aptidão física pode ser conceituada em duas vertentes: A aptidão física relacionada a saúde – que proporciona um menor risco de desenvolver doenças e abrange as capacidades cardiorrespiratória, força/resistência muscular, flexibilidade e gordura corporal; e a Aptidão física relacionada ao desempenho motor – que se refere ao desempenho de habilidades específicas, mais relacionadas ao esporte e abrange as capacidades potência de (ou força explosiva), velocidade, agilidade, coordenação e equilíbrio.

Fazendo a análise de diferentes modalidades (basquetebol e futsal) é possível encontrar algumas semelhanças e diversas diferenças. A velocidade é uma vertente em comum em diversas modalidades esportivas, sendo muitas vezes treinada de forma bem parecida. O futsal como uma modalidade que é totalmente óculo pedal exige muito mais potência de membros inferiores, já o basquetebol trabalha a capacidade óculo manual, mas exige tanto potência de membros inferiores quanto de membros superiores. (FIGUEIREDO, 2015)

Levando em consideração todas as variáveis da aptidão física, as variáveis neuromotoras e as diferenças entre as modalidades, o presente estudo tem como objetivo verificar os níveis de aptidão física em diferentes modalidades nas aulas de educação física do ensino médio.



## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Essa pesquisa trata-se de um estudo transversal de caráter exploratório, foi aprovado pelo comitê de ética e pesquisa do centro universitário de Brasília, seguindo as diretrizes nacionais, da resolução 466/12 CM/MS, número do CAAE: 57460616.0.0000.0023, o número do parecer: 1.665.919/2016.

### 2.1 Amostra

Participaram deste estudo 40 alunos, do sexo masculino, do 1º ao 3º ano do ensino médio de uma escola pública de Santa Maria que é uma cidade satélite do DF, com idade entre 14 e 18 anos.

### 2.2. Métodos

Os alunos receberam um termo de consentimento que foi ser assinado pelos pais para que os mesmos estivessem autorizados a participar dos testes. Antes da bateria de testes, foram mensurados altura e peso, por meio de uma fita métrica de 2 metros de comprimento e da balança digital britânia superslim preta. Logo após isso, foi realizado um breve aquecimento para que os alunos possam alcançar seu melhor desempenho e para diminuir os riscos de lesão. Foi aplicada uma bateria de testes, com objetivo de avaliar os níveis de aptidão física em diferentes capacidades.

- Teste de agilidade (ShuttleRun): o avaliado assume a posição de pé atrás da linha de saída com os pés em afastamento ântero-posterior. Ao ser dado o comando do professor, o avaliado deverá correr o mais rápido possível até os blocos que estarão a 9,14m de distancia, lá chegando, pega um deles e retorna ao ponto de partida, depositando esse bloco atrás da linha. Em seguida, sem interromper a corrida, vai à busca do segundo bloco, procedendo da mesma forma. Ao pegar ou deixar o bloco, o(a) candidato(a) terá que cumprir uma regra básica do teste, ou seja, transpor pelo menos um dos pés as linhas que limitam o espaço demarcado. O bloco não deve ser jogado, mas sim, colocado ao solo (DANTAS, E.H.M., 1986);
- Teste de velocidade (Tiro de 20m): Um cronômetro e uma pista de 20 metros demarcada com três linhas paralelas no solo da seguinte forma: a primeira (linha de partida); a segunda, distante 20m da primeira (linha de cronometragem) e a terceira linha, marcada a um metro da segunda (linha de chegada). A terceira linha serve como referência de chegada para o aluno na

- tentativa de evitar que ele inicie a desaceleração antes de cruzar a linha de cronometragem, todas as linhas viram acompanhadas por cones para melhor sinalização. O estudante parte da posição de pé, com um pé avançado à frente imediatamente atrás da primeira linha e será informado que deverá cruzar a terceira linha o mais rápido possível. Ao sinal do avaliador, o aluno deverá deslocar-se, o mais rápido possível, em direção à linha de chegada. O avaliador deverá acionar o cronômetro no momento em que o avaliado der o primeiro passo com um dos pés além da linha de partida. O cronômetro será travado quando o aluno ao cruzar a segunda linha (Marins e Giannichi, 1998);
- Teste de potência de membros inferiores – Salto Vertical (SargentJump): O aluno em pé na posição inicial, ao lado da parede, a exatamente 30cm da fita métrica. Passar a tinta nas pontas dos dedos indicadores da mão dominante, permanecendo com a outra junto ao corpo. O aluno deverá saltar procurando a máxima altura. O executante faz uma marca na parede com os dedos (sujos de tinta) procurando alcançar o mais alto possível, através de um salto estático (Marins e Giannichi, 1998);
  - Teste de potência de membros inferiores – Salto horizontal: o avaliado deverá posicionar a ponta dos pés (paralelos) na linha de partida e realizar um salto horizontal o mais longe possível. O resultado será a distância compreendida entre a linha de partida e o calcanhar do pé mais próximo a ela, no momento da aterrissagem no solo. O avaliado poderá flexionar os joelhos e braços para facilitar o salto. Três tentativas poderão ser realizadas. A fita métrica deverá ser posicionada no solo, de forma que fique entre os pés do avaliado e uma fita adesiva para demarcar a linha de partida (Marins e Giannichi, 1998).

### 3 RESULTADOS

#### 3.1 Análise Estatística

Os dados foram expressos em média  $\pm$  desvio padrão. A normalidade das variáveis foi analisada através do teste Shapiro-Wilk, o qual demonstrou que a população avaliada não se desviava da distribuição normal ( $p > 0,05$  para todas as variáveis). O pacote estatístico adotado foi o SPSS 20. Foi utilizado o teste  $t$  de amostras independentes a fim de determinar o nível de significância das diferenças entre os escores, nos testes de aptidão física, dos grupos basquetebol e futsal. O grau de significância empregado foi de  $p \leq 0,05$ .

#### 3.2 Resultados

A tabela 1 apresenta os resultados médios e de desvios padrão para massa corporal, estatura e IMC dos escolares investigados, de acordo com a modalidade praticada durante as aulas de educação física. A média do peso corporal total foi inferior para o grupo basquetebol ( $64,3 \pm 12,95$ ) quando comparado ao do futsal ( $64,9 \pm 6,48$ ). Em relação à altura total dos sujeitos verificou-se que para o grupo futsal ( $174,5 \pm 6,7$ ) possui uma média de altura maior do que o grupo de basquetebol (Tabela 1).

Tabela 1. Caracterização da amostra (médias, desvios padrão e erros padrões da média)

Aulas de Educação Física	Basquete		Futsal	
	Média $\pm$ SD	Erro padrão	Média $\pm$ SD	Erro padrão
Idade(anos)	16 $\pm$ 1,45	0,32	16,45 $\pm$ 0,76	0,17
Peso(kg)	64,3 $\pm$ 12,95	2,90	64,9 $\pm$ 6,48	1,45
Est(cm)*	173,8 $\pm$ 7,6	1,71	174,5 $\pm$ 6,7	1,51
IMC(kg/m <sup>2</sup> )**	21,2 $\pm$ 3,41	0,76	21,4 $\pm$ 2,1	0,48
Env.Vert.(cm)***	226,85 $\pm$ 11,38	2,54	226 $\pm$ 9,18	2,05

\*Estatura \*\* índice de massa corporal \*\*\*Envergadura Vertical

Para o teste potência de membros inferiores (salto vertical) verificou-se porcentagens melhores para o grupo basquetebol em relação as classificações, média (50%) e excelente (15%), já para o grupo futsal verificou-se uma maior porcentagem apenas na classificação acima da média (65%) (Figura 1).

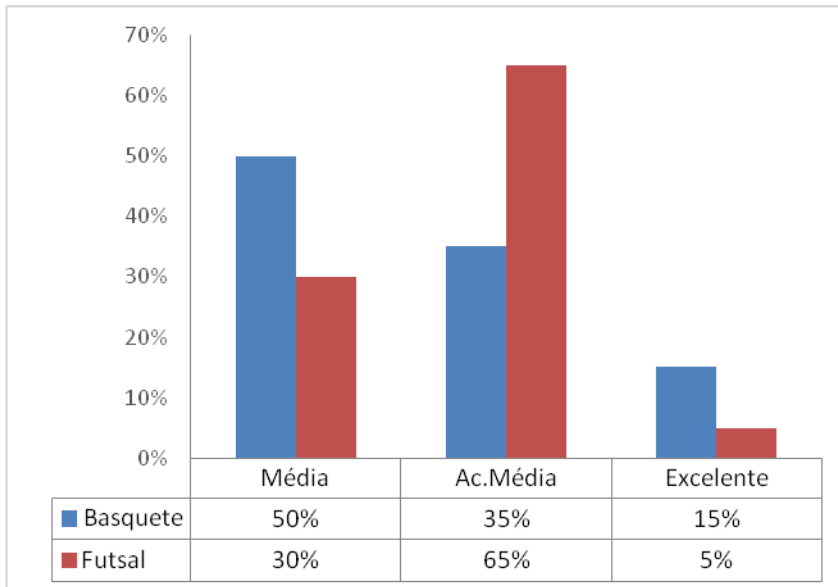


Figura 1. Classificação do percentual do nível de potência de membros inferiores salto vertical de alunos que praticam basquete e alunos que praticam futsal nas aulas de educação física.

Através do teste de salto horizontal, que traduz a potência de membros inferiores, foram encontradas porcentagens melhores para o grupo futsal nas classificações, bom (45%) e muito bom (45%), logo o grupo basquetebol teve classificações superiores nas variáveis: fraco, razoável e excelente (Figura 2).

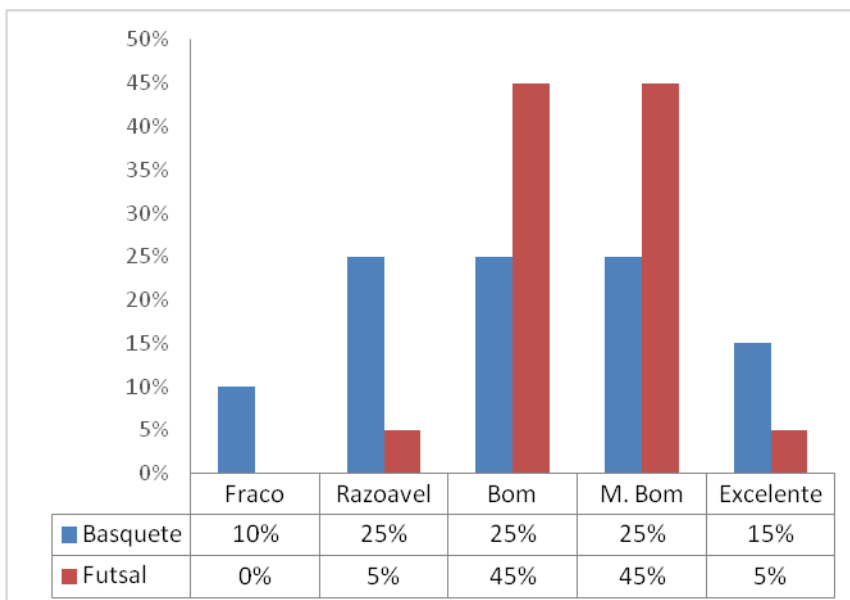


Figura 2. Classificação do percentual do nível de potência de membros inferiores salto horizontal de alunos que praticam basquete e alunos que praticam futsal nas aulas de educação física.

No teste de velocidade (*sprint* 20 metros) o grupo futsal apresentou percentuais elevados nas classificações: fraco (40%), muito bom (45%) e excelente (15%), já o grupo basquetebol apresentou percentuais elevados nas classificações: razoável (15%) e bom (35%) (Figura 3).

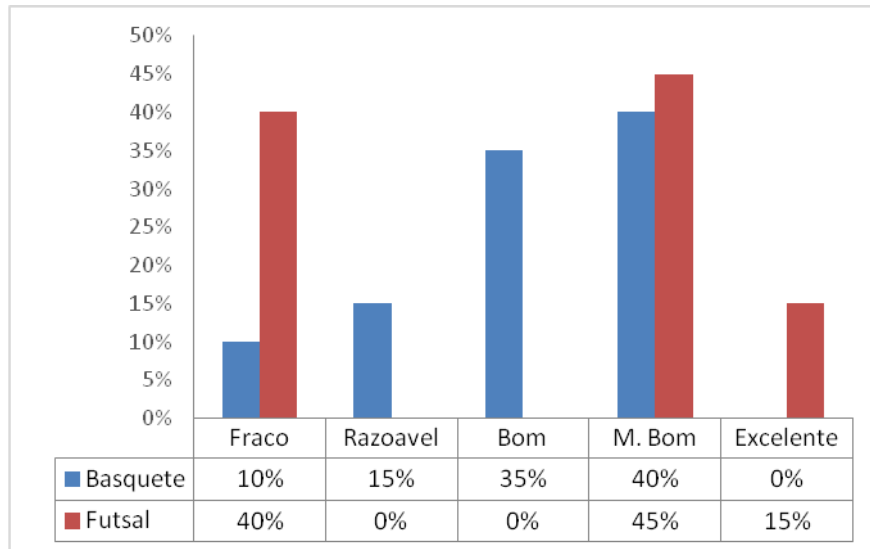


Figura 3. Classificação do percentual do nível de velocidade de alunos que praticam basquete e alunos que praticam futsal nas aulas de educação física.

Para o teste de agilidade analisado através do *sprint* com contorno de obstáculos, melhores resultados foram encontrados para o grupo futsal, nas classificações abaixo da média (55%) e média (40%) e para o grupo basquetebol uma melhor classificação apenas na variável fraco (35%) (Figura 4).

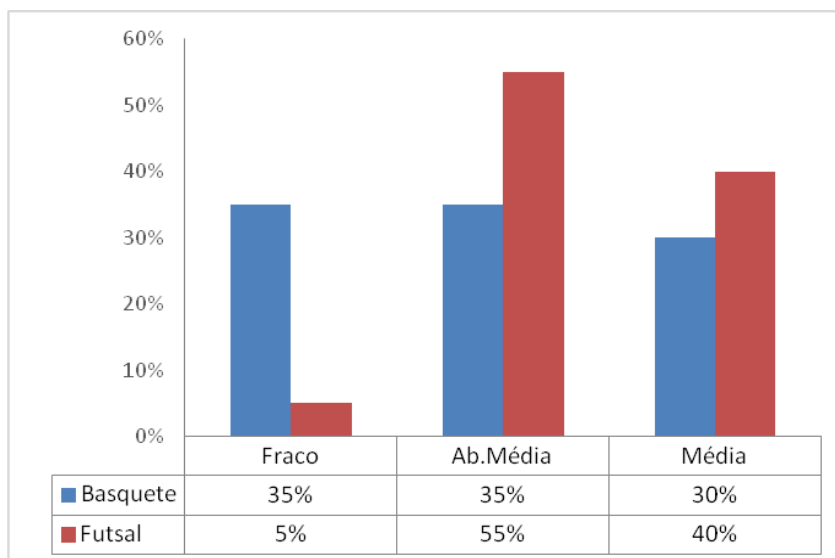


Figura 4. Classificação do percentual do nível de agilidade de alunos que praticam basquete e alunos que praticam futsal nas aulas de educação física.

A tabela 2 apresenta os resultados médios, desvios padrão, erros padrões e valores de *p*. A média do teste de impulsão vertical foi inferior para o grupo futsal  $275,8 \pm 13,29$  (cm) quando comparado ao do basquetebol  $277,15 \pm 17,78$  (cm). Em relação a velocidade verificou-se que o grupo futsal possui uma média menor  $3,14 \pm 0,43$  (seg) que o grupo basquetebol  $3,22 \pm 0,25$  (seg). Sendo que para ambos

os testes, não foram observados resultados significantes, impulsão vertical ( $p=0,78$ ) e velocidade ( $p=0,73$ ). Já para os testes de impulsão horizontal ( $p=0,03$ ) e agilidade ( $p=0,01$ ) foram encontrados resultados significantes, ambos com resultados elevados para o grupo futsal (Tabela 2).

Tabela 2. Resultados dos testes de aptidão física (média, desvio padrão, erro padrão e valor de p)

	Basquete		Futsal		p valor
	Média ± SD	Erro padrão	Média ± SD	Erro padrão	
Impulsão					
Vertical(cm)	277,15±17,78	3,98	275,8±13,29	3,98	0,78
Impulsão					
Horizontal(cm)	206,15±23,08	5,16	219,4±15,16	5,16	*0,03
Velocidade(seg)	3,22±0,25	0,06	3,14±0,43	0,10	0,73
Agilidade(seg)	10,45±0,66	0,15	9,98±0,47	0,15	*0,01

\*O valor de significância adotado foi de  $p \leq 0,05$

#### 4 DISCUSSÃO:

O ensino médio tem por finalidade fazer parte da formação integral do indivíduo, tendo como base os quatro pilares da educação “aprender a conhecer, aprender a fazer, aprender a viver com os outros e aprender a ser”. Porém, isso só é possível por meio da multidisciplinaridade, que realiza o trabalho de interligar todas as disciplinas com enfoque no desenvolvimento completo do aluno. (BRASIL,2000)

A partir daí a Educação Física, como disciplina escolar, deve tratar da cultura corporal, em sentido amplo, sua finalidade é introduzir e integrar o aluno a essa esfera, formando o cidadão que vai produzir, reproduzir e também transformar essa cultura. Na maioria das vezes as aulas de educação física no ensino médio acabam por repetir os conteúdos passados no ensino fundamental, mas não deve se restringir a isso. A educação física deve ter características próprias que consideram a fase vivenciada pelos alunos e o que tem por objetivo para essa fase final de formação. (BRASIL, 2000)

Conforme o Programa Saúde na Escola (PSE) desenvolvido por Brasil (2013), para a formação integral do indivíduo é necessário que haja uma ligação entre educação e saúde, trabalhando a prevenção e a promoção da saúde desde cedo. Isso pode ser feito através da abordagem pedagógica Saúde Renovada, que tem por objetivo incentivar a prática de atividades físicas dentro e fora das salas de aula.

Darido (2005) afirma que quando a abordagem pedagógica Saúde Renovada

é trabalhada nas escolas os alunos passam a ser norteados da importância da prática de atividades físicas, como um meio de prevenção, tratamento de doenças e busca de uma forma de vida saudável. Sendo assim, se os alunos obtiverem essa noção da necessidade da prática de atividades físicas dentro das escolas, poderão levar com si essa ideia para a vida toda.

Através dessa abordagem pedagógica é possível desenvolver a aptidão física e estimular o interesse dos alunos pela prática de atividades físicas, não só na escola mas também fora dela. Podendo utilizar a aptidão física adquirida na escola para adquirir saúde, momentos de lazer e qualquer atividade que envolva movimento. (BANDEIRA, 2014)

Os resultados apontam que as variáveis antropométricas avaliadas no estudo, não demonstraram diferenças numéricas entre os alunos, segundo Malina (200) isso é considerado normal para esta faixa etária.

Levando em consideração que cada modalidade tem um treinamento específico, foram avaliados os níveis de aptidão física, onde obteve-se resultados significantes no teste salto horizontal, potência de membros inferiores, quando ( $p=0,03$ ) o grupo futsal obteve resultados superiores, isso traduz que as aulas de educação física para os alunos que praticam futsal geraram uma melhora nessa variável da aptidão física. Sendo esses resultados semelhantes ao do estudo de Figueiredo et.al. (2015), que também analisou alunos de educação física escolar que praticavam as modalidades futsal e basquetebol, na mesma faixa etária e nas avaliações que exigiam potência de membros inferiores verificou-se que o grupo futsal também teve resultados significativos ( $p=0,01$ ), assim como no presente estudo.

No teste de agilidade, com contorno de obstáculos, o grupo futsal apresentou resultados significativos quando comparados ao grupo basquetebol, ( $p=0,01$ ). Figueiredo et. al. (2015) mostra que para esse teste já é esperado que os alunos que fazem futsal nas aulas de educação física apresentem resultados elevados, pois a modalidade exige um maior recrutamento da velocidade de uma forma geral. De acordo com Silva (2002) isso ocorre devido ao fato do grupo basquetebol ter um maior desenvolvimento nas habilidades óculo manuais, ou seja, tem mais facilidade de realizar trabalhos com as mãos do que com os pés.

Apesar dos resultados deste estudo apresentarem valores significativos nos testes para o grupo futsal, tendo um deles como esperado (teste de agilidade), vale

ressaltar a importância da potência de membros inferiores para a modalidade basquetebol. Ferreira e De Rose (2003) afirmam que o basquetebol exige um trabalho com maior enfoque no salto vertical devido às condições adversas que o jogo propõe.

Os testes tiveram por objetivo analisar e comparar os níveis de aptidão física nas duas modalidades. Tanto para basquetebol quanto para futsal, todos os resultados foram satisfatórios, pois em grande parte das variáveis as médias alcançadas foram classificadas como normais. Como recomendação futura, seria interessante a realização de um pré-teste e um pós-teste de modo a analisar a influência do treino específico sob as variáveis estudadas.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este estudo teve por objetivo analisar os níveis de aptidão física em diferentes modalidades nas aulas de educação física, comparando as modalidades basquetebol e futsal, além de analisar as variáveis antropométricas desses grupos, que apesar de não mostrarem diferenças elevadas, dão um respaldo do treinamento aplicado nas aulas de educação física quando relacionado a maturação desses jovens.

Conclui-se que os níveis de aptidão física dos dois grupos podem ser classificados como normais e satisfatórios. Além disso, quando comparados os dois grupos, os alunos que praticavam a modalidade futsal mostraram diferenças significativas para agilidade e impulsão horizontal.

Faz se necessários mais estudos para analisar as capacidades físicas dentro da educação física escolar, porque essas capacidades são importantes na vida do indivíduo, até mesmo no envelhecimento.



## REFERÊNCIAS

- BANDEIRA, A. P .R .M. et al. A abordagem pedagógica saúde renovada nas aulas de Educação Física escolar. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd196/saude-renovada-nas-aulas-de-educacao-fisica-escolar.htm>>. Acesso em: 28 Out.2016
- BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Média e Tecnológica. **Parâmetros Curriculares Nacionais (Ensino Médio)**. Brasília: MEC, 2000.
- BRASIL, Ministério da Educação e Desporto. **Programa saúde nas escolas**. Brasília: Mec/PSE, 2013.
- BARNI, M. J.; SCHNEIDER, E. J. **A Educação Física no Ensino Médio: Relevante ou Irrelevante?**. 2003. Monografia(Educação Física - Pós Graduação) - Instituto Catarinense de Pós-Graduação - ICPG, Santa Catarina, 2003.
- COSTA, A. D. **Educação física escolar: uma abordagem desenvolvimentista**. 2008. 18 p. Monografia (Educação física- Licenciatura) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Paraná, 2008.
- DANTAS, E. H. M. **A prática da preparação física**. Rio de Janeiro: Sprint, 1985.
- DARIDO, S.C.; NETO, L.S. **Educação física na escola: implicações para a prática pedagógica**. Ed. Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, 2005.
- DOREA, V. et al. Aptidão Física Relacionada à Saúde em Escolares de Jequié, BA, Brasil. **Revista Brasileira de Medicina e Esporte**, v. 14, n. 6, p. 494-499, nov/dez. 2008. Disponível em :<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-86922008000600004](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922008000600004)>. Acesso em: 31 ago.2016.
- DUMITH, S. C. et al. Aptidão física relacionada ao desempenho motor em escolares de sete a 15 anos. **Revista Brasileira de Educação Física Esporte**, São Paulo, v. 24, n. 1, p5-14, jan./mar. 2010. Disponível em:<<http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v24n1/v24n1a01.pdf>>. Acesso 31 ago. 2016.
- FERREIRA, A. E. X.; JÚNIOR, D. D. R. **Basquetebol: técnicas e táticas: uma abordagem didático-pedagógica**. EPU, 2003.
- FIGUEIREDO, T; ESPADA, M; PEREIRA, A. **Análise da aptidão física entre jogadores masculinos juvenis de futsal e de basquetebol**, 2015. Disponível em:<<http://mediacoes.esse.ips.pt/index.php/mediacoesonline/article/view/114> >. Acesso em:15 mar. 2016.
- GUEDES, D.P. Implicações associadas ao acompanhamento do desempenho motor de crianças e adolescentes. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.21, p.37-60, 2007. Número especial.

MALINA, R.M. (2002). **The young athlete: Biological growth and maturation in a biocultural context**: In F. L. Smoll & R. E. Smith (Eds.). Children and youth in sport, Dubuque, IA: Kendall Hunt Publishing, 261-292.

MARINS, J. C. B. , GIANNICHI, R. S. **Avaliação e Prescrição de atividade física: guia prático. 2ª ed.**, Rio de Janeiro (RJ): Shape, 1998.

NAHAS, M. V. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida**. Londrina: Midiograf, 2001.

SILVA, A. S. **Lesões musculoesqueléticas em atletas de elite do basquetebol feminino**. 2002. Tese de Doutorado. Dissertação; SãoPaulo: Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde UNIFESP.

## ANEXO A



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES  
Curso de Educação Física

**CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC**

**Declaração de aceite do orientador**

Eu, Renata Aparecida Elias Dantas, declaro aceitar orientar o (a) aluno (a) Jhonatan Gabriel Amaro Araújo dos Reis no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 4 de 8 de 2016.

ASSINATURA

SEPN 707/907 - Campus do UniCEUB, Bloco 9 - 70790-075 - Brasília-DF – Fone: (61) 3966-1469

[www.uniceub.br](http://www.uniceub.br) – [ed.fisica@uniceub.br](mailto:ed.fisica@uniceub.br)



Na fabricação de papel reciclado, a quantidade de água equivale apenas a 2% da utilizada para a produção de papel alvejado.

## ANEXO B

**CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC**

**Declaração de Autoria**

**Eu, Jhonatan Gabriel Amaro Araújo dos Reis , declaro ser o (a) autor(a) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaro, ainda, não ter plagiado a ideia e/ou os escritos de outro(s) autor(es) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.**

**Brasília, 14 de Novembro de 2016.**

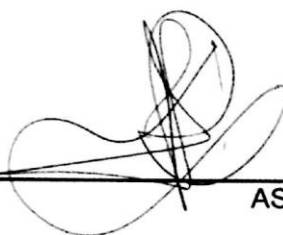
  
Orientando

## ANEXO C

**FICHA DE RESPONSABILIDADE DE  
APRESENTAÇÃO DE TCC**

Eu, Jhonatan Gabriel Amaro Araújo dos Reis RA: 21456764 me responsabilizo pela apresentação do TCC intitulado Análise dos níveis de aptidão física em diferentes modalidades nas aulas de educação física no ensino médio.

No dia 14/11 do presente ano, eximindo qualquer responsabilidade por parte do orientador.

A handwritten signature in black ink, consisting of several overlapping loops and lines, positioned above a horizontal line.

---

ASSINATURA

## ANEXO D

**FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC**

Eu, Renata Aparecida Elias Dantas venho por meio desta, como orientador do trabalho: **Análise dos níveis de aptidão física em diferentes modalidades nas aulas de educação física do ensino médio autorizar sua apresentação no dia 14/11/ 2016 do presente ano.**

Sem mais a acrescentar,



---

Orientador

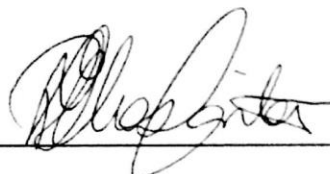
ANAEXO E

**FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DE TCC**

Venho por meio desta, como orientador do trabalho,

Análise dos níveis de aptidão física em diferentes modalidades nas aulas de educação física no ensino médio do aluno (a) Jhonatan Gabriel Amaro Araújo dos Reis autorizar sua apresentação no dia 14 /11/2016 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Jhonatan Gabriel Amaro Araújo dos Reis', is written over a horizontal line.

Orientador

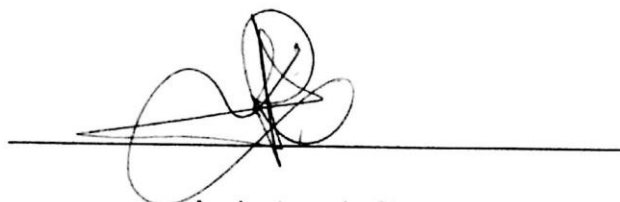
## ANEXO F

**AUTORIZAÇÃO**

Eu, Jhonatan Gabriel Amaro Araújo dos Reis

RA 21456764, aluno (a) do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor(a) do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado Análise dos níveis de aptidão física em diferentes modalidades nas aulas de educação física no ensino médio , autorizo expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizo o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, 14 de Novembro de 2016.

A handwritten signature in black ink, consisting of several loops and a horizontal line, is written over a solid horizontal line.

Assinatura do Aluno



## ANEXO G

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE  
BRASÍLIA - UNICEUB

**PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP****DADOS DO PROJETO DE PESQUISA**

**Título da Pesquisa:** Níveis de aptidão física em diferentes modalidades nas aulas de educação física no ensino médio

**Pesquisador:** Renata Aparecida Elias Dantas

**Área Temática:**

**Versão:** 1

**CAAE:** 57460616.0.0000.0023

**Instituição Proponente:** Centro Universitário de Brasília - UNICEUB

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

**DADOS DO PARECER**

**Número do Parecer:** 1.665.919

**Apresentação do Projeto:**

O objetivo deste estudo será verificar os níveis de aptidão física, em escolares de 15 a 18 anos, que praticam diferentes modalidades nas aulas de educação física do ensino médio, por meio dos testes de agilidade, shuttlerun, força de membros inferiores, salto horizontal, salto vertical e teste de velocidade, tiro de 20 metros. Serão comparados os resultados entre as modalidades objetivando compreender se o diferente estilo de treinamento aplicado na escola tem influenciado para melhores resultados no TAF (Teste de Aptidão Física). Para isso participarão da pesquisa 50 escolares do sexo masculino com idade entre 15 e 18 anos.

**Objetivo da Pesquisa:**

Verificar os níveis de aptidão física em diferentes modalidades nas aulas de educação física do ensino médio.

Nos parece que o objetivo deve ser melhor elaborado, pois nos parece que é verificar o nível de aptidão física de praticantes de diferentes modalidades.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Segundo os pesquisadores: existe um pequeno risco do aluno se machucar durante o teste, caso isso aconteça o pesquisador está apto a realizar os primeiros socorros. Caso necessário os

**Endereço:** SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar

**Bairro:** Setor Universitário **CEP:** 70.790-075

**UF:** DF **Município:** BRASÍLIA

**Telefone:** (61)3966-1511

**E-mail:** cep.uniceub@uniceub.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE  
BRASÍLIA - UNICEUB**

Continuação do Parecer: 1.665.919

participantes serão levados para o hospital mais próximo (HRSM) e se responsabiliza por qualquer gasto caso ocorra algum acidente. O benefício do participante será conhecer seu nível de satisfação física em determinada capacidade, além disso, existirão benefícios para essa área de estudo para que existam maiores discussões sobre o tema.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

Pesquisa simples e de grande importância para o contexto da educação física.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Folha de rosto assinada pelo pesquisador responsável e pela coordenação do curso de Educação Física da instituição proponente.

O Termo de aceite institucional está assinado pela direção da escola onde será realizada a coleta de dados. Foram apresentados dois modelos de TCLE, um deles é com assentimento para os estudantes menores de 18 anos.

**Recomendações:**

O CEP-UniCEUB ressalta a necessidade de desenvolvimento da pesquisa, de acordo com o protocolo avaliado e aprovado, bem como, atenção às diretrizes éticas nacionais quanto aos incisos XI.1 e XI.2 da Resolução nº 466/12 CNS/MS concernentes às responsabilidades do pesquisador no desenvolvimento do projeto:

XI.1 - A responsabilidade do pesquisador é indelegável e indeclinável e compreende os aspectos éticos e legais.

XI.2 - Cabe ao pesquisador:

- c) desenvolver o projeto conforme delineado;
- d) elaborar e apresentar os relatórios parciais e final;
- e) apresentar dados solicitados pelo CEP ou pela CONEP a qualquer momento;
- f) manter os dados da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob sua guarda e responsabilidade, por um período de 5 anos após o término da pesquisa;
- g) encaminhar os resultados da pesquisa para publicação, com os devidos créditos aos pesquisadores associados e ao pessoal técnico integrante do projeto; e
- h) justificar fundamentadamente, perante o CEP ou a CONEP, interrupção do projeto ou a não

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar  
Bairro: Setor Universitário CEP: 70.790-075  
UF: DF Município: BRASÍLIA  
Telefone: (61)3966-1511 E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE  
BRASÍLIA - UNICEUB**



Continuação do Parecer: 1.665.919

publicação dos resultados.

Observação: Ao final da pesquisa enviar Relatório de Finalização da Pesquisa ao CEP. O envio de relatórios deverá ocorrer pela Plataforma Brasil, por meio de notificação de evento. O modelo do relatório encontra-se disponível na página do UniCEUB

[http://www.uniceub.br/instituicao/pesquisa/ins030\\_pesquisacomitebio.aspx](http://www.uniceub.br/instituicao/pesquisa/ins030_pesquisacomitebio.aspx), em Relatório de Finalização e Acompanhamento de Pesquisa.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

O projeto se encontra apto a ser iniciado, no entanto, sugere-se que o TCLE seja impresso em papel timbrado da instituição proponente, e que o objetivo seja redigido de forma mais clara, principalmente no TCLE e deixar claro o que é TAF.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

Protocolo previamente avaliado por este CEP, com parecer N° 1.631.853/2016, tendo sido homologado na 12ª Reunião Ordinária do CEP-UniCEUB, em 29 de julho de 2016.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_749467.pdf	29/06/2016 20:53:56		Aceito
Folha de Rosto	FOLHADEROSTO.docx	29/06/2016 20:53:14	JHONATAN GABRIEL AMARO ARAÚJO DOS REIS	Aceito
Outros	TCI.jpg	29/06/2016 20:41:32	JHONATAN GABRIEL AMARO ARAÚJO DOS REIS	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_sem_Assentimento.docx	29/06/2016 20:37:17	JHONATAN GABRIEL AMARO ARAÚJO DOS REIS	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_com_Assentimento.docx	29/06/2016 20:35:56	JHONATAN GABRIEL AMARO ARAÚJO DOS REIS	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO_DETALHADO.docx	29/06/2016 20:29:36	JHONATAN GABRIEL AMARO ARAÚJO DOS REIS	Aceito

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar

Bairro: Setor Universitário CEP: 70.790-075

UF: DF Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE  
BRASÍLIA - UNICEUB



Continuação do Parecer: 1.665.919

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

BRASILIA, 06 de Agosto de 2016

---

Assinado por:

Marília de Queiroz Dias Jacome  
(Coordenador)

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar

Bairro: Setor Universitário CEP: 70.790-075

UF: DF Município: BRASILIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br