Recebido em: 28/02/2009 Emitido parece em: 17/03/2009 Artigo original

HÁBITOS DE VIDA DE ESTUDANTES DE UMA ESCOLA DA REDE ESTADUAL DA PERIFERIA DE CAXIAS DO SUL/RS

Joice Adriana Fonseca, Daniel Zacaron, Valdeci Foza.

RESUMO

O objetivo deste estudo foi analisar os hábitos de vida de estudantes de uma Escola da Rede Estadual da Periferia de Caxias do Sul/RS. O estudo foi composto por 209 sujeitos (108 meninas e 101 meninos), com idades entre 06 e 16 anos. O instrumento utilizado foi o Questionário de Hábitos de Vida (TORRES, 1998). Os resultados mostraram que o horário de acordar da maioria das crianças fica entre 6 e 7 horas, sendo que o índice nos meninos foi de 43% e nas meninas de 49%. O horário de dormir, para a maioria das crianças fica entre 22 e 23 horas, sendo que, para os meninos esse percentual é de 37%, e entre as meninas o índice é bem próximo, 35%. Em se tratando das atividades mais praticadas dentro e fora do contexto familiar, o item conversar/brincar com amigos prevaleceu para 73% dos meninos e ver TV ficando como segunda opção com 70% dos entrevistados. Ver TV prevaleceu para 75% das meninas, ficando como segunda opção escutar música (68%) e conversar/brincar com amigos (66%) em terceiro. Nas questões de participação sócio-cultural, investigando os materiais esportivos que as crianças possuem, a bola de futebol é o material que prevaleceu para 27% das casas habitadas pelos meninos e a bicicleta em segundo lugar com 24%. Para as meninas o índice foi de 23% para a bicicleta e em segundo lugar a bola de voleibol e futebol com 18%. Os locais preferidos para as práticas esportivas são: em primeiro lugar a rua para ambos os sexos, com 29% para os meninos e 30% para as meninas e em segundo lugar o pátio de casa com 24% para os meninos e 26% para as meninas. Na questão da participação sócio-cultural a atividade religiosa implica 37% dos envolvidos no estudo, sendo a participações em centros tradições gaúchas, o segundo. Concluiu-se que os escolares possuem os seguintes hábitos: dormir aproximadamente 8 horas; conversar e brincar com os amigos; ver TV e escutar música, auxiliar nas tarefas caseiras, participar de grupos religiosos e centros tradições gaúchas, e desejam ter bolas de futebol/voleibol e bicicletas.

Palavras chave: Hábito de vida, escolares e periferia.

ABSTRACT

The objective of this study was analyze the life habits of students' of a School of the State Net of the Periphery of Caxias do Sul/RS. The study was composed by 209 subjects (108 girls and 101 boys), with ages between 06 and 16 years. The instrument used was the Questionnaire of Habits of Life (TORRES, 1998). The results showed that the schedule of waking up of most of the children is between 6 and 7 hours, and the index in the boys was of 43% and in the girls of 49%. The schedule of sleeping, for most of the children is between 22 and 23 hours, and, for the boys that percentile one is of 37%, and enter the girls the index it is very close, 35%. In if being about the activities more practiced inside and out of the family context, the item talk/play with friends prevailed for 73% of the boys and to see TV being as second option with 70% of the interviewees. To see TV prevailed for 75% of the girls, being as second option to listen music (68%) and talk/play with friends (66%) in third. In the subjects of partner-cultural participation, investigating the sporting materials that the children possess, the soccer ball is the material that prevailed for 27% of the houses inhabited by the boys and the bicycle in second place with 24%. For girls the index was of 23% for the bicycle and in second place the volleyball and soccer with 18%. The places preferred for the sporting practices are: in first place the street for both sexes, with 29% for the boys and 30% for the girls and in second place the house with 24% for the boys and 26% for the girls. In the subject of the partner-cultural participation the religious activity implies 37% of the involved in the study, being the participations in centers traditional, the second. It was ended that the scholars possess the following habits: to sleep approximately 8 hours; to talk and to play with the friends; to see TV and to listen music, to aid in the homemade tasks, to participate in religious groups and centers traditional, and they want to have soccer/ volleyball balls and bicycles.

Key words: Habits of life, physical activity, free time.

INTRODUÇÃO

Conforme cita Ferreira Neto (2007), poucos são os estudos existentes sobre qualidade de vida de crianças e jovens que enfoque principalmente ouvi-las sobre os seus Cotidianos e perceber as expectativas e as motivações que acompanham. As mudanças sociais fazem-se seguir também por mudanças nas culturas de infância e mais individualmente no enfraquecimento cultural do lazer.

Da mesma forma segundo Awad (2006), relata que qualidade de vida é o nome utilizado para examinar as características de vida do homem em relação ao local que o cerca. Pode ser assinalada pelo conjunto de ações que o indivíduo exerce ativamente em benefício próprio, e para com o ambiente, na busca de manutenção de hábitos saudáveis. Isso implica desde a qualidade das necessidades básicas do indivíduo (condições de moradia, qualidade da alimentação, saúde, trabalho, educação, lazer, descanso, etc), até rotinas como ventilar o ambiente domiciliar, sentar corretamente, evitar sobrecargas de peso, exercitar-se regularmente, alimentar-se adequadamente, conservar um estado de saúde psicológico e social.

Um dos fatores relacionados à qualidade de vida é a prática de atividades físicas regulares. Conforme Oliveira, Marani, Omori (2005) a prática da atividade física relacionada à saúde e à qualidade de vida está sendo muito abordada pela mídia, mostrando a relação que um estilo de vida sedentário, está relacionado com as doenças crônicas degenerativas. Percebe-se também pelo estilo de vida automatizado e mecanizado em função do avanço tecnológico que o ser humano está cada vez mais deixando de realizar exercícios físicos.

Esta ideia encontra apoio na citação de Carvalho (2007) onde relata que nos dias atuais é esquecido de se pesar as consequências de transtornos levados para o nosso dia a dia. Dentre eles o conceito de sedentarismo é simplesmente “hábitos de vida com um baixo nível de atividade física”. Por mais simplista que possa parecer essa definição, o significado implícito nela é tão altamente relevante, que pesquisadores do mundo todo, desenvolvem anualmente centenas de estudos com o objetivo de qualificar os efeitos do sedentarismo em nossa sociedade Um fator que também influencia nas atividades esportivas dos membros de uma comunidade é a realidade sócio-cultural, onde esses indivíduos estão inseridos.

Muitas são as características de participação sócio-cultural que indicam qualidade de vida, para os pesquisadores Souza e Atmann (1999), existem muitas subversões e enigmas dos professores no tratar das questões de gênero, presentes na cultura escolar, principalmente nas aulas de Educação Física, por abordar os valores e normas culturais que se alteraram lentamente. Recorda ainda, que mesmo entendendo que o ensino escolar é uma alavanca de potencial limitado, para conquista de objetivos, que afetam valores e comportamentos aprofundados, nos delicados grupos sociais, acredita-se que existe a possibilidade de acréscimos de espaços para a construção de relações não diferenciadas, entre homens e mulheres, para a qual a escola pode contribuir.

Neste ponto Connel (1990) apud Sousa e Atmann (1999), mencionam que os corpos através do gênero masculino e feminino expressam as estruturas sociais e admitem a organização social, a política e as normas religiosas e culturais, dessa forma um jeito de ser masculino e um feminino, com maneiras e movimentos corporais socialmente estudados como naturais de cada sexo. Por isso o homem deve ser trabalhado como um todo, principalmente mostrando que existem diferenças a serem respeitadas e reveladas gradualmente. De acordo com Mizukami (1986), a integração do homem como sujeito na sociedade, na cultura, na história, se faz na medida de sua conscientização, a qual implica a desmistificação. O opressor mistifica a realidade, e o oprimido a capta de maneira mística e não crítica. Daí a necessidade do trabalho humanizante, ser inicialmente, um trabalho de desmistificação, consistindo a conscientização em um processo de tomada de consciência crítica, de uma realidade que se desvela progressivamente. Os mitos ajudam a manter a realidade da estrutura dominante.

Por isso Ferreira Neto (2007) reforça que a cultura de rua, é essencial no processo de desenvolvimento da criança, especificamente em experiências do jogo informal, e determinante nas aquisições motoras, perceptivas e sociais. Segundo Ferreira (2007), o brincar é um direito assegurado na Constituição Federal do Brasil. É uma necessidade para as crianças, pois é fundamental para o seu desenvolvimento psicomotor, efetivo e cognitivo, sendo uma ferramenta para a construção do seu caráter.

Desta forma fica claro a necessidade de conhecer os atuais hábitos de vida de crianças/adolescentes, com o foco em observar se tais características necessárias para um

desenvolvimento ideal se encontram presente. Assim, o presente estudo teve por objetivo analisar os hábitos de vida de estudantes de uma Escola da Rede Estadual da Periferia de Caxias do Sul/RS.

METODOLOGIA

Fizeram parte do estudo 209 alunos entre 06 e 16 anos de ambos os gêneros da Rede Estadual, residentes na região Nordeste do Rio Grande Do Sul, no ano de 2007.

Para a coleta de dados referentes aos hábitos de vida diária dos alunos, utilizou-se um questionário adaptado por Torres (1998) composto por 14 questões fechadas, agrupadas em quatro categorias: indicadores para a caracterização sócio-econômica, organização do cotidiano, participação sócio-cultural e participação em prática esportiva. Sendo que para alunos de 06 a 09 anos o questionário foi levado para casa onde os pais auxiliaram nas respostas do mesmo e devolvê-lo para a Escola preenchido e assinado. Os alunos com idade de 10 a 16 anos responderam em sala de aula com horário e dia pré-estabelecido.

Para a análise dos dados foi escolhida estatística descritiva.

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Segundo Leitão (2007), o estudo divulgado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) confirmou a forte relação entre grau de escolaridade, rendimento e despesas. Com base nos dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares dos anos de 2002 e 2003, o levantamento mostrou que as famílias nas quais a pessoa de referência (principal responsável pelas despesas da casa) tem 11 anos ou mais de estudo ganha, em média, cinco vezes mais do que as famílias cuja pessoa de referência tem menos de um ano de estudo.

Quanto a escolaridade dos pais dos meninos se percebe um pequeno número que possuem nível universitário completo, o que se justifica dada à faixa sócio-econômica onde as famílias pesquisadas se enquadram. Quanto aos pais das meninas, os mesmos apresentaram o dobro de sujeitos com o nível universitário completo.

Segundo Pastore e Valle Silva, citado por Praxedes e Praxedes (2008), em uma escola democrática, as duas variáveis (escolaridade dos pais e escolaridade dos filhos) não devem apresentar correlação, uma vez que por mais desiguais que sejam as crianças, do ponto de vista de sua origem social, cultural e econômica, a educação escolar conseguiria neutralizar as diferenças iniciais dando uma formação adequada para os educandos.

Outro item investigado na pesquisa foi a disponibilidade de bens, principalmente recursos materiais de que os indivíduos investigados dispõem. Conforme Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD), citados por Martins e Sânzio (s.d.), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a ascensão de famílias a uma melhor condição de vida já era indicada antes do crescimento superior a 5% da economia em 2007. Na pesquisa investigou-se os itens disponíveis no interior das residências. Entre os itens considerados estão: TV, vídeo/DVD, rádio, carro, aspirador de pó, banheiro, empregada e máquina de lavar.

Nota-se um equilíbrio significativo entre meninos e meninas, com uma pequena tendência em favor dos meninos, que em geral possuem mais acesso a esses recursos. Os itens mais encontrados neste estudo foram: televisão, rádio, vídeo/DVD em se tratando de eletrodomésticos.

Segundo pesquisa divulgada pelo IBGE/PNAD (1993/1996) citado por Praxedes e Praxedes (2008) houve aumento significativo de bens eletrodomésticos nos domicílios brasileiros. Mais de 4,5 milhões de domicílios passaram a ter geladeiras. Produtos que antes eram consumidos somente pelas classes média e alta hoje estão acessíveis às camadas inferiores. O número de residências que possuíam geladeira passou de 71,7% para 78,2% depois do Plano Real e o número de residências com freezer passou de 12,9% para 18% no mesmo período.

Na Tabela 01 estão apresentados os horários que as crianças deste estudo acordam pela manhã.

Tabela 01: Horário de acordar e seus respectivos percentuais para cada gênero.

Gênero	Total Masculino	Percentual	Total Feminino	Percentual
Antes das 6 horas	14	14%	5	5%
Entre 6 e 7 horas	44	43%	54	49%
Entre 7 e 8 horas	14	14%	15	14%
Entre 8 e 9 horas	12	12%	16	15%
Depois das 9 horas	17	17%	18	17%
Soma Total	101	100%	108	100%

Pode-se observar na Tabela 01 que o horário de acordar da maioria das crianças fica entre 6 e 7 horas, sendo que os índices entre meninos ficou em 43% e meninas 49%, ficando uma margem bem próxima. Estes dados se assemelham com Soares et al (2007) em sua pesquisa realizada em Joinvile – SC, que também observou que grande parte dos alunos tem o hábito de acordar antes das 7 horas, provavelmente vão para a escola pela manhã.

Para responder a outro objetivo específico averiguou-se os horários que as crianças vão dormir à noite (Tabela 02). A esse respeito Varella (2008) cita que trabalhos experimentais demonstram que o sono nos mamíferos é essencial para o combate eficaz às infecções, para que o cérebro processe informações, armazene memórias e elabore estratégias essenciais à sobrevivência da espécie. As pessoas que não dormem o suficiente sentem falta de energia para as tarefas diárias, ficam deprimidas ou irritadiças, queixam-se de dificuldade de concentração, apresentam maior frequência de doenças infecciosas, acidentes automobilísticos e envelhecem mais rapidamente.

Tabela 02. Horário de dormir e seus respectivos percentuais para cada gênero.

Gênero	Total Masculino	Percentual	Total Feminino	Percentual
Antes das 21 horas	09	9%	8	7%
Entre 21 e 22 horas	31	31%	39	36%
Entre 22 e 23 horas	37	37%	38	35%
Entre 23 e 24 horas	14	14%	17	16%
Depois das 24 horas	9	9%	6	6%
Soma Total	100	100%	108	100%

Com base na Tabela 02 observamos meninos (37%) e meninas (35%) dormem entre 22 e 23 horas. Em segundo lugar dormindo entre 21 e 22 horas 31% para os meninos e 36% para as meninas. Os dados deste estudo se assemelham com os obtidos por Machado (2007) onde 64% dormem entre 21 e 22 horas para os meninos e 38,89% para as meninas e em segundo lugar dormindo entre 22 e 23 horas 16% para os meninos e 30,56% para as meninas.

A figura 3 apresenta os itens disponíveis na residência ressaltando as atividades realizadas pelos meninos no interior da mesma.

Tabela 03. Atividades realizadas pelos meninos no interior da residência.

Gênero	Nunca	Poucas Vezes	Muitas Vezes
Ver TV	**2%**	**28%**	**70%**
Jogar vídeo game	**25%**	**45%**	**30%**
Leituras de lazer	**28%**	**58%**	**14%**
Escutar música	**5%**	**41%**	**54%**
Conversar/brincar com amigos	**4%**	**23%**	**73%**
Ajudar nas tarefas domésticas	**19%**	**38%**	**43%**
Cuidar de crianças que moram na mesma casa	**48%**	**25%**	**27%**
Estudar	**6%**	**58%**	**36%**

Na tabela 03 analisou-se que o item Conversar/brincar com amigos prevaleceu em 73% dos entrevistados, e ver TV ficou como segunda opção, com 70% dos entrevistados para os meninos. Cuidar de crianças que moram na mesma casa ficou como atividade de maior percentual (48%) que os meninos nunca realizam em casa. Os dados obtidos por Machado (2007) são semelhantes aos obtidos nesse estudo. Referente ao passatempo e ao social das crianças, como, por exemplo, Conversar/brincar com amigos, Ver TV. Na Tabela 04 estão as atividades realizadas pelas meninas no interior da residência.

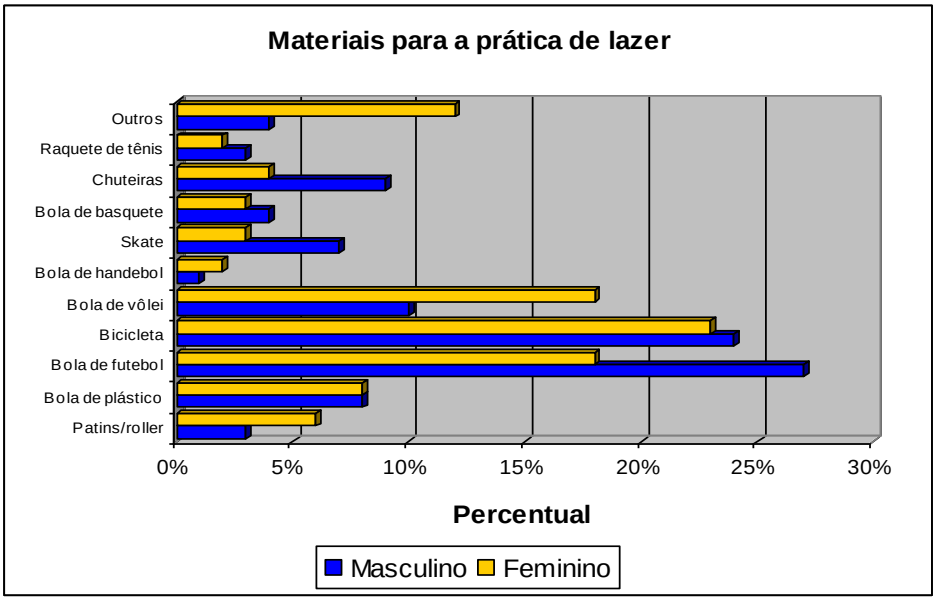
Tabela 04. Atividades realizadas pelas meninas no interior da residência (valores percentuais).

Gênero	Nunca	Poucas Vezes	Muitas Vezes
Ver TV	**1%**	**24%**	**75%**
Jogar vídeo game	**44%**	**41%**	**15%**
Leituras de lazer	**16%**	**68%**	**16%**
Escutar música	**3%**	**29%**	**68%**
Conversar/brincar com amigos	**1%**	**33%**	**66%**
Ajudar nas tarefas domésticas	**5%**	**33%**	**62%**
Cuidar de crianças que moram na mesma casa	**39%**	**25%**	**36%**
Estudar	**2%**	**45%**	**53%**

Observa-se na tabela 04 que o item ver TV prevaleceu em 75% dos sujeitos, sendo que escutar música ficou na segunda opção com 68% e Conversar/brincar com amigos com 66%. Os dados obtidos por Soares et al (2007) em sua pesquisa realizada em Joinvile – SC se assemelham com esta pesquisa Referente às atividades mais realizadas como: ver TV com 61,22 % e escutar música com 60,89%.

A Figura 01 apresenta os materiais e o percentual do mesmo, que as crianças/adolescentes utilizam para a prática de lazer em suas casas.

Figura 01. Materiais utilizados e percentuais dos mesmos na prática de lazer em suas casas.



Em relação aos materiais esportivos que crianças possuem, a bola de futebol é o material que prevaleceu em 27% das residências dos meninos, ficando a bicicleta em segundo lugar com 24%. Para as meninas 23% possui a bicicleta e em segundo lugar bola de voleibol e futebol com 18%. Como se pode observar na figura 01, os materiais mais utilizados para a prática de lazer entre os meninos, são a bola de futebol (27%) e a bicicleta (24%). Já nas meninas os mais utilizados são a bicicleta (23%) e as bolas de futebol e voleibol (18%).

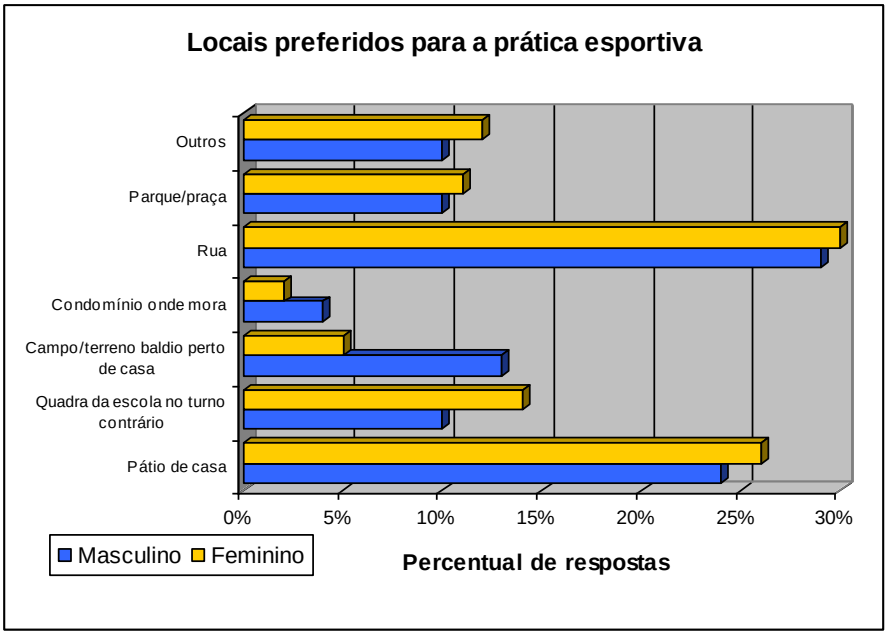
Os dados obtidos por Machado (2007) se assemelham com esta pesquisa. Referentes aos materiais esportivos que as crianças possuem em maior quantidade em casa os resultados obtidos pela autora foram: bolas de plástico com 75% para homens e 32,47% para as mulheres, bola de futebol com 22,50% para homens e 11,69% para mulheres, bola de vôlei com 8,75% para homens e 10,39% para mulheres e também a bicicleta com 26,25% para os homens e 31,17% para as mulheres. Os dados encontrados no presente estudo quanto a esta categoria são semelhantes aos encontrados por Machado (2007), onde obteve os itens bola e bicicleta com a maior percentagem entre os materiais utilizados na amostra investigada pela autora.

Cabe salientar que o fator existirem e/ou terem os materiais que podem ser utilizados não agregam valores que diz respeito ao compartilhar das atividades junto dos familiares, onde segundo Machado (2008) compartilhamento dos materiais entre familiares em atividades de lazer, agregam um valor emocional e sentimental de forma muito maior que apenas presenciar a criança o material.

Dowbor citado por Marins (2008) afirma que as crianças podem redescobrir a bicicleta, sem que seja necessário construir ciclovias nem parques de diversões. As crianças voltam a brincar na rua. Os idosos passam a exigir o banquinho da calçada, aparece a rede de vôlei que atravessa a rua. A mãe "descobre que não precisa ficar com a criança o tempo todo".

A Figura 02 apresenta os locais preferidos para a prática esportiva das crianças envolvidas nesse estudo. Em relação aos locais preferidos para a prática esportiva a rua foi o local preferido para ambos os sexos com 29% para os meninos e 30% para as meninas e em segundo lugar o pátio de casa com 24% para os meninos e 26% para as meninas. Relacionando esses dados com os apresentados na Figura 06, pode-se inferir que esses fatos se comprovam quando os itens conversar/brincar com amigos e ver TV ficando como segunda opção para os meninos pela procura por locais utilizados para a prática esportiva e o vínculo de amizade ser reforçado. Analisamos que o item ver TV e escutar música ficando como segunda opção. E conversar/brincar com amigos resultado esse, para as meninas, dessa forma as mesmas apresentam tendência ao ambiente mais caseiro e os meninos têm acesso a outros lugares para realizarem atividades esportivas.

FIGURA 02. Locais utilizados para as práticas esportivas.



Os dados obtidos por Cardoso e Gaya (1997) se assemelham com esta pesquisa no que se refere aos locais utilizados para a prática esportiva. No trabalho dos autores encontraram o pátio de casa com 52,9% para as meninas e 30,0% para os meninos e rua com 45,2 % para as meninas e 32,7 % para os meninos os locais que mais aparecem, sendo que campo/terreno baldio e cancha da escola no turno contrário ao das aulas para o público masculino também foram citados.

Além de investigar os locais utilizados para a prática esportiva, outro objetivo foi identificar a participação em atividades extra-curriculares das crianças envolvidas nesse estudo. Segundo Sartori (2008), a situação educacional de Caxias do Sul está assim resumida: 87 escolas municipais, 54 estaduais e 20 particulares. O analfabetismo representa 3,6% da população do município. A educação é o segundo maior orçamento do município, representando 25,32% do total.

Na questão da participação sócio-cultural a atividade religiosa implica 37% dos envolvidos no estudo e em segundo lugar outras atividades com 29%. Os dados obtidos por Hädrich (2005) na cidade de Rio Grande – RS não se assemelham com essa pesquisa. Referentes a participação em atividades extra-curricular realizadas na Escola prevalece com 35,7%, Clube com 9,6% e grupo musical com 8,4% para os meninos. E 37,3% com atividades extracurriculares realizadas na Escola, 15,7% com atividades religiosas e 8,2% com dança.

Segundo Mincato, citado por Grazziotin (2008), em um plano mais amplo, pode-se dizer que a base de influencia da Igreja Católica na sociedade caxiense é a própria cultura, devido ao caráter essencialmente sacral da cultura. Afinal, a sociedade caxiense foi em parte fundada pela Igreja Católica. Não obstante o atual pluralismo cultural da sociedade de Caxias do Sul foi a religião católica, no inicio do processo de colonização, que definiu as valores morais e os conteúdos culturais no município, que permanecem até hoje e moldam a sua identidade, apesar das inegáveis mudanças nos campos econômicos, políticos, sociais e culturais da sua historia.

CONCLUSÃO

O presente estudo permitiu concluir que os escolares possuem os seguintes hábitos de vida como principais:

- Dormir aproximadamente 8 horas;
- Conversar e brincar com os amigos;
- Ver TV e escutar música;
- Auxiliar nas tarefas caseiras;
- Participar de grupos religiosos e centros tradições gaúchas; e
- Desejam em ter bolas de futebol/voleibol e bicicletas.

REFERÊNCIAS

AWAD, H.Z.A.. **Brinque, jogue, cante e encante com a recreação**. 2ª ed. Jundiaí, SP: Fontoura, 2006.

CARDOSO L. T. e GAYA A. **Habitos de vida de alunos de uma escola da rede municipal de ensino de Porto Alegre**. Revista Perfil, n. 1, p.24-37.1997.

CARVALHO, M.S. **O Sedentarismo durante as aulas de educação física escolar**. Movere/São Paulo, 26 fev. 2007. Disponível em: <http://www.movere.com.br>. Acesso em: 11 set. 2007.

FERREIRA, H.S. **Brincar na educação física com qualidade...de vida**!**.** Disponível em: <http://www.cdof.Br/recrea16.htm>. Acesso em: 16 mar. 2007.

FERREIRA NETO, C. **O jogo e tempo livre nas rotinas de vida quotidianas de crianças e jovens.** Disponível em: <http://www.fmh.utl.pt/amotricidade/dm/textoscn/ojogoetmpolivre.pdf>. Acesso em: 11 set. 2007.

GOMES, A. P.; CAMARGO, J.S. **A contribuição da educação física frente a comportamentos agressivos: os jogos e a educação pré-escolar.** Set**.** 2001, Maringá. Anais do I Seminário Internacional de educação (Granorte/PR), p.89-92.

GRAZZIOTIN, R.P. **A Igreja católica na formação política de Caxias do Sul de 1964-1985.** Disponível em: <http://www..diocesedecaxias.org.br/artigo_detalhes.php?cód_artigo=49>. Acesso em: 31 mai. 2008.

HÄDRICH, W.R. **Hábitos de Vida, Aptidão Física Relacionada à Saúde**: um estudo de escolares do ensino médio. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Programa de Pós-graduação em Enfermagem, Fundação Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande, 2005. 161 f.

LEITÃO, T. **Estudo do IBGE confirma relação entre escolaridade e capacidade de gasto do brasileiro.** Agência Brasil. Disponível em <http: //www.Agenciabrasil.gov.br/notivias/2007/08/29/matéria. 2007-08-29.8132677838/view.com.br>. Acesso em: 21abr. 2008.

MACHADO, F. R. **Mesada** – Uma ferramenta para a educação financeira de seu filho. Disponível em: http://www.qualidadevida.psc.br/clinica/index.php?option=com_content&task=view&id=30&Itemid=52. Acesso em: 29mai. 2008.

MACHADO, O.R. **Crescimento físico e os hábitos de vida de escolares da rede municipal de Caxias do Sul/RS**. Trabalho de Conclusão de Curso - Graduação de Educação Física – Caxias do Sul. 2007.

MARINS, A. **Projeto corfebol Brasil, esporte holandês seduz brasileiros**. Disponível em: http://listas.cev.org.br/arquivos/html/cevteses/2003- 09/msg00013.html . Acesso em: 31 mai. 2008

MARTINS, J.; SÂNZIO, R. **Mais 7,4 mi no batalhão do consumo.** Jornal Hoje em Dia (s.d.) Disponível em <http: //www.hojeemdia.com.br>. Acesso em: 21abr. 2008.

MIZUKAMI, M.G.N. **As abordagens do processo**. São Paulo: EPU, 1986.

OLIVEIRA, A.R.; MARANI. F.; OMORI, M. K. **A atividade física em adolescentes de diferentes níveis sócio-econômicos.** Revista de Educação Física/UEM/ Maringá, v.16, n.1,p.67-71.set. 2005.

PRAXEDES, R. R., PRAXEDES, W. **A favor das cotas para os negros**. Disponível em: < http:// www.ipp-uerj.net/plped/documentos/ppcor/0111.pdf >. Acesso em 26 abr. 2008.

SARTORI, J.I. **Caxias do Sul, o bom produto**! Secretaria de desenvolvimento econômico > opção por Caxias. Disponível em: <http: //www.caxias.rs.gov.br/sde/perfil_caxias.php4>. Acesso em: 31 mai. 2008.

SOARES, K. N.; KROEFF, M. S.; OELKE, S. A. **Perfil de desenvolvimento e hábitos de vida de crianças de 10 a 12 anos da rede municipal de ensino de Joinville – SC.** http://www.efdeportes.com/ Revista Digital - Buenos Aires - Año 12 - N° 107 – Abril de 2007. Acesso em: 25 abr. 2008. SOUZA, E. S.; ATMANN, H. **Meninos e meninas: Expectativas corporais** e **implicações na educação física escolar**. Ago.1999, Campinas. Caderno CEDES v.19 nº 48.

VARELLA, D. **Privação do sono. Disponível** em: <http://www.drauziovarella.ig.com.Br/artigos/privação_ sono.asp>. Acesso em 26 mai. 2008.

Faculdade da Serra Gaúcha - FSG