

Educação Física

## **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES**

Willian Silva Ribeiro - 7º módulo de Educação Física (bacharelado), UFLA, Bolsista PIBIC/UFLA.

Alessandro Teodoro Bruzi - Orientador DEF, UFLA. - Orientador(a)

### **Resumo**

Diversos são os recursos utilizados para a melhoria da qualidade de vida. Dentre os recursos a prática regular de atividade física se mostra um meio viável, que promove benefícios psicofisiológicos, imediatos e futuros, para a pessoa que pratica. Dito isto, a mensuração de níveis de atividade física em escolares pode ser utilizada para monitorar indicadores de saúde e também para estabelecer estratégias de intervenção que visam a manutenção e melhoria da qualidade de vida. Assim sendo, o propósito desta pesquisa é analisar os métodos de avaliação do nível de atividade física para escolares. Para mensurar os níveis de atividade física em pessoas com idade escolar deve-se levar em consideração que os dados podem ser coletados por meio de métodos como entrevista e questionário. Estas formas de coleta de dados serão escolhidas de acordo com fatores que definem a viabilidade, como, por exemplo, a validade e a confiabilidade dos métodos. O presente estudo é caracterizado como revisão bibliográfica da literatura, e possui natureza básica orientada, abordagem qualitativa e caráter exploratório/explicativo. Inicialmente, os termos “nível de atividade física” e “escolares” foram adotados como descritores. Da busca realizada no Google Acadêmico e em revistas eletrônicas da área do esporte e da saúde, trinta e quatro artigos foram selecionados, e dez compuseram os achados atuais. Os dados preliminares desta pesquisa indicaram que a entrevista é um método viável para avaliar o nível de atividade física de escolares, pois com ela o entrevistador possui autonomia para solucionar possíveis dúvidas que os escolares possam ter. A entrevista também pode ser associada ao questionário, já que nele o pesquisado deve apresentar determinado grau de escolaridade para que as questões sejam compreendidas.

Palavras-Chave: Nível de Atividade Física, Escolares, Avaliação.

Instituição de Fomento: PIBIC/UFLA

Link do pitch: <https://www.youtube.com/watch?v=XAg8W6YqMyA&feature=youtu.be>