

APLICAÇÃO DE TESTES DE APTIDÃO FÍSICA: UMA ANÁLISE POR MEIO DE MOVIMENTOS DE COORDENAÇÃO MOTORA

Francisco Francimar da Silva Júnior¹, Maria Leiliane Silva Neres¹, Elanny Pereira Martins¹; Mellissa Fernanda Gomes da Silva²

¹ Discentes do curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário Católica de Quixadá; E-mail: leiliane.live@hotmail.com

² Doutora. Docente do curso de Educação Física do Centro Universitário Católica de Quixadá; E-mail: mellissafernanda@unicatolicaquixada.edu.br

RESUMO

O teste KTK que significa “Teste de coordenação corporal para crianças” é composto por quatro provas: Trave de equilíbrio, saltos monopodais, saltos laterais e transferência de plataforma. Sua aplicação se torna viável em escolas devido à fácil aplicação e o baixo custo dos materiais. Os resultados indicaram que as aplicações de programas diferenciados das atividades físicas mostraram os benefícios para a Coordenação Motora, através da aplicação do teste KTK, conseguiu-se um diagnóstico criterioso, dando origem às decisões sobre os problemas apresentados pelos alunos, ficando assim, mais fácil para uma intervenção e planejamento das atividades com base nas dificuldades destes. Este teste foi aplicado no dia 14 de novembro de 2017, em discentes do Curso de Educação Física Bacharelado e Licenciatura, da Unicatólica de Quixadá com o intuito de verificar o desenvolvimento motor de cada um, porém nem todos os alunos ali presentes se disponibilizaram a participar. Antes de tudo, nos apresentamos, falamos um pouco do que se trata o KTK, para que serve, e então fomos ao primeiro teste de equilíbrio, explicamos como deveria ser feito, como era calculada a pontuação e demonstramos a execução, no entanto quatro pessoas tentaram, mas somente duas conseguiram concluir o teste, sendo uma utilizando todas as tentativas na última fase do teste, sendo assim não tendo pontuação máxima. Enquanto executavam o teste os outros alunos observavam com atenção tentando não fazer barulho, porque desconcentrariam as alunas que estavam fazendo o teste. No segundo teste fizemos o mesmo, explicamos e demonstramos, duas alunas tentaram, mas só uma concluiu o teste. No terceiro teste não tínhamos o material adequado para a execução, porém utilizamos as linhas da quadra mesmo, formando então um quadrado, dois alunos participaram, porém um deles não realizou o teste da forma correta, então não valeu sua pontuação. No último teste as mesmas duas alunas realizaram com sucesso, porém uma pontuando mais que a outra. Com isso, anotamos e calculamos os resultados de cada uma, fomos pra sala e apresentamos os resultados para a turma e para as alunas que realizaram todos os testes. Podemos concluir que uma das alunas, de uma estatura mediana, dentro do seu IMC, que tem seu dia-a-dia é voltado a esportes, passando uma hora e meia em academias, fazendo exercícios cardiovasculares e exercícios para hipertrofia, sua alimentação é rica em carboidratos, gorduras boas e proteínas, se saiu melhor que a outra aluna, de estatura baixa, com o seu IMC normalizado, carga horária de trabalho entre 8 e 9 horas por dia, prática de exercícios físicos irregulares por falta de motivação e tempo. Por fim, concluímos que a coordenação

motora da primeira aluna que conseguiu realizar todos os testes está mais elevada do que a da segunda aluna, que não conseguiu executar todos os testes.

Palavras-chave: Teste KTK. Desenvolvimento Motor. Educação Física.