



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - UniCEUB

FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE – FACES

PEDRO HENRIQUE RIBEIRO DE SOUSA

**ANÁLISE DO NÍVEL DE FLEXIBILIDADE EM ESCOLARES DE 13  
A 14 ANOS**

BRASÍLIA  
2013

PEDRO HENRIQUE RIBEIRO DE SOUSA

## **ANÁLISE DO NÍVEL DE FLEXIBILIDADE EM ESCOLARES DE 13 A 14 ANOS**

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.

Orientador: Prof. Darlan Farias

BRASÍLIA  
2013

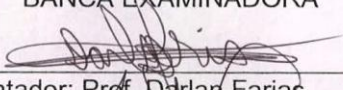
PEDRO HENRIQUE RIBEIRO DE SOUSA

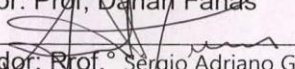
**ANÁLISE DO NÍVEL DE FLEXIBILIDADE EM ESCOLARES DE 13 A 14 ANOS**

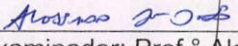
Trabalho de conclusão de Curso  
apresentado como requisito parcial  
à obtenção do grau de Licenciatura  
em Educação Física pela  
Faculdade de Ciências da  
Educação e Saúde Centro  
Universitário de Brasília –  
UnICEUB.

Brasília, novembro de 2013.

**BANCA EXAMINADORA**

  
Orientador: Prof. Darlan Farias

  
Examinador: Prof.º Sérgio Adriano Gomes

  
Examinador: Prof.º Alessandro Silva

## RESUMO

**Objetivo:** O presente estudo foi verificou o nível de flexibilidade entre escolares com idade entre 13 e 14 anos de ambos os sexos e se a flexibilidade apresenta correlação com as medidas antropométricas e força de preensão manual.

**Métodos:** Para a coleta de dados foram utilizados, uma balança eletrônica portátil da marca Camry, fita métrica (Sanny, Brasil), banco de Wells (Sanny, Brasil), dinamômetro de preensão manual (Saehaen, Korea). Foram coletados valores de peso, altura, flexibilidade, circunferência do pescoço, circunferência da cintura, circunferência do quadril e força de preensão manual. O nível de significância foi estabelecido em  $p < 0,05$ .

**Resultados:** Os resultados demonstram que houve diferença significativa na altura, na flexibilidade, circunferência do pescoço, circunferência da cintura e força de preensão manual entre meninos e meninas. Adicionalmente, a correlação apresentada não foi forte entre flexibilidade e parâmetros antropométricos e de força de preensão manual.

**Conclusão:** Conclui-se que possivelmente a flexibilidade, apesar de ser um bom parâmetro de aptidão física, não é um bom parâmetro para avaliar fatores relacionados ao risco cardiovascular, pois não apresentou forte correlação com medidas antropométricas e de força de preensão manual.

**Palavras chaves:** Flexibilidade; Preensão Manual; Circunferência do Pescoço.

## ABSTRACT

**Objective:** The aim of this study was to determine the level of flexibility among schoolchildren aged between 13 and 14 years of both sexes and if the flexibility is correlated with anthropometric and handgrip strength.

**Methods:** To collect data, we used a portable electronic scale Camry brand, tape (Sanny, Brazil), bank Wells (Sanny, Brazil), handgrip dynamometer (Saehaen, Korea). Values were collected for height, weight, flexibility, neck circumference, waist circumference, hip circumference and handgrip strength. The level of significance was set at  $p < 0.05$ .

**Results:** The results show a significant difference in height, flexibility, neck circumference, waist circumference and handgrip strength between boys and girls. Additionally, the correlation presented was not strong between flexibility and anthropometric and handgrip strength.

**Conclusion:** It is concluded that possibly flexibility, despite being a

good parameter of physical fitness, is not a good parameter to evaluate factors related to cardiovascular risk, because it showed a strong correlation with anthropometric and handgrip strength.

**Keywords:** Flexibility, handgrip, neck circumference.

## 1. INTRODUÇÃO

A escola, por ter o seu papel na formação do ser humano em todos os sentidos, é um dos locais mais adequados para promover a saúde. Em todas as disciplinas que compõem o currículo escolar, a Educação Física é a única em que os alunos têm contato com os conteúdos de saúde. Assim, os conhecimentos sobre saúde, quando aplicados adequadamente dentro dos conteúdos teóricos e atividades práticas na Educação Física Escolar, podem trazer resultados satisfatórios para desenvolvimento integral do ser humano.

Segundo Dantas (1999), a flexibilidade é um componente da saúde e qualidade de vida, definindo-a como uma “qualidade física responsável pela execução voluntária de um movimento de amplitude angular máxima, por uma articulação ou conjunto de articulações, dentro dos limites morfológicos, sem o risco de provocar lesões”. Ela se manifesta de forma diferente em cada fase da vida e tende a diminuir com o aumento da idade, por isto é uma importante valência física responsável pela saúde (GRAHAME, 2001).

A flexibilidade é o único requisito motor que se perde na infância, até os 10 anos, piorando em seguida se não for devidamente exercitada. Por esta razão, o treinamento de flexibilidade deve começar o quanto antes, para que não ocorra perda, garantindo assim uma boa elasticidade na vida adulta. Dessa forma, na terceira infância, fase que vai dos seis anos ao início da puberdade, pode-se iniciar o treinamento de flexibilidade com finalidade esportiva, exigindo elevado grau de desenvolvimento dessa qualidade física. No final desta fase, ocorrerá normalmente o início do surto pubertário, acarretando inúmeras alterações a nível hormonal, fisiológico e morfológico que irão provocar profundas modificações na biomecânica dos movimentos e na capacidade de estiramento dos músculos (DANTAS, 1995).

Outro fator importante para a saúde é força muscular que tem demonstrado associação com a diminuição de fatores de risco cardiovascular (JURCA, 2004; TIBANA, 2012). Consequentemente importantes avaliações como a força de preensão manual e circunferência do pescoço são medidas, simples e de baixo custo associando-se também com risco cardiovascular (BEM-NOUN, 2006).

Os adolescentes ainda estão atrasados em alguns requisitos motores devido às limitações durante a execução na prática regular do ensino eficiente, ausente ou da falta de encorajamento. A quantidade de atividades físicas praticadas por adolescentes estão em baixa, aumentando o sedentarismo nessa faixa etária. Os adolescentes estão perdendo as brincadeiras da infância trocando por videogames e jogos da internet (MELLO, OLIVEIRA, ALMEIDA 2009).

Diante do quadro supracitado, o presente estudo verificou o nível de flexibilidade entre escolares com idade entre 13 e 14 anos de ambos os sexos e se a flexibilidade apresenta correlação com as medidas antropométricas e força de preensão manual. A hipótese inicial é que as meninas tenham maior flexibilidade e que esta valência física apresente correlação com avaliações antropométricas e força de preensão manual no grupo total de adolescentes.

## **2. Materiais e Métodos**

Após uma revisão de literatura de artigos relacionados à flexibilidade foi confeccionado um projeto para pesquisa de campo que foi aprovado pelo CEP/UNICEUB com parecer aprovado nº 442.593/2013 (Anexo). Após a aprovação do projeto, uma autorização por escrito foi solicitada do diretor da escola para a coleta de dados. Depois de concedida a autorização, foi enviada uma carta aos pais dos alunos informando os objetivos da pesquisa.

Foi elaborado um calendário para a realização dos testes, os quais foram realizados durante as aulas de educação Física nos turnos matutino e vespertino no ginásio esportivo.

O direito de não participarem ou a possibilidade de abandono em qualquer momento da pesquisa, através do termo de assentimento, foi garantido. O nome das pessoas que participaram da amostra foi mantido em sigilo. Durante a realização dos testes foram tomados todos os cuidados previamente necessários para não expor as crianças a nenhum tipo de estresse.

### **2.1 Amostra**

O estudo foi realizado em uma escola particular na cidade Brasília DF, sendo que foram selecionados 30 alunos, 18 meninas e 12 meninos de idade entre 13 a 14 anos.

## **2.2 Instrumentos e Procedimentos**

Para a coleta de dados foram utilizados, uma balança eletrônica portátil da marca Camry, fita métrica (Sanny, Brasil), banco de Wells (Sanny, Brasil), dinamômetro de preensão manual (Saehaen, Korea).

Antes da realização destes as crianças teve o seu peso e altura determinados, como caracterização da amostra. Foram utilizadas fichas para anotações dos dados relacionados a cada teste.

Foi aplicado o teste de sentar e alcançar “SIT – AND – REACH – TEST” de flexibilidade, cujo protocolo está descrito por Barbanti (1996). As crianças foram avaliadas da seguinte forma: sentadas no chão, com os pés encostados em baixo da caixa, pernas estendidas, as mãos permanecendo sobrepostas e deslizando sobre a caixa, o máximo de distância conseguida por criança avaliada em três tentativas, sendo considerada a melhor nota tendo as crianças permanecidas na posição por pelo menos dois segundos. O registro foi efetivado por centímetros.

Para a avaliação das circunferências foram medidas com os participantes na posição ereta com o mínimo de roupa possível no local da medida. A circunferência do pescoço foi medida utilizando-se uma fita métrica (Sanny, Brasil). Os participantes foram convidados a ficarem eretos, com a cabeça posicionada no plano horizontal. A borda superior da fita métrica foi colocada logo abaixo da proeminência laríngea e aplicara perpendicularmente ao longo do eixo do pescoço.

A medida da força de preensão manual foi obtida com dinamômetro mecânico hidráulico (Saehaen, Korea). Os voluntários permaneceram em pé com os braços flexionados a 90 graus e com o antebraço em rotação neutra. De acordo com o tamanho das mãos o aparelho era ajustado individualmente.



Foram registradas três tentativas, sendo o melhor resultado utilizado para análise dos dados.

### 2.3 Análise Estatística

Para tratamento de dados foram utilizadas medidas de tendência central (média) e dispersão (desvio padrão) por gênero e idade. Para verificação da diferença entre os grupos (meninos e meninas) foi utilizado test t para grupos independentes. A correlação de Pearson foi utilizada para verificar a associação da flexibilidade com a circunferência do pescoço e força de preensão manual. O nível de significância adotado foi 0.05.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

O presente estudo comparou a flexibilidade de meninos e meninas entre 13 e 14 anos e avaliar a possível correlação das variáveis antropométricas e de força de preensão manual com a flexibilidade. Houve diferença significativa na altura, na flexibilidade, circunferência do pescoço, circunferência da cintura e força de preensão manual confirmando em partes a hipótese inicial do estudo.

A tabela 1 apresenta as diferenças ocorridas entre os meninos e meninas, em todos os parâmetros objetivados e a caracterização dos grupos. Houve diferença significativa entre altura, flexibilidade, circunferência do pescoço, circunferência do quadril, preensão manual direita e preensão manual esquerda.

Tabela 1 – Caracterização da amostra e comparação das diferenças entre meninos e meninas

	Meninos	Meninas	Valor de p
IDADE	13,75 ± 0,45	13,72 ± 0,46	0,87
PESO	56,29 ± 11,67	51,42 ± 17,69	0,4
ALTURA	1,71 ± 0,10 *	1,61 ± 0,08	0,0052
FLEX	27,38 ± 5,54	32,94 ± 7,23*	0,03
CP	32,08 ± 2,23*	30,31 ± 2,36	0,04
CC	68,38 ± 3,70	65,56 ± 7,13	0,21
CQ	82,79 ± 8,65	89,92 ± 8,64 *	0,06
PM D	30 ± 8,68 *	21,72 ± 3,72	0,0012
PM E	25 ± 6,21 *	19,33 ± 4,47	0,007

\* Diferença significativa entre os grupos

Flex: Flexibilidade CP: Circunferência do Pescoço CC: Circunferência da cintura

CQ: Circunferência do Quadril PM D: Preensão Manual Direita PM E: Preensão Manual Esquerda

\* $P \leq 0,05$ .

A diferença significativa na altura foi apresentada possivelmente por um fator de maturação sexual dos adolescentes visto que a faixa etária é caracterizada pelo amadurecimento biopsicossocial dos adolescentes, fator este que possivelmente influenciou também nas diferenças significativas de circunferência do quadril, pescoço, preensão manual. Zardo (1999) relata uma maior quantidade de estrógeno encontrado no sexo feminino e também ao desenvolvimento da massa muscular e maior acúmulo de água e polissacarídeos do que no sexo masculino, minimizando o atrito entre as fibras musculares.

Ainda a Tabela 1 apresenta diferença significativa no teste de flexibilidade, entre meninos e meninas ocorrendo valor maior para as meninas, o que possivelmente aponta que as mulheres possuem maior flexibilidade articular generalizada como relata GRAHAME (2001).

Tabela 2 – Correlação entre flexibilidade e parâmetros antropométricos e de força de preensão manual

Coeficiente de correlação	
	R
Wells/CP	-0,34
Wells/CC	-0,36
Wells/CQ	-0,00475
Wells/IMC	-0,04
Wells/PM D	-0,13
Wells/PM E	-0,2

WELLS: Flexibilidade, CP: Circunferência do Pescoço, CC: Circunferência da cintura, CQ: Circunferência do Quadril, PM D: Preensão Manual Direita, PM E: Preensão Manual Esquerda

A Tabela 2 apresenta os resultados da correlação entre flexibilidade e os parâmetros antropométricos e de força demonstrando que apesar da correlação ser inversa nenhuma delas houve forte correlação, mas sim correlações fracas. Nenhum estudo ainda havia correlacionado flexibilidade e

força de preensão manual. A correlação inversa indica que quando um dos parâmetros aumenta o outro diminui, ou seja, se o resultado de flexibilidade for aumentando o outro parâmetro vai diminuir. Exemplo, wells/cp que é a possível correlação dos resultados de flexibilidade com a circunferência do pescoço. Se tivesse ocorrido uma forte correlação, significaria que se um indivíduo apresentasse um resultado de flexibilidade maior, menor seria a sua circunferência do pescoço.

Alguns autores como Bem-Noun e Laor (292929) e Tibana (2012), relataram fortes correlações da circunferência do pescoço com fatores de risco cardiovascular como aumento do IMC, circunferência da cintura o que não ocorreu no presente estudo, fato este podendo ter ocorrido pelo tamanho da amostra e pela maturação sexual em desenvolvimento dos adolescentes.

#### **4. Considerações Finais**

A pesquisa apresentou algumas limitações metodológicas como o pequeno número da amostra, e a falta da avaliação da maturação sexual, impedindo assim que estabeleça uma relação de causa-efeito.

Conclui-se que possivelmente a flexibilidade, apesar de ser um bom parâmetro de aptidão física, não é um bom parâmetro para avaliar fatores relacionados ao risco cardiovascular, pois não apresentou forte correlação com medidas antropométricas e de força de preensão manual.

#### **5. REFERÊNCIAS**

- ARAÚJO David Marcos Emérito de, BATISTA Larissa Santo. Núcleo de Estudo e Pesquisa em Educação Física (NEPEF) / Departamento de Educação Física / UFPI 23, 24 e 25 de Outubro de 2008.
- BEN-NOUN LL, LAOR A. Relationship between changes in neck circumference and cardiovascular risk factors. *Experimental Clinical Cardiology*. 2006;11(1):14-20.
- BERTOLLA, Flávia; BARONI, Bruno Manfredini; JUNIOR, Ernesto Cesar Pinto Leal; OLTRAMARI, José Davi. Efeito de um programa de treinamento utilizando o método Pilates ® na flexibilidade de atletas juvenis de futsal. *Rev. Bras. Med. Esporte*, v. 13, n. 4, p. 222-226, 2007.
- CPAQV - Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida – ISSN: 2178 -7514 – v. 1, n. 1, 2009.

CAIXETA, Ana Paula, L; MOREIRA, Demóstenes; MOURA, Patrícia M,L,S. Força de preensão palmar em crianças e adolescentes saudáveis. Revista Paulista de Pediatria, v.26, n.3 São Paulo, 2008.

GUERRA, Tasso C; RASSILA, Eluana A. Evolução da flexibilidade em crianças de 7 a 14 anos de idade de uma escola particular do município de Timotio-MG. Revista Digital de Educação Física Ipatinga: Unileste- MG - V.1 - Ago./dez. 2006

JURCA R, LAMONTE MJ, CHURCH TS, EARNEST CP, FITZGERALD SJ, BARLOW CE, et al. Associations of muscle strength and fitness with metabolic syndrome in men. Medicine Science Sports Exercise. 2004;36(8):1301-7

LIMA, R. C. de A. Comparação entre o nível de flexibilidade de estudantes da rede pública de ensino com a composição corporal. 2011. 35f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física). Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, 2011

MINATTO Giseli, RIBEIRO Roberto Régis, JUNIOR AbhllahAchour, SANTOSKeila Donassolo. REVISTA BRAS CINEANTROPOM DESEMPENHO HUM 2010, 12(3): 151 – 158.

PAZ, Gabriel, MAIA, Marianna; SANTIAGO, Felipe Luis dos Santos. REVISTA ELETRÔNICA NOVO ENFOQUE, ano 2012, v.14, n.14, p. 50 – 59.

SILVA Margareth da, RABELO Heloisa Thomaz. Revista Digital de Educação Física - Ipatinga: Unileste-MG - V.1 - Ago./dez. 2006.

SUTIL Elenice, MONTIN Cleverson, SILVA Marcos Antonio Francisco da, RIBAS Ricardo Domingues, VAZ Marcelo, JUNIOR Guanis de Barros Vilela. REVISTA TANER, J.M. **Growth of adolescents**. 2ª edição. Oxford, UK: Blackwell Scientific, 1962.

TIBANA RA, TEIXEIRA TG, FARIAS DL, SILVA, AO, MADRID B, VIEIRA A, FRANZ CB, BALSAMO S, SOUZA JUNIOR, TP, PRESTES J. Relação da circunferência do pescoço com a força muscular relativa e os fatores de risco cardiovascular em mulheres sedentárias. Einstein (São Paulo). 2012;10(3):329-334, 2012.

WELLS KF, DILLON, EK. The sit and reach: a test of back and leg flexibility. Rev. Exerc Sport. 1952; 23:115-8.

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE  
BRASÍLIA - UNICEUB



**PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP**

**DADOS DO PROJETO DE PESQUISA**

**Título da Pesquisa:** Análise do nível de flexibilidade em escolares de 13 a 14 anos

**Pesquisador:** DARLAN LOPES DE FARIAS

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 21984713.9.0000.0023

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

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

**DADOS DO PARECER**

**Número do Parecer:** 442.927

**Data da Relatoria:** 01/11/2013

**Apresentação do Projeto:**

Esse estudo busca avaliar os níveis de flexibilidade em alunos de 13 a 14 anos do ensino fundamental, em uma amostra de 40 alunos (20 meninos e 20 meninas) por meio da aplicação de teste de sentar e alcançar, aferição de medidas do peso e altura, teste de preensão manual e teste maturacional proposto por Tanner (1962). Buscando ver diferença nos níveis de flexibilidade entre meninas e meninos.

**Objetivo da Pesquisa:**

Analisar os níveis de flexibilidade entre meninos e meninas de 13 a 14 anos do ensino fundamental.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Segundo os pesquisadores, os riscos apresentados nos testes são de baixa incidência, causados mais por inadequação do local de aplicação dos testes. No caso de algum incidente e/ou acidente, haverá material e pessoas especializadas em atendimento de primeiros socorros no local da avaliação. Como benefícios são assinalados aumentar a área do conhecimento sobre esse assunto, fazendo uma análise apurada dos valores da flexibilidade dos escolares de 5º ao 9º ano.

Conforme o parecer de primeira versão as medidas protetivas apresentadas são adequadas aos possíveis riscos, bem como são compatíveis aos benefícios prováveis.

**Endereço:** SEPN 70/907 - Bloco 9 - 2º subsolo

**Bairro:** Setor Universitário

**CEP:** 70.790-075

**UF:** DF

**Município:** BRASÍLIA

**Telefone:** (61)3966-1200

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

**E-mail:** comite.bioetica@uniceub.br

## CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - UNICEUB



Continuação do Parecer: 442.927

### **Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

De acordo com a avaliação da primeira versão, o presente pesquisa é relevante, visto que contribuirá para maior compreensão de futuros professores a respeito das limitações dos seus alunos e da possibilidade de promover estímulos que possibilitem minimizar as deficiências em relação a flexibilidade. A pesquisa tem financiamento dos pesquisadores e o orçamento foi apresentado. O currículo do pesquisador responsável é compatível com a pesquisa em análise.

Foram solicitados alguns ajustes para se iniciar, sendo um deles o cronograma que indicava que a coleta de dados já havia iniciado.

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

Pelo parecer de primeira versão, foi apresentada a Folha de Rosto com a assinatura do pesquisador responsável e do coordenador do curso de Educação Física do UniCEUB, pela instituição proponente. Não houve indicação de como seriam recrutados os adolescentes, nem onde seria realizada a coleta de dados.

### **Recomendações:**

Solicita-se o envio, na forma de notificação, do Termo de Aceite Institucional.

O CEP-UniCEUB ressalta a necessidade de atenção às diretrizes éticas nacionais quanto aos incisos XI.1 e XI.2 da Resolução 466/12 CNS/MS concernentes às responsabilidades do pesquisador no desenvolvimento do projeto. Tal resolução substitui a Resolução CNS n. 196/96.

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 Formulário de Acompanhamento para Projetos Aprovados.

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

Foram atendidas as pendências apontadas:

- 1- O cronograma foi alterado, conforme solicitação, indicando que a coleta de dados iniciará após a aprovação do CEP;
- 2- O local de coleta será o colégio La Salle;
- 3- Apresentação do termo de assentimento;
- 4- Corrigido o TCLE.

A pesquisa está em condições de ser iniciada.

**Endereço:** SEPN 70/907 - Bloco 9 - 2º subsolo

**Bairro:** Setor Universitário

**CEP:** 70.790-075

**UF:** DF

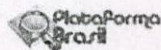
**Município:** BRASÍLIA

**Telefone:** (61)3966-1200

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

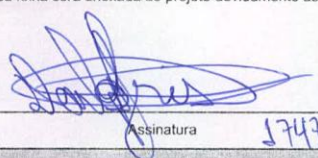
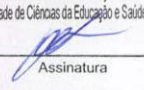
**E-mail:** [comite.bioetica@uniceub.br](mailto:comite.bioetica@uniceub.br)





MINISTÉRIO DA SAÚDE - Conselho Nacional de Saúde - Comissão Nacional de Ética em Pesquisa - CONEP

## FOLHA DE ROSTO PARA PESQUISA ENVOLVENDO SERES HUMANOS

1. Projeto de Pesquisa: Análise do nível de flexibilidade em escolares de 13 a 14 anos		2. Número de Sujeitos de Pesquisa: 40	
3. Área Temática:			
4. Área do Conhecimento: Grande Área 4. Ciências da Saúde, Grande Área 7. Ciências Humanas			
<b>PESQUISADOR RESPONSÁVEL</b>			
5. Nome: DARLAN LOPES DE FARIAS			
6. CPF: 702.024.191-34		7. Endereço (Rua, n.º): QUADRA 802 RECANTO DAS EMAS CONJUNTO 10 CASA 27 RECANTO DAS EMAS DISTRITO FEDERAL 72650200	
8. Nacionalidade: BRASILEIRO		9. Telefone: (61) 8174-7466	10. Outro Telefone:
11. Email: FARIASDL@GMAIL.COM			
12. Cargo: <u>Professor</u>			
Termo de Compromisso: Declaro que conheço e cumprirei os requisitos da Resolução CNS 196/96 e suas complementares. Comprometo-me a utilizar os materiais e dados coletados exclusivamente para os fins previstos no protocolo e a publicar os resultados sejam eles favoráveis ou não. Aceito as responsabilidades pela condução científica do projeto acima. Tenho ciência que essa folha será anexada ao projeto devidamente assinada por todos os responsáveis e fará parte integrante da documentação do mesmo.			
Data: <u>09 / 09 / 2013</u>		 Assinatura <u>1747120</u>	
<b>INSTITUIÇÃO PROPONENTE</b>			
13. Nome: Centro Universitário de Brasília - UNICEUB		14. CNPJ: 00.059.857/0001-87	
15. Unidade/Orgão:		16. Telefone: (61) 3966-1200	
17. Outro Telefone:		Termo de Compromisso (do responsável pela instituição): Declaro que conheço e cumprirei os requisitos da Resolução CNS 196/96 e suas Complementares e como esta instituição tem condições para o desenvolvimento deste projeto, autorizo sua execução.	
Responsável: <u>Marcelo Guimarães Boia do Nascimento</u>		CPF: <u>400063361-91</u>	
Cargo/Função: <u>Coord. Ed. Física</u>		<u>Marcelo Guimarães Boia do Nascimento</u> Coordenador do Curso de Educação Física Faculdade de Ciências da Educação e Saúde	
Data: <u>9 / 9 / 13</u>		 Assinatura	
<b>PATROCINADOR PRINCIPAL</b>			
Não se aplica.			

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE  
BRASÍLIA - UNICEUB



Continuação do Parecer: 442.927

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

**Considerações Finais a critério do CEP:**

Protocolo previamente avaliado por este CEP, com parecer N° 442.593/2013, tendo sido homologado na 18ª Reunião Ordinária do CEP-UniCEUB, em 18 de outubro de 2013.

BRASÍLIA, 31 de Outubro de 2013

Assinador por:

Marília de Queiroz Dias Jacome  
(Coordenador)

Endereço: SEPN 70/907 - Bloco 9 - 2º subsolo

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1200

Fax: (61)3966-1511

E-mail: comite.bioetica@uniceub.br



## Contrato de Trabalho a Título de Experiência

Entre a firma ASSOCIAÇÃO BRAS DE EDUCAD LASSALISTAS, situada à QUADRA 301 A E S/N, AGUAS CLARAS, BRASILIA-DF, doravante designada simplesmente EMPREGADORA e PEDRO HENRIQUE R DE SOUSA, portador da Carteira Profissional número 13925 Série 00030/DF, a seguir chamado apenas EMPREGADO, é celebrado o presente CONTRATO DE EXPERIÊNCIA, que terá vigência a partir da data de início da prestação de serviços, de acordo com as condições a seguir especificadas :

- 1 - Fica o EMPREGADO admitido no quadro de funcionários da EMPREGADORA para exercer as funções de Auxiliar de desenv. infan, mediante a remuneração de R\$ 1.728,98 (um mil, setecentos e vinte e oito reais , noventa e oito centavos), , por mês, pago mensalmente. Com uma jornada semanal de 35 horas e mensal de 175,00 horas. A circunstância, porém, de ser a função especificada não importa na intransferibilidade do EMPREGADO para outro serviço, no qual demonstre melhor capacidade de adaptação desde que compatível com sua condição pessoal.
  - 2 - O horário de trabalho será anotado na sua ficha de registro e a eventual redução da jornada, por determinação da EMPREGADORA, não inovará este ajuste, permanecendo sempre íntegra a obrigação do EMPREGADO de cumprir o horário que lhe for determinado, observando o limite legal. O intervalo intrajornada poderá ser, conforme a necessidade e o interesse das partes, superior a 2 (duas) horas.
  - 3 - Obriga-se também o EMPREGADO a prestar serviços em horas extraordinárias, sempre que for determinado pela EMPREGADORA, na forma prevista em Lei. Na hipótese desta faculdade pela EMPREGADORA, o EMPREGADO receberá as horas extraordinárias com o acréscimo legal, salvo a ocorrência de compensação, com a consequente redução da jornada de trabalho em outro dia.
  - 4 - Aceita o EMPREGADO, expressamente, a condição de prestar serviços em qualquer dos turnos de trabalho, isto é, tanto durante o dia como à noite, desde que sem simultaneidade, observadas as prescrições legais reguladoras do assunto, quanto à remuneração.
  - 5 - Fica ajustado nos termos do que dispõe o § 1º do Artigo 469, da Consolidação das Leis do Trabalho, que o EMPREGADO acatará ordem emanada da EMPREGADORA para a prestação de serviços tanto na localidade de celebração do Contrato de Trabalho, como em qualquer outra Cidade, Capital ou Vila do Território Nacional, quer essa transferência seja transitória, quer seja definitiva.
  - 6 - No ato da assinatura deste contrato, o EMPREGADO recebe o Regulamento Interno da Empresa cujas cláusulas fazem parte do Contrato de Trabalho, e a violação de qualquer delas implicará em sanção, cuja graduação dependerá da gravidade da mesma, culminando com a rescisão do contrato.
  - 7 - Em caso de dano causado pelo EMPREGADO, fica a EMPREGADORA, autorizada a efetivar o desconto da importância correspondente ao prejuízo, o qual fará, com fundamento no § 1º do Artigo 462 da Consolidação das Leis do Trabalho, já que essa possibilidade fica expressamente prevista em Contrato.
  - 8 - O presente Contrato, vigorará durante 45 (quarenta e cinco) dias, podendo ser prorrogado, sendo celebrado para as partes verificarem reciprocamente, a conveniência ou não de se vincularem em caráter definitivo a um Contrato de Trabalho. A empresa passando a conhecer as aptidões do EMPREGADO e suas qualidades pessoais e morais; o EMPREGADO verificando se o ambiente e os métodos de trabalho atendem à sua conveniência.
  - 9 - Na hipótese deste ajuste transformar-se em Contrato de Prazo Indeterminado, pelo decurso do tempo, continuarão em plena vigência as cláusulas de 1 (um) a 6 (seis), enquanto durarem as relações do EMPREGADO com a EMPREGADORA.
- E por estarem de pleno acordo, as partes contratantes, assinam o presente Contrato de Experiência em 2 vias, ficando a primeira em poder da EMPREGADORA, e a segunda com o EMPREGADO, que dela dará o competente recibo.

BRASILIA-DF, 1 de Agosto de 2013

Associação Bras de Educad Lassalistas  
Renata Cristiana  
Departamento Pessoal

Empregadora

Empregado

Responsável legal (quando menor)

Testemunha

Testemunha

---

### Termo de Prorrogação

Por mútuo acordo entre as partes, fica o presente Contrato de Experiência, que deveria vencer nesta data, prorrogado até 29/10/2013.

BRASILIA-DF, 14 de Setembro de 2013

Renata Costa Bitomi  
Departamento Pessoal

---

Empregadora

---

Empregado

---

Responsável legal (quando menor)

---

Testemunha

---

Testemunha

## 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, Darlan Farias,

declaro aceitar orientar o (a) aluno (a) Pedro Henrique Ribeiro de Sousa

\_\_\_\_\_ no trabalho de

conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília –  
Uniceub.

Brasília, 16 de agosto de 2013.

  
\_\_\_\_\_  
ASSINATURA





## AUTORIZAÇÃO

Eu, Pedro Henrique Ribeiro de Sousa RA 21112340 , 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 do nível de flexibilidade em escolares de 13 a 14 anos 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, 07 de novembro de 2013.

*Pedro Henrique Ribeiro de Sousa*

Assinatura do Aluno

## CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

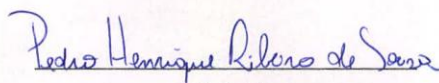
**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC**

### Declaração de Autoria

Eu, Pedro Henrique Ribeiro de Sousa, 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 idéia e/ou os escritos de outro(s) autor(s) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 06 de novembro de 2013.

  
Orientando



### FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Venho por meio desta, como orientador do trabalho

Análise do nível de flexibilidade em escolares de 13 a 14 anos

autorizar sua apresentação no dia 19/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



\_\_\_\_\_  
Orientador 93639



**FICHA DE RESPONSABILIDADE DE  
APRESENTAÇÃO DE TCC**

Eu, Pedro Henrique Ribeiro e Sousa me responsabilizo  
pela apresentação do TCC intitulado Análise do nível de  
flexibilidade em escolares de 13 a 14 anos  
no dia 19/11 do presente ano, eximindo qualquer  
responsabilidade por parte do orientador.

Aluno	RA
PEDRO HENRIQUE RIBEIRO DE SOUSA	21112340

Pedro Henrique Ribeiro de Sousa  
ASSINATURA

