



## Pró-reitoria de Pesquisa e Extensão

---

|                                  |                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nome do projeto                  | PERFIL DE APTIDÃO FÍSICA, INDICADORES DE SAÚDE E VARIÁVEIS PSICOCOMPORTAMENTAIS DE DISCENTES DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - EDFP601N223                                                                            |
| Tipo de projeto                  | Pesquisa                                                                                                                                                                                                          |
| Area em que se enquadra          | Prevenção à Saúde                                                                                                                                                                                                 |
| Objetivos do projeto             | <b>Objetivos do Projeto</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Comparar indicadores básicos de saúde, aptidão física e variáveis psicocomportamentais entre discentes do curso de Educação Física.</li></ul> |
| Cursos participantes             | EDUCAÇÃO FÍSICA                                                                                                                                                                                                   |
| Disciplina(s) envolvida(s)       | MEDIDA E AVALIAÇÃO E EDUCAÇÃO FÍSICA                                                                                                                                                                              |
| Nome do responsável pelo projeto | WELLINGTON FERNANDO DA SILVA                                                                                                                                                                                      |
| Dia de início                    | 04/03/2026                                                                                                                                                                                                        |
| Dia de término                   | 03/06/2026                                                                                                                                                                                                        |

---

### INTRODUÇÃO

As atividades de Pesquisa e Iniciação Científica desempenham um papel essencial no processo de formação no ensino superior do acadêmico do curso de EDUCAÇÃO FÍSICA, promovendo o desenvolvimento crítico, reflexivo e inovador dos estudantes. Por meio da pesquisa, o aluno é incentivado a aprofundar seus conhecimentos, explorar soluções criativas e integrar teoria e prática, características fundamentais para a formação de profissionais capazes de enfrentar os desafios contemporâneos.

Nesse contexto, o presente projeto procura destacar não apenas a relevância científica do tema, mas também seu potencial como ferramenta pedagógica para o aprendizado ativo. A pesquisa permite que os estudantes não sejam meros receptores de informações, mas protagonistas na construção do conhecimento, exercitando competências como análise crítica, autonomia e comunicação científica.

A realização deste projeto está fundamentada na premissa de que a pesquisa acadêmica é uma atividade indispensável para consolidar a formação superior, ao oferecer aos discentes oportunidades de vivenciar a produção de conhecimento de maneira prática e aplicada. Por meio da investigação, espera-se não apenas contribuir para a

compreensão e o avanço do tema estudado, mas também reforçar o papel da pesquisa como um dos pilares do processo de aprendizagem no ensino superior.

### JUSTIFICATIVA

As atividades de Iniciação Científica no ensino superior são fundamentais para consolidar a formação acadêmica, pois proporcionam um ambiente que estimula a curiosidade científica, a criatividade e a busca por soluções para questões complexas. A pesquisa permite que os estudantes explorem novos horizontes de conhecimento, ampliando sua compreensão sobre as diferentes áreas de estudo e conectando-as às demandas da sociedade.

Além de fomentar a construção de saberes, a pesquisa contribui diretamente para a formação de um pensamento inovador, preparando os alunos para lidar com cenários desafiadores e em constante transformação.

Nesse contexto, este projeto se desenvolverá na área de Prevenção à Saúde, onde se torna ferramenta indispensável para a qualificação profissional e o desenvolvimento de competências que ultrapassam o âmbito técnico, envolvendo também a ética, a colaboração e a responsabilidade social.

Dessa forma, justifica-se a relevância deste trabalho, não apenas pelo tema a ser abordado, mas também pela sua contribuição para a formação integral dos estudantes.

### METODOLOGIA

A metodologia desempenha um papel essencial em qualquer projeto de pesquisa, pois é por meio dela que se define o caminho a ser seguido para alcançar os objetivos propostos. Ela garante a organização e o rigor necessários para a condução das etapas do estudo, permitindo que os resultados obtidos sejam confiáveis, relevantes e fundamentados.

Além disso, a metodologia proporciona transparência ao processo de pesquisa, permitindo que outros pesquisadores compreendam e eventualmente repliquem as etapas do estudo, contribuindo para a validação científica dos resultados. Assim, ela não apenas orienta a execução do projeto, mas também reforça a credibilidade e o impacto do conhecimento produzido.

Este projeto visa em síntese atingir como público alvo EDP601N223 servindo como um guia que conecta os objetivos propostos às conclusões alcançadas tendo como proposta de atividade um(a) Pesquisa, assegurando que o trabalho seja realizado de forma sistemática, ética e fundamentada, fortalecendo sua relevância acadêmica e prática.

Este projeto de Iniciação Científica visa trazer como produto final: Artigo científico. O resultado final de um projeto de pesquisa é uma das etapas mais importantes, pois representa a concretização de todo o esforço, dedicação e recursos investidos ao longo do processo. Ele é o produto que traduz as hipóteses testadas, os dados analisados e as conclusões alcançadas, permitindo que o conhecimento gerado seja compartilhado, avaliado e aplicado.

### ATIVIDADES

#### ATIVIDADES PREVISTAS

Atividade: PERFIL DE APTIDÃO FÍSICA, INDICADORES DE SAÚDE E VARIÁVEIS PSICOCOMPORTAMENTAIS DE DISCENTES

Data: 04/03/2026

Local: ACADEMIA

Início: 12:00:00h

Horas certificadas: 5

Cursos autorizados: EDUCAÇÃO FÍSICA

---

Atividade: PERFIL DE APTIDÃO FÍSICA, INDICADORES DE SAÚDE E VARIÁVEIS PSICOCOMPORTAMENTAIS DE DISCENTES - ANAMNESE - PAR-Q

Data: 11/03/2026

Local: Campus 3

Início: 12:00:00h

Horas certificadas: 5

Cursos autorizados: EDUCAÇÃO FÍSICA

---

Atividade: COLETA DE DADOS

Data: 04/03/2026

Local: Campus 3

Início: 12:00:00h

Horas certificadas: 5

Cursos autorizados: EDUCAÇÃO FÍSICA

---

## RESULTADOS

A avaliação de um projeto acadêmico não deve se limitar apenas à sua execução, mas também à análise dos resultados e impactos gerados. Para isso, o uso de indicadores é essencial, pois permite medir, de forma objetiva e sistemática, o sucesso das ações desenvolvidas.

Os indicadores possibilitam a identificação de avanços, a verificação do cumprimento dos objetivos estabelecidos e a tomada de decisões baseadas em dados concretos. Além disso, contribuem para o aperfeiçoamento de futuras iniciativas, garantindo que as práticas acadêmicas sejam cada vez mais eficazes e alinhadas às necessidades da sociedade.

Dessa forma, nossa instituição busca utilizar indicadores para monitorar e avaliar um projeto acadêmico, tornando possível quantificar impactos, comprovar a relevância das atividades desenvolvidas e propor melhorias contínuas, fortalecendo a qualidade da formação acadêmica e a conexão entre ensino, pesquisa e extensão.

O projeto “Perfil de Aptidão Física, Indicadores de Saúde e Variáveis Psicocomportamentais de Discentes do Curso de Educação Física – EDP601N223” teve como objetivo central comparar indicadores básicos de saúde, aptidão física e variáveis psicocomportamentais entre discentes do curso de Educação Física, proporcionando uma análise integrada das condições físicas, funcionais e comportamentais dos participantes. Ao longo de sua execução, foram realizadas atividades de avaliação e levantamento de dados relacionadas a aspectos como composição corporal, aptidão física, indicadores de saúde e dimensões psicocomportamentais, permitindo a construção de um panorama inicial do perfil dos estudantes envolvidos. A partir dessas ações, o projeto possibilitou não apenas a produção de informações relevantes para fins acadêmicos e científicos, mas também a ampliação da compreensão sobre a importância da avaliação física e do monitoramento de fatores associados à saúde e ao comportamento no contexto da formação em Educação Física. A participação da comunidade acadêmica foi um dos principais pontos de fortalecimento do projeto, envolvendo estudantes do curso de Educação Física em diferentes etapas do processo, desde a sensibilização para participação até a vivência prática das avaliações e a reflexão sobre os resultados obtidos. Essa inserção favoreceu a articulação entre teoria e prática, estimulando o desenvolvimento do olhar crítico e científico dos discentes e ampliando a compreensão sobre o uso de instrumentos de avaliação na prática profissional. Além disso, o projeto contribuiu para aproximar ensino, pesquisa e extensão, promovendo a circulação de conhecimentos dentro da instituição e incentivando a valorização de ações voltadas à saúde, à aptidão física e ao acompanhamento integral do estudante universitário. Dessa forma, a iniciativa consolidou-se como uma experiência relevante para a formação acadêmica e para o fortalecimento da participação da comunidade universitária em ações de caráter investigativo e educativo.



