

267

EFEITOS DA PRÁTICA DA CAPOEIRA SOBRE OS NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA DE JOVENS EM IDADE ESCOLAR: UM ESTUDO COMPARATIVO ENTRE CAPOEIRISTAS E ESCOLARES DE 15 A 17 ANOS. Carlos Alberto Silva da Silva, Adroaldo Cezar Araujo Gaya

(orient.) (UFRGS).

Justificativa: os resultados preocupantes acerca da aptidão física de nossos jovens; e o papel que a Capoeira pode exercer para reverter este quadro. Objetivos: verificar a existência de diferenças significativas na aptidão física de capoeiristas (GC) e de escolares (GE); e determinar a ocorrência dos meninos de ambos os grupos que se situam respectivamente abaixo, dentro ou acima da zona saudável de aptidão física (ZSApF) e de massa corporal (ZSMC). A amostra foi constituída por 50 meninos entre 15 e 17 anos. A aptidão física foi determinada pela medida do IMC e pelos testes de resistência geral, flexibilidade, força-resistência abdominal, força de membros inferiores, força de membros superiores, agilidade e velocidade. Os critérios de referência para a avaliação da aptidão física relacionada à saúde correspondem aos utilizados no Projeto Esporte Brasil. Para o tratamento dos dados utilizou-se a estatística descritiva. Para verificar as diferenças entre grupos, adotou-se o teste "t" para amostras independentes, com $t=0,05$. Os resultados indicaram diferenças significativas a favor dos capoeiristas em todos os testes, exceto para o IMC e força de membros superiores. Quanto à distribuição dos grupos nas ZSApF e ZSMC, os dados indicaram que no IMC, 94% do GC está dentro ou acima da ZSMC. Nos testes motores os resultados indicaram o seguinte: resistência geral, 94% do GC dentro ou acima da ZSApF; força-resistência abdominal, 100% do GC dentro ou acima da ZSApF; e flexibilidade, 100% do GC acima da ZSApF. O resultados demonstram que a Capoeira exerce um efeito positivo sobre a aptidão física de jovens escolares e que ela pode exercer um importante papel no desenvolvimento de uma educação física rica e ativa.