



**UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS
MISSÕES
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CAMPUS DE SANTO ÂNGELO**

**XIV SEMANA ACADÊMICA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA: “A
IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS CORPORAIS NA CONSTITUIÇÃO DA
IDENTIDADE DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA”**

**XI MOSTRA DE PESQUISA, ENSINO E EXTENSÃO DO CURSO DE
EDUCAÇÃO FÍSICA**

ANAIS

ORGANIZAÇÃO:
Prof. Cinara Valency Enéas Mürmann

Santo Ângelo –
RS 2018



EDITORÇÃO

Marina Fontoura

REVISÃO E ORGANIZAÇÃO

Comissão técnica científica

S471a Semana Acadêmica do Curso de Educação Física (14. :
2018 : Santo Ângelo, RS)
Anais da XIV Semana Acadêmica do curso de
Educação Física. XI Mostra de Pesquisa Ensino e
Extensão: a importância das práticas corporais na
constituição da identidade do profissional de Educação
Física [recurso eletrônico] / Organização: Cinara
Valency Enéas Mürmann. - Santo Ângelo: FuRI, 2018.
65 p.

ISBN 978-85-7223-497-9

1. Educação Física – Anais I. Mürmann, Cinara
Valency Enéas (org.) II. Título

CDU: 796:061.3

Responsável pela catalogação: Fernanda Ribeiro Paz CRB 10/ 1720



**UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS
MISSÕES - URI**

Reitor: Luiz Mario Silveira Spinelli

Pró-Reitor de Ensino: Arnaldo Nogaro

Pró-Reitor de Pesquisa, Extensão e Pós-Graduação: Giovani Palma Bastos

Pró-Reitor de Administração: Nestor Henrique de Cesaro

Campus de Santo Ângelo

Diretor Geral: Gilberto Pacheco

Diretor Acadêmico: Marcelo Paulo Stracke

Diretora Administrativa: Berenice Beatriz Rossner Wbatuba



COMISSÃO ORGANIZADORA DO EVENTO

Coordenação Cursos de Educação Física Bacharelado e Licenciatura
Professora Viviana da Rosa Deon

Comissão Técnico-Científica Presidente:
Cinara Valency Enéas Mürmann

Membros da Comissão Técnico-Científica:

Carlos Augusto Fogliarini Lemos
Carlos Kemper
Cinara Valency Enéas Mürmann
Fabio Juner Lanferdini
Mauricio Moraes Figueiró
Rodrigo José Madalóz
Viviana da Rosa Deon

Comissão de Divulgação e Informação

Equipe de Assessoria de Comunicação da URI - Campus Santo Ângelo Marina Fontoura –
NTI

Comissão de Comercialização e Patrocínio

Carlos Augusto Fogliarini Lemos
Carlos Kemper
Cinara Valency Enéas Mürmann
Mauricio Moraes Figueiró
Viviana da Rosa Deon



SUMÁRIO

COMUNICAÇÃO ORAL - RESUMO EXPANDIDO	7
PROJETO VIVENCIANDO A CIDADANIA NA ESCOLA: RELATO DE EXPERIÊNCIA	8
ESTÁGIO SUPERVISIONADO EM EDUCAÇÃO INFANTIL: POSSIBILIDADES E CONTRIBUIÇÕES PARA FORMAÇÃO INICIAL DOS ACADÊMICOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA 10	
ESTÁGIO SUPERVISIONADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NOS ANOS FINAIS: EXPERIÊNCIAS, SIGNIFICADOS E POSSIBILIDADES	13
SENTIDOS E SIGNIFICADOS DE PRÁTICAS CORPORAIS INCLUSIVAS NA FORMAÇÃO INICIAL DE ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	16
CONTEÚDOS DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL EM ESCOLAS ESTADUAIS DA ÁREA DE ABRANGÊNCIA DA 14ª CRE.....	19
GINÁSTICA NO PERCURSO ESCOLAR DOS ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	22
LAZER CIDADÃO: VIVÊNCIAS DA CULTURA LÚDICA E SUAS CONTRIBUIÇÕES PARA INSERÇÃO SOCIAL	25
COMUNICAÇÃO ORAL - RESUMO	28
OFICINA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS- UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.....	29
ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA NA ESCOLA	31
CORRIDA DE RUA COMO CONTEÚDO DE EDUCAÇÃO FÍSICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA.....	33
CROSS COUNTRY – UM PROJETO DE INCENTIVO AO ESPORTE.....	35
EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS NA NATUREZA: VIVÊNCIAS	37
GINCANA COOPERATIVA NA ESCOLA: POSSIBILIDADE DE INTEGRAÇÃO POR MEIO DA RECREAÇÃO.....	39
GINCANA VISTA REAL: APRENDIZAGEM POR MEIO DA COMPETIÇÃO	41
OFICINA DE GINÁSTICA: UMA EXPERIÊNCIA DOCENTE.....	43
COMPARAÇÃO DA RESPOSTA DA PRESSÃO ARTERIAL DURANTE TREINAMENTO CARDIORRESPIRATÓRIO UTILIZANDO MEMBROS SUPERIORES E MEMBROS INFERIORES	45
O EFEITO DE TRÊS MESES DE DESTREINAMENTO NO CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO EM UM INDIVÍDUO HIPERTENSO E OUTRO NORMOTENSO	47
A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR NO PROCESSO DE EDUCAÇÃO DE CRIANÇAS DE 3 A 5 ANOS	49
ESTILO DE VIDA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA 14ª CRE	50
IMPORTÂNCIA DA RECREAÇÃO TERPEUTICA PARA CRIANÇAS HOSPITALIZADAS.....	51
COMPARAÇÃO DA RESPOSTA DA PRESSÃO ARTERIAL ENTRE MEMBROS SUPERIORES E INFERIORES APÓS EXERCÍCIO CARDIORRESPIRATÓRIO.....	53

**XIV
Semana
Acadêmica
de Educação
Física**

**A IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS CORPORAIS
NA CONSTITUIÇÃO DA IDENTIDADE
DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

De 27/08 a 1º/09

URI
SANTO ANGELO

XI Mostra de Pesquisa, Ensino e Extensão do
Curso de Educação Física - 28 e 29 de agosto de 2018

15
anos
Educação
Física

ANÁLISE DA PRESSÃO ARTERIAL DE UM INDIVÍDUO HIPERTENSO APÓS TRÊS ANOS DE TREINAMENTO FÍSICO	55
GINASTRADA DA URI: VIVÊNCIAS E CONTRIBUIÇÕES PARA A FORMAÇÃO INICIAL DOS ACADÊMICOS.....	57
HEREDITARIEDADE COMO INFLUENCIADOR PARA O DESENVOLVIMENTO DA DIABETES MELLITUS TIPO 2.....	59
VIVÊNCIA DA NATAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA	60



**XIV
Semana
Acadêmica
de Educação
Física**

**A IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS CORPORAIS
NA CONSTITUIÇÃO DA IDENTIDADE
DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

De 27/08 a 1º/09

URI
SANTO ANGELO

**XI Mostra de Pesquisa, Ensino e Extensão do
Curso de Educação Física - 28 e 29 de agosto de 2018**

15
anos
Educação
Física

COMUNICAÇÃO ORAL - RESUMO EXPANDIDO



Área Temática: Educação Física Escolar

PROJETO VIVENCIANDO A CIDADANIA NA ESCOLA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Rosana Steinhaus da Rosa¹,
Ana Maria Becker Teixeira²,
Rudi Ademir Zimpel³,
E.M.E.F Antônio Cortez

O programa União Faz a Vida tem por objetivo construir e vivenciar atitudes e valores de cooperação e cidadania, por meio de práticas de educação cooperativa, contribuindo para a educação integral de crianças e adolescentes. A escola é um espaço privilegiado de tomada de consciência e transformação social, almeja-se fomentar uma reflexão que contribua para que a escola seja um espaço favorável para disseminar ações transformadoras que podem contribuir de modo significativo com a sociedade PADILHA (2001). Desta forma, esse trabalho tem a finalidade de relatar uma experiência vivenciada pelos alunos de sétimo ano de uma escola municipal situada no município de Entre-Ijuís que buscou contribuir na formação de cidadãos críticos e participativos por meio de um projeto que faz parte do programa união faz a vida. Inicialmente os professores da escola realizam uma sondagem para saber sobre quais assuntos os alunos teriam curiosidade, os gostariam de aprender mais. Desta forma, o tema estudado pelos alunos do sétimo ano é: “vivenciando a cidadania: nossos direitos e deveres”, portanto, a partir deste tema, os professores buscam aliar o tema ao currículo de cada disciplina. O objetivo do projeto busca Compreender que o exercício da cidadania implica em conhecer direitos individuais e sociais estabelecidos na lei Federal, estadual, municipal e também deveres nelas determinadas, a fim de formar cidadãos conscientes quanto ao exercício de direitos e deveres, tornando-os capazes de transformar a realidade onde vivem. A educação para a cidadania requer que questões sociais sejam apresentadas para a aprendizagem e a reflexão dos alunos, onde o cotidiano da vida seja objeto de reflexão no espaço escolar. Nesta perspectiva é preciso considerar que o compromisso com a construção da cidadania exige necessariamente uma prática educacional voltada para a compreensão da realidade, dos direitos e responsabilidades individuais e sócias e a forma como esses vem sendo exercidos e respeitados no contexto social. Neste sentido, cabe a escola proporcionar espaços onde o educando possa relacionar seu conhecimento em sala de aula com a realidade social, tornando o conhecimento mais significativo com reflexões e ações capazes de o transformar num sujeito crítico, autônomo e responsável quanto ao exercício de sua cidadania. Ao desenvolver um projeto voltado para a cidadania é preciso considerar que a formação da cidadania se faz, antes de mais nada, pelo seu exercício, ou seja: aprende-se a participar, participando. E a escola será um lugar possível para essa aprendizagem se promover a convivência democrática no seu cotidiano. Neste sentido se justifica o projeto voltado para a cidadania mediante atividades onde os alunos possam opinar, assumir responsabilidades, resolver problemas, pesquisar sobre questões relacionadas a direitos

¹Licenciada em Educação Física pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, graduanda em Educação Física Bacharelado pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, Pós graduada em Políticas públicas para o esporte pelo Centro Universitário Internacional, Pós graduanda e orientação, supervisão e gestão escolar pelo centro Universitário Internacional. Professora na rede municipal de ensino, município de Entre-Ijuís.

² Licenciada em História pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, Pós – Graduanda no Curso Especialização em Docência no Ensino Superior, pelo Centro Universitário Leonardo da Vinci e Pós-Graduanda no Curso de Especialização em Orientação Educacional pela Universidade Federal da Fronteira Sul – Campus Cerro Largo. Professora na rede municipal de ensino, município de Entre-Ijuís e Professora da Rede Privada – Colégio Teresa Verzeri. Email: anabecke@hotmail.com

³ Graduado em Educação Física pela universidade de Cruz Alta.



e deveres fundamentais, conhecer espaços públicos e órgãos onde o exercício da cidadania se estabelece no campo dos direitos e dos deveres. O desafio do projeto é estimular os alunos e a comunidade escolar a compreender que o exercício da cidadania é fruto da organização, da participação social e que a escola é um espaço singular onde é possível educar para a formação cidadã por meio de práticas mais participativas dos alunos, de atividades que envolvam sua participação e responsabilidade. Também busca conscientizar o educando, que viver em sociedade significa orientar seu comportamento por leis e regras, pois a cidadania não se esgota na busca apenas de direitos, mas também exige que todos cumpramos deveres necessários para o bem estar social. Na disciplina de Educação Física foi proposto aos alunos realizar uma ação em prol de uma entidade no município de Santo Ângelo que atende crianças em vulnerabilidade social. A ideia foi proposta na aula de Educação Física com o intuito de os alunos do sétimo ano serem os protagonistas e organizarem-se para realizar uma prática recreativa com as crianças da entidade. Porém, no decorrer, partiu dos alunos também criar uma campanha de arrecadação de alimentos junto á comunidade do município e realizar a entrega no dia da visita. A partir de então, os alunos juntamente com a professora de educação física da escola criaram um folder contendo informações sobre a campanha que teve início na própria escola, onde foram de sala em sala falar sobre o projeto e pedir a colaboração dos demais alunos e professores. Posteriormente, a campanha se estendeu para a comunidade por meio da divulgação em um programa de rádio, no qual duas alunas, a professora de educação física e o diretor da escola puderam relatar como o projeto estava sendo desenvolvido e comunicar que em um dia determinado os alunos estariam realizando a coleta de agasalhos e alimentos nas casas do município de Entre-Ijuís acompanhados dos professores da escola. Antes da visita, os alunos foram divididos em duplas ou trios e planejaram as atividades recreativas que seriam desenvolvidas na entidade com as crianças, os mesmos realizaram as brincadeiras com os colegas para vivenciar e ajustar algo se necessário. No dia da visita, os alunos fizeram a entrega das doações e realizaram as atividades recreativas com quatro turmas, sendo aproximadamente sessenta crianças que tiveram a oportunidade de participar das atividades recreativas. Concluiu-se que o projeto foi de grande relevância para o contexto escolar, pois, por meio dele foi possível vivenciar na prática a cidadania, percebendo grande interesse por parte dos alunos em interagir com as crianças da entidade.

Palavras chave: Cidadania, Escola, Recreação.

Referências

PADILHA, R. P. Planejamento dialógico: como construir o projeto político pedagógico da escola. São Paulo: Cortez; Instituto Paulo Freire, 2001.

Endereço: Rua Nelson Kaercher, nº 98, Santo Ângelo
E-mail: Rosanasteinhaus_uri@hotmail.com
Telefone:(55) 9 8148 0482



Área temática: Educação Física Escolar

ESTÁGIO SUPERVISIONADO EM EDUCAÇÃO INFANTIL: POSSIBILIDADES E CONTRIBUIÇÕES PARA FORMAÇÃO INICIAL DOS ACADÊMICOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Fernanda Liedtke¹

Viviana da Rosa Deon²

Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
GIEF – Grupo Interdisciplinar em Educação Física

O estágio é um período preparatório onde se utiliza e também se agrega conhecimentos e saberes teóricos/práticos aprendidos durante o processo de formação para então desenvolvê-los e colocá-los em prática, dispondo do mesmo como um complemento de aprendizagem por meio de experiências práticas que possibilitam ao estagiário diferentes ações de preparação e intervenção pedagógicas no ambiente escolar. Desta forma, o presente estudo tem como objetivo relatar uma experiência relacionada ao Estágio Supervisionado em Educação Física Escolar na Educação Infantil buscando identificar os benefícios do estágio para a formação inicial dos acadêmicos de Educação Física. Tendo em vista que a formação inicial é um período de grande significância para a constituição da identidade docente e também para aquisição de saberes e experiências, torna-se fundamental que neste período os acadêmicos tenham distintas oportunidades de desenvolver e efetivar intervenções práticas e vivências em um ambiente que viabilize sua atuação de modo a aproximá-los de seu campo de atuação profissional. Associado a isto, é imprescindível salientar que o estágio supervisionado contempla estas atribuições mediando diferentes oportunidades constitutivas de aprendizagens dentro do ambiente escolar, pois segundo concepções de Paniagro e Sarmento (2015), o Estágio Supervisionado é constitutivo de um período significativo na aprendizagem da docência profissional, por assim oportunizar a aproximação do formando com sua futura profissão, possibilitando assim vivências práticas, criando uma forte relação teórico-prática, habituando-se ao cotidiano da escola e interagindo com os alunos. mobilizando assim os diferentes saberes, conhecimentos e metodologias já aprendidas estruturando-as de modo a realizar intervenções teórico práticas permitindo a estes a aquisição de vivências e experiências. Por isso, Spies (2011), reforça que o Estágio Curricular em Educação Física compõe uma condição fundamental para os acadêmicos de Educação Física, pois oportuniza principalmente um vínculo entre teoria e prática, permitindo a estes adquirir experiência e vivências por meio da atuação docente. A metodologia que mediou esta prática é um relato de experiência tendo como base as intervenções no ambiente escolar por meio do estágio supervisionado em Educação Física escolar na Educação Infantil identificando os limites e possibilidades do mesmo. Foram realizadas 12 aulas, sendo que os conteúdos ministrados destas foram conteúdos relativos às habilidades motoras básicas: locomotoras (correr e saltar); estabilizadoras (equilibrar e rolar), manipulativas (arremessar, receber, chutar, quicar); Recreação (jogos cooperativos, brincadeiras com material alternativo, brincadeiras Populares) e brincadeiras de roda/rodas Cantadas (aprendendo cantigas de roda, brincando de roda com as músicas), conteúdos estes embasados por meio das observações previamente realizadas pelos alunos/diagnóstico da turma e suas vivências motoras. Em correspondência a estas possibilidades, as intervenções realizadas

¹ Acadêmica do curso de Educação Física Licenciatura - URI – Campus Santo Ângelo

² Coordenadora e Professora do curso de Educação Física licenciatura e bacharelado – URI Campus Santo Ângelo



por intermédio do estágio supervisionado em Educação Física na Educação Infantil viabilizaram aspectos, circunstâncias e situações imprescindíveis como aproximação com a realidade escolar, desenvolvimento de competências necessárias para atuação docente, relações entre teoria e prática e estruturação de planejamentos de ensino, sendo condições fundamentais e significativas, validas de aprendizados, conhecimentos e experiências. Agregando a estes entendimentos, Moraes e Nascimento (2013), afirmam em suas convicções que “as intervenções no campo do estágio possibilitaram aquisição de experiência e conhecimentos mais profundos para a atuação docente. Se o estágio curricular fosse limitado apenas às observações, nas escolas e salas de aula, sem que as futuras professoras realmente atuassem, com certeza o aprendizado não seria tão significativo. Além disso, é interessante pensar que durante o estágio é possível contribuir com a ampliação da aprendizagem dos alunos, nas escolas onde este se realizou {...}” Para tal a atuação possibilitada por meio do estágio é vista como uma ampla possibilidade experimental de obter conhecimentos inerentes a profissão docente, uma vez que ela por si só agrega aprendizagem tanto para os docentes quanto para os discentes. Logo, considera-se importante ressaltar que o estágio possibilita uma vasta experiência para os acadêmicos, uma vez que é por intermédio do mesmo que se ampliam as possibilidades para que se possam estabelecer associações entre teoria e prática, vivenciando por meio de intervenções no ambiente escolar distintas práticas pedagógicas que acrescentam no processo de formação. Para, além disto, é importante evidenciar que a experiência adquirida ao realizar intervenções é significativamente primordial, pois é mediante a experiência adquirida no cotidiano bem como os saberes advindos dela que o profissional adquire vivências fundamentais para sua constituição docente. Ainda em se tratando das contribuições e possibilidades que o estágio supervisionado oferece, pode-se fazer uma grande referencia a ação do planejar, referindo-se ao planejamento pedagógico como um instrumento necessário para que a atuação docente seja efetiva e eficaz. Nesta conduta de realização do planejamento é importante que se tenha coerência e entendimento das especificidades de cada conteúdo a ser trabalhado e quais são as necessidades de cada série, visto que o referido estágio possibilita aos acadêmicos a apropriação destes conhecimentos e saberes, fazendo com que o ato de planejar e executar o que foi estruturado, e também resignificado por meio de práticas pedagógicas crítico reflexivas. Ademais, o estágio desenvolve os conteúdos relacionados à disciplina de Educação Física referente a cultura corporal do movimento e suas especificidades a cerca da Educação Infantil e todas estas contribuições e possibilidades que são internalizadas por meio do Estágio ainda oportunizam ao acadêmico vivências a cerca de sua profissão, relacionando de forma direta a sua formação inicial com o seu campo de atuação profissional.

Palavras-Chave: Estágio Supervisionado, Educação Infantil, Contribuições.

Referências

- MORAES, C. M; NASCIMENTO, M. C. M; O Estágio Curricular nos Anos Iniciais do Ensino Fundamental: sua importância na formação e atuação do futuro Professor. Revista Eletrônica Pro-Docência/uel. Edição nº. 4, vol. 1, jul-dez. 2013
- PANIAGRO, R.N; SARMENTO, T. J; O processo de estágio supervisionado na formação de professores portugueses e brasileiros. Revista Educação em Questão, Natal, v. 53, n. 39, p. 76-103, maio/ago. 2015.
- SPIES, C. Relato de Estágio Supervisionado em Educação Física Escolar. Revista Eventos Pedagógicos v.2, n.2, p. 291 – 300, Ago./Dez. 2011



Rua Apolinário Dornelles de Moraes, nº 40.
Fernandinhaliedtke@hotmail.com
(55) 996822683



Área temática: Educação Física Escolar

ESTÁGIO SUPERVISIONADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NOS ANOS FINAIS: EXPERIÊNCIAS, SIGNIFICADOS E POSSIBILIDADES

Fernanda Liedtke¹

Cinara Valency Enéas Mürmann²

Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
GIEF – Grupo Interdisciplinar em Educação Física

O estágio supervisionado é um momento de extrema valia para formação acadêmica, torna-se importante desenvolvê-lo de forma planejada e estruturada para que a partir disto se possa realizar uma boa prática docente que venha a agregar práticas significativas tanto para o(a) professor(a) quanto para os(as) alunos(as). O Estágio Supervisionado busca por meio de intervenções teórico práticas oportunizar ao acadêmico vivências dentro do ambiente escolar no qual o mesmo deve exercer a docência mobilizando conhecimentos e saberes adquiridos no seu processo de formação. Souza e Bonela (2007) destacam que ao entrar em contato com o cotidiano escolar, o estagiário coloca em prática a observação e identificação com os problemas da realidade escolar e da docência e isso é de suma importância para a sua formação inicial, pois através da identificação dos problemas irá construir seu conhecimento através da prática reflexiva, proporcionando a troca de experiências com professores mais experientes. O objetivo deste trabalho é relatar uma experiência vivenciada durante a execução do Estágio Supervisionado em Educação Física no Ensino Fundamental Anos Finais, em uma escola pública estadual na região das Missões e quais suas significações e possibilidades de construção de conhecimento na formação inicial. No primeiro momento antes de iniciar o estágio foram realizados processos importantes com mediações e orientações da professora orientadora como o conhecimento das diretrizes do estágio e documentações legais necessárias para realizar as intervenções e ações relativas ao estágio. Em seguida houve o contato com a instituição de ensino, onde realizou-se as observações e diagnósticos da escola e da turma. Baseado no levantamento da realidade foram elaborados os planejamentos, em conjunto com a professora regente da turma e ministradas as aulas. O estágio foi realizado em uma turma de 6º ano do ensino fundamental, onde foram ministradas 40 aulas para um grupo de 27 alunos, aulas estas realizadas duas vezes por semana com duração de 50 minutos cada período. O referido estágio teve como objetivo capacitar os alunos a vivenciar diferentes situações teóricas e práticas referentes ao voleibol, handebol e da recreação para que os mesmos pudessem adquirir experiências corporais, expressivas e culturais a cerca dos referidos conteúdos, possibilitando por meio destes o convívio social, o respeito às individualidades, o trabalho em grupo e a autonomia. Os conteúdos desenvolvidos foram voleibol, handebol e recreação. Como instrumento para coleta de informações utilizou-se as memórias/relatos das aulas ministradas, contendo experiências, acontecimentos e distintas situações de ensino e aprendizagem. Foi perceptível que houve a aprendizagem de saberes conceituais, atitudinais e procedimentais de diferentes maneiras e que os discentes também puderam agregar suas experiências, entendimentos e convicções para contribuir significativamente com o processo de construção do conhecimento. A metodologia que mediou o estágio foi marcada por intervenções e resoluções de situações problema, onde os próprios alunos possuíram diferentes possibilidades de intervir, dialogar e construir em conjunto os diferentes saberes, atividades e práticas que se

¹ Graduanda do curso de Educação Física Licenciatura - URI – Campus Santo Ângelo

² Mestre em Ciência do Movimento Humano, professora da URI - Campus de Santo Ângelo (cinara@san.uri.br).



desenvolveram durante o estágio. Destacamos, dentro desta perspectiva, a possibilidade de priorizar também as três dimensões do conhecimento (atitudinal, procedimental e conceitual), sempre com acompanhamento e intermédio da professora. Durante o avançar do estágio os alunos vivenciaram diferentes possibilidades de intervir e construir o conhecimento em conjunto com a professora, foram relações e produções significativas que agregaram valores e princípios, viabilizando práticas críticas e reflexivas onde os alunos puderam atribuir sentido/significado as suas vivências corporais. Assis (2011, p. 13109) pontua que o professor não pode mais ser só o “sujeito que ensina”, porque os alunos não são mais apenas os “sujeitos que aprendem”. Ensinar e aprender é uma ação continuada e compartilhada entre professores e alunos. A essência do ato de aprender está no diálogo, do entendimento dos diferentes pontos de vista e compreensão dos alunos. Por isso, Brait et al (2010, p. 14) salienta que “não temos como desvincular o ensino aprendizagem da relação professor aluno, sabendo-se que se influenciam reciprocamente, ou seja, um fator depende do outro para que possa haver a verdadeira aprendizagem escolar”. O processo de ensino aprendizagem dentro do ambiente escolar pode ser constituído juntamente com a interação dos discentes, transformando a aprendizagem dos mesmos em um processo de construção que tenha sentido e significado. O estágio oportunizou a construção de aprendizagens e saberes que ultrapassaram os conhecimentos procedimentais ou conceituais, englobando saberes atitudinais que são também de grande valia para o processo de mediação e construção de conhecimentos a respeito da cultura corporal de movimento para e com os discentes. O aluno foi sujeito do processo por meio de diferentes metodologias de ensino que podem inseri-los no processo de aquisição de saberes e aprendizagens. Acreditamos que no andamento do estágio foi possível re-significar a maneira de organizar a aula e de construir o conhecimento coletivamente. Ressaltamos que no período do estágio tivemos encontros com a professora orientadora onde realizamos reflexões sobre nossa ação pedagógica, as dificuldades e re-significamos nosso planejamento a partir dessas reflexões. Barros et al (2011, p.516), destaca que “o estágio supervisionado é o momento adequado para que o acadêmico desenvolva competências transformando o seu estágio em uma atividade reflexiva”. O estágio possibilitou estas experiências diversificadas e expressivas dentro do ambiente escolar, e que são de extrema relevância todos os momentos vividos durante o estágio, desde o diagnóstico, o planejamento, a execução e avaliação do mesmo. O estágio agregou conhecimentos e saberes teóricos/práticos em relação ao processo de ensino aprendizagem e ao exercício da docência onde vislumbramos a possibilidade de transformar a vida e a realidade daqueles que estão envolvidos conosco no cotidiano escolar.

Palavras-chave: Estágio Supervisionado, Educação Física, Formação Inicial.

Referências

- ASSIS, G.J; Escola, família e sociedade: diferentes espaços na construção da cidadania. Pontífica Universidade Católica do Paraná, Curitiba, 7 a 10 de Novembro, 2011.
- BARROS, J.S. et al. A Prática Docente Mediada pelo Estágio Supervisionado. In: Revista Atos de Pesquisa em Educação, v. 6, n. 2, p. 510-520. Mai./ago. 2011.
- BRAIT, L. F. R; MACEDO, K. M.F; SILVA, F. B; SILVA, M. R; SOUZA, A. L. R; A relação professor/aluno no processo de ensino e aprendizagem. Revista eletrônica do curso de Pedagogia do campus Jataí, v. 8, n. 1 jan/jun 2010.
- SOUZA, J. C. A.; BONELA, L. A. A importância do estágio supervisionado na formação do profissional de educação física: Uma visão docente e discente. MOVIMENTUM – Revista Digital de Educação Física, v. 2, n. 2, p. 1-16, ago./dez. 2007.



Rua Apolinário Dornelles de Moraes, 55, nº 40.

Fernandinhaliedtke@hotmail.com

(55) 996822683



Área temática: Educação Física Adaptada, Inclusão e Diferença

SENTIDOS E SIGNIFICADOS DE PRÁTICAS CORPORAIS INCLUSIVAS NA FORMAÇÃO INICIAL DE ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Fernanda Liedtke¹

Rodrigo José Madalóz²

Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
GIEF – Grupo Interdisciplinar em Educação Física

A Educação Física enquanto área do conhecimento trata da cultura corporal do movimento sendo que na escola é um componente curricular necessário para formação integral do ser humano. Neste sentido Marante e Santos (2008) exprimem a ideia de que quando nos referimos especificadamente a cultura corporal e seu existente trato pela Educação Física na escola, acredita-se que ao construir, vivenciar e para tanto adquirir também os elementos que fazem parte desta referida cultura os educandos estão aptos a desenvolver suas potencialidades, construindo competências tanto em aspectos afetivos, sociais e também cognitivos. Para tanto é imprescindível que o currículo possa viabilizar diferentes práticas corporais. Ao aproximar a formação inicial dos (as) acadêmicos (as) de Educação Física com as diferentes práticas que podem ser oportunizadas na formação, entende-se que é ao longo da formação inicial que os (as) futuros profissionais docentes adquirem experiências e saberes teórico/práticos para então ressignificá-los nos espaços escolares. Torna-se imprescindível que o processo de formação inicial oportunize práticas distintas que correlacionem as aprendizagens e saberes de sua profissão com a realidade a qual se está inserida. O objetivo do presente trabalho é apresentar compreensões acerca de sentidos e significados das práticas corporais inclusivas vivenciadas na disciplina de Educação Física Inclusiva no 7º semestre do curso. Considerando que o objetivo da disciplina de Educação Física Inclusiva era capacitar para a Educação Física Inclusiva com pessoas com deficiência por meio de uma metodologia onde as aulas eram desenvolvidas de forma expositivas, dialogadas, abrangendo atividades teóricas e práticas, a seguinte disciplina oportunizou aos acadêmicos práticas corporais diferenciadas tendo em vista as pessoas que possuem diferentes deficiências Com as práticas experienciou-se individual e coletivamente os distintos sentidos e significados que cada uma delas apresentou, considerando que cada prática apresenta características que as tornam singularidades. As concepções e estruturas que permeiam os sentidos e significados destas práticas para os (as) acadêmicos (as) de Educação Física foram obtidos por meio de memórias pós aula, onde constam as experiências e sentimentos vivenciados no decorrer de cada prática corporal inclusiva. As respectivas aulas desenvolvidas pelo docente da disciplina possibilitaram a vivência de seis práticas corporais relativas aos esportes adaptados (adaptação à deficiência visual, atletismo, voleibol sentado, futebol de 5, goalball, bocha). Do conteúdo destas memórias extraiu-se os significados. De acordo com as percepções dos(as) acadêmicos(as) as experiências vivenciadas possibilitam alguns olhares: torna-se importante vivenciar e aprender as atividades para se colocar no lugar do outro; refletir sobre as atitudes, questões como dar mais valor aos nossos sentidos (tátil, auditivo); ênfase na importância de saber ouvir/audição; o cuidado da relação com o colega que estava sendo guia e auxiliar (perfazendo dizeres da relevância das relações individuais/coletivas vivenciadas durante as práticas); exposições como a significância de

¹ Acadêmica do curso de Educação Física Licenciatura - URI – Campus Santo Ângelo

² Professor Dr. Rodrigo José Madalóz, docente do curso de Educação Física licenciatura e bacharelado/ docente da disciplina de Educação Física Inclusiva – URI Campus Santo Ângelo.



adquirir conhecimentos para ensinar, bem como falas a cerca da utilização de materiais simples no processo de ensino aprendizagem. Algumas narrativas trouxeram a questão desenvolvimento de aspectos físicos e da autoestima dos praticantes, do mesmo modo que por meio destas práticas foi possível na visão dos (as) acadêmicos (as) sentir e perceber as dificuldades que as pessoas com deficiências passam e para, além disso, foi perceptível notar a importância de apresentar o ambiente para as pessoas com deficiência, relevância da demarcação do espaço para prática, adaptações ao ambiente. Ademais os (as) acadêmicos (as) demonstram significações a cerca da ampliação do conhecimento/oportunidade de inovar na Educação Física/desafiar-se e também do sentimento de felicidade pela experiência e pela realização da prática dos diferentes esportes, apontando também a consciência e desmistificação da deficiência como um limitador, desenvolvendo capacidades, em práticas onde não há exclusão. Como significações destas práticas ainda foi possível e perceber que foi significativo articular práticas inclusivas/aprender e adaptar o planejamento promovendo inclusão, acrescentando aprendizagens a cerca de como incluir pessoas com deficiência nas aulas de Educação Física, percebendo a importância que o professor tem em relação a oferecer espaços e motivação para a prática inclusiva, levando em consideração que o docente por meio destas práticas oportunizadas a seus educandos (as) a viabilidade de contribuições na experiência educacional, pessoal e profissional, trazendo percepções que apenas a prática consegue propiciar, além de que por meio destas se estabeleceu métodos e ações para trabalhar/ensinar, incentivando para superação das dificuldades. Logo, os (as) acadêmicos (as) acreditam que estas práticas pedagógicas podem proporcionar diferentes possibilidades de práticas esportivas adaptadas e assim a vivência diferenciadas para melhorar a formação de cada um como cidadão. Visto todas estas significações a cerca de como perceberam os significados destas práticas corporais inclusivas é possível verificar que estas são de extrema valia para o processo de formação e que em suma contribuem significativamente para garantir uma melhor qualidade do ensino, voltados aos verdadeiros princípios de inclusão. Isto posto, Veltrone e Mendes (2007) afirmam em seus dizeres que “além disso, a formação de professores voltada para uma perspectiva inclusiva implica, não somente na inserção de algumas disciplinas, mas sim em uma formação voltada efetivamente para os princípios da inclusão, os quais poderão garantir uma maior qualidade no ensino.” Ainda que tendo inúmeras significações os (as) acadêmicos (as) ainda apresentarem obter diferentes sentidos dentre os quais os mesmos disseram que na execução das práticas obtiveram dificuldades na realização das mesmas referentes a adaptação, em coordenar movimentos, deslocar-se, por não apresentar total confiança em seu “guia”, dificuldade de vencer o medo, além disto dificuldade em relação à autonomia e independência, sentimento de insegurança em relação a si mesmo, limitação/existência de fragilidades, a possibilidade de “acidentes/batidas” durante a prática, dificuldade de ouvir – pois o barulho atrapalhava/interferia, tendo dificuldades também pela limitação dos movimentos e pelo desconforto e dores durante a prática, perfazendo deste modo uma série de significados e sentidos aos quais são de grande valor para compreender como as práticas corporais inclusivas podem e deve ter diferentes significações e perspectivas.

Palavras – Chave: Educação Inclusiva, sentidos, significados.

Referências:

VELTRONE, A. A; MENDES, E. G; A formação docente na perspectiva da inclusão. IX Congresso Estadual paulista sobre formação de educadores - Universidade Estadual paulista - pro-reitoria de graduação- 2007 UNESP.



MARANTE, W.O; SANTOS, M. C; Metodologia de Ensino da Educação Física: Reflexão e mudanças a partir da pesquisa ação. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte – Ano 7, número 2, 2008

Rua Apolinário Dornelles de Moraes, nº 40.

Fernandinhaliedtke@hotmail.com

(55) 996822683



Área temática: Educação Física Escolar

CONTEÚDOS DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL EM ESCOLAS ESTADUAIS DA ÁREA DE ABRANGÊNCIA DA 14ª CRE

Sidinei Both Hammes¹,
Noemi Boer²,
Rodrigo José Madalóz³
URI Santo Ângelo

A importância da Educação Física está relacionada ao desenvolvimento global dos educandos, permitindo conhecer os limites e possibilidades do corpo humano. Para que isso ocorra é preciso que as aulas deste componente curricular sejam bem elaboradas e organizadas, com conteúdos que possam auxiliar no processo de desenvolvimento dos alunos. Em uma análise exploratória a respeito da organização e funcionamento da Educação Física no contexto da 14ª Coordenadoria Regional de Educação (14ª CRE) mostrou que não há uma proposta curricular ou orientações para este componente curricular, e os conteúdos das aulas são escolhidos pelos professores. Assim foi determinado o problema da pesquisa: Quais conteúdos caracterizam a Educação Física nesta região? O objetivo desse estudo foi realizar um levantamento dos conteúdos trabalhados do componente curricular de Educação Física nas escolas da 14ª CRE. A pesquisa aconteceu na área de abrangência da 14ª CRE do RS, compreendendo 11 municípios e 38 escolas estaduais. Sendo que 19 professores de Educação Física participaram da pesquisa, independente do gênero, idade e tempo de serviço, sendo todos convidados a participar. A pesquisa se caracteriza por ser de cunho qualitativo que, de acordo com Lakatos (2017), este tipo de estudo fornece uma análise detalhada sobre investigações, hábitos, atitudes, tendências de comportamento. A presente pesquisa, também, caracteriza-se como exploratória. Para Gil (2016), uma pesquisa com esse cunho compreende levantamento bibliográfico, e entrevistas com pessoas com certa experiência no assunto pesquisado. Os professores que aceitaram participar da pesquisa responderam um questionário composto de 7 perguntas fechadas, onde poderiam marcar os conteúdos trabalhados dentro de uma lista estabelecida. Este questionário foi desenvolvido no Google forms e enviado por email para os participantes. A amostra foi composta por 11 (63%) de professores do sexo feminino e 8 (37%) do sexo masculino. Quanto a faixa etária, 1 participante (5%) situa-se na faixa dos 20 aos 30 anos; 5 (27%) correspondem a faixa dos 31 a 40 anos; 8 (41%) compreendem a idade entre 41 a 50 anos e acima de 50 anos teve 5 participantes (27%). Em relação ao tempo de Serviço no Magistério, observa-se que: 1 (5%) tem de 0 a 4 anos; 4 (21%) tem de 5 a 9 anos; 3 (16%) tem de 10 a 14 anos; 2 (11%) tem de 15 a 19 anos; e 9 (47%) tem 20 anos ou mais de experiência no magistério. De acordo com os dados obtidos os conteúdos de Educação Física mais presentes, listados para o sexto ano são: Jogos e brincadeiras citado por 17 participantes (90%); atletismo com 16 (84%); futsal e handebol com 15 (79%); Atividades Físicas e voleibol com 13 (68%); e exercícios físicos com 11 (57%). É possível verificar que os jogos e as brincadeiras são bastante utilizados em aulas de Educação Física do sexto ano do Ensino Fundamental. De acordo com a BNCC (BRASIL, 2017), “a unidade temática Brincadeiras e jogos explora aquelas atividades voluntárias exercidas dentro de determinados limites de tempo e espaço” (p.

¹Mestrando em Ensino Científico e Tecnológico da URI Santo Ângelo, Brasil.

²Doutora em Educação Científica e Tecnológica pela Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil.

³Doutor em Educação pela Universidade de Passo Fundo, Brasil.



172), sempre com uma caracterização de criatividade e modificações das regras, além da obediência dos participantes ao que foi combinado coletivamente no início das atividades, e ainda pelo prazer e apreciação do ato de brincar. Segundo Greco e Benda (1998) é importante que as crianças tenham experiências diversificadas, elas necessitam ter experiências motoras diversas e jogo na infância, pois serão significativos para que posteriormente possam aprender habilidades esportivas mais complexas. Além disso, os professores demonstram um bom uso dos esportes, principalmente atletismo, futsal, handebol e voleibol. Nesta fase de iniciação esportiva é preciso priorizar o jogo e não focar na prática competitiva. A competição deve acontecer de forma correta e em outra fase da vida. Num primeiro momento as atividades devem ser oferecidas de forma lúdica, proporcionando prazer na criança ao praticar o esporte. Já num segundo momento se torna importante que a criança pratique diferentes modalidades esportivas. (MACHADO, 2006). No sétimo ano os conteúdos mais presentes são: Atletismo presente em 95% das aulas dos pesquisados; futsal com 90%; voleibol e handebol com 84%; conhecimentos sobre o corpo com 74%; exercício físico com 68%; e atividade física, jogos e brincadeiras com 63%. Sendo possível perceber a diminuição da presença dos jogos e brincadeiras nas aulas de Educação Física do sétimo ano. Ainda está presente em boa parte das aulas dos pesquisados, porém começa a perder o espaço para os esportes coletivos mais tradicionais. Já no oitavo ano do Ensino Fundamental, contam como conteúdos mais presentes: voleibol e futsal com 95%; atletismo com 90%; exercícios físicos e handebol com 84%; conhecimentos sobre o corpo com 79%; atividade física com 74%, ginástica com 63%; caminhada e tênis de mesa com 53%, como consta na figura 10. Observa-se a predominância dos esportes coletivos tradicionais dentre os conteúdos do oitavo ano do Ensino Fundamental, mas é possível verificar que a importância do conhecimento sobre o corpo, utilização de exercícios físicos e a atividade física e saúde também ocupam um bom lugar entre os conteúdos desta série. A prática dos esportes nas aulas de Educação Física não deve ser planejada como o Esporte de alto rendimento, mas sim podendo ser adaptadas de acordo com a realidade encontrada na escola. Porém, o esporte não pode ter um único sentido, ou apenas o significado para seus praticantes, principalmente quando relacionado ao contexto escolar, da saúde e do lazer. Ele deve ter características de mudança, de adaptação e recriação por parte daqueles que estão envolvidos, já que é uma prática social. (BRASIL, 2017). Ainda com relação ao oitavo ano, verifica-se um crescimento na presença da Ginástica e Tênis de mesa nas aulas, esportes que não são tão populares em nosso país, mas que tem grandes potenciais para desenvolver habilidades dos alunos e ainda ampliar o repertório motor. No nono ano destacam-se os seguintes conteúdos: voleibol, presente em 100% dos pesquisados; atividade física, atletismo e handebol com 95%; exercício físico e futsal com 90%; conhecimentos sobre o corpo com 84%; caminhada com 74 %; ginástica com 68%; basquete com 63%; e tênis de mesa com 53%. Observa-se que atividade física e saúde, exercícios físicos, e conhecimentos sobre o corpo ganham tanta importância como os esportes tradicionais, garantindo presença na maioria das aulas dos pesquisados. A Educação Física tem papel fundamental para adquirir uma boa condição física, pois quanto mais movimentos realizamos, mais os músculos necessitam de energia, assim o coração e os pulmões trabalham melhor para enviar mais alimentos e oxigênio. Uma boa condição física dá mais disposição para um lazer ativo, uma maior resistência contra doenças, maior rendimento nas tarefas diárias e ainda maior resistência física na prática esportiva (TEIXEIRA, 1996). No geral verificou-se que o futebol tem pouca presença nas aulas de Educação Física do Ensino Fundamental nas escolas estaduais da 14ª CRE. Há pouca presença do ensino de lutas nas escolas, além de esportes de rede como badminton e tênis estão presentes em poucas aulas dos participantes da pesquisa, e ainda as atividades rítmicas e expressivas. Conclui-se que as aulas de Educação Física da região pesquisada são na maioria



composta por esportes tradicionais, e alguns conteúdos relacionados à saúde, precisando ocorrer uma ampliação dos conteúdos ofertados para que os educandos possam aprender mais e adquirir experiências motoras importantes para o decorrer da vida.

Palavras-chave: Conteúdos, Educação Física, Esportes

Referências

- BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2017. Disponível em <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/download-da-bncc>. Acesso em 23 de março de 2018.
- GRECO, P. J.; BENDA, R. N. **Iniciação esportiva universal**. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 1998.
- GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2016.
- MACHADO, A. A. **Psicologia do esporte: da Educação Física escolar ao esporte de alto nível**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.
- TEIXEIRA, H.V. **Educação Física e desportos**. 2. ed São Paulo: Saraiva, 1996.

Endereço: Rua São José, 635, apto 303, Bloco 5. Santo Ângelo, RS.

E-mail: sidineihammes@san.uri.br

Telefone: (55) 99605-3863



Área temática: Formação Profissional e Mundo do Trabalho

GINÁSTICA NO PERCURSO ESCOLAR DOS ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Augusto Czegelski de Almeida¹,
Cinara Valency Enéas Mürmann²,
GIEF - PIIC

Universidade Regional Integra do Alto Uruguai e das Missões – Santo Ângelo

Uma das preocupações da linha de pesquisa pedagogia do movimento humano do grupo interdisciplinar de Educação Física é possibilitar a reflexão a respeito das intervenções que acontecem nos cursos de formação profissional, bem como investigar as concepções que permeiam essas práticas para que se possa contribuir com as discussões da área. O tema a ser investigado refere-se as vivências de ginástica dos acadêmicos ingressantes nos cursos de Educação Física da URI – Campus de Santo Ângelo durante seu percurso na educação básica. A ginástica como conteúdo curricular da Educação Física pode trazer grandes benefícios aos alunos, melhorando aspectos físicos, cognitivos, sociais e afetivos (RAMOS, 2008). Apesar disso, a modalidade tem sido pouco vista nas aulas de Educação Física das escolas brasileiras (SOARES, 1992).

O objetivo do presente estudo é identificar as vivências de ginástica dos acadêmicos ingressantes nos cursos de Educação Física da URI – Campus de Santo Ângelo durante seu percurso na educação básica. Identificar os tipos de ginástica vivenciadas nos espaços escolares dos acadêmicos ingressantes no curso de Educação Física da URI – Campus de Santo Ângelo.

Essa pesquisa caracteriza-se como um estudo de caso Fonseca (2002). A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CAEE 66.224317700005354, Parecer nº 2.100.568).

A amostra foi intencional e voluntária, participaram da pesquisa até o presente momento 30 acadêmicos ingressantes no Curso de Educação Física Licenciatura e Bacharelado da URI – Campus de Santo Ângelo que estão matriculados na disciplina de Metodologia do Ensino da Ginástica, sendo 20 do sexo masculino e 10 do sexo feminino. O instrumento foi um questionário com questões abertas e fechadas, aplicado aos acadêmicos.

A análise do questionário foi realizada através de estatística descritiva para as questões fechadas. Nas questões abertas foi feita análise qualitativa através do método categorização (FLICK, 2004).

Ao analisarmos a **categoria 1 - Vivências e experiências em Ginástica no ambiente escolar** buscamos identificar as experiências em ginástica vivenciadas durante a vida escolar dos acadêmicos ingressantes nos cursos de educação física licenciatura e bacharelado.

Constatamos que a maioria dos acadêmicos (83,33%) não tiveram vivências de ginástica no ambiente escolar. Apenas 10% dos acadêmicos tiveram vivências de ginástica no ambiente escolar. Sendo que 6,67% dos acadêmicos referem-se a experiência da ginástica enquanto uma modalidade esportiva e 3,33% dos acadêmicos mencionam que a ginástica era apenas uma forma de alongamento durante sua vida escolar. Encontramos nas respostas de 6,67% dos acadêmicos outras vivências de movimento que não são ginástica.

¹ Graduando em Educação Física, PIIC.

² Mestre em Ciência do Movimento Humano, Professora do Curso de Educação Física URI - Campus de Santo Ângelo.



Isso fica evidente nas seguintes respostas. O acadêmico “Y” descreveu que vivenciou a ginástica na escola e destacou na sua resposta que teve “*Ginástica rítmica, ensinando rolamentos e cambalhotas*”. O acadêmico “L” escreveu a seguinte resposta, “*Ginástica olímpica, movimentos de ginástica em tatames e colchões, até mesmo com* Isso fica evidente nas seguintes respostas. O acadêmico “Y” descreveu que vivenciou a ginástica na escola e destacou na sua resposta que teve “*Ginástica rítmica, ensinando rolamentos e cambalhotas*”. O acadêmico “L” escreveu a seguinte resposta, “*Ginástica olímpica, movimentos de ginástica em tatames e colchões, até mesmo com trampolins*”. A vivência apresentada pelos acadêmicos nos remete a uma ginástica esportiva (MÜRMAN, 1998).

Já o acadêmico “Z” que diz ter tido vivências de ginástica respondeu: “*Sim, com alongamentos antes das atividades, (...) e exercício que tive foi de alongamento antes de jogar bola ou fazer outra atividade*”. A experiência apresentada pelo acadêmico nos leva a identificar a ginástica apenas como um “aquecimento” ou “complemento” para outra modalidade esportiva restringindo assim o universo da ginástica. Essa visão restrita da ginástica pode se dar a partir das poucas vivências com a modalidade na educação básica, onde a grande maioria dos professores traz a modalidade como “acessória”, sendo uma atividade com conteúdos limitados, e na maior parte das vezes, apenas tratada como alongamento (PEREIRA, 2012).

Além destes tivemos 6,67% das respostas que não se enquadravam como vivência de ginástica sendo estas a do acadêmico “F” que respondeu, “*Um pouco, tivemos alguns circuitos para realizar na quadra*”. Outro que confundiu ginástica com outra modalidade foi o acadêmico “M” o qual respondeu: “*Salto em altura, apenas na escola, aprendemos como saltar e ser praticada*”, nessas falas identificamos uma falta de clareza das modalidades, onde os acadêmicos confundem a modalidade de ginástica com a modalidade de atletismo, pois sabemos que o salto em altura é uma prova da modalidade de atletismo e não pertence a ginástica.

Nenhum acadêmico apresenta experiência como atleta de ginástica, onde mesmo que como esportiva, a ginástica não foi oportunizada no ambiente escolar, onde este conhecimento mesmo que em maior nível competitivo, pode ajudar na formação dos conhecimentos teórico-prático, além da contribuição para a vida (BORGES, 1997).

Nista-Piccolo (1988) e Polito (1998), investigaram a prática da ginástica no ambiente escolar, estas constataram motivos pelos quais não haviam muitas práticas ou eram práticas limitadas. O principal motivo reafirma Nunomura (2009), que é o despreparo dos profissionais, os quais não tiveram vivências acadêmicas que os proporcionassem segurança em ensinar a modalidade, o medo de acidentes e falta de materiais são colocados como os maiores impedidores da prática de ginástica no ambiente escolar. Esses estudos vêm demonstrando cada vez mais a importância do conhecimento prévio de como prestar os devidos auxílios para que não ocorram acidentes e também a técnica correta para fazer os exercícios, acidentes nas práticas podem ocorrer, mas com o conhecimento do professor aliado ao auxílio e a técnica correta de execução do exercício, eles tornam-se mais raros.

Outro aspecto refere-se a uma mudança no currículo das universidades que poderia ser uma alternativa o problema da falta de conhecimento dos futuros profissionais, mas a dedicação e comprometimento com o curso, também são importantes, já que muitas vezes a ginástica já se encontra no currículo da universidade, mas talvez os acadêmicos não tenham tanta dedicação nesta disciplina até mesmo por não terem tido vivências anteriormente.

Palavras-chave: Acadêmicos, ginástica, vivências, escola.



Referências

- FLICK, Uwe. **Uma introdução à pesquisa qualitativa**. Porto Alegre: Bookman, 2004.
- FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002.
- MÜRMAN, C.V. E. **Ginástica pedagógica: construindo um caminho**. Santa Maria: UFSM, Dissertação de Mestrado, 1998.
- NISTA-PICCOLO, Vilma Leni. **Atividades físicas como proposta educacional para a 1ª fase do 1º grau**. Dissertação (Mestrado em Educação)-Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas. Campinas,SP, 1988.
- NUNOMURA, M. TSUKAMOTO, M. **Fundamentos das ginásticas**. 1.ed. Jundiaí, SP, 2009.
- PEREIRA, F.M. "A favor da ginástica no cotidiano da Educação Física no ensino médio." *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde* 11.2 (2012): 47-58.
- RAMOS, E. et al. **A importância da ginástica geral na escola e seus benefícios para crianças e adolescentes**, *Movimento e Percepção*, v. 9, n. 13, 2008.
- SOARES, Carmem Lúcia **O corpo, o espetáculo, a ginástica**. In: FÓRUM BRASILEIRO DE GINÁSTICA GERAL, 1., 1999, Campinas, SP. **Anais...** Campinas: [s.n.], 1999. v.1, p.19-21.

Endereço: Giruá, Rua 15 de Novembro, 331, bairro Santo Antônio, 98870-000.

Telefone: (55) 9.9611-4855

E-mail: augustoczegelski@gmail.com



Área temática: Lazer e Recreação

LAZER CIDADÃO: VIVÊNCIAS DA CULTURA LÚDICA E SUAS CONTRIBUIÇÕES PARA INSERÇÃO SOCIAL

Andressa Rocha Antunes¹,
Cinara Valency Enéas Mürmann²,
GIEF - URI – Campus de Santo Ângelo

Introdução

O lazer vem sendo considerado como um dos principais “mediadores do desenvolvimento humano” (TABARES, 2006, p. 212). O lazer possui um potencial transformador na sociedade (MARCELLINO, 1987) e, portanto, deve ser incentivado e garantido a todos em quaisquer condições.

A recreação é compreendida como uma atividade, podendo ser física ou mental, que o indivíduo escolhe para ocupar as suas horas de lazer, atendendo as dimensões física, psicológicas e sociais que o mesmo necessita (MORAES, 2004), compreendida como um momento de alegria e prazer, que busca satisfazer o indivíduo (SILVA e GONÇALVES, 2010). A recreação pode compreender atividades prazerosas, espontâneas e criadoras que ocupem o tempo livre do indivíduo, objetivando a melhoria da qualidade de vida, podendo ter um caráter educacional que é voltado a valores sociais, higiênicos e intelectuais. (ARRUDA e MOURA, 2007). Silva (2011) nos remete que não há dúvidas de que as atividades de recreação devem procurar atender as pessoas no seu todo. Mas, para tanto, é necessário que essas mesmas pessoas conheçam as atividades que satisfaçam os vários interesses, sejam estimuladas a participar e recebam um mínimo de orientação que lhes permita a opção.

A Universidade enquanto instituição formadora tem um papel social a cumprir e busca a aproximação com a comunidade desenvolvendo o tripé ensino-pesquisa-extensão realizando o projeto “Lazer cidadão: vivências da cultura lúdica e suas contribuições para inserção social”.

O projeto de extensão possibilitará a reflexão e a prática de atividades recreativas nos espaços de intervenção do profissional de educação física, nesse sentido as atividades realizadas na comunidade possibilitam essa vivência.

Objetivo

Desenvolver atividades de lazer para crianças, adolescentes, jovens em situação de risco e vulnerabilidade sociais e idosos institucionalizados, através de vivências de atividades recreativas estimulando o gosto pelo lazer ativo visando a sua inserção social.

Referencial teórico

A recreação pode compreender atividades prazerosas, espontâneas e criadoras que ocupem o tempo livre do indivíduo, objetivando a melhoria da qualidade de vida, podendo ter um caráter educacional que é voltado a valores sociais, higiênicos e intelectuais (ARRUDA e MOURA, 2007). Para Kishimoto apud Arruda e Moura (2007), a recreação apresenta duas funções: a educacional e a lúdica, onde esta apresenta diversão e prazer escolhidos voluntariamente e a primeira que ensina o indivíduo qualquer coisa em seu saber e conhecimentos.

A recreação mostrou-se importante por seus diferentes benefícios, pois ela pode

¹ Graduanda em Educação Física Bacharelado, URI - Campus de Santo Ângelo, bolsista de Extensão URI.

² Mestre em Ciência do Movimento Humano, Professora do Curso de Educação Física URI - Campus de Santo Ângelo.



contemplar o aspecto físico onde proporciona as ações da atividade física e o bem estar para o indivíduo, além de no seu aspecto intelectual favorecer o desenvolvimento de habilidades cognitivas, pois o brincar neste caso coloca o maior interesse da criança e desperta sua atenção.

Em relação ao aspecto emocional, a recreação traz um equilíbrio emocional onde há a expressão do ser humano em sua integridade, assim como o aspecto moral que estabelece a formação do caráter auxiliando a criança a entender as regras e as condutas que a sociedade atual exige e no aspecto social proporciona a convivência em grupo e estabelecimento de relações (MORAES, 2004).

Metodologia

O projeto será desenvolvido no período de agosto de 2018 à julho de 2020.

O público envolvido são crianças, adolescentes/jovens de 4 a 18 anos e idosos institucionalizados (acima de 60 anos). Estima-se o atendimento a aproximadamente 250 participantes. Envolvendo as instituições: Núcleo 1 - Centro de Formação São José (Lar da Menina), Núcleo 2 - Hospital Santo Ângelo – setor de pediatria, Núcleo 3 - Centros de Referência e Assistência Social – CRAS e Núcleo 4 - Lar do Idoso do município de Santo Ângelo.

No primeiro momento foram realizadas visitas nos locais e o levantamento do público e a organização dos grupos de acordo com a faixa etária e dos locais.

Após a organização dos grupos em cada núcleo será realizado o diagnóstico e elaboração do planejamento das oficinas de recreação. O planejamento das oficinas será baseado na perspectiva do lazer enquanto elemento cultural (MARCELLINO, 2010).

Serão ministradas oficinas de recreação uma vez por semana em cada núcleo. Nas oficinas serão respeitados os seus interesses e necessidades aliando a vivência de atividades recreativas de acordo com o seu desenvolvimento estimulando o desenvolvimento do público de acordo com suas características e habilidades.

Os registros das atividades serão feitos em portfólios. Será realizado um evento – RUA DE LAZER envolvendo as instituições e aberto à comunidade buscando atingir aproximadamente 1500 pessoas.

Ocorrem encontros semanais da bolsista junto com a orientadora para o planejamento das oficinas de recreação, também estão sendo realizadas sessões de estudo, planejamento, organização das ações, bem como a sistematização das atividades desenvolvidas, o aprofundamento teórico será constante.

Conforme cronograma estão previstas as seguintes atividades: No período de agosto de 2018 a julho 2020 serão ministradas as oficinas de recreação nos núcleos. As avaliações sistemáticas das ações do projeto serão realizadas trimestralmente. A Rua de Lazer será em maio de 2019/2020. Durante o período de execução do projeto serão realizados relatórios parciais e final. Os resultados do projeto serão publicados em eventos de extensão e científicos a partir de agosto de 2018 até julho de 2020.

Resultados

Pretende-se com o presente projeto promover e socializar a prática do lazer e da recreação, bem como, possibilitar a vivência lúdica para crianças, adolescentes e idosos institucionalizados despertando o interesse e a prática do lazer ativo. Fazer da prática de atividades recreativas um meio de estimulação e inserção social, bem como buscar a autonomia de movimento e desenvolvimento motor dos participantes. As ações estarão voltadas para contribuir com a formação e o fortalecimento do exercício da cidadania por meio de atividades recreativas, lúdica e de lazer, oferecendo oportunidades de desenvolvimento físico e social através da prática do lazer, de maneira saudável e orientada.. Dessa forma, o projeto visa aproximar a universidade e o curso de Educação Física da comunidade cumprindo o seu papel



de extensão, reafirmando o seu compromisso social, bem como fortalecer a linha de extensão.

Palavras-chave: Lazer, Recreação, Cidadania.

Referências

- ARRUDA, A. R.; MOURA, T. A. **Monografia; Perfil da Recreação Escolar e sua importância como ação educativa para os alunos de 3ª e 4ª séries do ensino fundamental.** UNIR: Porto Velho-RO, 2007.
- MARCELLINO, N. C. **Lazer e Educação.** Campinas: Papirus, 1987.
- MARCELLINO, N.C. **Lazer: formação e atuação profissional.** 9. ed. Campinas: Papirus, 2010.
- MORAES, R. M. **Recreação O movimento Infantil jogos e recreação escolar.** 6 ed, Florianópolis, 2004.
- SILVA, D.A.M. et al. **A importância da Recreação e do Lazer.** Brasília: Gráfica e Editora Ideal, 2011.
- SILVA, T.A.C.; GONÇALVES, K.G.F. **Manual de Lazer e Recreação: o mundo lúdico no alcance de todos.** São Paulo: Phorte, 2010.
- TABARES, J. F. **O esporte e a recreação como dispositivos para a atenção da população em situação de vulnerabilidade social.** In: MELLO, V. de A.; TAVARES, C. O exercício reflexivo do movimento: educação física, lazer, e inclusão social. Rio de Janeiro: Shape, 2006.

Endereço: Rua Doze de Outubro, nº 47, Bairro Centro. Santo Ângelo – RS.

E-mail: andressa.antunees@hotmail.com

Telefone: (55) 99693-1322



COMUNICAÇÃO ORAL - RESUMO



Área temática: Formação Profissional e Mundo do Trabalho

OFICINA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS- UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Mikaela Suellen Pomblum Müller;¹
Carlos Augusto Fogliarini Lemos²;
Adrieli Wilkonn Bervin³

Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões- URI
Câmpus Santo Ângelo

A URI Câmpus Santo Ângelo desenvolve desde o ano de 2003 o Projeto Viva a Vida, o qual oferece diversas oficinas para idosos, entre elas a oficina de atividade física, que é ministrada por acadêmicas do curso de Educação Física, possibilitando a vivência e contato com esse público, agregando experiência e conhecimento para a formação profissional das acadêmicas. Este relato de experiência tem por objetivo em apresentar o trabalho desenvolvido na oficina de atividade física para idosos. A oficina contempla três turmas de senhoras e senhores, com aulas nas terças e quintas e com duração de 1h cada dia e para cada turma. Durante as aulas, são trabalhadas diversas capacidades funcionais, tais como flexibilidade, resistência aeróbia, coordenação, força e agilidade, sempre respeitando os limites de cada aluno. As aulas são divididas em: a) Aquecimento que é realizado priorizando preparar o organismo para os exercícios; b) Parte principal que objetiva desenvolver as capacidades funcionais de forma diversificada, e não esquecendo de ser lúdica e prazerosa para os participantes; c) Volta a calma que destina-se a voltar aos níveis iniciais e também de trocar algumas ideias sobre as aulas. Sempre no início e no final do ano é realizada uma avaliação referente a capacidade funcional das idosas, bem como uma anamnese inicial. A avaliação destina-se a verificar como se encontram os participantes da oficina, no que se refere as capacidades funcionais, e é utilizada para este fim a Bateria de testes da American Alliance Health, Physical Education, Recreation and Dance (AAHPERD), que é composta por cinco testes motores, que exigem movimentos semelhantes às atividades de vida diária, incluindo avaliações de força e endurance de membros superiores (RESISFOR), resistência aeróbia geral e habilidade de andar (RAG), coordenação (COO), flexibilidade (FLEX) e agilidade e equilíbrio dinâmico (AGIL). Além da constatação dos resultados dos testes motores, percebe-se que os participantes demonstram motivação, bom humor e muita força de vontade na realização das atividades, além de serem receptivas e carinhosas com as professoras. Demonstram também em suas falas que nunca é tarde para praticar atividade física, e que a cada evolução, por mais pequena que seja, enchem-se de orgulho. Dessa forma, verifica-se que a oficina é uma ferramenta positiva na qualidade de vida dos idosos, e também um grande aliado no processo de envelhecimento, tornando os participantes mais independente e capazes, além de auxiliar no tratamento e prevenção de agravos comuns nessa faixa etária. Ressalta-se benefícios psicossociais que levam a uma maior integração entre eles, o que faz com que o mesmo perceba sua importância e deixe de lado o sentimento de inutilidade desta idade. Considera-se então, que a oficina estimula a adoção de um estilo de vida saudável e ativo, proporcionando benefícios diversos, levando em conta que

¹ Graduanda em Educação Física Bacharelado, URI - Campus de Santo Ângelo.

² Professor Orientador GIEF/URI - Campus de Santo Ângelo

³ Graduanda em Educação Física Bacharelado, URI - Campus de Santo Ângelo.



juntamente a isso, obtém-se uma melhor qualidade de vida e a independência funcional do participante.

Palavras-Chave: Terceira idade, Atividade física, Projeto Viva a Vida

Endereço: Avenida D- Vitória das Missões

E-mail: mikasuellen123@gmail.com

Telefone: (55) 984457568



Área temática: Educação Física escolar

ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA NA ESCOLA

Rosana Steinhaus da Rosa¹,
Ana Maria Becker Teixeira²,
Rudi Ademir Zimpel³,
E.M.E.F Antônio Cortez

O objetivo deste trabalho é relatar o desenvolvimento de um projeto realizado em uma escola municipal situada no município de Entre Ijuís, onde o tema é atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e práticas. O projeto tem por objetivo, conscientizar os estudantes sobre a importância da prática de exercícios físicos, do uso correto de suplementos alimentares e, principalmente, de se manter uma alimentação saudável e balanceada, considerando que os hábitos nocivos, praticados muitas vezes em decorrência da agitação do cotidiano, precisam ser constantemente observados e substituídos, tendo em vista o crescente aumento nos índices de doenças causadas pelo sedentarismo e obesidade. Considerando o momento em que se vive, onde hábitos saudáveis cedem espaço, dia após dia, à práticas sedentárias e à uma alimentação cada vez mais calórica e menos nutritiva, vê-se a necessidade de instigar nos educandos questões ligadas à prática de exercícios físicos e a manutenção de uma alimentação balanceada, como forma de se obter uma vida com melhor qualidade, observando as várias enfermidades decorrentes da carência desses fatores. A prática regular de atividade física constitui um elemento essencial à promoção da saúde e prevenção de algumas doenças que acometem os indivíduos, e mesmo sendo os jovens a parcela mais ativa da população, percebe-se uma mudança nos estilos de vida dos mesmos, decorrente dos confortos da vida moderna, que acarretam uma crescente diminuição na prática de exercícios físicos ou esportivos. Associados à este fator, muito preocupante por si só, encontramos também os desequilíbrios nutricionais causados por uma alimentação de baixa qualidade, em decorrência da agitação do dia a dia e principalmente pela oferta de alimentos cada vez mais saborosos e com elevado valor calórico porém com teor nutricional praticamente nulo. O aumento no consumo de alimentos industrializados, hábitos alimentares inadequados e a realização de poucas atividades físicas acarretam problemas graves de saúde, tais como obesidade, hipertensão arterial, problemas cardiovasculares, diabetes, entre outras doenças. Transformar hábitos alimentares e físicos nos jovens e na população em geral é um desafio na busca pela melhoria da qualidade de vida. Observando que a prática de exercícios físicos regulares proporcionam benefícios físicos e psicológicos, e uma alimentação cujo objetivo seja a nutrição e não somente à saciedade momentânea, esta sendo desenvolvido o referido projeto junto às turmas de oitavo e nono anos. Portanto o projeto teve seu início a partir de uma visita à uma academia no município de

¹Licenciada em Educação Física pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, graduanda em Educação Física Bacharelado pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, Pós graduada em Políticas públicas para o esporte pelo Centro Universitário Internacional, Pós graduanda e orientação, supervisão e gestão escolar pelo centro Universitário Internacional. Professora na rede municipal de ensino, município de Entre-Ijuís.

²Licenciada em História pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, Pós – Graduanda no Curso Especialização em Docência no Ensino Superior, pelo Centro Universitário Leonardo da Vinci e Pós-Graduanda no Curso de Especialização em Orientação Educacional pela Universidade Federal da Fronteira Sul – Campus Cerro Largo. Professora na rede municipal de ensino, município de Entre-Ijuís e Professora da Rede Privada – Colégio Teresa Verzeri. Email: anabecke@hotmail.com

³ Graduado em Educação Física pela Universidade de Cruz Alta.



Santo Ângelo, onde os alunos puderam realizar entrevistas com clientes buscando entender quais os objetivos dessas pessoas que procuram a academia. Posteriormente os alunos participaram de uma roda de conversa com o proprietário da academia que é atleta e participa de competições de levantamento de peso e um atleta de fisiculturismo no qual, os alunos tiveram a oportunidade de sanar as dúvidas relacionadas quanto á alimentação e treinamento de atletas que participam de competições de alto rendimento. Seguindo o desenvolvimento do projeto os alunos participaram de uma palestra de outro atleta de fisiculturismo, porém, este possui uma deficiência motora, no entanto não impediu que seguisse sua vontade em ser um atleta. Ainda fez parte do projeto, uma prática realizada na escola relacionado á capoeira com um grupo convidado, uma palestra sobre ciclismo e aulas práticas de natação. Portanto, a partir destas práticas diferenciadas, pretende-se fazer os alunos a gostar de praticar esporte motivando-os a buscar a prática da atividade física também fora da escola como afirma Mattos (2000), o ensino da Educação Física deve capacitar os alunos a tratar dos conteúdos esportivos nas mais diversas condições, dentro e fora da escola, e para que tenham condições de criar, no presente ou no futuro sozinhos ou em conjunto, situações esportivas de modo crítico, determinadas autonomamente ou em conjunto.

Palavras chave: Gincana, Educação física, Escola.

Endereço: Rua Nelson Kaercher, nº 98, Santo Ângelo

E-mail: Rosanasteinhaus_uri@hotmail.com

Telefone:(55) 9 8148 0482



Área temática: Educação Física Escolar

CORRIDA DE RUA COMO CONTEÚDO DE EDUCAÇÃO FÍSICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Rosana Steinhaus da Rosa¹,
Ana Maria Becker Teixeira²,
Rudi Ademir Zimpel³,
Viviana da Rosa Deon⁴
E.M.E.F Antônio Cortez

O ato de correr está instalado em uma grande teia de significados que pode ser observado na atualidade e nos diferentes momentos da existência humana conhecida (GEERTZ, 1989). Atualmente, devido principalmente aos “hábitos da vida moderna”, os indivíduos estão se tornando cada vez mais sedentários. Portanto, o objetivo deste trabalho é relatar a importância do esporte, mais precisamente relacionado à modalidade de corridas para a construção de valores de alunos de uma escola do interior do município de Entre Ijuís- RS, possibilitando além da prática de atividade física, a socialização entre os próprios alunos e também com outros participantes dos eventos. Segundo MCCARDLE et al (1991), a corrida, juntamente com a caminhada, é a forma de exercício mais comum. Desde a década de setenta, no mundo inteiro, e, principalmente, nos últimos anos, no Brasil, houve um grande aumento na procura por este tipo de atividade. Esta se tornou uma atividade física regular para um importante número de indivíduos das mais variadas idades e de ambos os sexos (ROLIM, 1998). O objetivo deste trabalho é relatar algumas experiências vivenciadas pelos alunos de sétimo, oitavo e nono ano de uma escola municipal localizada no município de Entre Ijuís-RS, na modalidade de corridas de rua. As corridas começaram a serem trabalhadas como conteúdo nas aulas de educação física pelo fato da modalidade não necessitar muitos recursos, além de desviar o foco dos esportes coletivos. O conteúdo das corridas foi apresentado aos alunos de sexto ao nono ano e dividido em dois grupos: 1) corridas de resistência e 2) corridas de velocidade. Primeiramente as corridas de velocidade foram realizadas na quadra esportiva e em frente à escola na estrada de chão. Já as aulas voltadas às corridas de resistência foram realizadas em um percurso próximo à escola que havia a distância de aproximadamente cinco quilômetros, onde inicialmente o objetivo era percorrer o caminho caminhando, e ao longo das aulas, intercalando corrida em alguns trechos. A partir do interesse de alguns alunos na modalidade, foi encontrado nas corridas de rua, uma alternativa viável de oferecer significado ao conteúdo trabalhado, podendo colocar em prática o que estavam aprendendo. Após os alunos possuírem conhecimento básico sobre as corridas de resistência, foram convidados a participar da primeira rústica representando a escola que foi realizada no município de Santo Ângelo, onde o objetivo não era vencer, mas dar o melhor de si e completar o percurso da categoria no qual foram inscritas (categoria iniciante com distância de dois quilômetros), esta primeira vivência possibilitou aos alunos a aproximação da forma como a modalidade é praticada fora do ambiente escolar, foi possível observar também que a corrida de rua possui normas e que estas necessitam

¹ Graduada em Educação Física pela URI campus Santo Ângelo.

² Graduada em história pela URI campus Santo Ângelo.

³ Graduado em Educação Física pela Universidade de Cruz Alta.

⁴ Graduada em Educação Física pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do RS



serem seguidas, sob pena de desclassificação. Após, os alunos tiveram a oportunidade de participar de outras rústicas como: Dia do município (Tuparendi-RS), Academia Bela Forma (Santo Ângelo-RS), Conexão Saúde (Santo Ângelo-RS), Rústica Verzeri (Santo Ângelo-RS), Lets Run (Vitória das Missões-RS), Corrida Unimed (Santa Rosa-RS), Desafio 10 k (Giruá-RS), II Lets Run (Vitória das Missões-RS). Concluindo, a prática da corrida de rua possibilitou aos alunos a aproximação do esporte, sendo possível também compreender que além de melhorar a saúde física, contribui para aprender a conviver com conquistas e derrotas, trabalhar em equipe mesmo sendo neste caso uma prática individual.

Palavras chave: Corridas de rua, Educação, Escola.

Endereço: Rua Nelson Kaercher, nº 98, Santo Ângelo

E-mail: Rosanasteinhaus_uri@hotmail.com

Telefone:(55) 9 8148 0482



Área temática: Educação Física Escolar

CROSS COUNTRY – UM PROJETO DE INCENTIVO AO ESPORTE

Ana Maria Becker Teixeira¹

Rosana Steinhaus da Rosa²

E.M.E.F. Antônio Cortez – Entre-Ijuís/RS

Atualmente, um dos esportes que mais cresce no Brasil é a Corrida de Rua, as famosas Rústicas. Nos últimos anos, houve um significativo aumento no número de adeptos desse esporte. As corridas de ruas se enquadram no conjunto de provas que formam a modalidade do atletismo (ROJO, 2014). As Corridas de Rua apresentam distâncias que variam de 5km até as maratonas com 42km, além das distâncias estabelecidas pela organização do evento. Segundo Rojo (2014), “as primeiras corridas de rua, como as que vemos hoje, tiveram início no século XVII, se consolidando na Inglaterra, praticadas por trabalhadores”. No Brasil, datam do início do século XX, as primeiras corridas. Somente na década de 1970, nos Estados Unidos, a partir da teoria apresentada pelo médico Kenneth Cooper, surgem as corridas como prática de lazer e busca pela saúde, fato esse que intensificou a procura por esse tipo de esporte. Reconhecendo a importância dessa modalidade esportiva e o bem-estar promovido por ela, realizou-se a segunda edição do Cross Country, organizado pela Escola Municipal de Ensino Fundamental Antônio Cortez em parceria com a M2 Running, empresa esta, que trabalha com organização e assessoria de corridas de rua. Esse projeto foi idealizado a fim de oportunizar aos alunos da escola a interação entre esporte e natureza, já que sua proposta é a realização do percurso em ambiente rural, além do contato com diversos atletas que competem a nível regional e estadual. A iniciativa da realização do Cross Country surgiu a partir da proposta da professora de Educação Física da escola, durante o ano de 2017, sendo que, esta, já havia trabalhado com os alunos as diversas modalidades do atletismo, sendo uma delas, as corridas de rua. A proposta da realização do evento foi bem aceita e para tanto foi realizado a segunda edição do evento, o qual aconteceu na tarde do dia dezesseis de junho de 2018. O Cross contou com a presença de 140 atletas da região, mais a participação dos alunos da escola, que se dividiram em diversas categorias de acordo com o percurso percorrido a idade e sexo de cada participante. O evento, desde sua primeira edição, contribuiu para despertar do gosto por essa modalidade esportiva nos alunos da escola. A partir da realização do evento um grupo de alunos mobiliza-se para participar de eventos semelhantes ao Cross com frequência. Sendo que a Escola Municipal de Ensino Fundamental Antônio Cortez teve representantes em diversas corridas no município de Santo Ângelo e região, desde o ano de 2017, ano este, da realização da primeira edição do Cross Country.

¹ Licenciada em História pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, Pós – Graduada no Curso Especialização em Docência no Ensino Superior, pelo Centro Universitário Leonardo da Vinci e Pós-Graduada no Curso de Especialização em Orientação Educacional pela Universidade Federal da Fronteira Sul – Campus Cerro Largo. Professora na rede municipal de ensino, município de Entre-Ijuís e Professora da Rede Privada – Colégio Teresa Verzeri.

² Licenciada em Educação Física pela Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo. Especialista em Políticas Públicas para o Esporte e Pós-Graduada no curso de especialização em Gestão escolar pela Uninter. Professora na rede municipal de ensino, município de Entre-Ijuís.



Palavras-Chave: Corridas, Escola, Natureza.

Endereço: Rua João Delfino Cardoso, nº 600, Alto da Avenida, Entre Ijuís/RS

E-mail: anabecke@hotmail.com

Telefone: (55) 98135 7883



Área temática: Educação Física Escolar

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS NA NATUREZA: VIVÊNCIAS

Rosana Steinhuis da Rosa¹,
Ana Maria Becker Teixeira²,
Rudi Ademir Zimpel³,
Viviana da Rosa Deon⁴
E.M.E.F Antônio Cortez

Segundo Almeida e Fensterseifer (2014), ao tratarmos dos diferentes temas/conteúdos que compõem o universo do movimento humano/ práticas corporais a serem tematizadas/vivenciadas durante o ano letivo, encontramos certo comportamento de oposição de nossos alunos a uma nova proposição, pois suas experiências/ vivências de movimento em seus anos de escolarização resumiam-se á prática de algumas atividades esportivas. Desta forma buscou-se oportunizar uma nova experiência aos alunos de uma escola municipal de Entre Ijuís utilizando os esportes de aventura na natureza como conteúdo da disciplina de Educação Física. De acordo com Pereira e Ambrust (2010) a palavra aventura deriva do latim “adventura”, significando “o que está por vir”, nos remetendo ao desconhecido ou a algo imprevisível. Para Franco (2010) há muitas razões para incluirmos os esportes de aventura na escola, dentre os quais: Alinhar a Educação Física com as propostas de preservação ambiental; expor um conteúdo pouco explorado na escola, mas bem difundido pela mídia e presente na sociedade; tornar as aulas mais interessantes, haja vista a situação atual das aulas de Educação Física na escola; ampliar a possibilidade de trabalho dos cinco eixos pedagógicos preconizados pela Lei de Diretrizes e Bases da Educação; tratar valores relacionados à Cultura Corporal de Movimento, tais como: respeito às diferenças e limites do outro, cooperação, desenvolvimento de diversas habilidades motoras, superação dos próprios limites, entre outros. Portanto o objetivo deste trabalho é relatar uma vivência de alunos de sétimo á nono ano a partir das aulas de Educação Física realizadas no ambiente externo da escola e também no o2 Park localizado no município em Entre Ijuís. O primeiro contato dos alunos com o esporte de aventura foi realizado na área externa da escola, onde o esporte utilizado foi o slack line, caracterizado por ser um esporte de equilíbrio sobre uma fita elástica esticada sobre dois pontos fixos (normalmente duas árvores), permitindo então que o praticante caminhe e realize atividades sobre a fita. Posteriormente os alunos foram convidados a realizar uma visita ao o2 park para participar de atividades como arvorismo, tirolesa e paintball. O arvorismo consiste na travessia do praticante em um percurso sobre árvores, havendo portanto diferentes níveis de dificuldade a cada ponto de passagem. A tirolesa é caracterizado por um cabo de aço ancorado entre dois pontos, onde o praticante tem a sensação de sobrevoar o ambiente. O paintball é um esporte considerado de combate, jogado por equipes, utiliza marcadores de ar comprimido que atiram bolas contendo tinta colorida, o objetivo é atingir os oponentes marcando suas roupas com tinta. Aplicando de forma adequada os conteúdos da educação física, em atividades variadas, pautadas em propostas transversais, os professores podem

¹Graduada em Educação Física pela URI Campus Santo Ângelo.

²Graduada em História pela URI Campus Santo Ângelo.

³Graduado em Educação Física pela Universidade de Cruz Alta.

⁴Graduada em Educação Física pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do RS



atender às expectativas dos alunos, oferecendo um conhecimento que irá além do desenvolvimento de habilidades motoras (GUIMARÃES *et al.*, 2007). Conclui-se que por meio destas vivências é possível trabalhar com práticas diferenciadas como conteúdo da educação física escolar, pois houve retorno positivo dos alunos que aderiram de forma satisfatória às novas experiências, relatando principalmente em relação à superação dos medos ao realizar as atividades.

Palavras chave: Esporte de aventura, Educação-Física, Natureza.

Endereço: Rua Nelson Kaercher, nº 98, Santo Ângelo

E-mail: Rosanasteinhaus_uri@hotmail.com

Telefone:(55) 9 8148 0482



Área temática: Educação Física Escolar

GINCANA COOPERATIVA NA ESCOLA: POSSIBILIDADE DE INTEGRAÇÃO POR MEIO DA RECREAÇÃO

Rosana Steinhaus da Rosa¹,
Ana Maria Becker Teixeira²,
Rudi Ademir Zimpel³,
E.M.E.F Antônio Cortez

Cooperação é o termo utilizado para definir aquilo que se faz para auxiliar ao outro, de forma voluntária, onde todos cooperam para um bem comum, dessa forma conforme Brotto (1999) os jogos cooperativos são capazes de transformar o condicionamento competitivo para vencer na vida em alternativas cooperativas para o exercício da boa convivência, sendo que as gincanas podem ser um excelente meio para o desenvolvimento de atividades de cooperação. Portanto, o objetivo deste trabalho é relatar a realização de uma gincana cooperativa em uma escola municipal situada no município de Entre Ijuís. A gincana denominada conexão Cortez, foi realizada em comemoração ao dia da criança e seu principal objetivo foi a integração entre os alunos e professores. A gincana foi organizada pela professora de Educação Física da escola e os monitores das atividades recreativas foram os alunos do nono ano, o formato foi por meio de circuito, onde cada equipe iniciava em uma atividade e ao final do tempo de dois minutos tocava a sirene no qual a pontuação deveria ser contabilizada e anotada na planilha. Participaram portanto todos os alunos da escola, desde as turmas do pré até o nono ano. As equipes foram formadas em número iguais de integrantes, sendo aproximadamente dois alunos de cada turma, além de cada equipe ser acompanhada por um professor. As atividades foram as seguintes: a) Boliche; b) Jogo das argolas; c) Feijão no canudo; d) Chute ao gol; e) Acróstico da palavra ‘Educação Física’; f) Conexão dos canos; g) Arremesso á cesta; h) Para quedas. No final do circuito cada equipe recebeu um kit fantasia, ou seja, dentro de um saco plástico havia materiais como jornais, caixa de papelão, papel crepom, balão, barbante, entre outros e dentro de um tempo de 10 minutos deveriam escolher um representante da equipe que seria o mascote da turma e utilizando todos esses materiais construir uma fantasia e posteriormente, ao final do tempo foi organizada uma passarela onde todos os mascotes da turma realizaram um desfile. Ao final da gincana, todos os alunos receberam um troféu pela participação. Conclui-se que a gincana atingiu seu objetivo, proporcionando um momento de descontração, integrando os alunos e professores, por meio de atividades recreativas.

Palavras chave: Gincana, Recreação, Cooperação.

¹Licenciada em Educação Física pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, graduanda em Educação Física Bacharelado pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, Pós graduada em Políticas públicas para o esporte pelo Centro Universitário Internacional, Pós graduanda e orientação, supervisão e gestão escolar pelo centro Universitário Internacional. Professora na rede municipal de ensino, município de Entre-Ijuís.

² Licenciada em História pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, Pós – Graduanda no Curso Especialização em Docência no Ensino Superior, pelo Centro Universitário Leonardo da Vinci e Pós-Graduanda no Curso de Especialização em Orientação Educacional pela Universidade Federal da Fronteira Sul – Campus Cerro Largo. Professora na rede municipal de ensino, município de Entre-Ijuís e Professora da Rede Privada – Colégio Teresa Verzeri.

³ Graduado em Educação Física pela universidade de Cruz Alta.

XIV
Semana
Acadêmica
de Educação
Física

URI
SANTO ÂNGELO

**A IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS CORPORAIS
NA CONSTITUIÇÃO DA IDENTIDADE
DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

De 27/08 a 1º/09

XI Mostra de Pesquisa, Ensino e Extensão do
Curso de Educação Física - 28 e 29 de agosto de 2018

15
anos
Educação
Física

Endereço: Rua Nelson Kaercher, nº 98, Santo Ângelo

E-mail: Rosanasteinhaus_uri@hotmail.com

Telefone: (55) 9 8148 0482



Área temática: Educação Física Escolar

GINCANA VISTA REAL: APRENDIZAGEM POR MEIO DA COMPETIÇÃO

Rosana Steinhaus da Rosa¹,
Ana Maria Becker Teixeira²,
Rudi Ademir Zimpel³.
E.M.E.F Antônio Cortez

O Programa União faz a vida tem por objetivo construir e vivenciar atitudes e valores de cooperação e cidadania, por meio de práticas de educação cooperativa, contribuindo para a educação integral de crianças e adolescentes. Desta forma este trabalho tem a finalidade de relatar uma experiência que visa contribuir na formação de cidadãos críticos e participativos por meio de atividades em forma de gincana. A competição é elemento fundamental do esporte, que dá sentido a sua existência, e é nela que a manifestação do esporte se realiza em sua plenitude. Portanto, qualquer ação orientada para o ensino e a aprendizagem do esporte não está desvinculada da necessidade de se aprender a competir. Seja na escola ou fora dela (SCAGLIA, 2005). A gincana denominada “Gincana Vista Real” foi elaborada no intuito de contribuir com a aprendizagem dos alunos por meio da competição entre as turmas e a cooperação entre cada aluno com a sua turma, sendo realizada pelo período de três semanas. As tarefas abordadas durante a gincana vinha de encontro com os conteúdos trabalhados durante as aulas tais como: Educação fiscal, cidadania, atividade física e saúde e reciclagem. Cada atividade da gincana valia “vistas reais”, uma moeda criada especialmente para esta atividade. A gincana foi dividida em duas etapas, a primeira, onde as atividades foram sendo lançadas em dias pré-determinados durante três semanas, e a segunda etapa onde foi realizada um dia de gincana consistindo em atividades recreativas e esportivas e culturais e, para a turma ter o direito de participar da gincana, deveria realizar o pagamento de duas mil vistas reais. Quanto á organização da primeira etapa, as atividades desenvolvidas foram as seguintes: a) Escolha do líder, criação de nome e grito de guerra da turma; b) Coleta de materiais recicláveis (Garrafas pet, latinhas de alumínio, tampas de garrafa pet, lacres de latinha de alumínio e caixas de leite), c) Criação de uma paródia sobre educação fiscal a ser entregue a parte escrita no dia marcado e ser apresentada no dia da gincana; d) Organização da sala, onde no final de cada dia letivo eram realizadas vitorias, e) cada aluno encaminhado pelos professores para a direção por indisciplina, a turma deveria pagar multa; f) trabalhos solicitados pelos professores durante as aulas e que não fossem realizados ou entregues, a turma deveria pagar multa; g) Criação de algo útil para a escola utilizando material reciclável. Quanto á segunda etapa, a gincana foi dividida em quatro momentos, o primeiro consistia em apresentar a sua turma, partindo do nome, grito de guerra e apresentação da paródia sobre educação fiscal. O segundo

¹Licenciada em Educação Física pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, graduanda em Educação Física Bacharelado pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, Pós graduada em Políticas públicas para o esporte pelo Centro Universitário Internacional, Pós graduanda e orientação, supervisão e gestão escolar pelo centro Universitário Internacional. Professora na rede municipal de ensino, município de Entre-Ijuís.

² Licenciada em História pela Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões – URI – Campus Santo Ângelo, Pós – Graduanda no Curso Especialização em Docência no Ensino Superior, pelo Centro Universitário Leonardo da Vinci e Pós-Graduanda no Curso de Especialização em Orientação Educacional pela Universidade Federal da Fronteira Sul – Campus Cerro Largo. Professora na rede municipal de ensino, município de Entre-Ijuís e Professora da Rede Privada – Colégio Teresa Verzeri.

³ Graduado em Educação Física pela universidade de Cruz Alta.



momento, ocorreu por meio de atividades recreativas em forma de circuito, onde cada turma iniciou em uma determinada atividade e a cada dois minutos, era realizado um rodízio, desta forma todas as turmas participavam de todas as atividades que foram as seguintes: a) Quebra cabeça gigante; b) feijão no canudo; c) embaixadinha; d) caneta na garrafa; e) jogo das argolas; e f) para quedas. No terceiro momento, foram realizadas atividades diversificadas relacionadas á educação fiscal tais como: a) Preenchimento de nota fiscal; b) preenchimento de cheque; c) cruzadinha fiscal; d) cálculos de compras. Em cada uma destas atividades foi estipulado um tempo de realização, as explicações eram transmitidas aos líderes de cada turma que ao sinal deveria repassar as instruções aos demais da equipe. O quarto momento foi a gincana musical onde haviam duas atividades: a) música com a palavra; b) Quem é o cantor. Ao encerrar a gincana pode-se concluir que obteve-se um resultado positivo significativo, pois os alunos se mostravam motivados por se tratar de uma competição. Um ponto positivo foi que os pais dos alunos também colaboraram com a gincana, alguns auxiliaram a na construção de um material que fosse útil para a escola e/ou auxiliaram na coleta de materiais recicláveis. Em relação á atividade de criar algo útil para a escola utilizando materiais recicláveis os alunos criaram uma lixeira de garrafa pet, dois puffs (bancos) de garrafa pet, uma vassoura de garrafa pet e uma horta suspensa utilizando pallets de madeira e garrafa pet. Já na atividade de coleta de materiais recicláveis, foi recolhido aproximadamente cinquenta quilos de latinha de alumínio, quinhentas unidades de garrafas pet, três quilos de lacres de latinha de alumínio, mil tampinhas de garrafas pet e cem caixas de leite.

Palavras chave: Gincana, Educação fiscal, Escola.

Endereço: Rua Nelson Kaercher, nº 98, Santo Ângelo

E-mail: Rosanasteinhaus_uri@hotmail.com

Telefone:(55) 9 8148 0482



Área temática: Formação Profissional e Mundo do Trabalho

OFICINA DE GINÁSTICA: UMA EXPERIÊNCIA DOCENTE

Joani Jaqueline Riechel¹
Paula Caroline Endler dos Santos²,
Cinara Valency Enéas Mürmann³,
GIEF - URI Campus Santo Ângelo

A universidade responsável pela formação inicial pode possibilitar a construção do conhecimento na área da ginástica e ampliar as experiências docentes dos acadêmicos através da prática pedagógica (vivência de aulas) desenvolvendo a proposta da ginástica pedagógica para crianças, possibilitando a vivência dos movimentos básicos da ginástica em /com aparelhos. O curso de Educação Física licenciatura da URI – Campus Santo Ângelo atendendo os preceitos legais da formação de professores em relação a prática pedagógica enquanto componente curricular, contempla no currículo as disciplinas de Oficina de Experiência Docente (OED) I- A e OED – II- A que propõe uma aproximação do acadêmico com o trabalho docente, sendo desenvolvida sob orientação e supervisão docente, bem como, proporciona vivências de experiências de ensino da Educação Física, também contribuindo em nosso amadurecimento acadêmico, quanto em nosso amadurecimento profissional e pessoal. O objetivo do trabalho é relatar as experiências docentes vivenciadas na disciplina de OED – II A, do Curso de Educação Física da URI aproximando os acadêmicos da prática pedagógica da ginástica. Os procedimentos metodológicos adotados para a organização, planejamento e execução das aulas foram os seguintes: 1º Estudo do referencial teórico das aulas a partir dos conhecimentos elaborados nas disciplinas de ginástica; 2º Organização coletiva de seis grupos de acadêmicos para ministrarem as aulas. Organização coletiva do cronograma e das funções a desempenhar durante a aula, tais como: relatórios, ministrar aula e o auxílio. 3º Organização dos conteúdos a serem desenvolvidos nas aulas de ginástica e estudo dos mesmos. 4º Planejamento coletivo. 5º Ministrar aulas de ginástica. 6º Elaboração do relatório individual das aulas. 7º Análise, discussão e reflexão em grupo das situações vivenciadas estabelecendo-se relação teoria/prática. 8º Elaboração do relatório final. Participaram 30 (trinta) crianças sendo 15 meninas e 15 meninos de 7 a 12 anos, possuindo dois alunos com deficiência. As oito aulas aconteceram no ginásio da URI, uma vez na semana com duração de uma hora. As intervenções basearam-se na ginástica pedagógica de Mürmann (1998). Conteúdos trabalhados: rolar, saltar, equilibrar, embalar e balançar, roda, parada de mãos, vela, avião, ponte, acrobacias, e elementos gímnicos em/com aparelho. As aulas foram acompanhadas pela professora da disciplina, assim como pelos responsáveis das crianças. A partir dos relatórios das aulas percebemos as crianças apresentavam um desenvolvimento motor adequado a sua faixa etária. As aulas ministradas ajudaram as crianças a qualificar suas habilidades, sendo que tiveram como oportunidade conhecer movimentos básicos da ginásticos, e aprimorá-los, melhorando seu desempenho motor através das experiências vividas. Durante as aulas os acadêmicos exerceram a docência, incentivaram as crianças a praticarem, interagiram e resolveram situações que não

¹ Graduanda em Educação Física Licenciatura – URI – Santo Ângelo.

² Graduanda em Educação Física Licenciatura – URI – Santo Ângelo.

³ Mestre em Ciência do Movimento Humano, professora da URI – Santo Ângelo.



estavam previstas no planejamento, com isso adquiriram experiências e a aproximação com a prática docente. Concluímos que a disciplina de OED em ginástica foi importante para formação inicial dos acadêmicos, pois oportunizou resolver situações inerentes da prática pedagógica com as crianças e favorece a participação, o diálogo dos acadêmicos nas aulas, a tomada de decisões promovendo a autonomia, socialização, bem como uma vivência da docência em ginástica.

Palavras-Chave: Ginástica, Formação Inicial, Prática Curricular

Endereço: Universidade das Missões, 264

E-mail: cinara@santoangelo.uri.br

Telefone: (55) 33137975

Atividade Física, Saúde e Treinamento Esportivo

COMPARAÇÃO DA RESPOSTA DA PRESSÃO ARTERIAL DURANTE TREINAMENTO CARDIORRESPIRATÓRIO UTILIZANDO MEMBROS SUPERIORES E MEMBROS INFERIORES

Matheus Balbueno¹
Júlio César Theisen²
Luana Beatriz Backes³
Nadine Fronza
Carlos Kemper⁴
URI – Santo Ângelo

Na realização de exercício físico alternados os membros quando realizado com os braços produz pressões sistólica e diastólica consideravelmente mais altas, que as atividades realizadas com os membros inferiores para um determinado percentual de $Vo_{2máx}$ em cada forma de exercício, isso ocorre porque a massa muscular e a árvore vascular dos membros superiores de menor porte oferecem maior resistência ao fluxo sanguíneo que nos membros inferiores que possuem mais massa e um maior suprimento sanguíneo. O presente estudo tem por objetivo comparar a resposta da pressão arterial, entre membros superiores e inferiores durante treinamento cardiorrespiratório. A amostra foi composta por dois indivíduos, indivíduo A, do sexo feminino de 19 anos de idade, e indivíduo B, do sexo masculino, também de 19 anos. A pressão arterial foi aferida pelo método auscultatório e o aparelho utilizado foi o esfigmomanômetro de coluna de mercúrio. A frequência cardíaca (FC) foi verificada com um frequencímetro da marca Polar®, modelo FT2, para que permanecesse a 60% da FC_{RES} . Os exercícios foram realizados em dois dias distintos, sendo que, na sessão 1, o indivíduo A realizou o TC apenas nos membros inferiores, o indivíduo B realizou o treinamento nos membros superiores. Na sessão 2, inverteu-se os membros de execução. O protocolo de treinamento utilizado durante as sessões compreendeu a aferição da PA e FC dos indivíduos em repouso (pré). Ao finalizar a aferição, os mesmos realizavam o TC durante 15 minutos (15'), em bicicletas ergométricas, sendo a PA aferida com intervalos de 5' entre cada verificação, após a realização do treinamento, os indivíduos permaneceram em repouso para aferir sua PA (pós). Para a análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva. Os resultados na sessão 1 dos indivíduos foram o seguinte, indivíduo A: PA (pré) 126/80 mmHg, PA (5') 170/86 mmHg, PA (10') 176/86 mmHg, PA (15') 180/84 mmHg, PA (pós 5') 140/80 mmHg. Do indivíduo B: PA (pré) 124/76 mmHg, PA (5') 164/80 mmHg, PA (10') 170/84 mmHg, PA (15') 170/84 mmHg, PA (pós 5') 128/80 mmHg. Os resultados da sessão 2, foram, indivíduo A: PA (pré) 122/80 mmHg, PA (5') 178/90 mmHg, PA (10') 190/90 mmHg, PA (15') 192/90 mmHg, PA (pós 5') 132/74 mmHg. Do indivíduo B: PA (pré) 120/74 mmHg, PA (5') 162/80 mmHg, PA (10') 164/80 mmHg, PA (15') 164/84 mmHg, PA (pós 5') 124/70 mmHg. Portanto ao comparar a resposta da pressão arterial, entre membros superiores e inferiores durante treinamento cardiorrespiratório, podemos concluir que a PA quando os indivíduos realizaram TC

¹ Acadêmico Educação Física – Bacharelado.

² GIEF – Grupo Interdisciplinar de Educação Física

³ Integrantes GPEFH – Grupo de Pesquisa em Exercício Físico e Hipertensão.

⁴ Mestre em Educação Física



usando membros superiores apresentou maior elevação, em relação a quando utilizaram membros inferiores para realizar o treinamento.

Palavras-chave: Pressão Arterial, Treinamento Cardiorrespiratório e Membros Superiores.

Endereço: Avenida Universidade das Missões, nº 421, Ap 201.

E-mail: matheus.balbueno@hotmail.com

Telefone: (55) 99910-0884



Área temática: Atividade Física, Saúde e Treinamento Esportivo

O EFEITO DE TRÊS MESES DE DESTREINAMENTO NO CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO EM UM INDIVÍDUO HIPERTENSO E OUTRO NORMOTENSO

Nadine Fronza¹
Júlio César Thiesen²
Luana Beatriz Backes³
Matheus Balbuena⁴
Carlos Kemper⁵
URI Campus Santo Ângelo - RS

O consumo máximo de oxigênio também chamado de $VO_{2máx}$ representa a capacidade aeróbica máxima de um indivíduo, ou seja, a maior quantidade de oxigênio que uma pessoa consegue captar, transportar e metabolizar por unidade de tempo durante a prática de exercícios. Quando há interrupção de um treinamento físico ou da prática de atividade física gera-se destreino, o que acaba provocando diminuição do desempenho fisiológico dos envolvidos, acarretando, por vezes, perda das adaptações cardiovasculares e metabólicas do músculo esquelético, conseqüentemente diminuindo o $VO_{2máx}$. Diante do exposto, o objetivo do referido estudo foi analisar o efeito de três meses de destreino no consumo de $VO_{2máx}$ de um indivíduo hipertenso e outro normotenso. Este foi um estudo de caso, com uma amostra composta por um indivíduo hipertenso, do sexo masculino, com 72 anos de idade e outro indivíduo normotenso, do sexo feminino, com 62 anos de idade. Ambos os sujeitos participavam de um programa de exercícios físicos, anteriormente ao destreino. Na última sessão antecedente ao destreino e na primeira sessão após o destreino os indivíduos realizaram o teste de Rockport para a avaliação do consumo máximo de oxigênio ($VO_{2máx}$). O teste exige que o indivíduo faça uma caminhada rápida por uma milha, servindo para avaliar indivíduos idosos e sedentários. Para a estimativa do $VO_{2máx}$ são utilizados dados como o tempo de realização do teste, frequência cardíaca imediatamente após o teste, massa corporal, idade e sexo do indivíduo. A determinação do $VO_{2máx}$ foi feita a partir da seguinte equação: $VO_{2max} = 132,6 - (0,17 \times PC) - (0,39 \times idade) + (6,31 \times S) - (3,27 \times T) - (0,156 \times FC)$, sendo que PC: peso corporal; S: Sexo (0: feminino, 1: sexo masculino), T: tempo em minutos; FC: frequência cardíaca. Como resultados do indivíduo hipertenso, no primeiro teste obteve-se $VO_{2máx}$: $18,26 \text{ ml kg}^{-1} \text{ min}^{-1}$ e no segundo $VO_{2máx}$: $7,89 \text{ ml kg}^{-1} \text{ min}^{-1}$, apresentando uma diminuição de 56,76% do $VO_{2máx}$, no entanto, o indivíduo normotenso obteve no primeiro teste $VO_{2máx}$: $26,06 \text{ ml kg}^{-1} \text{ min}^{-1}$ e no segundo $VO_{2máx}$: $18,45 \text{ ml kg}^{-1} \text{ min}^{-1}$, apresentando uma diminuição de 29,20% do $VO_{2máx}$. Considerando os dados acima descritos, pode-se concluir que os três meses de destreino acarretaram tanto no indivíduo hipertenso como no normotenso, uma diminuição respectiva no consumo de $VO_{2máx}$, com redução mais significativa no indivíduo hipertenso.

Palavras-Chave: Hipertensão Arterial, $VO_{2máx}$, Exercício Físico.

^{1, 2, 3 e 4} Integrantes do GPEFH - URI - Campus de Santo Ângelo

⁵ Mestrado em Educação Física pela Universidade Católica de Brasília

XIV
Semana
Acadêmica
de Educação
Física

**A IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS CORPORAIS
NA CONSTITUIÇÃO DA IDENTIDADE
DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

De 27/08 a 1º/09

URI
SANTO ÂNGELO

XI Mostra de Pesquisa, Ensino e Extensão do
Curso de Educação Física - 28 e 29 de agosto de 2018

15
anos
Educação
Física

Tucunduva/RS – Rua Pedro Concli, 1420
nadifronza@gmail.com
Telefone 999862617



Área temática: Educação Física Escolar

A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR NO PROCESSO DE EDUCAÇÃO DE CRIANÇAS DE 3 A 5 ANOS

Priscila de Lima Ribeiro ¹,
Colégio Marista Santo Ângelo

O presente trabalho consiste em um relato de experiência, que tem como objetivo refletir a importância do brincar, através das aulas de educação física com profissional qualificado. Compreende-se que o ato de brincar, é tão importante quanto as atividades diárias e básicas como comer, dormir, falar, além de apresentar significados diferentes e especiais em cada momento da vida da criança. Quando mediado por um profissional da educação física, o brincar torna-se significativo, e de grande valor, pois exprime a forma como a criança reflete, organiza e ordena o mundo, podendo expressar de modo simbólico suas fantasias, medos, sua agressividade e os conhecimentos que vai construindo a partir das experiências que vive. É também neste período que podemos transmitir valores, condutas importantes para o desenvolvimento da criança, bem como observar a forma como ela reage a estes estímulos. O relato em questão refere-se a aulas de educação física ministradas para turmas de educação infantil, com crianças de 3 a 5 anos de idade, em uma escola de Santo Ângelo. Foram desenvolvidas aulas totalmente lúdicas, circuitos motores, jogos simbólicos, brincadeiras do faz-de-conta, cada dia com um estímulo diferente, porém enfatizando as capacidades motoras de equilíbrio, coordenação de marcha, saltos, rolar, dentre outros. Através dessas aulas, em apenas um mês já foi possível observar as situações reais refletidas nas brincadeiras, imaginação e compreender melhor cada criança. Também foi possível mediar conhecimentos e aprimorar o repertório motor através das brincadeiras desenvolvidas. Observou-se quão importante é o brincar, e o papel que ele exerce no processo de ensino aprendizagem destas crianças. Acreditamos que quanto mais numerosas e ricas forem as situações vividas pela criança, mais rico será seu repertório motor e conseqüentemente o número de esquemas por ela adquirido, bem como o fato de compreendermos a realidade desta criança para podermos mediar o conhecimento a ela.

Palavras-Chave: Brincar; Educação Física; Educação Infantil.

Endereço (do autor principal) – Rua 15 de Novembro, 3677 – Santo Ângelo
E-mail: Priscila.prikarib@gmail.com
Telefone: (55)99693-1002

¹ Pós-graduada em Exercício Físico e Treinamento Esportivo pela URI – Campus de Santo Ângelo.



Área temática: Formação Profissional e Mercado de Trabalho

ESTILO DE VIDA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA 14ª CRE

Mayara dos Santos Vieira¹¹

Carlos Augusto Fogliarini Lemos²

Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – URI

Campus Santo Ângelo

Grupo Interdisciplinar de Educação Física – GIEF

O estilo de vida é considerado o conjunto de ações habituais que refletem as atitudes, os valores e as oportunidades na vida das pessoas. Neste sentido, realizou-se uma investigação descritiva exploratória (aprovação do CEP-San sob nº1.037.764) com objetivo de verificar a percepção de professores de Educação Física, oriundos da 14ª Coordenadoria Regional de Educação (CRE), sobre o seu estilo de vida. Para a coleta de dados utilizou um instrumento dividido que em duas partes. A primeira foi destinada ao levantamento dos dados sócio demográficos dos professores (sexo, idade, estado civil, número de filhos, formação acadêmica, carreira docente em Educação Física, carreira no Magistério Público Estadual, carga de trabalho semanal na instituição, tempo de serviço na instituição e se exerce outra função remunerada). A 2ª parte avaliou a percepção do professor sobre o estilo de vida através do instrumento Perfil do Estilo de Vida (PEV). Como procedimento de coleta de dados utilizou-se do Google Form Notifications®. A análise de dados foi por estatística descritiva (frequência e frequência percentual) das questões e dos componentes do PEV. Participaram 37 professores de Educação Física, com média de idade de $41,6 \pm 7,7$ anos, sendo a maioria do sexo feminino (51,4%); casadas (83,8%); possuem um dependente (43,2%), são especialistas (62,2%); exercem outra função remunerada em escolas e/ou academias (59,5%); lecionam na zona urbana (86,5%) e em área que não apresenta vulnerabilidade social (75,7%), e se deslocam de carro (70,3%). De maneira geral a maioria tem um perfil positivo (67,6%), por outro lado um percentual considerável de docentes com perfil negativo (21,6%). Dentre os componentes com melhor percepção os relacionamentos foi o que apresentou índices mais altos (73,0%). A componente alimentação foi o que apresentou percentual mais baixo no perfil positivo (29,7%). Certa preocupação é se dá que 29,7% dos professores apresentaram perfil negativo na componente atividade física e 35% no componente Controle do estresse. Nesta perspectiva, diante do objetivo conclui-se que a maioria dos docentes apresentaram perfil positivo sobre o PEV.

Palavras-Chave: Professores, Educação Física, Perfil.

E-mail: maya.s.vieira@gmail.com

Telefone: (55) 99657-3533

¹ Bolsista de Iniciação Científica / URI Campus Santo Ângelo (maya.s.vieira@gmail.com).

² Professor Orientador GIEF/URI - Campus de Santo Ângelo (clemos@san.uri.br).



Área temática: Lazer e Recreação

IMPORTÂNCIA DA RECREAÇÃO TERPEUTICA PARA CRIANÇAS HOSPITALIZADAS

Andressa Rocha Antunes¹,
Cinara Valency Enéas Mürmann²,
GIEF - URI - Campus de Santo Ângelo

A recreação terapêutica é vista como uma forma de interação no âmbito hospitalar que visa colaborar com a recuperação dos pacientes. Constitui-se de um elemento facilitador para a elaboração de ansiedades por parte dos pacientes que se encontram internados ou em tratamento em instituições hospitalares, através do favorecimento de atividades (SILVA E PAULA. 2015). Assim, acredita-se que essa atividade deveria ser mais bem explorada, pois têm o seu papel no processo de restabelecimento da saúde das crianças em tratamento nos hospitais. Diante disso, o estudo teve como objetivo aprofundar o assunto e reunir dados/informações a respeito da recreação terapêutica e sua importância para crianças hospitalizadas. Para a realização do estudo foi utilizada a pesquisa bibliográfica. As fontes consultadas foram artigos científicos publicados a partir do ano de 2010 nas bases de dados como Scielo, Lilacs e Google Acadêmicos. A partir da leitura, análise e interpretação foi feito o fichamento. Os artigos destacam a importância do brincar, da ludicidade no auxílio do tratamento e da recuperação do paciente e sua socialização. Sabe-se que o brincar ocorre diariamente, sendo fundamental e necessário para o desenvolvimento físico, mental, social e emocional de uma criança. A hospitalização limita, em muitas vezes, as crianças e os adolescentes vivenciarem a infância de forma plena. De fato, a imagem da infância está intimamente ligada à energia, alegria e bem-estar, o que torna mais difícil assimilar a doença e a hospitalização, uma vez que neste momento a criança se percebe frágil e impossibilitada de realizar suas atividades, o brincar surge como uma possibilidade de modificar o cotidiano da internação e aliviar o sofrimento dessas crianças internadas. A recreação terapêutica esta associada a uma assistência hospitalar, onde não se deve considerar apenas o cuidado físico/ou o tratamento clínico à criança, deve se utilizar métodos para uma assistência mais humanizada. Ao tratarmos da estruturação da ludicidade voltada para o ambiente hospitalar, precisamos compreender a rigidez no que diz respeito às regras para aqueles que estão internados. Nesse ambiente é de grande importância a recuperação da doença, portanto não podemos esquecer de que essa criança necessita do brincar para contribuir para a sua recuperação. A recreação terapêutica também funciona como um espaço de socialização e interação com outros indivíduos, permitindo a criação de uma rede social e a possibilidade de sair do isolamento que a internação provoca. Diante disso, acredita-se que se faz necessária a intervenção por meio do brincar, pois possibilita inúmeros benefícios, diminuindo a angústia e os sentimentos negativos decorrentes da situação de hospitalização. Vale ressaltar que é preciso a disponibilização um ambiente favorável nos hospitais, as chamadas “brinquedotecas”, que proporcionam tempo e materiais para que as crianças brinquem interativamente. Além disso, devem dispor diversidade de materiais, incluindo livros, brinquedos e jogos, os quais possuem suas funções lúdicas. É

¹ Graduanda em Educação Física Bacharelado, URI - Campus de Santo Ângelo.

² Mestre em Ciência do Movimento Humano, professora da URI - Campus de Santo Ângelo (cinara@san.uri.br).



de suma importância a presença de um recreacionista, profissional responsável para cuidar desse espaço, chamar as crianças hospitalizadas para usufruir desse espaço, bem como desenvolver atividades em conjunto com elas. Nessa perspectiva, entende-se que os hospitais por meio de uma ação mais humanizada podem ser capazes de produzir conhecimento, saúde e a melhoria da qualidade de vida destas pessoas envolvidas no ambiente hospitalar. As intervenções permitem não apenas as crianças, mas também a todos os envolvidos uma maior reflexão nas atividades realizadas, e compreensão da situação de hospitalização, demonstrando assim que a Educação Física e as demais áreas têm muito a contribuir no trato com crianças hospitalizadas.

Palavras-Chave: Recreação Terapêutica, Brinquedoteca, Hospitais, Educação Física

Endereço: Rua Doze de Outubro, nº 47. Bairro Centro, Santo Ângelo – RS.

E-mail: andressa.antunees@hotmail.com

Telefone: (55) 99693-1322



Área temática: Atividade Física, Saúde e Treinamento Esportivo

COMPARAÇÃO DA RESPOSTA DA PRESSÃO ARTERIAL ENTRE MEMBROS SUPERIORES E INFERIORES APÓS EXERCÍCIO CARDIORRESPIRATÓRIO

Júlio César Theisen¹,
Luana Beatriz Backes²,
Nadine Fronza³,
Matheus Balbuena⁴,
Carlos Kemper⁵

Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – URI Santo Ângelo

Em todo o sistema vascular o sangue exerce pressão, especialmente nas artérias onde esta pressão é mais intensa, sendo utilizada como medida de indicação da condição de saúde. Esta pressão arterial (PA) consiste na força que o sangue exerce nas paredes arteriais, sendo determinada pela quantidade de sangue bombeado e a resistência ao fluxo sanguíneo. Durante o exercício físico, há o aumento da PA de forma linear ao aumento da intensidade do mesmo. A mesmos níveis de consumo de oxigênio, os exercícios cardiorrespiratórios para os membros superiores (MMSS) elevam mais a PA comparando-se com os membros inferiores (MMII). Isso se deve a massa muscular envolvida no exercício. Como os MMII possuem maior massa muscular comparando-se com os MMSS, isso gera uma maior vasodilatação dos músculos envolvidos, que conseqüentemente não eleva tanto a PA. A partir disto, o presente estudo teve por objetivo comparar a resposta da pressão arterial entre membros superiores e inferiores após exercício cardiorrespiratório. A amostra foi composta por dois indivíduos. Indivíduo A: sexo feminino, 19 anos e saudável. Indivíduo B: sexo masculino, 19 anos e saudável. O protocolo de exercício compreendeu a execução de bicicleta ergométrica a uma intensidade constante de 60% da frequência cardíaca de reserva, durante 15 minutos (15'). Os testes foram realizados em duas sessões e em dias diferentes, sendo que na sessão 1 o indivíduo A realizou o exercício com MMII e o B com MMSS. Na sessão 2 inverteu-se os membros de execução dos indivíduos. Para a aferição da PA utilizou-se o método auscultatório com um esfigmomanômetro de coluna de mercúrio e para o controle da frequência cardíaca utilizou-se dois frequencímetros da marca Polar modelo FT2. Nos dias dos testes os indivíduos permaneciam 5 minutos (5') em repouso para a aferição da PA pré-exercício. Após, realizavam o teste durante 15', sendo que sua PA era verificada a cada 5'. No término do teste, aferia-se novamente a PA (pós-teste), nos 5' após o teste e aos 10 minutos (10') após o teste. Os resultados da sessão 1 do indivíduo A foram: PA pré 126/80 mmHg, PA 5' 170/86 mmHg, PA 10' 176/86 mmHg, PA 15' 180/84 mmHg,

1 Acadêmico de Educação Física – Bacharelado. Grupo de Pesquisa em Exercício Físico e Hipertensão (GPEFH).

2 Acadêmica de Educação Física – Bacharelado. Grupo de Pesquisa em Exercício Físico e Hipertensão (GPEFH).

3 Acadêmica de Educação Física – Bacharelado. Grupo de Pesquisa em Exercício Físico e Hipertensão (GPEFH).

4 Acadêmico de Educação Física – Bacharelado. Grupo de Pesquisa em Exercício Físico e Hipertensão (GPEFH).

5 Mestre em Educação Física. Grupo de Pesquisa em Exercício Físico e Hipertensão (GPEFH).



PA pós 140/80 mmHg, PA pós 5' 140/80 mmHg e PA pós 10' 128/78 mmHg. Os resultados da sessão 1 do indivíduo B foram: PA pré 124/76 mmHg, PA 5' 164/80 mmHg, PA 10' 170/84 mmHg, PA 15' 170/84 mmHg, PA pós 142/80 mmHg, PA pós 5' 128/80 mmHg e PA pós 10' 122/74 mmHg. Os resultados da sessão 2 do indivíduo A foram: PA pré 122/80 mmHg, PA 5' 178/90 mmHg, PA 10' 190/90 mmHg, PA 15' 192/90 mmHg, PA pós 140/78 mmHg, PA pós 5' 132/74 mmHg e PA pós 10' 120/74 mmHg. Os resultados da sessão 2 do indivíduo B foram: PA pré 120/74 mmHg, PA 5' 162/80 mmHg, PA 10' 164/80 mmHg, PA 15' 164/80 mmHg, PA pós 140/70 mmHg, PA pós 5' 1124/70 mmHg e PA pós 10' 118/70 mmHg. Conclui-se que na comparação entre MMSS e MMII, os MMSS provocam um aumento maior da PA durante o exercício cardiorrespiratório o que acarreta em uma redução mais significativa da PA após o exercício cardiorrespiratório.

Palavras-Chave: pressão arterial, membros superiores, membros inferiores.

Rua Oswaldo Cruz, 595, AP 201 – Santo Ângelo, RS.
theisenjulio@gmail.com
(55)99964-3927



Área temática: Atividade Física, Saúde e Treinamento Esportivo

ANÁLISE DA PRESSÃO ARTERIAL DE UM INDIVÍDUO HIPERTENSO APÓS TRÊS ANOS DE TREINAMENTO FÍSICO

Luana Beatriz Backes¹,
Nadine Fronza²,
Júlio César Theisen³,
Carlos Kemper⁴,

Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
GIEF- Grupo Interdisciplinar em Educação Física.
GPEFH- Grupo Pesquisa Exercício Físico e Hipertensão

O exercício físico regular, desde que bem planejado quanto a sua duração e intensidade tem sido frequentemente recomendada como uma conduta fundamental na prevenção ou no tratamento não farmacológico da Hipertensão Arterial Sistêmica. Diversos estudos demonstram que a redução da pressão arterial (PA) por algumas horas é ocasionada por uma única sessão de exercícios, tanto aeróbios, de força ou concorrentes. Esse fenômeno, conhecido na literatura como hipotensão pós-exercício (HPE), consiste em níveis pressóricos observados no período de recuperação inferiores àqueles aferidos na situação pré-treino. Por outro lado o somatório dos efeitos hipotensivos agudos das sessões de treinamento geram os efeitos crônicos do exercício físico em virtude da prática continuada de programas de treinamentos físicos, esses efeitos crônicos são ocasionados por alterações provocadas ao organismo pelo exercício físico. Portanto o presente estudo tem por objetivo analisar os efeitos do exercício físico na pressão arterial de um indivíduo hipertenso após 3 anos de prática regular de exercício físico. A amostra foi composta por 1 indivíduo com idade de 72 anos, do sexo masculino e hipertenso controlado. As sessões de treinamento foram realizadas num período de três anos, totalizando 6 semestres, no intervalo entre cada semestre havia uma pausa no treinamento. A Pressão Arterial foi aferida pelo método auscultatório e o aparelho utilizado foi o esfigmomanômetro de coluna de mercúrio. A Frequência Cardíaca (FC) foi verificada pelo frequencímetro da marca Polar®. Os exercícios realizados foram de resistência cardiorrespiratória (RC) e de resistência muscular localizada (RML). Ao chegarem ao local o hipertenso permanecia 5 minutos sentado e sua Pressão Arterial era aferida (pré). Ao terminar a verificação o mesmo realizava aquecimento geral, seguido de aquecimento articular, então começavam os exercícios resistidos (musculação) onde ao termino aferia-se a pressão arterial, após realizava exercícios cardiorrespiratórios a uma intensidade entre 50% e 60% FCRES onde era verificada novamente a Pressão Arterial (pós) e monitorada até 20 minutos (20') após o exercício, com intervalos de 5 minutos entre cada verificação. Os resultados encontrados foram, na primeira sessão de treinamento a Pressão Arterial Sistólica (PAS) foi de 128mmHg, Pressão Arterial Diastólica (PAD) 84mmHg, FC 79bpm e o Duplo Produto (DP) 10112 bpm/mmHg e na última sessão de treinamento, após os três anos de exercício físico PAS 120mmHg, PAD 80mmHg, FC 65bpm, DP 7800 bpm/mmHg. Portanto podemos concluir que ao analisar os efeitos do exercício físico na pressão arterial de um indivíduo hipertenso após 3 anos de prática regular de exercício físico, podemos constatar que houveram benefícios, pois o indivíduo apresentou diminuição tanto nos

^{1,2,3} Acadêmicos do curso de Ed. Física.

⁴ Mestre em Atividade Física, Qualidade de vida e Saúde.



níveis pressóricos quanto na frequência cardíaca o que acarreta diminuição do trabalho do miocárdio, tendo efeitos parecidos com a ação medicamentosa, porém não apresentando efeitos colaterais aparentes.

Palavras-Chave: Hipertensão Arterial, Exercício Físico, idosos.

Endereço: Rua Dr Bezerra de Menezes 230

E-mail: luanabackes@aluno.santoangelo.uri.br

Telefone:996289664



Área temática: Formação Profissional e Mundo do Trabalho

GINASTRADA DA URI: VIVÊNCIAS E CONTRIBUIÇÕES PARA A FORMAÇÃO INICIAL DOS ACADÊMICOS

José Vitor Calegaro¹,
Cinara Valency Enéas Mürmann²,
GIEF - URI Campus Santo Ângelo

Ginastrada, apesar de ser uma palavra um pouco desconhecida, trata-se de um evento/festival não competitivo que possibilita a participação de quaisquer pessoas, independente de idade, gênero, estatura ou raça. Nela ocorre uma apresentação de coreografias envolvendo movimentos ginásticos com elementos de dança, permite a inclusão de elementos corporais e utilização de diferentes aparelhos sem limite algum, também é conhecida como “Ginástica para Todos” (GPT). O objetivo desse trabalho é relatar a experiência da XV Ginastrada da URI vivenciada na disciplina de Metodologia do Ensino da Ginástica do curso de Educação Física bacharelado da URI e sua contribuição na formação inicial. A GPT mantém o foco em promover a aprendizagem cooperativa, sociabilização dos participantes e da comunidade e o lazer saudável. No mesmo intuito, o campus de Santo Ângelo da URI teve iniciativa de realizar o evento “Ginastrada da URI”, neste ano sucedeu-se a “XV ginastrada da URI”. Em um primeiro instante foram realizadas leituras e aulas expositivo-dialogadas com os acadêmicos para aproximação com o conhecimento sobre a GPT e a ginastrada. Após o entendimento de todos a respeito do conteúdo, os mesmos foram orientados a estruturar uma coreografia, de no mínimo sete minutos, para apresentar. Começando assim os preparativos, no mesmo dia a turma foi dividida em grupos e instruída a escolher um tema para a demonstração, o tema escolhido pelo nosso grupo foi “Exclusão e Inclusão”, já deixamos encaminhados a música e o figurino. O próximo passo era desenvolver a coreografia, onde foi usado instrumentos como o minitramp e colchões. Na coreografia foram incluídos movimentos ginásticos como rolamentos, elementos de ligação (ondas, giros, saltitos), passos de dança, saltos, acrobacias e pirâmides. Assim como elementos de equilíbrio, de força (vela, parada de mão, subida a força) e de flexibilidade. A professora auxiliou os acadêmicos durante toda a construção, trouxe-nos sugestões de elementos ginásticos, dicas para evitar possíveis acidentes, entre outros. Os acadêmicos por sua vez, ajudaram na divulgação e na execução do evento. A XV Ginastrada aconteceu dia 4 de julho de 2018, no ginásio poliesportivo da universidade, na plateia esteve presente a comunidade em geral, já na apresentação, alunos das escolas santo-angelenses, a Cia Circense Burzum e os acadêmicos do 1º semestre do curso de Educação Física. A partir dessa experiência conseguimos assimilar todo o conhecimento teórico, na prática, entendendo como é estruturado um festival de ginástica, também “colocar-se” no lugar dos ginastas, onde é preciso criatividade para a montagem da coreografia. Verificamos a importância do diálogo, do respeito às diferenças e a tolerância em um trabalho em grupo. Além de possibilitar a divulgação da ginástica como atividade e/ou esporte e propiciar a comunidade um Festival de Ginástica, a experiência contribuiu significativamente com a formação inicial dos acadêmicos possibilitando identificar os aspectos da ginástica e da Ginástica para Todos.

¹ Graduando em Educação Física Bacharelado – URI – Santo Ângelo.

² Mestre em Ciência do Movimento Humano, professora da URI – Santo Ângelo.

XIV
Semana
Acadêmica
de Educação
Física

**A IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS CORPORAIS
NA CONSTITUIÇÃO DA IDENTIDADE
DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

De 27/08 a 1º/09

URI
SANTO ANGELO

XI Mostra de Pesquisa, Ensino e Extensão do
Curso de Educação Física - 28 e 29 de agosto de 2018

15
anos
Educação
Física

Palavras-Chave: Ginástica para Todos, Educação Física, Formação Inicial.

Endereço: Rua Alcides Pilau, 1175 - Giruá

E-mail: kyrosvitor14@gmail.com

Telefone: (55) 99999-5438



Área temática: Atividade Física, Saúde e Treinamento Esportivo

HEREDITARIEDADE COMO INFLUENCIADOR PARA O DESENVOLVIMENTO DA DIABETES MELLITUS TIPO 2

Andressa Rocha Antunes¹,
Carlos Kemper²,
URI - Campus de Santo Ângelo, RS

O Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) é uma doença crônica não transmissível, ocasionada por defeitos na secreção de insulina e/ou em sua ação, sendo caracterizada principalmente por hiperglicemia e outras manifestações. O desenvolvimento do DM2 envolve componentes genéticos e ambientais, trata-se de uma doença ainda não completamente esclarecida, no entanto, conhecemos pouco sobre os genes que estão associados a essa doença. Diante disso, o estudo teve como objetivo investigar a influencia da hereditariedade para o desenvolvimento do Diabetes Mellitus tipo 2. Para a realização desse estudo foi utilizado o método de pesquisa bibliográfica e revisões da literatura, a amostra contou com artigos científicos publicados entre os anos de 2015 e 2018 nas bases de dados como Scielo, Lilacs e Google Acadêmico, em português. A análise de dados foi através do método descritivo. A importância da hereditariedade se apóia em fatos, estima-se que de 30% a 70% do risco de desenvolvimento do DM2 seja de origem genética, embora os números totais de genes envolvidos não estejam completamente esclarecidos. Vários genes de suscetibilidade envolvidos na regulação do metabolismo da glicose têm sido demonstrados como articuladores de risco para o começo da doença, nesse sentido algumas proteínas codificadas por estes genes possuem ações relacionadas com diversas funções metabólicas, como sensibilidade e secreção de insulina. Assim, sabe-se que a predisposição genética desfavorável para a patologia é composta de vários genes (poligênica) que interagem com os fatores ambientais, promovendo assim o DM2, porém o grau de proteção contra o diabetes naqueles possuem histórico familiar apresenta um decréscimo em torno de 37%, enquanto naqueles que não possuem nenhum parentesco com diabetes aliado a atividade física apresenta uma diminuição de até 76% na probabilidade de desenvolver essa patologia. Dessa forma, se caso houver presença dos fatores genéticos o desenvolvimento de diabetes pode ser suscetível com uma prevalência alta, a prevenção do surgimento dessa doença pode ser reforçada com a identificação precoce dos indivíduos de risco. É notável uma relação intensa entre atividade física e o risco de desenvolvimento do DM2, neste sentido o estilo de vida torna-se um influenciador direto. Portanto podemos concluir que a hereditariedade é um fator desencadeante da diabetes mellitus tipo 2, porem com a associação de um estilo de vida não saudável aumentam a probabilidade do desenvolvimento desta patologia.

Palavras-Chave: Diabetes, Genética, Estilo de Vida.

Endereço: Rua Doze de Outubro, nº 47. Bairro Centro, Santo Ângelo – RS.

E-mail: andressa.antunees@hotmail.com

Telefone: (55) 99693-1322

¹ Acadêmica do curso de Educação Física. URI - Campus de Santo Ângelo (andressa.antunees@hotmail.com)

² Me. Professor de Educação Física. URI - Campus de Santo Ângelo (ckemper@san.uri.br)



Área temática: Educação Física Escolar

VIVÊNCIA DA NATAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Rosana Steinhaus da Rosa¹,
Ana Maria Becker Teixeira²,
Rudi Ademir Zimpel³
E.M.E.F Antônio Cortez

Rocha (2001) diz que atualmente o interesse para atividades na água aumentou não só em relação a pacientes e alunos, mas também a estudiosos, professores e pesquisadores das diversas áreas de estudo, como exemplos a Educação Física e suas atividades físicas, a Fisioterapia e suas terapias aquáticas, entre outras. A natação, através dos tempos, vem evoluindo de maneira satisfatória de acordo com as exigências da sociedade e do próprio ser humano. A crescente procura por tal atividade se dá, especialmente, no âmbito do lazer, em que as pessoas detêm um tempo livre, que deve ser aproveitado da melhor maneira possível, satisfazendo as intrínsecas necessidades e desejos do indivíduo. Portanto o objetivo deste trabalho é relatar A natação, como conteúdo da disciplina de Educação Física, surgiu a partir do estudo da última versão da BNCC (Base Nacional Comum Curricular) onde diz que é pertinente que os estudantes tenham a oportunidade de experimentar práticas corporais no meio líquido, dado seu inegável valor para a segurança pessoal e seu potencial de utilização durante o lazer. Sendo portanto, práticas centradas na ambientação dos estudantes ao meio líquido que permitem aprender, entre outros movimentos básicos, o controle da respiração, a flutuação em equilíbrio, a imersão e os deslocamentos na água”. Buscou-se então realizar uma parceria com a academia Raia 3, situada no município de Santo Ângelo, para realizar três sessões de atividades aquáticas com os alunos (as) do oitavo e nono ano da E.M.E.F Antônio Cortez. O planejamento foi dividido em três etapas: 1) Apresentação da natação aos alunos por meio de aula teórica, partindo desde o histórico, até os movimentos básicos dos quatro estilos competitivos da natação (Crawl, costas, peito e borboleta). 2) Serão realizadas três aulas práticas, seguindo uma sequência lógica de conteúdos abordados por aula, onde primeiramente as atividades serão para reconhecimento do ambiente pelos alunos e observar em qual nível os mesmos se encontram referente às habilidades na natação, posteriormente nas próximas duas aulas, as atividades serão mais específicas para o nado crawl (braçadas e pernadas alternadas), por ser o nado mais usual. 3) Após a vivência da natação, será proposto aos alunos a realização de uma exposição em um mural na escola contendo os relatos da experiência e imagens. O projeto já está em andamento, no qual já foi realizada a etapa 1, os alunos se mostraram resistentes ao saber sobre o conteúdo a ser estudado, pois ao ver deles não seria possível realizar na prática a modalidade, ainda, alguns relataram que iriam perder as aulas de educação física para estudar na teoria. Após a modalidade ser apresentada na teoria, foi proposto uma parceria entre a escola e uma academia que possui piscina aquecida no município de Santo Ângelo afim de realizar três aulas práticas de natação. Quando apresentada a proposta das aulas práticas aos alunos, percebeu-se uma grande motivação, porém, também certa resistência pelo novo. Na primeira aula prática

¹ Graduada em Educação Física licenciatura pela URI-Campus Santo Ângelo.

² Graduada em História pela URI-Campus Santo Ângelo.

³ Graduado em Educação Física pela universidade de Cruz Alta.



os alunos demonstraram confiança no ambiente, realizando as atividades com interesse. Espera-se que esta vivência desperte o interesse dos alunos na busca por novos desafios e mostre que a disciplina de educação física na escola vai muito além da prática pela prática, sendo de suma importância para o desenvolvimento integral dos alunos.

Palavras-Chave: Natação, Educação Física escolar, Vivência .

Endereço: Rua Nelson Kaercher, nº 98, Santo Ângelo

E-mail: Rosanasteinhaus_uri@hotmail.com

Telefone:(55) 9 8148 0482