

169- PERFIL DA DEMANDA NA PROCURA DE ATIVIDADES FÍSICAS SUPERVISIONADAS DO PROJETO DE EXTENSÃO "VIDA PLENA" (VIP) DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO IFSULDEMINAS - CAMPUS MUZAMBINHO

ROBSON LUIS DE PAULA, DAIANI MICHELI COSTA DAMIÃO, TALES CRISTIAN SOARES, ELISÂNGELA SILVA, JANUÁRIA ANDREA SOUZA REZENDE

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais, Muzambinho, Minas Gerais, Brasil
robsonf1@hotmail.com

This project is justified by the importance and necessity of working with supervised physical activities. The purpose of this study was to identify the demand profile in the search for physical activities supervised the extension project "Vida Plena". The sample consisted of 80 males (SM) aged 31.9+13.3, and 173 females (SF) aged 35.4+14.3. Of these 41.5% opted for water aerobics, 32.8% chose swimming. Students enrolled in Jump correspond to 20.6%. Only 5.1% at the end of this analysis can be seen that water activities are most popular.

Introdução: este projeto justifica-se pela importância e necessidade de se trabalhar com atividades físicas supervisionadas. Sabe-se que a participação em um programa de exercício leva à redução de 25% nos casos de doenças cardiovasculares, 10% nos casos de acidente vascular cerebral, doença respiratória crônica e distúrbios mentais. Talvez o mais importante seja o fato que reduz de 30% para 10% o número de indivíduos incapazes de cuidar de si mesmos, além de desempenhar papel fundamental para facilitar à adaptação a aposentadoria (GUEDES, 1995). Objetivo: identificar o perfil da demanda na procura de atividades físicas supervisionadas do projeto de

extensão "Vida Plena". Metodologia: a amostra foi composta por 80 indivíduos do sexo masculino (SM) com idade de 31,9+13,3; e 173 indivíduos do sexo feminino (SF) com idade de 35,4+14,3. Para identificação da demanda na procura de atividade física supervisionada do projeto Vida Plena fez-se uso das fichas de inscrição que continham modalidade escolhida. As práticas corporais ofertadas pelo projeto são: natação, hidroginástica, jump e step. Para análise dos dados fez-se uso da estatística descritiva através do SPSS versão 19. Resultados: no projeto conta com 253 inscritos. Destes 41,5% optaram pela hidroginástica, sendo 19% SM e 81% SF; 32,8% escolheram a prática da natação, divididos em 63,9% do SM e 36,12 SF. Os alunos matriculados no Jump correspondem a 20,6% do total de inscritos no projeto ViP, nos quais 13,5% SM e 86,5 SF. Apenas 5,1% dos beneficiários do projeto optaram pela prática do Step, sendo 100% SF. Conclusão: ao final desta análise pode-se observar que as atividades aquáticas são as mais procuradas e que no que se refere a preferência de acordo com sexo, as atividades que envolvem música, coreografias, ritmos foram encolhidas pela maioria dos indivíduos do sexo feminino. Palavras chave: perfil; demanda; atividade físicas supervisionada.