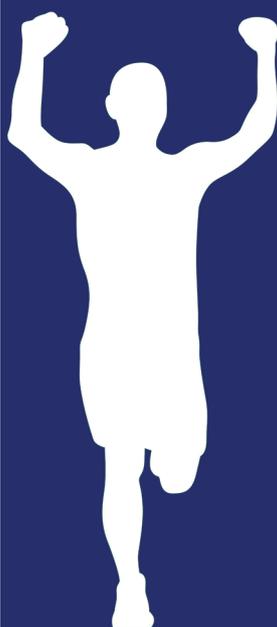
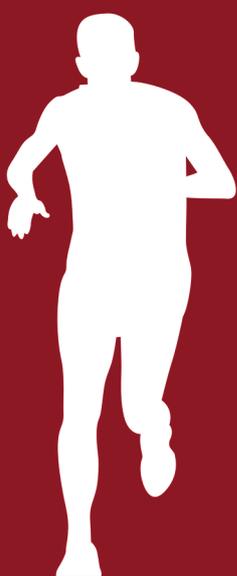


# A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO ÁREA DE INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Lucio Marques Vieira Souza  
(Organizador)

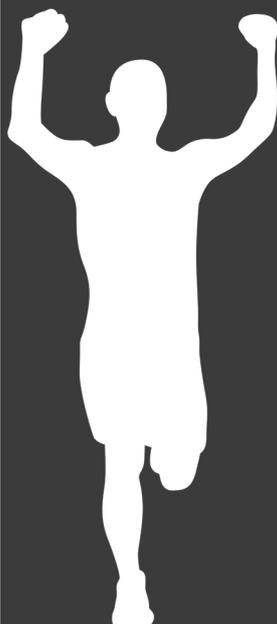
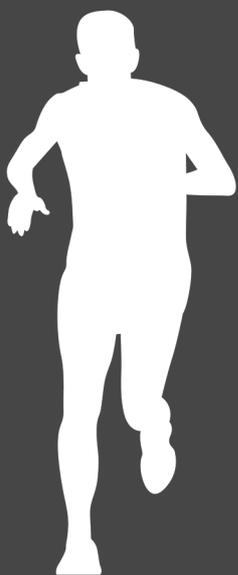


**Atena**  
Editora

Ano 2020

# A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO ÁREA DE INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Lucio Marques Vieira Souza  
(Organizador)



**Atena**  
Editora

Ano 2020

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

**Editora Chefe:** Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

**Diagramação:** Geraldo Alves

**Edição de Arte:** Lorena Prestes

**Revisão:** Os Autores



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

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**

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense

Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa

Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará

Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia

Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá

Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima

Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões

Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná

Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros

Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice

Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense

Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins

Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros

Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Universidade Federal do Maranhão

Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará

Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste

Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador

Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

### **Ciências Agrárias e Multidisciplinar**

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano  
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás  
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados  
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná  
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia  
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará  
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará  
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

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

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília  
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás  
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri  
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília  
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina  
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira  
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Fernando José Guedes da Silva Júnior – Universidade Federal do Piauí  
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco  
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas  
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá  
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora  
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. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí  
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará  
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

### **Conselho Técnico Científico**

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo  
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza  
Prof. Me. Adalto Moreira Braz – Universidade Federal de Goiás  
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba  
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Andrezza Miguel da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia  
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais  
Prof<sup>a</sup> Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar  
Prof<sup>a</sup> Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos  
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas  
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará  
Prof<sup>a</sup> Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília  
Prof<sup>a</sup> Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco  
Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás  
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil  
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases  
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita  
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí  
Prof<sup>a</sup> Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora  
Prof. Dr. Fabiano Lemos Pereira – Prefeitura Municipal de Macaé  
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo  
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária  
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina  
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro  
Prof<sup>a</sup> Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia  
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College  
Prof<sup>a</sup> Ma. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho  
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará  
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay  
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco

Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
 Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA  
 Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis  
 Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR  
 Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
 Profª Ma. Lilian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará  
 Profª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ  
 Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás  
 Prof. Me. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe  
 Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados  
 Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná  
 Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos  
 Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior  
 Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo  
 Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri  
 Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco  
 Prof. Me. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados  
 Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal  
 Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo  
 Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana  
 Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

<b>Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)</b>	
E24	<p>A educação física como área de investigação científica [recurso eletrônico] / Organizador Lucio Marques Vieira Souza. – Ponta Grossa, PR: Atena, 2020.</p> <p>Formato: PDF            Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader            Modo de acesso: World Wide Web            Inclui bibliografia            ISBN 978-65-5706-045-2            DOI 10.22533/at.ed.452201505</p> <p>1. Educação física – Pesquisa – Brasil. I. Souza, Lucio Marques Vieira.</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

É com imensa satisfação e responsabilidade que apresentamos a Coletânea “A Educação Física como Área de Investigação Científica” que reúne 23 artigos abordando vários tipos de pesquisas e metodologias que tiveram contribuições significativas de professores e acadêmicos das mais diversas instituições de Ensino Superior do Brasil.

O objetivo principal é apresentar os avanços e atualidades da área e para isto a obra foi dividida em 03 principais eixos temáticos: Educação Física Escolar do capítulo 1 ao 5; Esportes, Projetos e Educação Física Inclusiva, do capítulo 6 ao 13; e Atividade Física e Saúde, entre os capítulos 14 e 23. Estruturada desta forma a obra demonstra a pluralidade acadêmica e científica da Educação Física, bem como a sua importância para a sociedade.

Neste sentido, nos capítulos constam estudos que tratam de temas desde a influência do smartphone e da violência no contexto escolar, desenvolvimento e desempenho motor de crianças, esportes variados, sedentarismo, capacidades físicas, nível de qualidade de vida e atividade física em idosos ao tradicional treinamento resistido. Portanto, a presente obra contempla assuntos de importante relevância.

Agradecemos a Atena Editora que proporcionou que fosse real este momento e da mesma forma convidamos você Caro Leitor para embarcar na jornada fascinante rumo ao conhecimento.

Lucio Marques Vieira Souza

<b>CAPÍTULO 1 .....</b>	<b>1</b>
<b>A INFLUÊNCIA DO USO DO SMARTPHONE EM ESCOLARES: UM ESTUDO PILOTO</b>	
Elaine Fernanda Dornelas de Souza Giovanna Santana Goes Sueyla Fernandes da Silva dos Santos Ismael Forte Freitas Júnior	
<b>DOI 10.22533/at.ed.4522015051</b>	
<b>CAPÍTULO 2 .....</b>	<b>16</b>
<b>CORRELAÇÃO ENTRE A IDADE CRONOLÓGICA, O ESTADO MOTOR E DESEMPENHO DO SALTO VERTICAL DE CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR</b>	
Jomilto Luiz Praxedes dos Santos Sergio Medeiros Pinto Igor da Silveira Carvalho Tainá de Sousa Oliveira	
<b>DOI 10.22533/at.ed.4522015052</b>	
<b>CAPÍTULO 3 .....</b>	<b>25</b>
<b>EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE NA ESCOLA: BENEFÍCIOS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES DO FUNDAMENTAL</b>	
Maria Eduarda da Silva Wellington Manoel da Silva José Aryelson dos Santos da Silva Josenilson Felix da Silva Thuani Lamenha Costa Geraldo José Santos Oliveira Thais Roberta da Cruz Tavares Mayara Joana Mendonça da Silva Elaine Rufino Barbosa da Silva Gabriela Maria da Silva Lívia Maria de Lima Leoncio Gilberto Ramos Vieira	
<b>DOI 10.22533/at.ed.4522015053</b>	
<b>CAPÍTULO 4 .....</b>	<b>28</b>
<b>ESTÁGIO E A FORMAÇÃO DOCENTE: A IMPORTÂNCIA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL</b>	
Gilberto Ramos Vieira Haroldo Moraes de Figueiredo Iberê Caldas Souza Leão Viktor Hugo Cavalcanti Correia Fagner Lucas Borba Guerreiro Myllison Silas Ferreira dos Santos Milena de Lima Moura Bruno Tavares Félix do Nascimento Wesllen Mneclisis Silva de Oliveira Nataly do Nascimento Silva Ítalo Vinícius Tabosa Guimarães Matias Maria Isadora Vilarim de Alencar Pires	
<b>DOI 10.22533/at.ed.4522015054</b>	

**CAPÍTULO 5 ..... 39**

RELAÇÃO ENTRE MATURAÇÃO SEXUAL E MEDIDAS DE DIMENSÃO CORPORAL  
COM APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA A SAÚDE EM ESCOLARES

Hugo Martins Teixeira  
Marlene Aparecida Moreno

**DOI 10.22533/at.ed.4522015055**

**ESPORTES, PROJETOS E EDUCAÇÃO FÍSICA INCLUSIVA**

**CAPÍTULO 6 ..... 55**

DANÇANDO NO ESCURO: ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS PARA  
PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL

Súsel Fernanda Lopes  
Suelen Cristina Cordeiro

**DOI 10.22533/at.ed.4522015056**

**CAPÍTULO 7 ..... 68**

LUTAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: A PERCEPÇÃO DE PROFESSORES

Fabricio Xavier do Carmo  
José Antonio Vianna

**DOI 10.22533/at.ed.4522015057**

**CAPÍTULO 8 ..... 78**

O CIRCO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UMA EXPERIÊNCIA NA CIDADE DE  
GOIÂNIA

Lívia Vaz Soares  
Michelle Ferreira de Oliveira

**DOI 10.22533/at.ed.4522015058**

**CAPÍTULO 9 ..... 87**

O EFEITO DA GINÁSTICA ARTÍSTICA SOBRE OS ASPECTOS PSICOMOTORES  
EM CRIANÇAS DE 5 A 6 ANOS

Maria Eduarda Bezerra de Sá  
Thalya Wendy Aguiar Barbosa  
Renato de Vasconcellos Farjalla  
Ricardo Gonçalves Cordeiro.

**DOI 10.22533/at.ed.4522015059**

**CAPÍTULO 10 ..... 96**

POLÍTICAS PÚBLICAS INCLUSIVAS NO ESPORTE DE BASE PARA CRIANÇAS E  
ADOLESCENTES COM DEFICIÊNCIA: O CASO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO

Rodrigo Roah Rodrigues

**DOI 10.22533/at.ed.45220150510**

**CAPÍTULO 11 ..... 126**

PRODUÇÕES CULTURAIS DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES NO PROJETO  
BRINCAR É O MELHOR REMÉDIO

André da Silva Mello  
Emmily Rodrigues Galvão

Luciene Sales Sena  
Luísa Helmer Trindade  
Sara de Paula Couto Bertolo  
Silvia Neves Zouain

**DOI 10.22533/at.ed.45220150511**

**CAPÍTULO 12 ..... 139**

**PROGRAMA MINI-TÊNIS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

Flávia Évelin Bandeira Lima  
Mariane Aparecida Coco  
Walcir Ferreira Lima  
Vitória Gabrielly Ribeiro  
Fellipe Bandeira Lima  
Amanda Santos  
Mariane Lamin Francisquinho  
Diego Freitas do Nascimento  
Silvia Bandeira da Silva Lima

**DOI 10.22533/at.ed.45220150512**

**CAPÍTULO 13 ..... 148**

**PROJETO DE ATIVIDADES AQUÁTICAS (PRÓ-AQUÁTICA)**

Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno  
Silvia Bandeira da Silva Lima  
Flávia Évelin Bandeira Lima  
Andreza Marim do Nascimento  
Aline Gomes Correia  
Matheus de Paula Bandeira e Silva  
Marcela Elânia Alves Corrêa  
Matheus Felipe Sosnitzki da Silva Félix  
Walcir Ferreira Lima

**DOI 10.22533/at.ed.45220150513**

**CAPÍTULO 14 ..... 153**

**AS CAPACIDADES FÍSICAS NECESSÁRIAS PARA O TRABALHO POLICIAL: UM ESTUDO NA POLÍCIA MILITAR DO PARANÁ**

Ronaldo César Falq Chinatto  
Rafael Gomes Sentone

**DOI 10.22533/at.ed.45220150514**

**ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE**

**CAPÍTULO 15 ..... 169**

**ATIVIDADES COM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UM OLHAR SOBRE AS CONTRIBUIÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA**

Ariane Capela Mendes  
Suelen Suane Bezerra Resque  
Patrícia do Socorro Chaves de Araújo

**DOI 10.22533/at.ed.45220150515**

**CAPÍTULO 16 ..... 182**

**ATIVIDADES FÍSICAS RELAÇÕES COM A EVOLUÇÃO HUMANA E PROCESSOS ADAPTATIVOS DO CORPO HUMANO**

Célio Roberto Santos de Souza

Kátia Silene Silva Souza  
Almir de França Ferraz  
Álvaro Adolfo Duarte Alberto  
Maria Luiza de Jesus Miranda  
Eliane Florêncio Gama  
Aylton José Figueira Junior

**DOI 10.22533/at.ed.45220150516**

**CAPÍTULO 17 ..... 192**

**CORRELAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO E A PREVALÊNCIA DE  
DESCONFORTO/DOR EM AGENTES DE COMBATE A ENDEMIAS DE GUANAMBI-  
BA**

Janne Jéssica Souza Alves  
Suelen Oliveira  
Paula Keeturyn Silva Santos

**DOI 10.22533/at.ed.45220150517**

**CAPÍTULO 18 ..... 202**

**INVESTIGAÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA E DO ZUMBIDO EM INDIVÍDUOS IDOSOS**

Jessica Aparecida Bazoni  
Luciana Lozza de Moraes Marchiori  
Karina Couto Furlanetto

**DOI 10.22533/at.ed.45220150518**

**CAPÍTULO 19 ..... 216**

**NÍVEL DE QUALIDADE DE VIDA QUANTO A CAPACIDADE FUNCIONAL E A  
PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA TERCEIRA IDADE**

Flávia Évelin Bandeira Lima  
Vitória Gabrielly Ribeiro  
Sílvia Bandeira da Silva Lima  
Mariane Aparecida Coco  
Fellipe Bandeira Lima  
Amanda Santos  
Mariane Lamin Francisquinho  
Diego Freitas do Nascimento  
Walcir Ferreira Lima

**DOI 10.22533/at.ed.45220150519**

**CAPÍTULO 20 ..... 229**

**RODA DE TAMBOR QUILOMBOLAS E SUA RELAÇÃO COM A RESISTÊNCIA  
MUSCULAR**

Vivianne Carvalho Moura  
Patrícia Ribeiro Vicente  
Luciano Silva Figueirêdo  
Janaína Alvarenga Aragão  
Juliana Barbosa Dias Maia  
Ermínia Medeiros Macêdo  
Saara Jane Santos Batista Lustosa  
Patrícia Maria Santos Batista  
Verônica Lourdes Lima Batista Maia  
Evandro Alberto de Sousa  
Igor Alcenor Granja de Moura

<b>CAPÍTULO 21</b> .....	<b>241</b>
<b>SEDENTARISMO: ÍNDICE PRESENTE ENTRE GRADUANDOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA</b>	
José Cícero Cabral de Lima Júnior	
Keila Teixeira da Silva	
Eugênio Lívio Teixeira Pinheiro	
Lidiane dos Santos Fernandes	
João Marcos Pereira de Castro	
Igor Leandro Rodrigues Monteiro	
César Iúryk Biserra Silva	
Sílvia Leticia Ferreira Pinheiro	
Rafaella Bezerra Pinheiro	
Yarlon Wagner da Silva Teixeira	
Andreza Dantas Ribeiro Macedo	
Sheron Maria Silva Santos	
<b>DOI 10.22533/at.ed.45220150521</b>	
<b>CAPÍTULO 22</b> .....	<b>253</b>
<b>TREINAMENTO RESISTIDO X ENVELHECIMENTO</b>	
Danieli Tefili Rossa	
Jéssica Pinheiro	
Lia Mara Wibelinger	
<b>DOI 10.22533/at.ed.45220150522</b>	
<b>CAPÍTULO 23</b> .....	<b>261</b>
<b>A VIOLÊNCIA NO CONTEXTO ESCOLAR: UM ESTUDO DE CASO EM UMA ESCOLA PÚBLICA DO ESTADO DE GOIÁS</b>	
Leandro Jorge Duclos da Costa	
Cristiane Jesus Fróes Arantes	
Larissa de Oliveira e Ferreira	
Paola Batista Paranaíba	
Roner Soares da Silva	
Alexsander Augusto da Silveira	
<b>DOI 10.22533/at.ed.45220150523</b>	
<b>SOBRE O ORGANIZADOR</b> .....	<b>273</b>
<b>ÍNDICE REMISSIVO</b> .....	<b>274</b>

## PROGRAMA MINI-TÊNIS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Data de aceite: 06/05/2020

Data de Submissão: 04/02/2020

### **Flávia Évelin Bandeira Lima**

Universidade Estadual do Norte do Paraná  
– UENP – Centro de Ciências da Saúde -  
Jacarezinho - Paraná  
<https://orcid.org/0000-0002-7026-3354>

### **Mariane Aparecida Coco**

Universidade Estadual do Norte do Paraná  
– UENP – Centro de Ciências da Saúde -  
Jacarezinho - Paraná  
<https://orcid.org/0000-0002-5995-736>

### **Walcir Ferreira Lima**

Universidade Estadual do Norte do Paraná  
– UENP – Centro de Ciências da Saúde -  
Jacarezinho - Paraná  
<https://orcid.org/0000-0003-0932-7969>

### **Vitória Gabrielly Ribeiro**

Universidade Estadual do Norte do Paraná  
– UENP – Centro de Ciências da Saúde -  
Jacarezinho - Paraná  
<https://orcid.org/0000-0001-8031-8710>

### **Fellipe Bandeira Lima**

Centro Universitário Campos de Andrade –  
UNIANDRADE – Curitiba - Paraná  
<https://orcid.org/0000-0001-5917-6412>

### **Amanda Santos**

Centro Universitário Campos de Andrade –  
UNIANDRADE – Curitiba - Paraná  
<https://orcid.org/0000-0003-2866-846X>

### **Mariane Lamin Francisquinho**

Universidade Estadual do Norte do Paraná  
– UENP – Centro de Ciências da Saúde -  
Jacarezinho – Paraná  
<http://orcid.org/0000-0003-2172-8597>

### **Diego Freitas do Nascimento**

Universidade Estadual do Norte do Paraná  
– UENP – Centro de Ciências da Saúde -  
Jacarezinho - Paraná  
<https://orcid.org/0000-0003-4736-2618>

### **Silvia Bandeira da Silva Lima**

Universidade Estadual do Norte do Paraná  
– UENP – Centro de Ciências da Saúde -  
Jacarezinho – Paraná  
<https://orcid.org/0000-0002-6862-2944>

**RESUMO:** Este trabalho está relacionado a um projeto de extensão, com o objetivo de proporcionar através das atividades do mini-tênis o desenvolvimento das habilidades físicas, psicomotoras e da autoestima de crianças e adolescentes de Jacarezinho e Bandeirantes – PR. Por intermédio de materiais e métodos alternativos, objetiva ainda, salientar a importância da iniciação do tênis de campo para a contribuição no desenvolvimento integral de crianças e adolescente. Seu ensino está direcionado para atividades que privilegiem situações de jogos com cooperação, oposição e atividades recreativas. O projeto, ainda, tem como intuito, capacitar acadêmicos e

profissionais de Educação Física para trabalhar com o mini-tênis dentro e fora do contexto escolar. Dessa forma, pelos monitores, foram realizadas baterias de testes motores utilizando o protocolo PROESP-BR (2016) em todos os alunos participantes das aulas de mini-tênis em todo período de vigência do projeto. Foi realizado Festivais, atividades recreativas na Páscoa, dia das Crianças, Natal. Nos três polos que atendem o projeto as aulas são totalmente gratuitas. Durante a vigência de 4 anos do projeto de extensão foram realizadas capacitações para os monitores do projeto, essas capacitações foram ministradas pela equipe do Instituto Ícaro e professores colaboradores externos. Desta forma, observou-se evolução significativa no cenário da saúde e do desempenho motor das crianças e adolescentes praticantes de mini-tênis. Sendo assim, pode-se apontar que as aulas de mini-tênis contribuem positivamente para o aumento dos níveis de atividade física das crianças e dos adolescentes aliados aos aspectos físico-motor, intelectual, afetivo-emocional e social, através de atividade lúdicas que proporcionam o prazer juntamente com o desenvolvimento dos praticantes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Mini-tênis. Aptidão Física. Desempenho Motor.

### MINI-TENNIS PROGRAM FOR CHILDREN AND ADOLESCENTS

**ABSTRACT:** This work is related to an extension project, with the objective of providing through the activities of mini-tennis the development of physical, psychomotor skills and the self-esteem of children and adolescents from Jacarezinho and Bandeirantes - PR. Through alternative materials and methods, it is also aimed to highlight the importance of initiation of field tennis for the contribution in the integral development of children and adolescents. Your teaching is directed to activities that privilege situations of games with cooperation, opposition and recreational activities. The project also aims to train academics and physical education professionals to work with mini-tennis in and out of the school context. Thus, by the monitors, motor test batteries were performed using the PROESP-BR protocol (2016) in all students participating in mini-tennis classes throughout the project's term. Festivals, recreational activities were held at Easter, Children's Day, Christmas. In the three centers that attend the project the classes are completely free. During the 4-year duration of the extension project, training was carried out for the project monitors, these trainings were taught by the Icaro Institute team and external collaborating teachers. Thus, there was a significant evolution in the health and motor performance scenario of children and adolescents practicing mini-tennis. Thus, it can be shown that mini-tennis classes contribute positively to the increase in the levels of physical activity of children and adolescents allied to the physical-motor, intellectual, affective-emotional and social aspects, through playful activity that provide pleasure together with the development of practitioners.

**KEYWORDS:** Mini-Tennis. Physical Fitness. Motor Performance.

## 1 | INTRODUÇÃO

A prática de atividades físicas é o passaporte para um modo de vida

saudável, trazendo consigo diversos privilégios no que tange a promoção de saúde e desenvolvimento motor de crianças e adolescentes. Em qualquer idade, é um hábito importante para a manutenção da saúde, prevenção de doenças, bem-estar e desenvolvimento psicomotor, apresentando relação com o balanço energético e o controle da massa corporal (COSTA et al., 2014). Hábitos de atividade física, incorporados na infância e adolescência possivelmente possam acompanhar o indivíduo até a vida adulta (GUEDES et al., 2001). De acordo com o Colégio Americano de Medicina Esportiva (ACSM, 1997), a aptidão física para as crianças e adolescentes deve ser desenvolvida como primeiro objetivo de incentivo a adoção de um estilo de vida apropriado com a prática de exercícios por toda a vida, com o intuito de desenvolver e manter condicionamento físico suficiente para melhoria da capacidade funcional e da saúde.

Vieira et al. (2009) evidenciam que crianças e adolescentes que tem uma boa base motora (vivências/experiências motoras), demonstram vantagens em muitas situações, como na aprendizagem de habilidades motoras complexas e na precisão dos movimentos, contribuindo para melhora na percepção do desempenho motor. O desempenho motor é o aspecto observável do movimento e influenciado por muitos fatores como: motivação, condição física, fadiga (SCHMIDT; WRISBERG, 2010). Para Gallahue, Ozmun e Goodway (2013) é considerado como o nível de desempenho atual de um indivíduo, influenciado por fatores como movimento, velocidade, agilidade, equilíbrio, coordenação e força. O ser humano adquire habilidades motoras, progredindo de movimentos simples, desorganizados e sem habilidade, para execução de habilidades motoras altamente organizadas e complexas (MARQUES, 1996). Barela (1999) afirma que todas as habilidades motoras presentes no repertório motor do ser humano, via regra, passam pelo longo caminho “do inexperiente ao habilidoso”.

Esportes com raquetes demonstra que as habilidades adquiridas nesses esportes fazem uma relação importante com os movimentos fundamentais e com as habilidades especializadas (GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, 2013). O tênis é uma prática física corporal e mental, que deixa transparecer facilmente a personalidade de quem o realiza. Portanto, o valor do Mini-tênis como jogo desportivo a ser desenvolvido, parece mais que recomendado, se pensar na sua contribuição no progresso motor e no desenvolvimento de novas habilidades das crianças em conjunto com o desenvolvimento das capacidades biomotoras e, por fim, efetivamente contribuirá na formação integral das crianças, aspectos esse que o jogo pode proporcionar.

Para Crespo e Miley (1998) uma das formas mais eficazes de introduzir tênis de campo para as crianças de uma maneira divertida e ativa usando uma abordagem com base nos jogos é o Mini-tênis, pela condição que as elas têm de

jogar em um ambiente compatível com as suas capacidades físicas. A sua prática não requer equipamentos sofisticados, mas adaptados, além de possuir regras simples e a quantidade de técnica ensinada é básica e de fácil aprendizado. Para Brustolin (1995) *“o mini-tênis é o tênis em proporções menores; quadras menores, raquetes menores, rede mais baixa, bolas mais leves, regras mais simples e a base do aprendizado está no controle da bola e nos jogos”*.

De acordo com Bompa (2002) as diversas formas de jogos e brincadeiras quando bem conduzidos tende a desenvolver de uma maneira geral o sistema cardiorrespiratório, a capacidade de força e de velocidade, além de ser uma ótima estratégia metodológica, pois a criança se exercita de uma maneira lúdica e prazerosa. Já Chiminazzo e Azzi (2005) , dizem que o jogo de tênis, por ser um esporte individual, precisa de um grande esforço por parte de seus praticantes. O jogador deve ter consciência de que se ele não usufruir do jogo, com certeza o seu parceiro também não usufruirá. Este embasamento deverá ser adquirido pelo processo educativo. É fundamental jogar com o outro e não contra o outro.

Alicerçado nos estudos de especialistas que se preocupam em estudar a criança no que tange ao desempenho motor relacionado a aptidão física e a saúde, certamente se pensar de forma racional a proposta da implantação de um estudo, relacionado ao desempenho motor como promotor de saúde, juntamente com o Projeto de Extensão Mini-tênis, pela sua dinâmica e pela sua característica efetivamente poderá contribuir e muito com o progresso motor das crianças. Nesse sentido, o objetivo do projeto extensão foi proporcionar através das atividades do mini-tênis o desenvolvimento das habilidades físicas, psicomotoras e da autoestima de crianças e adolescentes de Jacarezinho e Bandeirantes – Paraná.

## 2 | METODOLOGIA

Esse trabalho é um projeto de extensão cadastrado na Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, e teve como objetivo proporcionar através das atividades do mini-tênis o desenvolvimento das habilidades físicas, psicomotoras e da autoestima de crianças e adolescentes de Jacarezinho e Bandeirantes – PR. Objetiva, também, a democratização da modalidade em todas as camadas socioeconômicas; procura proporcionar, através de atividades lúdicas do mini-tênis, a socialização dos participantes; procura abranger o maior público possível, dentro da modalidade, pois, as características do projeto, com aulas coletivas, permitem a inclusão de muitos participantes; e, ainda, tem como intuito capacitar acadêmicos e profissionais de Educação Física para trabalhar com o mini-tênis dentro e fora do contexto escolar.

As aulas do projeto de extensão são realizadas através da prática das técnicas

de ensino voltadas para:

- (a) Domínio corporal;
- (b) Adaptação ao ambiente e materiais de jogo;
- (c) Prática do jogo – global;
- (d) Golpes básicos no Tênis;
- (e) Oposição e cooperação na iniciação ao Tênis;
- (f) Atividades recreativas.

Os materiais utilizados são apropriados a cada faixa etária, sendo raquetes e bolinhas menores e mais leves a fim de respeitar a fase de desenvolvimento de cada criança/adolescente. Os materiais utilizados de acordo com a faixa etária são: raquetes de 5 a 6 anos; raquetes de 7 a 13 anos; raquetes de adulto; bolinha vermelha (25% da velocidade); bolinha laranja (50% da velocidade); bolinha verde (75% da velocidade); bolinha amarela (oficial); cones; bambolês.

As aulas para as crianças e adolescentes são divididas em três polos, sendo dois na cidade de Jacarezinho – PR e um na cidade de Bandeirantes – PR. As aulas em cada polo são realizadas duas vezes na semana divididas em quatro horários e as turmas são divididas por faixa de etária (5 a 8 anos de idade e 9 a 13 anos de idade, cada faixa etária possui um horário no período matutino e outro no vespertino).

Esse projeto tem aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa CEP-UENP pelo parecer nº 3083384/2018. Dessa forma, foram realizadas baterias de testes motores, periodicamente, utilizando o protocolo PROESP-BR (2016) em todos os alunos participantes das aulas de mini-tênis, para analisar o desenvolvimento físico e motor dos participantes. Foi responsabilidade dos monitores a condução dos testes e avaliações referentes as variáveis antropométricas e as capacidades de desempenho motor durante as aulas.

Para a aplicação dos testes foi obedecida a seguinte sequência: Massa Corporal, Estatura, Envergadura, Teste de sentar-e-alcançar, Teste de corrida/caminhada dos 6 minutos, Teste de resistência abdominal, Arremesso da *medicineball*, Salto horizontal, Teste do quadrado e Teste de corrida de 20 metros. Os testes foram realizados na mesma hora do dia para evitar possíveis efeitos do ciclo circadiano, ocorrendo das 9:00 as 10:00 horas nas turmas matutinas e das 14:00 as 15:00 nas turmas vespertinas. Para classificação dos resultados o PROESP-BR (2016) estabelece como normas e critérios de avaliação, pontos de corte ou valores críticos estratificados por idade e sexo. Valores abaixo dos pontos de corte é considerado como ZONA DE RISCO À SAÚDE e valores acima, ZONA SAUDÁVEL (GAYA et al., 2006).

Após as coletas periódicas os dados coletados foram tratados por meio do pacote computadorizado *Statistical Package for the Social Science* (SPSS), versão 26.0. Para a análise das variáveis numéricas recorreu-se aos procedimentos da estatística

descritiva (frequência absoluta e relativa), posteriormente, para identificação de eventuais diferenças, ao teste U de Mann-Whitney (mediana), segundo resultados do teste de normalidade Kolmogorov-Smirnov. As variáveis categóricas (proporção de frequência de acordo com os pontos de corte considerados) foram analisadas mediante tabelas cruzadas, envolvendo testes de qui-quadrado ( $X^2$ ), para identificação de diferenças estatísticas entre os grupos (comparações múltiplas ajustadas pelo método Bonferroni. Os valores de  $p < 0,05$  foram considerados estatisticamente significativos para todas as análises.

### 3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto de extensão Mini-tênis tem proporcionado a crianças da cidade de Jacarezinho e Bandeirantes, a participar, de forma gratuita, de diferentes atividades educativas e recreativas relacionada ao Tênis de Campo, e ainda, dado a oportunidade aos Acadêmicos do Curso de Educação Física a vivenciarem, como monitores, um programa de extensão.

Os acadêmicos/monitores têm participado de reuniões semanais para elaboração das aulas, grupos de estudo de pesquisa relacionados a temática do projeto e participaram de capacitações proporcionadas pelo Instituto Ícaro de Curitiba (parceiro do projeto) no ano de 2016, 2017, 2018 e 2019. Observou-se, com a participação deles nesse projeto, uma grande melhora na didática nas aulas do projeto, melhora da técnica dos movimentos do Tênis de campo, esporte não praticado pelos monitores antes do início do projeto, melhora na formação acadêmica, e até mesmo na participação deles em sala de aula durante a graduação.

Em relação as crianças participantes do projeto identificaram-se os avanços em alguns aspectos como a socialização, o desenvolvimento físico e, principalmente a coordenação motora. Sendo que as aulas ocorrem 2 vezes na semana, com duração de uma hora. As crianças podem participar nos dois dias, ou mesmo um dia só. Mesmo aquelas que frequentam apenas uma vez na semana nota-se a melhora no desempenho físico, motor e cognitivo.

O projeto mini-tênis conta com o suporte financeiro do Instituto Ícaro, com disponibilização de materiais para as aulas (raquetes, bolas, redes, materiais recreativos), uniforme gratuito para as crianças, cursos e capacitações para os acadêmicos de Educação Física (gratuitos e/ou com baixo custo), ajuda de custo para alguns monitores e pretendem aumentar ainda mais a ajuda para esse projeto.

No ano de 2019 o projeto aumentou o número de turmas e dias de atendimento, pela demanda de crianças que vem aumentando, totalizando atualmente 180 crianças em 12 turmas nos 3 polos. No final de 2018 o projeto contava com aproximadamente 130 crianças nos 3 polos (Jacarezinho CCS e Colégio João de Aguiar e Bandeirantes

CLM). No ano de 2017 o projeto encerrou o ano com 95 crianças. No final do ano letivo de 2016 o projeto terminou com aproximadamente 50 crianças.

O projeto também conta com a participação de alunos de Iniciação Científica Voluntária da universidade, desenvolvendo pesquisas para o acompanhamento do desempenho motor das crianças participantes. Durante a vigência do projeto foi realizado Festivais, atividades recreativas na Páscoa, dia das Crianças, Natal para os participantes.

Dessa forma, esse projeto tem como proposta mostrar que o mini-tênis efetivamente pode contribuir na formação integral dos participantes e dos acadêmicos, como já está fazendo. Nesta perspectiva, o projeto mini-tênis permite a democratização da modalidade e é vista como um meio para promover a integração social, a vivência de cultura esportiva e estimula comportamentos implícitos em seus princípios como o respeito ao próximo, o trabalho em equipe, a competitividade, o autocontrole e a disciplina, tanto das crianças participantes, como nos acadêmicos/monitores.

Em relação as avaliações físicas, relacionadas ao desempenho motor e a saúde dos participantes, notou-se diferenças significativas nos indicadores de estatura, envergadura, IMC, flexibilidade, aptidão cardiorrespiratória, força explosiva de membros inferiores, agilidade, velocidade. Esse resultado pode ser explicado pelo projeto de extensão contar com aulas voltadas ao aperfeiçoamento das habilidades motoras, assim como as capacidades coordenativas das crianças e dos adolescentes.

No início do projeto, em consequência de os alunos não praticarem atividade física regularmente, verificou-se desempenho fraco na maior parte dos testes motores em relação ao desempenho esportivo. Após intervenção, observou-se evolução significativa no cenário da saúde e do desempenho motor, ainda que alguns indicadores não tenham sido estatisticamente significativos. Sendo assim, pode-se apontar que as aulas de mini-tênis contribuem positivamente para o aumento dos níveis de atividade física das crianças e dos adolescentes aliados aos aspectos físico-motor, intelectual, afetivo-emocional e social, através de atividade lúdicas que proporcionam o prazer juntamente com o desenvolvimento dos praticantes.

Ao realizar a primeira bateria de testes, maior parte dos avaliados encontravam-se classificados na zona de risco à saúde, já nas avaliações seguintes, observa-se migração dos mesmo para a zona saudável. Desta forma, afirma-se que as aulas de mini-tênis estão sendo efetivas para manter os níveis adequados da aptidão física relacionada à saúde dos alunos, uma vez que a finalidade do projeto de extensão não é somente o talento esportivo. Os indicadores antropométricos e de desempenho motor, em relação aos momentos analisados, demonstraram valores significativos em nove das treze variáveis avaliadas, sendo verificados nos medidores de idade, estatura, envergadura, IMC, flexibilidade, aptidão cardiorrespiratória, força de

membros inferiores, agilidade e velocidade. Assim, percebe-se que a participação dos alunos no projeto de extensão está sendo efetiva, provocando evoluções em suas habilidades e capacidades motoras. Comprovando os efeitos positivos de um projeto de intervenção, Costa et al. (2014) evidenciam que a proposta pedagógica se fez eficaz promovendo o desenvolvimento das habilidades motoras revelando-se como uma opção viável para promover o desempenho motor das crianças.

Para os próximos anos alguns objetivos serão inseridos no projeto: pretende-se ampliar o número participantes, entre crianças e acadêmicos, aumentar os locais de realização, para que tenha uma maior abrangência e, está em negociação, uma parceria com mais escolas de Jacarezinho para que possa proporcionar as aulas aos seus participantes.

#### 4 | CONCLUSÃO

Os resultados alcançados com a prática das atividades propostas pelo projeto têm sido efetiva para a melhora dos níveis de atividade física e da saúde dos participantes. As atividades têm contribuído não só para as crianças participantes, mas, também, para os acadêmicos/monitores no âmbito da extensão (com o atendimento da comunidade), do ensino (no planejamento e execução das aulas) e da pesquisa (com a avaliação das crianças e publicação dos resultados).

Desta forma, conclui-se que práticas de intervenção provocam influências expressivas na aptidão física relacionada a saúde e no desempenho motor de seus praticantes. A prática regular de atividade física traz benefícios não só na infância e adolescência, mas se mantém até a vida adulta, assim, ratifica-se a importância de projetos de intervenção durante a fase escolar dos praticantes.

#### REFERÊNCIAS

ACSM. Aptidão física na adolescência: Posicionamento Oficial do Colégio Americano de Medicina Esportiva. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, n.3, v.2, p.39-40, 1997.

BARELA, J. A. Aquisição de habilidades motoras: do inexperiente ao habilidoso. **Motriz**, n.5, n.1, p.53-57, 1999.

BOMPA, T. O. **Treinamento total para jovens campeões**. São Paulo: Manole, 2002.

BRUSTOLIN, M. **Tênis no Brasil: História, ensino, ideias**. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.

CHIMINAZZO, J. G. C.; AZZI, R. G. **Atividades competitivas e “esgotamento” (burnout) no tênis de campo infanto-juvenil. Tênis de campo: temas em debate**. Taubaté: Cabral, p.71-84, 2005.

COSTA, C. L. A.; NOBRE, G. C.; NOBRE F. S. S.; VALENTINI, N. C. Efeitos de um programa de intervenção motora sobre o desenvolvimento motor de crianças em situação de risco social na região do Cariri – CE. **Revista da Educação Física/UEM**, n.25, v.3, p.353-364, 2014.

CRESPO, M.; MILEY, D. **ITF School Tennis Initiative: Teacher's Manual**. International Tennis Federation, ITF Ltd., London: 1998.

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C.; GOODWAY, J. D. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 7.ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

GAYA, A.; LEMOS, A.; TEIXEIRA, D.; PINEIRO, E.; MOREIRA, R. **Projeto Esporte Brasil: PROESP-BR. Manual de Aplicações de Medidas e Testes, Normas e Critérios de Avaliação**. Porto Alegre: UFRGS; 2016.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P.; BARBOSA, D. S.; OLIVEIRA, J. A. Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, n.7, v.6, p.187-199, 2001.

MARQUES, I. A teoria dos estágios aplicada aos estudos do desenvolvimento motor: uma revisão. **Journal of Physical Education**, n.7, v.1, p.13-18, 1996.

PROJETO ESPORTE BRASIL: manual. Disponível em: <<https://www.proesp.ufrgs.br>>. Acesso em: 05 agosto 2018.

SCHMIDT, R. A.; WRISBERG, C. A. **Aprendizagem e performance motora—uma abordagem da aprendizagem baseada na situação**. 4.ed. Porto Alegre: Artmed; 2010.

VIEIRA, L. F.; TEIXEIRA, C. A.; SILVEIRA, J. M.; TEIXEIRA, C. L.; OLIVEIRA FILHO, A.; RORATO, W. R. Crianças e desempenho motor: um estudo associativo. **Motriz. Revista de Educação Física, UNESP**, n.15, v. 4, p.804-809, 2009.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

Adaptações corporais 182, 188

Adolescentes 1, 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 23, 25, 26, 38, 40, 41, 42, 43, 51, 52, 53, 88, 95, 96, 98, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 118, 120, 121, 122, 123, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 139, 140, 141, 142, 143, 145, 147, 262, 264, 265, 270, 272

Aptidão física 39, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 89, 141, 142, 145, 146, 151, 154, 155, 156, 159, 167, 168, 194, 204, 239

Aquathlon 149, 151

Atividade física 2, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 25, 26, 41, 42, 43, 51, 52, 53, 55, 67, 140, 141, 145, 146, 147, 149, 151, 152, 158, 164, 165, 166, 167, 171, 173, 178, 180, 181, 186, 187, 188, 194, 196, 198, 199, 201, 202, 204, 205, 206, 207, 210, 211, 212, 213, 216, 217, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 231, 235, 236, 238, 239, 251

Atividade motora adaptada 55

### B

Brincadeiras 32, 34, 35, 36, 38, 40, 52, 57, 81, 101, 103, 126, 127, 128, 129, 130, 132, 133, 135, 136, 137, 142, 268

### C

Circo 78, 79, 81, 83, 84, 85, 86

Comportamento sedentário 41, 52, 151, 225, 242

Comunidades tradicionais 229

### D

Dança 55, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 64, 65, 66, 67, 81, 82, 103, 172, 176, 177, 179, 235, 236, 239

Deficiência visual 55, 56, 57, 58, 67

Desempenho cognitivo 262

Desenvolvimento infantil 26, 72

Desenvolvimento motor 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 32, 36, 37, 38, 52, 53, 88, 93, 95, 141, 146, 147, 151, 247

### E

Educação física 2, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 34, 35, 36, 37, 38, 41, 42, 43, 44, 48, 53, 55, 57, 58, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 76, 77, 78, 80, 81, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 90, 93, 94, 97, 104, 115, 116, 120, 124, 129, 130, 140, 142, 144, 146, 147, 150, 152, 155, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 175, 177, 178, 179, 180, 181, 188,

204, 206, 210, 228, 232, 241, 242, 243, 245, 247, 248, 251, 261, 263, 265, 266, 267, 268, 271, 273

Educação física escolar 31, 37, 41, 42, 53, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 78, 81, 85, 86, 87, 88, 90, 124, 247, 248, 263, 265, 273

Educação infantil 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 88, 138, 265

Envelhecimento 171, 172, 178, 180, 202, 203, 204, 205, 214, 216, 218, 219, 224, 227, 228, 237, 253, 254, 255, 258, 259, 260

Escolares 1, 5, 10, 14, 23, 24, 26, 27, 39, 40, 41, 43, 44, 45, 47, 51, 52, 53, 80, 265

Esporte de base 96, 98, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 112, 113, 122

Estágio 20, 21, 22, 28, 29, 30, 31, 32, 34, 37, 38, 50, 53

Estudantes 3, 4, 5, 6, 7, 80, 241, 242, 243, 244, 246, 247, 251, 252, 262, 265

Exercício físico 51, 53, 186, 187, 192, 194, 196, 197, 198, 199, 200, 204, 205, 211, 218, 219, 225, 235, 246, 249, 250, 251, 256, 273

## F

Funcionalidade 168, 253

## G

Ginástica artística 87, 88, 90, 93, 94, 95, 120

## H

Hidroginástica 103, 148, 149, 150, 151, 177, 178

## I

Idosos 55, 149, 150, 169, 170, 171, 172, 173, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 202, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 210, 211, 212, 213, 214, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 227, 228, 238, 239, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 264

Inatividade física 2, 202, 203, 205, 210, 214, 218, 228, 242, 245, 246, 251

Inclusão 4, 19, 26, 38, 42, 55, 64, 66, 70, 96, 99, 100, 104, 112, 114, 123, 124, 142, 151, 176, 195, 205, 219, 225, 243

## J

Jogos 2, 32, 34, 35, 36, 38, 40, 42, 52, 57, 65, 73, 74, 80, 81, 101, 103, 126, 127, 128, 129, 130, 132, 133, 135, 136, 137, 139, 141, 142, 161

## L

Lutas 42, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 80, 81, 102, 103

## M

Manifestações religiosas 230

Maturação sexual 39, 40, 43, 44, 45, 47, 49, 50, 52, 53

Mialgia 192

Militares 153, 154, 155, 156, 158, 159, 160, 161, 163, 165, 166, 167, 168

Mini-tênis 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145

Músculo 12, 184, 253, 255, 256, 257

## **N**

Natação 103, 111, 112, 120, 123, 148, 149, 150, 151, 152

## **P**

Políticas públicas 70, 96, 97, 98, 100, 102, 103, 104, 105, 114, 115, 118, 122, 123, 124, 125, 187

Práticas corporais 58, 77, 78, 103, 251, 265

Processo evolutivo 182, 183, 184, 187

Produções culturais 126, 128, 129, 130, 131, 133, 134, 137

Psicomotricidade 30, 34, 37, 87, 88, 94, 95

## **Q**

Qualidade de vida 2, 26, 53, 67, 149, 151, 152, 153, 155, 165, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 176, 178, 200, 211, 216, 217, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 226, 227, 228, 229, 231, 232, 238, 239, 241, 243, 251, 253, 255, 258, 273

## **S**

Salto vertical 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23

Serviços de saúde escolar 26

Smartphone 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 23

## **T**

Trabalhador 159, 164, 192, 200

Treinamento de força 186, 253, 257, 258, 260, 273

## **V**

Violência 40, 72, 163, 261, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272

 **Atena**  
Editora

**2 0 2 0**