

# REFLEXÕES SOBRE OS TESTES FÍSICOS EM ALUNOS UNIVERSITÁRIOS

Autor: **VIKTOR SHIGUNOV**

Departamento de Educação Física, Centro de Desportos,  
Universidade Federal de Santa Catarina.

[viktor@cds.ufsc.br](mailto:viktor@cds.ufsc.br)

## Introdução

- O conceito de medidas e avaliação em geral e em Educação Física deve ser encarado como sendo um processo para atribuir-se notas ou conceitos em qualquer atividade humana e na Educação Física pelo desempenho e rendimento. A atribuição, certamente, assume um papel importante, tanto no conceito geral como no quadro educacional, mas não é o único e nem o mais importante objetivo das medidas e avaliação.
- A avaliação não deve ser pensada como a ação final do julgamento mas sim como um meio para se observar o progresso, sendo um pensamento errado que a avaliação é sinônimo de medida, que na realidade, é apenas uma parte do processo da avaliação. Desta forma é importante conceituar-se alguns termos como teste, medida e avaliação. Deve-se entender teste como instrumento, procedimento ou técnica usada para obter-se uma determinada informação de determinada coisa. Já, medida deve ser entendida como o processo utilizado para coletar as informações obtidas pelo teste, atribuindo um valor numérico aos resultados conseguidos. Estas medidas devem ser precisas e objetivas. Por fim, avaliação deve ser entendida como uma determinação da importância ou o valor da informação que foi coletada com determinado objetivo em determinada condição. Desta forma é um julgamento que decide sobre a classificação dos testados, reflete o progresso ou o perfil, ou ainda se os objetivos estão ou não sendo atingidos, indica, sobremaneira, se o sistema de medidas e os testes, estão sendo satisfatórios ou adequados. Deve-se pensar em até comparações com algum padrão, mas principalmente deve refletir a filosofia, as metas e os objetivos do profissional que a utiliza.
- Desta maneira, pode-se dizer que existem diferentes pontos de vista para avaliar, dependendo, principalmente das teorias ou paradigmas escolhidos pelo avaliador. A prática desta avaliação deve ser sempre uma parte de alguns pressupostos, considerados, básico que direcionam, orientam, não só a intencionalidade de quem propõe a avaliação mas,

igualmente, a escolha dos procedimentos a serem adotados e, principalmente, o que fazer com os resultados conseguidos.

- Assim, muitas vezes quando se necessita distribuir os sujeitos em grupos homogêneos, tendo como base características, habilidades, destrezas ou determinado perfil, empregam-se as medidas e a avaliação para simplesmente classificar estes indivíduos; em outros casos utiliza-se os seus atributos para formar grupos heterogêneos, para atender objetivos diversos, mas continua sendo uma classificação útil e válida do ponto de vista do atendimento dos objetivos.

- Ainda, pode-se utilizar as medidas e a avaliação para selecionar os indivíduos em atendimento aos objetivos de formação de equipes, grupos, liderança, atendimento especial, entre outros.

- A função das medidas e da avaliação, também pode ser diagnóstica e de tomada de decisões pelos resultados alcançados pelos sujeitos. Por fim, a avaliação pode ser um processo motivacional positivo, além de possibilitar a manutenção de padrões de desempenho e também ser uma experiência individual ou profissional de sucesso e de satisfação, pelo fato de muitas variáveis estarem envolvidas no processo de testagem, medição e avaliação.

- Não se poderia deixar de fazer referência a alguns princípios orientadores das medidas e avaliações que devem orientar a filosofia e os objetivos da avaliação específica de cada avaliador. Entre outros, pode-se destacar que a avaliação deve ser compatível com a filosofia da avaliação; que a avaliação seja compatível com os objetivos do programa; deve-se, sempre recordar, que existe uma estreita relação entre testes, medida e avaliação; as avaliações devem ser supervisionadas por pessoas treinadas para tal fim; a interpretação dos resultados devem ser em termos do indivíduo como um todo, física, mental, social e psicologicamente; tudo o que existe pode ser medido de alguma maneira, com maior ou menor dificuldade e nenhum teste ou medida é perfeito ou responde à totalidade de uma realidade; para observar-se o crescimento deve haver o reteste sendo sempre utilizados os mais válidos, os mais fidedignos e os mais objetivos.

- Por fim, pode-se afirmar que a avaliação deve ser o processo de delineação, obtenção e aplicação de informações descritivas e de julgamento concernente ao mérito de objetos, à medida que revelados por seus objetivos, planejamento, implementação e resultados e, principalmente, para atingir-se as possíveis tomadas de decisões. (Kalinine e Messina, 1999).

- A avaliação, para leigos, no âmbito esportivo, sempre denota uma ligação aos temas relacionados ao controle e verificação do treinamento e do rendimento, e nunca ao desempenho, condição e diferentes estados do ser humano. A satisfação de conhecer-se os resultados de várias medidas com diferentes testes deve ser algo estudado e proporcionado para todas as pessoas, sendo elas atletas ou simplesmente cidadãos brasileiros. Os resultados conseguidos e a sua classificação, diagnóstico e prescrição de alguma atividade ou sugestão de ingestão de calorias, não deve ter impacto negativo, mas a avaliação deve ser encarada com naturalidade e servir de base para futuros planos e conquistas nos diferentes aspectos.

#### Objetivo

- Traçar o perfil dos sujeitos da Disciplina EFC (Educação Física Curricular) Voleibol nos diferentes aspectos morfomotores, além de detectar suas habilidades em diferentes testes físicos.

## Metodologia

• O tipo de procedimento adotado para a consecução dos objetivos da pesquisa podem ser definidos como descritivos, conforme Gil (1994), pois colhem da realidade os dados sem interferir nesta realidade.

## Amostra

• Os sujeitos da amostra foram cento e doze (n=112) universitários das turmas de Voleibol Masculino, matriculados nos anos de 1997 e 1998, nesta disciplina na Universidade Federal de Santa Catarina.

## Testes

• Os testes realizados durante o tempo mencionado foram os seguintes: tomada das dobras cutâneas subescapular; abdominal, suprailíaca e tricipital, além da estatura e peso corporal; a avaliação da condição aeróbica foi estimada realizando-se o teste de doze minutos, ou teste de Cooper; os testes de habilidades físicos foram os seguintes: teste de sentar e alcançar (flexibilidade); teste de impulsão vertical e horizontal; teste de flexão e extensão do braço (apoio); teste da força abdominal (1min, deitar e levantar). Após a realização dos testes, em dois dias, e o fornecimento dos resultados, foi feita a pergunta sobre o nível de satisfação em realizar e saberem dos resultados dos testes realizados, tendo a questão quatro níveis: nada satisfeito, pouco satisfeito, satisfeito e muito satisfeito;

## Resultados e Discussão

	<i>Média</i>	<i>Máx.</i>	<i>Min.</i>
<i>Idade (anos)</i>	20,38	28	17
<i>Estatura (m)</i>	1,78	2,00	1,65
<i>Peso (Kg)</i>	71,01	101,18	55,0

Quanto as Dobras Cutâneas:

	<i>Média</i>
<i>Tricipital</i>	9,76
<i>Subescapular</i>	10,39
<i>Supraílica</i>	11,61
<i>Abdominal</i>	15,95

Quanto as Destrezas Motoras:

	<i>Média</i>
<i>Flexibilidade (cm)</i>	30,79
<i>Flexão de braço (repetições)</i>	25,05
<i>Abdominal (repetições)</i>	40,87
<i>Impulsão vertical (cm)</i>	54,2
<i>Impulsão horizontal (cm)</i>	239,37
<i>Teste de coper (m)</i>	2473,29

Quanto a grau de Satisfação:

	<i>Sujeitos</i>	<i>%</i>
<i>Nada satisfeito</i>	0	0
<i>Pouco satisfeitos</i>	8	7,1
<i>Satisfeitos</i>	41	42,5
<i>Muito satisfeitos</i>	63	50,4

## Conclusões

- Tendo como referencial os objetivos e os resultados obtidos através dos diferentes testes pode-se apontar algumas conclusões referentes ao desempenho dos universitários. Muitas das medidas é condizente com a população universitária brasileira, tanto referente ao peso corporal ou estatura;
- As dobras apresentaram valores dentro da normalidade, contudo existem sujeitos com uma exagerada percentagem de tecido adiposo, muito em consequência da pouca atividade e da má ou exagerada alimentação;
- Os testes motores apresentaram índices médios de normalidade, destacando-se o teste de flexibilidade, flexão e extensão do braço (apoio) além do Cooper como os pontos fracos de muitos universitários, sugerindo a pouca prática destas atividades ou mesmo a sua ausência, além das aulas.
- Pelos resultados apresentados, o índice de satisfação dos universitários pode ser considerado elevado, pois a grande maioria respondeu que sentiu muita satisfação em executar e saber dos resultados dos seus testes, sem maiores sofisticções ou comparações com outras populações.
- A conscientização dos benefícios da atividade física deve ser procurada e divulgados os resultados desta conquista da qualidade de vida para toda a sociedade em geral e em particular no meio universitário, para melhor aproveitar-se os programas de atividade física e melhorar a fruição da nossa vida.

## Referências Bibliográficas

- CASTRO, C. A . A prática da pesquisa. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil, 1978.
- CELAFISC. Testes em ciências do esporte. Victor K. Matsudo, (Ed.) , São Caetano do Sul, 1987.
- FENSTERSEIFER, A. Avaliação da aprendizagem no ensino superior. Florianópolis: Imprensa Universitária, UFSC, 1998.
- GUEDES, D. P. e GUEDES, J. E. R.P. Composição corporal em crianças e adolescentes do Município de Londrina-Pr. Revista APEF, Londrina, vol. X n ° 18, 3-15,1995.
- GUEDES, D. P. e GUEDES, J. E. R.P. Exercício físico na promoção da saúde. Londrina, Pr.: Editora Midiograf, 1995.
- HENERSON, M. E., MORRIS, L. L. e FITZ-GIBBON, C.T. How to measure attitudes. Newbury Park, California: Sage Pub., 1987.
- HOFFMANN, J. Avaliação. Mito & desafio. Porto Alegre: Editora Mediação, 1995.
- KALININE, I e MESSINA, U.J.O. Validação da metodologia de avaliação do arremesso de lance-livre de Messina & Kalinine. In Anais do XI CONBRACE, Florianópolis, SC, 935-940, 1999.
- LIMA, A. de O. Avaliação escolar. Petrópolis: Vozes, 1994.
- LUCKESI, C. Avaliação da aprendizagem escolar. São Paulo: Cortez Editora, 1995.
- MADUREIRA, A . S. Estudo antropométrico, maturacional, da aptidão física e do estilo de vida e atividade física habitual de escolares brasileiros e portugueses de 7 aos 16 anos de ambos os sexos. Tese de Doutorado (Ed. F.) Porto, Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, 1996.
- MARINS, J. C. B. Avaliação & prescrição de atividade física. Rio de Janeiro: Shape, 1998.
- MOSKOTOVA. A . K. Fisiologia. Seleção de talentos e prognóstico das capacidades motoras. Jundiaí, SP: Ápice Editora, 1997.
- NAHAS, M. V. Fundamentos da aptidão física relacionada à saúde. Florianópolis: Editora UFSC, 1989.
- POPHAM, W.J. Manual de avaliação: Regras práticas para o avaliador educacional. Petrópolis:Vozes, 1977.
- SOBRAL, F. O adolescente atleta. Lisboa: Livros Horizonte, 1988.
- WEINEK, J Treinamento ideal. São Paulo: Editora Manole, 1999.