

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR EM TEMPOS DE DISTANCIAMENTO SOCIAL

Bruno Oliveira Ramos da Cunha¹

Douglas Ferreira Ribeiro²

Rodrigo Peixoto dos Santos³

Resumo

Esse trabalho foi confeccionado com muita importância e esmero, pois a nossa sociedade está enfrentando uma das maiores ameaças modernas a saúde mundial, o novo Corona Vírus (Covid-19), e devido a isso, o foi necessária a decisão de tomar medidas drásticas para conter o avanço a e disseminação do novo vírus, e isso consistiu em uma quarentena para toda a população mundial, todos os países entraram nesse processo, cada um com as suas regras individualmente, mas todos primeiramente seguindo as normas e recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) (World Health Organization – WHO. Devido ao distanciamento social e a permanência da população em suas casas, o que aconteceu foi a queda nos níveis de atividade física da população, e sabe-se o quanto isso pode afetar em sua saúde mental e física, e, por isso, foi esse o motivo que me levou a fazer essa pesquisa. O objetivo era analisar a influência da situação de quarentena nos níveis de atividade física da população, comparar os níveis de atividade antes e depois do início da quarentena, verificar se após terminar de responder a pesquisa o nível de vontade para exercer atividades dentro de casa aumentou e verificar quais os principais motivos da falta de atividade física durante o período. A metodologia foi a pesquisa será descritiva associativa com abordagem quantitativa. Para tal contou-se com 106 participantes de diversas idades e sexo que através de questionários do Google Forms de múltipla escolha e perguntas diretas sobre o nível, quantidade e intensidade dos exercícios físicos que o indivíduo pratica ou praticou durante o período de quarentena da pandemia. Aplicação online e com linguagem adequada para os participantes. Após toda a pesquisa sobre o nível de atividade física da dos alunos de ensino médio de Barra do Pirai ficou evidenciado que houve realmente uma diminuição dos níveis de atividade física, o que é alarmante e deve ser tratado com extrema importância pelo meio acadêmico da Licenciatura e do curso de Educação Física, e também pelos já formados professores e bacharelados da área.

Palavras-chave: Educação Física. Distanciamento Social. Saúde mundial.

¹ Graduando em Educação Física 2021.2 (UGB/FERP).

² Graduando em Educação Física 2021.2 (UGB/FERP).

³ Docente do UGB/FERP. Especialista em Reabilitação Cardiorrespiratória Funcional (UBM).