



NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESTUDANTES DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM UM CENTRO UNIVERSITÁRIO DE CURITIBA

William Henrique Ferraz
Elvis Bonarowski dos Santos
Gilson Brun

Resumo

A prática regular de atividade física está associada a uma boa saúde, por outro lado, baixos níveis de atividade física estão relacionados com doenças crônicas. Dessa forma, nós, graduados em bacharel em educação física e estudantes de licenciatura temos como objetivo geral descobrir o nível de atividade física de alunos de bacharel e licenciatura em educação física do período noturno de um Centro Universitário localizado no bairro Tarumã na cidade de Curitiba – PR. De uma maneira mais específica o estudo buscará compreender a realidade dos estudantes, diagnosticar os níveis de atividade física dos acadêmicos os dividindo por ano de graduação, sexo masculino e feminino, além de fazer um comparativo entre licenciatura e bacharel, e por fim analisar o nível de atividade física dos universitários de educação física. A metodologia do trabalho em questão consiste em uma pesquisa aplicada, ou seja, uma pesquisa de campo de cunho exploratório, além de ser determinada como de natureza quali-quantitativa. Para isso será utilizado o IPAQ (Questionário Internacional de Atividade Física), que consiste em um questionário que permite estimar o tempo gasto por semana com atividades físicas moderada e vigorosa durante diferentes contextos do dia a dia, como: trabalho, transporte, tarefas domésticas e lazer, além de analisar o tempo sentado. A amostra da pesquisa será constituída de alunos de educação física do período noturno de um Centro Universitário de Curitiba. Pela participação da pesquisa ser de livre e espontânea vontade, alguns alunos podem optar por não participar do estudo dessa maneira eles vão ser automaticamente excluídos da amostragem. O total de participantes da pesquisa foram de 199 alunos de bacharel e 36 de licenciatura, totalizando assim 235 alunos. O presente estudo faz-se necessário, pois existem alunos no sedentarismo dentro dos cursos de educação física, interferindo de forma negativa no rendimento físico, psicológico e profissional na vida desses acadêmicos. A pesquisa ainda não mostra resultados significantes pois está em andamento, os resultados estão previstos para o início de dezembro de 2018.

Palavras-chave: Educação física; Nível de atividade física; Estudantes universitários.