

CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO
XI SEMANA ACADÊMICA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

BARREIRAS PERCEBIDAS PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM
ADOLESCENTES ESCOLARES

Antonio Carlos da Silva¹
Marcos Antonio Araújo Bezerra²

Introdução: A prática da atividade física contribui de forma positiva na vida dos adolescentes e a ausência desta prática interfere diretamente na qualidade de vida. Os adolescentes estudantes que são classificados como fisicamente ativos ainda são muito baixos, e diversos aspectos podem influenciar e se tornarem barreiras para essa prática. A prática da atividade física e adoção de um estilo de vida mais ativo é de suma importância principalmente quando o público são os adolescentes, devido todos os benefícios de longo e curto prazo que a atividade física proporciona. **Objetivo:** O objetivo do estudo foi identificar as barreiras percebidas para prática da atividade física em escolares da cidade de Juazeiro do Norte – CE. **Método:** Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo de campo, descritivo, de corte transversal, com uma amostra de 309 escolares. Foi utilizado o instrumento proposto por Martins & Petroski que a motivação para prática da atividade física. Para a análises dos dados foram utilizados instrumentos como do software JASP na versão 0.9.0.1, através de estatística descritiva por distribuição de frequência, também foi utilizado o teste do Quiquadrado ($p < 0,05$). Os dados foram coletados via formulário online por meio do *google forms*, disponibilizado através da plataforma *Google Classroom* pelo professor de Educação Física titular da instituição. **Resultados:** Os resultados apostam as seguintes barreiras como mais frequentes: falta de companhia para a prática da atividade física (57,3%), o volume de outras tarefas para fazer (53,1%) e a preferência por fazer outras atividades ao invés de praticar atividade física (48,2%). Os resultados também mostram 45,6% dos escolares não se sentem motivados para a prática da atividade física, como também 44,3% não possuem tempo para esta prática. **Conclusão:** Pode-se concluir que de uma forma geral a barreira que mais influencia os escolares na prática da atividade física é a falta de companhia, por outro lado fica evidente que as meninas apresentam um número maior de barreiras com relação aos meninos, e a barreira que mais acomete o público feminino é a preguiça.

Palavras-chave: Comportamento do adolescente; Fatores de risco; Atividade Motora.

GT1 – Atividade Física e Saúde

¹ Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio. E-mail: antonioocsilva@gmail.com

² Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio. E-mail: marcosantobio@leaosampaio.edu.br