

IMPACTO DA DISCIPLINA QUALIDADE DE VIDA SOBRE O NÍVEL DE CONHECIMENTO ESPECÍFICO EM ATIVIDADE FÍSICA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

THE IMPACT OF LIFE QUALITY ON LEVEL OF SPECIFIC KNOWLEDGE IN PHYSICAL ACTIVITY IN UNIVERSITY STUDENTS

Maria Eloiza Fiorese Prates*
Juarez Vieira do Nascimento**

RESUMO

O objetivo deste estudo quase-experimental foi verificar a efetividade de programas de educação física ministrados com orientações conceituais diferenciadas, na disciplina Qualidade de Vida, sobre o nível de conhecimento específico em atividade física de estudantes dos cursos superiores de tecnologia do CEFET-PR/Unidade de Campo Mourão. Participaram da investigação todos os estudantes, 55, matriculados e freqüentes na disciplina Qualidade de Vida, no primeiro semestre letivo de 2003. Foram implementados três grupos experimentais com diferentes orientações conceituais (G1= Orientação acadêmica, G2= Orientação acadêmico-prática e G3= Orientação acadêmico-prático-pessoal) e um grupo de controle (sem intervenção). O questionário utilizado na coleta de dados da variável investigada continha partes de outros instrumentos previamente validados. Os dados foram analisados através dos recursos da estatística descritiva e estatística não-paramétrica, contidos no programa SPSS, versão 11.0. O nível de significância adotado foi de $p \leq 0,05$. Os resultados evidenciaram que somente a intervenção pedagógica com orientação acadêmica dos conteúdos ministrados foi capaz de propiciar diferença significativa após o tratamento experimental sobre o nível de conhecimento específico em atividade física.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Atividade física. Conhecimento.

INTRODUÇÃO

A Educação Física no ensino superior, nos últimos anos, vem passando por inúmeras mudanças significativas, em decorrência tanto das transformações históricas da sociedade como da qualificação dos seus profissionais através da pós-graduação. Essas mudanças vêm alterando o processo de contratação dos profissionais, exigindo a aquisição de novos conhecimentos, habilidades, atitudes e valores.

As reformas ocorridas com a promulgação da nova Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei n.º 9.394, de 20 de dezembro de 1996) tiveram como objetivo realizar na estrutura educacional brasileira as transformações necessárias. A Educação Física tornou-se facultativa no ensino noturno e

obrigatória na educação infantil, ensino fundamental e médio (período diurno).

A reforma do ensino técnico se deu através do Decreto-Lei n.º 2.208/97, de 17 de abril de 1997, que estabelece as diretrizes e bases da educação profissional, determinando ainda a separação, mas não a desintegração, dessas duas modalidades de ensino (médio e técnico).

A partir desse momento, em diferentes instituições foram realizadas alterações curriculares, tanto para se adaptar à nova legislação quanto para manter a qualidade de ensino. No Centro Federal de Educação Tecnológica do Paraná (Cefet-PR), foco desta investigação, foi elaborada uma proposta curricular com novos cursos superiores de tecnologia.

A Educação Física, nessa nova proposta curricular, foi implantada como disciplina

* Mestre em Educação Física, Centro Federal de Educação Tecnológica do Paraná, Unidade de Campo Mourão.

** Doutor em Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina.

curricular denominada de Qualidade de Vida, sendo obrigatório para todos os estudantes cursá-la em um semestre de cada curso superior. A disciplina segue uma tendência voltada para a promoção da saúde, evitando a utilização de programas tradicionais de educação física dirigidos exclusivamente aos esportes formais.

A implementação da disciplina Qualidade de Vida, além dos enormes benefícios proporcionados aos estudantes, constitui um grande avanço para os profissionais de Educação Física, por ser ministrada por profissionais da área, o que significa a conquista de um novo espaço e novas alternativas de atuação na grade curricular dos cursos superiores de tecnologia do Cefet-PR.

Nahas (2001) reconhece que os esportes e jogos são componentes fundamentais dos currículos de Educação Física, mas não podem ser entendidos como substitutos para os programas como um todo. Portanto, torna-se importante buscar alternativas diferenciadas para a Educação Física e acompanhar os anseios da sociedade, para que essa disciplina seja valorizada e o estudante obtenha uma formação com qualidade.

Em face das considerações anteriores, este estudo buscará verificar o efeito de diferentes orientações conceituais em programas da disciplina Qualidade de Vida sobre o nível de conhecimento específico em atividade física.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A população do estudo é formada por aproximadamente 700 estudantes universitários, matriculados e com frequência regular às aulas no Cefet-PR/Unidade de Campo Mourão.

Participaram do estudo 55 estudantes, de ambos os sexos, com matrícula e frequência regular nos cursos superiores de tecnologia do Cefet-PR/Unidade de Campo Mourão, sendo:

- G1: com 07 alunos do Curso Superior de Tecnologia em Construção Civil
- G2: com 26 alunos do Curso Superior em Tecnologia Ambiental
- G3: com 08 alunos do Curso Superior de Tecnologia em Alimentos
- G4: com 14 alunos do Curso Superior de Tecnologia em Construção Civil (controle)

Os grupos experimentais 1, 2 e 3 foram compostos por estudantes com matrícula e frequência regular às atividades da disciplina Qualidade de Vida no 1º semestre letivo de 2003 e vinculados a três turmas dos cursos superiores de tecnologia do Cefet-PR/Unidade de Campo Mourão. Os tipos de orientação conceitual adotados em cada grupo experimental foram definidos através de sorteio.

Os grupos 1 e 3 foram constituídos de reduzido número de estudantes, por serem formados por turmas em ambiente natural que se encontravam cursando os últimos semestres do Curso Superior de Tecnologia. Por sua vez, o grupo 2 foi composto pelo maior número de estudantes, por estes se encontrarem no início de curso, ou seja, no primeiro semestre do Curso Superior de Tecnologia Ambiental. Este fato se justifica pelo fato de a disciplina Qualidade de Vida ser cursada em diferentes semestres da grade curricular de cada curso superior de tecnologia.

Os critérios de seleção dos estudantes para compor o grupo 4, de controle, foram a matrícula e frequência regular nos cursos superiores de tecnologia do Cefet-PR/Unidade de Campo Mourão, e a condição de que não estivessem cursando, não tivessem cursado ou não cursariam a disciplina Qualidade de Vida no segundo semestre letivo de 2003. No grupo-controle (G4), a turma foi sorteada entre as que se enquadravam no critério estabelecido para esse estudo.

Tratamento experimental

Para a realização deste estudo foram implementados três tratamentos experimentais através da aplicação dos programas de Educação Física, na disciplina Qualidade de Vida, com orientações conceituais diferenciadas para auxiliar em mudanças de comportamento favoráveis à adoção de um estilo de vida fisicamente ativo.

No tratamento experimental 1, esse programa foi planejado e ministrado pelo docente da disciplina Qualidade de Vida com orientação acadêmica, através de aulas teóricas, totalizando 38 horas/aula ministradas ao final do semestre letivo. No tratamento experimental 2, o programa foi planejado pelo docente da disciplina e a pesquisadora, sendo ministrado

pelo docente da disciplina Qualidade de Vida com orientação acadêmico-prática, através de aulas teóricas e práticas para cada conteúdo ministrado, totalizando 35 horas/aula ministradas. No tratamento experimental 3, o programa de Educação Física foi planejado pelo docente da disciplina e a pesquisadora, sendo ministrado um total de 34 horas/aula pelo docente da disciplina Qualidade de Vida com orientação acadêmico-prático-pessoal, com aulas teóricas e atividades práticas de atividades físicas, levando em consideração o desenvolvimento individual de cada aluno para cada conteúdo ministrado. Todos os programas foram desenvolvidos com duas aulas por semana, com duração de 50 minutos em cada sessão, durante o primeiro semestre letivo de 2003 (quatro meses).

Instrumento de coleta de dados

Nesta pesquisa foi utilizado para a coleta de dados um questionário, composto de questões fechadas (falso, verdadeiro) e, especificamente para este estudo, foi acrescentada a esta parte uma terceira alternativa fechada (não sei responder), aplicada de forma auto-administrável pela investigadora, para avaliar o nível de conhecimento específico sobre atividade física. O instrumento continha doze questões afirmativas, traduzidas por Martins (2000) do questionário sugerido pela IntelliHealth Inc., adaptado especificamente para esse estudo, as quais versam sobre atividade física relacionada à saúde. Tais questões contemplam algumas das recomendações mais citadas por profissionais da saúde e pela mídia. Esse instrumento foi testado e validado na investigação desenvolvida por Martins (2000), inclusive foi verificada a reprodutibilidade da transcrição do instrumento internacional que compõe o questionário.

Para analisar os aspectos sociodemográficos e a classificação socioeconômica, o questionário continha questões fechadas com escala nominal (sexo, estado civil, curso, período, função remunerada) e questões abertas com escala numérica (idade cronológica), que possibilitaram o delineamento do perfil sociodemográfico da população estudada. O reconhecimento da classe econômica na qual se encontrava o indivíduo ocorreu conforme o

CCEB – Critério de Classificação Econômica Brasil, adotado pela ABA/ANEPE – ABIPEME (ANEP, 2000).

Para complementar, acrescentar e atingir a totalidade dos dados coletados, também foi utilizado nesta pesquisa o diário de campo das aulas ministradas na disciplina Qualidade de Vida no primeiro semestre letivo do ano de 2003. A técnica de observação utilizada no diário de campo foi sistemática, não-participante, individual e na vida real (LAKATOS; MARCONI, 1991).

Coleta de dados

Para fins de coleta de dados foi realizado um contato prévio com o Cefet-PR/Unidade de Campo Mourão (Gerente de Ensino e Coordenações de Curso), explicando o objetivo do estudo e solicitando autorização para a realização da pesquisa com docentes e discentes da instituição.

Num segundo momento, após autorização para ser realizada a investigação, foi agendada reunião com os professores da disciplina Qualidade de Vida. O questionário foi aplicado para todos os discentes participantes do estudo, de uma só vez por turma da disciplina, pela própria pesquisadora, em sala de aula e em cada período de coleta de dados, de acordo com o *design* do estudo.

O pré-teste foi realizado no início do semestre letivo (abril) e o pós-teste (1) no final do semestre letivo para os quatro grupos de estudantes.

A coleta de dados através do diário de campo foi realizada durante todo o primeiro semestre letivo do ano de 2003 nas três turmas (G1, G2 e G3) participantes do estudo, com o acompanhamento e observação da pesquisadora de todas as aulas da disciplina Qualidade de Vida.

Análise dos dados

Os dados foram analisados, inicialmente, através dos recursos da estatística descritiva (média, frequência percentual e desvio-padrão) e, posteriormente, pelos recursos da estatística não-paramétrica contidos no programa SPSS, versão 11.0. Na comparação dos dados de pré-teste e pós-teste 1 foi utilizado o Teste de Wilcoxon. Na análise da homogeneidade dos

dados do pré-teste e do pós-teste, utilizou-se a análise de variância de Kruskal Wallis. O nível de significância adotado foi $p \leq 0,05$.

A variável nível de conhecimento específico em atividade física (NCEAF) foi considerada variável numérica discreta, por não seguir uma distribuição normal.

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Caracterização sociodemográfica dos grupos pesquisados

Participaram deste estudo 55 estudantes universitários em uma distribuição equilibrada entre os sexos para os grupos 2 (ambiental) e 4 (controle). Observa-se uma frequência maior para o sexo masculino no grupo 1 (construção civil) com 71,4%, enquanto o sexo feminino constitui 100% dos universitários do grupo 3 (alimentos).

Como se pode ver nos dados da tabela 1, 69,1% dos universitários estão compreendidos na faixa etária de 17 a 22 anos, com predominância para os grupos 2, 3 e 4, enquanto 71,4% de universitários do grupo 1 encontravam-se na faixa etária de 23 anos ou mais.

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica dos grupos pesquisados

Variável	Categoria	Grupo 1		Grupo 2		Grupo 3		Grupo 4		Total	
		f	f%	f	f%	f	f%	f	f%	f	f%
Sexo	Masculino	5	71,4	13	50	---	---	7	50	25	45,5
	Feminino	2	28,6	13	50	8	100	7	50	30	54,5
Faixa etária	17 a 22	2	28,6	22	84,6	5	62,5	9	64,3	38	69,1
	23 ou mais	5	71,4	4	15,4	3	37,5	5	35,7	17	30,9
Estado Civil	Solteiro	4	57,1	23	88,5	5	62,5	10	71,4	42	76,4
	Casado	3	42,9	2	7,7	3	37,5	3	21,4	11	20
	Outros	---	---	1	3,8	---	---	1	7,1	2	3,6
Período	Matutino	---	---	26	100	---	---	---	---	26	47,3
	Noturno	7	100	---	---	8	100	14	100	29	52,7
Função Remunerada	Sim	5	71,4	4	15,4	3	37,5	12	85,7	24	43,6
	Não	2	28,6	22	84,6	5	62,5	2	14,3	31	56,4
Classificação Socioeconômica	A, B e C	2	28,6	16	61,5	2	25	3	21,4	23	41,8
	D e E	5	71,4	10	38,5	6	75	11	78,6	32	58,2

Ao comparar a distribuição entre os grupos em relação ao estado civil, há frequência maior para os solteiros, compreendendo 76,4% dos universitários pesquisados. Neste caso, também é possível verificar que a diferença percentual maior encontra-se no grupo 2, onde 88,5% do

total do grupo são solteiros, sendo estes estudantes do período matutino. Os universitários dos grupos 1, 3 e 4 são estudantes do período noturno.

Mais da metade dos participantes não exerce função remunerada (56,4%) e também possui menor poder de compra (58,2%), encontrando-se nas classes D e E da classificação socioeconômica da ANEP (predominância mais acentuada nos grupos 1, 3 e 4). No entanto, no grupo 2 verifica-se que mais da metade dos universitários (61,5%) concentra-se nas classes A, B e C, fato que representa um maior poder de compra para este grupo.

A maioria dos universitários nos grupos 2 e 3 não exerce função remunerada, enquanto os estudantes dos grupos 1 e 4 (71,4% e 85,7%, respectivamente) compreendem uma parcela produtiva da população brasileira, ao combinarem o trabalho diurno e o estudo noturno.

Esses resultados sugerem que os grupos pesquisados são compostos, predominantemente, de adultos jovens, solteiros e com nível socioeconômico de baixo poder de compra.

Esta fase apresenta uma série de desafios que são únicos desse estágio da vida, onde o indivíduo começa a assumir muitas responsabilidades que provocarão mudanças em sua vida pessoal. Muitos já fazem parte do grupo produtivo ao desempenharem atividades específicas de trabalho, com risco de desenvolver no futuro doenças ocupacionais, se não houver a preocupação de ter hábitos de comportamento preventivo. Durante esse período da vida, de acordo com Nahas (2001), os adultos jovens se encontram no ápice do desempenho físico e tendem a se preocupar pouco com aspectos preventivos, que representam uma das principais ameaças à saúde.

Em uma revisão de estudos realizada com jovens americanos durante os anos de 1980 a 1990, Nieman (1999) encontrou dados que mostram existirem razões para se preocupar com a aptidão física dos jovens. Eles estão obesos e permanecem desse jeito quando adultos, somente a metade se exercita vigorosamente, a aptidão aeróbica é inferior ao recomendado e 63% possuem dois ou mais dos cinco fatores de risco de doença crônica, os quais tendem a se agrupar desde a infância, passando pela adolescência e chegando até a vida adulta.

Os estudantes investigados abrangem uma população em idade produtiva; entretanto, estão inseridos em uma sociedade que possui riscos consideráveis de desenvolver doenças crônicas não-transmissíveis e ocupacionais, provocadas pelo sedentarismo.

Orientações conceituais e o nível de conhecimento específico em atividade física

Neste tópico são apresentadas as análises realizadas sobre o nível de conhecimento específico em atividade física (NCEAF) para cada grupo experimental, comparando-se dados do pré-teste e pós-teste.

Em relação ao NCEAF, os resultados no pré-teste com aplicação do teste de Kruskal-Wallis revelaram a existência de heterogeneidade ($\chi^2 = 7,79$; $p \leq 0,05$) entre os grupos, sendo que o 1 e o 4 apresentaram menor *rank* médio (14,21 e 25,68, respectivamente), enquanto os demais grupos foram bastante similares (32,13 e 31,69).

Tabela 2 - Nível de conhecimento específico em atividade física por grupo no pré-teste e pós-teste

Grupo	Pré-teste				Pós-teste			
	Mín	Máx	X	Dp	Mín	Máx	X	Dp
Grupo 1	5	11	8	2,00	9	11	10	1,00
Grupo 2	7	12	9,96	1,34	6	12	9,84	1,43
Grupo 3	7	12	10	1,51	8	12	10,38	1,41
Grupo 4	8	12	9,57	1,22	7	11	9,07	1,07

Os dados da tabela 2 demonstram que os grupos experimentais 1 e 3 tiveram melhores resultados no pós-teste, pois o número mínimo de acertos e a média para os dois grupos aumentaram, ao contrário dos grupos 2 e 4, que tiveram valores mínimos e médios de acertos menores no pós-teste.

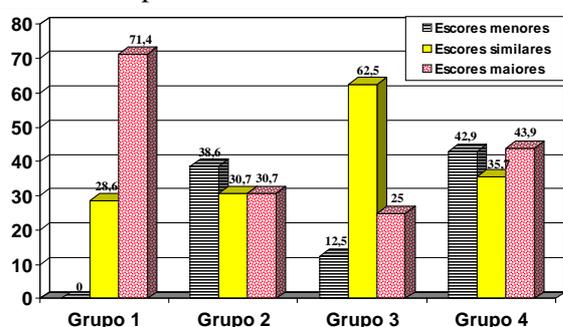


Figura 1 - Análise pormenorizada do Nível de Conhecimento Específico em Atividade Física (NCEAF) por grupo

A análise pormenorizada, apresentada na figura 1, considerando as alterações ocorridas ao final do tratamento experimental, evidenciou que, no grupo experimental 1, a maioria das estudantes (71,4%) demonstrou escores maiores e 28,6% escores similares no NCEAF. Já no grupo experimental 2, os dados mostram que 38,6% dos estudantes apresentaram escores menores, 30,7% escores maiores e 30,7% escores similares no NCEAF. Não obstante, os resultados do grupo experimental 3 demonstraram que somente 12,5% tiveram escores menores, 25% escores maiores e 62,5% escores similares. por outro lado, no grupo-controle observou-se que 42,9% dos estudantes tiveram escores menores, 21,4% escores maiores e 35,7% escores similares no nível de conhecimento específico em atividade física.

Na comparação do NCEAF entre o pré-teste e pós-teste, os resultados do teste de Wilcoxon revelaram, no quadro 5, a existência de diferença significativa ($z = 2,03$; $p \leq 0,04$) somente no grupo experimental 1, que foi submetido a um programa de orientação acadêmica.

Grupos	NCEAF	Nível de significância
G1 Acadêmica	*Z= 2,03	$p \leq 0,04$
G2 Acadêmico- prática	Z= 0,58	$p \leq 0,55$
G3 Acadêmico-prático-pessoal	Z= 0,53	$p \leq 0,59$
G4 Sem intervenção	Z= 1,20	$p \leq 0,22$

Quadro 1 - Resultados do Teste de Wilcoxon sobre o Nível de Conhecimento Específico em Atividade Física (NCEAF)

Esses resultados sugerem que a intervenção da disciplina Qualidade de Vida promoveu efeitos mais positivos para o grupo experimental 1, que recebeu orientação acadêmica com atividade voltada ao desenvolvimento teórico dos conteúdos ministrados. Nota-se também que esses universitários iniciaram o estudo com baixo nível de conhecimento, quando comparados aos demais grupos, e, ao final da intervenção, tiveram índices de acertos mínimos superiores aos dos demais grupos investigados. Além disso, com o desvio-padrão mais baixo,

houve aproximação dos números de acertos dos estudantes do grupo no pós-teste 1.

Diante desses resultados pode-se inferir que houve uma evolução dos conhecimentos adquiridos através da disciplina Qualidade de Vida, pois o grupo experimental 1 recebeu aulas teóricas, em que o professor utilizou-se de recursos didáticos para transmitir os conhecimentos de forma dialogada com participação constante dos alunos. Destarte, é possível considerar ter havido crescimento na aprendizagem, pois os participantes do grupo-controle, onde não houve a intervenção, também apresentaram menor *rank* médio, porém os resultados não revelaram melhoria em seus conhecimentos em atividade física durante esse período em que os universitários dos grupos 1, 2 e 3 estiveram cursando a disciplina Qualidade de Vida.

Nota-se que os dados obtidos na tabela 2 são confirmados na tabela 3 pelo total de respostas *certas*, *erradas* e *não sei responder*, o total de respostas certas do grupo 1 aumentou no pós-teste 1. Por outro lado, constatou-se no grupo 2 a diminuição do número de respostas erradas e aumento do número de respostas *não sei responder*. Enquanto o grupo-controle foi o único em que diminuiu o número de respostas certas, no grupo 3 aumentou o número de respostas *certas* e *não sei responder*.

Tabela 3 - Total de respostas *certas*, *erradas* e *não sei responder* em nível conhecimento específico em atividade física por grupo no pré-teste e pós-teste

grupo	Certas		Erradas		Não sei responder		Total	
	Pré-teste	Pós-teste	Pré-teste	Pós-teste	Pré-teste	Pós-teste	Pré-teste	Pós-teste
Grupo 1	56	70	21	10	7	4	85	85
Grupo 2	257	257	40	33	15	22	312	312
Grupo 3	80	83	11	6	5	7	96	96
Grupo 4	134	129	28	28	6	11	168	168

Com esses resultados parece que a disciplina Qualidade de Vida, no que se refere ao conhecimento em atividade física e saúde, trouxe melhores resultados com a orientação acadêmica. No grupo experimental 1, as aulas teóricas foram mais aprofundadas, sendo fornecidas informações atualizadas e mais completas sobre os assuntos tratados nas aulas, para que o aluno pudesse aos poucos descobrir a

sua importância e despertasse a consciência para a necessidade da prática de atividade física permanente com vista à manutenção da saúde.

Pressupõe-se pelos dados alcançados que a forma de orientação dos conteúdos aplicados pelos docentes no processo ensino-aprendizagem pode influenciar o nível de conhecimento dos alunos. Para Nasário e Shigunov (2001), as aulas devem conter mecanismos que fortaleçam a auto-estima e a autoconfiança do aluno, valorizem as suas possibilidades e reconheçam os seus limites, fazendo com que acredite na sua capacidade e não na sua impotência. Esses docentes, mais do que professores de Educação física, são profissionais da Educação.

O professor deve trabalhar adequadamente o conteúdo programático da disciplina para chegar próximo ao que pretende atingir em cada aula, para que as mudanças desejáveis em relação ao aluno realmente aconteçam.

O conteúdo formativo de uma matéria, para Graça (2001), não é propriamente a matéria externamente dada, mas o poder que ela tem de fazer crescer as possibilidades de pensamento e ação do educando e, dessa forma, contribuir para a construção do indivíduo. A definição concreta, segundo o autor, dos propósitos para o ensino de uma matéria, reveladora da intencionalidade pedagógica de ação educativa, emerge da orientação dos professores em relação à sua disciplina e aos conteúdos que a compõem.

As mudanças positivas em conhecimentos e atitudes em relação à atividade física e saúde, após concretizadas devem ser mantidas. Além disso, acredita-se que as opiniões das pessoas devem ser fortalecidas não só pelos docentes, mas também pelos órgãos públicos e privados e pela comunidade em geral, para que as mensagens de educação para a saúde sejam reconhecidas e assimiladas pelos indivíduos.

De qualquer modo, de acordo com Steptoe et al. (2002), esforços para manter a opinião sobre a saúde requerem constantes reforços, desde que as informações e o encorajamento estejam presentes para cada grupo de trabalho de adultos que surgir. Os autores ainda colocam que isto é possível para dar ênfase, na educação para a saúde de adultos jovens, ao risco de outros aspectos do estilo de vida (atividade

sexual com proteção, álcool, bebidas e direção, entre outros).

De acordo com Smedley e Syme (2001), as estratégias de intervenção para adultos têm sido tipicamente focadas em indivíduos particularmente de alto risco, mas muitas vezes não alcançam importantes segmentos da população. Para tanto, esses autores sugerem que a intervenção para melhorar a saúde de adultos seja dirigida considerando-se múltiplos níveis de influência, entre os quais, fatores individuais (conhecimento de saúde, atitudes, motivação para mudança de comportamento), processos interpessoais, fatores institucionais ou organizacionais, fatores comunitários e políticas públicas.

CONCLUSÕES

Ao verificar os efeitos de diferentes programas da disciplina Qualidade de Vida sobre o nível de conhecimento específico em atividade física, os dados revelaram que somente a intervenção pedagógica com orientação acadêmica dos conteúdos ministrados foi capaz de propiciar resultados relevantes após o tratamento experimental. O programa de orientação acadêmica preocupou-se em

desenvolver uma fundamentação teórica profunda dos conteúdos abordados. A prática pedagógica utilizada pelo professor da disciplina Qualidade de Vida foi a ministração de conteúdos através de ações educativas diferenciadas e adequadas, para que mudanças positivas em conhecimento e atitudes em relação à atividade física e saúde pudessem acontecer e ser mantidas para a adoção de hábitos saudáveis de vida.

Com base nesse pressuposto, percebe-se que o programa contendo somente orientação acadêmica foi eficiente naquilo que se propôs a fazer, ou seja, repassar informações e conhecimentos; mas não foi eficaz em auxiliar na mudança de comportamento dos estudantes para adoção de um estilo de vida mais ativo.

Os resultados da investigação confirmam que a fundamentação teórica é importante, mas não é a única nesse processo educacional. Há necessidade de o docente incrementar suas estratégias de ensino com a implementação de programas, cuidadosamente planejados, de práticas de atividades físicas. Além de serem fundamentados no conteúdo que está sendo abordado em sala de aula, os programas devem ser específicos a cada grupo ou indivíduo, para motivar os estudantes à mudança de atitudes.

THE IMPACT OF LIFE QUALITY ON LEVEL OF SPECIFIC KNOWLEDGE IN PHYSICAL ACTIVITY IN UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

The present research aims to verify the achievement of Physical Education programs promoted with differed conceptual orientations in Life Quality subject on level of specific knowledge in physical activity in university students of technology graduation course of CEFET/PR – Campo Mourao. All students enrolled in the first term of 2003 in Life Quality subject took part of the research. Three experimental groups were organized into different conceptual and a group of control (with no investigation). The questionnaire used to pick out the data of the investigated variables, included parts of other means previously validated. The data were analyzed through sources of descriptive statistics (medium, percentual frequency and standard deviation) and non-parametric statistics enclosed in the program SPSS, version 11.0. The level of significance adopted was of $p \leq 0,5$. The results assured that the academic-practice-personal orientation program acquired more positive results on the level of specific knowledge in physical activity.

Key words: Life quality. Physical activity. Knowledge.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO Nacional de Empresas de Pesquisa – ANEP. **Critério de classificação econômica Brasil**. 2000. Disponível em: <<http://www.anep.org.br>>. Acesso em: dezembro de 2003.

CARREIRO DA COSTA, F. **O sucesso pedagógico em educação física**: estudo das condições e fatores de ensino-aprendizagem associados ao êxito numa unidade de ensino.

Cruz Quebrada, Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana, 1995.

CURY, C. R. J. Lei de diretrizes básicas da educação nacional e educação física. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Local, v. 19, n. 1, p. 18-19, 1997.

GRAÇA, A. O conhecimento pedagógico do conteúdo: o entendimento entre a pedagogia e a matéria. In: GOMES, P. B.; GRAÇA, A. (Ed.). **Educação física e desporto na escola**: novos desafios, diferentes soluções. Porto:

- Universidade do Porto. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, 2001. p. 107-120.
- GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. **Controle do peso corporal**: composição corporal, atividade física e nutrição. Londrina: Midiograf, 1998.
- KIG, A. C.; MARTIN, J. E. Aderência ao exercício. In: American College of Sports Medicine (Org). (trad.). **Prova de Esforço e Prescrição de Exercício**. Tradução A. B. de CAMARGO, A. R. S. RIGON e R. M. NAHAS. Rio de Janeiro: Revinter, 1994. p. 332-341.
- LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. DE A. **Fundamentos de metodologia científica**. 3 ed. São Paulo: Atlas, 1991.
- Martins, M. O. **Estudo dos fatores determinantes de prática de atividade física de professores universitários**. 2000. Dissertação (Mestrado)-Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2000.
- NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**. Londrina: Midiograf, 2001.
- NASÁRIO, S. T.; SHIGUNOV, V. Concepção da prática pedagógica do professor de educação física: importância e influência do aluno. In: SHIGUNOV, V.; SHIGUNOV NETO, A. (Orgs.). **A formação profissional e a prática pedagógica**: ênfase nos professores de Educação Física. Londrina, Pr: O autor, 2001. p. 97-119.
- NIEMAN, D.C. **Exercício e saúde**: como se prevenir de doenças usando o exercício como seu medicamento. 1. ed. São Paulo: Manole, 1999.
- PIERON, M. **Didactica de las actividades físicas y deportivas**. Madrid: Gymnos, 1988.
- PRATES, M. E. F; NASCIMENTO, J. V.; REIS, R. S. Impacto da disciplina de qualidade de vida no perfil do estilo de vida de estudantes dos cursos superiores de tecnologia do CEFET-PR/Unidade de Campo Mourão. In: Simpósio Internacional de Ciências do Esporte: Novas fronteiras para o movimento, 25. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, São Caetano do Sul, v.10, n. 4, p. 89, 2002. Edição especial.
- REIS, R. S. **Determinantes ambientais para a realização de atividades físicas nos parques urbanos de Curitiba**: uma abordagem sócio-ecológica da percepção dos usuários. 2001. Dissertação (Mestrado)-Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2001.
- SILVA, M. C. **A educação física no ensino médio e técnico**: o caso do Sistema Federal de Educação Tecnológica de Santa Catarina. 2000. Dissertação (Mestrado)-Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2000.
- SMEDLEY, B. D.; SYME, L. Promoting health: intervention strategies from social and behavior research. **American Journal of Health Promotion**, Local, v. 15, n. 3, p. 149-166, 2001.
- STEPTOE, A., PHIL, D., WARDLE, J., CUI, W., BELLISLE, F., ZOTTI, A., BARANYAI, R.; SANDERMAN, R. Trends in Smoking, diet, physical exercise and attitudes toward health in European university students from 13 countries, 1990-2000. **Preventive Medicine**, California, v. 35, p. 97-102, 2002.
- THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. Tradução R. D. S. Petersen, F. de S. Rodrigues, M. dos S. Dornelles, O. C. Larronda e M. A. de Oliveira. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- U. S. DEPARTMENT of Health and Human Services, Public Health Service. Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion & Division of Nutrition and Physical Activity. **Promoting physical activity**: a guide for community action. Champaign: Human Kinetics, 1999.
- WITTRUCK, M. C. **La investigación de la enseñanza, I enfoques, teorías y métodos**. 1. ed. Barcelona: Paidós Ibérica, 1989.

Recebido em 30/07/05

Revisado em 20/10/05

Aceito em 05/11/05

Endereço para correspondência: Maria Eloiza Fiorese Prates. Rua Chafic Bader Maluf, 13, Jardim Laura, CEP 87300-170, Campo Mourão-PR. E-mail: mprates@cm.cefetpr.br