

## ESCOLINHA DE FUTSAL: UMA PROPOSTA VOLTADA À SAÚDE E EDUCAÇÃO

Orientadores: RIBEIRO, Andréa Jaqueline Prates Ribeiro

Pesquisadores: MACEDO, Giovani; KUHN, Jordy

Curso: Educação Física

Área: Ciências da Vida

Resumo: O presente estudo objetivou implementar uma escolinha de futsal voltada à saúde e educação em uma escola Estadual de São Miguel do Oeste, Santa Catarina por meio da oportunidade da prática esportiva do futsal e noções de higiene pessoal, aspectos estes voltados à cidadania. A amostra foi composta por 18 adolescentes sendo 9 do gênero feminino e 9 do masculino regularmente matriculados no ensino fundamental de uma escola pública de São Miguel do Oeste, Santa Catarina com idade de 11 a 14 anos. Foram ministradas 3 aulas, duas vezes por semana durante aproximadamente 4 meses. Nas atividades desenvolveram-se os fundamentos do futsal, brincadeiras, alongamentos, jogos, noções de higiene pessoal e alimentação saudável. Antes e após as atividades de futsal, foram realizadas avaliações antropométricas nos escolares (peso e estatura) e a partir desses dados foi calculado o IMC (índice de massa corporal). Também foram realizados os testes de agilidade, flexibilidade, velocidade de deslocamento, força explosiva de membros superiores e inferiores seguindo o manual do PROESP-BR (2015). Para análise dos resultados foi utilizada a estatística descritiva (média e desvio padrão). O teste t de Student pareado foi utilizado para as comparações de pré e pós-testes, das variáveis estudadas. Os resultados indicaram que houve melhora estatisticamente significativa positivas de pré para pós-testes nas variáveis: estatura para ambos os gêneros, IMC (índice de massa corporal), velocidade e agilidade para os meninos e para as meninas nas variáveis: força explosiva de membros superiores, força explosiva de membros inferiores e agilidade. Sugere-se que mais propostas voltadas à prática esportiva na escola como meio para promoção da saúde sejam realizadas devido aos resultados altamente positivos alcançados.

Palavras-chave: Futsal. Adolescentes. Saúde. Educação.

E-mails: macedogiovanismo05@hotmail.com , andrea.ribeiro@unoesc.edu.br