

## ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL E COORDENAÇÃO MOTORA EM ESCOLARES DO ENSINO FUNDAMENTAL II

KESLEY PABLO MORAIS DE AZEVEDO  
kesley\_pablo@hotmail.com

NAILTON JOSÉ BRANDÃO DE ALBUQUERQUE FILHO  
nailtonalbuquerque@hotmail.com

HEDMO AUGUSTO COSTA FERNANDES  
hedmo\_costa@hotmail.com

HIDERALDO BEZERRA DOS SANTOS  
hideraldo.ces@bol.com.br

HUMBERTO JEFFERSON DE MEDEIROS  
hjmbeto@bol.com.br

### INTRODUÇÃO

Aspectos do cotidiano vêm alterando as atividades diárias das crianças. O avanço tecnológico torna-se um aliado para alguns grupos musculares principalmente os da motricidade fina (atividades manuais), caso específicos dos jogos eletrônicos. Por outro lado, uma falta de atividades físicas diárias onde envolva um maior número de grupos musculares, sofre influências pela falta de segurança, as questões climáticas, contribuindo para inatividades e sedentarismo. Rosa et al. (2011) advertem para o fato que a monitoração de níveis de atividade física em segmentos da população jovem se tornando um grande campo de estudo para especialista da área. De acordo com Krebs, Ferreira Neto (2007), no atual cenário mundial, alerta para um declínio no nível de atividade física habitual de crianças, adolescentes e adultos, estando ligada ao avançotecnológico, que deixa as pessoas cada vez mais acomodadas, causando um quadro de sedentarismo generalizado. A atividade física deve ser estimulada desde os primeiros anos de vida, a fim de manter um perfil ativo, sobre tudo, saudável. A sua prática na infância estendida a adolescência, provavelmente garante um adulto ativo e longe de doenças. Segundo Sanders (2005), quando as crianças vivenciam experiências de movimentos que ajudam no seu desenvolvimento, sendo executadas diariamente, tem potencial de torná-las fisicamente ativas e saudáveis pela vida toda. Isso é uma importante meta que o professor de Educação Física tem diante de todas as doenças que vem surgindo entre crianças e toda a tecnologia que as tornam sedentárias.

Menores níveis de prática de atividade física estão diretamente relacionados a elevada incidência de cardiopatias, diabetes hipertensão, obesidade, osteoporose e alguns tipos de câncer, que se tornam mais prevalentes com o avanço da idade e acarretam redução de qualidade de vida e da longevidade. Atualmente sabemos que os índices de obesidade adicionados com todas as outras doenças que cercam estão ficando bastantes presentes na vida das crianças, tornando-se portadores de fatores de riscos ou classificados habitualmente como sedentários (MALINA, BOUCHARD 2002).

Estudo realizado por Mascarenhas (2005); Matias (2008) indicam que rapazes dedicaram quatro vezes mais tempo ao dia em atividades físicas de moderada a vigorosa intensidade que moças apontando rapazes como sendo habitualmente mais ativos que moças.

Esse fato dos rapazes serem habitualmente mais ativos que as moças corroboram com o estudo de Willwock, Valentini (2007), pois de acordo com eles, em relação ao gênero, a superioridade no desempenho dos meninos é decorrente da cultura que ainda promove o maior engajamento dos meninos por meio do incentivo de pais e professores, do contato com as atividades motoras desde pequenos e dos meios de comunicação. Enquanto que a sociedade ainda dirige as meninas para os trabalhos domésticos, privando-as de desenvolver suas habilidades tão rápido quanto à dos meninos, alertando para a promoção e o envolvimento das

meninas em atividades motoras tornando-se competentes motoramente tirando-as de risco de estarem mais propícias a doenças crônico-degenerativas futuramente.

A necessidade da coordenação motora é fundamental ao ser humano, pois é considerada uma qualidade básica para a realização de tarefas diárias e controlar seu corpo de forma mais eficiente no tempo e no espaço, não recebendo os estímulos necessários, certamente ela apresentará as características de uma insuficiência de coordenação após os seis anos, como conseqüência apresenta forte relação de influencia na aderência de atividades físicas diárias (FARIAS; SALVADOR, 2005; SARAIVA; RODRIGUES. 2010).

Em virtude do comodismo da população em sua grande maioria em crianças e adolescentes vem gerando uma grande preocupação aos professores e pesquisadores da área, com isso visando verificar a freqüência de suas atividades físicas habituais e sua coordenação motora, sabendo-se que um baixo índice de AFH acarreta sérios problemas a saúde e um dos principais responsáveis por isso e o sedentarismo que hoje é sinônimo de preocupação em todo o mundo, e é algo que vem crescendo desordenadamente. Diante do exposto apresento o estudo tem por objetivo analisar o nível de atividade física habitual e coordenação motora de escolares no ensino fundamental II.

## MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa foi do tipo descritiva com delineamento desenvolvimental e corte transversal. Foi composta por escolares de ambos os sexos matriculados do 8º e 9º ano do ensino fundamental II do colégio Mater Christi no município de Mossoró-RN. A amostra ficou constituída de 55 escolares 21 meninos e 34 meninas selecionadas de forma probabilística durante as aulas de Educação Física, onde foi utilizado um questionário voltado a mensurar o nível de prática habitual de atividade física proposto por Baecke et al., (1982), (Baecke Questionnaire of Habitual Physical Activity – BQHPA) validado por Guedes et al., (2002), e a bateria de teste KTK (Körperkoordinationstest für Kinder – KTK), proposto por Kiphard e Schilling (1970 e 1974) *apud* Gorla, Araújo (2007) para aferir o nível de coordenação sendo composta por 4 teste sendo caminhar na trave de equilíbrio (TE), saltos monopodais (SM), saltos laterais (SL) e transferências sobre Plataformas (TP). A estatística utilizada para avaliar a relação entre atividade física e o nível de coordenação dos sujeitos, foi utilizada a correlação linear de Pearson com um nível de significância de  $p < 0,05$ .

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

A seguir são apresentados os resultados referentes à classificação geral dos níveis de atividade física obtido pelos escolares que participaram do presente estudo (Tabela 01) e da (Tabela 02) classificação de coordenação motora e índice de atividade física habitual para escolares de ambos os sexos.

**Tabela 01-** Estimativa do nível de prática habitual e de atividade física para ambos os sexos em diferentes contextos.

Variáveis	n	Média	Sd	Máximo	Mínimo
<b>IAE</b>					
Masculino	21	2,40	0,57	3,1	1,1
Feminino	34	2,39	0,35	3,0	1,3
<b>IAFLA</b>					
Masculino	21	2,70	1,14	5,1	0,8
Feminino	34	1,92	0,81	4,4	0,8
<b>IAFTL</b>					

Masculino	21	2,30	0,69	4,3	1,3
Feminino	34	2,22	0,70	3,8	1,0
<b>IAFH</b>					
Masculino	21	2,40	0,51	3,2	1,1
Feminino	34	2,15	0,39	2,8	1,0

**Legenda:** IAE = Índice de atividade na escola; IAFLA = Índice de atividade física no lazer ativo; IAFTL = Índice de atividade física no tempo livre; IAFH = Índice de atividade física habitual.

**Tabela 02-** Classificação e percentual de coordenação motora e índice de atividade física habitual para escolares de ambos os sexos.

<b>Classificação do Índice de Coordenação (%)</b>	<b>Bom</b>	<b>Normal</b>	<b>Regular</b>	<b>Baixo</b>
Masculino			4,77	61,9
Feminino			--	44,11
<b>Classificação Índice A. Física Habitual (%)</b>	<b>Ativo</b>	<b>Sedentário</b>		
Masculino	19,05	80,95		
Feminino	0,00	100		

Os resultados demonstram que apenas 19,05% dos meninos são classificados como ativos contra 0% das meninas. Todas as crianças do sexo feminino estudadas apresentaram um baixo nível de atividade física habitual no total de 100% dos participantes onde se encontram abaixo da classificação normais consideradas sedentárias contra 80,95% dos meninos, constatando que os meninos são mais ativos que as meninas.

Guedes et al (2002) Mascarenhas (2005); Matias (2008) em seus estudos também constataram que os rapazes mostraram-se mais ativos em atividades físicas de moderada a vigorosa intensidades que as meninas. Por outro lado, Lopes (2010) em seu estudo comparativo entre meninos e meninas não encontrou diferenças estatisticamente significativas nos níveis de atividade física quer entre os dois sexos quer entre os dois grupos etários considerados.

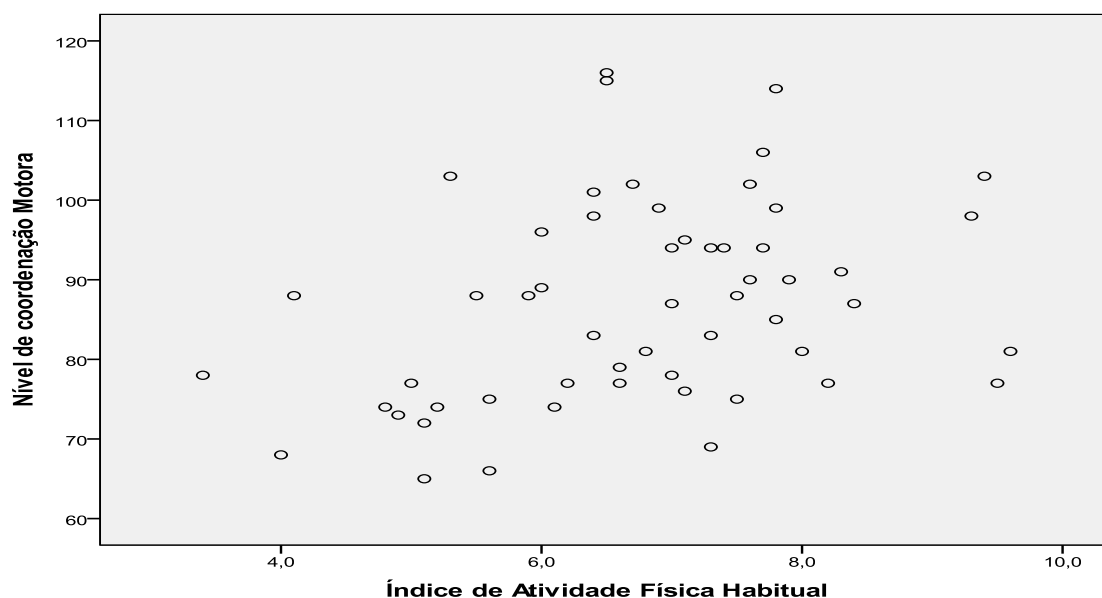
Um estudo realizado com crianças Portuguesas, Lopes (2011) analisando 25 crianças, encontrou para o nível de atividade física habitual de todos os sujeitos da amostra encontraram se em valores de atividade física entre moderada a vigorosa, cumprindo as recomendações internacionais de atividade física diária para crianças necessária para a manutenção de um bom estado de saúde.

Outros estudos elaborados por Willcock, Valentini (2007); Carminato (2010) revelou que a maioria dos escolares pesquisados, independentemente da idade e do sexo, se encontra abaixo da normalidade, sendo que os meninos apresentaram níveis de desempenho superiores ao das meninas, tanto para atividade física quanto para coordenação.

Lopes (2011) evidenciou que apenas 47,6% das crianças do estudo apresentaram índices de Coordenação Motora normal, e que na sua maioria 52,4% dos alunos apresentaram insuficiência coordenativa e perturbações da coordenação. No entanto, esses resultados vêm de encontro ao nosso estudo onde evidenciamos 4,77% das crianças classificadas como regular, e 61,90% classificadas como normal.

Estes dados podem apontar para uma inatividade na vida dos jovens e adolescentes, estando o contexto presente no cotidiano dos mesmos influenciando no seu desenvolvimento e nos seus níveis de coordenação sendo importante estimular as crianças para uma prática regular de atividade física onde, as mesmas possam incorporar hábitos saudáveis tornando-se

seres ativos para toda vida. (SANDERS, 2005; FARIAS; SALVADOR, 2005; SARAIVA; RODRIGUES. 2010).



**Gráfico 01-** Correlação entre Índice de atividade física habitual e níveis de coordenação motora entre os escolares de ambos os sexos

Analisando os resultados para a correlação entre Índice de atividade física habitual e níveis de coordenação motora entre os escolares de ambos os sexos, evidenciou-se uma correlação moderada entre os índices ( $r=0,33$ ) para um nível de significância de ( $p=0,01$ ).

Assim, 33% dos índices de coordenação motora são explicados pelo índice de atividade física habitual, ou seja, quanto mais baixo os níveis de coordenação motora mais baixa os níveis de atividade física, fato este evidenciado inversamente, pois é de se esperar que as crianças mais ativas sejam aquelas que apresentem um maior repertório motor, e conseqüentemente, uma melhor coordenação motora e um desempenho mais elevado das habilidades motoras.

## CONCLUSÕES

Baseado nas evidências, independentemente do sexo, o estudo apresentou alta proporção de jovens sedentários que não cumprem atividades físicas diárias, o que pode ser um fator determinante para o baixo nível de coordenação motora, acarretando agravos o seu desenvolvimento e sua saúde, sugere-se que as crianças possam se engajar em atividades ativas e prazerosas em áreas recreativas, na escola e em casa.

## REFERÊNCIAS

BAECK, J. A. H; BUREMA, J.; J. E. FRITERS. A short questionnaire for the measurement of habitual physical activity in epidemiological studies. **American journal of clinical nutrition**, v.36, p 936-42, 1982

CARMINATO, R. A. **Desempenho motor de escolares através da bateria de teste KTK**. 99 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física), no Departamento de Educação Física, Setor de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná, 2010.

FARIAS, E. S.; SALVADOR, M. R. D. Antropometria, composição corporal e atividade física de escolares. **Rev. Bra. de Cine. Des. Hum.** v.7, n.1 p 21-29, 2005

GORLA, J. L.; ARAUJO, P. F. **Avaliação motora em educação física adaptada: teste KTK para deficientes mentais**. São Paulo: Phorte, 2007.

GUEDES, D. P. et al. Atividade física habitual e aptidão física relacionada à saúde em adolescentes. **Rev. Bras. Ciên. e Mov.** Brasília v. 10 n. 1 p. 13 - 21 janeiro 2002.

KREBS, R. J.; FERREIRA NETO, C. A. **Tópicos em desenvolvimento motor na infância e adolescência**, Rio de Janeiro: Nova Letra, livro da Siec, 2007

LOPES, L. O. et al. Associação entre atividade física, habilidades e coordenação motora em crianças portuguesas. **Rev. Brás. Cineantropom Desempenho Humano**, v.13 n.1 p 15-21, 2011

MALINA, R. M. E C. BOUCHARD. **Atividade física do atleta jovem: do crescimento a maturação**. São Paulo: Roca. 2002

MASCARENHAS, L. P. G.; et al. Relação entre diferentes índices de atividade física e preditores de adiposidade em adolescentes de ambos os sexos, **Rev. Brás. Med Esporte**, v.11, n.4 jul/ago, 2005

MATIAS, W. B. Nível de atividade física e composição corporal referenciada no IMC de universitários da UESB Jequié/Bahia, **Revista Digital efdesportes** – Benos Aires- Año 13° n.124- set/2008, disponível em: [www.efdesportes.com/](http://www.efdesportes.com/) acesso em 20/05/2011

ROSA, C. S. C. et al. Atividade física habitual de crianças e adolescentes mensuradas por pedômetro e sua relação com índices nutricionais. **Rev. Brás. Cineantropom Desempenho Hum**, v.13, n.1 p. 22-28, 2011

SANDERS, S. W. **Ativo para a vida: programas de movimento adequados ao desenvolvimento da criança**. Porto Alegre: Artmed, 2005

SARAIVA, J. P.; RODRIGUES, L. P. Relação entre atividade física, aptidão física, morfologia e coordenativa na infância e adolescência. **Motriz**, v.6, n.4, p35-34. 2010

WILLWOCK, G.; VALENTINI, N. C. Percepção de competência atlética, orientação motivacional e competência motora em crianças de escolas publicam: estudo desenvolvimental e correlacional. **Rev. Brás. Educ. fis. Esp.**, v.21, n.4, p.245-257, 2007