



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - UniCEUB  
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE –  
FACES

Leonardo Lima de Barros Martins

## **Nível de Aptidão Física em Escolares do Ensino Fundamental II**

Brasília  
2015

Leonardo Lima de Barros Martins

## **Nível de Aptidão Física em Escolares do Ensino Fundamental II**

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.Msc. Hetty Lobo

Brasília  
2015

Leonardo Lima de Barros Martins

## **Nível de Aptidão Física em Escolares do Ensino Fundamental II**

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 2015.

**BANCA EXAMINADORA**

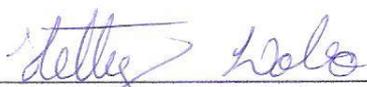
Orientador: Prof.<sup>a</sup> Msc. Hetty Lobo

Examinador: Prof.<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup>. Marília de Queiroz Dias Jácome

Examinador: Prof.<sup>o</sup>Msc. Darlan Lopes de Farias

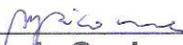
## ATA DE APROVAÇÃO

De acordo com o Projeto Político Pedagógico do **Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB**, o (a) acadêmico (a) **Leonardo Lima de Barros Martins** foi aprovado (a) junto à disciplina da licenciatura **Trabalho de Conclusão de curso – Apresentação**, com o trabalho intitulado **Nível de Aptidão Física em Escolares do Ensino Fundamental II**.



---

**Prof. Msc. Hetty Lobo**  
**Presidente**



---

**Prof. Drª. Marília de Queiroz Dias Jácome**  
**Membro da Banca**



---

**Prof. Msc. Darlan Lopes de Farias**  
**Membro da Banca**

**Brasília, DF, 18 / 11 / 2015**

---

## RESUMO

**Introdução:** No contexto escolar, a educação física tem condições suficientes para melhorar aspectos de saúde do indivíduo com o decorrer de seu crescimento como ser humano dentro da escola, tanto em suas características físicas quanto psicológicas e sociais. **Objetivo:** avaliar e analisar o nível de aptidão física dos escolares do ensino fundamental II e comparar entre sexo e idade. **Material e Métodos:** A amostra foi composta por 27 escolares de ambos os sexos com idade média de 11 a 14 anos, foi verificado o IMC – Índice de Massa Corporal, e foram aplicados testes de força explosiva de membros inferiores (salto horizontal), força explosiva de membros superiores (arremesso de medicineball), agilidade (teste do quadrado). **Resultados e discussão:** Os resultados apontaram melhores níveis de aptidão física para os meninos em relação às meninas, e com o aumento da idade houve uma diferença salientando o aumento para o IMC, como foi apontado por outros estudos que corroboram com a presente pesquisa e indicam que meninos têm melhores níveis de aptidão, e o IMC difere-se apenas devido à idade de um grupo de indivíduos serem mais velhos, que os do outro grupo. **Considerações Finais:** Sugere-se que a aptidão física seja explorada cada vez mais por parte dos professores de Educação Física, e que mais estudos com a verificação dessas e de outras variáveis sejam realizados, para obtenção de melhores informações sobre este componente da Educação Física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física Escolar; Habilidades motoras; Escola.

## ABSTRACT

**Introduction:** In the school context, physical education has sufficient conditions to improve health aspects in the individual over the course of his growth as a human being within the school, both in their physical and psychological and social. **Objective:** To evaluate and analyze the fitness level physics of elementary school II school and compare between sex and age. **Methods:** The sample consisted of 27 students of both sexes with an average age of 11 will be 14 years, BMI was found - body mass index, and were applied explosive strength tests of lower limb (standing long jump), strength explosive upper limb (medicineball pitch), agility (square test). **Results and discussion:** The results showed higher levels of physical fitness for

boys over girls, and with increasing age there was a difference showing the increase for BMI, as pointed out by other studies that corroborate this research and indicate Boys who have better fitness levels, and BMI differs only due to the age of a group of subjects were older than those in the other group. **Final Considerations:** It is suggested that physical fitness is operated increasingly by teachers of Physical Education, and that further studies with checking these and other variables are carried out to obtain better information about this component of physical education.

**KEYWORDS:** School Physical Education; Motor skills; School.

## 1 INTRODUÇÃO

Segundo Pereira et al (2011), pode-se definir aptidão física como um agregado de habilidades motoras referentes ao desempenho motor realizado por cada indivíduo.

Fatores genéticos, nutricionais ou principalmente a regularidade com que o indivíduo pratica atividade física, são abordados pela literatura, com relação a aptidão física relacionada à saúde, ao desempenho motor, a práticas esportivas e atividades específicas da vida diária (GUEDES et al., 2012).

A aptidão física mesmo que interligada com a prática de atividades físicas, tem relação com outros fatores que contribuem também para o indivíduo em seu desempenho físico e motor. A genética tem grande influência, mas a maior parte se deve ao ambiente, principalmente as atividades físicas inseridas na vida do indivíduo, pois com o passar dos anos o estilo de vida das pessoas foi afetado com o crescimento urbano (BURGOS et al., 2012).

Petroski et al (2012), citam que a crescente urbanização das cidades brasileiras faz com que os espaços públicos destinados à prática de atividades físicas sejam diminuídos tirando o ambiente da prática esportiva.

Este fator dá espaço para que as crianças e jovens fiquem em casa por mais tempo, trocando a atividade física pela tecnologia. A tecnologia, no caso, aparelhos eletrônicos, é uma forma mais cômoda e fácil para ocupar o tempo, o que torna os indivíduos pouco ativos fisicamente podendo ocasionar no não desenvolvimento de habilidades motoras (MELLO et al., 2004).

Uma boa saúde está relacionada a bons níveis de aptidão física, o que depende da regularidade de se praticar exercícios. Indivíduos que não têm esse hábito, são considerados sedentários e estão sujeitos ao aparecimento de doenças (DÓREA et al., 2008).

A morbidade está relacionada aos hábitos alimentares inadequados, que podem causar transtornos metabólicos e a prática regular de atividade física pode ajudar na melhora desses transtornos (ANDREASI et al., 2010).

Muitas escolas oferecem um sistema de tempo integral para que o aluno passe mais tempo no ambiente escolar, porém as atividades realizadas não são

suficientes, o que para Fonseca et al (2010), não significa obter níveis satisfatórios de aptidão física dos escolares. O baixo nível de atividade física tem relação com o excesso de peso, podendo acarretar em doenças crônicas que, com atividades físicas bem orientadas inseridas nesse contexto, e uma orientação sobre aspectos nutricionais, diminuiriam o risco na ocorrência de patologias, e melhorariam o nível da aptidão física dessa população.

Um estudo realizado por Verardi et al (2007), teve como objetivo verificar o nível de aptidão física em escolares. A amostra foi composta por 60 indivíduos (34 meninos e 26 meninas) com faixa etária entre 10 e 12 anos. Foram realizados testes de força explosiva de membros superiores e inferiores (arremesso de medicineball e teste de salto horizontal). Os resultados foram favoráveis para o nível de aptidão física relacionado a saúde. Com relação ao desempenho motor, não encontraram resultados satisfatórios o que são dados preocupantes. Conclui-se que para melhorar a aptidão física dessa população seria necessário aumentar a manutenção das aptidões físicas nas aulas de Educação Física.

Abate et al (2010), comparam o nível de aptidão física entre escolares do sexo masculino e feminino verificando variáveis. A literatura descreve que meninas são mais flexíveis em relação aos meninos, porém o estudo mostra que nessa variável obteve resultados iguais para ambos os sexos, sendo apenas diferente a potência muscular de membros inferiores que foi maior para o sexo masculino.

No contexto escolar, a educação física tem condições suficientes para melhorar aspectos de saúde no indivíduo com o decorrer de seu crescimento como ser humano dentro da escola, tanto em suas características físicas quanto psicológicas e sociais (CARDOSO et al., 2014).

Para Dumith et al (2010), o professor de Educação Física no ambiente escolar, tem à sua disposição o conhecimento para verificar em seus alunos se o desenvolvimento deles está de acordo com o que é benéfico para sua saúde. Pode-se mensurar através de variáveis que englobam a aptidão física o desempenho desses indivíduos, colocando a sua disposição as ferramentas necessárias para uma melhora na saúde e qualidade de vida, criando hábitos sobre a prática de exercício físico em longo prazo.

Neste contexto, a pesquisa buscou avaliar e analisar o nível de aptidão física dos escolares do ensino fundamental II de uma escola da rede Adventista do Distrito Federal, com idade entre 11 e 14 anos, comparando por sexo e idade variáveis de aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho motor.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

### **2.1 Amostra**

A amostra foi composta por 27 escolares de ambos os sexos com idade média de 11 á 14 anos, sendo os estudantes de uma escola da rede Adventista do DF.

### **2.2.Métodos**

Para viabilizar a participação dos voluntários, o estudo foi encaminhado para Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/ UniCEUB e aprovado com parecer número (1.185.083). Este estudo foi caracterizado como uma pesquisa transversal de coleta única, sendo a amostra composta por 27 escolares de ambos os sexos com idade média de 11 á 14 anos.

Os instrumentos utilizados foram a balança Filizola para mensurar a massa corporal e para medir a estatura, o estadiômetro Seca com a resolução de 0,01m. A fórmula massa corporal / (estatura)<sup>2</sup> foi usada para calcular o do Índice de Massa Corporal (IMC).

Foi realizada a análise estatística descritiva dos dados (média e desvio padrão). Para comparação da variável dependente IMC entre os sexos, foi utilizado o teste t-Student para amostras independentes. A tabulação dos dados e as análises foram realizadas no programa SPSS 17.0, adotando-se o nível de significância de  $p \leq 0,05$ .

O método IMC/idade proposto por Cole et al (2000), foi aplicado para classificar os indivíduos com sobrepeso e obesidade. Os percentis entre 85 e 95 caracterizam-se com sobrepeso sendo assim, o percentil maior que 95 aponta a definição para obesidade.

Foram aplicados testes de força explosiva de membros inferiores (salto horizontal), força explosiva de membros superiores (arremesso de medicineball ), agilidade ( teste do quadrado).

O PROESP – Projeto Esporte Brasil, foi utilizado como metodologia para aplicação dos testes.

### **Teste de Força Explosiva de Membros Inferiores e Membros Superiores**

No teste de Força Explosiva de Membros Inferiores (salto horizontal) foi utilizada uma trena métrica, e uma linha traçada no solo. A trena é fixada ao solo, perpendicularmente à linha, ficando o ponto zero sobre a mesma. O aluno coloca-se imediatamente atrás da linha, com os pés paralelos, ligeiramente afastados, joelhos semi-flexionados, tronco ligeiramente projetado à frente. Ao sinal o aluno deverá saltar a maior distância possível. Serão realizadas duas tentativas, registrando o melhor resultado, para anotação, a distância do salto será registrada em centímetros, com uma casa decimal a partir da linha traçada no solo até o calcanhar mais próximo desta.

Para a Força Explosiva de Membros Superiores (arremesso de medicineball), foi utilizada uma trena métrica e uma medicineball de 2kg. A trena é fixada no solo perpendicularmente à parede, o ponto zero da trena é fixado junto à parede. O aluno senta-se com os joelhos estendidos, as pernas unidas e as costas completamente apoiadas à parede. Segura a medicineball junto ao peito com os cotovelos flexionados, ao sinal do avaliador, o aluno deverá lançar a bola a maior distância possível, mantendo as costas apoiadas na parede. A distância do arremesso foi registrada a partir do ponto zero até o local em que a bola tocou ao solo pela primeira vez. Foram realizados dois arremessos, registrando o melhor resultado. É sugerido que a medicineball seja banhada em pó branco para identificação precisa do local onde tocou pela primeira vez ao solo. A medida foi registrada em centímetros com uma casa decimal.

Para o **teste de Agilidade** (teste do quadrado) utilizaram-se um cronômetro; foi desenhado um quadrado em solo antiderrapante com 4m de lado e 4 cones. O aluno parte da posição de pé, com um pé avançado à frente imediatamente atrás da linha de partida. Ao sinal do avaliador, deveria deslocar-se até o próximo cone em direção diagonal, na sequência, corre em direção ao cone à sua esquerda e depois

se desloca para o cone em diagonal (atravessa o quadrado em diagonal), e finalmente corre em direção ao último cone, que corresponde ao ponto de partida. O aluno deveria tocar com uma das mãos cada um dos cones que demarcam o percurso, o cronômetro deverá ser acionado pelo avaliador no momento em que o avaliado realizar o primeiro passo tocando com o pé o interior do quadrado. Foram realizadas duas tentativas sendo registrado o melhor tempo de execução, a medida foi registrada em segundos e centésimos de segundo (duas casas após a vírgula).

### 3 RESULTADOS

A tabela 1 corresponde as características da amostra divididas entre sexo e faixa etária. Para o sexo foram separados a quantidade de indivíduos por amostra masculina e feminina, e a porcentagem representada pelo número correspondente a cada um. Já na faixa etária, a amostra foi separada por categorias entre faixa etária, uma de 11 a 12 anos, e outra de 13 a 14 anos, separadas pela quantidade existente em cada categoria e o percentual correspondente a esse número.

**Tabela 1** - Características descritivas da amostra (n=27).

	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>		
Feminino	17	63%
Masculino	10	37%
Total	27	100%
<b>Faixa etária</b>		
11-12 anos	17	63%
13 -14 anos	10	37%

A tabela 2 compara a média entre os sexos das variáveis IMC/FMS/FMI e AGILIDADE. Para o IMC, os valores foram maiores no grupo Feminino, e menor no Masculino, porém não houve diferença significativa. Já no FMS, o valor foi maior no grupo masculino e menor no grupo feminino, ainda assim não havendo diferença significativa. Nas variáveis FMI e AGILIDADE, houve diferenças significativas, sendo os valores do grupo Masculino, melhores que os do grupo feminino, o que mostra uma melhor aptidão física verificada com esses testes. Em todos os testes os resultados das variáveis verificadas foram melhores para o sexo Masculino,

mostrando que esse grupo tem melhores níveis de aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho motor.

**Tabela 2** - Comparação de média do IMC, FMS, FMI e agilidade entre os sexos. Dados expressos em média e ( $\pm$ ) desvio padrão.

<b>Sexo</b>	<b>IMC</b>	<b>FMS</b>	<b>FMI</b>	<b>AGILIDADE</b>
Feminino N (17)	21,64 $\pm$ 3,89	308,18 $\pm$ 40,7	139,41 $\pm$ 20,9	6,94 $\pm$ 0,57
Masculino N (10)	19,76 $\pm$ 3,20	345,30 $\pm$ 91,1	160,70 $\pm$ 23,8	6,24 $\pm$ 0,79
<b>P</b>	0,20	0,156	0,023*	0,013*

IMC: Índice de Massa Corporal; FMS: Força Explosiva de Membros Superiores; FMI: Força Explosiva de Membros Inferiores.\*Diferença significativa, com  $p < 0,05$ . Teste *t* de Student para amostras independentes.

A tabela 3 compara a média e os valores das variáveis entre as idades separados por grupos 11 – 12 anos e 13 -14 anos. Para o IMC, os valores do grupo 13 – 14 anos foram maiores que o grupo 11 – 12, havendo diferença significativa entre eles. Para as outras três variáveis os valores de FMS, FMI do grupo 13 – 14 anos foram maiores, porém, não havendo diferença significativa, e AGILIDADE o valor foi menor para este grupo, também não ocorrendo diferença significativa.

Apenas a variável IMC no grupo 11 – 12 anos foi melhor que o grupo 13 – 14 anos, o que mostra uma aptidão física relacionada à saúde melhor nesses indivíduos. Nas outras três variáveis os valores foram melhores para o grupo 13 – 14, o que mostra uma melhor aptidão física relacionada ao desempenho motor.

**Tabela 3** - Comparação de média do IMC, FMS, FMI e agilidade entre as idades.

<b>Idade</b>	<b>IMC</b>	<b>FMS</b>	<b>FMI</b>	<b>AGILIDADE</b>
11 – 12 anos N (17)	19,86 $\pm$ 3,23	297,12 $\pm$ 40,5	143,94 $\pm$ 21,4	6,69 $\pm$ 0,61
13 – 14 anos N (10)	22,79 $\pm$ 3,89	364,30 $\pm$ 78,5	153,70 $\pm$ 28,0	6,67 $\pm$ 0,93
<b>P</b>	0,045*	0,007	0,354	0,954

\*Diferença significativa, com  $p < 0,05$ . Teste *t* de Student para amostras independentes.

#### **4 DISCUSSÃO:**

O objetivo do presente estudo foi realizado ao avaliar e analisar o nível de aptidão física dos escolares, comparando-os por sexo e idade, obtendo resultados esperados a partir dessas comparações.

Os resultados do presente estudo apontam melhores desempenhos para os alunos do sexo masculino em relação às alunas do sexo feminino com os testes de força de membros inferiores (FMI), e agilidade, onde ocorrem diferenças significativas. Esses resultados reforçam os achados da pesquisa realizada por DUMITH et al, (2010) onde foram avaliados 526 alunos entre 7 e 15 anos do ensino fundamental, que realizaram 5 testes como forma de análise da aptidão física, contendo os testes de FMI e agilidade tal qual o presente estudo. O objetivo consistiu em analisar essas variáveis comparando as idades, sexo, tipo de escola (pública ou privada), região demográfica da escola (zona urbana ou rural), e demonstrou que nessas duas variáveis houve uma diferença significativa para o desempenho do sexo masculino, mostrando melhor nível de aptidão física para essa população com o achado no estudo, em relação ao sexo oposto.

Já em outro estudo realizado por Pereira et al., (2011) os achados com os testes se diferem do presente estudo, pois não foram encontradas diferenças significativas entre sexos para essas variáveis. O estudo foi composto por uma amostra de 69 escolares de ambos os sexos em idade pré-púbere, o que sugere não ocasionar em uma significativa diferença de força de membros inferiores e agilidade, pelo fato de os indivíduos de ambos os gêneros estarem em formação maturacional, e ainda terem massa muscular de membros inferiores relativamente parecidas.

O Índice de Massa Corporal (IMC) relacionado às idades separadas por grupos diferiu significativamente, ocorrendo um maior índice de massa corporal para o grupo mais velho, porém, em um estudo realizado por Galdino (2008), onde o objetivo foi verificar a diferença do IMC de acordo com a idade e sexo, de adolescentes com idade entre 11 e 14 anos, 352 indivíduos participantes, não foram encontradas diferenças significativas para a variável de acordo com as idades, fato que sugere a pouca modificação dos valores indicados em relação a idade, e também pela diferença ser mínima.

Já em outro estudo, RAMOS.; LIMA (2013), realizaram uma pesquisa envolvendo 708 crianças de 9 a 13 anos, com o objetivo de comparar dois métodos de verificação de aptidão física relacionada a saúde, o de porcentagem de gordura (%G) e Índice de Massa Corporal (IMC). Encontraram diferenças significativas entre as idades para o método de IMC, porém concluíram que este método pode não ser seguro para verificar sobrepeso e obesidade, não tendo relação com a quantidade de gordura corporal dos indivíduos. Este estudo corrobora com os achados da presente pesquisa.

O número pequeno da amostra, e alguns fatores como: não terem sido analisadas a maturação sexual desses indivíduos, a não citação de hormônios que têm um maior pico nessa faixa etária, e o período de análise ter sido curto, gerou limitação no estudo, sugerindo que pesquisas futuras contenham esses demais fatores.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A Aptidão Física é um dos componentes da Educação Física mais importantes a ser estudado, fazendo parte da vida do ser humano desde cedo, onde engloba capacidades que estão ligadas com o desenvolvimento do homem em seus aspectos físicos. A melhora do desempenho físico do ser humano depende da constante evolução de variáveis que são trabalhadas desde o início da vida, direta ou indiretamente com a realização de atividades motoras necessárias para executar algumas tarefas do cotidiano com mais facilidade.

No contexto escolar, podem ser mensurados os níveis de aptidão dos alunos por meio de simples testes, que dão base para a realização de um melhor trabalho focado no desenvolvimento do aluno a partir dos resultados obtidos. Desta forma o professor privilegia-se de instrumentos que o fazem capaz de transformar a vida e os conhecimentos motores dos alunos através de um aparato motivador que é o exercício físico.

Conclui-se que os testes são um recurso a mais para variar o trabalho do professor de Educação Física na escola, sendo um fator motivante aos alunos, podendo realizar estudos variados a partir do objetivo. O presente estudo conseguiu demonstrar que meninos por fatores hormonais, ambientais, ou genéticos, têm

desempenhos melhores, e a faixa etária sugere um provável aumento no IMC devido aos aspectos maturacionais.

Sugere-se que a aptidão física seja explorada cada vez mais por parte dos professores de Educação Física, e que mais estudos com a verificação dessas e de outras variáveis sejam realizados, para obtenção de melhores informações sobre este componente da Educação Física.

## 6 REFERÊNCIAS

ABATE, P. T. et al. Desempenho motor em escolares de 8 a 10 anos. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**. V.4 n.24 p.565-571. São Paulo .Nov./Dez. 2010.

ANDREASI, V. et al. Aptidão física associada às medidas antropométricas de escolares do ensino fundamental. **Jornal de Pediatria**. V. 86 n.6 p.497-502. São Paulo 2010.

BURGOS, M. S. et al. Perfil de aptidão física relacionada à saúde de crianças e adolescentes de 7 a 17 anos. **J Health Sci inst** V.30 n.2 p;171-175, 2012.

CARDOSO, M. A. et al. Educação física no ensino médio: desenvolvimento de conceitos e da aptidão física relacionados à saúde. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. V.28 n.1 p.147-161, São Paulo Jan./Mar. 2014.

COLE, T. J. et al. Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. **British Medical Journal**. p.1240-1243. Março 6. 2000.

DÓREA, V. et al. Aptidão física relacionada à saúde em escolares de jequié, BA, Brasil. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. V .14 n. 6 p. 494-499, nov./dez. 2008

DUMITH, S. C. et al. Aptidão física relacionada ao desempenho motor em escolares de sete a 15 anos. **Revista brasileira de Educação Física e Esporte**. V.24 n.1 p.5-14, São Paulo Jan./Mar. 2010.

FONSECA, H. A. R. et al. Aptidão física relacionada à saúde de escolares de escola pública de tempo integral. **Maringá**. V. 32 n. 2 p. 155-161. 2010.

GALDINO, L. A. S. O índice de massa corporal de adolescentes de ambos os sexos. **Estação Científica Online**. Juíz de fora. Janeiro. 2008.

GUEDES, D. P. et al. Aptidão física relacionada à saúde de escolares: programa fitnessgram. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. V .8 n. 2 p. 72-76. mar./abril. 2012

MELLO, E. et al. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes? **Jornal de Pediatria**. V. 80 n.3 p 173-182. 2004.

PEREIRA, C. H. et al. Aptidão física em escolares de uma unidade de ensino da rede pública de Brasília-DF. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. V.16 n.3 p.223-227, fev./abril. 2011.

PETROSKI, E. L. et al. Associação entre baixos níveis de aptidão física e fatores sociodemográficos em adolescentes de área urbanas e rurais. **Motricidade**. V.8 n. 1 p.5-13. 2012.

PROJETO ESPORTE BRASIL. Manual de aplicações de medidas e teste, normas e critérios de avaliação. 2007. <http://www.proesp.ufrgs.br/institucional/>. Acessado em 03 de Maio de 2015.

RAMOS, N. R. P., LIMA, W. A. **Comparação entre o percentual de gordura corporal e o índice de massa corporal de meninos e meninas de acordo com a classificação para a saúde**. Anápolis. 2013.

VERARDI, C. E. L. et al. Análise da aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho motor em crianças e adolescentes da cidade de Carneirinho- MG. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. V. 6 n.3 p.127-134. 2007.

## PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** Nivel de Aptidão Física em Escolares do Ensino Fundamental II.

**Pesquisador:** Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 46550115.0.0000.0023

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

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 1.185.083

**Data da Relatoria:** 31/07/2015

#### **Apresentação do Projeto:**

De acordo com o projeto apresentado, "com o passar dos anos, as gerações têm perdido o interesse pela prática de atividade física, e com isso vem a perda ou o não do desenvolvimento de capacidades físicas que são adquiridas com a vivência em atividades tanto nas aulas, quanto em atividades realizadas fora da escola. Um dos fatos se deve a tecnologia estar em um avanço altamente significativo de modo que intervém nos costumes e hábitos de crianças e adolescentes hoje em dia. Baseado nisso, é importante verificar se as aulas de Educação Física na escola são suficientes para desenvolver uma boa aptidão física nos alunos."

Resumo do projeto:

-tipo de estudo: Pesquisa longitudinal mista de caráter exploratório;

- descrição dos participantes: 30 alunos do ensino fundamental 2, sendo, 15 de grupo controle e 15 de grupo experimental de ambos os sexos, com faixa etária entre 11 e 14 anos, na Escola Adventista do Guará;

-procedimentos com os participantes: coleta de dados verificando a massa corporal, estatura e o índice de massa corporal (IMC) e aplicados testes de força explosiva de membros inferiores (salto horizontal), força explosiva de membros superiores (arremesso de medicineball) e agilidade (teste do quadrado);

**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

Continuação do Parecer: 1.185.083

- destino do material obtido/informações após a pesquisa: os resultados serão utilizados como trabalho de conclusão de curso e poderão ser publicados, preservando o anonimato dos participantes. O material será guardado e incinerado após um ano da pesquisa.

Não há questionamento pelo Comitê de Ética do que foi disponibilizado na primeira versão.

**Objetivo da Pesquisa:**

Como apresentado pelos pesquisadores, o objetivo primário do projeto contempla "avaliar e analisar o nível de aptidão física de alunos do ensino fundamental II e relacionar com as aulas de Educação Física."

E como objetivo secundário, realizar "uma coleta de dados com os testes referentes à aptidão física relacionada à saúde como, massa corporal, estatura, índice de massa corporal (IMC) e serão aplicados testes referentes ao desempenho motor como, força explosiva de membros inferiores (salto horizontal), força explosiva de membros superiores (arremesso de medicineball) e agilidade (teste do quadrado)".

Não há questionamento pelo Comitê de Ética do que foi disponibilizado na primeira versão.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

De acordo com os pesquisadores, os riscos inerentes à pesquisa estão relacionados à ocorrência de lesões. Os pesquisadores mencionam que "o ambiente estará preparado para o atendimento do professor de Educação Física."

Quanto aos benefícios, "os alunos poderão ter melhora na aptidão física com os testes, e devido aos resultados poderá ser discutido e trabalhado uma maneira de programar testes e atividades que melhorem a aptidão física dos alunos".

Os riscos e benefícios foram descritos, bem como as medidas protetivas propostas. Os benefícios são caracterizados como diretos.

Não há questionamento pelo Comitê de Ética do que foi disponibilizado na primeira versão.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

O projeto apresenta relevância acadêmica.

O orçamento foi apresentado no valor total de R\$ 255,00. O financiamento será próprio.

O cronograma foi apresentado, com início de coleta de dados prevista para final de agosto/2015.

A pesquisa está metodologicamente clara e precisa, não gerando nenhum conflito ético neste sentido.

**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

Continuação do Parecer: 1.185.083

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

O Termo de Aceite assinado pela diretora da escola Adventista do Guará foi apresentado e está devidamente assinado.

O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido junto com o Assentimento foi apresentado, porém não constam nele os contatos da professora responsável.

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

Não há mais pendências, uma vez que todas as questões solicitadas na versão anterior foram atendidas, exceto a inclusão dos contatos da professora responsável no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido junto com o Assentimento. Conclui-se pela aprovação do projeto de pesquisa, indicando que o contato mencionado deve ser inserido no TCLE antes do início da coleta de dados.

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

**Considerações Finais a critério do CEP:**

Protocolo previamente avaliado por este CEP, com parecer N° 1.185.044/2015, tendo sido homologado na 13ª Reunião Ordinária do CEP-UniCEUB, em 31 de julho de 2015.

BRASILIA, 13 de Agosto de 2015

---

**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

## **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, Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo, declaro aceitar orientar o aluno Leonardo Lima de Barros Martins no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.**

**Brasília, 29 de Julho de 2015.**



---

**Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo**



## CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

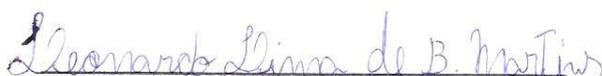
**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC**

### **Declaração de Autoria**

Eu, Leonardo Lima de Barros Martins, declaro ser o autor 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 desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 19 de Novembro de 2015.



Orientando



## FICHA DE RESPONSABILIDADE DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, Leonardo Lima de Barros Martins RA: 21312924 me responsabilizo pela apresentação do TCC intitulado Nível de Aptidão Física em Escolares do Ensino Fundamental II no dia 18/11 do presente ano, eximindo qualquer responsabilidade por parte do orientador.



ASSINATURA



## FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Venho por meio desta, como orientador do trabalho **Nível de Aptidão Física em Escolares do Ensino Fundamental II** autorizar sua apresentação no dia 18/11/2015 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



---

Orientador



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

Venho por meio desta, como orientador do trabalho,  
Nível de Aptidão Física em Escolares do Ensino Fundamental II  
do aluno Leonardo Lima de Barros Martins autorizar sua  
apresentação no dia 18 /11/2015 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



\_\_\_\_\_  
Orientador



## AUTORIZAÇÃO

Eu, Leonardo Lima de Barros Martins RA 21312924, aluno do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado **Nível de Aptidão Física em Escolares do Ensino Fundamental II**, 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, 19 de Novembro de 2015.



Assinatura do Aluno

