



ATIVIDADE FÍSICA DOS ESTUDANTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE MONTES CLAROS

Autor(es): Ernane Gomes Barbosa

Objetivo: Este artigo tem o objetivo apresentar as características do educador físico no meio escolar no desenvolvimento dos estudantes. **Metodologia:** Pretende-se analisar no decorrer de um semestre os benefícios dos exercícios físicos no condicionamento dos alunos, foram coletados dados de alunos do nível fundamental entre 7 e 14 anos e alunos do ensino médio entre 15 e 18 anos. **Resultado:** A atividade física no ensino fundamental tem-se uma maior disponibilidade devido a condições externas, normalmente os estudantes nessa faixa etária não tem tanta ocupação diária que impeça a prática de algum exercício, no nível médio se percebe um maior número de estudantes empregados que como consequência se torna mais indisponíveis a uma regularidade maior em exercícios físicos, obteve-se resultados tanto aspectos sociais, cognitivos e fisiológico a partir das atividades propostas, ocorreu-se uma interação social entre os estudantes a partir de atividades em grupo, na área cognitiva temos uma maior concentração e um controle da ansiedade, em relação a área fisiológica tem-se resultados como o desenvolvimento dos sistemas cardiopulmonar e musculoesquelético. **Conclusão:** Em geral, se percebe uma melhor saúde física e mental dos adolescentes após a prática regular dos exercícios praticados.