

# Ciências do Esporte e Educação Física: Uma nova Agenda para a Emancipação

Wendell Luiz Linhares  
(Organizador)

**Atena**  
Editora

Ano 2019



Wendell Luiz Linhares  
(Organizador)

# Ciências do Esporte e Educação Física: Uma nova Agenda para a Emancipação

Atena Editora  
2019

2019 by Atena Editora  
Copyright © Atena Editora  
Copyright do Texto © 2019 Os Autores  
Copyright da Edição © 2019 Atena Editora  
Editora Executiva: Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Antonella Carvalho de Oliveira  
Diagramação: Natália Sandrini  
Edição de Arte: Lorena Prestes  
Revisão: Os Autores

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

### **Conselho Editorial**

#### **Ciências Humanas e Sociais Aplicadas**

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília  
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Cristina Gaio – Universidade de Lisboa  
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia  
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice  
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

#### **Ciências Agrárias e Multidisciplinar**

Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

#### **Ciências Biológicas e da Saúde**

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás  
Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

### **Ciências Exatas e da Terra e Engenharias**

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

### **Conselho Técnico Científico**

Prof. Msc. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo  
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba  
Prof. Msc. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão  
Prof.ª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico  
Prof. Msc. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Msc. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará  
Prof. Msc. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista  
Prof.ª Msc. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia  
Prof. Msc. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof.ª Msc. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal  
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

<b>Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)</b>	
C569	<p>Ciências do esporte e educação física: uma nova agenda para a emancipação 1 [recurso eletrônico] / Organizador Wendell Luiz Linhares. – Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2019. – (Ciências do Esporte e Educação Física. Uma Nova Agenda para a Emancipação; v. 1)</p> <p>Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-85-7247-566-2 DOI 10.22533/at.ed.662190209</p> <p>1. Educação física – Pesquisa – Brasil. 2. Políticas públicas – Esporte. I. Linhares, Wendell Luiz. II. Série.</p> <p style="text-align: right;">CDD 613.7</p>
<b>Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422</b>	

Atena Editora  
Ponta Grossa – Paraná - Brasil  
[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)  
contato@atenaeditora.com.br

## APRESENTAÇÃO

A Educação Física tem possibilitado aos seus profissionais, a tentativa de a partir dos diversos fenômenos, sejam eles de cunho biológico, fisiológico, pedagógico, sociais e entre outros, a busca da compreensão do “novo” para a área. Neste sentido, o volume um do e-book “Ciências do Esporte e Educação Física: Uma Nova Agenda para Emancipação”, configura-se numa obra composta por 21 artigos científicos, os quais estão divididos por três eixos temáticos. No primeiro intitulado “Educação Física, Práticas Pedagógicas, Currículo e Inclusão”, é possível encontrar estudos que discutem diferentes aspectos, distintos, entretanto, interdependentes da Educação Física Escolar, a partir de aspectos teóricos e empíricos e como esses influenciam ou podem contribuir para uma melhor prática docente. No segundo eixo intitulado “Avaliação, Capacidade Física e Exercício”, é possível verificar estudos que apresentam enquanto características, aspectos biológicos e fisiológicos relacionados ao exercício físico e como este pode ser utilizado para a avaliação das capacidades físicas em diferentes sujeitos. No terceiro eixo intitulado “ Políticas Públicas, Jogos, Esporte e Lazer”, é possível encontrar estudos que tratam da relação Esporte-Lazer e como, não só as Políticas Públicas, mas também, a memória, se articulam para o fomento dos aspectos mencionados anteriormente. O presente e-book reúne autores de diversos locais do Brasil e, por consequência, de várias áreas do conhecimento, os quais abordam assuntos relevantes, com grande contribuição no fomento da discussão dos temas supracitados.

Portanto, é com entusiasmo e expectativa que desejo a todos uma boa leitura.

Wendell Luiz Linhares

## SUMÁRIO

### EIXO 1 – EDUCAÇÃO FÍSICA, PRÁTICAS PEDAGÓGICAS, CURRÍCULO E INCLUSÃO

<b>CAPÍTULO 1</b> .....	<b>1</b>
A GINÁSTICA PARA TODOS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UMA ANÁLISE DA PRODUÇÃO CIENTÍFICA	
Luizmar Vieira da Silva Júnior Michelle Ferreira de Oliveira	
<b>DOI 10.22533/at.ed.6621902091</b>	
<b>CAPÍTULO 2</b> .....	<b>14</b>
A PRÁTICA PEDAGÓGICA DE JOGOS EM OUTRAS CULTURAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIAS	
Débora Cristina Couto Oliveira Costa Francilene Batista Madeira Júlia Aparecida Devidé Nogueira	
<b>DOI 10.22533/at.ed.6621902092</b>	
<b>CAPÍTULO 3</b> .....	<b>21</b>
APTIDÃO FÍSICA DE ESCOLARES: VIDA SAUDÁVEL OU PROPENSÃO A RISCOS DE SAÚDE? A REALIDADE ATUALIZADA	
Vickele Sobreira Roberto Furlanetto Júnior Vilma Lení Nista-Piccolo	
<b>DOI 10.22533/at.ed.6621902093</b>	
<b>CAPÍTULO 4</b> .....	<b>32</b>
AS DIMENSÕES DOS CONTEÚDOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO MATERIAL DE APOIO AO CURRÍCULO DO ESTADO DE SÃO PAULO	
Yuri Marcio e Silva Lopes Wagner dos Santos	
<b>DOI 10.22533/at.ed.6621902094</b>	
<b>CAPÍTULO 5</b> .....	<b>46</b>
BNCC: O QUE DIZEM OS PROFESSORES	
Antonio Jansen Fernandes da Silva Maria Eleni Henrique da Silva Raphaell Martins Moreira	
<b>DOI 10.22533/at.ed.6621902095</b>	
<b>CAPÍTULO 6</b> .....	<b>52</b>
CONTRIBUIÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA A EDUCAÇÃO INFANTIL: UMA PROPOSTA COLETIVA DE TRABALHO	
Bruna de Paula Cruvinel	
<b>DOI 10.22533/at.ed.6621902096</b>	

**CAPÍTULO 7 ..... 64**

DIÁLOGOS SOBRE O ESTÁGIO SUPERVISIONADO NA FORMAÇÃO DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA, NO RIO GRANDE DO NORTE

Leonardo Rocha da Gama

DOI 10.22533/at.ed.6621902097

**CAPÍTULO 8 ..... 69**

ENTRE O TRADICIONAL E O ELETRÔNICO: OS JOGOS E BRINCADEIRAS DE ESTUDANTES EM CORUMBÁ-MS

Rogério Zaim-de-Melo

Carlo Henrique Golin

DOI 10.22533/at.ed.6621902098

**CAPÍTULO 9 ..... 76**

IDENTIDADE CURRICULAR E O CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA: POSSIBILIDADES DA POLITECNIA COMO UMA FORMAÇÃO OMNILATERAL

Leon Ramysssés Vieira Dias

Ângela Celeste Barreto de Azevedo

Tiago Quaresma Costa

André Malina

DOI 10.22533/at.ed.6621902099

**CAPÍTULO 10 ..... 87**

O ENSINO DO ATLETISMO NAS ESCOLAS DA ILHA DA MADEIRA E A FORMAÇÃO DE FUTUROS PROFISSIONAIS

Aurélia Dhuann Alves Batista

Ana Paula Salles da Silva

Gabriela Cardoso Machado

Flórence Rosana Faganello Gemente

DOI 10.22533/at.ed.66219020910

**EIXO 2 – AVALIAÇÃO, CAPACIDADE FÍSICA E EXERCÍCIO**

**CAPÍTULO 11 ..... 95**

A RELAÇÃO ENTRE O CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO E O DESEMPENHO EM UM TESTE DE POTÊNCIA ANAERÓBIA EM JOVENS JOGADORES DE FUTEBOL

Emerson Rodrigues Pereira

João Paulo Alves de Paula

DOI 10.22533/at.ed.66219020911

**CAPÍTULO 12 ..... 107**

ALTERAÇÕES DE FORÇA DE PREENSÃO MANUAL EM ATLETAS CADEIRANTES DE BASQUETEBOL

Noslen Francisco Przybycz

Bruno Sergio Portela

DOI 10.22533/at.ed.66219020912

**CAPÍTULO 13 ..... 112**

ANÁLISE COMPARATIVA DAS INFLUÊNCIAS DOS NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA E COMPOSIÇÃO CORPORAL ENTRE POLICIAIS MILITARES DAS RONDAS OSTENSIVAS E DO POLÍCIAMENTO ORDINÁRIO EM CUIABÁ MATO GROSSO – BRASIL

Almir de França Ferraz  
Adalberto Correa Júnior  
Michell Vetoracci Viana  
Rosilene Andrade Silva Rodrigues  
Claudinei da Silva Farina  
Willian de Jesus Santana  
Carlos Alexandre Fett  
Aylton José Figueira Júnior

**DOI 10.22533/at.ed.66219020913**

**CAPÍTULO 14 ..... 125**

AS CONTRIBUIÇÕES DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A SAÚDE DE PESSOAS COM PARALISIA CEREBRAL

Luiz Carlos Bernardino Marçal  
Fernanda Gonçalves da Silva

**DOI 10.22533/at.ed.66219020914**

**CAPÍTULO 15 ..... 132**

EFEITO AGUDO NA CONCENTRAÇÃO DE ÓXIDO NÍTRICO SALIVAR DURANTE TREINAMENTO DE JIU JITSU ESPORTIVO

Nestor Persio Alvim Agrícola  
Lídia Andreu Guillo

**DOI 10.22533/at.ed.66219020915**

**CAPÍTULO 16 ..... 138**

MOTIVAÇÃO E PERCEPÇÃO DE COMPETÊNCIA NA AQUISIÇÃO DE HABILIDADES MOTORAS EM CONTEXTO AUTOCONTROLADO DE SOLICITAÇÃO DE CONHECIMENTO DE PERFORMANCE (CP)

Auro Barreiros Freire  
Gustavo de Conti Teixeira Costa  
Lucas Savassi Figueiredo  
Rodolfo Novellino Benda

**DOI 10.22533/at.ed.66219020916**

**CAPÍTULO 17 ..... 140**

NÍVEL E PREFERÊNCIAS DE ATIVIDADE FÍSICA DOS ACADÊMICOS DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Rubens Matheus Ribeiro Sá  
Jackeline Jesus Caldas  
Luis Roberto Pereira Oliveira  
Alan Christian Machado Dias  
Laucilene Ribeiro Sá  
Lúcio Carlos Dias Oliveira  
Emanuel Péricles Salvador  
Elayne Silva de Oliveira

**DOI 10.22533/at.ed.66219020917**



**CAPÍTULO 18 ..... 153**

O USO DO MÉTODO DA FACILITAÇÃO NEUROMUSCULAR PROPRIOCEPTIVA EM BAILARINAS DO GRUPO DE DANÇA DA PASTORAL DO MENOR

Adrienne Amorim da Silva  
Carla Raphaela Figueira da Silva  
Daniela Freitas de Oliveira  
Juciele Faria Silva  
Narryman Jordana Ferrão Sales  
Ana Nubia de Barros  
Sabrina Araújo da Silva  
Fernanda Pereira Costa  
Luiz Fernando Gouvêa-e-Silva

**DOI 10.22533/at.ed.66219020918**

**EIXO 3 – POLÍTICAS PÚBLICAS, JOGOS, ESPORTE E LAZER**

**CAPÍTULO 19 ..... 161**

PESSOAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL NA ERA DIGITAL: NOVAS POSSIBILIDADES DE APRENDIZAGEM

Ana Paula Salles da Silva  
Gabriela Cardoso Machado  
Flórence Rosana Faganello Gemente

**DOI 10.22533/at.ed.66219020919**

**CAPÍTULO 20 ..... 168**

UM ESTUDO DE MÍDIA NO III MUNDIAL ESCOLAR DE VÔLEI DE PRAIA

Thiago Vieira Machado  
Sérgio Dorenski Dantas Ribeiro

**DOI 10.22533/at.ed.66219020920**

**CAPÍTULO 21 ..... 181**

ANÁLISE DO PROGRAMA BOLSA ATLETA UNIVERSITÁRIA NA UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA DE 2011 A 2015

Ana Kelly de Moraes Silva Belato  
Fernando Henrique Silva Carneiro  
Pedro Fernando Avalone de Athayde

**DOI 10.22533/at.ed.66219020921**

**SOBRE O ORGANIZADOR ..... 198**

**ÍNDICE REMISSIVO ..... 199**

## NÍVEL E PREFERÊNCIAS DE ATIVIDADE FÍSICA DOS ACADÊMICOS DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

### **Rubens Matheus Ribeiro Sá**

Universidade Federal do Maranhão  
Pinheiro – Maranhão

### **Jackeline Jesus Caldas**

Universidade Federal do Maranhão  
Pinheiro – Maranhão

### **Luis Roberto Pereira Oliveira**

Universidade Federal do Maranhão  
Pinheiro – Maranhão

### **Alan Christian Machado Dias**

Universidade Federal do Maranhão  
Pinheiro – Maranhão

### **Laucilene Ribeiro Sá**

Universidade Federal do Maranhão  
Pinheiro – Maranhão

### **Lúcio Carlos Dias Oliveira**

Universidade Federal do Maranhão  
Pinheiro – Maranhão

### **Emanuel Péricles Salvador**

Universidade Federal do Maranhão  
São Luís – Maranhão

### **Elayne Silva de Oliveira**

Universidade Federal do Maranhão  
Pinheiro – Maranhão

e Tecnologia – CCHNST da Universidade Federal do Maranhão (UFMA) – campus Pinheiro, por meio de um questionário online. Trata-se de um estudo prospectivo transversal, realizado com 68 discentes regularmente matriculados no curso de Licenciatura em Educação Física. Para coleta de dados utilizou-se um questionário online (MAFIS), composto por 97 questões alternativas, divididas em doze blocos. O estudo utilizou os seguintes blocos: 1) Identificação; 2) Nível de Atividade física; 4) Preferência para atividade física. Os dados foram analisados no programa estatístico SPSS, versão 23.0, por meio de estatística descritiva em forma de frequência absoluta e relativa, para verificar o nível de atividade física (NAF) e fatores associados utilizou-se o teste qui-quadrado com posterior montagem de modelo de regressão logística, o nível de significância adotado foi de 5%. Notou-se uma baixa prevalência de inatividade física no lazer entre os universitários, mais de 70% da amostra foi classificada como ativa, 61,8% considera a AF muito importante, uma prioridade, 72,1% gostam muito de fazer AF no tempo livre, 41,2%, preferem realizar atividades *fitness*, 51,5% tem o objetivo de melhorar o condicionamento físico, 33,8% preferem espaços abertos/ambientes externos para a prática de AF. Assim, os dados evidenciam que o nível de AF dos universitários do curso de educação física não é preocupante,

**RESUMO:** O objetivo do estudo foi avaliar o nível e preferências de atividade física dos discentes do curso de Educação Física vinculados ao Centro de Ciências Humanas, Naturais, Saúde

visto que mais da metade da amostra se mostrou fisicamente ativa.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física de Lazer. Estudantes. Preferências. Fatores de Risco

## LEVEL AND PREFERENCES OF PHYSICAL ACTIVITY OF STUDENTS OF THE UNDERGRADUATE COURSE IN PHYSICAL EDUCATION

**ABSTRACT:** The objective of the study was to evaluate the level and preferences of physical activity of students of the Physical Education course linked to the center of Humanities, Natural sciences, health and technology – CCHNST of the Federal University of Maranhão (UFMA) – Campus Pinheiro, for Through an online questionnaire. This is a cross-sectional prospective study conducted with 68 students regularly enrolled in the undergraduate course in physical education. For data collection, an online questionnaire (MAFIS) was used, consisting of 97 alternative questions, divided into twelve blocks. The study used the following blocks: 1) identification; 2) Physical activity level; 4) preference for physical activity. The data were analyzed in the statistical program SPSS, version 23.0, by means of descriptive statistics in the form of absolute and relative frequency, to verify the level of physical activity (NAF) and associated factors was used the chi-square test with Subsequent assembly of logistic regression model, the significance level adopted was 5%. There was a low prevalence of leisure-time physical inactivity among university students, more than 70% of the sample was classified as active, 61.8% considered the AF very important, a priority, 72.1% like to do AF in the free period, 41.2%, prefer to perform Fitness activities, 51.5% has the goal of improving physical fitness, 33.8% prefer open spaces/external environments for the practice of PA. Thus, the data show that the level of PA of the undergraduate students of the physical education course is not worrying, since more than half of the sample was physically active.

**KEYWORDS:** Leisure physical activity. Students. Preferences. Risk Factors

### 1 | INTRODUÇÃO

Os benefícios e a importância da prática regular de atividade física, estão amplamente mostrados na literatura (MEDINA et al., 2010., GOLDNER, 2013., SILVA et al., 2017). Para termos uma vida saudável e prolongada, importante para aquisição de um bom nível de saúde física e mental (HERNANDEZ et al., 2009; CORDEIRO et al., 2012).

Quando o indivíduo é ativo fisicamente, seja praticando esportes, participando de um programa de treinamento ou até mesmo mudando alguns hábitos no seu dia a dia, como, por exemplo, ir andando ou de bicicleta para o seu trabalho, faculdade ou outros lugares que normalmente preferimos ir de carro, moto, etc., estaria prevenindo e diminuindo as chances de desenvolver algum tipo de patologia como doenças metabólicas, cardiovasculares, crônicas degenerativas, obesidade, entre

outras (COELHO, 2009; MENDES et al., 2013; GIRALDO et al., 2013; BECKER; GONÇALVES; REIS, 2016).

O avanço tecnológico com passar do tempo vem criando ferramentas facilitadoras para auxiliar o ser humano no seu dia a dia, fazendo-o com que economize tempo para realizar ou resolver tarefas, como, por exemplo, usar smartphones para fazer compras na internet ao invés de ir à loja para realizar a compra. Entretanto, com esses avanços tecnológicos que aconteceram no mundo, o homem no decorrer dos anos vem se tornando cada vez mais inativo fisicamente (MENDES; CUNHA, 2013).

Para Gualano e Tinucci (2011), o homem que no passado era fisicamente ativo e forte, tornou-se sedentário com o processo de evolução tecnológico e industrial. Como consequência da inatividade física surgiram doenças crônico-degenerativas, síndrome metabólica e obesidade.

Modificações no estilo de vida relacionados a prática de atividade física e padrões nutricionais, podem interferir nas mudanças físicas e sociais (VIEIRA, 2002)., mudanças nos padrões de vida dos que ingressam nas universidades tendem a propiciar novas relações sociais e adoção de novos comportamentos, podendo tornar esses recém universitários em um grupo vulnerável as circunstâncias que colocam em risco sua saúde (VIEIRA, 2002).

Quando os jovens entram nas universidades, ocorrem muitas mudanças nas suas vidas. Mudanças de horários, de alimentação e diversos compromissos para resolverem dentro da sua faculdade, que muitas vezes podem interferir esses jovens a terem uma vida saudável. Muitos desses acadêmicos ainda enfrentam jornadas duplas, ou seja, estudam e trabalham. Fatores situacionais, jornadas de trabalho extensas, falta de recursos financeiros, entre outros, contribuem para não realização de atividade física de lazer desses universitários (GONÇALVES, 2016).

Segundo Hoffman (2000) Atividade Física é um “movimento voluntário realizado para alcançar um objetivo no exercício, no esporte ou em qualquer outra esfera da experiência da vida”.

Segundo Florindo et al., (2009) à prática de AF pode ser compreendida em diferentes domínios: Atividade Física como forma de lazer, de deslocamento, doméstica e ocupacional.

Os discentes do curso de Educação Física vinculados ao Centro de Ciências Humanas, Naturais, Saúde e Tecnologia – CCHNST da Universidade Federal do Maranhão (UFMA) – Campus Universitário de Pinheiro, possuem um nível de atividade física (NAF) adequado para a manutenção da saúde?

A pesquisa tem como objetivo avaliar o nível de atividade física e os possíveis fatores associados em acadêmicos do curso de licenciatura em educação física da UFMA - campus Pinheiro.

## 2 | METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de um estudo transversal, com amostra não probabilística, constituída por 68 universitários, 33 homens (48,5%) e 35 mulheres (51,5%), com idade mínima de 18 anos, regularmente matriculados no curso de Licenciatura em Educação Física do CCHNST da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), Campus Universitário de Pinheiro. A coleta de dados foi realizada no segundo semestre de 2018.

A pesquisa foi submetida para aprovação no site da Plataforma Brasil e obteve aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFMA (Parecer: 1.736.357) via Plataforma Brasil, atendendo as determinações contidas na Resolução CNS nº 466/12 e outras correlatas do Conselho Nacional de Saúde para pesquisas envolvendo seres humanos. Todos participantes foram informados sobre os objetivos e procedimentos aos quais seriam submetidos e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido- TCLE

Utilizou-se como instrumento o questionário em formato online intitulado “Mapa de Atividade Física e Saúde- MAFIS, composto por 97 questões alternativas, divididas em doze blocos (1- Identificação; 2- Nível de Atividade física; 3-Tendência para mudança no nível de atividade física; 4- Preferência para atividade física; 5- Risco de doença cardiovascular; 6- Risco associado à obesidade; 7- Dor e doenças crônicas não transmissíveis; 8-Nível de estresse; 9- Tendência de mudança no nível de estresse; 10-Padrão alimentar; 11-Tendência de mudança do padrão alimentar; 12- Auto eficácia. O estudo utilizou os seguintes blocos: 1) Identificação; 2) Nível de Atividade física; 4) Preferência para atividade física.

Inicialmente foi encaminhado a diretoria do Centro de Ciências Humanas, Naturais, Saúde e Tecnologia, um requerimento para a autorização do centro para a realização da pesquisa, em seguida optou-se pela estratégia de solicitar a coordenação do curso de Educação Física a lista de alunos ativos e seus respectivos e-mails dos alunos ativos matriculados no semestre 2018.2

Com a lista de informações necessárias foram enviados e-mails com os convites e explicações acerca da pesquisa e link do endereço eletrônico para ter acesso ao questionário MAFIS, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido-TCLE foi anexado no início do questionário, após leitura e consentimento acerca do estudo, o sujeito caso aceitasse participar clicava na opção “sim” que correspondia a “tenho interesse em participar do estudo”, logo em seguida eram carregadas e disponíveis o conteúdo do questionário para resposta, caso a resposta fosse “não” que correspondia ao desejo de não participar do estudo, o participante visualizava uma mensagem de agradecimento e o questionário não poderia ser acessado.

A análise dos dados foi realizada através de estatística descritiva em forma de frequência absoluta e percentual. Para verificar o nível de atividade física (NAF) e fatores associados utilizou-se o teste de Qui-quadrado com posterior montagem de

modelo de regressão logística. A análise do nível de atividade física ficou restrita à variável atividade física.

Para isto, foi elaborado um escore de atividade física semanal, baseado nas recomendações de 150 minutos por semana propostos pela OMS, no qual foi calculada frequência semanal (dias) pela duração média (minutos) multiplicada pelo peso da atividade (1 = leve a moderada; 2 = moderada a vigorosa; 1,5 = que se encaixem nos dois tipos), sendo os sujeitos classificados, após os cálculos de acordo com o escore obtidos em minutos, no qual, a) = 0 minutos/semana – inativo b) < 150 minutos/semana – insuficientemente ativo; c) ≥ 150 minutos/semana – fisicamente ativo e d) > 300 minutos/semana – muito ativo.

Na avaliação das preferências e práticas para a atividade física na população universitária participante do estudo utilizou-se a frequência e percentual. O nível de significância adotado foi de 5%, utilizou-se o programa SPSS, versão 23.0

### 3 | RESULTADOS

De acordo com a (tabela 1), 58,8% se identifica como pardo, 69,1% é solteiro(a), 80,9% não possuem filhos, 50% possuem renda familiar de 1 a 3 salários, 57,4% dos acadêmicos dormem entre 6 a 8 horas no período noturno, 69,1% pensa em fazer ou fazer mais AF no tempo livre, 61,8% considera a AF muito importante, uma prioridade, 72,1% gostam muito de fazer AF no tempo livre. Em relação aos dias que eles ficam sentados ao menos três horas no tempo livre 30,9% diz ficar apenas 2 dias sentados durante três horas no tempo livre, 33,8% deles não trabalham e 51,5% trabalham entre 4 a 7 dias por semana, 53% dos acadêmicos destinam entre 2 horas e 30 min a 4 horas do seu dia para os estudos, 89,7% confirmaram que sim, existem espaços de lazer nas proximidades de casa.

Variáveis		f	%	p
Sexo	Masculino	33	48,5	0,272
	Feminino	35	51,5	
Cor da pele	Amarela	4	5,9	0,728
	Branca	11	16,2	
	Parda	40	58,8	
	Preta	13	19,1	
Situação conjugal	Casado(a) ou união estável	11	16,2	0,304
	Divorciado(a) ou desquitado(a)	1	1,5	
	Namorando	9	13,2	
	Solteiro(a)	47	69,1	
Presença de filhos	Não tenho	55	80,9	0,225
	Tenho, mas não mora(m) comigo	2	2,9	
	Tenho e mora(m) comigo, mas nenhum com menos de 5 anos	4	5,9	
	Tenho, mora(m) comigo e ao menos um com menos de 5 anos	7	10,3	

Renda Familiar mensal	Menos de 1 salário mínimo	18	26,5	0,469
	Entre 1 e 3 salários mínimos	34	50,0	
	Entre 4 e 6 salários mínimos	11	16,2	
	Entre 7 e 9 salários mínimos	1	1,5	
	Entre 10 e 12 salários mínimos	1	1,5	
	Não sei / Não quero responder	3	4,4	
Tempo de sono Noturno	6 horas ou menos	22	32,4	0,686
	Entre 6 e 8 horas	39	57,4	
	8 horas ou mais	7	10,3	
Se pensa em fazer ou fazer mais AF no tempo livre	Não penso	2	2,9	0,829
	Penso às vezes	19	27,9	
	Penso sempre	47	69,1	
Se considera importante fazer AF no tempo livre	É muito importante, mas não é uma prioridade	26	38,2	0,30
	É muito importante, uma prioridade	42	61,8	
Se gosta de fazer AF no tempo livre	Não gosto	1	1,5	0,268
	Gosto pouco	17	25,0	
	Gosto muito	49	72,1	
Dias sentado ao menos três horas no tempo livre	nenhum	3	4,4	0,80
	1	10	14,7	
	2	21	30,9	
	3	10	14,7	
	4	2	2,9	
	5	7	10,3	
	6	1	1,5	
	7	14	20,6	
Frequência semanal de trabalho	Não trabalha	23	33,8	
	1 a 3 dias	10	14,7	
	4 a 7 dias	35	51,5	
Tempo gasto com atividades de ensino/educacionais	0:00 a 2 horas	10	14,7	
	2:30 a 4 horas	36	53	
	4 horas ou mais	22	32,6	
Presença de espaços de lazer nas proximidades de casa, do trabalho ou do trajeto casa-trabalho	Não, não existe	5	7,4	0,493
	Não sei	1	1,5	
	Sim, existe	61	89,7	
Total		68	100	

Tabela 1: Descrição da amostra dos universitários do curso de Educação Física, de acordo com sexo, cor da pele, e variáveis de atividade física. Pinheiro, 2018.

Legenda: f = frequência, %= porcentagem, p= significância

Na (tabela 2) é apresentado os resultados dos níveis de Atividade física dos universitários. Nível de atividade física no domínio do lazer, 44,1% são muito ativos, nível de atividade física no domínio doméstico, 38,2% são muito ativos, nível de atividade física no domínio do deslocamento, 29,4% são inativos, nível de atividade física no domínio ocupacional, 33,8% são inativos. Na classificação geral, temos 2,9% inativos, e 85,3% muito ativos.

Variáveis		f	%
Classificação da AFLAZ	Inativo	9	13,2
	Insuficientemente ativo	10	14,7
	Ativo	19	27,9
	Muito ativo	30	44,1
Classificação da AF doméstica	Inativo	22	32,4
	Insuficientemente ativo	5	7,4
	Ativo	15	22,1
	Muito ativo	26	38,2
Classificação da AF no deslocamento	Inativo	20	29,4
	Insuficientemente ativo	19	27,9
	Ativo	9	13,2
	Muito ativo	20	29,4
Classificação da AF ocupacional	Inativo	23	33,8
	Insuficientemente ativo	22	32,4
	Muito ativo	23	33,8
Classificação da AF geral	Insuficientemente ativo	2	2,9
	Ativo	8	11,8
	Muito ativo	58	85,3
	Total	68	100

Tabela 2: Classificações do níveis de Atividade Física dos universitários do curso de Educação Física. Pinheiro, 2018

Legenda: f = frequência, %= porcentagem, p= significância

De acordo com (tabela 3), onde se apresenta as preferências e características de AF dos universitários, 41,2%, preferem realizar atividades fitness, 51,5% tem o objetivo de melhorar o condicionamento físico, 33,8% preferem espaços abertos/ ambientes externos para a prática de AF, 26,5% declaram que tanto faz o tipo de atividade, 41,1% priorizam fazer AF em algum local público, 38,2% preferem fazer AF em espaços com equipamentos diversos, 51,5% declararam que não há atividades que eles não fariam.



Variáveis		f	%
Primeira opção para prática de AF no tempo livre	Atividades em academia, como musculação, treinamento funcional, "crossfit", ou similares	28	41,2
	Atividades em academia, como aulas, atividades em grupo ou similares	2	2,9
	Lutas, como jiu-jitsu, judô, karatê, boxe, capoeira ou similares	5	7,4
	Corrida de rua ou caminhada		
	Natação/Hidroginástica	7	10,3
	Danças	3	4,4
	Surf/Kitesurf e outras atividades no mar	4	5,9
	Outras modalidades individuais (ciclismo, atletismo, escalada ou similares)	1	1,5
	Futebol/Futsal	1	1,5
	Vôlei/Vôlei de praia	13	19,1
	Basquete	1	1,5
Outras modalidades coletivas (Handebol, Rugby, Futebol Americano, Polo Aquático ou similares)	2	2,9	
Principal motivo para adotar a prática de AF no tempo livre	Melhorar o condicionamento físico	35	51,5
	Aliviar o estresse	2	2,9
	Aumentar a massa magra/ganhar peso	11	16,2
	Perder peso	9	13,2
	Me divertir	5	7,4
	Tratar uma doença	1	1,5
	Aumentar a disposição	5	7,4
Local preferido para prática de AF no tempo livre	Em espaço aberto/ambiente externo	23	33,8
	Em espaço fechado/ambiente interno	13	19,1
	Em espaço com as duas opções	21	30,9
	Tanto Faz	11	16,2
Prioridade no tipo de AF no tempo livre	Competitiva	9	13,2
	Que estimula o autocontrole	8	11,8
	Calma	6	8,8
	Que exija disciplina e superação	16	23,5
	Que envolva música ou ritmo	11	16,2
	Tanto faz	18	26,5
Prioridade em investimento na AF no tempo livre	Fazer em algum local público (gratuito)	30	44,1
	Fazer em alguma academia ou clube (pago)	25	36,8
	Fazer sob supervisão de um profissional (pago)	12	17,6
	Fazer em um local subsidiado ou embutido em outros gastos (na área de lazer do condomínio, oferecido pela empresa, etc.	1	1,5
Prioridade em ambiente para a prática de AF no tempo livre	Aquático	6	8,8
	Áreas Verdes	7	10,3
	Quadras ou Campos	12	17,6
	Espaços com equipamentos diversos	26	38,2
	Tanto Faz	17	25,0
Não faria essa AF no tempo livre	Envolvendo bolas	6	8,8
	Envolvendo ambiente aquático	6	8,8
	Envolvendo áreas verdes	1	1,5
	envolvendo equipamentos diversos	8	11,8
	Envolvendo música ou ritmos	9	13,2
	Em grandes grupos	3	4,4
	Não há atividades que eu não faria	35	51,5
	Total	68	100

Tabela 3: Preferências de Atividade Física dos universitários do curso de Educação Física. Pinheiro, 2018.

Legenda: f = frequência, %= porcentagem

## 4 | DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo principal descrever o nível e preferências de atividades físicas e verificar possíveis fatores associados nesta a amostra universitária, que correspondeu a 68 universitários.

Percebeu-se no estudo que 50% da população universitária, possuem de 1 a 3 salários mínimos de renda familiar, por se tratar de um município pequeno do interior do estado do Maranhão, entende-se que essa renda não ultrapasse 3 salários mínimos, devido o rendimento domiciliar per capita do Maranhão ser de apenas R\$ 605,00 o que equivale a menos da metade da média nacional que é R\$ 1.373,00 (IBGE, 2018).

No que se refere ao tempo de sono noturno, notou-se que 57,4% dos universitários dormem entre 6 a 8 horas, e 32,4% dormem menos que 6 horas, isso pode ser justificado pelo fato de 66,2% dos universitários trabalharem durante o dia, o que pode explicar o fato deles não conseguirem dormir mais que 8 horas, já que os mesmos são alunos do curso noturno de educação física e declararem que durante o dia eles trabalham em média 8 horas diárias, o que realmente mostra que eles não têm muito tempo para dormir, devido estarem sobrecarregados de atividades do trabalho e atividades acadêmicas, já que maior parte deles 53% declaram destinar entre 2 horas e 30 min a 4 horas do seu dia para os estudos.

Quando perguntados se consideram a AF importante, 61,8% consideraram a AF como muito importante, uma prioridade na vida delas, 69,1% pensa em fazer AF ou fazer mais, 72,1% declaram gostar muito de fazer AFLAZ, um fator de grande importância, já que essa resposta apresenta-se como algo fundamental para que o indivíduo se torne ativo fisicamente ou continue e está associada ao potencial para praticar AF, já que pessoas que gostam de realizar AFLAZ possuíam 4 vezes mais chances de serem ativas fisicamente, como mostra o estudo de Oliveira (2017), no qual foi realizado com 284 universitários da área da saúde, com objetivo de avaliar o nível de AF e fatores associados.

Direcionando a discussão para o objetivo principal da pesquisa que é verificar a prevalência atividade física foi possível perceber que no lazer a grande maioria dos estudantes, 72% apresentaram níveis ótimos de atividade física de lazer, considerando o agrupamento de classificação Muito Ativo e Ativo, alcançando os 150 minutos de atividade física recomendada pela Organização Mundial de Saúde.

Segundo dados do (VIGITEL, 2016) apenas 37,6% da população adulta no conjunto das capitais brasileiras e o Distrito Federal no ano de 2016, atingiram as recomendações mínimas de AFLAZ, enquanto que São Luís do Maranhão (37,9%) da mesma população atingiu as recomendações de pelo menos 150 minutos semanais, com prevalência de 50% nos homens e 28% nas mulheres.

A literatura apresenta resultados semelhantes ao nosso estudo, como a pesquisa de Silva (2011), no qual realizou um estudo com objetivo verificar a

prevalência e fatores associados a baixos níveis de atividade física com estudantes de educação física, com amostra de 217 estudantes, obtendo o resultado de 89,4% foram considerados ativos e apenas 10,9% pouco ativos .

Resultados encontrados no estudo de Mello et al.(2016) com o objetivo de investigar o nível de atividade física dos estudantes do curso de graduação em Educação Física, modalidades Bacharelado e Licenciatura, realizado com 285 graduandos, eles obtiveram o resultado de que 85,5% do curso de Licenciatura, foram classificados como ativos fisicamente.

Como mostrados em diversos estudos (MIELKE et al., 2010; MARCONDELI, 2008; SILVA, 2007), os acadêmicos de educação física possuem um ótimo nível de atividade física, o que pode ser justificado pelo fato de atividade física ser conteúdo do currículo, pelas inúmeras aulas práticas, o nível de conhecimento dos alunos sobre a importância da AF ou ainda por conta do perfil dos alunos (OLIVEIRA, 2014).

Já nos outros domínios esse percentual de ativos já não é tão elevada, mesmo considerando o agrupamento de ativos e muito ativos, principalmente nos domínios do deslocamento, onde 42,6% apenas são ativos, e domínio ocupacional apenas 33,8% são ativos fisicamente, já no domínio doméstico 60,3% são ativos .

Estudo de Soares et al., (2016) realizaram uma análise da atividade física de universitários em diferentes domínios, onde eles encontraram resultados semelhantes a esta pesquisa, em relação ao domínio deslocamento, 41,9% dos estudantes apenas são ativos, e no domínio ocupacional apenas 29,7% foram considerados ativos.

Na questão do baixo nível de ativos no domínio do deslocamento, pode ser explicado pelo fato da localização da universidade, por conta do curso ser noturno, questões de segurança, com essas questões os universitários optam pelo transporte passivo (ônibus, carros e motocicletas) para se locomoverem ao invés do transporte ativo (andar, correr etc.), para ir não somente para a universidade, mas também para o trabalho. Lembrando que esta universidade não atende pessoas somente do município de pinheiro, mas de todas as regiões próximas.

O estudo buscou também as preferências de atividades físicas, pois, que a mesma é de suma importância para se entender as características que levam as pessoas a fazerem atividades físicas e o que é determinante na hora da escolha de alguma prática.

Segundo a maior parte dos universitários 41,2% preferem realizar atividades de característica *fitness*, exemplo: musculação, treinamento funcional, *crossfit* ou similares, e um pouco mais de 19% preferem o futebol como atividade física preferida. Resultados semelhantes ao estudo de Oliveira (2017), no qual foi realizado com 284 universitários da área da saúde, constatou-se que 30,7% da amostra tem como preferência a prática de academia e musculação, que se classificam com atividades *fitness*.

O Diagnóstico Nacional do Esporte - Diesporte (2015), com o objetivo de saber o perfil do praticante de atividade física e esporte no Brasil no ano de 2013, constatou-

se que o futebol é atividade mais praticada da poluição da amostra do estudo que foi composta por 8.902 participantes com o resultado de 42,7% de preferência do futebol como opção de AF.

De acordo com a resposta da maioria dos universitários 51,5% deles tem o objetivo principal a melhorar o condicionamento físico, 33,8% preferem espaços abertos/ambientes externos para a prática de AF, 41,1% priorizam fazer AF em algum local público, 38,2% preferem fazer AF em espaços com equipamentos diversos.

Deste 4 itens citados em nosso estudo, dois são encontrados como questões na Pesquisa Nacional de Amostras por Domicílios - PNAD (2017), identificados como: o tipo de atividade física/ esporte praticado e o local escolhido para a prática. Segundo o relatório dos 28,1 milhões de praticantes de AF, 13,1 milhões de pessoas optaram por fazer AF em locais que possuem equipamentos esportivos, já na opção de AF principal, preferências *fitness* ou academia aparecem como segunda principal opção.

O estudo tinha como um dos objetivos fazer associações, utilizando o teste de qui-quadrado e regressão logística, no entanto, o estudo não apresentou variáveis que se associaram com os níveis de atividade física, acredita-se que isso aconteceu em virtude da amostra ser relativamente pequena em relação à quantidade de alunos matriculados no período da pesquisa.

O presente trabalho apresenta os primeiros resultados de um estudo de segmento com a comunidade universitária da UFMA - Campus de Pinheiro, mas especificamente com universitários do curso de licenciatura em Educação Física, os alunos submetidos a pesquisa, logo após responderem o questionário, receberam um relatório completo sobre o estado de sua saúde atual, no que diz respeito a prática de AF. Com isso, já é possível vislumbrar que o instrumento irá contribuir para investigar a tendência para praticar AF e desta forma propor estratégias de intervenção que consigam ser mais eficazes e atender as características e particularidades de grupos e populações.

Como limitação podemos destacar o período da coleta, que se deu próximo as datas de recessos de final de ano e finais de períodos em que se percebe um acúmulo de atividades maiores entre os universitários, fator esse que diminui o interesse dos discentes em participarem de estudos.

## 5 | CONCLUSÃO

Os resultados apontaram uma baixa prevalência de inatividade física no lazer entre os universitários do curso de Educação Física, com apenas poucos estudantes inativos. A grande maioria apresentaram níveis ótimos de atividade física de lazer, alcançando os 150 minutos de atividade física recomendados pela Organização Mundial de Saúde. Na questão de preferências de prática de Atividade Física de lazer,

os universitários preferem realizar atividades *fitness*, tem como objetivo principal a melhorar o condicionamento físico, eles preferem espaços abertos para a prática de AF.

Assim, os dados evidenciam que o nível de AF dos universitários do curso de Educação Física não é preocupante, visto que mais da metade da amostra se mostrou fisicamente ativa. Os resultados deste estudo podem auxiliar no planejamento de estratégias e ações que visem a implantação de programas e políticas que fomentem a criação de espaços e opções para prática de atividades físicas dentro da universidade.

## REFERÊNCIAS

BECKER, L.; GONÇALVES, P.; REIS, R. . Programas de promoção da atividade física no Sistema Único de Saúde brasileiro: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 21, p. 110-122, 2016

BRASIL. Ministério do Esporte. **Diesporte Brasil 2016 : Diagnóstico Nacional do Esporte (Diesporte)**, 2015. Disponível em <<http://www.esporte.gov.br/diesporte/7.php>. > acessado em 12/04/2019

BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2016 : vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde**. – Brasília : Ministério da Saúde, 2016. Disponível em < <http://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/marco/02/vigitel-brasil-2016.pdf> > acessado em 12/04/2019.

COELHO, C.F. ; BURINI, R .C . Atividade física na prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis e incapacidade funcional. **Revista de Nutrição da PUCAMP**, v. 22, p. 937-946, 2009.

CORDEIRO J. et al. Effects of physical activity in declarative memory, functional capacity and quality of life in elderly. **Rev Bras Geriatr Gerontol**. 2014 ;17(3): 541-52.

FLORINDO, A. A. et al. Prática de atividades físicas e fatores associados em adultos, Brasil, 2006. **Revista de Saúde Pública** (Impresso), v. 43, p. 65-73, 2009.

GIRALDO, A. et al. Influência de um programa de exercícios físicos no uso de serviços de saúde na Atenção Básica de Saúde do município de Rio Claro, SP. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 18, p. 186-196, 2013

GOLDNER, J. **Educação física e saúde: benefício da atividade física para qualidade de vida**. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Federal do Espírito Santo, 2013.

GONÇALVES, C. A. M., **Barreiras à prática de exercício físico no tempo de lazer dos utentes adultos de um Centro de Saúde**. Dissertação (mestrado integrado em medicina)- faculdade de medicina da universidade de coimbra, Universidade de Coimbra (FMUC), Portugal, 2016.

GUALANO, B.; TINUCCI T . Sedentarismo, exercício físico e doenças crônicas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte** (Impresso), v. 25, p. 37-43, 2011

HERNANDEZ, S. S. et al. Efeitos de um programa de atividade física nas funções cognitivas, equilíbrio e risco de quedas em idosos com demência de Alzheimer. **Revista Brasileira de**

**Fisioterapia**, v. 14, p. 68-74, 2010

IBGE. **Rendimento domiciliar per capita – 2018**. Disponível em: < ftp://ftp.ibge.gov.br/Trabalho\_e\_Rendimento/Pesquisa\_Nacional\_por\_Amostra\_de\_Domicilios\_continua/Renda\_domiciliar\_per\_capita/Renda\_domiciliar\_per\_capita\_2018.pdf> acessado em 18/04/19.

HOFFMAN, S. J. **Introduction to kinesiology: Studying physical activity: Human Kinetics Publishers**, 2000.

MARCONDELLI, P. et al. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestres da área da saúde. **Revista de Nutrição**, 2008.

MEDINA, F.L. et al. Atividade física: impacto sobre a pressão arterial. **Revista Brasileira de Hipertensão**, v. 17, p. 103-106, 2010.

MELLO, A. B. et al. Nível de atividade física dos estudantes de graduação em educação física da universidade federal do espírito santo. **J. Phys. Educ.** v. 27, e2723, 2016.

MENDES, C. M. L; Cunha, Rubéns. C. L. As novas tecnologias e suas influências na prática de atividade física e no sedentarismo. **Rev Interfaces**. v 1. Núm. 3, 2013.

MENDES, G. et al. Evidências sobre efeitos da atividade física no controle glicêmico: importância da adesão a programas de atenção em diabetes. **Revista brasileira de atividade física e saúde**, v. 18, p. 412-423, 2013.

MIELKE, G. I. et al. Atividade física e fatores associados em universitários do primeiro ano da Universidade Federal de Pelotas. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 15, n. 1, p. 57-64, 2012.

OLIVEIRA, E. S. **Nível, potencial para mudança e preferências de atividade física em discentes da área da saúde da universidade federal do Maranhão**. Mestrado Acadêmico em Saúde do Adulto - UFMA, 2017.

PNAD, IBGE. **Pesquisa nacional por amostra de domicílios: Práticas de esporte e atividade física -2015**: Rio de Janeiro: IBGE, 2017.

SILVA, D. A. S. Nível de atividade física e fatores associados em acadêmicos de educação física de uma universidade pública do nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde** v 16 • n 3, 2011.

SILVA, G.S.F. et al. Avaliação do nível de atividade física de estudantes de graduação das áreas saúde/biológica. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte(Online)**. ISSN 1806-9940. 2007.

SILVA, L. C et al. Atividade física de lazer e saúde: uma revisão sistemática. **Mudanças - Psicologia da Saúde**, v. 25, p. 57-65, 2017

SOARES, B. A. C. et al. **Análise da atividade física de universitários em diferentes domínios**. Anais do 8º Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão – Universidade Federal do Pampa, 2016.

VIEIRA, V. C. R. et al. Perfil socioeconômico, de saúde e nutrição de adolescentes recém-ingressos em uma Universidade Pública brasileira. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 15, n.3, p. 273-282, 2002.

## **SOBRE O ORGANIZADOR**

**WENDELL LUIZ LINHARES** - Possui graduação plena em Ciências Biológicas pelo Centro Universitário Leonardo da Vinci – UNIASSELVI (2011), especialização “Lato Sensu” em Educação e Gestão Ambiental pela Faculdade de Ensino Superior Dom Bosco (2011). Em 2016 concluiu sua segunda graduação, sendo o curso de licenciatura em Educação Física pela Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG e em 2019 se tornou Mestre em Ciências Sociais Aplicadas, pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG). Seus estudos têm como objeto o Esporte, sobretudo, o Futebol, tendo pesquisado suas diversas manifestações durante a graduação e pós-graduação. Atualmente têm desenvolvido pesquisas relacionadas ao processo de “identificação e pertencimento clubístico” e atua como docente da disciplina de Educação Física na Rede Particular de Ensino da cidade de Ponta Grossa – Paraná.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

Amplitude de Movimento Articular 154

Aptidão Física 23, 111

Atividade Física de Lazer 141

Atletismo 93, 94, 191

Autocontrole 139

### B

Barreiras 112, 115, 116, 117, 124, 151

Basquetebol 107

Batalhão 112, 117, 120, 122

Bolsa Atleta 176, 181, 182, 183, 185, 188, 189

Brincadeiras 1, 8, 11, 12, 49, 74, 75

### C

Conhecimento 49, 139, 180

Conteúdos 38, 40, 46, 49

Currículo 5, 6, 33, 36, 46, 76, 85

### D

Dança 49, 154, 159

### E

Educação Infantil 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63

Ensino 20, 45, 51, 52, 53, 54, 69, 71, 73, 79, 80, 85, 152, 153, 183, 187, 198

Ensino Médio 45

Escola 5, 6, 7, 8, 17, 21, 30, 31, 37, 50, 51, 57, 59, 64, 66, 71, 72, 85, 112, 153

Esporte Universitário 181

Estudantes 141

### F

Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva 155, 156, 159

Fatores de Risco 141

Formação Superior em Educação Física 76

### G

Ginástica Para Todos 1, 3, 4, 5, 11, 12, 13



## **I**

IMC 26, 27, 95, 98, 112, 117, 118, 122, 157, 160

## **J**

Jogos 5, 9, 1, 8, 11, 12, 45, 49, 72, 74, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 169, 177, 178, 182

## **M**

Mídia 93, 94, 168, 169, 173

## **O**

Omnilateralidade 76

## **P**

Paralisia Cerebral 127, 129, 130, 131

Policiais Militares 112, 124

Políticas Públicas 5, 9, 130, 181

Poltecnica 76

Preferências 141, 147

Produção Científica 1

## **S**

Saúde 13, 23, 26, 31, 85, 104, 123, 125, 128, 130, 132, 140, 142, 143, 148, 150, 151, 152

## **T**

Tecnologias 70, 88, 166

Trabalho Coletivo 1, 8, 10, 12, 52

## **V**

Vôlei de Praia 168, 169, 172, 174, 176, 177

Agência Brasileira do ISBN  
ISBN 978-85-7247-566-2



9 788572 475662