

ANÁLISE APTIDÃO FÍSICA EM ESCOLARES PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE BASQUETEBOL: UM OLHAR PEDAGÓGICO

Inaiá Maria da Cruz Oliveira¹

Jason Azevedo de Medeiros²

RESUMO

Introdução: A preocupação com o cuidado à saúde da criança e do adolescente, devido à falta de hábitos saudáveis, está diretamente ligado com o aumento do sedentarismo associado com a má alimentação tornando-os um futuro grupo de risco. Podendo adquirir doenças crônico-degenerativas como: doenças do coração, diabetes, câncer, entre outras. Para a prevenção dessas doenças é necessário conhecer a atual situação em que se encontra essa população.

Objetivo: Avaliar a aptidão física e o desempenho motor de escolares praticantes ou não praticantes de basquetebol. **Metodologia:** A pesquisa se caracteriza como quantitativa de caráter descritivo do desempenho motor de escolares praticantes ou não praticantes de basquetebol. Participaram do estudo 43 alunos matriculados no ensino fundamental no município de Natal/RN, sendo 19 praticantes de basquetebol e 24 não praticantes de basquetebol, com média de idade de 12 anos. Para a avaliação da aptidão física foi utilizada a bateria da PROESP-Br: Massa corporal (kg), Estatura (cm), IMC (kg/E²), Flexibilidade [teste de sentar e alcançar (cm)], Resistência muscular localizada (Nº de abdominais em 1 minuto – Sit-up), Força explosiva de membros superiores [Arremesso de medicinebol (2kg)], Força explosiva de membros inferiores [Salto horizontal em distância (m)]. Para análise estatística foi aplicado o test T de Student para amostras independentes adotando um valor de $p < 0,05$. **Resultados:** Não se encontrou diferenças estatísticas significativas para nenhuma variável mensurada nos testes entre os grupos. **Conclusão:** A prática da educação física escolar tem a mesma capacidade de desenvolver aptidões físicas que o esporte. A evolução do ensino da educação física escolar pode ter contribuído para que escolares apresentem desempenhos similares a escolares praticantes da

¹ Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN).

² Professor Orientador do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN). E-mail: jason.medeiros1@hotmail.com

modalidade esportiva específica.

Palavras-chave: Educação física escolar. Basquetebol. Aptidão física. Escolares.

ANALYSIS OF PHYSICAL FITNESS IN PRACTICAL AND NON-PRACTICAL BASKETBALL SCHOOLS: A PEDAGOGICAL LOOK

ABSTRACT

Introdutction: The concern about the health care of children and adolescents due to the lack of health habits is directly linked to the increase in the sedentary lifestyle associated with poor nutrition, making them a future risk group. If can acquire chronic-degenerative diseases such as heart disease, diabetes, câncer, among others. For the prevention of these diseases it is necessary to know the presente situation in which this population is. **Objective:** To evaluate the physical fitness and motor performance of practicing and non-basketball students. **Methodology:** The research is characterized as quantitative descriptive character the physical fitness and motor performance of practicing and non-basketball students. A total of 43 students enrolled in elementar school in Natal/RN participated in the study, 19 of which were basketball players and 24 non-basketball players, with a mean age of 12 years. To evaluate physical fitness, the PROESP-Br battery was used: Body mass (kg), Height (cm) BMI (Kg/E²), Flexibility [sit and reach test (cm) in 1 minute – Sit-up), Explosive upper limb force [Medicineball throw (2kg)], Explosive lower limb force (horizontal jump in distance, m). For statistical analysis, the Student's t-test was applied for independente samples, adopting a value of $p < 0,05$. **Results:** No statistically significant diferences were found for any variables meansured in the tests between groups. **Conclusion:** Well applied school physical education teaching may have contributed to the performance of the schoolchildren similar to the students practicing specific sports.

Keywords: School physical education. Basketball. Physical fitness. Schoolchildren.

1 INTRODUÇÃO

Na sociedade moderna a preocupação e cuidados com a saúde estão cada vez maiores. E simultaneamente com a evolução dos hábitos saudáveis, a concepção de saúde para sociedade também mudou. Segundo Nieman (1999 apud GONÇALVES et al. 2010, p. 6) “a saúde deixou de ser apenas a ausência de doenças, para ser um estado de completo bem-estar físico, mental, social e espiritual”.

Os órgãos do governo que trabalham com a saúde de maneira preventiva, como o Programa de Saúde da Família (PSF), já possui essa concepção, onde a prevenção de doenças na sociedade vem através dos cuidados com os hábitos durante a infância. Sendo assim trabalham de forma integrada com distintos profissionais para amparar a saúde e o bem-estar da criança. Com o propósito de “promover em sua totalidade o desenvolvimento da criança, para que se torne um adulto saudável e capaz” (ANTÔNIO et al., 2005).

De acordo com os parâmetros curriculares nacionais A saúde é uns dos conteúdos da educação física escolar propostos para ser ensinado no ensino fundamental.

A área de educação física hoje contempla múltiplos conhecimentos produzidos e usufruídos pela sociedade a respeito do corpo e do movimento. Entre eles, se consideram fundamentais as atividades culturais de movimento com finalidades de lazer, expressão de sentimentos, afetos e emoções, e com possibilidades de promoção, recuperação e manutenção da saúde (BRASIL, 1998).

Segundo a Lei das Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB, 1996), “O ensino fundamental refere-se às instituições de atendimento às crianças iniciando-se aos 6 (seis) anos de idade, com duração de 9 (nove) anos”. Esse conteúdo deve ser ensinado em todos os períodos, e de uma maneira mais aprofundada nos últimos 2 períodos. Tendo como objetivo geral em todos os ciclos “que o aluno conheça e cuide do próprio corpo, valorizando e criando hábitos saudáveis como um dos aspectos básicos da qualidade de vida e agindo com responsabilidade em relação à sua saúde e à saúde coletiva” (BRASIL, 1998).

A preocupação com o cuidado a saúde de criança e adolescentes devido à falta de hábitos saudáveis, está diretamente ligado com aumento do sedentarismo

associado com a má alimentação tornando-os um futuro grupo de risco. Podendo adquirir doenças crônico-degenerativos, como doenças do coração, diabetes, câncer, entre outras. Para a prevenção dessas doenças é necessário conhecer a atual situação em que se encontra essa população. Sendo assim foi criado testes que indicam grandezas das aptidões físicas relacionadas à saúde e desempenho, como Projeto Esporte Brasil (PROJETO..., 2012).

Na atualidade a aptidão física divide-se em dois conceitos: saúde e desempenho motor. O primeiro refere-se a demandas energéticas que possibilitam desenvolver as atividades do cotidiano com vigor, proporcionando um menor risco de desenvolver doenças ou condições crônico-degenerativas. [...]. No segundo temos a aptidão física relacionada às habilidades esportivas ou performance motora que contribuem para o desempenho das tarefas específicas, seja no trabalho ou nos esportes (NIEMAN apud VERARDI et al., 2007, p. 2).

O Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR, 2012) lida com as aptidões físicas de crianças e adolescentes, referente a composição corporal, resistência cardiorrespiratória, força, resistência muscular e flexibilidade, que estão associadas a saúde. E velocidade, coordenação, força explosiva, equilíbrio e agilidade, que estão associadas ao desempenho motor.

Por tanto, esse estudo busca identificar atual situação das aptidões físicas relacionadas à saúde e desempenho motor, em escolares praticantes e não praticantes de basquetebol. Para assim desenvolver uma nova visão da pratica do ensino da educação física escolar e do esporte para escolares. Pois são meios ativos de educação, sendo conteúdos vastos de possibilidades de ensino e experiências para os alunos. Não só no aspecto sócio afetivo, mas também de uma forma cognitiva e motora. Promovendo a saúde do corpo e da mente.

2 METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como sendo de natureza quantitativa Richardson (1989 apud DALFOVO; LANA; SILVEIRA, 2008, p. 7) com caráter descritivo (CERVO; BERVIAN; SILVA, 2007) este método destaca-se pela “a intenção de garantir a precisão dos trabalhos realizados, conduzindo a um resultando com poucas chances de distorções”.

Para avaliação da aptidão física relacionada ao desempenho esportivo,

foram utilizados os testes motores propostos pelo Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR) de saúde e desempenho: Massa corporal (peso), Estatura (altura), IMC (índice de massa corporal), flexibilidade (teste de sentar e alcançar), Resistência muscular localizada (Nº de abdominais em 1 minuto – Sit-up), Força explosiva de membros superiores (Arremesso de medicineball (2 kg)), Força explosiva de membros inferiores (Salto horizontal (em distância)). Participaram do estudo um total de 43 alunos matriculados no ensino fundamental no município de Natal/ RN, sendo 19 praticantes de basquete e 24 não praticantes de basquete, com média de idade de 12 anos. Foram excluídos dos testes, meninos e meninas abaixo de 12 anos ou acima de 14 anos.

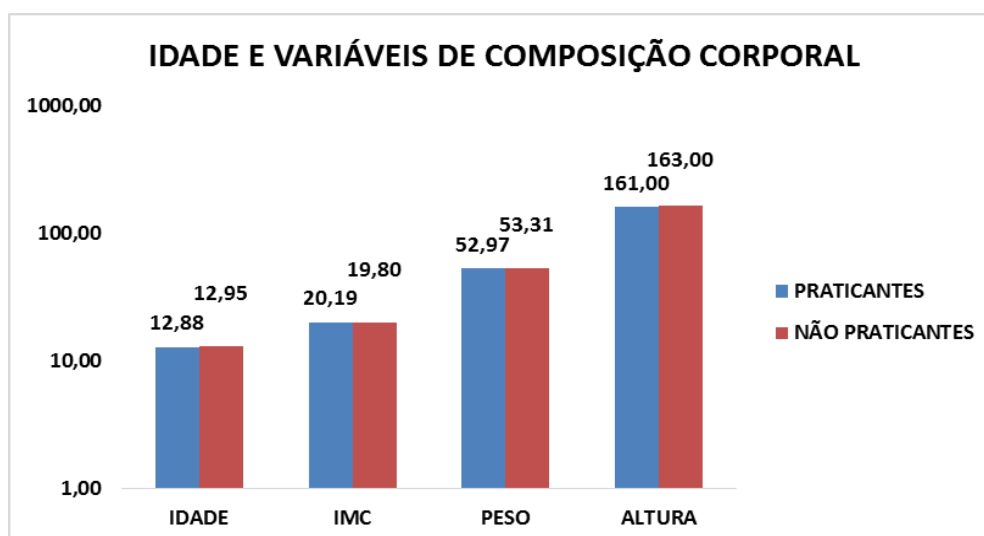
Com o intuito de resguardar estes e os pesquisadores, foi preservado as identidades dos menores presentes na pesquisa. Além da entrega de autorizações assinadas, pelos responsáveis dos escolares e órgão diretor, para a participação e realização da pesquisa.

Para a análise das informações coletadas, foi utilizado à estatística descritiva usual (média, desvio padrão e percentuais) relacionando com os resultados normatizados pelo Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR). Assim como o teste de comparação T de Student para amostras independentes com valor de $p < 0,05$.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados apresentados mostram que não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas quando se comparou as variáveis de desempenho motor e saúde entre praticantes e não praticantes de basquete.

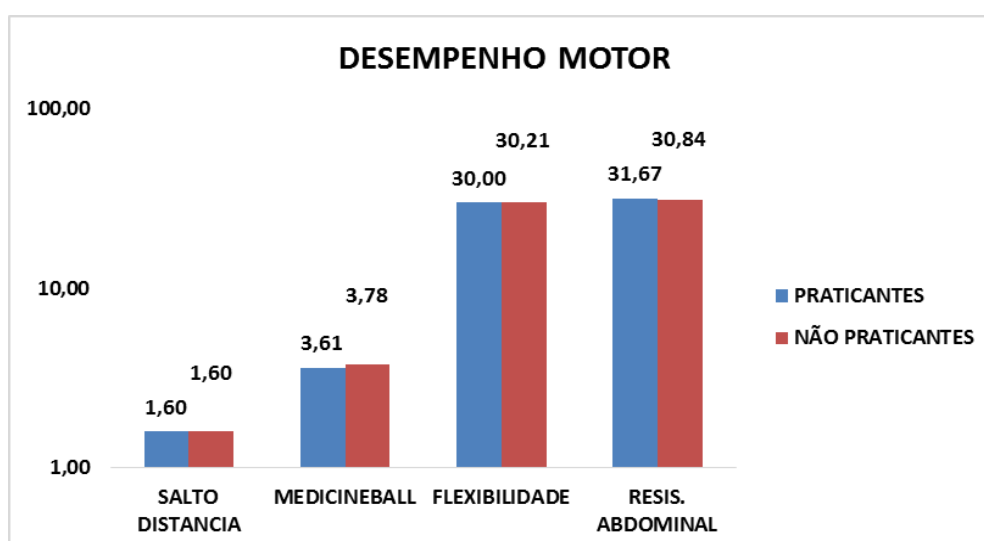
Gráfico 1 – Comparação da Idade e Variáveis de composição corporal em praticantes e não praticantes de basquetebol



Fonte: Jason Azevedo de Medeiros (2016).

No gráfico 1 pode-se notar que as variáveis de idade, peso e altura para os não praticantes de basquetebol obtiveram medias maiores que a dos praticantes. Mas um aumento irrisório, não ocorrendo então nenhuma diferença significativa. No gráfico 2 as medias dos testes de medicineball, flexibilidade e resistência abdominal também foram maiores para os não praticantes de basquetebol. Mas também com um valor que não apresentou nenhuma diferença significativas.

Gráfico 2 – Comparação do desempenho motor de praticantes e não praticantes de basquetebol



Fonte: Jason Azevedo de Medeiros (2016).

Através da coleta de dados da bateria de teste do PROESP-SP, analisando as capacidades físicas relacionadas a saúde e desempenho, de escolares praticantes e não praticantes de basquetebol foi possível verificar que não ocorreu nenhuma diferença significativa nos dados coletados. As capacidades físicas são semelhantes tanto para praticantes e não praticantes de basquetebol. Demonstrando assim que a educação física escolar é tão importante quando o esporte para o desenvolvimento das capacidades físicas. E com seu amplo leque de conteúdos a educação física escolar tem uma capacidade de possibilitar um maior número de experiência motoras.

Mais que formar atletas, a educação física pode contribuir com o desenvolvimento pleno da pessoa, com a formação de uma consciência crítica, com o conceito de cidadania e com o próprio desenvolvimento da consciência corporal, entendendo que o conhecimento do corpo precede a descoberta e integridade do mundo exterior (MARCO, 2005, p. 32).

Com a reestruturação do esporte, graças ao Manifesto Mundial do Esporte (1964); a Carta Internacional de Educação Física e Desportos (UNESCO, 1978); e o Movimento Esporte para Todos, o conceito de esporte modificou-se de uma essência competitiva e de rendimento, para um conceito mais social e educativo. Para Gonçalves et al. (2010, p. 3):

Hoje, com o conceito reformulado, partindo do pressuposto do direito de todos à prática esportiva, o Esporte acabou tendo maior abrangência na vida social do cidadão. É visto como um conceito compromissado com as suas perspectivas na educação, na participação das pessoas comuns, como direito de todos, e também no rendimento.

Em vista disso o basquetebol como um dos conteúdos, de esporte, da educação física escolar deve ser ensinado na escola de uma forma prática educacional que leve o aluno a uma ação crítica e significativa para seu núcleo social. Levando sempre em conta o divertimento e prazer, mais do que a saúde ou rendimento. Sabe-se que a prática esportiva auxilia na formação do cidadão e o professor é o agente facilitador para que isso possa acontecer.

“O Esporte conduz os homens a inúmeras virtudes sociais, levando-os à convivência, à coesão e identificação social. Portanto, se o professor não conseguir formar um talento esportivo, pode ter certeza que estará formando um talento social” (GONÇALVES et al. 2010, p. 5).

O esporte em todas as suas formas tem sua importância na formação dos alunos, inspirando, disciplinando e instruindo. Mas o esporte deve ser utilizado como ferramenta da educação física escolar, e não a educação física como ferramenta do esporte. Pois a educação física escolar tem o comprometimento e obrigação na formação completa de um indivíduo para sociedade. Mas mesmo assim a sociedade não consegue entender o papel e a importância da educação física escolar para formação do indivíduo, por causa da maneira isolada em que a enxergam.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao identificar a atual situação das aptidões físicas relacionadas à saúde e desempenho motor, em escolares praticantes e não de basquetebol foi possível verificar que a educação física escolar bem aplicada tem a mesma capacidade de desenvolver as aptidões físicas que o esporte. De acordo com os resultados não ocorreu nenhuma diferença significativa entre praticante e não praticantes. Por tanto a educação física escolar é muito importante para a promoção da saúde de crianças e adolescentes. Já que a mesma tem o objetivo de criação de hábitos saudáveis que perdurem até a idade adulta. O esporte sendo um conteúdo da educação física deve ser ensinado, mas de uma maneira pedagógica. Adormecendo seu lado tecnicista e buscando a ludicidade e a integração com os outros conteúdos para uma formação completa.

Mas apesar dos resultados ainda é possível constatar que falta muito para obtermos a devida valorização da educação física escolar na sociedade. Espero que este estudo venha a contribuir para que mais pesquisas sejam realizadas, para que educação física escolar deixe de ser vista apenas como uma prática meramente recreativa ou esportiva. Mas sim como uma atividade que possibilita as crianças e adolescentes as mais diversas experiências, de tal forma a proporcionar o seu desenvolvimento individual e coletivo na sua totalidade.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 6023:** Informação e documentação: Referências – Elaboração. Rio de Janeiro, 2002a.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 10520:** Informação e documentação: Citações em documentos - Apresentação. Rio de Janeiro, 2002b.

BASTOS, Matheus Vieira. **A importância de trabalhar a aptidão Física na Escola.** 2015. 27f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Centro Universitário de Brasília, Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Brasília.

BERGMANN, Gabriel Gustavo et al. Alteração anual no crescimento e na aptidão física relacionada à saúde de escolares. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 7, n. 2, p. 55-61, 2005.

BETTI, Mauro; Zuliani, Luiz Roberto. Educação física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 1, n. 1, p. :73-81, 2002.

BRACHT, Valter. **A Educação Física no Ensino Fundamental:** O conteúdo de ensino da Educação Física: de atividade física à cultura corporal de movimento. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/docman/dezembro-2010-pdf/7170-3-6-educacao-fisica-ensino-fundamental-walter-bracht/file>>. Acesso em: 30 set. 2016.

BRASIL. Domínio público. **Diretrizes curriculares nacionais:** educação básica. 2001. Disponível em: <<http://www.dominiopublico.gov.br/download/texto/me002630.pdf>>. Acesso em: 20 nov. 2016.

BRASIL. LEI DE DIRETRIZES. Lei. Bases da Educação Nacional. Brasília, 1996.

BRAZ, Tiago Volpi; ARRUDA, Miguel de. **Diagnóstico do desempenho motor em crianças e adolescentes praticantes de futebol.** Disponível em: <<https://www.researchgate.net/publication/26576519>>. Acesso em: 4 maio. 2016.

DALFOVO, Michael Samir; LANA, Rogério Adilson; SILVEIRA, Amélia. Métodos quantitativos e qualitativos: um resgate teórico. **Revista Interdisciplinar Científica Aplicada**, Blumenau, v. 2, n. 4, p. 1- 13, Sem II. 2008.

DARIDO, Suraya Cristina; SOUSA JUNIOR, Osmar Moreira de. **Para ensinar educação física:** possibilidades de intervenção na escola. 2. ed. São Paulo: Papius, 2015. 328 p. Disponível em:<<http://unirn.bv3.digitalpages.com.br/users/publications/9788530811556/pages/201->>>. Acesso em: 7 abr. 2016.

DEL CIAMPO, Luiz Antonio. **O Programa de Saúde da Família e a Puericultura.** Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v11n3/30988>>. Acesso em: 30 set. 2016.

GHIRALDELLI JUNIOR, Paulo. **Educação física progressista:**a pedagogia crítico-social dos conteúdos e a educação física brasileira. 10. ed. São Paulo: Loyola, 2007.

GONÇALVES, Frederico Lima et al. **A iniciação esportiva no basquetebol.** Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd148/a-iniciacao-esportiva-no-basquetebol.htm>>. Acesso em: 20 set. 2016.

MARCO, Ademir de. **Pensando a educação motora.** 4. ed. Campinas SP: Papirus, 2005.

PROJETO ESPORTE BRASIL. **Manual de aplicação de medidas e teste, normas e critérios de avaliação do PROESP-BR.** Rio Grande do Sul, 2007.

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