

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO II

Inaê Angélica Cherobin

**PERFIL DE ATIVIDADE FÍSICA DIÁRIA PRATICADA POR ESCOLARES DE  
DIFERENTES REDES DE ENSINO DAS CIDADES DE  
PORTO ALEGRE E ERECHIM**

Porto Alegre

2011

Inaê Angélica Cherobin

**PERFIL DE ATIVIDADE FÍSICA DIÁRIA PRATICADA POR ESCOLARES DE  
DIFERENTES REDES DE ENSINO DAS CIDADES DE PORTO ALEGRE E  
ERECHIM**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul como requisito à obtenção do grau de Licenciada em Educação Física.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Míriam Stock Palma

Porto Alegre

2011

**Inaê Angélica Cherobin**

**Perfil de Atividade Física Diária Praticada por Escolares de Diferentes Redes  
de Ensino das Cidades de Porto Alegre e Erechim**

Conceito final:

Aprovado em ..... de ..... de .....

**BANCA EXAMINADORA**

---

Profa. Dra. Adriana Berleze

---

Orientadora – Profa. Dra. Miriam Stock Palma - UFRGS

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço a meus pais por todo amor, incentivo e confiança que me transmitiram no decorrer deste trabalho, não me deixando desanimar em momento algum.

À minha irmã, que soube compreender o estresse de todo o trabalho e por estar presente nos momentos em que mais precisei.

À Professora Míriam Stock Palma pela excelente orientação. Obrigada pela atenção, paciência, confiança e pela calma que me transmitiste durante todo nosso trabalho de pesquisa.

Aos meus amigos sempre dispostos a ajudar e que sempre estiveram comigo durante todo este caminho, em especial Maicon e Gabriela.

A todas as pessoas que, de alguma forma, contribuíram para que eu chegasse até aqui e, mesmo longe, sempre torceram por mim.

Às escolas que abraçaram esta pesquisa e deram o seu melhor para a realização da mesma.

Aos pais das crianças pela disponibilidade de responder os questionários.

## RESUMO

A prática de atividades físicas deveria fazer parte da rotina diária das crianças desde os primeiros anos de vida, visto os inúmeros benefícios gerados. Porém, a literatura tem apontado que atualmente as crianças e jovens têm reduzido drasticamente seu nível de atividade física desde muito cedo, acarretando uma taxa crescente de sedentarismo infantil. Esta pesquisa, caracterizada como descritiva do tipo exploratório com abordagem comparativa, teve como objetivo identificar e comparar os perfis de atividade física diária de escolares de seis a dez anos de idade, provenientes das Redes Privada e Municipal de Ensino nas cidades de Porto Alegre e de Erechim. A amostra foi composta de 225 crianças, provenientes de oito escolas, sendo duas, em cada cidade, da Rede Municipal de Ensino e duas da Rede Particular. O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário, baseado em outros dois (SERRANO; NETO, 1997, adaptado por BERLEZE, 2002; SOBRAL, 1992). Como resultados, constatamos que o perfil de atividade física das crianças das cidades de Erechim e Porto Alegre são bastante semelhantes, apenas com algumas vantagens na cidade de Erechim.

**Palavras-chave:** Atividade física; criança; escola

## **ABSTRACT**

The physical activity should be part of the daily routine of children from the earliest years of life, because the many benefits generated. However, the literature has shown that children and young people today have drastically reduced their level of physical activity from an early age, leading to an increased rate of childhood inactivity. This research, descriptive of the type characterized as exploratory comparative approach, aimed to identify and compare the profiles of daily physical activity of schoolchildren six to ten years old, from the private and Municipal Schools in the cities of Porto Alegre and Erechim. The sample consisted of 225 children from eight schools, two in each city, the Municipal Education Network and two private. The instrument used for data collection was a questionnaire, based on two (SERRANO; NETO, 1997, adapted by BERLEZE, 2002; Sobral, 1992). We observed that the profile of physical activity of children and the cities of Porto Alegre Erechim are quite similar, with only some advantages in the city of Erechim.

**Keywords:** Physical activity, child, school

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Tempo diário para brincar .....	22
Tabela 2 - Deslocamento da Criança para ir à Escola .....	23
Tabela 3 - Locais destinados para brincar .....	24
Tabela 4 – Brincadeiras de que mais participa.....	26
Tabela 5 – Frequência com que brinca .....	26
Tabela 6 – Ocupação do tempo livre.....	27
Tabela 7 – Atividade física organizada.....	28
Tabela 8 – Materiais que possui.....	29
Tabela 9 – Número de horas em cada tarefa – durante a semana .....	32
Tabela 10 – Número de horas em cada tarefa – durante o fim de semana .....	33

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>9</b>
1.1 Objetivos .....	10
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	<b>11</b>
2.1 Importância da Atividade Física para o desenvolvimento .....	11
2.2 Declínio da atividade física com o passar dos anos .....	13
2.3. Níveis de atividade física em diferentes realidades .....	18
<b>3 METODOLOGIA</b> .....	<b>20</b>
3.1 Tipo de Estudo.....	20
3.2 Amostra .....	20
3.3 Instrumento de Coleta de Dados .....	20
3.4. Procedimentos éticos.....	20
3.5 Análise estatística .....	21
<b>4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS</b> .....	<b>22</b>
4.1 Tempo diário para brincar .....	22
4.2 Deslocamento da Criança para ir à Escola.....	23
4.3 Locais destinados para brincar .....	24
<b>4.4 Brincadeiras mais praticadas pelas crianças e sua frequência</b> .....	<b>26</b>
<b>4.5 Ocupação do tempo livre</b> .....	<b>27</b>
<b>4.6 Participação em atividades organizadas</b> .....	<b>28</b>
<b>4.7 Materiais que possui</b> .....	<b>29</b>
<b>4.8 Número de horas em cada tarefa – durante a semana</b> .....	<b>30</b>
<b>4.9 Número de horas em cada tarefa – durante o fim de semana</b> .....	<b>32</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>35</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>37</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>40</b>
ANEXO A - Questionário para pais ou responsáveis.....	40
ANEXO B - Termo de consentimento institucional .....	43
ANEXO C- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos Responsáveis Legais da Criança .....	44



## 1 INTRODUÇÃO

A atividade física é de grande importância para os seres humanos desde seus primeiros anos de vida. É de comum acordo que a atividade física traz benefícios biológicos para adultos e crianças, como aumento da longevidade, decréscimo do risco de doenças coronárias, diminuição de fatores de risco associados à obesidade e ao stress emocional e, também benefícios psicológicos, como a auto-estima, o bom humor, o melhor funcionamento cognitivo e o bem-estar psicológico, além de melhorar o desempenho escolar das crianças. Tais benefícios fazem com que acreditemos que a atividade física deve fazer parte do cotidiano das pessoas, desde a infância.

O incentivo para a prática de atividade física nem sempre acontece do modo mais adequado; desta forma, as crianças e os jovens acabam perdendo o prazer em praticá-la e, conseqüentemente, ela é reduzida com o passar dos anos, refletindo numa maior taxa de sedentarismo. É documentado na literatura que o maior declínio da atividade física acontece na transição da infância para a adolescência, porém há estudos (BAILEY apud SHEPHARD, 1995; LOPES et al, 2006) que mostram que o declínio pode começar já a partir dos 5 anos de idade.

Por ser natural da cidade de Erechim, localizada no interior do estado do Rio Grande do Sul, com população de 96.031 habitantes, considerada uma cidade pequena quando comparada a Porto Alegre, e estudar na capital do estado, com população de 1.365.039 habitantes (IBGE, 2010), surgiu a ideia de comparar o perfil de atividade física de crianças das duas cidades, as quais apresentam diferenças quanto aos seus tamanhos, localização e população. Sendo assim, nos deparamos com as seguintes questões: Há diferença entre o perfil de atividade física de crianças das cidades de Porto Alegre e Erechim? A Rede de Ensino em que os escolares estudam influencia no perfil de atividade física destas crianças?

No decorrer deste estudo, procuraremos responder tais questões a fim de sanar nossas dúvidas e enriquecer os estudos nesta área, envolvendo diferentes tamanhos de cidades, que se encontram bastante escassos.

## **1.1 Objetivos**

Identificar e comparar os perfis de atividade física diária de escolares de 6 a 10 anos de idade, provenientes da Rede Privada e Municipal de Ensino nas cidades de Porto Alegre e de Erechim.

Verificar se há diferenças entre os perfis de atividade física diária apresentados por escolares de 6 a 10 anos de idade, provenientes da mesma Rede de Ensino, das cidades de Porto Alegre e Erechim.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Importância da Atividade Física para o desenvolvimento**

A atividade física (AF) é um fator de grande importância para a saúde e bem-estar dos seres humanos. Sua prática regular tem uma influência benéfica em alguns fatores relacionados à saúde, como aumento da longevidade, decréscimo do risco de doenças coronárias, diminuição de fatores de risco associados à obesidade e ao stress emocional (LOPES *et al*, 2001).

Há estudos que evidenciam o benefício da atividade física na prevenção de doenças cardiovasculares, diabetes, hipertensão, osteoporose e desordens emocionais (depressão, ansiedade, etc...) e alguns tipos de câncer. Sendo assim, diminui intensamente a mortalidade da população (VASCONCELOS; MAIA, 2001).

A prática de atividades físicas deve acontecer de forma sistemática, fazendo com o que o sujeito crie hábitos de vida saudáveis. Concordamos com Alves (2003), no que se refere à importância da regularidade da atividade física e salientamos que ela deve ser considerada como algo bom de ser feito. Pensamos que, quando ela é vista como forma de punição (por exemplo, quando as aulas não vão ao encontro do interesse dos alunos) e também quando a atividade física é vista como algo massacrante, essa prática não se transforma em um hábito, devido à falta de motivação.

Ainda, segundo Alves (2003), a atividade física escolhida deve ser aquela que pode ser feita regularmente. Estudos demonstram que adultos ativos levam inúmeras vantagens para quando se tornarem idosos, principalmente na manutenção da aptidão física. Sendo assim, a atividade física realizada de forma regular pode prolongar a vida e deixá-la mais prazerosa e feliz.

No que se refere à atividade física durante a infância, a literatura aponta uma relação estreita entre estas duas variáveis. As crianças são naturalmente ativas. A atividade física na infância é um fator de grande importância para o desenvolvimento motor, cognitivo e social das crianças. É na infância que os indivíduos são mais influenciados e é nesta fase que se deve inserir a atividade física como um hábito na

vida das crianças, podendo, desta maneira, se estender para a vida adulta, tornando os seres humanos mais saudáveis e ativos.

De acordo com Simons-Morton et al (1990) e Neto (2008), nas crianças a atividade física está associada à redução de fatores de risco de doenças cardiovasculares, pressão sanguínea, presença de lipoproteínas de baixa intensidade e obesidade, além de que a redução de oportunidades e de tempo de jogo na infância e adolescência também podem aumentar o sedentarismo e o nível de stress.

O estudo de Nettleton (apud SOUSA, 2000) concluiu que a atividade física, estruturada ou não, constitui um fato importante na vida das crianças em idade escolar; aponta também que períodos diários de educação física na escola melhoram o desempenho escolar.

Para Sanders (2005), a atividade física regular ajuda as crianças a desenvolverem e a manterem ossos, músculos e articulações saudáveis, e a controlarem o peso, ganharem massa muscular, reduzindo gordura.

A atividade física é uma maneira de as crianças experimentarem novos movimentos, aprenderem mais com seus corpos e saberem quais são os seus limites. De forma divertida e prazerosa, a atividade física acaba inserindo-se na vida das crianças de maneira natural.

Além de todos os benefícios biológicos citados acima, não podemos esquecer dos benefícios psicossociais que a atividade física gera nas crianças e adolescentes. Biddle et al (2004) cita, em seu estudo, que entre outros benefícios da atividade física estão a auto-estima, o bom humor e o melhor funcionamento cognitivo. Também a sua prática é benéfica para o comportamento moral e bem-estar psicológico.

Para Gallahue e Ozmun (2005), a participação em atividades físicas competitivas e cooperativas permite aos jovens a oportunidade de se expressarem, de desenvolverem a autoconfiança, a auto-realização, a interação e a integração social, ou seja, a atividade física, seja ela qual for, é importante para a socialização do indivíduo.

Visto os benefícios da atividade física na vida das crianças, podemos concluir que ela deve estar presente desde cedo na vida das mesmas. É necessário que elas experimentem ao longo da infância vários tipos de práticas corporais, como o esporte, a dança, as lutas, etc, para que percebam quais são as suas preferidas e, desta forma, isso facilitará a criação de um hábito de atividade física.

Outro fator que nos faz pensar nos hábitos de vida saudável é a obesidade, que antes era considerada uma doença da vida adulta e hoje se mostra bastante presente desde os primeiros anos de vida. O declínio da atividade física com o aumento da idade e a tendência para a inatividade de crianças e adolescentes trazem consigo este problema, que afeta a capacidade física, social e a auto-estima das crianças.

Apesar de a obesidade poder se iniciar em qualquer época da vida, há fortes indícios de que ela atinja seu período crítico entre o primeiro ano de vida e a idade escolar (Fisberg *apud* Bankoff e Moutinho, 2002).

Como hoje em dia gordura é considerada algo 'fora dos padrões', as crianças obesas sofrem as consequências por assim serem e acabam se tornando vítimas de chacotas pelos colegas, não são escolhidas para os times na aula de educação física e, desta forma, acabam se desvencilhando das atividades físicas por vergonha de seus corpos.

## **2.2 Declínio da atividade física com o passar dos anos**

Pesquisadores e instituições internacionais têm manifestado preocupação no que se refere à necessidade de as crianças desde cedo serem ativas.

Nesse sentido, Lopes e Maia (2004, p.86) referem que no ano de 1997, numa conferência internacional realizada no Reino Unido (*Young and Active?*) foram feitas duas recomendações principais e uma subsidiária para crianças e jovens entre os 5 e 18 anos de idade:

1- “As crianças e jovens devem participar de atividades físicas moderadas a intensas pelo menos uma hora diária.

2- As crianças mais sedentárias devem participar em atividades físicas moderadas a intensas pelo menos 30 minutos diariamente.

Subsidiária: pelo menos duas vezes por semana, algumas atividades para servir de apoio ao reforço e/ou à manutenção da força muscular, da flexibilidade e promover o desenvolvimento da densidade mineral óssea”.

A National Association for Sport and Physical Education (NASPE), em seu documento intitulado *Active start: Physical activity for children birth to 5 years* (2001), o qual contém diretrizes para a Educação Física de crianças dos primeiros anos de vida, alerta para a importância da atividade física regular. Cabe salientar algumas destas diretrizes, citadas na obra de Sanders (2005, p. 25).

Diretrizes (NASPE, 2001):

- 1- As crianças em idade pré-escolar devem ter pelo menos uma hora por dia de atividade física estruturada.
- 2- As crianças em idade pré-escolar devem participar de atividades não estruturadas sempre que for possível e não devem realizar uma atividade sedentária por mais de uma hora.
- 3- As crianças em idade pré-escolar devem desenvolver a competência em habilidades motoras que levem a tarefas que exijam movimentos mais complexos.
- 4- As crianças em idade pré-escolar devem ter áreas externas e internas à sua disposição, que atendam ou sejam superiores aos padrões de segurança recomendados para a execução de atividades voltadas ao desenvolvimento muscular.
- 5- Os responsáveis pelo bem-estar das crianças em idade pré-escolar devem estar conscientes da importância da atividade física e facilitar as habilidades motoras das crianças. ( Sanders *apud* Naspe, 2005, p.25)

As recomendações acima citadas, tanto do Reino Unido quanto do NASPE, foram elaboradas visando o bem-estar das crianças e jovens de todo o mundo.

Reforçando a importância das diretrizes, Vasconcelos e Maia (2001) explanam em seu estudo que crianças não realizam, em suas vidas diárias, atividades físicas em quantidades e intensidades suficientes para promover efeitos benéficos sobre a saúde, ou seja, na prevenção de fatores de risco. Com a falta de incentivo, as crianças e jovens acabam perdendo o prazer em praticar atividades físicas e, conseqüentemente, ela é reduzida com o passar dos anos, refletindo numa maior taxa de sedentarismo.

A revisão de diversos estudos indica que os níveis de atividade física declinam significativamente durante os anos escolares, à medida que meninos e meninas passam da infância para a idade adulta (ARMSTRONG, 1998; SALLIS; OWEN apud VASCONCELOS; MAIA, 2001). Quanto mais cedo acontecer a promoção da saúde, mais chances de obter pessoas ativas e saudáveis na vida adulta se terão, retardando o declínio de atividade física. O incentivo e o reforço para a prática de atividade física são fatores determinantes para a mesma.

Caspersen, Pereira e Curran (2000) obtiveram como resultado de suas pesquisas que é entre os 15-18 anos que ocorre o maior risco de diminuição da atividade física. Van Mechelen et al (2000) consideram que os níveis de atividade física decrescem gradualmente dos 13 aos 16 anos em ambos os sexos e, de forma menos gradual, dos 16 aos 21 anos.

Também Vasconcelos e Maia (2001) encontraram no estudo de Sallis o resultado de uma pesquisa em que o fenômeno mais acentuado de declínio de atividade física se dá entre os 13 e os 18 anos e é maior nos meninos em comparação com as meninas. Para Telama e Yang (2000), é a partir dos 12 anos que ocorre um decréscimo marcante de atividade física.

Kimm et al (2000) observaram uma diminuição da atividade física durante a transição da infância para a adolescência, numa amostra constituída apenas de meninas. Os níveis de atividade física diária declinaram 35% dos 9-10 anos até os 18-19 anos.

Castro (2001) avaliou a atividade física habitual em 117 crianças e jovens, sendo 69 meninas e 48 meninos, com idades entre 8 e 16 anos, com acelerômetro uniaxial CSA. Foram calculados os tempos de envolvimento em atividades moderadas e vigorosas ao longo de três dias consecutivos. Como resultado, obteve que existe uma diminuição dos níveis de atividade física à medida que a idade aumenta, havendo um declínio mais acentuado na transição da infância para a adolescência e durante a adolescência. Os meninos são os que despendem mais tempo em atividades físicas.

Também Verschuur e Kemper apud Sousa (2000), ao estudarem a atividade física dos jovens, verificaram que o tempo utilizado para esta prática diminui gradualmente dos 12/13 anos aos 17/18 anos em ambos os sexos.

Numa investigação feita por Sunnegardh et al (1985), com crianças de 4 regiões da Suécia, verificou-se que as crianças mais novas eram mais ativas que as crianças mais velhas e, em todos os grupos, os meninos eram mais ativos que as meninas.

O estudo de Vasconcelos e Maia (2001) foi constituído por 2.876 meninos e 3.073 meninas com idades entre 10 e 19 anos. Os dados foram recolhidos por meio de questionários distribuídos nas escolas de diversas cidades da região norte de Portugal. Como resultado, ao contrário do que outros autores dizem, não foram encontrados declínios de atividade física das crianças e adolescentes de ambos os sexos com idades entre 10 e 17 anos, mas foi constatado o declínio dos 18 para os 19 anos e, nesta fase, o declínio foi mais acentuado nas meninas do que nos meninos.

Os autores citados acima tratam o declínio drástico da atividade física a partir da adolescência, porém Bailey apud Shephard (1995), no ano de 1974, já concluía em seu estudo que o declínio da atividade física começa a acontecer tão cedo quanto a inserção na escola, por volta dos 5, 6 anos de idade.

Concordando com a hipótese do declínio de atividade física acontecer muito antes da adolescência, Lopes et al (2006), mostra em seu estudo que declínios nos níveis de atividade física começam ocorrer a partir dos 6 anos de idade. Isto nos faz



salientar a ideia de que as crianças devem, desde muito cedo, ser estimuladas à prática de atividades físicas.

### **Fatores que geram o declínio de Atividade Física**

Existem diversos fatores que podem explicar porque ocorre este declínio de atividade física com o aumento da idade.

Segundo Vasconcelos e Maia (2001), o declínio encontrado em seu estudo, evidenciado aos 19 anos em ambos os sexos, pode ser consequência do aumento de comportamentos sedentários, ou seja, mais tempo assistindo televisão, jogando vídeo game, 'viajando' na internet, além de uma maior responsabilidade com o ingresso na Universidade, aquisição de novos papéis e funções familiares, a entrada no mundo do trabalho para alguns dos jovens.

De acordo com Neto (2008), o aumento do envolvimento de crianças e jovens com o meio eletrônico e com a evolução das tecnologias, o desaparecimento da cultura de jogo de rua, a diminuição do espaço livre e o aumento da insegurança e proteção são fatores que evidenciam o declínio da atividade física.

Diante de tanto sedentarismo, gerado pelas novas tecnologias citadas pelos autores acima, são as aulas de Educação Física o espaço e o tempo que as crianças têm para se adaptarem a uma vida saudável. De acordo com Palma (2008) é nessas aulas que os estudantes podem (e devem) desenvolver competências que tenham algum valor para si mesmos e que, ao mesmo tempo, sejam valorizadas nos mundos reais da escola e da comunidade. É importante destacar que o movimento representa, para a grande maioria das crianças, um valor enorme e, por isso, sentir-se fisicamente competente pode somar alguma coisa significativa em suas vidas. A aula de Educação Física é um espaço que deve ser muito bem aproveitado, os professores devem estimular os alunos a participarem, fazer com que eles se motivem a participar da aula de forma prazerosa.

### 2.3. Níveis de atividade física em diferentes realidades

Os meios sociais de uma comunidade urbana e de uma comunidade rural são bastante diversos. Enquanto no meio rural o cotidiano passa pelas relações de trabalho, pelo comunitarismo, pelo convívio, pela ajuda, pela amizade, pelo auxílio e defesa comuns e pelo desenvolvimento de *ritos*, o cotidiano no meio urbano caracteriza-se pelo *anonimato e transitoriedade das relações sociais*, muitos dos contatos realizados neste meio dizem apenas respeito às pessoas com quem se contata, não há o mesmo espírito de amizade e de convivência que se encontra em meios rurais (GONÇALVES; CARVALHO, 2008).

Em estudo realizado pelos autores acima citados, procurou-se observar se há diferenças significativas nos estilos de vida das populações jovens de meio rural e meio urbano. A amostra foi constituída por 100 alunos de cada um dos anos: 1º, 4º, 6º e 9º, do meio rural e do meio urbano, totalizando 800 sujeitos. Como resultado da pesquisa, pode-se perceber que a ocupação dos tempos livres foi bastante distinta nos meios rurais e urbanos. Jovens do meio rural ocupam seu tempo predominantemente vendo televisão, interagindo com amigos e no *ócio*, enquanto jovens do meio urbano ocupam seu tempo livre no computador e internet, televisão, esportes, cuidando da beleza e da imagem e passeando em centros comerciais.

Diante dos resultados obtidos no estudo de Gonçalves e Carvalho (2008), podemos perceber que as atividades realizadas no tempo livre dos meios rurais não são estruturadas e são voltadas à espontaneidade; já as atividades realizadas pelos jovens dos meios urbanos estão ligadas a uma maior exigência econômica e maiores infra-estruturas. Podemos perceber também que o esporte ou a atividade física não foram mencionados nos meios rurais, enquanto nos meios urbanos o esporte está entre as atividades mais realizadas nos tempos livres.

Outro estudo realizado comparando os dois meios (rural e urbano) foi o de Moreno e Vasconcelos (2008), contando com 204 sujeitos de ambos os sexos (98 masculino e 106 feminino), entre os 11 e os 15 anos, sendo um grupo originário de meio urbano (n=100) e outro de meio rural (n=104). Como resultado, os autores puderam concluir que as crianças e adolescentes do meio rural apresentaram níveis

de aptidão física superiores aos do meio urbano, tanto em meninos quanto em meninas.

O nível sócio-econômico também está relacionado com o perfil de atividade física de crianças e jovens. Em estudo realizado por Nunes e Alves (2007), observou-se um número maior de horas gastas com atividade física de lazer nas classes econômicas A e B. Segundo os autores, isto talvez ocorra devido a maiores esclarecimentos sobre os benefícios da atividade física pelos seus pais, uma vez que estes apresentaram um maior número de anos de estudo, além da maior facilidade para o acesso a práticas esportivas, como as academias de ginástica.

Há uma grande carência de estudos que verifiquem o nível de atividade física de crianças e adolescentes em cidades de diferentes tamanhos; o que foi possível encontrar foram estudos relacionados aos meios rural e urbano e alguns, relacionando os diferentes níveis sócio-econômicos.

### **3 METODOLOGIA**

#### **3.1 Tipo de Estudo**

Este estudo se caracteriza como uma pesquisa descritiva do tipo exploratória com abordagem comparativa, de cunho quantitativo.

#### **3.2 Amostra**

O estudo foi realizado com 225 crianças (151 da cidade de Erechim e 74 da cidade de Porto Alegre) de 6 a 10 anos de idade de 8 escolas das cidades de Erechim e de Porto Alegre, sendo duas, em cada cidade, da Rede Municipal de Ensino e duas da Rede Particular. As escolas foram definidas por conveniência.

#### **3.3 Instrumento de Coleta de Dados**

O instrumento utilizado neste estudo foi um questionário, elaborado com base nos questionários *Engajamento em atividades Infantis*, de Serrano e Neto (1997) e *Inquérito para determinar o Estilo de Vida e a Atividade Física Habitual (EVIA)*, de Sobral (1992). (Modelo do questionário no anexo1).

#### **3.4. Procedimentos éticos**

O projeto de pesquisa foi aprovado pela Comissão de Pesquisa da Escola de Educação Física (COMPESQ/ESEF) em 24/08/2011 e, posteriormente aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul em 13/10/2011, sob nº [21685](#).

Foram feitos contatos com Escolas das Redes Municipal e Privada de Ensino das cidades de Erechim e de Porto Alegre e solicitadas autorizações das escolas para que a pesquisa fosse realizada dentro daquelas instituições. As direções das mesmas assinaram o Termo de Consentimento Institucional (anexo 2).

Foram enviados aos pais das crianças participantes do estudo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos Responsáveis Legais da Criança para que o assinassem (anexo 3), juntamente com o questionário preenchido por eles.

### **3.5 Análise estatística**

Para descrição do Perfil de Atividade Física utilizamos a estatística descritiva apresentando os valores absolutos e percentuais relativos, por se tratarem de escalas categóricas e ordinais. Nas comparações por escolas e por cidades, recorreremos à estatística inferencial, adotando o teste qui-quadrado.

Para a análise estatística dos dados foi utilizado o programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 18.0.

## 4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

### 4.1 Tempo diário para brincar

O primeiro tópico abordado no instrumento utilizado foi o tempo livre que a criança possui diariamente para brincar. O resultado desta questão nos indica que a maior parte da amostra (de todos os colégios) tem, em média, mais do que 3 horas diárias para brincar, não sendo verificada diferença estatisticamente significativa entre os grupos. Os resultados referentes à análise do tempo diário para brincar estão descritos na Tabela 1.

	<i>Valor</i>	<i>p</i>
Teste Exato de Fisher	4,982	0,551
Kendall's tau-b	0,053	0,362

**Tabela 1** – Tempo diário para brincar

Esses resultados são semelhantes aos apresentados por Brauner (2010), que utilizou o questionário de Serrano e Neto (1997) adaptado por Berleze (2002) em dois períodos, pré e pós-teste. A autora investigou o impacto da participação em um projeto social esportivo no desempenho motor, na percepção de competência e na rotina de atividades infantis dos participantes e, como resultado, obteve a média de 3 horas como tempo diário para brincar em seu pré e pós-teste. Os resultados também concordam com os apresentados por Berleze e Haeffner (2002). As autoras investigaram, em sua pesquisa, a rotina de crianças obesas de acordo com o nível socioeconômico e região em que residiam na cidade de Santa Maria/RS e também obtiveram como resultado o tempo de 3 horas.

Nossa pesquisa teve resultados diferentes da que Fonseca e colaboradores (2008) realizaram; eles encontraram como resultado de seu trabalho com 40 crianças de 6 a 9 anos de idade, que 29,4% das crianças permanecem, em média, 2

horas por dia brincando; 20,6% permanecem 4 horas; 17,6% ficam 6 horas ou mais brincando e apenas 2,9% permanecem 3 horas envolvidas com brincadeiras.

Os resultados encontrados podem estar relacionados com o tempo em que as crianças permanecem na escola e com as atividades organizadas que elas possuem no turno inverso ao da escola.

#### 4.2 Deslocamento da Criança para ir à Escola

No quesito deslocamento da criança para ir à escola, fica evidente que as crianças das escolas privadas, tanto de Erechim quanto de Porto Alegre, deslocam-se por meio de transporte motorizado, como automóvel, ônibus e transporte escolar (Escolas Privadas Erechim = 89,2%; Escolas Privadas Porto Alegre = 92,1%), enquanto as crianças da rede pública das duas cidades deslocam-se por meio de transporte não motorizado, por exemplo, a pé e de bicicleta (Escolas Públicas Erechim = 67,1%; Escolas Públicas Porto Alegre = 79,4%). Os resultados referentes ao deslocamento da criança para ir à escola encontram-se na Tabela 2.

	<i>Valor</i>	<i>p</i>
Teste Exato de Fisher	111,273	0,000
Kendall's tau-b	0,529	0,000

**Tabela 2** - Deslocamento da Criança para ir à Escola

Podemos concluir que esta diferença entre as redes de ensino possa se dar pelo quesito socioeconômico, pois supõe-se que crianças estudantes da rede privada de ensino possuem um nível socioeconômico mais alto, deslocando-se através de meio de transporte motorizado devido à maior facilidade para a aquisição de automóvel e/ou pagamento de transporte escolar, enquanto crianças estudantes

da rede pública de ensino possuem um nível socioeconômico mais baixo, descolando-se através de meio de transporte não motorizado.

Malho (2004) relata que a vida das crianças vem sofrendo grandes mudanças ao longo do tempo, impedindo que elas compreendam a cidade como seu habitat natural. Neto e Malho (2004) afirmam que para que a criança adquira independência de modalidade, ela precisa participar da vida da cidade, frequentar locais públicos que lhe dê segurança e autonomia. A criança precisa relacionar a vida na cidade com a vida que leva, perceber os caminhos em que anda e os parques que frequenta.

Ainda Malho (2004) fala sobre a independência de mobilidade, ou seja, a capacidade de autonomia que a criança deve adquirir. O autor relata que a independência de mobilidade é um fator crucial no desenvolvimento da criança e um dos melhor indicadores para analisar esta independência é tentar saber as distâncias que a criança percorre sozinha ou acompanhada de amigos da mesma idade. No decorrer de sua pesquisa, Malho conclui que as crianças andam pouco a pé; mesmo aquelas que moram próximas da escola, deslocam-se por meio de automóvel.

### 4.3 Locais destinados para brincar

Outro fator relacionado ao perfil de atividade física verificado neste trabalho foi os locais em que as crianças brincam diariamente. Na Tabela 3 estão representados os dados referentes a esta análise.

	<i>Valor</i>	<i>p</i>
Teste Exato de Fisher	24,447	0,000
Kendall's tau-b	0,186	0,001

**Tabela 3** - Locais destinados para brincar



As diferenças significativas desta análise estão concentradas nas escolas da cidade de Erechim. Podemos perceber que, entre as opções de respostas, grande parte das crianças estudantes de escolas privadas desta cidade brinca em espaços restritos (dentro de casa e do apartamento), enquanto que grande parte das crianças estudantes de escolas públicas de Erechim brinca em espaços amplos (pátio, rua e parques). Os espaços restritos limitam a movimentação da criança, fazendo com que ela não realize movimentos amplos e, por consequência, acabe realizando apenas atividades sedentárias.

Este resultado está de acordo com os de Neto et al (2004); os autores investigaram as variáveis ambientais que podem interferir no desempenho motor de crianças de 6 e 7 anos. Como um dos resultados, obtiveram que a maior parte das crianças tem como espaço para brincar a casa e o apartamento. Segundo os autores, este é um reflexo da nossa vida atual, onde as crianças não brincam mais livremente nas ruas e parques devido à falta de segurança. Os autores trazem que, seja qual for o ambiente destinado à criança brincar, ele deve estar voltado para que ela tenha o seu desenvolvimento motor adequado.

A rua, um local de descoberta, espontaneidade e interação com várias crianças, não é mais um local em que as crianças podem brincar. Isto faz com que comece a desaparecer progressivamente a cultura lúdica da crianças (NETO; MALHO, 2004).

A falta de espaços livres para as crianças brincarem acaba por levar crianças e adolescentes a outras formas de entretenimento e lazer, como assistir televisão e utilizar o computador, hábitos que os tornam cada vez mais sedentários (TOIGO, 2007).

Não houve diferenças significativas entre as redes de ensino da cidade de Porto Alegre. Quando comparamos as crianças da mesma rede de ensino das duas cidades podemos perceber que crianças da rede privada de Erechim brincam mais em espaços restritos, enquanto que na rede privada de Porto Alegre, a maioria das crianças brinca em espaços amplos e restritos. Já as crianças da rede pública de ensino da cidade de Erechim, brincam mais em espaços amplos, enquanto as

crianças da mesma rede da cidade de Porto Alegre brincam em locais restritos e amplos.

#### 4.4 Brincadeiras mais praticadas pelas crianças e sua frequência

Como podemos observar nas tabelas, na questão que verificava as brincadeiras mais praticadas por crianças e a frequência com que eram praticadas não houve diferenças significativas entre os grupos. O que podemos perceber é que a grande maioria das crianças das duas redes de ensino das duas cidades participa de mais de duas das brincadeiras que estavam como opção no questionário (pegador, jogos com bola, pular corda, dança e andar de bicicleta).

No quesito frequência com que participam destas brincadeiras, também não houve diferença. No total, a maior parte das crianças participa, em média, duas vezes por semana, com destaque às crianças da rede pública de Erechim que, na sua maioria, participa diariamente das brincadeiras.

	<i>Valor</i>	<i>p</i>
Teste Exato de Fisher	14,812	0,617
Kendall's tau-b	-0,128	0,039

**Tabela 4** – Brincadeiras de que mais participa

	<i>Valor</i>	<i>p</i>
Teste Exato de Fisher	4,638	0,194
Kendall's tau-b	-0,008	0,899

**Tabela 5** – Frequência com que brinca

As brincadeiras presentes no questionário eram brincadeiras de movimentação ampla, onde as crianças precisam de um ambiente que proporcione esta prática. Podemos perceber então, que estas crianças estão tendo a oportunidade de, pelo menos duas vezes por semana, vivenciar este tipo de brincadeiras, podendo também, estar inseridas em espaços amplos e não somente dentro de suas casas e apartamentos.

#### 4.5 Ocupação do tempo livre

Outra variável analisada foi a ocupação das crianças em seu tempo livre. Chama-nos a atenção o fato de que crianças da rede pública de Erechim ocupam seu tempo livre brincando ao ar livre (8,9%) enquanto crianças da rede pública de Porto Alegre ocupam seu tempo livre assistindo televisão (5,9%). Outro dado bastante significativo foi o das crianças da rede privada de Porto Alegre, 44,7% delas ocupam seu tempo livre com mais de duas atividades com maior gasto energético (passeando a pé, brincando ao ar livre, fazendo esportes, ajudando os pais em trabalhos domésticos). Tabela 6

	<i>Valor</i>	<i>p</i>
Teste Exato de Fisher	37,693	0,000
Kendall's tau-b	0,724	0,736

**Tabela 6** – Ocupação do tempo livre

Neto et al (2004) relatam que os aparelhos eletrônicos parecem influenciar a rotina das crianças, fazendo com que elas fiquem mais tempo assistindo televisão.

Acreditamos que as diferenças encontradas em nosso estudo também possam estar associadas ao fator socioeconômico, mas, para que isso seja afirmado, seria necessário verificar o nível socioeconômico das crianças participantes, pois nem sempre a rede da escola em que estuda está relacionada com o mesmo.

#### 4.6 Participação em atividades organizadas

Os resultados obtidos no quesito participação das crianças em atividades planejadas mostram que a maioria das crianças estudantes da rede privada de ensino das cidades de Erechim e de Porto Alegre realiza atividades físicas planejadas na aula de Educação Física na escola e também fora dela (Erechim = 39,7% e Porto Alegre = 44,7%). As crianças da rede pública de ensino dividem-se nas respostas: na aula de Educação Física (Erechim = 66,2%; Porto Alegre = 72,7%), fora da aula de Educação Física (Erechim = 8,5%; Porto Alegre = 9,1%), não realiza atividades planejadas (Erechim = 11,3%; Porto Alegre = 12,1%) e na aula de Educação física e fora dela (Erechim = 14,1%; Porto Alegre = 6,1%).

	<i>Valor</i>	<i>p</i>
Teste Exato de Fisher	32,645	0,000
Kendall's tau-b	-0,198	0,000

**Tabela 7** – Atividade física organizada

Fonseca et al (2008), encontraram como resultado da sua pesquisa que a grande maioria de seus entrevistados participava de alguma atividade organizada. Em seu estudo, concordando com nossos resultados, foram citadas atividades como natação, judô, *ballet* e futebol. Apenas 6,5% das crianças não praticavam nenhuma

atividade física orientada fora do período escolar. A amostra do autor foi 40 crianças de uma escola privada da cidade de Curitiba/PR.

As atividades organizadas citadas no estudo ocupam, geralmente, mais de um dia da semana e, desta forma, diminuem o tempo livre que a criança possui para brincar, fazendo com que ela esteja sempre engajada em alguma atividade organizada.

#### 4.7 Materiais que possui

Quando questionados sobre os materiais que as crianças possuíam, a maioria dos pais respondeu que seus filhos possuíam mais de dois dos materiais citados no questionário (raquetes, bola, skate, bicicleta, patins, corda), não havendo diferenças significativas nos resultados.

	<i>Valor</i>	<i>p</i>
Teste Exato de Fisher	12,757	0,496
Kendall's tau-b	0,018	0,768

**Tabela 8** – Materiais que possui

Um fato interessante nesta análise foi de que apenas crianças da rede pública da cidade de Erechim possuíam o material corda (4%), o que pode indicar que crianças destas escolas ainda tenham o incentivo para prática de jogos tradicionais, no qual a corda se classifica, além de que o ato de pular corda é uma atividade de motricidade ampla, geralmente com um gasto energético elevado.

#### **4.8 Número de horas em cada tarefa – durante a semana**

Nesta questão procuramos saber o número de horas em que as crianças permanecem nas seguintes atividades: computador/internet, vídeo game, praticar esportes, brincar com amigos, assistir televisão e ler.

Na tarefa computador/internet, não houve diferenças significativas de horas entre as redes de ensino pesquisadas. Podemos salientar que 88,2% das crianças estudantes da rede privada de Erechim ficam em torno de 1 hora no computador. Nas outras escolas não houve destaques, as crianças não permanecem mais do que este tempo no computador.

Na tarefa vídeo game, também não houve diferenças significativas. As crianças permanecem de 1 a 4 horas jogando vídeo game. A grande maioria das respostas foram a de que as crianças permanecem em torno de 1 hora jogando vídeo game: rede privada Erechim (75%), rede privada Porto Alegre (76,9), rede pública Erechim (58,3%) e rede pública Porto Alegre (33,3%).

Quando se trata da tarefa praticar esportes durante a semana, 64,4% das crianças da rede privada de ensino de Erechim se destacam com a prática de 1h por semana, enquanto as crianças da rede pública da mesma cidade destacam-se pela prática de 3 horas semanais realizando esportes (20%). Nas redes de ensino privada e pública da cidade de Porto Alegre não houve diferenças significativas quando comparadas entre si.

Na tarefa brincar com amigos, não houve diferenças significativas; apenas podemos destacar as crianças da rede privada de Erechim, que brincam 1 hora por semana com seus amigos (58,5%) e as crianças da rede pública de Porto Alegre, que brincam 4 horas semanais com seus amigos (23,1%).

No quesito assistir televisão e ler durante a semana, também não houve diferenças significativas entre as redes de ensino pesquisadas. Quando comparamos o ato de assistir televisão entre as cidades, podemos perceber que as crianças de Erechim assistem mais tempo de televisão do que as crianças de Porto

Alegre. Os resultados foram diversos, mesclando-se em 1, 2, 3, 4 e mais do que 4 horas semanais assistindo televisão e lendo. Na tarefa ler, destacam-se as crianças da rede privada de Erechim, que dedicam em torno de 3 horas de seu tempo para a prática da leitura.

Os resultados referentes ao número de horas que as crianças permanecem em diferentes tarefas são encontrados na Tabela 9.

		<i>Valor</i>	<i>p</i>
Tarefa Computador	Teste Exato de Fisher	10,553	0,208
	Kendall's tau-b	0,230	0,015
Tarefa Vídeo Game	Teste Exato de Fisher	7,591	0,549
	Kendall's tau-b	0,231	0,082
Tarefa Esportes	Teste Exato de Fisher	25,343	0,002
	Kendall's tau-b	0,264	0,003
Tarefa Brincar com amigos	Teste Exato de Fisher	12,249	0,361
	Kendall's tau-b	0,202	0,011
Tarefa Assistir Televisão	Teste Exato de Fisher	6,517	0,900
	Kendall's tau-b	0,076	0,302
Tarefa Ler	Teste Exato de Fisher	12,484	0,228
	Kendall's tau-b	-0,046	0,617

**Tabela 9 – Número de horas em cada tarefa – durante a semana****4.9 Número de horas em cada tarefa – durante o fim de semana**

Na tarefa computador/internet durante o fim de semana não houve diferenças significativas entre as escolas. Podemos destacar as crianças da rede pública de Porto Alegre que permanecem no computador 3 horas durante o fim de semana e também as crianças da rede privada de Porto Alegre que ficam mais de 4 horas no computador durante o fim de semana.

Nas tarefas vídeo game e praticar esportes, também não houve diferenças significativas. 25% das crianças da rede pública de Porto Alegre ocupam mais de 4 horas do fim de semana jogando vídeo game e 28,6% das crianças desta mesma rede de ensino da cidade de Erechim ocupam mais do que 4 horas praticando esportes.

Na tarefa brincar com amigos durante o fim de semana, podemos perceber que 48% das crianças estudantes da rede privada de Porto Alegre dedicam 4 horas para brincar com seus amigos e que também, 48% das crianças estudantes da rede pública de Erechim dedicam 3 horas do fim de semana para esta tarefa. Nas escolas da rede privada de Erechim, a maioria das crianças (33,3%) brincam com os amigos por 3 horas e nas escolas da rede pública de Porto Alegre, a maioria (38,5%) permanece por mais de 4 horas brincando com os amigos durante o fim de semana.

As tarefas ler e assistir televisão não apresentaram diferenças significativas. Apenas podemos destacar que 58,3% das crianças da rede pública de Porto Alegre permanecem 2 horas do fim de semana na tarefa de assistir televisão.

Os resultados referentes ao número de horas que as crianças permanecem em diferentes tarefas durante o fim de semana são encontrados na Tabela 10.



		<i>Valor</i>	<i>p</i>
Tarefa Computador	Teste Exato de	20,757	0,015
	Fisher	0,205	0,038
	Kendall's tau-b		
Tarefa Vídeo Game	Teste Exato de	13,489	0,236
	Fisher	0,131	0,266
	Kendall's tau-b		
Tarefa Esportes	Teste Exato de	20,714	0,020
	Fisher	0,263	0,002
	Kendall's tau-b		
Tarefa Brincar com amigos	Teste Exato de	27,921	0,003
	Fisher	0,087	0,294
	Kendall's tau-b		
Tarefa Assistir Televisão	Teste Exato de	12,774	0,353
	Fisher	-0,173	0,022
	Kendall's tau-b		
Tarefa Ler	Teste Exato de	7,288	0,704
	Fisher	-0,061	0,583
	Kendall's tau-b		

**Tabela 10** – Número de horas em cada tarefa – durante o fim de semana

Ao contrário de nossa pesquisa, Neto et al (2004) encontraram que mais de 50% das crianças de sua pesquisa utilizam o computador diariamente, o que pode influenciar no aspecto motor das crianças. Os autores ainda nos trazem que a permanência por muito tempo diante da televisão, vídeo game e computador, pode modificar significativamente o cotidiano das crianças, tornando-as mais sedentárias.

Podemos perceber, de acordo com os resultados, que durante o fim de semana as crianças ficam mais tempo nestas tarefas. Enquanto a grande parte ficava em torno de 1 hora no computador durante a semana, durante o final de semana ficam de 3 a 4 horas. O mesmo acontece com as tarefas vídeo game, esportes e brincar com os amigos, todos os tempos aumentam, quando nos referimos ao fim de semana.

Esta diferença entre o tempo nas tarefas durante a semana e durante o fim de semana pode ser devido ao número de horas que as crianças ficam na escola e também nas atividades organizadas que possuem.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O objetivo desta pesquisa foi identificar e comparar os perfis de atividade física diária de escolares de 6 a 10 anos de idade, provenientes da Rede Privada e Pública de Ensino nas cidades de Porto Alegre e de Erechim e verificar se haviam diferenças entre elas.

Por meio de um questionário, obtivemos as respostas de 225 pais de crianças das cidades de Erechim e Porto Alegre e, através delas, podemos traçar o perfil de atividade física diárias das mesmas. Para que isto fosse possível, no questionário encontravam-se questões sobre o tempo para brincar, deslocamento para escola, brincadeiras que mais participavam bem como sua frequência, ocupação do tempo livre, participação em atividade física organizada, materiais que possuíam e o número de horas que as crianças permaneciam durante a semana e o fim de semana em diversas tarefas, como computador, vídeo game, assistindo televisão, brincando com amigos, praticando esportes e lendo.

Dentro dos critérios para a análise, podemos concluir que o perfil de atividade física das crianças das cidades de Erechim e Porto Alegre é bastante semelhante, não havendo diferenças estatisticamente significativas entre as cidades. Quando comparamos a rede privada de ensino das duas cidades com a rede pública, podemos concluir que as crianças da rede privada das duas cidades mostraram-se menos ativas que as crianças da rede pública, também das duas cidades. A maioria das crianças da rede privada desloca-se até a escola por meio de transporte motorizado, enquanto as crianças da rede pública deslocam-se por meio de transporte não motorizado; podemos perceber também que as crianças da rede privada brincam em espaços restritos, ou seja, que proporcionam movimentos menos amplos, enquanto as crianças da rede pública têm espaços amplos para brincar. Outro fator que nos chamou muita atenção é o fato de as crianças da rede privada das duas cidades participarem de atividades físicas organizadas na aula de Educação Física e também fora dela, enquanto as crianças da rede pública participam de atividades organizadas somente na aula de Educação Física.

Obtivemos algumas limitações na realização deste estudo; o contato com as escolas privadas da cidade de Porto Alegre foi bastante difícil, às vezes nos fazendo

desmotivar para seguir em frente. O retorno dos questionários não aconteceu da forma esperada; sabíamos que não seria total, porém, nas escolas privadas e públicas da cidade de Porto Alegre, o mesmo foi muito menor do que o esperado. Na cidade de Erechim, tudo aconteceu de forma tranquila e obtivemos um retorno maior do que o esperado.

Esta pesquisa nos trouxe dados bastante interessantes sobre o perfil de atividade física diária das crianças de Porto Alegre e Erechim. Sugerimos que, para próximas pesquisas, seja verificado se o nível socioeconômico influencia o perfil de atividade física das crianças.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, J. B. G. **Atividade física em crianças: promovendo a saúde do adulto**. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil. Recife, 3(1):5-6, jan-mar, 2003.
- BANKOFF, A. D. P; MOUTINHO, E. A. **Obesidade Infantil e Avaliação em Pré-Escolares**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Campinas, v.23, n.3, p. 105-120, 2002.
- BERLEZE, A.; HAEFFNER, L. **Rotina de Atividades Infantis de Crianças Obesas no Contexto Familiar e Escolar**. Cinergis, Santa Cruz do Sul, v.3, n. 2, p. 99-110, 2002.
- BIDDLE, S. J. H; GORELY, T; STENSEL, D. J. **Health-enhancing physical activity and sedentary behaviour in children and adolescents**. Journal of Sports Sciences, 2004.
- BRAUNER, L, M; **Projeto Social Esportivo: impacto no desempenho motor, na percepção de competência e na rotina de atividades infantis dos participantes**. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. 2010.
- CASPERSEN, C.J; PEREIRA, M. A; CURRAN, K. M. **Changes in physical activity patterns in the United States, by sex and cross-sectional age**. Medicine Science Sports Exercise, 2000.
- CASTRO, S. I. S. M. **Avaliação da actividade física habitual em crianças e jovens por acelerometria**. Utilização de dois pontos de corte. Dissertação de Mestrado. Universidade do Porto. 2000.
- FONSECA, F. R; BELTRAME, T. S; TKAC, C. M. **Relação entre o nível de desenvolvimento motor e variáveis do contexto de desenvolvimento de crianças**. Revista da Educação Física/UEM. Maringá, v. 19, n. 2, p. 183-194, 2. trim. 2008.
- FISBERG, A. M. **Obesidade na infância e adolescência**. Revista Ped. Moderna, São Paulo, v.29, n.2, p. 102-09, 1993.
- GALLAHUE, D. L; OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 3ed. São Paulo: Phorte, 2005.
- GONÇALVES, A; CARVALHO, G. S. **Os Tempos Livres e os Quotidianos na Definição de Estilos de Vida de Jovens Rurais e Urbanos: Influência da Escolarização e dos Recursos Comunitários**. In: Actividade Física, Saúde e Lazer. Modelos de Análise e Intervenção. LIDEL, p.149–164. 2008.
- IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Dados populacionais das cidades**. Disponível em:  
[http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/default\\_uf.shtm](http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/default_uf.shtm)  
Acessado em 29 de junho de 2011.

KIMM, S.Y; GLYNN, N. W; KRISTA, A. M; FITZGERALD, S. L; AARON, D. J; SIMILO, S. L; MCMAHON, R. P; BARTON, B. A. **Longitudinal changes in physical activity in a biracial cohort during adolescence.** Medicine Science Sports Exercise. 2000.

LOPES, V. P; MONTEIRO, A. M; BARBOSA, T; MAGALHÃES, P; M; MAIA, J. A. R. **Atividade física habitual em crianças. Diferenças entre rapazes e raparigas.** Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, v.1, n.3, p. 53-60, 2001.

LOPES, V. P; MAIA, J. A. R. **Atividade física nas crianças e jovens.** Revista Brasileira de Cineantropometria & Desenvolvimento Humano. p.82-92, 2004

LOPES, V. P; VASQUES, C. M. S; PEREIRA, M. B. F. L. O; MAIA, J. A. R; MALINA, R. M. **Physical Activity Patterns During School Recess: A Study in Children 6 to 10 Years Old.** International Electronic Journal of Health Education, 2006.

MALHO, M. J. **A criança e a cidade. Independência de mobilidade e representações sobre o espaço urbano.** Actas dos ateliers do Vº Congresso Português de Sociologia. 2003.

MORENO, D; VASCONCELOS, O. **Estudo da Aptidão Física Numa População Infanto-Juvenil Proveniente dos Meios Rural e Urbano.** In: **Atividade Física, Saúde e Lazer. Modelos de Análise e Intervenção.** LIDEL, p.141–147, 2008.

NETO, C. **Atividade Física da Criança e do Jovem e Independência de Mobilidade no Meio Urbano.** In: **Atividade Física, Saúde e Lazer. Modelos de Análise e Intervenção.** LIDEL, p.15–34, 2008.

NETO, C; MALHO, M. J. **Espaço urbano e a independência de mobilidade na infância.** 2004.

NETO, A. S; MASCARENHAS, L. P. G; NUNES, G. F; LEPRE, C; CAMPOS, W. **Relação entre fatores ambientais e habilidades motoras básicas em crianças de 6 e 7 anos.** Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte – 2004, 3 (3): 135-140.

NUNES, M. M. A; FIGUEIROA, J. N; ALVES, G. B. **Excesso de Peso, atividade física e hábitos alimentares entre adolescentes de diferentes classes econômicas em Campina Grande (PB).** Revista da Associação Médica Brasileira, 2007.

PALMA, M. S. **Desenvolvimento de Habilidades Motoras e o Engajamento de Crianças Pré-Escolares em Diferentes Contextos de Jogo.** Tese de Doutorado em Estudos da Criança. Universidade do Minho, 2008.

SANDERS, S. W. **Ativo para a vida: programas de movimento adequados ao desenvolvimento da criança.** Porto Alegre: Artmed, 2005.

SHEPHARD, R. J. **Custos e benefícios dos exercícios físicos na criança**. Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde, v.1, n.1, p.66-84, 1995.

SIMONS-MORTON, B. G; BARANOWSKI, T; O'HARA, N; PARCEL, G. S; HUANG, I. W; WILSON, B. **Children's frequency of participation in moderate to vigorous physical activities**. Res Q Exerc Sport, 1990.

SOUSA, A. C. **Contributo para compreensão das Condições de Sucesso Acadêmico em jovens do Conselho de Ponte de Lima**. Dissertação de Mestrado. Universidade do Porto – Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. 2000.

SUNNEGARDH, J; BRATTEBY, L. E; HAGMAN, U; SAMUELSON, G; SJOLIN, S. **Physical Activity in Relation to Energy Intake and Body Fat in 8- and 13-Year-Old Children in Sweden**. Acta Pediátrica, v.75, p.955–963, 1986.

TELAMA, R; YANG, X. **Decline of physical activity from youth to young adulthood in Finland**. Medicine and Science Sports Exercise, 2000.

TOIGO, A. M. **Níveis de atividade física na educação física escolar e durante o tempo livre em crianças e adolescentes**. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte – 2007, 6 (1) 45-46.

VASCONCELOS, M. A; MAIA, J. **Atividade física de crianças e jovens – haverá um declínio? Estudo transversal em indivíduos dos dois sexos dos 10 aos 19 anos de idade**. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, v.1, n.3, p.44-52, 2001.

VAN MECHELEN, W; TWISK, J. W. R; POST, G. B; SNEL, J; KEMPER, H. C. G. **Physical activity of young people: the Amsterdam Longitudinal Growth and Health Study**. Medicine & Science in Sports & Exercise, v.32, p.1610-1616, 2000.

## ANEXOS

### ANEXO A - Questionário para pais ou responsáveis

1. Nome da criança: \_\_\_\_\_

2. Sexo: F ( ) M ( )

3. Data de nascimento: \_\_/\_\_/\_\_ Idade: \_\_\_\_\_

4. Escola: \_\_\_\_\_

5. Cidade: \_\_\_\_\_

6. Tempo diário para brincar:

( ) 1 a 2 h ( ) 2 a 3 h ( ) Mais que 3h ( ) Outro. Qual? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

7. Deslocamento da criança para ir à escola:

( ) Transporte motorizado (automóvel, ônibus, transporte escolar)

( ) Transporte não motorizado (bicicleta, a pé)

8. Local destinado para brincar diariamente:

( ) Dentro de casa ( ) em casa e também no pátio ( ) no apartamento

( ) na rua (próximo à casa) ( ) parques (limites do bairro)

9. Brincadeiras de que seu (sua) filho (a) mais participa e a frequência com que faz essas atividades (mais de uma opção pode ser assinalada).

( ) Pegador (corridas)

( ) Todos os dias ( ) 2 a 3 X por semana ( ) Não brinca

( ) Jogos com bola

( ) Todos os dias ( ) 2 a 3 X por semana ( ) Não brinca

( ) Rodas, cirandas

( ) Todos os dias ( ) 2 a 3 X por semana ( ) Não brinca

( ) Pular corda

( ) Todos os dias ( ) 2 a 3 X por semana ( ) Não brinca

( ) Dança

( ) Todos os dias ( ) 2 a 3 X por semana ( ) Não brinca



- Andar de bicicleta  
 Todos os dias       2 a 3 X por semana       Não brinca  
 Outras. Quais? E com que frequência semanal? \_\_\_\_\_

**10.** Como seu (sua) filho (a) ocupa seu tempo livre? (mais de uma resposta pode ser marcada)

- Lendo  
 Passeando a pé  
 Brincando ao ar livre  
 Vendo televisão  
 Consultando a internet  
 Fazendo esportes  
 Estudando  
 Ajudando os pais nos trabalhos domésticos  
 Ajudando os pais nas suas profissões  
 Convivendo com amigos e familiares  
 Outras atividades educativas ( aulas de música, aulas de inglês, reforço escolar...)  
 Brincando dentro de casa com jogos

**11.** Seu (sua) filho (a) participa de alguma atividade organizada?

- Sim, na aula de Educação Física na escola. Com que frequência? \_\_\_\_\_  
 Sim, fora da aula de Educação Física. Qual? \_\_\_\_\_ Com que frequência? \_\_\_\_\_  
 Não.

**12.** Dos seguintes materiais, quais seu (sua) filho (a) possui?

- raquetes                                   patins  
 bola     corda  
 skate                                         outros \_\_\_\_\_  
 bicicleta

**13.** Indique o número de horas que seu (sua) filho (a) ocupa nas seguintes tarefas:

<b>Tarefa</b>	<b>Em dia de semana (1 dia)</b>	<b>No fim de semana (sábado ou domingo)</b>
Computador / internet		
Vídeo game		
Praticar esportes		
Brincar com amigos		
Assistir televisão		
Ler		

Data: \_\_\_\_\_

Obrigada pela colaboração!

## ANEXO B - Termo de consentimento institucional

O projeto *Perfil de Atividade Física Diária Praticada por Escolares de Diferentes Redes de Ensino das Cidades de Porto Alegre e Erechim* tem por objetivo identificar e comparar os perfis de atividade física diária de escolares de 6 a 10 anos de idade, provenientes de diferentes redes de ensino, das cidades de Porto Alegre e de Erechim. É o Trabalho de Conclusão de Curso desenvolvido pela acadêmica Inaê Angélica Cherobin, sob orientação da Prof. Dra. Miriam Stock Palma, da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (ESEF/UFRGS).

O estudo será desenvolvido através de um questionário que os alunos levarão para casa e deverão trazer de volta, no dia marcado, respondido pelos seus pais.

Compreendo que a pesquisa não envolve nenhum risco para os alunos.

Eu, nome do(a) diretor(a), diretor(a) da Escola (nome da escola), autorizo a realização da pesquisa *Perfil de Atividade Física Diária Praticada por Escolares de Diferentes Redes de Ensino das Cidades de Porto Alegre e Erechim* nas dependências da escola, com a participação da acadêmica Inaê Angélica Cherobin.

Também fui informado(a) da garantia de receber esclarecimento às perguntas e dúvidas relacionadas ao estudo; da liberdade de poder retirar o consentimento de realização desta pesquisa nas dependências da escola e da segurança da preservação da identidade das crianças na publicação dos dados no trabalho final. Contatos para quaisquer esclarecimentos/informações poderão ser realizados através do telefone (51) 91170706 ou do endereço eletrônico (ina\_cherobin@yahoo.com.br) com a acadêmica Inaê Angélica Cherobin ou diretamente com a professora orientadora do estudo Miriam Stock Palma através do telefone (51) 93151305, ou com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS, através do telefone (51) 3308-3738.

---

Nome do(a) diretor(a)

Diretor(a) da Escola (nome da escola)

Porto Alegre (Erechim), \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2011.

**ANEXO C- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos Responsáveis Legais da Criança**

Eu, \_\_\_\_\_, consinto a participação de meu (minha) filho(a) (ou protegido legal), \_\_\_\_\_ na pesquisa intitulada *Perfil de Atividade Física Diária Praticada por Escolares de Diferentes Redes de Ensino das Cidades de Porto Alegre e Erechim*, realizada pela acadêmica Inaê Angélica Cherobin e orientada pela Prof. Dra. Míriam Stock Palma, ambas da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (ESEF/UFRGS).

Estou ciente de que a referida pesquisa tem por objetivo identificar e comparar os perfis de atividade física diária de escolares de 6 a 10 anos de idade, provenientes de diferentes níveis sócio-econômicos, das cidades de Porto Alegre e de Erechim. A participação de meu (minha) filho(a) (ou protegido(a) legal) será através do preenchimento de um questionário.

Autorizo a publicação dos resultados desta pesquisa, mas o nome e a identidade de meu (minha) filho(a) (ou protegido(a) legal) não serão revelados.

Fui devidamente esclarecido que a acadêmica Inaê Angélica Cherobin e a Prof. Dra. Míriam Stock Palma manterão a confidencialidade dos registros de meu (minha) filho(a) (ou protegido(a) legal), sendo responsáveis pelo armazenamento dos dados, os quais serão guardados na ESEF-UFRGS por cinco anos. Após esse período, os dados serão apagados.

Compreendo que a pesquisa não envolve riscos e fui informado de que não serei remunerado pela participação de meu (minha) filho(a) (ou protegido(a) legal) na pesquisa.

Sei que, em qualquer momento, poderei solicitar novas informações e retirar meu consentimento, se assim eu o desejar, sem qualquer prejuízo para meu (minha) filho(a) (ou protegido(a) legal).

Para eventuais dúvidas ou esclarecimentos, o contato pode ser feito através dos telefones (51) 91170706, com a acadêmica, (51) 93151305, com a orientadora, ou com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS, através do telefone (51) 3308-3738.

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
Assinatura dos responsáveis legais da criança                      Data

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
Assinatura da Acadêmica                      Data

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
Assinatura da Orientadora                      Data