



# **NÍVEL DE RESISTÊNCIA ABDOMINAL DE ALUNOS DO 6º AO 9º ANO DA ESCOLA ESTADUAL PRINCESA JANUARIA/MG - JANUARIA/MG.**

AUTOR(ES): GIOVANNI FERREIRA DA SILVA, JÉSSICA CAMILA FERNANDES DE JESUS, JUSSARA FERREIRA GONÇALVES, ALÉSSIO CONCEIÇÃO FERREIRA, HERBERT SILVA MESQUITA, PAULO RENATO CARDOSO MARINHO, EVERTON DIAMANTINO CORREA

NÍVEL DE RESISTÊNCIA ABDOMINAL DE ALUNOS DO 6º AO 9º ANO DA ESCOLA ESTADUAL PRINCESA JANUÁRIA/MG - JANUÁRIA/MG. Introdução: A aptidão física tem como concepção básica a realização de tarefas normais do dia-a-dia com menor esforço e gasto energético possível. Como componente da aptidão física a resistência abdominal é de suma importância para o trabalho harmonioso de todo o restante do corpo no qual, níveis muito baixos influenciam diretamente na incidência de desvios posturais e conseqüentemente dores nas costas. Objetivo: Analisar o nível de resistência abdominal dos alunos do 6º ao 9º ano da Escola Estadual Princesa Januária/MG. Metodologia: Estudo quantitativo, descritivo. A amostra foi composta por 268 matriculados nos 6º, 7º, 8º e 9º anos, com faixa etária de 11 a 15 anos. Para avaliar a força/resistência abdominal foi utilizado o teste sit up's (repetições abdominais máximas em 1 minuto). Análise dos dados foi feito através do pacote Estatístico Microsoft Excel (2010). Resultados: Os alunos do 6º ano apresentaram uma média de 14,6 abdominais por minuto, já os alunos do 7º ano apresentaram uma média 16,1 abdominais por minuto, os alunos do 8º ano apresentaram uma média 15,9 abdominais por minuto e os alunos do 9º ano apresentaram uma média 17,9 abdominais por minuto Conclusão: Podemos concluir a partir dos dados obtidos no presente estudo, que os alunos de menor faixa etária apresentaram uma menor resistência abdominal em relação os de maior faixa etária. Porém, e preciso um trabalho longitudinal verificando quais atividades físicas são realizados na escola para constatar se isso pode ter influenciado o aumento nos níveis de resistência abdominal no avançar das séries.