



## DESENVOLVIMENTO DA APTIDÃO FÍSICA ATRAVÉS DA PRÁTICA DO PARKOUR NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Wallace Brehmer Gomes Rodrigues Carvalho<sup>1</sup>

João Batista dos Reis Viana<sup>2</sup>

Poliana Piovezana dos Santos<sup>3</sup>

CEULJI/ULBRA Ji-Paraná/RO

Palavras chave: Desenvolvimento Motor, Aptidão Física, Parkour.

**Introdução:** O presente estudo teve como proposta, avaliar os possíveis ganhos de aptidão física através da prática do Parkour no âmbito escolar, entendendo esse como uma pratica corporal alternativa, que traz idéias de superação, cooperação e eficiência dos movimentos naturais do corpo. A pesquisa foi realizada usando duas turmas do 6º ano do ensino fundamental de uma escola pública, onde uma turma foi o grupo controle/A e a outra o grupo experimental/B, que tiveram 20 sessões de intervenções práticas específicas e lúdicas, sendo que as mesmas foram avaliadas antes e depois do período de intervenção. Como instrumento de coleta de dados, utilizou uma bateria de testes baseada em Rodrigues de Almeida, em que os aspectos mensurados se referem a avaliações que foram propostas nessa pesquisa sendo a Força de Membros Inferiores, Coordenação Ampla Geral, Flexibilidade Tóraco-lombar e Pélvica, Equilíbrio Estático Geral e Força de Membros Superiores. **Resultados e Discussão** O grupo A, estava no momento da primeira avaliação com melhor aptidão física para o elemento Força de Membros Superiores. Para todas as outras variáveis não houve diferença estatística. Na segunda avaliação do grupo A, o resultado dos elementos Força de Membros Inferior e Equilíbrio teve um valor menor comparado a primeira avaliação. O grupo B no momento da primeira avaliação se encontrava no mesmo nível de aptidão física que o grupo A, menos para os elementos de Coordenação Motora Global e Equilíbrio. Já na segunda avaliação do grupo B, houve uma melhora em todas os elementos, mas apenas em três itens ocorreu resultados estatísticos, tendo uma melhora significativa nos dados de força dos membros inferiores, equilíbrio e coordenação motora global. Os resultados da segunda avaliação do grupo B, sendo comparada a segunda avaliação do grupo A, mostra que o grupo B, atingiu uma melhora significativa nos elemento Coordenação Motora Global e Equilíbrio, onde o grupo B, se destacou ao grupo A no item Coordenação Motora Global, que antes os níveis eram menores. **Conclusão ou considerações Finais:** Com os resultados da pesquisa, pode-se concluir que a pratica do Parkour no âmbito escolar, é uma opção enriquecedora a ser usada como método no desenvolvimento das funções motoras dos alunos. Por ter as habilidades básicas como fundamento e por oferecer uma grande variação de movimentos, o que ocasiona uma melhor experiência motora, as crianças ao mesmo tempo em que evoluem nos movimentos, adquirem um maior controle motor e assim, aprimoram os aspectos maduros de movimento fundamental. Caso contrario, o aluno pode vir a ser prejudicado por não ter oportunidades de vivenciar determinados estímulos motores, que a modalidade mostra ser possível oferecer.

### Bibliografia

- 1.GALLAHUE,David Lee. **Conceitos para Maximizar o Desenvolvimento da Habilidade de Movimento Especializado.** Rev. da Educação Física / UEM. Maringá, v. 16, n. 2, p. 197-202, 2. sem. 2005
- 2.Nagata,Eduardo Yoshinori. Carmo,Thiago Augusto do. **A Adoção do Parkour Como Meio de Desenvolvimento De Força em Membros Inferiores em Alunos Do Ensino Fundamental** Disponível em: <<http://prof-thiago3.webnode.com/artigos/>> Acesso em: 10 maio 2016
- 3.Rodrigues de Almeida, Hélio Franklin. **CINEANTROPOMETRIA – Princípios e Padronizações Técnicas.** Porto Velho/RO. 2003.

<sup>1</sup> Acadêmico do sétimo período do curso de Educação Física – Licenciatura do Centro Universitário Luterano de Ji-Paraná/RO, bolsista do PIBID, wabrehmer@gmail.com.

<sup>2</sup> Orientador João Batista dos Reis Viana, Professor do curso de Educação Física do CEULJI/ULBRA, Supervisor do Pibid, e-mail. joão.viana2@gmail.com

<sup>3</sup> Orientadora Poliana Piovezana dos Santos, Professora do curso de Educação Física do CEULJI/ULBRA, Coordenadora Institucional do PIBID, e-mail poliana.piovezana@gmail.com