

# Perfil de atividades físicas e esportivas realizadas pelos estudantes do IFSul - Câmpus Bagé no âmbito de lazer

PEO3190619/041

RODRIGUES, G.V. (Discente - IFSul Câmpus Bagé) = [gildarodrigues014@gmail.com](mailto:gildarodrigues014@gmail.com)

SOUZA, J.B.Z. (Discente - IFSul Câmpus Bagé) = [juliazschitschick@gmail.com](mailto:juliazschitschick@gmail.com)

TEIXEIRA, R.L. (Discente - IFSul Câmpus Bagé) = [rayssadd28@gmail.com](mailto:rayssadd28@gmail.com)

CUNHA, G.B. (Docente Orientador - IFSul Câmpus Pelotas) = [gabrielcunha@ifsul.edu.br](mailto:gabrielcunha@ifsul.edu.br)

HARTWIG, T.W. (Docente Colaborador - IFSul Câmpus Bagé) = [tiagohartwig@ifsul.edu.br](mailto:tiagohartwig@ifsul.edu.br)

SOBRINHO, A.E.S. (Docente Colaborador - IFSul Câmpus Bagé) = [antoniosobrinho@urcamp.edu.br](mailto:antoniosobrinho@urcamp.edu.br)

Instituto Federal Sul-rio-grandense - Câmpus Bagé

13<sup>o</sup>  
JIC  
IFSul

JORNADA DE  
INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO  
INSTITUTO FEDERAL SUL-RIO-GRANDENSE  
2020



## INTRODUÇÃO E OBJETIVO:

A literatura tem mostrado que a prática de atividade física regular está associada a melhores condições de saúde, e, quando praticada desde cedo pelos jovens, pode otimizar o desenvolvimento tanto físico como cognitivo, contribuindo tanto para um crescimento saudável, como nos resultados de aprendizagem. (JUNIOR, 2017).

Fazer atividade física regular proporciona um melhor desenvolvimento da massa óssea, músculos e articulações, do controle do peso, do bom funcionamento do coração e pulmões, do desenvolvimento e coordenação dos movimentos e contribui também para o controle da ansiedade e estresse (NAHAS, 2003).

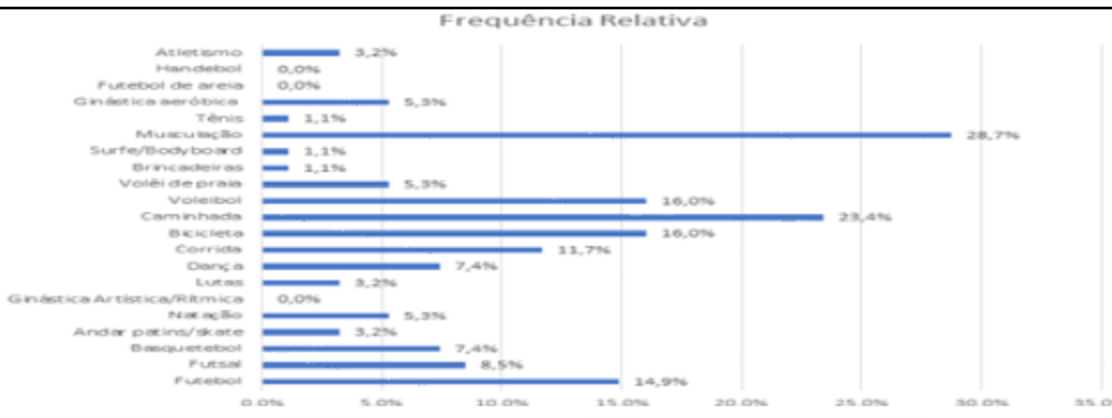
Sendo assim, com base na relevância da prática de atividade física tanto para a saúde, quanto para o desenvolvimento motor, psicológico e físico dos adolescentes. O presente estudo tem como objetivo identificar o perfil das práticas de atividades físicas e esportivas realizadas pelos estudantes do Instituto Federal Sul-rio-grandense - Câmpus Bagé no âmbito de lazer.

## MÉTODOS:

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário utilizado e validado por Bastos (2006). Esse questionário foi aplicado para as turmas que ingressaram na disciplina de Educação Física no ano de 2019, totalizando 101 respostas. O estudante deveria assinalar as práticas corporais realizadas no tempo de lazer nos últimos sete dias. Para isso, o instrumento apresentava diversas opções de práticas de atividades físicas. Para apresentação dos resultados, foram realizadas análises descritivas, recorrendo a frequência relativa.

## RESULTADOS:

Em relação a prática de atividade física no lazer, os resultados do estudo indicam que a caminhada (23,4%), a musculação (28,7%), andar de bicicleta (16%) e jogar voleibol (16%) foram as práticas corporais mais frequentes entre os escolares. Por outro lado, ginástica artística/rítmica, handebol e futebol de areia não foram citados pelos discentes.



## CONCLUSÃO:

Pode-se concluir que os adolescente parecem estar mais propensos a pratica de atividades físicas do que modalidades esportivas. É possível observar também uma preferência em relação aos esportes coletivos, quando comparado com os esportes individuais.

## Referências:

BASTOS, J. P. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes. [s.l.] Universidade Federal de Pelotas, 2006.  
JUNIOR, H.P.H A importância da atividade física na adolescência. Campo Grande News. 2017  
NAHAS, M.V. *Atividade física, saúde e qualidade de vida – conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 3ª edição. Londrina: Midiograf, 2003  
VIA SCHÜTZ, G.A.:BURGOS, M.S Perfil de atividades físicas e esportivas de adolescentes entre 14 e 17 anos: um estudo em Venâncio Aires, RS, 2011

REALIZAÇÃO:



INSTITUTO FEDERAL  
Sul-rio-grandense