

## COMPARAÇÃO DA FLEXIBILIDADE DE ESCOLARES DOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ZONA RURAL E URBANA DE ÁGUA BRANCA

Ricardo de Matos Sousa<sup>1</sup>

Nágila Esteffany de Sousa Morais<sup>2</sup>

José Rodrigues de Barros<sup>3</sup>

Alzira Alves da Silva Barros<sup>4</sup>

Cláudia Maria da Silva Vieira<sup>5</sup>

### INTRODUÇÃO

A flexibilidade é definida por Cezar e Cezar (2014), como uma capacidade física que permite maiores arcos de movimentos com maior facilidade e menor gasto energético. É comumente descrita na literatura como uma capacidade física de fundamental importância para o desempenho motor e a qualidade motora física e funcional dos indivíduos em todas as faixas etárias. A ineficiência motora dessa qualidade física se constitui em fator limitante dos movimentos corporais.

Problemas relacionados à redução da flexibilidade são comuns entre escolares, devendo os professores de educação física escolar, lançar mão de estratégias objetivando a melhoria desse componente motor. Como ressalta Leite (2014), ações que visem à manutenção ou melhoria dos níveis de flexibilidade em escolares devem estar presentes dentre os instrumentos de intervenções e medidas direcionados à prática regular de atividades físicas, nesse sentido deve ser um recurso capaz de desenvolver modificações positivas nos elementos constituintes da aptidão física relacionados à saúde.

Diante do contexto exposto, o objetivo desta pesquisa foi avaliar a flexibilidade de escolares do sexo feminino do 4º ano de duas escolas públicas municipais da zona rural e urbana do município de Água Branca-PI.

### REFERENCIAL TEÓRICO

---

1 Graduado em Licenciatura em Educação Física -Universidade Estadual - PI, ricardomatos.sousa@hotmail.com

2 Graduada em Licenciatura em Pedagogia - ISEPRO - PI, n\_esteffany@hotmail.com;

3 Graduado em Licenciatura em Física – Universidade Federal – PI, profjoserodrigues2009@gmail.com;

4 Graduada em Licenciatura em Matemática – Universidade Federal – PI, alzirajorrayna6@gmail.com;

5 Orientadora - Doutoranda em Saúde Coletiva-Universidade Estadual do Ceará - CE, claudia.vieira@ifma.edu.br

Quando estimulada na idade escolar, a flexibilidade contribuirá na promoção de boas condições na aptidão física na fase adulta (CEZAR e CEZAR, 2014). Para tanto, será necessário diagnosticar os níveis de flexibilidade para que se tenham parâmetros que possam subsidiar futuras intervenções. Estudo comparou a flexibilidade entre os escolares da zona urbana e zona rural e concluíram que o resultado foi insatisfatório, ou seja, os níveis de flexibilidade se mostraram abaixo do adequado para a faixa etária (ALVES *et al.*, 2017).

Frente ao contexto, surgiu o interesse em avaliar a flexibilidade de escolares dos anos iniciais do ensino fundamental de escolas públicas da zona rural e urbana e traçar um comparativo entre os grupos. Pois, com base em estudos disponíveis, níveis reduzidos desta capacidade afetam significativamente o desempenho motor dos escolares, tanto em relação aos aspectos de sua vida escolar e social, quanto em referência às tarefas que requerem certo grau de qualidade dos movimentos, sabendo-se que a flexibilidade é um dos mais importantes componentes englobados na aptidão física associada ao desempenho ou à saúde (PERFEITO e SOUZA, 2017).

Estudos mostram que os escolares da zona urbana estão mais ligados às tecnologias com implicações sobre a redução da motricidade. Como demonstrado em pesquisa realizada no Sul do por Oliveira e Vieira (2018), na qual os autores concluíram que os escolares da zona rural obtiveram melhor desempenho nos níveis de flexibilidade quando comparados com aqueles da zona urbana.

Outros estudos não encontram diferenças nesta variável, o que torna necessário mais estudos para produzir evidências sobre esta temática. Uma delas foi efetuada em Santa Catarina e os autores não encontrou diferença significativa na flexibilidade entre escolares da zona urbana e rural, no entanto a capacidade aeróbia mostrou-se melhor entre os escolares da zona rural (DETERS, FACHINETO, 2019). De modo similar, o estudo de Souza (2017) não constatou diferenças nos escolares quanto as zonas de localização.

Com base no embasamento exposto, esta pesquisa buscou suprir uma lacuna na literatura que trata do assunto abordado.

## **METODOLOGIA**

Tratou-se de uma pesquisa de campo de caráter transversal com abordagem descritiva quantitativa empreendida no ano 2021, com escolares da rede pública do município de Água Branca Piauí.

O universo desta pesquisa foi constituído por escolares do sexo feminino da rede municipal de ensino de Água Branca Piauí que estavam regularmente matriculados e frequentando as aulas no período de realização da mesma, sendo a amostra composta por 51 alunos do 4º ano do ensino fundamental anos iniciais das Escolas Municipais João Justo e Anatália Carneiro.

A flexibilidade foi avaliada por meio do Teste de Sentar e Alcançar conforme (DANTAS, 2003). questionário e a flexibilidade foi avaliada por meio do Teste de Sentar e Alcançar. O mesmo foi elaborado com oito questões abertas e fechadas (DANTAS, 2003). Os dados socioeducacionais e estilo de vida (idade, sexo, série, tipo e localização da escola e prática de atividade física) foram obtidos por meio de um questionário elaborado para este fim.

O teste de sentar e alcançar foi realizado conforme os critérios a seguir: Uma fita métrica elástica de 1.5 m de comprimento e 2 cm de largura, em fibra fixada no solo com fita adesiva nas extremidades. O sujeito estando descalço, os calcanhares tocando a fita adesiva na marca dos 38 centímetros e os pés separados em 30 centímetros, com joelhos estendidos e mãos sobrepostas; o avaliado inclinou-se lentamente e estendeu as mãos para frente o mais distante possível, permanecendo nesta posição por um tempo estimado entre 20 e 30 segundos para a distância ser anotada. Enquanto um dos pesquisadores fazia a aferição dos resultados com auxílio de uma régua acrílica de dimensões 3x30 centímetros, o segundo pesquisador fazia as anotações em fichas produzidas pelos pesquisadores para a coleta de dados. Dentre as três aferições, considerou-se aquela em que o participante alcançou maior distância. O resultado do teste foi descrito em centímetros (cm) adotando-se duas casas após a vírgula (GAYA, 2012).

Ambos os instrumentos de coleta de dados (questionário socioeducacional e o teste de flexibilidade) foram aplicados no pátio da escola, pela manhã, individual, estando o participante usando roupas leves (camisetas e shorts) apropriadas para o teste. Antes da realização do teste de flexibilidade, o pesquisador explicou os critérios para execução do mesmo, fez uma demonstração, e, em seguida o aluno o executou.

As escolas emitiram anuência para a realização da pesquisa. Os escolares consentiram sua participação por meio da assinatura do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE).

Os dados coletados foram digitados e armazenados em bancos de dados e analisados por meio do programa Microsoft Excel 2010 por meio da estatística descritiva.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa contou com 51 escolares do sexo feminino do 4º ano do Ensino fundamental de duas escolas municipais das zonas rural e urbana do município de Água Branca-PI.

Os resultados mostraram que 54,90% da amostra pesquisada reside na zona rural, e 45,10% residem na zona urbana. Alves *et. al* (2017) realizaram estudo envolvendo escolares da zona rural e urbana no qual a população da amostra foi semelhante ao nosso estudo, entretanto o estudo do autor foi realizado em ambos os sexos. Os resultados mostram que 37 escolares (72,54%) têm 10 anos de idade e 14 alunas (27,46%) têm 11 anos de idade.

Quando indagados sobre a prática de atividades físicas, os escolares da zona rural realizam fora da escola obteve-se os maiores números nos quesitos jogar bola (17,65%), pular corda e andar de bicicleta (9,80%). Na zona urbana prevaleceu o jogo de bola (11,75%), pular corda (9,80%) e andar de bicicleta e brincar de amarelinha (7,85%).

Em relação à flexibilidade, dentre os pesquisados da zona rural, 93,10% estão classificados dentro da zona saudável, conforme o ponto de corte adotado (PROESP). Tendo como resultado 6,90% em zona de risco, 93,10% em zona saudável. Resultado este satisfatório quanto à variável avaliada. Na zona urbana, a maioria dos alunos pesquisados encontra-se classificados quanto à flexibilidade dentro da zona saudável (78,25%) e 21,75% foram classificados na zona de risco.

Neste estudo, os dados tabulados demonstraram que tanto os escolares da zona rural quanto da zona urbana obtiveram bons resultados na variável flexibilidade. Porém, no grupo da zona rural o número de escolares classificados na zona saudável foi maior quando comparados com os da zona urbana.

Comparando a flexibilidade dos estudantes de zona urbana e zona rural, a qual se classificou seu saldo negativo em zona de risco, e seu saldo positivo em zona saudável. Nota-se que os escolares de zona rural têm porcentagem significativamente positiva comparada os da zona urbana, tendo como diferença relevante de 14,85% superior a flexibilidade da zona urbana.

Estudo realizado em Coronel José Dias, Piauí demonstrou que escolares da zona rural obtiveram maior nível de flexibilidade quando comparados com alunos da zona urbana (OLIVEIRA e VIEIRA, 2018). No sul do Brasil, Alves *et al.* (2017) avaliou a aptidão física de escolares da zona rural e urbana no sul da Brasil e concluíram que a flexibilidade dos

pesquisados da zona urbana foi melhor do que os da zona rural. Os achados dos autores mencionados diferenciam-se dos resultados desta pesquisa.

Por outro lado, uma pesquisa realizada em Santa Catarina não encontrou diferença significativa na flexibilidade quando comparando escolares da zona urbana e rural (DETERS, FACHINETO, 2019). De modo semelhante, Souza (2017) em seu estudo, não encontrou diferenças da flexibilidade entre os escolares das zonas rural e urbana. Em sua pesquisa tanto escolares da zona rural quanto da zona urbana apresentavam características semelhantes quanto à flexibilidade.

Pesquisas destacam que a flexibilidade é um componente fundamental da aptidão física relacionada com a saúde, a qual resulta na capacidade de elasticidade dos músculos e tecidos combinados com os movimentos articulares (ARAÚJO, 2008; LEITE, 2014). Deste modo, é importante diagnosticar as deficiências nesse componente para intervir de maneira eficiente no sentido de contornar, prevenir ou melhorar esse componente motor.

Portanto esta pesquisa realizada em Água Branca-PI produziu dados relevantes sobre a flexibilidade, uma vez que investigou esta variável em população de do sexo feminino na faixa etária de 10 a 11 anos de escolas zona urbana e zona rural. Sabendo-se que esta faixa etária é um período propício para promover a melhoria do desenvolvimento desta habilidade física. Pois conforme Santos e Viana (2012) a flexibilidade permeia diversos fatores, entre eles a idade. Porém mais difícil ainda é encontrar artigos ou estudos sobre flexibilidade relacionada às crianças e adolescentes. Ademais, percebeu-se escassez de estudos sobre essa temática na região nordeste. Na busca literária, a maioria dos estudos publicados concentram-se nas regiões sul e sudeste.

## CONCLUSÃO

A flexibilidade dos escolares da zona rural mostrou-se mais elevado em relação aos escolares da zona urbana.

Novos estudos relacionando os fatores associados são necessários para com a diferença na flexibilidade devem ser conduzidos para melhor explicar as diferenças obtidas entre os escolares de ambas as zonas estudadas.

Os professores de educação física devem ser mediadores na intervenção de ações que favoreçam a melhoria da aptidão física como um todo nesses escolares.

## REFERÊNCIAS

- ACHOUR JUNIOR, Abdallah. Alongamento e flexibilidade: Definições e Contraposições. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. (S/D) rbafs.org.br: acesso em 17/julho/2018.
- BRANDALIZE, Tiago Luis; MENON, Luciano. Análise da aptidão física de crianças da zona rural e urbana do município de Irati. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, 2011. <http://www.efdeportes.com/>: acesso em 18/julho/2018.
- CARVALHO, Letícia Sousa de et al. Auto liberação miofascial x alongamento estático: efeitos sobre a flexibilidade de escolares. **Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v.9, n. 2: p. 2, 2017.
- COSTA, **Os benefícios do alongamento antes das atividades físicas no contexto escolar**, 2018. Disponível em: <https://repositorio.pgsskroton.com.br/bitstream/123456789/19991/1/ANNE%20CAROLINE%20DA%20COSTA.pdf> . Acesso em 12/09/2019.
- DETERS Anderson Luis; FACHINETO Sandra. Comparação da aptidão física relacionada à saúde entre alunos de uma escola de zona urbana e uma escola de zona rural do município de São João do Oeste, Santa Catarina. **Unoesc & Ciência - ACBS Joaçaba**, v. 10, n. 2, p. 131-136, jul./dec. 2019.
- GALDINO, Francisco Flávio Sales. Alongamento e flexibilidade: um estudo sobre conceitos e diferenças. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, 2013. <http://www.efdeportes.com/>: acesso em 17/julho/2018.
- GAYA, Adroaldo et al. **Projeto esporte Brasil: manual de testes e avaliação**. Porto Alegre: UFRGS, 2012.
- JOAQUIM, Anderson Gregorio; SANTOS, Alessandra Regina dos; ROSA, Leandro Ferreira. Correlação entre nível de flexibilidade e desempenho na agilidade em escolares de 07 a 10 anos: um estudo transversal. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo. v.11. n.71. Suplementar 2. p.997-1005. Jan./Dez. 2017.
- LEITE, Priscila Chaves Pereira. **Análise da flexibilidade em escolares do ensino Fundamental**. [Artigo de graduação]. Faculdade de Ciências da Educação e Saúde Centro Universitário de Brasília-UniCEUB, 2014.
- MAGNUS, Elis Gloria Ross; PEDRALLI, Marinei Lopes. Classificação da flexibilidade de alunos do Programa Segundo Tempo. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, 2011. <http://www.efdeportes.com/>: acesso em 18/julho/2018.
- OLIVEIRA, Alonso de Assis; SILVA, Leandro Alves; VIEIRA, Cláudia Maria da Silva. **Comparação da flexibilidade em escolares do ensino fundamental da zona rural e urbana**. [Artigo de graduação]. PARFOR-Universidade Estadual do Piauí, 2018.
- PONTES, Junior, **Conhecimentos do professor de Educação Física escolar**, 2017. Disponível em: <http://www.uece.br/eduece/dmdocuments/Conhecimentos%20do%20professor%20de%20Educacao%20Fisica%20escolar.pdf>. Acesso em 12/09/2019.
- RIBEIRO, Luciano Vieira; FERREIRA, Carlos Ernesto S. **Comparação do nível de flexibilidade entre alunos de educação física escolar e alunos de futsal**. [Artigo de graduação]. Universidade Católica do Brasil-UCB, 2013.