



## EFEITO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM INTEGRANTES DE ESCOLINHAS E SEDENTÁRIOS ATRAVÉS DO TESTE DE SHUTTLE RUN DA ESCOLA ESTADUAL CAIO MARTINS - JANUÁRIA/MINAS GERAIS

Autor(es): Dayvidson Victor Alves Lima, Elias Nunes Miranda, Claudinei Penido de Almeida, Ney Silva Santana, Áurea Aparecida Batista Dos Reis, Raphael Aguiar Aquino, Ezequiel Moreira Damião

**Objetivo:** O objetivo desse trabalho foi verificar se *Praticantes de Atividade Física Regular* se sobressairiam em relação aos *Sedentários* através do Teste de *Shuttle Run*. **Metodologia:** A população foi composta por 30 alunos da Escola Estadual Caio Martins, devidamente matriculados e frequentes, selecionados de forma não probabilística e por conveniência, composta por 15 alunos de escolinhas de futebol da cidade, classificado como (GPE ? Grupo Praticante de Escolinhas) e 15 alunos sedentários da referida escola, sendo (GS- Grupo Sedentário), de 12 a 16 anos de idade, do sexo masculino. Toda à população é integrante do *Pibid*, Programa de Iniciação a Docência ? Interdisciplinar Port/Ed. Física. Foi utilizada para realização dessa pesquisa, uma balança de precisão digital com capacidade de até 150 Kg em escala de 100g, para mensurar o peso dos alunos, modelo Filizola. Uma fita métrica para medir a altura, modelo 34295-CB 10m de Fibra STANLEY. Para a realização do teste *Shuttle Run* foi utilizado um espaço físico de 9,14m, totalmente plano, demarcado no início e no final. Um apito de marca FOX, cronômetro digital de mão Palani Classe CLA-1063 e dois blocos de madeira medindo 5 por 5 centímetros por 10 centímetros. Os dados foram armazenados e analisados através do programa Excel for Windows 2007. Para análise, foram aplicados os procedimentos da estatística descritiva, média e desvio padrão, do Teste ?T? de ?Student?. O índice de massa corporal foi classificado segundo os critérios propostos pela tabela de Physical status; *WHO Technical report series, 854. Geneva, 1995*. A análise dos resultados no Shuttle Run se deu através da tabela de SHUTTLE RUN (AAHPER, 1976). **Resultados:** Obteve-se no teste de Shuttle Run, média de  $10,806 \pm 0,43$  para o GPE, e média de  $12,18 \pm 0,63$  para o GS. Ficando na classificação o GPE com apenas 1 atleta bom, segundo a tabela, 6 médio e 8 regulares, no GS 8 atletas fracos e 7 regulares. No IMC entre o GPE e GS, não houve diferença significativa, com média de  $18,94 \pm 2,58$  para o GPE e  $19,56 \pm 2,74$  no GS. Classificando assim 13 amostras normais e 2 desnutridos no GPE, e 4 com sobrepeso, 2 desnutrido e 9 normais no GS. **Conclusão:** Não houve diferença significativa nas análises, mesmo sendo grupos extremamente diferentes. Indica-se que, sejam trabalhadas melhor à agilidade do GPE e atividades estimulantes para o GS. Sugere-se ainda que, realize novos testes com os grupos e com número maior de integrantes, para resultados mais fidedignos.

Agência financiadora: PIBID UNIMONTES - CAPES