

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA - UFSC
CENTRO DE DESPORTOS - CDS
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – Hab. Licenciatura

VITOR DE SOUZA SOARES

**APTIDÃO FÍSICA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES PARTICIPANTES DE
FUTEBOL DE CAMPO NO CONTRATURNO ESCOLAR**

Florianópolis

2021

Vitor de Souza Soares

**APTIDÃO FÍSICA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES PARTICIPANTES DE
FUTEBOL DE CAMPO NO CONTRATURNO ESCOLAR.**

Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação
em Educação Física – Hab. Licenciatura,
Centro de Desportos/CDS, da Universidade
Federal de Santa Catarina/UFSC, como
requisito parcial para obtenção do Título de
Licenciado em Educação Física.

Orientador: Prof. Dra. Lisiane Schilling Poeta

Florianópolis

2021

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA – UFSC

CENTRO DE DESPORTOS - CDS

CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – Habilitação: Licenciatura

Termo de Aprovação

A Comissão Examinadora abaixo assinada aprova o Trabalho de Conclusão de Curso,

APTIDÃO FÍSICA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES PARTICIPANTES DE FUTEBOL DE CAMPO NO CONTRATURNO ESCOLAR

Elaborado por

VITOR DE SOUZA SOARES

Como pré-requisito parcial para a obtenção do grau de Licenciado em Educação Física

Coordenador do Curso - Prof. Dr. Carlos Luiz Cardoso

Comissão Examinadora (Banca):

Carla Pato

Orientação - Prof^a. Dr^a. Lisiane Schilling Poeta Fernandes - CDS/UFSC

Lisiane C.T. Breschiliare

Membro titular – Prof^a. Dr^a. Fabiane Castilho Teixeira Breschiliare - CDS/UFSC

Orion Moreno Pezzetta

Membro titular – Prof. M.e. Orion Moreno Pezzetta – UFSM

Florianópolis, SC., 11 de julho de 2022

AGRADECIMENTOS

Primeiramente gostaria de agradecer aos meus pais, Marcos e Valéria, que sempre me incentivaram e não deixaram que nada faltasse para mim mesmo em períodos de muita dificuldade. Desde sempre recebi o apoio deles para que eu pudesse correr atrás dos meus sonhos. Sendo assim, agradeço muito também os pais e mães de consideração que tive durante todo o processo, vó Lourdes, vô José, vô Estevam, tia Estela, tia Simone, tio Naldo e o meu falecido tio Coelho.

Sou imensamente grato pela parceria dos meus irmãos e primos mais próximos que foram muito importantes para que eu nunca me sentisse sozinho mesmo morando longe durante a minha formação.

Agradeço também a todos os meus professores que tive desde o ensino fundamental, sempre muito empenhados e dedicados a minha formação. Dentre eles destaco os professores de educação física que tive na época da escola e que de certa forma me inspiraram a seguir nessa área, professora Mônica, professora Leonilda, professor Robson, professor Jean e professor Gercy, muito obrigado.

Não vou deixar de citar nesses agradecimentos os meus amigos, tanto da faculdade quanto dos outros momentos da minha vida, com certeza vocês foram muito importantes por me apoiar, me incentivar e me acompanhar durante todo o processo. Alguns ainda bem próximos, outros um pouco distantes por conta de seus compromissos, destaco o Leonardo, a Thaisa, o Emílio, o Nicolas, o Arthur, a Jéssica e o Otávio que sempre estiveram muito presentes durante a minha graduação.

Minha maior gratidão é a minha noiva, que desde que entrou na minha vida sempre esteve do meu lado me apoiando em tudo, Lara, te agradeço muito por me manter focado em concluir a minha graduação, agradeço o fato de você me fazer companhia nos momentos que mais preciso e também por você me fazer acreditar em mim mesmo, não deixando que eu desista dos meus sonhos e objetivos. Você e nossos filhos de 4 patas (Pelé, Garrincha e Mael) são os motivos que me fazem buscar o melhor a cada dia.

Por fim, sou muito grato a professora Lisiane que desde o momento do meu convite para que ela fosse minha orientadora, sempre foi muito atenciosa e dedicada nos seus feedbacks, sempre acreditou na intenção da minha pesquisa, me ajudando e me orientando por onde seguir.

Muito obrigado, vocês foram/são muito importantes para mim.

RESUMO

O objetivo deste estudo foi avaliar a aptidão física de crianças e adolescentes com idades entre 10 e 15 anos, participantes de futebol de campo no contraturno escolar, matriculadas em uma escola da rede pública municipal de Florianópolis/SC localizada no sul da ilha. Foram avaliadas por meio dos testes do PROESP-BR (agilidade, velocidade, força de membros inferiores e flexibilidade) de 115 escolares entre 10 e 15 anos, divididos em dois grupos: grupo que participa de futebol de campo no contraturno escolar (n=30), grupo de crianças não participantes da modalidade (n=85). Os testes foram analisados de forma descritiva, por meio do teste de kruskall-Wallis e Wilcoxon, adotando-se $p \leq 0,05$ como nível de significância estatística. Os resultados mostraram melhor desempenho no grupo do futebol nas variáveis agilidade, velocidade e força de membros inferiores. Em contrapartida, o grupo de não participantes da modalidade apresentou melhor desempenho na flexibilidade. Os meninos foram melhores na agilidade, velocidade e força de membros inferiores, enquanto as meninas tiveram melhor desempenho na flexibilidade. Os resultados mostram a importância da participação de escolares em projetos no contraturno escolar, especialmente o futebol de campo, alertando ainda sobre a importância de maior incentivo à participação de mais escolares e maior investimento em projetos sociais.

Palavras chave: Aptidão física. Futebol de campo. Educação física. Projetos no contraturno escolar.

SUMÁRIO

1-	INTRODUÇÃO	07
1.1	QUESTÃO NORTEADORA.....	09
1.2	OBJETIVOS.....	09
1.2.1	Objetivo Geral	09
1.2.2	Objetivos Específicos	09
1.3	JUSTIFICATIVA.....	10
1.4	DEFINIÇÕES DOS TERMOS.....	11
2	REVISÃO DE LITERATURA	12
2.1	APTIDÃO FÍSICA DE ESCOLARES.....	12
2.2	NÍVEIS SATISFATÓRIOS DE APTIDÃO FÍSICA DE ESCOLARES.....	13
2.3	PARTICIPAÇÃO DE ESCOLARES EM MODALIDADES ESPORTIVAS NO CONTRATURNO ESCOLAR.....	15
2.4	FUTEBOL DE CAMPO: ESCOLINHA DO OLARIA.....	17
3	METODOLOGIA	19
3.1	CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO.....	19
3.2	PARTICIPANTES DO ESTUDO.....	19
3.3	INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS.....	20
3.3.1	Teste de sentar e alcançar	20
3.3.2	Teste do quadrado	20
3.3.3	Teste da corrida de 20 metros	20
3.3.4	Teste do salto horizontal	21
3.4	PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS.....	21
3.5	ASPECTOS ÉTICOS.....	22
3.6	ANÁLISE DE DADOS.....	22
4	RESULTADOS E DISCUSSÕES	23
5	CONCLUSÃO	27
6	REFERÊNCIAS	28

1. INTRODUÇÃO

A aptidão física é um tema muito estudado dentro da educação física por diversos autores. Pereira (2014) cita que a aptidão física tem relação com a realização de atividades físicas sem excesso de fadiga, desenvolvendo capacidades que auxiliem na prevenção do aparecimento de doenças futuras. Sendo assim, é preciso pensar em como desenvolver a aptidão física, considerando níveis vistos como adequados para que se evite doenças crônicas.

Considerando os estudos relacionados à avaliação dos níveis de aptidão física de crianças, surge como demanda a delimitação de parâmetros para embasar essa avaliação no Brasil. Para Pereira (2011), o Brasil por ser um país com dimensões que se assemelham às dimensões de um continente e possuir uma vasta diversidade geográfica e cultural, é importante que se tenha a descrição de níveis de aptidão física em diferentes regiões do país.

O desenvolvimento da aptidão física do indivíduo está fortemente relacionado com o seu estilo de vida. A frequência de atividade física tem grande influência nesse desenvolvimento, especialmente na infância, sendo, portanto necessário, o acesso a diferentes espaços de promoção de atividade física em prol da saúde, nesse período da vida. Segundo Brauner (2010), a criança precisa vivenciar diferentes formas de experiências motoras, sociais, emocionais e cognitivas, que proporcionem a elas o desenvolvimento de novas habilidades, para que consiga passar com naturalidade pelas transformações presentes no período da infância.

A educação física escolar está presente na vida da criança e do adolescente, porém é importante destacar que ela tem outros objetivos para além da oportunidade de desenvolvimento motor a partir da atividade física. Na escola, a educação física precisa superar demandas relacionadas à interação social das crianças, o contato com culturas corporais de movimento, conhecimento de regras e históricos de modalidades esportivas, assuntos relacionados ao comportamento social e à vida em sociedade, valores e etc. Segundo o Coletivo de Autores (1992), as aulas de educação física escolar devem ir além das discussões relacionadas ao corpo físico, sendo necessário defender aulas de educação física preocupadas com o desenvolvimento da cidadania.

Para Generosi (2011), a educação física na escola pode ser um coadjuvante muito importante para a promoção da saúde das crianças, pelo acesso diário à educação física escolar. Porém o autor concorda que a educação física como disciplina escolar pedagógica

precisa se preocupar para além da promoção da saúde, abordando também conteúdos relacionados com a formação cultural do movimento humano e a educação global dos jovens cidadãos. Estudos (PETROSKI, 2012; MARTINS, 2015), indicam que apenas a educação física escolar não é suficiente para se alcançar o nível de aptidão física satisfatório visando um desenvolvimento saudável e adequado do indivíduo. O fato de ser compreendida como um coadjuvante no processo evidencia esse apontamento. Sendo assim, observa-se que os projetos que envolvem a prática de modalidades esportivas se tornam um trunfo para o aumento dos níveis de performance motora de crianças e adolescentes.

Para Marçal (2021), é preciso discutir a qualidade dos espaços oferecidos para uma aula de educação física na escola, destacando a importância da discussão referente à qualidade dos espaços e materiais utilizados durante uma aula de educação física na escola, e contribuindo com o pensamento de que esse é um ponto muito importante de análise. Segundo Freitas (2014), para um bom desenvolvimento de uma aula de educação física é fundamental a disponibilidade de uma estrutura física adequada e materiais pedagógicos de qualidade e em bom estado de conservação, para que seja possível a realização das atividades práticas. Sendo assim é importante que os órgãos responsáveis pela estrutura das escolas, seja no âmbito físico como de currículo e bases educacionais, tenham o compromisso de fornecer estrutura adequada para as práticas pedagógicas relacionadas à educação física.

Segundo Silva (2017), o estado tem o dever de fomentar práticas desportivas formais e não formais às crianças, sendo essas práticas realizadas na escola durante a aula de educação física ou também em instituições não formais no contraturno escolar, por meio de projetos sociais e esportivos. O cumprimento desse dever por parte do estado pode oferecer às crianças e adolescentes novos meios de alcançar níveis adequados, considerando o desenvolvimento de sua aptidão física. Neste contexto, o futebol por se tratar do esporte mais popular do mundo é uma ferramenta importante para as práticas desportivas formais e não formais para as crianças e adolescentes. Para Valentin (2005), a partir do ensino do futebol é possível desenvolver nas crianças e nos adolescentes os aspectos intelectual, social, moral e físico, por se tratar de um esporte coletivo, que promove a interação entre os participantes.

De acordo com Silva (2018), para que o futebol de campo apresente importante melhoria na aptidão física das crianças e adolescentes, ele precisa ser proporcionado a partir de um programa de treinamento formalizado e acompanhado por um profissional

da área. Sendo assim, mesmo que se tenha a prática informal dessa modalidade no contraturno escolar, o envolvimento em algum projeto formalizado é importante para que se alcance níveis satisfatórios de aptidão física.

Desta forma, é imprescindível investigar e comparar a diferença nos níveis de aptidão física de crianças e adolescentes participantes e não participantes de programas de treinamento, relacionados ao futebol de campo no contraturno escolar, para que se tenha mais investimento nesses projetos, destacando a importância para a aptidão física, além dos benefícios sociais, culturais e emocionais dos escolares.

1.1 QUESTÃO NORTEADORA

Qual o nível de aptidão física de crianças e adolescentes participantes de futebol de campo no contraturno escolar em comparação às não participantes?

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

Avaliar a aptidão física de crianças e adolescentes com idades entre 10 e 15 anos, participantes de futebol de campo no contraturno escolar, matriculadas em uma escola da rede municipal de ensino de Florianópolis/SC localizada no sul da ilha.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Investigar os níveis de aptidão física, nas variáveis: Flexibilidade, agilidade, velocidade e força de membros inferiores, de crianças e adolescentes participantes e não participantes de futebol de campo, no contraturno escolar no sul da ilha de Florianópolis;

- Comparar o desempenho, nos testes de aptidão física, entre as crianças e adolescentes participantes de futebol de campo no contraturno escolar e as não participantes.

- Comparar o desempenho, nos testes de aptidão física, entre meninos e meninas.

1.3 JUSTIFICATIVA

O tema escolhido para essa pesquisa começou a ser definido a partir da primeira experiência profissional do pesquisador como professor em uma escola da rede estadual de educação, na cidade de Florianópolis-SC, onde tive contato com alunos de 13 a 19 anos de idade que participavam de modalidades esportivas no contraturno escolar. Foi observado, durante o ano letivo, que os estudantes participantes de esportes no contraturno escolar, apresentavam um maior nível de aptidão motora do que os não participantes.

Paralelamente a esse trabalho na escola, o pesquisador também fazia parte da equipe de professores de um projeto social de futebol de campo no Sul da Ilha de Florianópolis, em que a maioria das crianças treinavam a modalidade apenas uma vez na semana, enquanto algumas crianças treinavam em outros projetos no decorrer da semana. Também foi possível observar a diferença de aptidão motora das crianças e dos adolescentes que treinavam apenas uma vez por semana e das crianças e adolescentes que participavam de outras escolinhas de futebol ao longo da semana.

Segundo Brauner (2010), para que o desenvolvimento das habilidades motoras ocorra de maneira apropriada, são cruciais as oportunidades para a prática esportiva. Nesse caso, penso ser interessante analisar a diferença no nível de desenvolvimento motor de crianças e adolescentes que não praticam futebol de campo fora da educação física escolar, para aqueles que participam de projetos sociais esportivos que oportunizam uma aula semanal, e ainda para os que tem uma rotina diária de atividade física.

Para Guedes (1995), existe forte associação entre a aptidão física relacionada à saúde e o bom funcionamento orgânico. Portanto, ao analisar os níveis de aptidão física de crianças e adolescentes participantes de modalidades esportivas no contraturno escolar torna possível observar se somente a educação física escolar propicia a eles níveis satisfatórios de aptidão física, ou se é necessário o envolvimento de escolares em modalidades esportivas, como o futebol de campo, para além da aula de educação física na escola.

Considero importante para que, se observado uma disparidade na aptidão física de crianças e adolescentes participantes e não participantes de modalidades esportivas no contraturno escolar, se invista mais em pesquisas nessa área, com maior atenção aos projetos esportivos, principalmente no que tange a investimentos necessários para uma

maior frequência de aulas, e uma melhor preparação dos responsáveis por esses projetos, visando um maior nível de desenvolvimento motor das crianças.

1.4 DEFINIÇÃO DOS TERMOS

Aptidão Física: A capacidade de executar tarefas diárias com vigor e vivacidade, sem fadiga excessiva e com ampla energia para apreciar as ocupações das horas de lazer e para enfrentar emergências imprevistas (CLARKE, 1967).

Aptidão Motora: Uma parte limitada da capacidade motora geral, enfatizando capacidade para trabalho vigoroso (MATHEWS, 1973).

Desenvolvimento motor: É um processo de mudança de comportamento, que pode ter relação com a idade, tanto na questão postural, quanto no movimento da criança (GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, 2013).

Desempenho motor: Aquisição de competências em atividades motoras (MALINA, 2003).

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 APTIDÃO FÍSICA DE ESCOLARES

Para começar as discussões acerca da aptidão física de escolares é preciso conhecer o conceito de aptidão física. Barbanti (1986) afirma que estudos apontam diferentes conceitos e concepções referentes à aptidão, considerada por algum tempo como aptidão motora, estando mais relacionada com a performance motora e rendimento. O autor destaca que a aptidão física é um aspecto relacionado à saúde de forma geral.

Para Bohme (2003), a aptidão física tem relação com a capacidade do indivíduo de apresentar um desempenho físico adequado e satisfatório em suas atividades diárias. Alguns estudos têm mostrado a importância da educação física tanto no desenvolvimento motor quanto na aptidão física. Segundo Oliveira (2012), a educação física é importante no desenvolvimento motor dos escolares, pois contribui de forma adequada, organizada, orientada e sistematizada, possibilitando práticas supervisionadas por um profissional qualificado. Medina Papst (2010), relata que a experiência motora dá ao indivíduo a capacidade de alcançar um amplo desenvolvimento dos diferentes componentes da motricidade, como a coordenação, o equilíbrio e o esquema corporal. Nesse mesmo estudo, o autor destaca que esse desenvolvimento é fundamental na vida do sujeito, particularmente na infância, para a aquisição de habilidades motoras básicas como correr, andar, saltar, arremessar e rebater. Quanto a aptidão física, segundo Luguetti (2010), ainda existe a necessidade de analisar e obter novos parâmetros referenciais com escolares brasileiros, pois os dados referenciais normativos de escolares de países desenvolvidos não equivalem aos de países em desenvolvimento como o Brasil. Ou seja, de forma mais resumida, não é possível analisar os níveis de aptidão física dos escolares brasileiros seguindo os mesmos parâmetros referenciais utilizados por países desenvolvidos.

Como forma de solucionar a questão de delinear parâmetros referenciais adequados para a realidade dos escolares brasileiros, Luguetti (2010), cita o PROESP, que segundo ele, é um programa que tem como objetivo delinear fatores de aptidão motora em crianças e adolescentes brasileiros, para que a comparação e análise dos níveis de aptidão física dos mesmos, seja relacionada com o contexto social de um país em desenvolvimento.

De acordo com Gaya (2012), o PROESP é uma ferramenta de auxílio ao professor de educação física para a avaliação dos padrões de crescimento corporal, aptidão física

relacionada à saúde e para o desempenho esportivo de crianças e adolescentes. O PROESP depende da realização de uma bateria de testes e possui um conjunto de critérios e normas de avaliação. Ou seja, é muito importante que os professores de educação física tenham conhecimento do PROESP e o utilizem para analisar os níveis de aptidão física de escolares.

Diversos estudos se baseiam no PROESP, tanto no que tange os testes a serem realizados, quanto aos parâmetros que serão considerados, após a realização dos testes, para analisar os níveis de aptidão física dos participantes da pesquisa.

Em um estudo pautado nos testes e critérios de avaliação indicados pelo PROESP, Reis (2018) concluiu que não houve diferença entre meninos e meninas de 11 e 12 anos, nos níveis de aptidão física. A autora também destaca que também é função dos professores de educação física integrar os adolescentes em diversificadas atividades, visando uma melhora nos níveis de aptidão física dos mesmos.

De acordo com Oliveira (2012), a prática da educação motora tem influência no desenvolvimento motor de crianças e também tem relação com os aprendizados das mesmas, portanto o acompanhamento, partindo de uma avaliação motora dos escolares, é muito importante para um diagnóstico referente à suas capacidades, possibilidades e limitações durante sua trajetória na escola. Para Saraiva (2009) o desenvolvimento motor é influenciado por diversos fatores, entre eles pela aptidão física, que em conjunto com os outros fatores indicam o nível de competência motora do indivíduo. O autor também aponta que a aptidão física representa um elemento fundamental para o sucesso motor.

Sendo assim a aptidão física é um dos indicativos do desenvolvimento motor de um indivíduo, podendo estar em um nível satisfatório ou não.

Para entender isso é preciso compreender um pouco mais sobre a aptidão física e suas diferentes atribuições e relações, podendo ser analisada no âmbito do desempenho e no âmbito da saúde.

2.2 NÍVEIS SATISFATÓRIOS DE APTIDÃO FÍSICA DE ESCOLARES RELACIONADOS À SAÚDE

De acordo com Marçal (2021), a aptidão física é dividida em: Aptidão física relacionada à saúde e a aptidão física relacionada ao desempenho, tendo assim duas vertentes diferentes, com variáveis e objetivos de análise distintos. Nesse estudo serão observados os níveis satisfatórios de aptidão física relacionados à saúde, que tem relação

com a resistência cardiorrespiratória, flexibilidade, composição corporal e força e resistência muscular localizada, além da agilidade.

Para análise dos níveis de aptidão física relacionados à saúde, Guedes (1995), indica que a partir do momento que se tem uma introdução de novos conceitos relacionados à aptidão física e à saúde, as avaliações referenciadas por critério devem apresentar algumas vantagens em relação às avaliações referenciadas por normas. Contribuindo com esse pensamento, Pelegrini (2011) desenvolveu um estudo referenciado por critério que analisa os níveis de aptidão física relacionados à saúde de escolares segundo os dados do Projeto Esporte Brasil. No estudo em questão a autora aponta que índices mínimos de desempenho motor são necessários para manter adequados níveis funcionais, motores e morfológicos para uma satisfatória aptidão física em relação à saúde.

No entanto, os resultados obtidos através dos estudos relacionados ao tema, mostram que atualmente os níveis satisfatórios de aptidão física relacionados à saúde não têm sido alcançados. De acordo com Pelegrini (2011), em seu estudo relacionado com a análise dos níveis de aptidão física de escolares, na classificação da aptidão física geral, mais de 95% das crianças não atingiram o patamar recomendado para a saúde. Esse alto índice de escolares que não alcançaram os níveis satisfatórios tem, segundo Fonseca (2010), relação total com o hábito e estilo de vida mais sedentário a partir do desenvolvimento de novas tecnologias e à diminuição da prática rotineira de atividade física.

De acordo com Pelegrini (2011), cada vez mais as crianças brasileiras têm tido menos oportunidade para a prática de atividade física. Para solucionar esse problema a autora indica que é necessário a implementação de mecanismos que contribuam para a promoção da aptidão física de crianças, pois apenas a escola com a aula de educação física não possui, na maioria das vezes, estrutura para atender essa demanda.

Segundo Vieira (2002), a atividade física é um fator muito importante considerando o desenvolvimento do indivíduo, tanto no que diz respeito ao desenvolvimento físico quanto ao desenvolvimento psicossocial, além de auxiliar também na prevenção de doenças, etc. Porém ainda existem muitas dúvidas em relação à prática de atividade física na infância e na adolescência, considerando a maturação biológica e o crescimento esquelético.

Para Gabriel (2020), a maioria dos adolescentes e das crianças é inativa fisicamente e nota-se cada vez mais uma diminuição de práticas como brincar na rua,

subir em árvores e participar de jogos e brincadeiras. Esses apontamentos corroboram com a ideia de que os níveis de aptidão física de crianças e adolescentes tem se mostrado inferiores ao que se considera adequado para essa faixa etária, muito por conta da pouca frequência na prática de atividades físicas.

Sendo assim os autores indicam e comentam sobre a importância de projetos sociais relacionados com modalidades esportivas, sistematizados e estruturados, para o desenvolvimento motor e das aptidões físicas dos escolares, pensando na prevenção de futuras doenças relacionadas ao sedentarismo e a baixa frequência de atividades físicas. Portanto é nítido que crianças e adolescentes precisam participar de projetos que envolvam atividades físicas no contraturno escolar.

O mais comum, em termos de oferta de atividade física para crianças e adolescentes no contraturno escolar são as práticas de modalidades esportivas formalizadas e fomentadas por regras, e que tenham relação com o jogo coletivo, a competitividade e a superação de limites individuais.

Para Maciel (2021), o contraturno escolar é ferramenta valiosa no desenvolvimento dos alunos, pois amplia o tempo de contato destes com a comunidade escolar, propicia momentos ricos de aprendizagem podendo trazer aos participantes práticas diversificadas de qualidade no tempo extraclasse.

Por isso é importante que as crianças e os adolescentes tenham a oportunidade de participar de modalidades esportivas no período extraclasse, no contraturno escolar, com acompanhamento de professores/treinadores qualificados que não adotem metodologias antigas e ultrapassadas em seu trabalho, mas sim, que pensem nesses momentos como uma oportunidade de auxílio no desenvolvimento da aptidão física e psicossocial.

2.3 PARTICIPAÇÃO DE ESCOLARES EM MODALIDADES ESPORTIVAS NO CONTRATURNIO ESCOLAR

A participação de crianças e adolescentes em modalidades esportivas no contraturno escolar é de fato um conteúdo bastante presente em estudos da área da educação física, principalmente em estudos que envolvem a análise nos níveis de aptidão física dessas crianças (FLORIANO, 2018; GENEROSI, 2011).

Floriano (2018), compreende que a prática de uma atividade física no contraturno escolar deve ser entendida como um complemento às aulas de educação física, sendo assim, deve promover aos praticantes uma melhoria na qualidade de vida. Nesse caso, a

informação corrobora o estudo de Generosi (2011), que afirma que os programas de treinamento físico para crianças e adolescentes no contraturno escolar acabam se tornando estratégias auxiliares na educação, para a promoção da saúde das crianças e dos jovens. O autor cita ainda que a educação física escolar é uma disciplina pedagógica, que deve oportunizar ao aluno diferentes estratégias de intervenção física de forma organizada, sistematizada, orientada e planejada. Sendo assim os projetos idealizados e frequentados por escolares no contraturno escolar teriam como função ampliar o contato das crianças e dos adolescentes com a atividade física para além das aulas de educação física escolar.

Em sua pesquisa, Santos (2013), cita alguns fatores de risco que podem influenciar o alcance ou não de níveis satisfatórios de aptidão física em relação à saúde, como a baixa renda das famílias, falta de acesso a projetos sociais esportivos, dificuldade causada pela evasão escolar e outros. Corroborando com o pensamento de que o desenvolvimento motor de escolares se relaciona com essas influências dos fatores de risco, Brauner (2010), destaca que o engajamento das crianças e jovens em projetos sociais tem se mostrado fundamental para a diminuição do impacto desses fatores de risco, ou seja, oportunizar aos escolares o acesso a esses projetos sociais é muito importante para diminuir o impacto dos fatores de risco no desenvolvimento motor dos mesmos.

Segundo Santos (2013), crianças participantes de projetos apresentaram, em sua pesquisa, um padrão normal alto e um padrão normal médio, enquanto crianças não participantes de projetos no contraturno escolar apresentaram um padrão normal baixo de desenvolvimento motor. Esses dados colaboram com as expectativas do presente estudo e também com a proposta de uma maior oportunidade de acesso à prática de modalidades esportivas no contraturno escolar.

Outro ponto importante de análise sobre o tema é a carga horária dos projetos que as crianças participam no contraturno escolar. Segundo Brauner (2009), a partir de seu estudo de análise do desempenho motor de crianças participantes de um programa de atividades físicas, as crianças que participam de apenas um projeto apresentaram desempenho inferior em algumas habilidades motoras, comparado com crianças participantes de mais de um projeto no contraturno escolar, ou até das que participam de um projeto apenas, mas que tenha uma grade de atividades semanais mais completa.

Para Bohme (2003), a prática esportiva em qualquer uma das suas manifestações - participativo, educativo ou de rendimento, se sistematizada, organizada e orientada por

um profissional apto para isso, poderá promover ao indivíduo, através de um plano de treinamento esportivo, o alcance de seus objetivos.

Considerando que as modalidades esportivas no contraturno escolar são pautadas no método de treinamento esportivo, nota-se que é preciso se ter um planejamento de intervenção sistematizado bem definido, para que os participantes alcancem seus objetivos com aquela prática, que desta forma, eles obtenham os níveis satisfatórios de aptidão física e desenvolvimento motor relacionados à saúde.

2.4 FUTEBOL DE CAMPO: ESCOLINHA DO OLARIA

Tendo em vista como oportunizar às crianças e adolescentes a participação em modalidades esportivas no contraturno escolar, com treinamento esportivo sistematizado e planejado por profissionais qualificados para tal, o futebol de campo se apresenta como uma boa opção para quem procura esse tipo de treinamento.

Rottman (2019), percebe o futebol como um dos principais fenômenos no Brasil, pois em nosso país o esporte é considerado parte de uma cultura nacional, desta forma ocupando grande espaço nas aulas de educação física e nas mídias. Portanto, ter uma aceitação da sociedade em relação a projetos desportivos relacionados a esta modalidade se torna mais fácil.

Segundo Silva (2018), o futebol de campo no Brasil e no mundo é um esporte de muita popularidade e prestígio, por esse motivo é um grande facilitador no processo de iniciação esportiva. Considera-se também que, o fato de se tratar de um esporte coletivo, facilita a sua implementação em projetos no contraturno escolar, já que tendem a envolver mais pessoas no processo.

De acordo com Bento (2009), as intenções dos pais que procuram as escolas de futebol no contraturno escolar são diversificadas. Alguns buscam ocupar o tempo livre dos filhos, outros pensam na aprendizagem de fundamentos da modalidade e outros tem a esperança de que seus filhos se tornem atletas profissionais de futebol.

Corroborando com esse pensamento, no caso de projetos sociais como a Escolinha do Olaria localizada no sul da ilha de Florianópolis, mais precisamente na praia da Armação do Pântano do Sul, pode-se observar também alguns pais que buscam proteger seus filhos de perigos resultantes da vulnerabilidade social da região em que esses projetos se inserem.

O projeto citado anteriormente é desenvolvido desde 2019 no campo do Olaria em Florianópolis e surgiu com a ideia de oportunizar às crianças da região uma prática esportiva planejada e sistematizada, que fosse realizada fora do horário da escola. Desta forma os treinamentos do projeto são realizados aos sábados no período matutino.

A Escolinha do Olaria atende crianças e adolescentes, meninos e meninas, de 5 a 16 anos de idade, aproximadamente desde seu início. No momento, a escolinha conta com aproximadamente 60 alunos, dentre estes alguns frequentam a escolinha com assiduidade, enquanto outros participam com menos frequência. Alguns alunos estão desde o início do projeto, enquanto outros iniciaram apenas após o período de maior gravidade da pandemia da Covid-19.

O projeto não tem fins lucrativos e sobrevive de incentivo de comerciantes/patrocinadores da região e da contribuição voluntária de pais e responsáveis dos alunos da escolinha. Sendo essa contribuição direcionada a compra de materiais esportivos e a cobrir os custos dos professores do projeto com deslocamento nos dias de treino.

Participam ativamente do projeto como professores, três pessoas, um deles é mestrando na área do Serviço Social e formado em educação física na Universidade Federal de Santa Catarina, e os outros dois graduandos de educação física ainda não formados. Já o suporte “extracampo”, mais na parte administrativa, fica por conta da diretoria do clube Olaria.

As atividades do projeto envolvem treinamentos da modalidade, jogos amistosos de futebol de campo e práticas diferenciadas, como aula de futevôlei em datas pré-determinadas, e projeto de leitura de contos sobre o futebol (projeto desenvolvido em parceria com outro projeto social durante a pandemia).

Tal projeto foi alvo dessa pesquisa junto com as aulas de educação física da escola Dilma Lúcia dos Santos, localizada na mesma região no sul da ilha de Florianópolis-SC.

3. METODOLOGIA

3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

O presente estudo é uma pesquisa quantitativa, que busca traduzir em dados numéricos, variáveis que podem vir a ser analisadas com maior precisão. É um estudo do

tipo observacional, pois o pesquisador não interfere no curso natural dos fatos, mesmo que sejam aplicadas medições e testes para coleta de dados.

O estudo possui um caráter descritivo, pois visa observar, registrar e descrever um determinado fenômeno ocorrido em uma amostra ou população, sem analisar o mérito de seu conteúdo (FONTELLES, 2009), além de ser transversal, por apresentar apenas um corte do que está acontecendo naquele momento.

3.2 PARTICIPANTES DO ESTUDO

Os participantes do estudo foram crianças e adolescentes, segundo indica o ECA (Estatuto da Criança e do Adolescente), matriculadas no ensino fundamental em uma escola da rede pública municipal, no sul da ilha de Florianópolis. Dentre essas crianças foram analisadas como amostra, e sujeitas aos testes e a coleta de dados, 30 crianças e adolescentes que participam de uma escolinha de futebol da região e 85 não participantes do projeto social, estudantes da mesma escola regular que as crianças do projeto.

Da amostra total (115 crianças e adolescentes), 59,1% são meninos (68) e 40,9% são meninas (47), para fim de análise dos dados a amostra foi dividida em Grupo 1 e Grupo 2. O Grupo 1 corresponde às 30 crianças e adolescentes da escolinha de futebol e o Grupo 2 corresponde as 85 crianças e adolescentes da escola municipal Dilma Lúcia dos Santos.

Os participantes foram intencionalmente definidos de forma que todos estudassem na mesma escola sob as mesmas condições de aulas e estruturas relacionadas à educação física.

Como critério de inclusão, ficou definido que os participantes, de ambos os sexos, estivessem na faixa etária entre 10 e 15 anos de idade, que segundo o Estatuto da Criança e do Adolescente são considerados criança até 12 anos e a partir de 12 adolescente.

3.3 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

Para a coleta dos dados foram utilizados 4 testes provenientes da bateria de testes do Manual de Testes e Avaliações do PROESP-BR versão 2012. Para mensurar a flexibilidade foi utilizado o teste de sentar e alcançar, para a agilidade foi realizado o teste do quadrado, para a velocidade o teste da corrida de 20 metros e para a medição da força

nos músculos inferiores, considerando a impulsão e a distância alcançada no salto, foi realizado o teste de salto horizontal em distância.

Em todos os testes o avaliador demonstrou a realização adequada antes da aplicação da bateria.

3.3.1 Teste de sentar e alcançar

Foram utilizadas uma fita métrica e uma fita adesiva. Nesse teste o avaliado deve estar descalço com os calcanhares tocando a fita adesiva na marca dos 2 metros (como ponto 0) estando separados a 30 centímetros um do outro. O ser avaliado deve manter as mãos sobrepostas e os joelhos estendidos e inclinar-se o mais à frente possível, mantendo-se assim até que o avaliador anote o resultado.

Foram realizadas duas tentativas e foi válido o índice com melhor resultado.

3.3.2 Teste do quadrado

Para a realização deste teste foi necessário um cronômetro e 4 cones, utilizados para indicar as pontas de um quadrado de 4 metros de distância lateral. O aluno avaliado deve partir de um dos vértices do quadrado, quando ouvir a orientação de partida do avaliador, se deslocando até o vértice diagonal e tocando com a mão na ponta do cone, se deslocando em seguida para o cone à sua esquerda, em seguida para o cone diagonal até retornar ao ponto de partida, que é quando o avaliador irá pausar o cronômetro.

A melhor de duas tentativas será computada como resultado.

3.3.3 Teste da corrida de 20 metros

Para esse teste o avaliador utilizou um cronômetro e 3 linhas indicativas, uma será a linha de partida, então 20 metros à frente a linha de chegada e 2 metros à frente da linha de chegada uma outra linha. Essa última linha serve para que os avaliados não desacelerem antes da linha de chegada, pois o avaliador indicou que os mesmos devem ultrapassar a última linha na maior velocidade possível.

A contagem no cronômetro é iniciada no primeiro contato do avaliado com o solo, após a linha de partida, e deve ser pausado quando o avaliado tocar ao solo pela primeira vez após a segunda linha (linha de chegada).

3.3.4 Teste do salto horizontal

Neste teste foi utilizado uma trena fixada no chão e uma fita adesiva no ponto 0 da trena, perpendicularmente fixada. O avaliado tem que posicionar-se com a ponta do pé na linha de partida, os pés ligeiramente afastados, joelhos semiflexionados e tronco levemente direcionado à frente. Ao sinal do avaliador, o avaliado realiza um salto horizontal para a frente, então o resultado é indicado a partir da distância referente ao ponto de partida e ao calcanhar mais próximo dela que estiver em contato com o chão.

Foram realizadas duas tentativas e levado em consideração a melhor delas.

3.4 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

Para a etapa de coleta de dados da pesquisa alguns procedimentos foram realizados previamente. Foi feito um contato com a escolinha de futebol em questão para que se tenha um levantamento sobre qual escola os alunos frequentam, com o objetivo de selecionar apenas uma escola e uma escolinha de futebol que tenham alunos em comum. Para tal, foi solicitado o preenchimento de um formulário do google. Neste formulário as crianças e adolescentes responderam 4 perguntas: na primeira preencheram seu nome completo; na segunda indicaram em qual escolinha de futebol treinavam; na terceira informaram a escola em que estudavam; na última informaram suas idades.

Logo após isso o pesquisador então analisou os resultados desse levantamento para começar a fazer contato com a escola mais frequentada pelos alunos da escolinha, a fim de solicitar a possibilidade de realização da bateria de testes com os alunos dessa instituição.

Antes do contato direto com a escola, a pesquisa deve ser autorizada pela Secretaria Municipal de Educação de Florianópolis - Gerência de Formação Continuada. Logo após o aceite, foi feito o contato com a escola. Nesse contato, com a escola foram apresentados os objetivos da pesquisa, os testes a serem realizados, o orçamento da pesquisa, que não exige gastos por parte das instituições, apenas a disponibilidade de tempo das aulas de educação física de algumas turmas, e os termos éticos que foram adotados.

Com a autorização da instituição em relação à pesquisa, as datas de coleta de dados e de realização dos testes foram agendadas de acordo com a disponibilidade da

escola, dos alunos e das aulas de educação física, sendo assim negociado com o professor da disciplina.

Após isso os alunos responderam um formulário para que eles indicassem suas idades e quantas vezes por semana eles realizavam atividade física fora da educação física proporcionada pela escola.

Já os testes na escolinha de futebol foram realizados nos dias e horários de treinamentos da mesma, sendo agendado com antecedência com os professores. Os resultados dos testes realizados na Escola básica (grupo 2) foram cedidos pelo professor da Escola. O pesquisador aplicou os testes apenas para o grupo 1 (crianças do futebol).

3.5 ASPECTOS ÉTICOS

A escolinha de futebol, a escola e os pais das crianças e adolescentes receberam o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) para que assinassem. Nesse documento estava registrado o objetivo geral da pesquisa, os objetivos específicos e a metodologia aplicada na pesquisa.

As crianças que realizaram as baterias de testes, tanto da escola quanto da escolinha de futebol, receberam o TALE (Termo de Assentimento Livre e Esclarecido), para que possam ter acesso às informações referentes à pesquisa, de forma clara e objetiva, visando o entendimento de acordo com sua faixa etária, com o intuito de assinarem e estarem cientes de que participaram de um estudo e que receberam todas as informações necessárias.

3.6 ANÁLISE DE DADOS

Os dados foram analisados utilizando-se de estatística descritiva por meio dos testes de Kruskal-Wallis ou Wilcoxon, dependendo da normalidade dos dados de cada variável, adotando-se como nível de significância $p \leq 0,05$.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

A pesquisa foi realizada com um total de 115 crianças e adolescentes divididas em dois grupos. O Grupo 1 representa aqueles que participam de treinamentos de futebol

no contraturno escolar (30), já o Grupo 2 representa os que não participam desses treinamentos (85), tendo a educação física escolar como principal atividade física realizada no seu cotidiano. Comparando os dois grupos, não houve diferença estatisticamente significativa entre as idades.

Dentre os participantes de futebol de campo no contraturno escolar, todos praticam atividade física mais de duas vezes na semana, além das aulas de educação física na escola e além das atividades da escolinha. Dentre as atividades citadas existe o futebol de campo e outras atividades que são praticadas de forma não estruturada como caminhada, bicicleta, surf e natação. Foi citado também por 2 alunos desse grupo, a participação numa academia de lutas com treinos duas vezes por semana.

Já no grupo das crianças e adolescentes que não participam da escolinha de futebol (n= 85), 45 não fazem, ou fazem apenas uma vez por semana, atividades físicas no contraturno escolar. Dentre as atividades citadas pelos que praticam atividades físicas mais de duas vezes na semana, caminhada, bicicleta, surf e luta tiveram destaque, nesse grupo também apareceram algumas práticas diferenciadas como a dança, academia, yoga e pilates.

Algumas atividades citadas por esse grupo são realizadas de forma estruturada em academias, estúdios de dança e academias de lutas.

A tabela 1 a seguir apresenta os resultados obtidos através da realização dos testes com os grupos participantes do estudo.

Variáveis	Grupo 1 (escolinha) Média ± desvio padrão	Grupo 2 (escola) Média ± desvio padrão	p
Flexibilidade (cm)	42,00 ± 6,6	45,4 ± 7,2	0,0200*
Agilidade (segundos)	6,06 ± 0,48	7,29 ± 0,68	0,0001*
Velocidade (segundos)	4,22 ± 0,47	4,74 ± 0,70	0,0004*
Força de membros Inferiores (cm)	1,69 ± 0,32	1,43 ± 0,29	0,0002*

*diferença estatisticamente significativa (p<0,05)

De acordo com o exposto na tabela 1, nota-se que o Grupo 1 apresenta melhores resultados que o Grupo 2, nos testes de velocidade ($p=0,0004$), de agilidade ($p=0,0001$) e de força de membros inferiores ($p=0,0002$), já no de flexibilidade ($p=0,02$) o Grupo 2 teve mais destaque. Em todos os testes se teve uma diferença significativa nos resultados, sendo possível relacionar esses resultados com o programa de treinamento da modalidade em questão.

Segundo Legnani (2003), o futebol é um esporte dinâmico que exige dos atletas corridas curtas, deslocamentos mais longos, contato, saltos e constantes movimentações, o que justifica a diferença encontrada entre os grupos 1 e 2 em relação aos testes de agilidade, velocidade e força de membros inferiores. Essa diferença nos resultados dos testes observada no presente estudo acontece pelas características da modalidade esportiva analisada e dos seus programas de treinamentos, considerando o enfoque em exercícios de força, velocidade e resistência.

A diferença encontrada no teste de flexibilidade, tendo o Grupo 2 uma superioridade em relação ao Grupo 1, pode ter relação também com o treinamento da modalidade, já que no futebol essa variável acaba tendo mais enfoque nos treinamentos de goleiros da modalidade, do que dos demais jogadores. Para Ghamoum (2016), os goleiros precisam se desenvolver mais em algumas valências físicas, comparados com os jogadores de linha, a principal delas é a flexibilidade, pois o goleiro precisa muitas vezes atingir máximas amplitudes de movimento para realizar defesas. No entanto, a escolinha analisada não apresenta treinamento específico para essa posição, o que pode justificar essa diferença nos resultados dos testes dessa valência física.

Outro ponto a se destacar também em relação aos resultados do teste de flexibilidade se dá por conta da quantidade de meninas em cada grupo (Grupo 1 = 1 menina (3,33%) e Grupo 2 = 46 meninas (54,11%)), já que de acordo com a literatura e com o próprio comparativo apresentado nessa pesquisa na tabela 2, meninas se destacam em relação aos meninos nessa valência física.

De acordo com Vasconcelos (2009), os meninos costumam se envolver mais em atividades de cunho competitivo, por isso acabam se desenvolvendo mais nas valências físicas como força, velocidade e agilidade; já as meninas se interessam mais por atividades de cunho mais estético, com menos agressividade, movimentos finos e de pouco contato, o que explica um destaque maior nos testes de flexibilidade.

Corroborando com o estudo de Oliveira (2012), que mostra que a educação física é importante no desenvolvimento motor e na aptidão física dos escolares, a pesquisa

aponta que mesmo os alunos que não participam de atividades físicas no contraturno escolar, não apontaram, em sua maioria, níveis críticos de desenvolvimento nas valências físicas analisadas.

A pesquisa discorda de Gabriel (2020), que indica que a maioria dos adolescentes e crianças são inativos fisicamente, pois de um grupo de 115 crianças e adolescentes, apenas 45 (que representam 39,13%) são inativos fisicamente para além da educação física escolar. O que pode indicar esse resultado é o fato da maioria das atividades praticadas pelas crianças e adolescentes no contraturno escolar serem atividades não estruturadas e sem acompanhamento de um profissional qualificado para tal.

Segundo Maciel (2021), o contraturno escolar é ferramenta valiosa no desenvolvimento dos alunos, porém indica através dos resultados (superioridade do grupo 1 na maioria das valências físicas em relação ao grupo 2) que no contraturno as crianças e adolescentes precisam ter acesso a projetos estruturados, organizados e qualificados de modalidades esportivas, para que melhorem os níveis de aptidão física.

Apesar do grupo que pratica futebol de campo no contraturno escolar ter apresentado níveis melhores nas variáveis de velocidade, agilidade e força de membros inferiores comparado ao grupo dos não participantes, não se sabe se a escolinha teve uma contribuição fundamental para isso, ou se as crianças por já terem essas valências melhores, procuraram praticar modalidade esportiva. No entanto, conforme já discutido anteriormente, a literatura mostra as contribuições da prática de atividade física nessas variáveis.

A tabela 2 exposta a seguir apresenta uma comparação entre as meninas e os meninos participantes do estudo de forma geral, sem distinção em relação à participação ou não em modalidades esportivas no contraturno escolar.

Variáveis	Meninos	Meninas	p
	Média ± desvio padrão	Média ± desvio padrão	
Flexibilidade (cm)	42,6 ± 7,1	47,3 ± 6,4	0,008*
Agilidade (segundos)	6,72 ± 0,8	7,33 ± 0,6	0,0001*
Velocidade (segundos)	4,48 ± 0,7	4,78 ± 0,5	0,0200*

Força de membros Inferiores (cm)	1,58 ± 0,3	1,36 ± 0,1	0,0002*
----------------------------------	------------	------------	---------

*diferença estatisticamente significativa (p<0,05)

Nesse comparativo entre meninos e meninas podemos notar que em todos os testes se teve uma diferença significativa nos resultados. Nota-se um destaque das meninas em relação ao teste de flexibilidade, enquanto os meninos apresentam melhores resultados nos testes de agilidade, velocidade e força de membros inferiores.

Esta disparidade nos resultados dos testes entre meninos e meninas justifica-se, segundo Vasconcelos (2009), pelo fato dos meninos serem estimulados desde a primeira infância a praticarem atividades físicas esportivas, enquanto as meninas, são estimuladas a atividades física mais estéticas e ritmadas. Com isso, cada gênero acaba se desenvolvendo mais em algumas valências físicas do que o outro.

Nesse ponto a pesquisa discorda do estudo de Reis (2018), que após realizar uma bateria de testes do PROESP-BR concluiu que não houve diferença entre meninos e meninas de 11 e 12 anos nos níveis de aptidão física. Em tal pesquisa, os meninos apresentaram mais aptidão nas valências que envolvem força enquanto as meninas apresentaram mais aptidão nos testes de flexibilidade com uma diferença significativa de valores.

De acordo com Pelegrini (2011), em seu estudo relacionado com a análise dos níveis de aptidão física de escolares, na classificação da aptidão física geral, mais de 95% das crianças não atingiram o patamar recomendado para a saúde. Porém, a pesquisa em questão mostra que dependendo da valência física analisada a maioria dos participantes alcançaram níveis satisfatórios de aptidão, como nos testes de flexibilidade e de força de membros inferiores. Já nos testes de agilidade e velocidade as crianças e adolescentes apresentaram maior dificuldade.

Os níveis de aptidão física relacionado à saúde das crianças e adolescentes da pesquisa de forma geral, sem distinção de grupo ficou representada pelos seguintes dados coletados: Na flexibilidade: 108 crianças e adolescentes (93,91% da amostra total) estão saudáveis; na força de membros inferiores: 64 crianças e adolescentes (55,65% da amostra total) estão saudáveis; na agilidade: 34 crianças e adolescentes (29,56% da

amostra total) estão saudáveis e na velocidade: 25 crianças e adolescentes (21,73% da amostra total) estão saudáveis.

Limitações do estudo: Na pesquisa não foi levado em consideração a qualidade das atividades praticadas fora das aulas de educação física pelas crianças e adolescentes não praticantes de futebol de campo no contraturno escolar;

Também não foi levado em consideração a diferença maturacional entre os participantes da pesquisa de 10 e de 15 anos;

Outro ponto importante a se destacar é em relação a não consideração da altura e do peso da amostra da pesquisa, que segundo a literatura interfere nos resultados dos testes de aptidão física. Segundo Freitas (2003), as crianças e adolescentes que apresentam maturação esquelética mais avançada são mais fortes, conseqüentemente são mais altos e costumam ter um melhor resultado em alguns dos testes físicos. Nesse mesmo estudo o autor também indica que crianças com maior peso corporal costumam ter um menor desempenho em testes que envolvam agilidade e velocidade,

Sendo assim, a não consideração do peso e da altura da amostra da pesquisa pode ter influenciado no resultado da mesma.

5. CONCLUSÃO

A pesquisa desenvolvida permite concluir que, as crianças e adolescentes que praticam futebol de campo no contraturno escolar apresentam um melhor desempenho nos níveis de aptidão física, do que as que não praticam, na maioria das valências físicas analisadas (agilidade, velocidade e força de membros inferiores). Apenas no teste de flexibilidade, o grupo que não participa de futebol de campo apresentou melhor desempenho.

Entre meninos e meninas, a pesquisa aponta que as meninas têm mais facilidade e aptidão para exercícios que envolvam a flexibilidade, enquanto os meninos tem mais aptidão para atividades de força e resistência. Porém essa disparidade pode ser pelo maior incentivo as práticas esportivas competitivas na primeira infância para os meninos, em comparação as meninas.

Portanto, é preciso um maior incentivo à participação de crianças e adolescentes em atividades esportivas no contraturno escolar e um maior investimento em projetos esportivos, para que a população tenha mais oportunidade de desenvolver suas valências físicas de forma mais satisfatória.

6. REFERÊNCIAS

BARBANTI, Valdir. Aptidão física: conceitos e avaliação. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 24-32, 1986.

BENTO, Ricardo Ribeiro. PaulaESCOLAS DE FUTEBOL: PROJETO SOCIAL, FUTEBOL E DIMENSÕES DOS CONTEÚDOS. **Esporte e Sociedade**, Santa Fé do Sul, v. 11, n. 4, p. 1-22, mar. 2009.

Böhme, MTS. Relações entre aptidão física, esporte e treinamento esportivo. **Rev Bras Ciên Mov**; v. 11, n. 3, p. 97-104, 2003.

BRAUNER, Luciana Martins; VALENTINI, Nadia Cristina. **Análise Do Desempenho Motor De Crianças Participantes De Um Programa De Atividades Físicas**. 2009. 11 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Maringá, 2009.

Brauner, L. M. **Projeto Social Esportivo: Impacto no desempenho motor, na percepção de competência e na rotina das atividades infantis dos participantes**. 2010, Dissertação de Mestrado, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, Brasil.

CARDOSO, Jessika. **Metodologia da Pesquisa PRÓREITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO – PRPG PPROGRAMA DE PÓSGRADUAÇÃO STRICTO SENSU EM GESTÃO**. 2003. Disponível em: Metodologia da Pesquisa PRÓREITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO – PRPG PPROGRAMA DE PÓSGRADUAÇÃO STRICTO SENSU EM GESTÃO. Acesso em: 22 fev. 2022.

CLARKE, H.H. **Application of measurement to health and physical education**. New Jersey, Prentice Hall, 1967.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.

FLORIANO, Thiago Adelino. **Desenvolvimento motor de escolares participantes de escolinhas de futebol de Garopaba**. 2018. 41 f. TCC (Graduação) - Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2018.

FONSECA, Henrique Andrade Rodrigues da. Aptidão física relacionada à saúde de escolares de escola pública de tempo integral. **Acta Scientiarum. Health Sciences**, Maringá, v. 32, n. 2, p. 155-161, 2010.

FONTELLES, Mauro José. **METODOLOGIA DA PESQUISA CIENTÍFICA: DIRETRIZES PARA A ELABORAÇÃO DE UM PROTOCOLO DE PESQUISA**. 2009. 8 f. Tese (Doutorado) - Curso de Bioestatística, Unama, Belém, 2009. Disponível em: https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/150/o/Anexo_C8_NONAME.pdf. Acesso em: 08 fev. 2022.

FREITAS, DI. Maturação esquelética e aptidão física em crianças e adolescentes madeirenses. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, [s. l], v. 3, n. 1, p. 61-75, 2003.

FREITAS, Hebrayn Bezerra. **A importância do espaço físico e materiais pedagógicos para as aulas de educação física na escola pública do município de Unaí - MG**. 2014. 36 f. Monografia (Licenciatura em Educação Física) - Universidade de Brasília, Universidade Aberta do Brasil, Buritis-MG, 2014.

GABRIEL, Ian Rabelo. Atividade Física e Aptidão física de escolares do Município de Criciúma. **Braz. J. Of Develop.**, Curitiba, v. 6, n. 6, p. 34811-34920, jun. 2020.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C.; GOODWAY, Jackie D. **Compreendendo o desenvolvimento motor-: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. AMGH Editora, 2013.

GAYA, Adroaldo et al. Projeto Esporte Brasil PROESP-Br. **Manual de Aplicação de Medidas e Testes, Normas e Critérios de Avaliação**, 2012.

GAYA, Adroaldo. **Manual de testes e avaliação do PROESP-BR**. 2012. Disponível em: file:///C:/Users/user/Downloads/MANUALDOPROESP-BR_2012.pdf. Acesso em: 09 fev. 2022.

GENEROSI, Rafael Abeche. **Efeitos de um programa de treinamento físico em componentes da aptidão física relacionados a saúde de escolares**. 2011. 101 f. Tese (Doutorado) - Curso de Ciências do Movimento Humano, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011.

GHAMOUM, Ali Kalil. Treinamento de Goleiro: principais valências físicas dos goleiros de futebol dos clubes goianos com idade entre 15 a 17 anos. **Vita Et Sanitas**, Trindade (Go), v. 10, n. 1, p. 38-51, jan. 2016.

GOMES, Fabio Ricardo Hilgenberg. Contribuições dos projetos socioesportivos de contraturno aos alunos do ensino fundamental II das escolas públicas de Ponta Grossa-PR. *In*: VII CONGRESSO SULBRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 7., 2014, Matinhos-Pr. **Contribuições dos projetos** [...]. Matinhos-Pr: [s.n.], 2014. p. 1-8.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Aptidão física relacionada à saúde de crianças e adolescentes: avaliação referenciada por critério. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 1, n. 2, p. 27-38, 1995.

LEGNANI, Elto. EFEITOS DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO SOBRE OS COMPONENTES DE APTIDÃO FÍSICA EM ATLETAS DE FUTEBOL DE CAMPO. **Caderno de Educação Física Estudos e Reflexões**, Paraná, v. 5, n. 10, p. 159-164, 2003.

LUGUETTI, Carla Nascimento; RÉ, Alessandro H. Nicolai; BÖHME, Maria Tereza Silveira. Indicadores de aptidão física de escolares da região centro-oeste da cidade de São Paulo. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, São Paulo, v. 5, n. 12, p. 331-337, 2010. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.5007/1980-0037.2010v12n5p331>.

MACIEL, Larissa Fernanda Porto. O ensino do basquetebol no contraturno escolar: um relato de experiência a partir das novas tendências de ensino dos esportes. **Revista de Educación, Motricidad e Investigación**, Florianópolis, n. 16, p. 94-104, 2021.

Malina, R. M. Motor development during Infancy and early childhood: overview and suggested directions for research. **International Journal of Sport and Health Science**, vol. 2, p. 50-66, 2004.

MARÇAL, Bruno Francisco. **Análise da aptidão física relacionada ao desempenho motor escolares no Brasil**. 2020. 31 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física - Licenciatura, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2021.

MARTINS, José Joaquim Coelho. **Estudo da Influência da Educação Física nos Níveis de Aptidão Física Um Estudo Centrado numa População Escolar do Ensino Secundário**. 2015. 20 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Centro Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, 2015. Disponível em: <https://www.proquest.com/openview/4eaf27131217d1f9cfde5f2c3a1c4342/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>. Acesso em: 03 mar. 2022.

MATHEWS, D.K. **Measurement in physical education**. Philadelphia, W.B.Saunders, 1973.

MEDINA-PAPST, Josiane. Avaliação do desenvolvimento motor de crianças com dificuldades de aprendizagem. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum**, [s. l], v. 1, n. 12, p. 36-42, mar. 2010.

OLIVEIRA, Cristiane Silva. **A importância da educação física escolar no desenvolvimento motor de crianças dos anos iniciais do ensino fundamental**. 2012.

80 f. Tese (Doutorado) - Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade de Brasília, Coromandel, Brasil.

PELEGRINI, Andreia. Aptidão Física Relacionada à Saúde de Escolares Brasileiros: Dados do Projeto Esporte Brasil. **Rev Bras Med Esporte**, Marechal Cândido Rondon, v. 17, n. 2, p. 92-96, mar. 2011.

PEREIRA, Cleilton Holanda. Aptidão física em escolares de uma unidade de ensino da rede pública de Brasília-DF. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Brasília, v. 16, n. 3, p. 223-227, 2011.

Pereira ES, Moreira OC, Brito ISS, Matos DG, Mazini Filho ML, Oliveira CEP. Aptidão física relacionada à saúde em escolares de município de pequeno porte do interior do Brasil. **Rev Educ Fís** 2014;25(3):459-68

PETROSKI, E.L.. Associação entre baixos níveis de aptidão física e fatores sociodemográficos em adolescentes de área urbanas e rurais. **Motricidade**, Vila Real, v. 8, n. 1, p. 5-13, 2012.

PITANGA FJG. Testes, medidas e avaliação em educação física e esportes. 4ª. Ed. São Paulo: Phorte, 2005.

REIS, Monalisa da Silva. Avaliação da aptidão física em jovens de uma escola pública de Manaus. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício, São Paulo. V.12. N.72. P.63-69** **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 12, n. 72, p. 63-69, fev. 2018.

ROTTMANN, Hans Gert. **O IMAGINÁRIO DO FUTEBOL NO BRASIL: INTERFERÊNCIAS NOS MODOS DE VIVER, PROJETOS DE VIDA E FUTURO DE JOVENS ADOLESCENTES VINCULADOS A PROGRAMAS SOCIAIS ESPORTIVOS**. 2019. 278 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação, Centro Universitário La Salle- Unilasalle, Canoas, 2019. Disponível em: <https://dspace.unilasalle.edu.br/bitstream/11690/1145/1/hgrottmann.pdf>. Acesso em: 08 jun. 2022.

SANTOS, Ana Paula Maurilia dos; ROSA NETO, Francisco; PIMENTA, Ricardo de Almeida. Avaliação das habilidades motoras de crianças participantes de projetos sociais/esportivos. **Motricidade**, [s.l.], v. 9, n. 2, p.50-60, 30 jun. 2013. Desafio Singular, Lda. [http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.9\(2\).2667](http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.9(2).2667)

SARAIVA, João Paulo. **Relações entre atividade física, aptidão física, morfológica, coordenativa e realização acadêmica. Uma perspectiva holística do desenvolvimento motor.** Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Joao-Santos19/publication/322208063_Relacoes_entre_atividade_fisica_aptidao_fisica_morfologica_coordenativa_e_realizacao_academica_Uma_perspectiva_holistica_do_desenvolvimento_motor/links/601f19a84585158939892410/Relacoes-entre-atividade-fisica-aptidao-fisica-morfologica-coordenativa-e-realizacao-academica-Uma-perspectiva-holistica-do-desenvolvimento-motor.pdf. Acesso em: 16 dez. 2021.

SILVA, Jefferson Renato Vasconcelos da. **INICIAÇÃO ESPORTIVA NO FUTEBOL: ANÁLISE DE MÉTODOS DE ENSINO NO BRASIL.** 2018. 34 f. TCC (Graduação) - Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade Federal de Pernambuco, Vitória de Santo Antão, 2018. Disponível em: <https://attena.ufpe.br/bitstream/123456789/28979/1/SILVA%2c%20JEFFERSON%20RENATO%20VASCONCELOS%20DA.pdf>. Acesso em: 08 jun. 2022.

SILVA, Lucas Humberto Pereira da. **ANALISE COMPARATIVA DO DESEMPENHO ESPORTIVO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES QUE PRATICAM FUTSAL E FUTEBOL DE CAMPO ATRAVES DO TESTE DO PROESP-BR.** 2018. 10 f. Monografia (Especialização) - Curso de Educação Física, Unipê, João Pessoa, 2018. Disponível em: <https://bdtcc.unipe.edu.br/wp-content/uploads/2019/01/Lucas-Humberto-Pereira-da-Silva.pdf>. Acesso em: 03 jun. 2022.

SILVA, Marcília de Sousa. **A implementação dos programas de contraturno escolar e as representações de lazer e esporte.** 2017. 168 f. Tese (Doutorado) - Curso de Estudos do Lazer, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2017.

VALENTIN, R. B; Sobre as escolinhas de futebol: processo civilizador e práticas pedagógicas. **Rev. Motriz**. Rio Claro, v. 11, n. 3, set/dez 2005. Disponível em: . Acesso em: 21 mar.

VASCONCELOS, A. F.; **A influência de um programa em educação física no desenvolvimento motor das crianças na educação infantil**. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade de Brasília, Brasília, 2009.

VIEIRA, Valéria Cristina Ribeiro. A atividade física na adolescência. **Adolescência Latinoamericana**, Viçosa, v. 3, n. 1, p. 1-14, ago. 2002.