

CADERNOS *UniFOA*

Especial Online

ISSN 1982-1816

www.unifoa.edu.br/cadernos/especiais.html

RESUMO DOS TRABALHOS DE CONCLUSÃO DE CURSO



Educação Física
2010-1



ESTÁGIO SUPERVISIONADO SOB A ÓTICA DOS ALUNOS DO 6º PERÍODO DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO UNIFOA

Autores: LIMA, Flavia da Silva; ANDRÉ, Sergio Aparecido da Silva; BRAGA, Thamyres Christine Vitalino.

Orientador: FARANI, Erik Imil Vianna.

RESUMO

A disciplina Estágio Supervisionado em Educação Física Escolar II encontra-se na grade curricular do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Volta Redonda (UniFOA), sendo sua supervisão realizada por professores de Educação Física desta instituição, tendo estes experiências em Educação Física escolar. Acreditamos que dessa forma os discentes adquirem um conhecimento prático satisfatório que lhe será útil na construção do conhecimento, vislumbrando a formação de um profissional melhor orientado, conectado com a realidade escolar e comprometido com sua profissão. Neste estudo optamos por dois caminhos metodológicos. Trata-se de uma pesquisa descritiva exploratória de campo. A abordagem utilizada foi a qualiquantitativa e para coleta de dados utilizamos a entrevista semi – estruturada. A visão dos discentes acerca da disciplina e suas contribuições para formação profissional em Educação Física, demonstra o problema a ser pesquisado. Nossos objetivos estão descritos da seguinte forma, objetivo geral: Identificar o entendimento e as possíveis contribuições da disciplina em questão no processo de formação dos futuros profissionais de Educação Física do UniFOA. Para os objetivos específicos, buscaremos: Apresentar o entendimento e os possíveis julgamentos desta disciplina na visão dos discentes, através da interpretação dos resultados obtidos pela aplicação do questionário semi – estruturado e por último propor uma reflexão crítica para discentes e docentes do referido curso, sobre a necessidade de uma melhor compreensão da disciplina.

Palavras-chave: formação profissional; estágio supervisionado em educação física escolar; discente educação física.

A INFLUÊNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA ESCOLHA DA CARREIRA PROFISSIONAL DOS GRADUANDOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA DO UNIFOA

Autores: ROCHA JUNIOR, Jose Sergio Torres da; SANT'ANNA, Weyller Zeil.

Orientadora: OLIVEIRA, Ivanete da Rosa Silva de.

RESUMO

Alunos recém formados no ensino médio escolhem a educação física como área de atuação profissional, sem mesmo saber o que eles vão encontrar em um curso de licenciatura ou bacharelado em educação física, e essa formação engloba um estudo detalhado do contexto histórico do surgimento da educação física no âmbito escolar, e levar em consideração a função social da educação física, assim faz-se necessário descobrir se esses universitários vêem a educação física escolar como fator de influencia para escolha desta carreira profissional.

Palavras-chave: educação física escolar; formação; universitários; carreira profissional.

A REDE FERROVIÁRIA E A FABRICAÇÃO CORPORAL NA ESCOLA PROFISSIONAL HENRIQUE GOULART FILHO (1942-1964)

Autora: DUARTE, Josiane Silva de Barros.

Orientador: ALVES, Marcelo Paraíso.

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo discutir as estratégias de controle e as táticas de resistência no cotidiano da Escola Profissional Henrique Goulart e sua influência no processo de fabricação corporal (CERTEAU, 1994; FOUCAULT, 2004). A idéia central foi discutir as práticas dos sujeitos e o complexo movimento das relações de poder que entretetece e enreda os sujeitos nos múltiplos espaços da escola profissional. Sabemos que a referida instituição foi fundada em três de outubro de 1942 e pertencia a Estrada de Ferro Central do Brasil que mais tarde passou a ser denominada de Rede Ferroviária Federal Sociedade Anônima – RFFSA. As principais fontes utilizadas nas pesquisas foram o depoimento oral e documentos de arquivo (relatórios, dados histórico e estatísticos). A opção pela fonte oral deve-se por ser este um modelo de história - A história do tempo presente – que tem forçosamente de lidar com testemunhas vivas, que podem vigiar e contestar o pesquisador, afirmando suas vantagens por terem presenciado o desenrolar dos fatos (FERREIRA, 1998). Os documentos de arquivos nos permitiram confrontar detalhes, sinais, pistas (GINZBURG, 1989) emitidas pelos sujeitos entrevistados, nos permitindo identificar o modelo educacional praticado na referida temporalidade, estabelecendo um diálogo com o depoimento oral fornecidos pelo professor (instrutor de ajustagem), monitor e ex-alunos da instituição.

Palavras-chave: práticas corporais; táticas e estratégias; história da educação física.

PROPOSTA CURRICULAR PARA OS PRIMEIROS ANOS DO ENSINO FUNDAMENTAL: ENTRE O DITO E O PRATICADO

Autora: PAULA, Viviane Rodrigues de.

Orientador: ALVES, Marcelo Paraíso.

RESUMO

O estudo tem como proposta discutir a prática pedagógica na área de Educação Física na Escola Municipal Jesus Menino, localizada no município de Volta Redonda. A intenção é investigar as aproximações e distanciamentos entre o “dito” e o “praticado” nas ações pedagógicas desenvolvidas na referida instituição escolar. As observações foram realizadas de segundas às quintas-feiras nas aulas educação Física das turmas de 1º ao 5º ano do ensino fundamental. Como opção teórico-metodológico, na intenção de compreender as aproximações e distanciamentos entre a proposta curricular e a ação pedagógica realizada nas aulas de Educação Física, partimos dos estudos de Certeau (1994), concebendo o espaço das aulas como um possível “lócus” de produção de saber. A intenção foi abordar as noções de currículo praticado (OLIVEIRA, 2003), trazendo para o cerne da discussão as práticas culturais produzidas pelos sujeitos a partir dos brinquedos e brincadeiras construídos no cotidiano das aulas da escola pesquisada.

Palavras-chave: currículo; cotidiano; educação física escolar.

AS INFLUÊNCIAS DO GÊNERO NA ARQUITETURA DAS PRÁTICAS CORPORAIS – CIEP 284 ESTUDO DE CASO

Autoras: LOURENÇO, Danielle Cristina Garcia; SOUZA, Fernanda Ferreira.

Orientador: VILELA, Silvio Henrique.

RESUMO

Baseado em estudo etnográfico realizado em 2009, nas aulas de Educação Física do Ensino Fundamental (6º ao 9º ano) no Centro Integrado de Educação Pública (CIEP) Brizolão Municipalizado 284 Nelly de Toledo Rocha, na cidade de Barra do Piraí, este artigo trata de observar as relações socioculturais de gênero entre alunos e alunas do 6º ao 9º ano nas aulas de Educação Física. Para coleta de dados utilizamos o diário de campo e entrevistas semi-estruturadas com alunos e educadores, onde cruzamos os dados obtidos para validação da pesquisa. A partir dos dados coletados constatamos que a divisão de sexo para as aulas de educação física não constituem problema algum, e que são muito bem aceitas em função da proposta para as aulas de educação física.

Palavras-chave: gênero; sexo; educação física escolar.

PROPOSTA PEDAGÓGICA DA ESCOLA

Autora: JORGE, Sabrina Valente.

Orientador: SEVERINO, Cláudio Delunardo.

RESUMO

O presente estudo objetiva promover um relato acerca da prática pedagógica em ambientes escolares, especificamente no que se refere à Educação Corporal, a partir das experiências vividas no decorrer do Estágio Supervisionado em Educação Física Escolar. Além disso, pretendemos compreender os fundamentos teórico-metodológicos do ensino de Educação Física em ambientes escolares, bem como suas contribuições no planejamento pedagógico, além de avaliar e sistematizar a produção da prática pedagógica desenvolvida no campo de intervenção. Para a realização deste estudo, a metodologia empregada baseou-se num estudo de caso observacional, utilizando como técnica de coleta de dados a observação participante. O Estágio Supervisionado apresentado neste trabalho tem como campo de intervenção comum o Colégio Macedo Soares, instituição particular localizada no município de Volta Redonda – RJ. Esta associação deve-se não apenas ao programa de convênio com instituições educacionais que o UniFOA mantém, mas também à receptividade que o Colégio Macedo Soares apresenta aos graduandos que o procuram em busca de oportunidades de estágio. O estudo de caso demonstrou o quanto é importante o comprometimento do estagiário na relação com os professores, funcionários e alunos da instituição interveniente. A troca de ideias e experiências, além de estabelecer um maior entendimento acerca da filosofia da escola, permite também uma maior proximidade com os problemas ocorridos no cotidiano escolar, bem como suas possíveis soluções.

Palavras-chave: educação física; educação infantil; estágio.

A PRÁTICA DOCENTE NA EDUCAÇÃO INFANTIL: O AMBIENTE E AS PERSPECTIVAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Autora: SILVA, Ariane Figueiredo.

Orientador: SEVERINO, Cláudio Delunardo.

RESUMO

Analisar a Educação Física no contexto da Educação Infantil pode nos levar à afirmação de que a mesma exerce um papel fundamental, principalmente se levarmos em conta a diversidade de situações que a sua prática apresenta às crianças para descobrir e criar novos movimentos, além de restabelecer concepções acerca das ações. Diante disso, questionamos sobre qual seria o papel do profissional de Educação Física na Educação Infantil. Além disso, percebemos também a necessidade de investigar a adequação dos espaços destinados às atividades físicas e recreativas nas escolas. Para a realização deste estudo, a metodologia empregada baseou-se numa revisão bibliográfica, e utilizou-se o método descritivo da bibliografia com o objetivo de expor as opiniões de diversos autores como Vygotsky (1988, 1998, 2001), Andrade Filho (2008), Freinet (2001), Le Boulch (2008), entre outros que abordam a questão da Educação Física aplicada à Educação Infantil como uma proposta que pode contribuir efetivamente para o desenvolvimento global da criança. O presente estudo pretende prestar uma contribuição aos professores de Educação Física no que tange à sua atuação na Educação Infantil, fazendo com que a prática de atividades físicas em ambientes escolares voltadas para este segmento possa ser de grande valia para o desenvolvimento global da criança.

Palavras-chave: educação física; educação infantil; espaços.

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E PROMOÇÃO DA SAÚDE: PENSANDO A PRÁTICA

Autores: BASILIO, Cleber da Silva; SILVA, Débora de Cássia Moraes da; BATISTA, Leonardo de Lima.

Orientadora: SILVA, Gabriela Neiva de Souza e.

RESUMO

O presente trabalho pretende discutir a relação entre a educação física escolar e a saúde e qualidade de vida. Para tal, foi realizada uma pesquisa bibliográfica em fontes formais como livros e artigos científicos com os termos: Educação física escolar, Educação física escolar e saúde, saúde e/ou promoção de saúde. Observamos duas abordagens principais discutindo saúde na educação física escolar, uma considerada hegemônica, centrada na ação individual, e a segunda contra hegemônica, que valoriza também determinantes sociais como renda, trabalho, moradia e educação. As concepções de educação física e saúde carregam em seu interior marcas que as caracterizam segundo determinada visão de homem, mundo e sociedade. Por isso, seus respectivos autores defendem projetos de vida e de sociedade diferenciados implícita ou explicitamente. E assim, contribuem consciente ou inconscientemente para a permanência da hegemonia, ou para a construção de uma contra-hegemonia nesta área do conhecimento.

Palavras-chave: educação física; escola; saúde; promoção da saúde.

OBESIDADE NA FAIXA ETÁRIA PEDIÁTRICA: PREVALÊNCIA, FATORES DE RISCO, COMPORTAMENTOS ALIMENTARES E ATIVIDADE FÍSICA

Autoras: COSTA, Cíntia de Moraes; Rita de Cássia Oliveira.

Orientadora: SARON, Margareth Lopes Galvão.

RESUMO

A obesidade vem aumentando acentuadamente ao longo dos últimos anos, principalmente entre as crianças e os adolescentes, tornando-se importante preveni-la e tratá-la para que suas complicações não se estendam a vida adulta. O objetivo da pesquisa foi realizar uma revisão bibliográfica sobre a obesidade na faixa etária pediátrica relatando a prevalência, os fatores de risco, a atividade física e comportamentos alimentares. É nesse sentido que a disciplina Educação Física assume papel fundamental, já que uma das principais causas do aumento do peso corporal da população é o baixo nível de atividade física e de gasto calórico diário podendo assim elevar os níveis diários de atividade física das crianças e dos adolescentes e modificar valores associados à atividade física.

Palavras-chave: obesidade infantil; atividade física; prevalência.

RESISTÊNCIA ANAERÓBICA: RAST TEST EM JOGADORES DE FUTEBOL

Autores: SILVA, Cláudio Junior de Oliveira; FERNANDINO, Frederico França.

Orientador: FERREIRA JUNIOR, Daniel Alves.

RESUMO

Foi aplicado o Rast-Test (RUNNING- BASED ANAEROBIC SPRINT TEST) adaptado, com o objetivo de mensurar o índice de fadiga dos atletas. Daniel e Cavaglieri (2004) *apud* Ferreira Junior (2005) apresentam um teste denominado RAST (Running-based Anaerobic Sprints Test) com o objetivo de avaliar a potência anaeróbica utilizando sprints em velocidade máxima, onde pode-se obter a potência referente a cada corrida, a potência média dos sprints e um índice de fadiga. A amostra foi composta por vinte e dois jogadores (N=22), divididos em seis grupos de acordo com a posição que atuam na equipe, compreendendo então os grupos GOLEIROS contendo três integrantes (N=3), LATERAIS contendo seis integrantes (N=6), ZAGUEIROS contendo três integrantes (N=3), MEIO-CAMPO contendo sete integrantes (N=7) e ATACANTES contendo três integrantes (N=3). Para sua aplicação, o avaliado deve ser pesado antes do teste e realizar 10 min de aquecimento com 5 min de recuperação anterior ao teste. O teste consiste em o atleta realizar seis corridas de 35m, em máxima velocidade, havendo 10 s de recuperação entre uma corrida e outra. O teste foi aplicado no campo de futebol, estando os avaliados de chuteiras. Através do resultado, é identificada a potência máxima, média, mínima e índice de fadiga de cada sujeito. Foi utilizada uma trena de 50m, um cronômetro e uma balança de precisão de 0,1kg. Para o resultado utilizou-se a seguinte fórmula IF-01 $(W/s) = (PAn-Pico - PAn-Mínima)/Total \text{ de tempo}$ dos 6 tiros. No grupo GOLEIROS, foi encontrada uma média de 8,6w/s, entre o grupo LATERAIS, a média foi de 7,7w/s, No grupo ZAGUEIROS, 10,9w/s foi a média obtida, O grupo MEIO-CAMPO, apresentou uma média de 10,8w/s, entre o grupo ATACANTES, a média obtida foi de 10,8w/s. A partir dos resultados obtidos, foi possível observar diferenças significativas entre algumas posições, destacando o

grupo Laterais, que obteve a menor média de índice de fadiga em relação ao grupo, e que estas podem estar relacionadas às funções distintas executadas por cada uma delas, o que implica diretamente na distância percorrida durante a partida e o tempo de repouso entre uma ação e outra, em contrapartida, jogadores de posições que apresentam funções semelhantes, tende em a apresentar resultados semelhantes de índice de fadiga.

Palavras-chave: índice de fadiga, posição na equipe, funções distintas.

POTÊNCIA ANAERÓBICA ALÁTICA: FLEGNER POWER TEST EM JOGADORES DE FUTEBOL PROFISSIONAL

Autores: BASILIO, Cleber da Silva; BATISTA, Leonardo de Lima; VILELA, Renan Santoro de Almeida.

Orientador: FERREIRA JUNIOR, Daniel Alves.

RESUMO

O objetivo do estudo é avaliar o nível de potência anaeróbica alática em jogadores profissionais de futebol do sexo masculino. O teste foi realizado no Estádio Romário de Souza Faria, em Duque de Caxias, no estado do Rio de Janeiro. A amostra foi composta por vinte e sete jogadores (N=27), divididos em seis grupos de acordo com a posição que atuam na equipe, compreendendo então os grupos GOLEIROS contendo quatro integrantes (N=4), LATERAIS contendo seis integrantes (N=6), VOLANTES contendo cinco integrantes (N=5), MEIO-CAMPO contendo três integrantes (N=3) e ATACANTES contendo cinco integrantes (N=5). Foi aplicado o Flegner Power Test (1983) unipodal, que tem por objetivo mensurar a potência anaeróbica alática de membros inferiores. O teste consistiu na realização de seis saltos consecutivos, no menor tempo possível, com o limite máximo de dez segundos. Foram realizadas três tentativas com cada uma das pernas sendo registrada a melhor marca obtida dentre as três tentativas. Para se obter o resultado, deve-se medir a distância entre o ponto de partida e o último ponto de contato do pé com o solo mensurado em metros, computar também o tempo, em segundos, gasto para percorrer a distância. Depois de registrados esses dados, utiliza-se a seguinte fórmula: $UPAA$ (Unidade de Potência Anaeróbica Alática) = P (peso) x D (distância) / T (tempo). O grupo obteve uma média total de 256,66 de UPAA. Comparando com um estudo realizado por Faial (1996), em que o autor aplicou o Flegner Power Test com 10 saltos consecutivos com os pés unidos em velocistas, a média apresentada pelos jogadores de futebol (256,66) foi superior a média dos velocistas, de 238,19. Observamos que goleiros e zagueiros podem apresentar valores mais altos que os

jogadores das demais posições como resultado no Flegner Power Test (1983) unipodal, e que não há grande variação entre os demais resultados. Os resultados sugerem que o treinamento físico dos jogadores de futebol, em comparação com os atletas velocistas, atinge de maneira mais específica a potência anaeróbica alática envolvendo saltos unilaterais. Esta diferença pode ter sido causada pela adaptação do teste de 10 saltos para 6 saltos. Se a unidade de potência fosse absoluta, desconsiderando o peso, provavelmente os valores seriam mais próximos.

Palavras-chave: potência anaeróbica; específica, saltos unilaterais.

TREINAMENTO DE FORÇA PARA IDOSOS E SUA RELAÇÃO COM HÁBITOS DA VIDA DIÁRIA

Autores: ELOY, George Luiz Pereira; CORDEIRO, Iara Garcia; IZAQUIEL, Leonardo Ribeiro.

Orientador: SILVA, José Cristiano Paes Leme da.

RESUMO

No presente estudo buscou-se efetivar um levantamento de material bibliográfico que tratasse sobre recomendações do TF para idosos e seus respectivos benefícios. Nosso objetivo foi elucidar a coerência da relação que deve existir entre hábitos de vida e sua associação com alguma prática de treino corporal com vistas à obtenção de benefícios morfofuncionais. Em relação à metodologia adotada, aplicou-se uma pesquisa de levantamento bibliográfico. Os resultados mostram que: 1 – A prática de TF é benéfica em idosos devendo receber supervisão profissional especialmente de médicos e professores de Educação Física. 2 – Os Benefícios derivados do TF não são independentes do estilo de vida adotado quanto a hábitos como tabagismo, sedentarismo e dieta hipercalórica. 3 – O comprovado prejuízo desses hábitos para a saúde revela a necessidade da realização de outros estudos com melhor representatividade estatística para uma análise mais consistente isso porque somente 31% (vide Quadro 1) dos autores recomendam ações preventivas com relação a tais hábitos

Palavras-chave: treino de força; idoso; recomendação.

REFLEXÕES SOBRE ADESÃO AO EXERCÍCIO FÍSICO:

PREVENÇÃO CONTRA A DOENÇA SEDENTARISMO

Autora: ROSA, Raquel de Assis.

Orientadora: SILVA, Gabriela Neiva de Souza e.

RESUMO

O presente trabalho de abordagem qualitativa teve por objetivo analisar a produção bibliográfica sobre a adesão ao exercício físico e o sedentarismo no contexto brasileiro. São discutidas e confrontadas as teorias e modelos explicativos acerca da conduta dos sujeitos em relação ao exercício físico e aquilo que se apresenta na produção acerca do assunto em questão. Também, como o fenômeno da participação da população nas atividades físicas e a relação com a saúde foram sendo abordados ao longo do tempo. Mais especificamente, o quanto os artigos encontrados consideram processos históricos e relações sociais como ponto de partida para discussão de temas relacionados à saúde e qualidade de vida da população e se este posicionamento se modificou no curso dos anos. Em síntese, identificamos dois grandes grupos aglutinadores dessas tendências – *i)* um hegemônico e *ii)* outro contra-hegemônico. O primeiro defende que atividade física gera saúde, no sentido da ausência de doenças, e baseia-se nas ciências biomédicas para fundamentar seu discurso e suas ações. O segundo defende um conceito de saúde ampliado, resultante de determinantes sociais de vida, que valorizam processos históricos e socioculturais como fatores que influenciam decisivamente no comportamento dos indivíduos face ao fenômeno da atividade física e da saúde, denominado de “contra-hegemônico”. Os achados desta exploração sugerem maior aprofundamento acerca de aspectos conceituais relacionados ao sedentarismo e a necessidade de políticas públicas e programas que ofereçam condições para o acesso à atividade física a toda a população; estudos que caracterizam o sedentarismo como comportamento de risco acabam por responsabilizar sujeitos em estado de vulnerabilidade pelo seu estado geral de saúde, criando uma espécie de nebulosidade em torno da necessidade de inserção

e educação desses sujeitos acerca das questões relacionadas à saúde e as relações deste fenômeno com a atividade física.

Palavras-chave: adesão; exercício físico; sedentarismo.

EDUCAÇÃO FÍSICA, QUALIDADE DE VIDA, SAÚDE E ACADEMIAS:

ANÁLISE DE UMA RELAÇÃO

Autores: FRANCO, Altemir Luiz Novaes; JORGE, Sabrina Valente.

RESUMO

O tema do presente artigo é a relação entre Prática de Exercício Físico (PEF), Qualidade de Vida (QV), Saúde e Academias. O objetivo geral do estudo foi verificar como essa relação estava apresentada na mídia escrita. Quanto aos aspectos metodológicos nosso tipo de pesquisa foi bibliográfica. As fontes consultadas foram 18 edições de domingo (entre agosto de 2009 a janeiro de 2010) de um jornal que circula num município no interior do estado do Rio de Janeiro. Os resultados demonstram que: 1 – Talvez fosse mais interessante uma avaliação mais extensa do material cobrindo maior período de publicação. 2 – Considerando nosso objetivo geral percebemos que as informações sobre o esporte competitivo foi de uma predominância gritante em relação à academias, outras práticas alternativas de EF e sobre qualidade de vida. 3 – Considerando o objetivo específico, nossa visão aponta para a existência de um enorme volume de publicações sobre PEF, saúde, QV e prática de exercícios em academias. Entretanto, não sabemos se as informações são suficientemente compreendidas pela população leiga em geral. 4 - Quando uma comunicação para a população é feita ela poderia reconhecer que nem todos estão exclusivamente a serviço do esporte e que nem todos podem competir como campeões mundiais.

Palavras-chave: exercício físico; qualidade de vida; saúde; academia.

TREINAMENTO DE FORÇA:

ASPECTOS DA PRESCRIÇÃO PARA OS INTERVALOS ENTRE SÉRIES

Autor: PARREIRA, Danilo Gama.

Orientador: SILVA, José Cristiano Paes Leme da.

RESUMO

O tema do presente estudo é o treino de força (TF). O problema aqui estudado teve como referência a prescrição de alguns aspectos técnicos de sua prescrição, nesse sentido elaboramos a seguinte questão: qual seria o intervalo entre as séries de TF recomendado como ideal por autores que estudam a prescrição deste treino. O objetivo do estudo foi elaborar uma análise sobre esse aspecto da prescrição técnica do TF. A metodologia utilizada foi uma pesquisa exploratória e bibliográfica, onde foram examinadas 50 obras. Durante os meses de fevereiro a maio de 2010. Nestas obras o foco de análise foram as prescrições para o TF. Os resultados mostraram que: 1 – Foram encontradas recomendações de intervalo entre 15 segundos até 10 minutos. 2 – Novos estudos devem ser realizados para mais esclarecimento. 3 – Benefícios derivados do TF são comprovados em de todas as faixas etárias e gêneros. 4 – O TF deve sempre receber supervisão profissional.

Palavras-chave: treino de força; prescrição; intervalo.

RELAÇÃO DA ALTURA DO SELIM COM A ESTATURA DO INDIVÍDUO SOB A BICICLETA: CONSIDERAÇÕES BIOMECÂNICAS

Autores: ALMEIDA, Flávio Avelar de; SCHIAVO, Luciano Cerqueira.

Orientador: Marcus Vinícius dos Santos Neves

RESUMO

A bicicleta é um dos veículos mais populares do mundo em razão da combinação entre eficiência, simplicidade, baixo custo de manutenção e versatilidade. Esses fatores proporcionam às pessoas à prática de uma atividade física, onde a bicicleta pode ser utilizada como meio de transporte, lazer ou esporte. Segundo dados estatísticos da ABRACICLO (2010), o Brasil é o terceiro maior pólo de produção de bicicletas no mundo com 5,7 milhões de unidades produzidas e o quinto maior mercado consumidor. Utilizada para competir ou simplesmente para lazer, a bicicleta deve ter a medida correta para a função pretendida. Assim, não só o tamanho do quadro é importante, como também o posicionamento do guidão e demais componentes em especial a regulagem da altura do selim. Entretanto, ajustes incorretos poderão ocasionar não só o desempenho prejudicado, mas também a uma lesão.

Palavras-chave: atividade física; bicicleta; ciclismo; lazer; lesão.

PROJETO VIVER A VIDA

Autora: ALVES, Bruna Carneiro.

Orientador: SEVERINO, Cláudio Delunardo.

RESUMO

O **Projeto Viver a Vida** visa atender semanalmente, nas Instituições Asilares do Município de Volta Redonda – RJ, todos os idosos que queiram fazer as atividades, classificados em acamados, cadeirantes e ativos. O atendimento acontecerá de forma individualizada ou em pequenos grupos buscando sempre aproximar os idosos em grandes atividades, permitindo com isso momentos de lazer e recreação. O Projeto apresenta como objetivos: Realizar atividades físicas em diferentes manifestações, com abordagem recreativa, bem como palestras, filmes, teatro, dança, caminhada, eventos diversos, alongamento, relaxamento, oficina de artes, momento leitura, oficina de resgate da memória visando a melhoria da qualidade de vida, o bem estar físico, social e emocional dos indivíduos que residem nas instituições asilares; proporcionar momentos de prazer e alegria aos idosos ocupando com isso seu tempo ocioso, já que os mesmos se encontram em um ambiente pouco produtivo; melhorar a qualidade e satisfação de vida dos participantes nas instituições asilares, pois as atividades aproveitam as potencialidades dos idosos e auxiliam na integração e cooperação dos idosos, aumentando a auto-estima e com isto um melhor relacionamento entre eles.

Palavras-chave: Atividades físicas; asilos; idoso.

PROJETO CIDADÃO ORIENTADO

Autoras: CARRARO, Nathália; THOMÉ, Flávia Oliveira.

Orientador: SEVERINO, Cláudio Delunardo.

RESUMO

O presente projeto objetiva a promoção do desporto Orientação, além de incentivar a sua prática, encorajando um estilo de vida saudável de modo que seus praticantes tornem-se familiarizados com a natureza e relacionem-se com ela, tanto como elemento de recreação como parte do ambiente em que elas vivem. Além disso, pretendemos contribuir para o desenvolvimento da criatividade dos alunos e formação de uma consciência social individual e coletiva trabalhando sozinhos e em grupos respectivamente, utilizando-se dos conhecimentos de interpretação de mapas e do próprio terreno e também de outras formas de associar os conhecimentos para orientar-se. Para a realização deste estudo, a metodologia empregada baseou-se numa pesquisa bibliográfica, e utilizou-se o método descritivo da bibliografia com o objetivo de expor as opiniões de diversos autores como Costa (2000), Dias (2009), Dornelles (2007), entre outros que abordam a questão da corrida de orientação. O Projeto será oferecido a instituições e secretarias municipais. Além disso, serão realizadas oficinas acerca da história da orientação, meios de orientar-se, de forma a traçar uma linha do tempo que no seu final termine por praticar o desporto de forma lúdica ou competitiva de acordo com os objetivos individuais de cada aluno.

Palavras-chave: Corrida de orientação; natureza, atividade física.

BOLA NA REDE É GOL

Autores: GARCIA, Bruno; ANTONIO, Robson.

Orientador: FERREIRA JUNIOR, Daniel Alves.

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo, elaborar um projeto de uma escola de iniciação ao futsal na cidade de Rio das Flores – RJ, bairro Elizabeth(Pombal). Devido a falta de projetos de escolinhas de futsal para as classes menos favorecidas (D e E), optamos elaborar este projeto que irá abranger todas essas classes, pois sabemos que nessa área há um grande contingente de jovens que se interessam pelo desporto do futsal e infelizmente não tem oportunidade de entrar numa escolinha de futsal da cidade, devido aos altos preços praticados. O objetivo é atender em torno de 100 a 150 crianças e jovens dessa cidade, oportunizando-as a iniciação ao desporto.

Palavras-chave: Projeto; Futsal; Rio das Flores e Iniciação esportiva.

CENTRO DE ATIVIDADES PARA MULHERES “TPM” (TUDO PARA MULHERES)

Autores: Carla A. Martins Petriz de Figueiredo; Tatiane Rodrigues da Silva.

Orientador: SILVA, Gabriela Neiva de Souza e.

RESUMO

O público alvo do presente Projeto são mulheres a partir de 18 anos de idade de um clube social de lazer. Este projeto apresenta os seguintes objetivos: Proporcionar vivências de exercícios físicos e esportes para mulheres adultas associadas a um clube social de lazer; Oportunizar a estas mulheres o aprendizado de modalidades associadas ao domínio masculino; Favorecer a aquisição, aprimoramento e/ou manutenção da aptidão para a prática do exercício físico, em qualquer modalidade, auxiliando no processo de adesão à atividade física. O local escolhido para implementar este projeto foi o SESI Clube de Resende, onde ocorre o programa de Esporte e Lazer, cujo objetivo é melhorar a qualidade de vida dos trabalhadores e de suas famílias, levando um estilo de vida mais ativo e saudável.

Palavras-chave: Gênero; atividade física; academia.

TRABALHANDO COM O IDOSO NA ACADEMIA: UMA PROPOSTA PARA A CIDADE DE VALENÇA

Autores: SILVA, Bárbara; FLUTT, Jaqueline Duboc; SILVA, Wellington Ângelo da.

Orientador: SILVA, José Cristiano Paes Leme da.

RESUMO

O presente projeto tem por objetivo específico promover a oferta de um espaço para a população de idosos praticarem exercícios físicos com supervisão e orientação de professores de Educação Física. Operacionalizar a melhoria das condições de saúde e qualidade de vida desses idosos, permitindo, não só continuarem aptos para o trabalho, como instrumentalizar atividades complementares a um tratamento médico e fisioterápico. Dessa forma, pretende-se atuar nas causas de incapacitação física progressiva experimentada por idosos sedentários, corrigindo suas deficiências. Como objetivo geral, utilizar o treinamento de força para aprimorar as capacidades físicas utilizadas na vida cotidiana do idoso, para conferir-lhe uma maior autonomia. O processo de envelhecimento afeta grande parte da parcela da população no Brasil e no mundo, e a participação da população idosa na pirâmide demográfica brasileira é um fato. De acordo com os gerontologistas, o processo de envelhecimento começa desde o momento da concepção, sendo, então, a velhice definida como um processo dinâmico e progressivo, onde há modificações tanto morfológicas como funcionais, bioquímicas e psicológicas que determinam a progressiva perda da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente. Tal fato ocasiona maior vulnerabilidade e maior incidência de processos patológicos, que culminam por levá-los à morte. Pensando em toda essa problemática que afeta o idoso, o projeto apresentado tem como público alvo a população idosa de Valença, cidade do interior sul-fluminense, que sejam saudáveis e que apresentem alguma limitação morfofuncional clinicamente comprovada.

Palavras-chave: saúde; qualidade de vida; atividade física; idoso.

NÍVEL DE VELOCIDADE DE ACELERAÇÃO EM JOGADORES DE FUTEBOL

Autores: NOVAES, João Paulo Mariano.

Orientador: FERREIRA JUNIOR, Daniel Alves.

RESUMO

Este estudo pretende analisar o nível de velocidade de aceleração em jogadores de futebol adultos do sexo masculino tomando-se por base os sprints máximos de 30 (trinta) metros. A velocidade de aceleração é requerida nos momentos mais cruciais do jogo de futebol, podendo influenciar diretamente na recuperação da posse de bola na defesa e nas jogadas decisivas no ataque; portanto, podem ser importantes para decidir o resultado de uma partida. A presente pesquisa intitulada nível de velocidade de aceleração em jogadores de futebol é justificada pela necessidade de conhecer devidamente o nível de velocidade de aceleração apresentado por 22 jogadores adultos do sexo masculino de uma equipe de primeira divisão do Estado do Rio de Janeiro através dos resultados obtidos no teste de sprint máximo em 30 (trinta) metros em reta saindo de pé da inercia, em comparação com os valores publicados em literatura especializada, para posteriormente adequar os treinamentos físicos às demandas metabólicas específicas ao jogador de futebol. Para a classificação dos subgrupos, foram utilizados os tempos cumulativos no teste de velocidade de aceleração de 30m (0-30m). Os subgrupos foram classificados de acordo com Pasquarelli *et al* (2009) como: mais velozes (MaV) (n=0), com Velocidade média entre 7,73 e 8,20 m/s; intermediário (IM) (n=10), com Velocidade média entre 7,30 e 7,72 m/s; e menos velozes (MeV) (n=12), e Velocidade média entre 6,93 e 7,29. Com base na análise dos resultados conclui-se que o nível de velocidade de deslocamento do grupo na ocasião da avaliação poderia ser aprimorado. Haja visto que os valores de velocidade apresentados segundo a literatura especializada, foram superiores.

Palavras-chave: aceleração; Futebol; velocidade.

POSSÍVEIS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO EM FENILCETONÚRICOS

Autores: COSTA, Dinnifer de Almeida; CUNHA, Maira Rios; NAME, Gabriela Faria de Pércia.

Orientador: FERREIRA JUNIOR, Daniel Alves.

RESUMO

Esta pesquisa ocupa-se de estudar os possíveis benefícios do Exercício Físico para os Fenilcetonúricos. A Fenilcetonúria (PKU) é causada por um erro genético e diagnosticada através da triagem neonatal (teste do pezinho). Quando não diagnosticada precocemente, a criança portadora de PKU apresenta retardo mental severo. A taxa elevada de Fenilalanina (PHE) causa diminuição na concentração dos outros aminoácidos neutros, diminuindo a disponibilidade de triptofano e, conseqüentemente, a produção de serotonina, que é um importante neurotransmissor envolvido nos estados de humor, além das desordens fisiológicas, as inúmeras restrições rotineiras que os fenilcetonúricos são submetidos, podem levar a diminuição da auto-estima e transtornos de humor. O objetivo deste estudo descritivo de Revisão Bibliográfica é identificar possíveis benefícios do Exercício Físico aos Fenilcetonúricos, Bem como, analisar a Etiologia e conseqüências da PKU. Após a pesquisa, consideramos que o tratamento da PKU consiste nas restrições dietéticas e ingestão de medicamentos, tornando a vida do Fenilcetonúrico altamente restritiva. Fato que pode causar baixa da auto-estima e em alguns casos até depressão. O exercício físico efetivamente não causa efeito sobre a melhoria dos níveis de PHE, entretanto, pode melhorar alguns indicadores de qualidade de vida como o estado de humor. Além, dos benefícios gerais aplicáveis a quaisquer indivíduos.

Palavras-chave: Fenilcetonúria (PKU); Exercícios Físicos; Triptofano; Serotonina e Triagem Neonatal.

OS BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO EM PESSOAS PORTADORAS DA SÍNDROME DO DIABETE MELITO TIPO II

Autores: MATTOS; Marcellus Miranda dos Reis; OLIVEIRA, Pedro Henrique de Almeida.

Orientador: MACHADO, Rodrigo Torres.

RESUMO

O presente estudo revisou os benefícios do exercício físico em pessoas portadoras da síndrome que assola aproximadamente 171 milhões de indivíduos em todo o mundo, o Diabetes Mellito tipo II, que constitui cerca de 80 a 90% de todos os casos de Diabetes. Segundo a literatura o exercício físico melhora a sensibilidade à insulina e aumenta a captação muscular de glicose, reduzindo dessa forma os níveis de glicemia, além da sensação de bem-estar físico e psíquico decorrente. Devemos enfatizar a prescrição de exercícios que promovam redução ponderal. Sendo os exercícios de sobrecarga aeróbia os mais eficientes nesse contexto temos então uma zona de treinamento que englobe de 50 a 75% do VO₂ máximo, com um volume semanal de no mínimo três, chegando até sete dias por semanas, e duração da sessão de treino entre 30 minutos a uma hora. Conclui-se dessa forma que a prática de exercícios físicos regulares quando realizados com respaldo de avaliações clínicas e anamneses que garantam a integridade física do paciente com Diabetes tipo II, assim como o não agravamento de possíveis lesões pré-existentes são altamente benéficas tanto na prevenção quanto no tratamento dessa síndrome.

Palavras-chave: Diabetes Mellito; exercício físico; glicemia.

A EFICÁCIA DO NÚMERO DE SÉRIES E REPETIÇÕES NA OTIMIZAÇÃO DA HIPERTROFIA MUSCULAR

Autor: Maximiliano.

Orientador: SILVA, José Cristiano Paes Leme da

RESUMO

O problema central investigado é sobre o seguinte fato: qual seria o número total de repetições recomendado na literatura para o treino de força (TF) que tem como alvo a hipertrofia muscular (HM). Nosso objetivo foi propor material bibliográfico que sirva de referência em futuros estudos. Nossa revisão bibliográfica em 34 obras foram analisadas. Os resultados mostraram que: 1 Não há consenso entre autores sobre valores exatos de número de repetições. 2 - Individualidade biológica, tempo de treino, dieta, sono, faixa etária, alimentação, uso de fármacos dentre outros aspectos parecem influenciar nos resultados do TF. 3 – Parece que a prescrição individualizada é um bom recurso para obtenção de bons resultados, reforçando a pertinência do treinamento personalizado (personal training) como opção promissora em termos de intervenção profissional.

Palavras-chave: Treino de Força; Hipertrofia; Repetição.

LESÕES NO JOELHO EM JOGADORES DE VOLEIBOL MASCULINO

Autores: SALOTO, Nazaré Fernandes; MEZABARBA, Pedro Henrique.

Orientador: MOURA, Sérgio Eduardo Santos

RESUMO

As lesões no joelho em jogadores de voleibol nos últimos anos cresceram de maneira significativa. As evoluções oriundas deste desporto trouxeram consigo problemas relacionados ao método e sobrecarga de treinamento. O conhecimento das causas e dos tipos de lesões mais comuns nessa articulação servirá como auxílio para que se tenha uma maior atenção na prescrição do treinamento, de acordo com as características intrínsecas e extrínsecas de lesões, para que se possa prescrevê-lo de maneira adequada, não somente com fundamentação metodológica, mas também com embasamento fisiológico e biomecânico. O presente trabalho foi realizado por meio de revisão bibliográfica e teve como objetivo primário identificar os tipos comuns de lesões na articulação do joelho em jogadores de voleibol masculino, suas principais causas e incidências. Os resultados mostraram que o joelho é a articulação com maior incidência de lesões. Porém, para Aagaard e Jorgensen *apud* Moraes e Bassedone (2007) e Ghirotto e Gonçalves (1997), o joelho não aparece como a principal articulação a ser lesionada entre as lesões agudas, porém quanto às lesões crônicas o quadro se modifica, aparecendo o joelho como a região corporal com maior incidência. Os principais tipos foram os processos inflamatórios nos tendões e o período competitivo apareceu como o momento mais propício á essas lesões comparadas ao pré-competitivo.

Palavras-chave: Voleibol; lesão; joelho.

DEMANDAS ENERGÉTICAS NO TAEKWONDO

Autor: AZEREDO JÚNIOR, Ricardo César da Costa; TEIXEIRA, Rogers da Silva.

Orientador: FERREIRA JUNIOR, Daniel Alves.

RESUMO

O *Taekwondo*, "caminho dos pés e das mãos" é uma arte marcial milenar, com origem a partir da formação das antigas civilizações do território hoje conhecido como Coreia. O *Taekwondo* ajudou o povo coreano na sua proteção (auto defesa) e cultura que foi alvo historicamente de conflitos tanto de ordem interna quanto externa. Assim, durante um grande período o *Taekwondo* passou por uma série de modificações tanto na sua expressão corporal, produzida pelo homem, quanto em sua nomenclatura. Gerou-se, então, uma nova era desta arte marcial sobre a influência direta do esporte levando a modalidade a 179 países, regidos por uma única entidade internacional, a WTF (*World Taekwondo Federation*). Isso resultou no estudo das demandas energéticas do *Taekwondo*, por ser um esporte olímpico procurou-se definir qual sistema energético seria o dominante em uma luta de competição. Essas variáveis seriam importantes na construção de futuros programas de treinamentos a fim de melhorar a performance da referida arte marcial. Verificou-se que o tempo de luta no *Taekwondo* é compatível com atividade cujo sistema energético predominante é o Aeróbico. Entretanto, a intermitência das ações, somados a intensidade com que estão são realizadas, deixam os *rounds* do *Taekwondo* predominantemente anaeróbicos e glicolíticos.

Palavras-chave: *Taekwondo*; competição; demandas; energéticas.

O PROJETO HIDROIDOSO - NADANDO COM SAÚDE

Autores: AGOSTINHO, Thais de Andrade; FARIA, Lyvia de Souza.

Orientador: MITHIDIERI, Otávio Barreiros.

RESUMO

O **Projeto Hidroidoso - Nadando com saúde** contempla um desafio para os profissionais da área de educação física e uma saída para atender a população idosa no que concerne atividade física no meio aquático. Justificando-se a partir das situações problemas apresentadas, em relação a saúde coletiva e o advento da expectativa de vida. Tornando cada vez mais elementar a possível intervenção da área de Educação Física, aplicada na melhoria da qualidade de vida. Após o levantamento das questões teórico-metodológicas e seus benefícios para a saúde do idoso, pontuamos que a água favorece tais vantagens para minimizar efeitos deletérios à saúde. Objetivando não somente aspectos de ordem física, mas outras atividades de pressupostos sociais e psíquicos, através da ludicidade tão marcante nas aulas de hidroginástica. Sendo relativamente de baixo custo, o projeto visa atender semanalmente, nos clubes da região Sul Fluminense no Município de Volta Redonda – RJ, os idosos que queiram fazer hidroginástica, classificados em sedentários ou ativos, com duração de 12 meses, colocar-se-á em prática por dois professores de Educação Física e dois estagiários para auxiliarem nas aulas e no seu desenvolvimento, comprometidos com o planejamento estabelecido para a realização das atividades e suas recomendações especiais.

Palavras-chave: Hidroginástica; Saúde; Idoso.

LIBERAÇÃO DO HORMÔNIO DO CRESCIMENTO EM ADOLESCENTES PÚBERES PRATICANTES DE ESPORTES: IMPLICAÇÕES SOBRE O PHV ESTIRÃO

Autores: Péricles Oliveira de Brito; Thiago Santos Aprígio.

Orientador: FERREIRA JUNIOR, Daniel Alves.

RESUMO

A aparência corporal tem recebido grande destaque e valorização na sociedade atual. Diante dos estereótipos existentes, a busca por uma estatura elevada é observada desde a infância. Mediante a tal preocupação, profissionais da saúde são constantemente questionados acerca dos possíveis efeitos que o exercício físico exerce sobre o crescimento longitudinal de adolescentes. Procurou-se, diante disso, realizar uma pesquisa bibliográfica sobre a relação da secreção do hormônio do crescimento (GH) mediante ao stress acometido pelo esforço físico de adolescentes púberes, onde se pretende investigar se o exercício físico potencializa ou atenua a secreção de GH, se adolescentes praticantes de esportes podem ter uma velocidade maior de aumento de estatura, e se podem chegar a uma estatura além da estimativa. Verificou-se que o exercício físico induz a estimulação do eixo GH/IGF-1. Esta estimulação está intimamente relacionada com a sobrecarga de treinamento, independente da modalidade esportiva praticada. Entretanto, vale ressaltar que alguns esportes exigem determinados padrões de biotipo por facilitação de gestos como estratégia para obtenção de resultados. Embora muito se especule quanto ao fato de o crescimento ser potencializado pela prática de exercícios físicos, não foram encontrados na literatura científica pesquisada estudos que sustentem esse paradigma. Em última análise, parece que o que se pode afirmar, de maneira consistente, é que atividades físicas esportivas, adequadamente programadas e supervisionadas, potencializam a densidade mineral óssea, especialmente na adolescência, período no qual o pico de massa óssea está por ser alcançado.

Palavras-chave: hormônio do crescimento; exercício físico; crescimento; adolescentes; esportes.

PROJETO IBEJI

Autora: Joice de Oliveira Silva.

Orientador: SEVERINO, Cláudio Delunardo.

RESUMO

O **Projeto Ibeji** visa atender, nas comunidades periféricas do município de Volta Redonda - RJ, todos as crianças na faixa etária entre seis e dez anos que queiram fazer as atividades esportivas. As atividades serão oferecidas para grupos de até trinta crianças, respeitando o espaço físico disponível e a quantidade de professores e estagiários vinculados ao Projeto. O **Projeto Ibeji** será aplicado inicialmente em caráter experimental no Bairro Vila Rica – Três Poços, localizado no município já mencionado. O objetivo geral do projeto é desenvolver habilidades e capacidades básicas e sócio-motoras em crianças na faixa etária entre seis e dez anos, bem como compreender os fundamentos teórico-metodológicos do ensino de Educação Física em ambientes comunitários e avaliar a produção da prática pedagógica desenvolvida na comunidade escolhida.

Palavras-chave: comunidade; atividades esportivas; habilidades.

EMAGREÇA COM SAÚDE

Autores: ARAUJO, Alexandre de Azevedo; LENTE, Leonardo Gomes.

Orientador: SILVA, José Cristiano Paes Leme da.

RESUMO

O presente estudo está focado para população jovem (até 20 anos), porém podendo atender um público acima da faixa etária descrita, do município de Volta Redonda que sejam atendidos pelo programa de saúde na família (PSF) que se interessarem em participar desse atendimento. Como objetivos, o estudo visa proporcionar uma alternativa de prática de exercícios com supervisão profissional para pessoas que são atendidas pelo programa de saúde na família (PSF) nas respectivas unidades de saúde no município de Volta Redonda-RJ e, oferecer para alunos com sobrepeso e obesidade possibilidades de emagrecerem e estarem buscando uma melhor qualidade de vida, através de exercício físico.

Palavras-chave: obesidade; saúde; qualidade de vida; exercício físico.

MULHERES SAUDÁVEIS: EXERCÍCIOS PREVENTIVOS CONTRA COMPLICAÇÕES ÓSSEAS.

Autoras: ALVES, Gabriela Nascimento; PRATTI, Maria Carolina de Souza Resende.

Orientador: SILVA, José Cristiano Paes Leme da.

RESUMO

O projeto visa atender mulheres acima de 35 anos que estejam na pré-menopausa ou menopausa precoce que possam vir a ter problemas de perda de massa óssea. Outra condição é que todas as participantes apresentem atestado de seu respectivo médico com liberação explícita para prática do treino de força conhecido como musculação. Como objetivos o projeto visa utilizar o treinamento com pesos promovendo adaptações morfofuncionais benéficas de modo a reduzir o impacto da osteoporose em pessoas propensas, bem como o oferecimento de um espaço adequado para a prevenção de doenças osteoporóticas, objetivando atender uma clientela em média de 200 alunos especificamente feminino através da participação em treino de força (musculação) com regularidade semanal. O projeto se justifica devido ao grande número de mulheres com a perda excessiva de massa óssea, também conhecido como osteopenia, após os 35 anos até a menopausa.

Palavras-chave: osteopenia; exercício físico; musculação.

DIMENSÃO EDUCACIONAL DO FUTSAL NOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Autores: GARCIA, Bruno; ANTONIO, Robson.

Orientador: FERREIRA JUNIOR, Daniel Alves.

RESUMO

Este estudo ocupa-se das relações metodológicas do ensino de Futsal nas aulas de Educação Física (EF) nos anos iniciais do Ensino Fundamental (EnF), a partir dos princípios que norteiam tal prática. Pensando especialmente nas escolas, o contexto educacional é adverso ao clube, Então, deveria existir o esporte *da* escola e não apenas instituir o esporte *na* escola. Assim, deve estar vinculada aos objetivos estabelecidos pelo projeto pedagógico da escola que transcendem os objetivos de uma prática esportivizada com fim somente na prática. Contudo, corroboramos com a idéia da prática esportiva na escola com fins didático-pedagógicos voltados para o desenvolvimento pessoal, partindo da premissa que o Futsal possa ser um meio eficaz ao desenvolvimento de competências específicas da EF para o EnF. Apresentamos os porquês de pensarmos que a iniciação esportiva, voltada para crianças de 6 a 10 anos de idade, praticada dentro do ambiente escolar, deve ter como prioridade participar do processo de formação de um ser humano autônomo e crítico. Seus fins estariam em proporcionar o prazer, a evolução da consciência, a construção da cidadania, o interesse pela prática desportiva e a introdução de uma cultura de lazer.

Palavras-chave: Futsal; Educação Física Escolar; Anos Iniciais; Ensino Fundamental.

A PARTICIPAÇÃO DA FAMÍLIA NO DESENVOLVIMENTO BIOPSISSOCIAL DA CRIANÇA: O CASO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Autora: COSTA, Diniffer de Almeida.

Orientador: SEVERINO, Cláudio Delunardo.

RESUMO

O presente estudo pretende prestar uma contribuição aos professores de Educação Física e às famílias no que tange à possibilidade de contribuição da prática pedagógica que orienta o desenvolvimento de conteúdos nas aulas de Educação Física, promovendo situações que possam vir a facilitar uma parceria que em muito contribuirá para a formação do aluno como um indivíduo plural e conhecedor dos seus direitos e deveres como cidadão. Além disso, objetivamos também investigar as possibilidades de contribuição das ações pedagógicas realizadas nas aulas de Educação Física em relação à viabilidade da participação efetiva de familiares no processo de desenvolvimento biopsicossocial da criança. Além disso, pretendemos identificar o conjunto de diretrizes que orientam a prática pedagógica nas aulas de Educação Física que possam contar com a contribuição direta dos familiares dos discentes, bem como averiguar a importância da parceria entre família e escola no processo educacional. Sendo assim, entendemos que a Educação Física pode contribuir positivamente por meio dos estímulos aplicados e uma enorme contribuição para a bagagem de desenvolvimento da criança, facilitando assim a mudança em gestos e atitudes o que lhes servirá de valores sociais para toda vida.

Palavras-chave: Educação física; família, desenvolvimento biopsicossocial.

AS COMPETÊNCIAS DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Autora: SILVA, Joice de Oliveira.

Orientador: SEVERINO, Cláudio Delunardo.

RESUMO

Este estudo tem por objetivo discutir quais são as competências inerentes ao docente de Educação Física, assim como quais seriam as estratégias que possibilitariam ao professor adquirir conhecimentos e técnicas diversificadas para ministrar aulas com relativo êxito, atingindo assim os objetivos propostos pelos Planos de Componentes Curriculares. Para a realização deste estudo, a metodologia empregada baseou-se numa pesquisa bibliográfica, e utilizou-se o método descritivo da bibliografia com o objetivo de expor as opiniões de diversos autores como Neira (2006), Arantes (2007), Barbosa (2001) e outros que abordam o tema em questão, além de estabelecer um conceito adequado sobre o que vem a ser competência profissional. Acreditamos que o profissional de Educação Física Escolar tem que apresentar um grande comprometimento com suas funções e também com as propostas pedagógicas da instituição educacional a qual está vinculado, pois ele é responsável pela formação global de seus alunos.

Palavras-chave: Educação física; competências; escolas.

EDUCAÇÃO FÍSICA E PREVENÇÃO AO USO DE DROGAS: POSSÍVEIS RELAÇÕES

Autora: FARIA, Lyvia de Souza.

Orientador: SEVERINO, Cláudio Delunardo.

RESUMO

O presente estudo pretende prestar uma contribuição aos professores de Educação Física e às famílias acerca da possibilidade de intervenção da prática pedagógica que orienta o desenvolvimento de conteúdos de Educação Física a respeito da sua atuação em relação à prevenção ao consumo de substâncias que causam malefícios ao organismo humano. Para tal, objetivamos também analisar as características, diferenças e efeitos causados por substâncias ilícitas no organismo do indivíduo, em particular aquele que se encontra no período da adolescência, além de verificar a atuação do profissional de Educação Física no ambiente escolar, especificamente nos ensinamentos Fundamental e Médio, no que tange à inserção de temas transversais, aqui em especial a questão do uso de substâncias ilícitas, nos conteúdos elaborados para as suas aulas. O estudo foi desenvolvido a partir da discussão de diversos autores que já abordaram o tema em questão, dentre eles Ronca (1987), Cebrid (2005) e Guimarães (2002). Além disso, foi aplicado um questionário entre professores de Educação Física no município de Volta Redonda – RJ, com o intuito de observar os fatos e analisar as hipóteses sugeridas pelos modelos teóricos. A partir da aplicação deste questionário, foram feitas a análise e discussão dos resultados, possibilitando assim uma maior compreensão do problema, bem como uma investigação das possibilidades de intervenção através de ações pedagógicas realizadas por parte do professor de Educação Física em relação à prevenção ao consumo de drogas ilícitas.

Palavras-chave: Educação física; drogas; escolas.

A PRODUÇÃO BIBLIOGRÁFICA DISCENTE DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE VOLTA REDONDA: EXPLORANDO OS TRABALHOS DE CONCLUSÃO DE CURSO

Autores: FIGUEIREDO, Carla A. Martins Petriz de; SILVA, Tatiane Rodrigues da.

Orientador: SILVA, Gabriela Neiva de Souza e.

RESUMO

Este trabalho apresenta uma análise quantitativa dos Trabalhos de Conclusão de Curso, do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Volta Redonda- UniFOA. O recorte temporal acontece do período de 1991 a 2009. A pesquisa se deu por meio da análise dos títulos dos trabalhos dos alunos do Centro Universitário, divididos em sete categorias temáticas por meio da técnica da análise temática proposta por Bardin (2008). Constatamos que nos diferentes períodos abordados os principais enfoques foram da área escolar e biodinâmica, com foco na performance e desempenho esportivo. Estas diferenças podem ser compreendidas, em alguma medida, a partir da trajetória da Educação Física brasileira, que se iniciou valorizando questões higiênicas, logo em seguida, esportivas e após a década de 1980 se apropriou dos debates da área pedagógica. Podemos afirmar que, embora a leitura apenas dos títulos dos trabalhos seja um fator fortemente limitador, a base das pesquisas nos cursos de Educação Física do UniFOA de 1991 a 2009 se constitui em torno dos temas Educação Física Escolar e Performance e Desempenho Humano.

Palavras-chave: educação física; produção do conhecimento; trabalho de conclusão de curso.

PROCESSO DE ESCOLARIZAÇÃO NO COLÉGIO DE SÃO BENTO: MEMÓRIAS GRIFADAS NO CORPO.

Autores: SILVA, Bárbara; FLUTT, Jaqueline Duboc.

Orientador: ALVES, Marcelo Paraíso.

RESUMO

O presente trabalho tem por objetivo analisar a influência da escola no comportamento e conduta do sujeito. Com a intenção de investigar e compreender as estratégias estabelecidas por uma Instituição de ensino para configuração de marcas e códigos de civilidade em seus discentes, optou-se por estudar o processo de escolarização no Colégio de São Bento do Rio de Janeiro. Por se tratar de uma instituição católica, tradicional, onde, até hoje, não são admitidas meninas em seus bancos escolares, o Colégio de São Bento reúne elementos extremamente ricos para a pesquisa almejada. Com uma investigação baseada no estudo do cotidiano do colégio e de depoimentos de alunos e ex-alunos, procura-se, através de um diálogo com autores estudiosos do tema, desvendar e entender os padrões de conduta forjados no ambiente escolar e como esses influenciam no comportamento desses alunos, tanto dentro do ambiente escolar, como em sua vida adulta. Compreende-se, com esse estudo, a forma como a instituição escola influencia no padrão de comportamento e conduta do indivíduo. Mesmo que as estratégias utilizadas para atingir esse objetivo, às vezes, fiquem no obscuro, implícito, ela se faz presente no discurso, nas representações do seu corpo docente e, inclusive, no espaço arquitetônico.

Palavras-chave: comportamento; civilidade; escolarização; gênero.

BRINQUEDO, MÍDIA – CONSUMO - E CORPOREIDADE: UM OLHAR NAS PRÁTICAS DAS ALUNAS DOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL.

Autores: ALVES, Juliana Lima; CARRARO, Nathália; THOMÉ, Flávia Oliveira.

Orientador: ALVES, Marcelo Paraiso.

RESUMO

Nosso campo escolhido para realização da pesquisa foi uma escola privada da cidade de Volta Redonda. O motivo pelo qual escolhemos esta escola foi a facilidade devido ao fato de já estarmos dentro dela realizando o Estágio Supervisionado e também por ser um local onde podemos vivenciar o cotidiano das aulas de Educação Física, unindo a teoria obtida dentro de sala de aula no curso de Licenciatura em Educação Física com a prática, como já citada, através do Estágio Supervisionado. Diante do contexto observado dentro das aulas de Educação Física é importante buscar e refletir qual o papel do professor de Educação Física e os hábitos de vida saudável nas séries iniciais do Ensino Fundamental? Até que ponto os brinquedos utilizados pelas crianças influenciam as práticas e atitudes corporais? Qual a função da escola diante do problema relacionado ao brinquedo e da influência da mídia? O estudo tem como finalidade discutir como o brinquedo, a brincadeira e a mídia podem interferir de forma tão significativa nos modos, na corporeidade e no cotidiano de alunas nos anos iniciais do Ensino Fundamental. Utilizaremos um caderno de campo e depoimentos para compreender como a imagem e o esquema corporal destas alunas são afetados.

Palavras-chave: Educação Física; Corporeidade; Brinquedo; Brincadeira e Mídia.

NEOLIBERALISMO E EDUCAÇÃO: CONSEQÜÊNCIAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO MUNICÍPIO DE VOLTA REDONDA

Autor: AZEREDO JÚNIOR; Ricardo César da Costa.

Orientador: ALVES, Marcelo Paraiso

RESUMO

O Neoliberalismo Acumulação Flexível de Capital, esta dentro da mais vivo do que nunca e ele atinge diversos seguimentos, entre eles a Educação. A intenção deste artigo é então discutir as conseqüências do neoliberalismo na Educação e na Educação Física na rede municipal de ensino de Volta Redonda. A hipótese principal da pesquisa apóia-se nas práticas sócio-culturais do processo neoliberal, para investigar, no ambiente escolar, as influências do consumismo exacerbado, desperdício de mercadorias, e influência no caráter das pessoas. Nesse sentido, o artigo tem como finalidade observar o andamento do processo neoliberal, bem como conhecimentos e concepções dos profissionais da educação acerca da prática escolar da vida diária, e, das conseqüências para as micro-políticas que direcionam as ações no cotidiano dos alunos do referido município. A metodologia utilizada na pesquisa percorre a dois caminhos: a pesquisa descritiva exploratória, e, da pesquisa de campo. A Pesquisa então mostrou que há um sucateamento enorme da Educação e em Especial da Educação Física já que no município de Volta Redonda ela não reprova mais, que fazem com que as desigualdades sociais e o desemprego não diminuam. Mostrando que as escolas tendem a seguir o modelo de gestão de ensino das empresariais e fabricas, fazendo assim com que os alunos sejam meros “consumidores” de ensino e professores sejam desvalorizados como mercadorias.

Palavras-chave: Neoliberalismo; Educação Física; Escolas, Alunos, Educação.

PSICOMOTRICIDADE E MEIO LÍQUIDO: POSSIBILIDADES PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Autores: ALVES, Gabriela Nascimento; PRATTI, Maria Carolina de Souza Resende;
AGOSTINHO, Thais de Andrade.

Orientador: ALVES, Marcelo Paraiso.

RESUMO

Esse trabalho tem por finalidade discutir as contribuições da ludicidade no meio líquido para o desenvolvimento motor, considerando a extrema importância da psicomotricidade para a criança na educação infantil junto as atividades aquáticas onde os movimentos ficam mais fáceis tendo a água como meio propício e relevante para o desenvolvimento psicomotor das crianças na educação infantil. A faixa etária presente são crianças de 3 anos, o desenvolvimento da pesquisa foi por meio das observações de caderno de campo e experiências adquiridas no Estágio Supervisionado em Educação Física Escolar, realizado numa escola privada da cidade de Volta Redonda. No primeiro momento discutimos a psicomotricidade na Educação infantil. No segundo momento apresentamos as estruturas psicomotoras e os seus respectivos conceitos e, posteriormente, discutimos as atividades pedagógicas das aulas observadas a partir dos conceitos apresentados na parte inicial do mesmo.

Palavras-chave: Educação infantil; Psicomotricidade; Meio líquido.

OBESIDADE INFANTIL

Autores: ARAÚJO, Alexandre de Azevedo; LENTE, Leonardo Gomes; SILVA, Wellington Ângelo da.

Orientador: SILVA, José Cristiano Paes Leme da.

RESUMO

A principal questão estudada foi partir da abordagem de alguns autores feita sobre obesidade em escolares e confrontar as informações obtidas com o perfil de trabalhos de conclusão de curso (TCC) desenvolvidos em um curso superior. Nosso objetivo foi tentar oferecer um material alternativo sobre obesidade infantil correlacionando a produção no referido curso com publicações sobre a problemática da obesidade. Quanto a metodologia utilizada optou-se pela revisão bibliográfica na área da Educação Física e similares que tratam da obesidade e confrontar informações com TCC's produzidos entre 2006 a 2009. 1 – O tratamento da obesidade começa desde a infância momento ideal para ações de prevenção. 2 – Pode-se com certa margem de segurança afirmar que a falta de atenção da família, dos profissionais da saúde e autoridades governamentais com relação à O.I., e suas conseqüências é um agravante deste problema. 3 – A não obrigatoriedade do professor de Educação física nos primeiros anos da escolaridade no país pode comprometer o conhecimento de informações e ações úteis na prevenção da O.I. 4 - Este estudo não teve intenção de simplificar a obesidade infantil, mas alertar que é uma realidade crescente, para a qual devem se buscar soluções coerentes e voltadas para a promoção de saúde, também chamar a atenção sobre estudos escassos no Brasil, sobre o assunto e a reduzida quantidade de material de interesse sobre obesidade em escolares.

Palavras-chave: Obesidade; Criança; Educação Física, Escola.

ESPORTE DE AVENTURA: AMPLIANDO OS CONTEÚDOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR.

Autora: ALVES, Bruna Carneiro.

Orientadora: ALVES, Beatriz L. Rennó Ribeiro.

RESUMO

O presente estudo esporte de aventura: ampliando os conteúdos nas aulas de educação física escolar objetiva discutir o conhecimento sobre o esporte de aventura, descrever os seus benefícios para os alunos, investigar as possibilidades de trabalhar o esporte de aventura como conteúdos nas aulas de Educação Física, além de apontar como o professor dessa disciplina pode realizar este trabalho. O mesmo foi realizado através de uma revisão bibliográfica com autores que já vem abordando este tema, tais como: Costa (2000), Uvinha (2001) Dias e Junior (2009). Esse artigo pretende prestar uma contribuição aos professores de educação física, fazendo com que a prática do esporte de aventura na escolar seja não somente uma ação em benefício de uma melhor qualidade de vida e diversidade de esporte, mas uma intervenção favorável ao exercício pleno do profissional de educação física. Essa disciplina adotando o esporte de aventura em sua matriz curricular estará oferecendo ao aluno uma educação por meio deste, tendo sua importância na transformação e compreensão da realidade vivenciada em diferentes ambientes.

Palavras-chave: Esportes de Aventura; Educação Física Escolar; Componente Curricular.

FUTSAL ESCOLAR: UMA PERSPECTIVA PEDAGÓGICA

Autores: CORDEIRO, Iara Garcia; PEREIRA, Raphael Alves; HONÓRIO, Vítor Maia.

Orientador: FERREIRA JUNIOR, Daniel Alves.

RESUMO

O Futsal, originariamente futebol de salão, surgiu na década de 30 na América do Sul. Atualmente é o esporte coletivo mais praticado no Brasil. Quando falamos em Futsal escolar, nos deparamos com a realidade do esporte incluído ou implantado na escola, e nos perguntamos como deveria ser trabalhado o Futsal escolar, quanto aos aspectos metodológicos? Sendo o Futsal um esporte popular entre jovens e crianças em idade escolar, este pode ser uma ferramenta interessante para desenvolver outras habilidades, capacidades e competências. O objetivo deste estudo descritivo de revisão bibliográfica foi refletir sobre o esporte nas aulas de Educação Física escolar, analisando a forma de sua utilização no ambiente formal de ensino, procurando sinalizar para uma educação que faça uso desse conteúdo como um forte instrumento para formação dos alunos. Consideramos com a realização dessa pesquisa que a aprendizagem de qualquer modalidade esportiva deve ser feita com cuidadosa e adequada metodologia e para o desenvolvimento da “Capacidade de Jogo”, é necessário que, a metodologia a ser empregada pelo professor, tenha uma aproximação com o jogo (situações reais de jogo). O interessante é perceber que quem pensa sobre o que fez ou fará poderá fazer melhor. Não basta praticar é preciso pensar.

Palavras-chave: