

## UM PERFIL SOBRE AS APTIDÕES FÍSICAS DO 5º ANO DA EMEF DR. MÁRIO MENEGHETTI: AGILIDADE E VELOCIDADE

ARTHUR CRESPO DA SILVA<sup>1</sup>; LUCAS ESTEVES DOS SANTOS<sup>2</sup>; WENDELL VALÉRIO MARTINS<sup>3</sup>; TATIANA AFONSO DA COSTA<sup>4</sup>; MARCELO SILVA DA SILVA<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Universidade Federal de Pelotas - [arthurcrespo03@gmail.com](mailto:arthurcrespo03@gmail.com)

<sup>2</sup> Universidade Federal de Pelotas - [lucasesantos03@gmail.com](mailto:lucasesantos03@gmail.com)

<sup>3</sup> Universidade Federal de Pelotas - [wendellvm23@gmail.com](mailto:wendellvm23@gmail.com)

<sup>4</sup> EMEF Dr Mário Meneghetti – [taticostaeducacaofisica@gmail.com](mailto:taticostaeducacaofisica@gmail.com)

<sup>5</sup> Universidade Federal de Pelotas – [marcelosilva.ufpel@gmail.com](mailto:marcelosilva.ufpel@gmail.com)

### 1. INTRODUÇÃO

Durante minhas atividades como bolsista do PIBID (Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência) na Escola Municipal de Ensino Fundamental EMEF Dr. Mário Meneghetti, localizada na cidade de Pelotas-RS, percebemos uma disparidade em relação às aptidões físicas dos alunos da turma do 5º ano, mais especificamente neste trabalho agilidade e velocidade. Onde segundo Dantas (2003, p. 47), “a velocidade é a capacidade de realizar um movimento em um espaço de tempo mínimo, enquanto a agilidade consiste na habilidade de mudar rapidamente de direção ou posição do corpo, mantendo o equilíbrio e a coordenação”.

Porém não sabíamos quais aspectos, e, nem quanto essa disparidade influenciava durante a prática das aulas de educação física. Visamos agregar conhecimentos para um aperfeiçoamento das aulas, assim como para realizar uma intervenção focada na melhora dessas aptidões dos alunos, decidimos por aplicar um conjunto de testes para verificar o desenvolvimento e nível de aptidão física destes alunos.

Uma das intenções de realizar estes testes é aprimorar nossos conhecimentos sobre a realidade dos alunos, não só a partir de uma percepção subjetiva, mas também a partir de dados quantificáveis, possibilitando assim também um melhor aproveitamento das aulas de educação física escolar.

Conhecer o perfil dos alunos nos possibilita pensar as aulas de maneira que elas sejam mais efetivas e melhorem suas aprendizagens e suas aptidões físicas, que são de extrema importância para o resto da vida dessas crianças.

### 2. METODOLOGIA

Durante a pesquisa utilizamos os testes e variáveis do PROESP-Br (Projeto Esporte Brasil) (GAYA et al, 2021), que é um programa de testes e medidas sobre aptidão física em jovens de 6 a 17 anos de idade. Que tem sua própria base de dados, para a verificação dos dados coletados pelos pesquisadores, assim como uma tabela de resultados base utilizada para parametrizar os resultados. Os testes realizados neste estudo foram: o teste do quadrado, para medir a agilidade dos alunos, onde o teste é aplicado em um quadrado de 4 metros por 4 metros com um cone em cada canto do quadrado. Ao sinal do avaliador o aluno, deverá deslocar-se em velocidade máxima e tocar com uma das mãos no cone situado no canto em diagonal do quadrado. Na sequência, corre para tocar o cone à sua esquerda (ou direita) e depois se desloca para tocar o cone em diagonal.

Finalmente, corre em direção ao último cone, que corresponde ao ponto de partida. O cronômetro deverá ser acionado pelo avaliador quando o avaliado tocar pela primeira vez com o pé o interior do quadrado e será travado quando tocar com uma das mãos no quarto cone. Serão realizadas duas tentativas, sendo registrado para fins de avaliação o menor tempo. O outro teste realizado foi a corrida de 20 metros, que serviu para medir a velocidade dos alunos. Uma pista de 20 metros demarcada com três linhas paralelas no solo da seguinte forma: a primeira no marco 0m; a segunda, distante 20m da primeira para parar o cronômetro e a terceira linha, marcada a dois metros da segunda. A terceira linha serve como referência de chegada para o aluno na tentativa de evitar a desaceleração antes de cruzar a linha de cronometragem. O estudante parte da posição de pé, com um pé avançado à frente imediatamente atrás da primeira linha e será informado que deverá cruzar a terceira linha o mais rápido possível. Ao sinal do avaliador, o aluno deverá deslocar-se, o mais rápido possível, em direção à linha de chegada. O avaliador deverá acionar o cronômetro quando o avaliado, ao dar o primeiro passo, toque o solo pela primeira vez com um dos pés além da linha de partida. O cronômetro será travado quando o aluno ao cruzar a segunda linha tocar pela primeira vez ao solo.

Todos os integrantes da turma receberam o TCLE, sendo que somente os escolares que devolveram o TCLE devidamente assinado participaram da coleta de dados, que foi realizada na semana seguinte à entrega do termo.

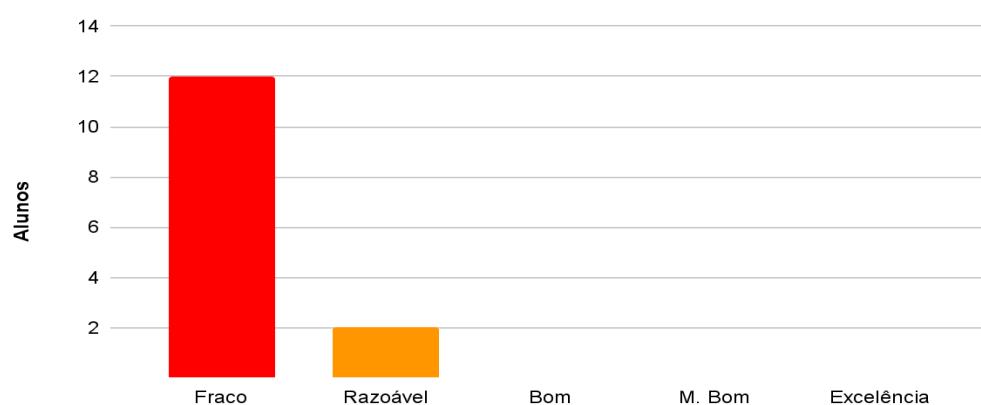
Os critérios de inclusão para a pesquisa foram de que os alunos deveriam estar devidamente matriculados no quinto ano da escola EMEF Dr. Mário Meneghetti. Já os critérios de exclusão, foram aqueles alunos que apresentavam alguma deficiência física que impedisse de realizar os testes e aqueles alunos que não participaram dos dias de coletas.

A amostra total foi de 23 alunos que se enquadram nos critérios de inclusão, porém após a exclusão dos que não se enquadram, foram realizados os testes com uma amostra de 14 alunos. Onde 05 alunos não realizaram o teste pois faltaram em 1 ou mais dias de teste, assim tendo uma base incompleta de seus dados e 4 alunos não entregaram o TCLE, portanto foram retirados dos testes.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a realização dos testes, foram colocados os dados coletados em comparação com a base disponibilizada pelo PROESP-BR, os dados do teste de agilidade e velocidade tem suas bases em segundos e levado em consideração: sexo e idade do avaliado. Onde no teste de agilidade, dos 14 alunos testados, 12 deles ficaram com um score “Fraco”, um total de 85,7% dos alunos testados e 2 alunos ficaram com um score “Razoável” sendo 14,3% dos avaliados, seguindo o padrão para o determinado gênero e idade do avaliado (Gráfico 1).

**AGILIDADE**



Já no teste de velocidade dos 14 alunos testados, 9 alunos apresentaram um score considerado “Fraco” aproximadamente 64,2% dos testados, 2 tiveram um score “Razoável” sendo 14,2% dos testados, 1 com um score “Bom” 7,1% dos avaliados, 1 com um score “M. Bom” 7,1% dos avaliados e 1 com um score de “Excelência” também 7,1% dos avaliados, seguindo o padrão para o determinado gênero e idade do avaliado (Gráfico 2).

## VELOCIDADE

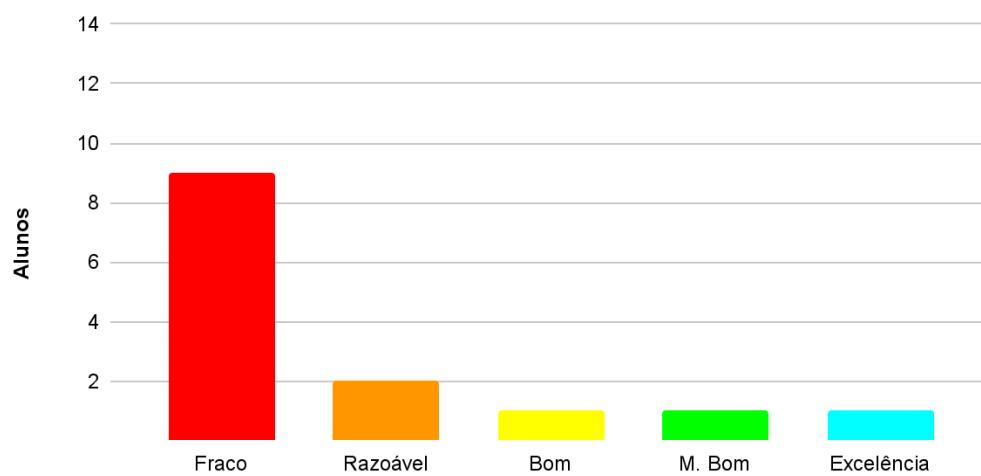


Gráfico 2

Agora com essas médias pensa-se qual o motivo destes resultados tão baixos. Algumas hipóteses podem ser levantadas: seria uma má formulação das aulas de educação física? A quantidade de aulas de EF que os estudantes têm na escola daria conta de melhorar esses scores? Seria uma questão geracional, as crianças estão sendo menos ativas? Estaria relacionada a uma infância muito ligada aos meios eletrônicos, jogos, celulares, telas em geral, ou até mesmo uma junção de todos esses fatores?

Na sequência de nossas atividades na escola tentaremos aprofundar mais estas questões, além de buscar realizar intervenções focada na melhora dessas aptidões, com aulas lúdicas e envolventes, visando a melhora dessas qualidades e conscientizar os alunos de que uma vida ativa, a atividade física e o exercício físico é fundamental para uma vida mais saudável. Também iremos documentar as mudanças em um futuro re-teste com os alunos para uma nova análise e comparação.

## 4. CONCLUSÕES

Entende-se que o nível dessas aptidões nos alunos do 5º ano, deve melhorar para que eles possam ter uma melhor condição de realizar as atividades propostas em aula. Com isso deve-se realizar uma intervenção especializada nessas aptidões, sem sair do conteúdo programático da escola.

Sendo assim, uma próxima etapa dessa pesquisa, para saber se conseguimos melhorar a qualidade dessas aptidões, para que os alunos possam aproveitar mais suas aulas de educação física, podendo até trazer melhores condições para a vida adulta dessas crianças.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, B. et al. Níveis de aptidão física relacionada à saúde de escolares da zona urbana e rural de Santa Cruz do Sul – RS: estudo comparativo. **Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção**, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 165–169, 2018. DOI: [10.17058/reci.v8i2.9395](https://doi.org/10.17058/reci.v8i2.9395). Disponível em: <https://seer.unisc.br/index.php/epidemiologia/article/view/9395>. Acesso em: 28 ago. 2025.

GAYA, A. R; PEDRETTI, A.; MELLO, J. **Projeto Esporte Brasil**: Manual de medidas, testes e avaliações. 5<sup>a</sup> ed. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2021.

SAMPEDRO, L. B. R.; SILVA, S. A. S. **Perfil do desempenho motor de escolares de 11 a 13 anos de idade: a realidade da escola pública**. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd144/perfil-do-desempenho-motor-de-escolares.htm>. Acesso em: 25 ago. 2025.

DANTAS, E. H. M. Flexibilidade: alongamento e flexionamento. 5. ed. Rio de Janeiro: **Shape**, 2003.

RAIMUNDO, A. R.; FILENI, C. H. P.; SOUZA, A. a N. de; ALMEIDA, E. O.; COSTA, F. T.; VILELA JUNIOR, G. de B.; MARTINS, G. C.. **Análise de desempenho em teste de agilidade: educação física escolar x iniciação esportiva em futsal**. Revista Educação Pública, v. 21, nº 7, 2 de março de 2021. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/21/7/analise-de-desempenho-em-teste-de-agilidade-educacao-fisica-escolar-x-iniciacao-esportiva-em-futsal>

SANTOS, A. R.; ARCARI G.; ZECHIN E.J.; PARADA K.. FARIA M. J.. **APTIDÃO FÍSICA DE ESCOLARES: ESTUDO SOBRE VELOCIDADE E AGILIDADE**. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo. v.12. n.72. p.240-246, 2018