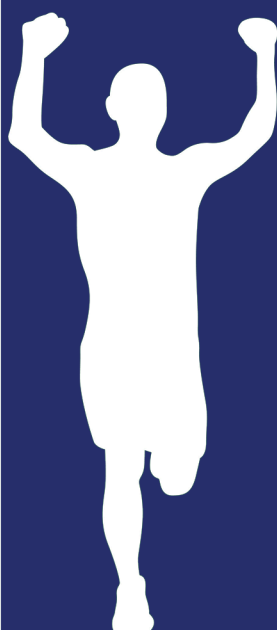


A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO ÁREA DE INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)

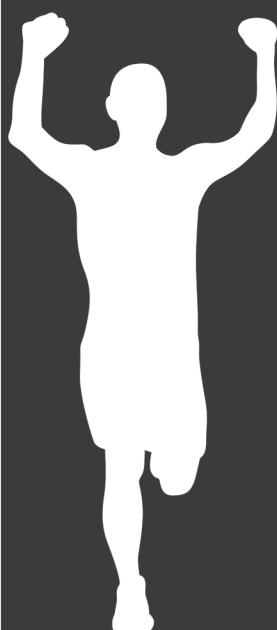


Atena
Editora

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: Prof^a Dr^a 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

Prof^a Dr^a 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

Prof^a Dr^a 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

Prof^a Dr^a Cristina Gaio – Universidade de Lisboa

Prof^a Dr^a 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

Prof^a Dr^a Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice

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

Prof^a Dr^a Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Prof^a Dr^a Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins

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

Prof^a Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte

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

Prof^a Dr^a Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará

Prof^a Dr^a Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Prof^a Dr^a Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Prof^a Dr^a Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste

Prof^a Dr^a 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

Prof^a Dr^a 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^a Dr^a 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^a Dr^a 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^a Dr^a Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Prof^a Dr^a 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^a Dr^a Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Prof^a Dr^a Andrezza Miguel da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais
Prof^a Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar
Prof^a 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^a Dr^a Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Prof^a Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília
Prof^a 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^a 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^a Dr^a 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^a Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College
Prof^a 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

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
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>
Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422	

Atena Editora
 Ponta Grossa – Paraná - Brasil
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

CAPÍTULO 1	1
A INFLUÊNCIA DO USO DO SMARTPHONE EM ESCOLARES: UM ESTUDO PILOTO	
Elaine Fernanda Dornelas de Souza Giovanna Santana Goes Sueyla Fernandes da Silva dos Santos Ismael Forte Freitas Júnior	
DOI 10.22533/at.ed.4522015051	
CAPÍTULO 2	16
CORRELAÇÃO ENTRE A IDADE CRONOLÓGICA, O ESTADO MOTOR E DESEMPENHO DO SALTO VERTICAL DE CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR	
Jomilto Luiz Praxedes dos Santos Sergio Medeiros Pinto Igor da Silveira Carvalho Tainá de Sousa Oliveira	
DOI 10.22533/at.ed.4522015052	
CAPÍTULO 3	25
EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE NA ESCOLA: BENEFÍCIOS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES DO FUNDAMENTAL	
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	
DOI 10.22533/at.ed.4522015053	
CAPÍTULO 4	28
ESTÁGIO E A FORMAÇÃO DOCENTE: A IMPORTÂNCIA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL	
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	
DOI 10.22533/at.ed.4522015054	

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
Sílvia 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
Sílvia Bandeira da Silva Lima

DOI 10.22533/at.ed.45220150512

CAPÍTULO 13 148

PROJETO DE ATIVIDADES AQUÁTICAS (PRÓ-AQUÁTICA)

Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno
Sílvia 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

CAPÍTULO 21 241

SEDENTARISMO: ÍNDICE PRESENTE ENTRE GRADUANDOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

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

DOI 10.22533/at.ed.45220150521

CAPÍTULO 22 253

TREINAMENTO RESISTIDO X ENVELHECIMENTO

Danieli Tefili Rossa
Jéssica Pinheiro
Lia Mara Wibelinger

DOI 10.22533/at.ed.45220150522

CAPÍTULO 23 261

A VIOLÊNCIA NO CONTEXTO ESCOLAR: UM ESTUDO DE CASO EM UMA ESCOLA PÚBLICA DO ESTADO DE GOIÁS

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

DOI 10.22533/at.ed.45220150523

SOBRE O ORGANIZADOR..... 273

ÍNDICE REMISSIVO 274

PROJETO DE ATIVIDADES AQUÁTICAS (PRÓ-AQUÁTICA)

Data de aceite: 06/05/2020

Data de submissão: 05/02/2020

Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno
Universidade Estadual do Norte do Paraná
Jacarezinho – Paraná
<http://lattes.cnpq.br/8510417797766664>

Silvia Bandeira da Silva Lima
Universidade Estadual do Norte do Paraná
Jacarezinho – Paraná
<http://lattes.cnpq.br/9916379661209950>

Flávia Évelin Bandeira Lima
Universidade Estadual do Norte do Paraná
Jacarezinho – Paraná
<http://lattes.cnpq.br/8954194878263990>

Andreza Marim do Nascimento
Universidade Estadual do Norte do Paraná
Jacarezinho – Paraná
<http://lattes.cnpq.br/8748612718611776>

Aline Gomes Correia
Universidade Estadual do Norte do Paraná
Jacarezinho – Paraná
<http://lattes.cnpq.br/2025886914884744>

Matheus de Paula Bandeira e Silva
Universidade Estadual do Norte do Paraná
Jacarezinho – Paraná
<http://lattes.cnpq.br/2083006773014029>

Marcela Elânia Alves Corrêa
Universidade Estadual do Norte do Paraná

Jacarezinho – Paraná

<http://lattes.cnpq.br/7835054903462530>

Matheus Felipe Sosnitzki da Silva Félix
Universidade Estadual do Norte do Paraná
Jacarezinho – Paraná
<http://lattes.cnpq.br/6961403763398300>

Walcir Ferreira Lima
Universidade Estadual do Norte do Paraná
Jacarezinho – Paraná
<http://lattes.cnpq.br/4968357912867522>

RESUMO: Atividades aquáticas são aquelas realizadas no meio líquido. Estas acarretam diversos benefícios para a saúde, sendo físicos, sociais e psicológicos. O projeto Pró-Aquática engloba as modalidades de Natação, Aquatlon e Hidroginástica. A Natação é um exercício em constante crescimento, sendo recomendado como tratamento não-farmacológico. O Aquatlon é a junção da Natação com a corrida, sendo considerado um esporte de *endurance*. A Hidroginástica   uma atividade bem procurada pois é um exercício de pouco impacto nas articulações, principalmente para a população idosa. A proposta do projeto é atingir parcialmente a população interna e externa da Universidade Estadual do Norte do Paraná - UENP, com crianç as a partir de 8 anos até a população idosa, oferecendo aulas de Natação, Aquatlon e Hidroginástica com o objetivo de

melhorar a qualidade de vida na prática regular da modalidade. O Pró-Aquática trabalha desde a iniciação até o treinamento especializado, sendo realizado duas vezes por semana, com uma hora cada aula. As aulas variam do lúdico para o técnico, contando com diversos materiais para auxiliar na técnica de cada movimento afim de executar os mesmos com maestria. Resultados dos indivíduos na fase inicial do projeto são preocupantes, portanto o projeto está em busca da melhora na qualidade de vida de cada aluno, proporcionando uma vida ativa fisicamente.

PALAVRAS-CHAVE: Natação, Hidroginástica, Aquathlon.

WATER ACTIVITIES PROJECT (PRÓ-AQUÁTICA)

ABSTRACT: Water activities are the ones realized in the liquid environment. They have several health benefits, being them physical, social and psychological. The *Pró-Aquática* Project includes the modalities of Swimming, Aquathlon and Water aerobics. Swimming is an exercise which is currently growing, being even prescribed as a non-pharmacological treatment. Aquathlon is the combination of swimming and running, considered an endurance sport. On the other hand, Water Aerobics is a very searched activity because its low impact on joints, especially for the elderly population. The project's proposal is to achieve partially the intern and extern population of Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, since eight-year-old children till the elderly population, offering Swimming, Aquathlon and Water Aerobics classes with the objective of improving life's quality with the regular practice of the modality. The *Pró-Aquática* works since the initiation until the specialized training, being realized twice a week, an hour each class. The classes change from playful to technical, counting with several materials to help on every movement technique, looking for masterfully execute them. The results of the individuals in the initial phase are worrying, therefore the project is looking for to improve life quality of each student, providing a physically active life.

KEYWORDS: Swimming, Water Aerobics, Aquathlon.

1 | INTRODUÇÃO

As atividades aquáticas possuem inúmeros benefícios para a saúde, em diversas faixas etárias e apresentando melhorias em diversos níveis: os aspectos físicos; aspectos psicológicos e aspectos sociais como a melhora das relações interpessoais, laços de amizade, entre outros (TAHARA et al. 2006). A Natação é uma modalidade de exercício que está crescendo, pois está sendo prescrita até como tratamento não-farmacológico, ajudando em casos de hipertensão arterial, obesidade e doenças provocadas por lesões nas artérias coronárias. Já a Hidroginástica é muito procurada por adultos e idosos por ser uma atividade física realizada na água, onde realiza exercícios com ou sem a utilização de equipamentos. O Aquathlon consiste na junção de duas modalidades, Natação e corrida, considerado um esporte de endurance, é a porta de entrada para o Triathlon. (MEDEIROS et al. 2000).

Existem inúmeros métodos de ensino para se trabalhar nas aulas de Educação Física. Greco e Benda (1999) seguem um modelo de desenvolvimento por nível de rendimento esportivo divididos em fases caracterizadas por suas faixas etárias e objetivos trabalhados. Fase Universal, em que os objetivos são capacidades condicionais e coordenativas, dos 6 aos 12 anos; Fase da Orientação, focada na iniciação e desenvolvimento de gestos técnicos; Fase da Direção, dos 13/14 aos 15/16 anos, com o início do aperfeiçoamento e da especialização técnica; Fase da Especialização, com objetivo de aperfeiçoar e otimizar o potencial técnico e tático; Fase da aproximação, que além dos últimos objetivos, também se volta para as capacidades psíquicas e sociais dos alunos; Fase de Alto Nível, onde ocorre uma estabilização, aperfeiçoamento e domínio dos itens trabalhados nas fases anteriores; Fase de Recuperação/readaptação, que busca readaptar o ex-atleta na sociedade e promove a prática do esporte pelo mesmo voltado para sua saúde, passando por um processo de “destreinamento” e, por fim, a Fase Nove, da Recreação e da Saúde, se dá onde o esporte é buscado apenas por questões de saúde e lazer.

2 | METODOLOGIA

A proposta engloba a oferta de diversas atividades, na Piscina da UENP – Centro de Ciências da Saúde, na cidade de Jacarezinho/PR, em diferentes horários. O Pró-Aquática é um projeto de atividades aquáticas desenvolvido por docentes e discentes do curso de Educação Física da Universidade Estadual do Norte do Paraná - UENP, onde busca oferecer aulas de Natação, Hidroginástica e Aquatlon para crianças a partir de 8 anos, adultos e idosos, utilizando a metodologia adaptada de Greco e Benda de acordo com as necessidades individuais dos alunos, com o objetivo de proporcionar benefícios na vida de quem pratica com regularidade. O projeto trabalhará com a iniciação ao treinamento especializado de Natação duas vezes por semana, duração de uma hora por aula divididas em atividades técnicas e lúdicas de acordo com cada objetivo de fase trabalhada. As atividades no meio aquático serão desenvolvidas com aulas / treinos práticas e teóricas, com a utilização de objetos como prancha, espaguete, pullbuoy, que facilitem os iniciantes para os primeiros contatos com água, os primeiros aprendizados de cada nado e ajudando nos educativos de cada técnica.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Espera-se que o projeto atenda uma parcela significativa das comunidades interna e externa da UENP, com atividades destinadas a crianças a partir de 8 anos até a população idosa. Neste sentido, ofertará oportunidades para melhora do Nível

de Atividade Física e estímulo à mudança de quem possui pouco nível de atividade física até os que possuem comportamento sedentário. Dentro de um ano, espera-se que na modalidade Natação seja atingido um público de 100 participantes, enquanto na Hidroginástica, estima-se que possua 120 participantes. Já para o Aquathlon, acredita-se atender cerca de 70 praticantes. Com o aumento da procura e lotação das aulas, terá a possibilidade de abertura de novas turmas, assim como a inclusão de novos estagiários e professores, que inicialmente conta com uma equipe de 6 integrantes. A expectativa para esse período de tempo é de que a equipe aumente para uma média de 20 membros divididos em todas as turmas.

Foram realizados testes com os alunos já existentes no projeto onde amostra foi composta por 46,2% mulheres e 53,8% homens; os nadadores apresentaram valores médios de massa corporal 74,7 ($\pm 14,3$) Kg.; de estatura 1,68 ($\pm 0,10$) metros; de perímetro da cintura 87,8 ($\pm 9,9$) cm.; de IMC 26,2 ($\pm 2,29$) Kg/m². A pesquisa verificou que 75% apresentaram excesso de peso corporal (sobrepeso: 66,7%; obeso: 8,3%); em relação à obesidade abdominal 50% se apresentaram com risco e 16,7% com muito risco (obesidade abdominal: 66,7%). Foram encontrados valores normais de pressão arterial média e a frequência cardíaca média em 91,7% e 58,3%, respectivamente. Alguns resultados encontrados nesta fase inicial do projeto são preocupantes, quando se refere à saúde, neste sentido, espera-se que a prática de Natação com orientação qualificada, seja determinante para uma melhora considerável na qualidade de vida destes indivíduos.

4 | CONCLUSÃO

Espera-se, por meio do projeto, atingir o máximo de pessoas da comunidade interna e externa na UENP, incentivar a prática de atividade física e, ainda, promover a manutenção da saúde e da qualidade de vida dos participantes do Projeto Pró-Aquática. A expectativa também é de que os alunos consigam se desenvolver de forma positiva dentro do método aplicado e alcancem melhores resultados, principalmente, em relação a saúde.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, D.S.M.S.; ARAÚJO, C.G.S. Aptidão física, saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adultos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. v. 6. n. 5. 2000.

BENDA, Rodolfo Novellino; GRECO, Pablo Juan. **Aprendizagem e desenvolvimento motor**. In: SILVA, C.I.; COLTO, A.C.P. Manual do treinador de Natação. Belo Horizonte: Edições FAN, 1999.

BENDA, Rodolfo Novellino; GRECO, Pablo Juan. **Iniciação Esportiva Universal: da aprendizagem motora ao treinamento técnico**. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 2001.

CARVALHO, T.; NÓBREGA, A.C.L.; LAZZOLI, J.K.; MAGNI, J.R.T.; REZENDE, L.; DRUMMOND, F.A.; OLIVEIRA, M.A.B.; DE ROSE, E.H.; ARAÚJO, C.G. S.; TEIXEIRA, J.A.C. Posição oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. v. 2. n. 4. 2006.

MEDEIROS, A.; GIANOLLA, R. M.; KALIL, L. M. P.; BACURAU, R. F. P.; ROSA, F. B. C.; NEGRÃO, C. E.; BRUM, P. C. Efeito do treinamento físico com Natação sobre o sistema cardiovascular de ratos normotensos. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 14, n. 1, p. 7-15, 2000.

MIRANDA, E.P.; RABELO, H.T. Efeitos de um programa de atividade física na capacidade aeróbia de mulheres idosas. *Movimentum – Revista Digital de Educação Física. Ipatinga: Unileste – MG*. v. 1. 2006.

TAHARA, A. K.; SANTIAGO, D. R. P.; TAHARA, A. K. As atividades aquáticas associadas ao processo de bem-estar e qualidade de vida. **Revista Digital. Buenos Aires**, v. 11, n. 103, p. 1-4, 2006.

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