



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: III Mostra de Iniciação Científica Júnior

LAZER E SAÚDE NO ENSINO MÉDIO¹

Gabriela Wagner Da Rosa².

¹ Projeto de pesquisa realizado por estudante do ensino médio do Colégio Tiradentes da Brigada Militar de Ijuí/RS

² Aluna do ensino médio do Colégio Tiradentes da Brigada Militar de Ijuí/RS.

Os anos passaram e os hábitos mudaram, junto com eles houve o crescimento da população e a necessidade de economizarmos tempo. A juventude do século XXI possui um estilo de vida inquietante, pelo fato de viver em meio a correria, acaba adquirindo o hábito de consumir refeições rápidas, calóricas e pouco saudáveis, o que desencadeia problemas a saúde.

Não só os hábitos alimentares mudaram como também o de práticas de atividades físicas. Estas diminuíram e passaram a ser vistas como supérfluas e desnecessárias, os fatores deste distanciamento, são: a apreensão dos pais quanto à segurança dos filhos, classes sociais, variações culturais, o uso de computadores, televisões e vídeo games e o desinteresse da escola em promover atividades corporais cotidianas.

Há os que praticam exercícios por diferentes razões, que se distinguem de acordo com a idade. Os principais motivos que levam a prática são: preocupação com a imagem corporal – acarretada pelos perfis apresentados pela mídia –, aquisição de autoconfiança e satisfação pessoal, quebrar a rotina de atividades curriculares e para cuidar da saúde.

Em um comparativo entre grandes centros e cidades do interior, as diferenças são notadas com facilidade. O fato da juventude do interior viver em um meio mais ameno faz com que eles usufruam de uma alimentação saudável – mesmo porque os produtos da natureza podem ser inclusive cultivados em casa –, não estão tão alienados as tecnologias e veem a prática de esportes como lazer. Diferente de grandes centros, onde a rotina é agitada, a alimentação encontrada com mais facilidade é muito calórica e o uso de eletrônicos são vistos como a única forma de diversão.

Tendo em vista os dados acima, estamos buscando conhecer os hábitos de vida relacionados à saúde e ao lazer de alunos da cidade de Ijuí, interior do RS. Através do desenvolvimento de uma recente pesquisa (Maio de 2013) no Colégio Tiradentes da Brigada Militar, visamos identificar as aprendizagens dos alunos do colégio sobre os temas saúde e lazer tratados em futuras Unidades Didáticas da disciplina de Educação Física e seus desdobramentos nos hábitos de vida.

O momento inicial de estudo foca na diversidade entre alunos do ensino médio de diferentes escolas e suas famílias. Com base nisso, serão coletados dados através de um questionário online, que será aplicado em três escolas públicas do município de Ijuí.

O questionário – com o auxílio da ferramenta Google Formulário – está em fase de elaboração e abordam temas, como saúde, lazer, hábitos alimentares, físicos e sociais. E será aplicado até a primeira quinzena do mês de agosto, para que sejam feitas análises que serviram como base para o



SALÃO DO CONHECIMENTO

UNIJUÍ 2013
Ciência • Saúde • Esporte



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: III Mostra de Iniciação Científica Júnior desenvolvimento da próxima etapa da pesquisa. Onde auxiliaremos em sala de aula, através do envolvimento com os meios tecnológicos, como blogs, vídeos, etc. A última etapa da pesquisa será a aplicação de um novo questionário no mês de novembro, com o objetivo de analisar se as Unidades Didáticas aplicadas obtiveram êxito.



Para uma VIDA de CONQUISTAS