

PERCEPÇÃO DOS DISCENTES DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE O APROFUNDAMENTO TEÓRICO NAS AULAS DA DISCIPLINA DE MUSCULAÇÃO E A IMPORTÂNCIA DA MONITORIA EM HORÁRIO EXTRACLASSE.

XXXI Encontro de Iniciação à Docência

Renan Castro Sousa, Carla Bianca Tabosa Oliveira, Cíntia Ehlers Botton, Cintia Ehlers Botton

Introdução: O treinamento da força muscular é hoje recomendado em diferentes diretrizes de exercício físico para prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e o manejo da saúde. Sendo assim, a musculação é uma prática que ganha cada vez mais popularidade, não só nas academias, mas também na divulgação em redes sociais. Diante desse cenário, o profissional de educação física deve ser capaz de realizar programas de treinamento aplicados a variados públicos, além de ser um agente na disseminação de informações adequadas, o que fortalece a necessidade de uma boa formação nesta área temática. **Objetivo:** Identificar qual a percepção dos discentes sobre o aprofundamento teórico nas aulas da disciplina de Musculação, bem como a importância de um horário extra de monitoria como um complemento do conteúdo. **Metodologia:** Foi realizado um estudo transversal com 28 alunos do curso de Educação Física da Universidade Federal do Ceará, que cursaram ou estão cursando a disciplina de Musculação em 2022, por meio de um formulário na plataforma Google, contendo 4 perguntas de múltiplas escolhas, sobre a adequação da carga horária total da disciplina e a importância de um horário de monitoria extraclasse. **Resultados:** 96,5% dos alunos responderam que a carga horária de 32 horas não é suficiente para tratar os assuntos básicos. Além disso, todos os alunos responderam que conseguiram atingir apenas conhecimentos razoáveis e superficiais nesse atual modelo da disciplina; 89,2% apontaram para o horário extra de atendimento dos monitores como uma influência positiva para um melhor aprendizado. **Conclusão:** Na opinião dos discentes a carga horária total da disciplina, conforme o atual currículo, não é suficiente para um maior aprofundamento na área da musculação, mas o horário extra da monitoria pode auxiliar positivamente no aprendizado.

Palavras-chave: Educação Física. Musculação. Monitoria.