

25 A 27 DE SETEMBRO | AUDITÓRIO MASTER



VI CONAFES



EDUCAÇÃO
FÍSICA EM
CONSTANTE
CRESCIMENTO



Educação Física



UNIFIP

Prezados Congressistas

A Coordenação do Curso de Bacharelado e Licenciatura em Educação Física da UNIFIP Patos - PB realizou, nos dias 26 a 28 de setembro de 2024, o 6º CONAFES (Congresso Nacional de Atividade Física e Esportes). O evento teve como propósito discutir a Educação Física em constante crescimento, compartilhando experiências vividas pelos alunos do curso nas atividades de ensino, estágio, pesquisa, extensão, monitoria e clínica.

Em colaboração com os núcleos institucionais, a programação científica foi integrada ao VI CONAFES. Durante o evento, foram oferecidas palestras sobre diversos temas, sempre contextualizando o assunto abordado. Além disso, contribuir com a formação continuada.

Os alunos também tiveram a oportunidade de apresentar e participar de exposições de diversos trabalhos científicos, nas modalidades de resumos em Aulas expositivas e comunicação oral. Ao todo, foram apresentados 13 trabalhos, a seguir descritos para publicação.

Manifestamos nossos profundos agradecimentos aos alunos que submeteram seus trabalhos, que enriqueceram o evento com investigação científica valiosa, contribuindo de maneira significativa para a formação dos estudantes do curso de Educação Física, estendendo aos professores avaliadores que contribuíram com seus conhecimentos.

Por fim, expressamos nossa gratidão à Revista Coopex pela oportunidade de publicar os resumos dos trabalhos apresentados.

**Centro Educacional de Ensino Superior de Patos – LTDA.
UNIFIP Patos – PB**

Reitor João Leuson Palmeira Gomes Alves

**Coordenador dos Cursos de Bacharelado e Licenciatura em
Educação Física**

Prof. Me. Nalfranio de Queiroz Sátiro Filho

Comissão Científica

Prof. Me. Odvan Pereira de Gois

Prof. Me. Alana Simões Bezerra;

Prof. Me. Nalfranio de Queiroz Sátiro Filho

Prof. Dr. Marcos Antonio Medeiros do Nascimento

Comissão Docente Organizadora

Profa. Me. Francisca Marcia

Prof. Me. Odvan Pereira de Gois

Prof. Dr. Marcos Antonio Medeiros do Nascimento

Prof. Me. Nalfranio de Queiroz Sátiro Filho

Resumos

AQUISIÇÃO DE MÚLTIPLAS HABILIDADES EM CRIANÇAS ATRAVÉS DA PRÁTICA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Hugo Samuel Viana dos Anjos;
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,
hugoanjos@edf.fiponline.edu.br

Lívia Cristina Cavalcante Pereira;
Acadêmica do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Mikaely Inocência da Silva;
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Pietra Marques Vasconcelos Farias;
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Alana Simões Bezerra;
Docente do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Eixo temático: (Desempenho humano e Atividade física) temática 3 – Educação Física

RESUMO

Introdução: A Ginástica Artística (GA) é uma modalidade esportiva corporal que envolve diversas habilidades motoras, tais como força, consciência corporal e flexibilidade. Esta prática é caracterizada pelos movimentos corporais e suas expressões artísticas. Os PCNs reconhecem a importância da prática das diversas ginásticas nas aulas de Educação Física no Ensino Fundamental (EF) – dentre elas, pode-se citar a GA, pois tais práticas permitem que os alunos adquiram diversas habilidades não só motoras, como psicológicas, afetivas, emocionais, sociais etc.

Objetivo: Demonstrar as habilidades adquiridas pelas crianças que participaram da Oficina de Ginástica Artística (GA), ofertada pelos alunos do Curso de Educação Física, do Centro Universitário de Patos – UNIFIP, no ano de 2023. **Metodologia:** Este estudo trata-se de um relato de experiência obtido através das aulas aplicadas na oficina de GA, que contou com a participação de 25 crianças entre 7 e 12 anos, na cidade de Patos - PB, e visa demonstrar as diversas habilidades adquiridas por elas, praticando GA durante 1h30min semanalmente, durante dois meses.

Resultados: Nesse viés, observou-se como as crianças evoluíram seus aspectos motores em determinados elementos da GA, como rolamento para frente, estrelinhas, parada de três apoios etc., no decorrer das aulas viu-se, também, que, através das atividades realizadas na oficina, muitas crianças adquiriram habilidades motoras, como equilíbrio, força, controle corporal, flexibilidade; habilidades psicoemocionais, como confiança e autoestima; e até mesmo habilidades socioafetivas, como trabalho em equipe, empatia, comunicação etc. **Conclusão:** Sendo assim, viu-se a importância da prática de GA tanto em um contexto escolar, como afirma os PCNs, como no âmbito extraescolar, pois verificou-se a gama de habilidades que esta modalidade esportiva pode trazer para seus praticantes.

Palavras-chave: Habilidades. Ginástica Artística. Esporte.

PERFIL DERMATOGLÍFICO DE PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA

Joseph Marques Alexandre;
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,
josephmarquesalexandre@gmail.com

Andreza Raquel Lopes dos Santos;
Acadêmica do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil

Mikael da Silva de Melo
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil

Marcos Antonio Medeiros do Nascimento;
Docente do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil

Eixo temático: (Desempenho Humano) Temática 2 - Fisiologia: Fisiologia do Esporte, Biomecânica, Treinamento e atuação em Saúde

RESUMO

Introdução: A corrida de rua é um esporte acessível para se praticar atividades físicas, aliando-se a dermatoglifia, um método científico norteador de qualidades físicas básicas, que ajuda na classificação do perfil atlético, orienta uma preparação física, técnico-tática mais fidedigna. **Objetivo:** Analisar o perfil dermatoglífico de praticantes de corrida de rua. **Metodologia:** O estudo será uma pesquisa de campo, descritiva e quantitativa. A amostra será de 30 praticantes de corrida de rua de uma cidade do sertão da Paraíba. Será utilizado um scanner biométrico e o software VeriFinger 13.1 Demo para a captura da imagem das impressões digitais, divididas em parte radial e ulnar para cada uma. **Possíveis resultados:** Espera-se encontrar um percentual elevado de indivíduos com potencialidades aeróbicas, com fórmula digital: $W > L$, $W > (L + A)$ e $10W$, precedido de potencialidades mista: $L = W$, $A = W$ e $L = W$, característico do perfil esportivo pesquisado. **Conclusão:** Analisa-se que os praticantes possuem, em sua maioria, potencialidades específicas para a prática de corrida de rua, seja perfil aeróbico ou misto, característico de uma prova de resistência.

Palavras-chave: Dermatoglifia. Corrida. Atletas.

DERMATOGLIFIA COMO FERRAMENTA VIÁVEL PARA A PREVENÇÃO DE OBESIDADE INFANTIL

Joseph Marques Alexandre;
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,
josephmarquesalexandre@gmail.com

Andreza Raquel Lopes dos Santos;
Acadêmica do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil

Mikael da Silva de Melo
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil

Marcos Antonio Medeiros do Nascimento;
Docente do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB – Brasil

Eixo temático: (Atividade física, esportes e saúde) Temática 2 - Fisiologia: Fisiologia do Esporte, Biomecânica, Treinamento e atuação em Saúde

RESUMO

Introdução: A obesidade, condição crônica multifatorial descrita pelo acúmulo exagerado de gordura corporal, quadruplicou entre crianças e adolescentes, devido a fatores como má alimentação ou sedentarismo. A dermatoglifia, entra como um método viável para incentivar na participação de atividades físicas e diminuição de frustrações esportivas. **Objetivo:** Analisar a utilidade da dermatoglifia como fator norteador de qualidades físicas básicas na prevenção da obesidade. **Metodologia:** O trabalho é uma revisão de literatura. Foram utilizadas as bases de dados SciELO e Google Acadêmico. **Resultados:** Com o direcionamento proposto pela análise do perfil dermatoglífico dos participantes, houve um menor nível de desistência em atividades físicas como os esportes, houve o aumento do gasto calórico dos indivíduos e melhorias nas capacidades físicas como força e resistência. **Conclusão:** Evidencialmente, a dermatoglifia, como norteador de potencialidades genéticas, gerou uma melhor adaptação dos indivíduos na prática continua de atividades físicas, evitando assim o aumento dos casos de obesidade por desistência e frustração esportiva, como também contribui para detecção precoce de talentos em uma gama variada de esportes.

Palavras-chave: Dermatoglifia. Puberdade precoce. Obesidade.

PROFILAXIA EM ENFRENTAMENTO À HIPERTENSÃO

João Pedro Dantas Marinho;

Acadêmico do Curso de Medicina - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,,
marcoskkproef@hotmail.com

Divanalmi Ferreira Maia

Docente do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB – Brasil

Marcos Antonio Medeiros do Nascimento

Docente do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB – Brasil

Temática 2 – Fisiologia: Fisiologia do Esporte, Biomecânica, Treinamento e atuação em Saúde;

RESUMO

Introdução: A hipertensão arterial, também conhecida como pressão alta, é uma condição crônica que afeta milhões de pessoas no mundo. Essa doença está associada a complicações graves, como infarto, acidente vascular cerebral (AVC) e insuficiências renais. A prevenção e o controle adequado da hipertensão são essenciais para reduzir a morbidade e a mortalidade associadas a essas condições. **Objetivo:** O objetivo deste estudo é apresentar medidas de profilaxia (prevenção) para enfrentar a hipertensão arterial, destacando a importância de ações preventivas e mudanças no estilo de vida que podem reduzir a incidência e controlar os níveis de pressão arterial. **Método:** A pesquisa foi realizada através de uma revisão bibliográfica de estudos clínicos e diretrizes médicas publicadas sobre hipertensão, focando nas medidas de prevenção. Foram evidenciadas estratégias mais eficazes, como a adoção de uma dieta balanceada (Dieta DASH), redução do consumo de sal, prática regular de exercícios físicos, controle do peso corporal, redução do estresse e cessação do tabagismo e consumo excessivo de álcool. **Resultados:** Os estudos desenvolvidos demonstraram que a implementação de medidas profiláticas pode reduzir significativamente a incidência da hipertensão. A adoção de uma alimentação saudável, rica em frutas, verduras e com baixa ingestão de sódio, combinada com exercícios físicos regulares, contribui para a regulação da pressão arterial. Além disso, a cessação do tabagismo e a redução do consumo de álcool também desempenham um papel crucial na prevenção da hipertensão. **Conclusão:** A profilaxia no enfrentamento à hipertensão é uma estratégia eficaz e fundamental para o controle dessa condição. Medidas simples, como ajustes na dieta, aumento da atividade física e hábitos saudáveis, mostraram resultados positivos na prevenção e controle da hipertensão, reduzindo assim os riscos de complicações graves. A educação e conscientização da população sobre esses fatores de risco são essenciais para diminuir a prevalência da doença.

Palavras-chave: Hipertensão. Profilaxia. Estilo de vida. Prevenção. Saúde cardiovascular.

A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS PARA PESSOAS COM SÍNDROME DE DOWN

Mikaely Inocência da Silva;
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,
smikaely659@gmail.com

Fabian de Queiroz;
Docente do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Hugo Samuel Viana dos Anjos;
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Pietra Marques Vasconcelos Farias;
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Lívia Cristina Cavalcante Pereira;
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Eixo temático: (Atividade física) temática 4- Grupos Especiais

RESUMO

Introdução: É necessário compreender a importância de implementar um trabalho de atividades físicas adaptadas a pessoas com síndrome de Down, o que vai possibilitar um bem-estar e uma autonomia desses indivíduos no envolvimento em diversas atividades, trabalhando no desenvolvimento psicomotor dessas pessoas, tais como equilíbrio, coordenação, lateralidade e entre outros. **Objetivo:** Esse estudo tem como objetivo averiguar a importância de atividades físicas adaptadas no desenvolvimento psicomotor de pessoas com síndrome de Down. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência, realizado com jovens da APAE de uma cidade no interior da Paraíba. O projeto conta com cerca de 10 jovens e adultos, entre 20 e 30 anos. Utiliza-se de atividades físicas através da ludicidade como método de aprendizagem e interação entre os praticantes. **Resultados:** Espera-se que, através dessas aulas, os jovens e adultos possam desenvolver autonomia, melhora na capacidade de interação social e desenvolver habilidades motoras, o que vai colaborar para um bem-estar físico e mental. **Conclusão:** Dessa forma, pode-se concluir que a execução de atividades físicas adaptadas se mostrou muito eficiente, proporcionando melhorias significativas, onde foi possível perceber que, durante a prática, muitas pessoas se mostraram mais alegres e confiantes, o que contribui para o desenvolvimento psicomotor e com o crescimento emocional.

Palavras-chave: Psicomotor. Síndrome de Down. Atividade Física.

ANÁLISE BIOMECÂNICA DA INTERFERÊNCIA DO TAMANHO DO TRONCO NA EXECUÇÃO DO EXERCÍCIO AGACHAMENTO LIVRE COM BARRA.

Raidja Gemilles Silva de Araujo;
Acadêmica do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,
araujomylly@gmail.com

Estefany Pereira Santos;
Acadêmica do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Hugo Samuel Viana dos Anjos.
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Eixo temático: **Temática 2** – Fisiologia: Fisiologia do Esporte, Biomecânica, Treinamento e atuação em Saúde.

RESUMO

Introdução: É possível observar uma vasta variedade de características que diferem as pessoas e seus corpos, essas diferenças interferem em vários elementos na vida do indivíduo, inclusive na área da musculação e na execução dos exercícios.

Objetivo: Este artigo tem como objetivo buscar a interferência biomecânica do tamanho do tronco em relação ao osso do fêmur, na execução do exercício agachamento livre com barra (ALB). **Metodologia:** Através de um estudo de caso, será convidado a participar 4 indivíduos com biotipo semelhante, todos do sexo feminino, com idades entre 19 e 25 anos. Dois indivíduos devem possuir o tamanho do tronco (em centímetros) menor que o tamanho do osso do fêmur, e mais dois indivíduos devem ter o tamanho do tronco igual ou maior que o osso do fêmur, após isso será analisada a execução deles no ALB. **Resultados:** O tamanho do tronco em relação ao osso do fêmur interfere na execução do exercício ALB ou o tamanho do tronco em relação ao osso do fêmur não interfere na execução do exercício ALB.

Conclusão: através dos possíveis resultados desse estudo, se espera entender as diferenças físicas que cada indivíduo possui e como isso pode interferir na área da musculação.

Palavras-chave: Musculação. Biomecânica. Agachamento Livre

NÍVEL DE APTIDÃO FÍSICA DE ESCOLARES DO ENSINO MÉDIO

Andreza Raquel Lopes dos Santos
Acadêmica do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,
lopesandreza545@gmail.com

José Onaldo Ribeiro de Macêdo;
Docente do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil

Joseph Marques Alexandre;
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil

Mikael da Silva de Melo
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil

Eixo temático: (Saúde e Qualidade de vida) Temática 2 - Escolares

RESUMO

Introdução: A aptidão física relacionada a saúde (AFRS) tem um papel de extrema importância para a promoção de uma vida longa e saudável, o ambiente apropriado para o desenvolvimento da AFRS seria a escola, sendo relevante saber em que nível de aptidão os escolares se encontram e conseqüentemente os níveis de saúde da população. **Objetivo:** Identificar o nível de aptidão física de escolares do ensino médio. **Metodologia:** O presente estudo é uma pesquisa de campo de caráter exploratório e quantitativo. A amostra contará com 30 alunos matriculados e frequentando o 1º, 2º e 3º ano da escola pública na cidade de São José do Egito-PE. Para o teste de força será utilizado uma trena que possa medir a distância do salto, já no teste de flexibilidade será utilizado o banco de Wells, para o teste de resistência cardiorrespiratória será utilizado o Yo-Yo teste avaliado pelo tempo com a ajuda de um cronômetro e por fim o teste de resistência muscular localizada através do número de abdominais que será feito no tatame. **Possíveis resultados:** Espera-se encontrar um percentual baixo de indivíduos com um alto nível de aptidão física, através dos testes de força, flexibilidade, resistência cardiorrespiratória e resistência muscular localizada que serão realizados. **Conclusão:** É notável a importância da aptidão física para a saúde, e mais ainda identificar os níveis da mesma em um grupo que está sendo acometido por comorbidades precocemente, os adolescentes.

Palavras-chave: Aptidão Física. Saúde. Escolares.

CONTRIBUIÇÃO DA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA PARA FUTUROS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Hugo Samuel Viana dos Anjos;
Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,
hugoanjos@edf.fiponline.edu.br

Kaliane Alves Benício Soares;
Docente do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Estéfany Pereira Santos;
Acadêmica do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Eixo temático: (Educação) temática 1 – Formação Profissional, Mercado de Trabalho e Capacitação em Esportes;

RESUMO

Introdução: A extensão universitária é um processo educativo, cultural e científico que une o ensino a pesquisa e mantém relação transformadora entre a universidade e a sociedade. Desta maneira, a prática da extensão universitária vem, durante anos, ajudando acadêmicos de diversos cursos de ensino superior a se prepararem para a vida profissional, devido à sua relação direta com a sociedade, pois ao produzir essa interação entre teoria e prática, a extensão promove diversas habilidades pedagógicas, como comunicação e avaliação. **Objetivo:** Objetiva-se com esse estudo mostrar a contribuição das práticas extensivas através dos esportes na formação de um futuro profissional de Educação Física. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão sistemática de artigos publicados nas bases de dados Scielo Brasil e Google Acadêmico. Para a busca, utilizou-se os descritores: “extensão”; “formação de professores”; e “esportes” e foram selecionados 5 artigos que falavam sobre a temática, desde o ano de 2020. **Resultados:** Os estudos mostram que através da extensão, os estudantes têm a oportunidade de aplicar o que aprenderam em sala de aula em contextos reais. Isso pode incluir a organização de eventos esportivos, aulas de determinados esportes para a comunidade, e até mesmo atividades de recreação. Essa experiência prática é crucial para desenvolver habilidades de planejamento, gestão e adaptação e aplicação de atividades. **Conclusão:** Portanto, percebe-se a extrema contribuição da prática de extensão universitária de esportes, na realidade de estudantes de Educação Física, pois entende-se que tais vivências ajudam, de fato, futuros profissionais a melhorar suas habilidades de comunicação, empatia e adaptação às necessidades de diferentes públicos. Assim como conhecer as realidades e desafios enfrentados pelas comunidades, permitindo que o estudante adquira uma abordagem de ensino de esportes mais contextualizada e inclusiva em sua futura prática profissional.

Palavras-chave: Extensão Universitária. Esportes. Formação de Professores.

COMPORTAMENTOS DO ESTUDO METABÓLICO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Tamylles Dantas Marques Rodrigues

Acadêmico do curso de educação física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

tamyllesdmr1105@gmail.com

Ana Ellen Araujo De Moraes

Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Elainy Cristina Araujo De Moraes

Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Maryelly Medeiros Da Nóbrega

Acadêmico do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

Sêmio Wendel Martins Melo

Docente do Curso de Educação Física - UNIFIP – Patos – PB - Brasil,

RESUMO

INTRODUÇÃO: Devido ao rápido desenvolvimento dos padrões de vida atuais, a obesidade entre os adolescentes está a aumentar e este problema está a tornar-se cada vez mais grave. Além dos riscos significativos para a saúde física, os estudantes universitários obesos enfrentam maior resistência ao desenvolvimento social. **OBJETIVOS:** Analisar os impactos do domínio corporal em indivíduos obesos e abordar a conexão entre a desigualdade socioeconômica e essa condição de saúde. **METODOLOGIA:** O estudo em questão consiste em uma revisão integrativa da literatura, que engloba uma avaliação abrangente de textos que nos levam a refletir sobre estudos futuros. Em análise dos dados encontrados, realizada a partir de artigos indexados na base de dados na biblioteca virtual SciELO, utilizando-se os descritores: “Obesos” e “Desenvolvimento Social” e seus correspondentes em inglês “Obese” and “Social Development”, mediante consulta ao DeCS. Foram encontrados 173 resultados, dos quais 40 artigos procederam-se à leitura do resumo. Assim, 8 estudos foram selecionados. **RESULTADOS:** Dentre os artigos selecionados, o exercício físico pode realmente aprimorar a estética corporal dos adolescentes. Os indicadores sanguíneos e outros parâmetros estão positivamente relacionados a essa estética corporal, com exceção do HDL-C. O exercício físico melhorou consideravelmente o metabolismo lipídico em jovens com obesidade. Além disso, reduziu de maneira efetiva o peso corporal, o índice de massa corporal (IMC), a taxa de gordura e a circunferência corporal em universitários, promovendo uma aparência mais simétrica, assim como melhorando os componentes lipídicos e glicêmicos, reduzindo, assim, as consequências causadas pela obesidade. **CONCLUSÃO:** Assim, pode-se observar que o treinamento de alta intensidade em intervalos teve resultados positivos tanto na saúde física quanto na composição corporal dos estudantes universitários com obesidade. Portanto, considerando o exposto, ficou evidente que a prática de exercícios diários se mostrou mais eficaz quando combinada com treinamento de resistência para melhorar a condição física do grupo analisado.

Palavras-chave: Obesidade. Desigualdade Social. Estudantes. Importância.

BENEFÍCIOS DA HIDROGINÁSTICA NA TERCEIRA IDADE: FLEXIBILIDADE

Lívia Cristina Cavalcante Pereira;
Acadêmica do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,
liviapereira@edf.fiponline.edu.br

Odvan Pereira de Góis;
Docente do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

Hugo Samuel Viana dos Anjos;
Acadêmico do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

Mikaely Inocência da Silva;
Acadêmica do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

Pietra Marques Vasconcelos Farias;
Acadêmica do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

Eixo temático: (Saúde e Desempenho Humano) temática 4 – Grupos Especiais

RESUMO

Introdução: A hidroginástica propicia ao idoso o aumento de sua capacidade aeróbia, força muscular, flexibilidade e o treinamento de habilidades específicas, como equilíbrio e coordenação motora. Além disso, atua no combate ao estresse, depressão, na melhoria da autopercepção corporal e da autoestima. **Objetivo:** Objetiva-se com este estudo avaliar a importância da hidroginástica para a melhoria na flexibilidade entre grupos da terceira idade. **Metodologia:** Este estudo trata-se de uma revisão sistemática de artigos publicados nas bases de dados do Google Acadêmico e LILACS. Para a busca, utilizou-se os descritores “hidroginástica” e “flexibilidade” com o objetivo de realizar uma revisão acerca do tema proposto. **Resultados:** Viu-se, portanto, que a prática da hidroginástica é fundamental para o idoso, não só no relaxamento, como na reabilitação e flexibilidade, tendo em vista que a hidroginástica ou atividades aquáticas são as mais praticadas por promover um estilo de vida mais relaxante e saudável, que é fator preponderante para a melhoria da qualidade de vida. **Conclusão:** Pessoas da terceira idade, praticantes de hidroginástica, apresentam uma melhor qualidade de vida e uma longevidade maior, se comparadas a pessoas inativas da mesma idade.

Palavras-chave: Terceira Idade. Hidroginástica. Flexibilidade.

A INCLUSÃO SOCIAL ATRAVÉS DO ESPORTE ESCOLAR: MOTIVAÇÃO E QUALIDADE DE VIDA DE ESCOLARES DO FUNDAMENTAL II

Mikael da Silva de Melo
Acadêmica do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,
melomikael04@gmail.com

Adeilma Lima dos Santos;
Docente do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

Andreza Raquel Lopes dos Santos;
Acadêmica do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

Joseph Marques Alexandre
Acadêmico do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

Eixo temático: (Inclusão social) temática 2 – Esporte escolar: motivação, qualidade de vida, escolares

RESUMO

Introdução: A inclusão está presente constantemente no dia a dia das pessoas, quando se refere a inclusão na escola é para onde deve-se abrir os olhos e buscar formas de evitar a exclusão dos jovens através do esporte escolar. **Objetivo:** Analisar a motivação e qualidade de vida de escolares do ensino fundamental II, praticantes de esporte. **Metodologia:** Trata-se de uma pesquisa descritiva que por meio de técnicas de coleta de dados será fornecido detalhadamente um relato preciso de uma determinada população, tem um caráter exploratório e quantitativo. Terá a participação de 30 alunos do ensino fundamental II na cidade de São José do Egito-PE, será utilizado questionários determinados pelos pesquisadores, com a intenção de analisar a motivação e qualidade de vida dos alunos, com o instrumento Kidescreen, uma ferramenta genérica usada para avaliação e monitoramento da QVRS de crianças e adolescentes, e a escala de motivação para a prática, contendo 30 questões, cada questão corresponde a um fator motivacional. **Possíveis resultados:** Espera-se encontrar um nível significativo de inclusão: motivação e qualidade de vida através do esporte escolar, com a aplicação de questionários referentes a motivação para a prática e qualidade de vida. **Conclusão:** É de extrema importância saber sobre a inclusão entre os alunos, quando se fala em inclusão através do esporte, a prática além da saúde física e mental também faz parte da formação do aluno para a sociedade.

Palavras-chave: Inclusão social. Esporte escolar. Qualidade de vida. Benefícios.

O IMPACTO DAS ATIVIDADES FÍSICAS NO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Pietra Marques Vasconcelos Farias;
Acadêmica do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,
pietrafarias@edf.fiponline.edu.br.

Fabian de Queiroz;
Docente do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

Mikaely Inocência da Silva;
Acadêmica do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

Hugo Samuel Viana dos Anjos;
Acadêmico do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

Lívia Cristina Cavalcante Pereira;
Acadêmica do curso de educação física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

Eixo temático: (Atividade física e Grupos especiais) temática 4- Educação Física

RESUMO

Introdução: Compreender o impacto do exercício físico na qualidade de vida dos idosos é essencial para promover o envelhecimento ativo e saudável. A prática regular de atividades físicas adaptadas a essa faixa etária pode melhorar o bem-estar geral, proporcionando benefícios como maior autonomia, equilíbrio, e força muscular, além de contribuir para a saúde mental e social. **Objetivo:** Este estudo tem como objetivo averiguar a importância do exercício físico para a qualidade de vida de idosos, com foco nos aspectos físicos, emocionais e sociais. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão sistemática de artigos publicados nas bases de dados Scielo Brasil e LILACS. Para a busca, utilizou-se os descritores: “idoso”; “envelhecimento”; e “atividade física” e foram selecionados 3 artigos que falavam sobre a temática. **Resultados:** Os estudos através da extensão, indicam que a prática regular de exercícios físicos tem impacto significativo na qualidade de vida dos idosos. Entre os principais benefícios físicos, estão a melhora no equilíbrio, na mobilidade e na força muscular, fatores essenciais para prevenir quedas e promover maior autonomia na vida diária. **Conclusão:** Com base na revisão dos estudos, conclui-se que a prática regular de exercícios físicos adaptados à terceira idade é essencial para melhorar a qualidade de vida dos idosos. Ao atuar em diferentes esferas o exercício físico promove não apenas maior longevidade, mas também um envelhecimento mais ativo, com maior autonomia e bem-estar

Palavras-chave: Idoso. Atividade Física. Envelhecimento.

CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DA DISCIPLINA DE METODOLOGIA DA GINÁSTICA ARTÍSTICA E RÍTMICA

Alana Simões Bezerra;

Docente do curso de Educação Física - UNIFIP – patos – PB - Brasil,

alanabezerra@fiponline.edu.br

Eixo temático: (Atividade física, sociedade, educação e lazer)

Temática 3 - Educação Física: artigos vinculados ao ensino das atividades físicas e esportivas em contextos institucionais, situados em perspectiva filosófica ou diretamente didática.

RESUMO

Introdução: Conforme a lei Nº 13.005 de 25 de junho de 2014 que elabora a Política Nacional de Extensão Universitária, ela tem como finalidade levar ação das instituições para além do âmbito acadêmico, levando para a sociedade serviços que a beneficie. Estas atividades, realizadas pelos discentes, corresponde a 10% do total dos créditos exigidos no curso. Desta maneira, a extensão universitária consiste em um processo educativo cultural e científico que associa o ensino e a pesquisa.

Objetivo: relatar as experiências dos discentes nas atividades extensionistas da oficina de Ginástica artística. **Metodologia:** A metodologia contemplou a realização de atividades práticas na

Oficina de Ginástica Artística, que tem como participantes crianças de 7 a 14 anos, as aulas são ministradas pelos discentes do curso de Educação Física matriculados na disciplina de Metodologia da Ginástica Artística e Rítmica sob supervisão da professora responsável.

Resultados: Os resultados revelaram que, com a experiência das aulas na oficina, os discentes desenvolveram a autonomia na realização das práticas de Ginástica Artística e na construção do conhecimento, bem como, se sentiram mais interessados em pesquisar sobre os conteúdos para ministrar uma melhor aula, também, construíram materiais como fichas de inscrição, folder informativo e finalizando as atividades com elaboração de apresentação de coreografia de solo (ginástica artística) das crianças. **Conclusão:** Para tanto, as atividades práticas da oficina contribuíram para que o estudante do curso de Educação Física percebesse que a extensão favorece a autonomia e o conhecimento teórico-prático, sendo de grande relevância para sua atuação na área.

Palavras-chave: Educação continuada. Educação Física. Ginástica artística. Curricularização. Extensão.

