

**PROJETO BEM SAÚDE: CLASSIFICAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA  
AO DESEMPENHO MOTOR DOS ALUNOS**

ALVES, M. E. C, SILVA, E. P. <sup>1</sup>, HERBSTTRITH, C. A.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Alunas da E. E. E. F. Arthur Damé – Bagé – RS – Brasil – arthurdame13cre@educar.rs.gov.br

<sup>2</sup> Professora da E. E. E. F. Arthur Damé – Bagé – RS – Brasil – cristiane-dherbstrith@educar.rs.gov.br

**RESUMO**

O desempenho das atividades físicas é possibilitado pelas capacidades físicas, que são o conjunto de habilidades individuais (agilidade, flexibilidade, velocidade, força, resistência). Portanto, o objetivo desta pesquisa foi caracterizar em que nível de aptidão física relacionada ao desempenho motor, os alunos do 6º ao 9º ano da E.E.E.F. Arthur Damé, se encontram. Para avaliar a aptidão física relacionada ao desempenho motor, utilizou-se o protocolo do PROESP-BR, sendo selecionados os seguintes testes: flexibilidade (Sentar-e-alcançar sem o banco de Wells), da potência de membros inferiores (salto horizontal), da agilidade (teste do quadrado) e da força/resistência abdominal (número máximo de repetições em 1 minuto), de acordo com as padronizações sugeridas. Os resultados foram classificados de acordo com tabelas normativas apresentadas para cada categoria idade e o sexo, em cinco níveis: Fraco, Razoável, Bom, Muito Bom e Excelência, disponíveis pelo PROESP-BR. Participaram dos testes 55 alunos, sendo 58,2% meninos e 41,8% meninas, entre 11 e 16 anos. Os alunos investigados apresentaram as maiores frequências, nos testes de agilidade, potência de membros inferiores e resistência abdominal, na classificação “fraco” ou “razoável”. No teste de flexibilidade os maiores índices alcançados foram nas categorias “fraco” e “bom”. A classificação “excelência” não foi alcançada em nenhum dos testes. A partir dos resultados e análises dos testes, podemos concluir que o nível de aptidão física relacionada ao desempenho motor dos estudantes foi considerado muito abaixo, identificando um déficit na aptidão física de ambos os sexos. Desta forma, se faz necessário incentivar e conscientizar esses estudantes a buscarem um aumento na prática de atividades física, no qual resultará na melhora da saúde e aptidão física.

Palavras-chaves: Aptidão Física, Desempenho Motor, Saúde, Escolares