

308

ESTUDO CORRELACIONAL ENTRE OS TESTES DE SENTAR-E-ALCANÇAR COM BANCO E SEM BANCO EM ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE GENERAL CÂMARA-RS. *Debora Teixeira Machado, Rodrigo Moreira, Adriana Lemos, Lisiane Torres, Alexandre Marques, Adroaldo Cesar Gaya (orient.) (UFRGS).*

A flexibilidade está associada a mobilidade articular. Esta valência física depende da capacidade de estiramento dos músculos e tendões que cercam a articulação. A flexibilidade dos músculos posteriores da coxa e coluna vertebral pode interferir na atitude postural do indivíduo e na sua amplitude de movimento em diversas atividades cotidianas e desportivas. Com o intuito de facilitar a mensuração desta variável, este estudo verificou as relações existentes entre os protocolos dos testes sentar-e-alcançar com banco (PROESP-BR, 2003) e sentar-e-alcançar sem banco (YMCA). A amostra é do tipo voluntária composta por 456 crianças e adolescentes, entre 7 e 17 anos, estudantes do I.E.E. Vasconcelos Jardim, General Câmara-RS. A abordagem deste estudo é ex-post-facto do tipo correlacional. As variáveis avaliadas foram a medida de flexibilidade da cadeia muscular posterior através dos protocolos já citados. O procedimento estatístico realizado foi o teste de Correlação Linear de Pearson, com nível de significância pré-estabelecido em 0,05. Para todas as análises estatísticas utilizou-se o programa estatístico SPSS for Windows 10.0. Para a interpretação dos dados optou-se por categorizar as correlações conforme Malina (1991). Os resultados sugerem uma correlação alta para ambos os sexos, sendo para o masculino $r=0,880$ ($p<0,05$) e para o feminino $r=0,891$ ($P<0,05$). Baseado no grau de associação entre as medidas dos testes tanto o protocolo com banco quanto o sem banco podem nos informar resultados semelhantes no que se refere à flexibilidade dos escolares. O resultado do presente estudo é fundamental para os profissionais de educação física, dada a importância de se ter um método fidedigno de avaliação, de fácil aplicação e baixo custo. O teste sentar-e-alcançar sem banco poderá ser aplicado nas escolas, onde os resultados poderão servir como base para o planejamento e acompanhamento das atividades e desempenhos físicos, assim como novos estudos acerca desta variável.