

VALMIR MOISES RABEL

MUSCULAÇÃO EM ACADEMIAS:
PROFISSIONAIS OU LEIGOS.

Trabalho monográfico apresentado à disciplina de seminário de Monografia, para obtenção da aprovação no Curso de Licenciatura em Educação Física

CURITIBA
1994

VALMIR MOISES RABEL

MUSCULAÇÃO EM ACADEMIAS:
PROFISSIONAIS OU LEIGOS.

Trabalho monográfico apresentado à disciplina de
seminário de Monografia, para obtenção da apro-
vação no Curso de Licenciatura em Educação Física

FLORESVAL ARMANDO BIANCHI FILHO
ORIENTADOR

"A minha esposa e grande amiga que através de sua paciência e compreensão soube conduzir os vários momentos de meus estudos".

SUMÁRIO

DEDICATÓRIA

RESUMO

V

1	<u>INTRODUÇÃO</u>	01
1.1	PROBLEMA	01
1.2	DELIMITAÇÃO	02
1.2.1	LOCAL	02
1.2.2	UNIVERSO	02
1.2.3	AMOSTRA	02
1.2.4	ÉPOCA	02
1.3	JUSTIFICATIVA	02
1.4	OBJETIVO	03
1.4.1	OBJETIVOS GERAIS	03
1.4.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	03
1.5	HIPÓTESES	03
1.6	PREMISSAS	04
2	<u>REVISÃO DE LITERATURA</u>	05
2.1	CAMINHO DA EDUCAÇÃO FÍSICA	05
2.2	MUDANÇAS NO CURRÍCULO	06
2.3	PROGRAMA DA DISCIPLINA	08
2.4	PROBLEMAS COM O ENSINO	08
2.5	SOCIEDADE X CAPACIDADE	09
2.6	A MUSCULAÇÃO	10
3	<u>METODOLOGIA</u>	12
3.1	MÉTODO DE ABORDAGEM	12
3.2	TÉCNICAS	12
3.3	AMOSTRA	12
3.4	AMOSTRA DEFINITIVA	12
4	<u>ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS</u>	13
	<u>CONCLUSÃO</u>	15

<u>ANEXO: FORMULÁRIO UTILIZADO COM PESSOAS QUE TRABALHAM NAS ACADEMIAS NA CIDADE DE CURITIBA</u>	17
<u>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</u>	19

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo detectar percepções e condições que encontram-se os profissionais que trabalham na área da musculação buscando o grau qualitativo.

Abordou-se as formas de aquisição do conhecimento, e como está sendo a formação nas instituições de ensino superior.

Considerando o total de 45 pessoas que atuam na área de musculação, em quarenta e cinco academias da cidade de Curitiba levantou-se fatores referentes a formação do profissional e as condições que estes, chegaram no mercado para atuar.

Observou-se nas entrevistas fatores que alertam, quanto a: atualização dos conteúdos, das disciplinas de atividades para academias, melhor conscientização da sociedade e proprietários de academias exigindo pessoas com formação superior, a prática dos acadêmicos dentro da área evidenciada.

Outro ponto importante foi a tendência dos usuários de academias em procurar locais que estejam sendo administradas por pessoas que tenham no mínimo, curso superior, para prestar-lhes benefícios ao corpo com mais segurança e tranquilidade.

Sugere-se para melhor indicar os fatores e apontar alternativas, que se façam estudos contínuos a fim de introduzir profissionais no mercado mais preparados e conscientes de seu papel como preparador físico e ou professores.

1 INTRODUÇÃO

1.1 PROBLEMA

As Universidades vêm colocando no mercado de trabalho, profissionais na área de Educação Física.

Na Universidade Federal do Paraná-(UFPR), a prioridade do curso é a licenciatura (1º e 2º grau) com enfoque geral na área não-formal (academias, clubes, associações, etc...).

O currículo traça um perfil desejável do profissional onde deve possuir uma visão da realidade social, política, cultural e econômica do país: *"Conscientes das reais necessidades e possibilidades do cidadão e das características apresentadas pela sociedade, num sentido inovador, criador e democrático"*(RESOLUÇÃO 50/88 CEP-UFPR).

Analisando esta indicação, indaga-se como os profissionais que trabalham nas academias obtiveram a preparação para atuar junto a este segmento de mercado. A formação dos acadêmicos dentro dos objetivos citados na proposta curricular também sofrem interferências de variáveis como, indefinição com relação a profissão, atuação do corpo docente, proposta curricular na relação teórico prática, fatores salariais e maturação administrativa.

Na Universidade Católica do Paraná (P.U.C) e Universidade Federal do Paraná (U.F.Pr.) observando sobre o conteúdo progra-

mático da disciplina Atividades Físicas para Academia (U.F.Pr.) e Ginástica III E IV (P.U.C.) nota-se a semelhança do que é oferecido aos acadêmicos quanto ao número de aulas e conteúdo durante o decorrer do curso.

Como não existe um órgão regularizador no mercado de academias pretende-se detectar as condições qualitativas que encontram-se os professores e/ou instrutores que atuam na cidade de Curitiba na área da musculação.

1.2 DELIMITAÇÃO

1.2.1 Local

Academias de ginástica e musculação na cidade de Curitiba, num total de quarenta e cinco (45).

1.2.2 Universo

Professores (instrutores) de musculação nas academias de Curitiba.

1.2.3 Amostra

45 professores (instrutores) de musculação escolhidos entre 45 academias, sendo:

- 15 centrais;
- 15 periféricas;
- 15 intermediários.

1.2.4 Época

Nos meses de agosto e setembro de 1994.

1.3 JUSTIFICATIVA

A Educação Física leva ao mercado de trabalho, profissionais que atuarão também na área não-formal (clubes, academias, etc...).

No entanto este segmento de mercado não tem um órgão que o represente, regularize e coloque ordem na atuação daqueles que trabalham nas academias, assim como ocorre na medicina, engenharia, odontologia e outras profissões. Estes órgãos dão credibilidade e reconhecimento para a sociedade e para a maior segurança da mesma.

A falta deste órgão, faz com que qualquer pessoa possa trabalhar nas academias, mesmo sem possuir conhecimentos necessários ou mais profundo do corpo humano.

Para as academias, o fato da não existência de alguém que as fiscalize, possibilita contratações de pessoas sem formação na área os quais se oferecem por salários mais atrativos principalmente para os empregadores.

Baseado nesses fatos tornou-se necessário uma avaliação do mercado, para sentir a situação atual do grau de formação e informação daqueles que trabalham na área de musculação nas academias de Curitiba.

1.4 OBJETIVO

1.4.1 Objetivos Gerais

-Alertar aos interessados pela musculação, quanto a realidade do mercado de trabalho nas academias de Curitiba.

-Alertar as instituições para a qualidade daqueles que estão sendo formados para atuar no mercado.

1.4.2 Objetivo específico.

Identificar o nível qualitativo das pessoas que atuam como instrutores na área da musculação nas academias da cidade de Curitiba.

1.5 HIPÓTESES

1- As academias oferecem profissionais com bom grau qualitativo.

2- Aqueles que atuam na área da musculação, tem formação superior,(educação física, fisioterapia).

3- Aqueles que atuam na área da musculação, tem bom nível de conhecimento.

1.6 PREMISSAS

Partindo do pressuposto que em razão da não existência de um órgão que regularize o mercado das academias de musculação, e que qualquer pessoa possa ser contratado para trabalhar, estas contratam profissionais com ou sem formação superior e da mesma forma, pessoas com ou sem conhecimento da área .

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 CAMINHOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA .

Desde sua origem, o homem mostrou-se determinado a explorar os movimentos de seu corpo. Muitos formularam meios para a modelagem do físico, originando estudos aprofundados na biomecânica.

Os cursos de Educação Física até então, eram voltados para o lado mais tecnicista. As forças armadas utilizaram-na como meio de obter maior vigor físico dos soldados.

A evolução trouxe fragmentações nos estudos, mudanças de currículos foram necessárias e hoje as faculdades estão colocando no mercado profissionais, os quais por variáveis diversas escolhem campos de trabalhos diferentes, como: clubes, colégios, academias, etc...

O currículo da UFPR, tem dado mais ênfase na formação de professores para 1º e 2º grau, onde deve *"possuir uma visão ampla da realidade social, política, cultural e econômica do país, consciente das reais necessidades e possibilidades do cidadão e das características apresentadas pela sociedade num sentido inovador, criador e democrático"*(Resolução 50/88-CEP-UFPR).

Deveremos considerar o nível de conhecimentos e formação daqueles que já atuam, pois mesmo com formação de currículos

anteriores somados ao tempo de experiência, pode-se dizer que estes profissionais adquiriram a missão da realidade social.

2.2 MUDANÇAS NO CURRÍCULO.

Em 1988 uma reformulação de currículo do curso de educação física entendeu que:

O currículo, como processo complexo que exige posicionamento sobre concepções de sociedade educação seu conhecimento a respeito da realidade socio-econômica e cultural sobre sua compreensão em torno do educando como ser o agente de mudança. Fugindo de sua dimensão técnica mas, sobre tudo contextualizá-lo em uma dimensão filosófica, sociológica, histórica e pedagógica de currículo como um processo de relações humanas e sociais. Assim sendo torna-se imprescindível a participação dos envolvidos no processo: aluno-professor, comunidade, associações, clubes, etc. No sentido de estabelecer o que se pretende formar como e para que formar. (Reformulação curricular do curso de Licenciatura em Educação Física da U.F.P.R., 1988).

Esta visão de currículo tornou-se mais crítica e transformadora.

A história relata que a educação brasileira teve seu início na época imperial. No século XIX a ginástica visava a hipertrofia muscular, feita por um professor de educação física o qual usava terno e gravata. No século XX surgiram mudanças na área da educação física, com um currículo mínimo, porém "*obedecendo uma estrutura militar em razão da implantação da ginástica sueca*". (MEZZADRI, 1989, p.03)

Ocorrem inovações, aberturas, aumento de escolas de educação física. Novos rumos foram adotados, já não se avaliava mais o desempenho atlético, mas a integração do corpo e da mente dentro da realidade política, social, cultural e econômica do país, procurando desenvolver educadores críticos e conscientes do seu papel, junto a sociedade, como é colocado por Medina, (1987): "*educação física revolucionária é arte, a ciência do movimento humano que através de atividades auxiliam no desenvolvimento integral dos seres humanos*".

LAWSON & PLACEK (1981) citado por TUBINO (1984,p.268) "*defendem o modelo cine-siológico que visa a atividade física integrada com os conceitos no qual se baseou teoricamente, principalmente fisiologia do exercício e a biomecânica focalizando o domínio do corpo*".

Os objetivos da educação física que conforme as reformulações do currículo de 1988, durante o transcorrer dos anos vem buscando melhorar o curso, proporcionando uma formação mais crítica e consciente do papel do profissional nas áreas oferecidas.

No ano de 1982, os objetivos do curso de Licenciatura em Educação Física da U.F.PR. era:

. formar professores para o ensino de pré-escola e ensino de 1º grau.

. habilitação para pós-graduação a nível de aperfeiçoamento, especialização, técnica desportiva e mestrado.

No ano de 1985 os formandos de julho colocaram à coordenação, uma proposta com os objetivos do curso de educação física que são: *-atender áreas de 1º e 2º grau;*

- duração de 4 anos;

- atender as necessidades do mercado de trabalho ou seja clubes, academias, associações, etc... (RESOLUÇÃO-C.E.P.- 50/88).

Em 1987 foi confirmado através da resolução 03/87-C.E.P. o processo de reformulação de um novo currículo, contendo o conhecimento social e filosófico do curso, com os objetivos:

Possibilitar a aquisição integrante de conhecimentos técnicos que permita prioritariamente uma atuação na área formal (pré-escola, 1º, 2º e 3º grau). Área não-formal (academias, clubes, associações, etc...). Desenvolver atitudes éticas reflexivas críticas e inovadoras. Proporcionar a auto-realização do estudante, como pessoa e profissional. (Reformulação do Currículo pleno do curso de licenciatura em Educação Física da UFPR).

2.3 PROGRAMA DA DISCIPLINA

No decorrer do curso da U.F.PR. o conteúdo colocado pela disciplina de atividade física de academia é bastante extenso, tendo uma carga horária de duas horas por semana, é difícil de ocorrer um aprofundamento nos conteúdos especificados no programa. São colocados todos os tipos de atividades que ocorrem nas academias, ginásticas, musculação, organização, avaliação, atividades para

gestantes, ginásticas de recuperação e outras atividades desenvolvidas em academias.

Na P.U.C-PR. não é diferente pois a disciplina ginástica III e IV demonstra praticamente o mesmo conteúdo. Como o mercado é atrativo e oferece condições salariais relativamente boas, mesmo sem a prática essencial, os academicos se lançam para disputar o mercado.

2.4 PROBLEMAS COM O ENSINO

É um dado importante quanto o que é ofertado pelas instituições de ensino onde a excessiva cobertura ou abrangência de conteúdo ocasionando elevada carga horária (7 ou 8 horas diárias), ou ainda a falta de integração entre os programas das disciplinas, a necessidade real da influencia da faculdade no desempenho profissional, os quais não satisfazem a real necessidade do mercado atual e que as instituições não estão acompanhando.

Segundo RIBEIRO, citado por PEREIRA & FORACCHI (1983, p.417): *"o que caracteriza a América Latina de hoje no plano da cultura é a súbita descoberta de que tudo é questionável de que as velhas explicações eram justificativas, de que tudo deve ser repensado"*.

Partindo desta citação, vale lembrar que uma problematização orientada traria origem dos vários problemas, seja do lado das instituições ou dos alunos, futuros profissionais.

A busca imediata de uma profissão leva muitos a fazer o vestibular sem a reflexão profunda do que realmente gostaria de fazer. Isto geralmente causa grandes transtornos ou decepções.

Em estudos feitos pelo curso de Metodologia de ensino agrícola superior, chegou-se ao seguinte resultado sobre os alunos: *"demasiadamente exigentes em relação ao professor, de quem esperam receber tudo esmiuçado; irresponsáveis e imaturos; sem o hábito de estudar ou de pensar por sua conta; sem base suficiente para estudos universitários"* (PEREIRA & FORACCHI, 1983, p.417).

De um lado problemas nas instituições com referência ao conteúdo curricular gerando dúvidas quanto a sua formação de outros acadêmicos apresentando dificuldades no processo ensino-aprendizagem.

Fica transparente o descontrole quanto ao nível de profissional que estão sendo gerados e a atualização das instituições quanto as reais necessidades da sociedade e seus formandos.

A identificação com a realidade do mercado, fica claro quando pessoas que trabalham nas academias não apresentam formação superior de cursos como educação física ou fisioterapia.

2.5 SOCIEDADE X CAPACIDADE.

A sociedade entra como fator de decisão ao saber conscientemente exigir, e com influencia mudar o perfil de qualquer mercado.

Ao buscar um treinamento, aperfeiçoamento, na prática desportiva, física, mental, social e emocional, a sociedade deve buscar profissionais que tenham formação específica na área. TUBINO (1984, p.177), define treinamento desportivo como: "*Conjunto de meios utilizados para o desenvolvimento das qualidades técnicas, físicas e psicológicas do atleta ou equipe, tendo como objetivo final de coloca-lo(a) na forma projetada na época certa da performance*".

A indagação de TUBINO (1984, p.182), para a necessidade de um processo de pesquisa, sobre o corpo humano para que possa ser aplicado e que tal conhecimento é alcançado nas instituições de ensino, reforça a magnitude do conhecimento e que leigos não tem acesso a menos que venham a freqüentar estas instituições.

O conhecimento da necessidade de ter um responsável e que domine os conteúdos sobre a anatomia, fisiologia, cinesiologia e o lado psicológico das pessoas, torna-se mais evidente. A frequência nas academias é caracterizado pela necessidade de buscar benefícios na estética, terapêutica, lazer e saúde. Isto faz com que os próprios usuários venham a valorizar aqueles que apresentam resultados com base nos conhecimentos do corpo.

2.6 A MUSCULAÇÃO

Para ocorrer a preparação física do indivíduo ou de uma equipe, é necessário a existência de uma forma de treinamento como meio para alcançar seus objetivos. A metodologia apresenta meios de

preparação física, como demonstra TUBINO (1984, p.238):

- treinamento de flexibilidade;*
- treinamento de velocidade;*
- treinamento intervalado;*
- treinamento contínuo;*
- treinamento em circuito;*
- musculação.*

A musculação, como meio de treinamento é entendida por TUBINO, (1984, p.238) como: "*Desenvolvimento das qualidades físicas relacionadas com a estrutura muscular. Também chamado de treinamento de força*".

No treinamento da musculação as diretrizes metodológica devem atender o seguinte (TUBINO, 1984, p.243):

- a)- *Nos exercícios isométricos, o número de repetições de-vem sofrer uma adaptação do tempo de contração.*
- b)- *O princípio da sobrecarga deve ser expresso pelo número de repetições.*
- c)- *Deve existir uma relação entre a especificação das cargas dos exercícios e o número de repetições dos exercícios.*

No que se refere a hipertrofia, estudos tem mostrado que o excesso de ganho da massa muscular, causa um prejuízo neuromuscular, o que pode causar deficiências nos movimentos além do desgaste energético durante o esforço. Segundo DARDEN-JONES(1974, p.241), "*o principal fator de treinamento para o desenvolvimento da força é a intensidade da contração muscular*".

Para ocorrer um trabalho na musculação, WAZNY (1971, p.249) sugere:

Trabalho de resistencia muscular localizada(R.M.L.), trabalho com cargas máximas, trabalho com mais inten-sidade e menor volume. A sobrecarga obedece alguns princípios de aplicação e deve seguir os seguintes passos: Resistência muscular localizada, maior número de séries e repetições, menores pausas entre os exercícios. Força Dinâmica- maiores cargas nos exercícios. Força Estática- maior número de exercícios, maiores cargas. Força Explosiva- maior velocidade nos exercícios, maiores cargas nos exercícios.

Todos essas considerações e tipos de treinamentos e outros que não foram citados aqui, devem obedecer uma avaliação inicial de cada indivíduo. Esta avaliação deve ser feita por um professor de educação física, o qual saberá adaptar as individualidades nos vários tipos de treinamentos e de seus objetivos.

Diz em PELLEGRINI (1988, p.254):"*que a educação física, como profissão, deve se apoiar em profissionais que não possuam apenas a habilidade de executar, mas a capacidade de passar essas habilidades a outras pessoas com objetivo de levá-los ao pleno desenvolvimento de suas capacidades motoras*".

O profissional de educação física na sociedade tem uma liderança e por isso deve-se atentar para o seu papel de transformador da sociedade, um agente na comunidade que deve assumir o compromisso com a comunidade.

O que esta sendo colocado é a capacidade dos profissionais e o mercado que os absorve.

PELLEGRINI (1988, p.253), coloca:

A justificativa de que quanto mais ampla sua formação, maior a probabilidade de obter um emprego, qualquer que seja, não é válida, pois leva à formação de profissional inseguro e despreparado para ser um bom professor, ou um bom técnico a nível escolar ou de ser um bom administrador de clube ou ainda academia.

Ainda PELLEGRINI(1989, p.254) coloca que "o mercado de trabalho está em expansão e não deve ficar apenas na área formal, mas também expandir com o mercado na área não-formal".

3 METODOLOGIA

3.1 MÉTODO DE ABORDAGEM

O presente estudo será na forma de entrevista e uso do formulário em anexo, o qual poderá ser considerado como estudo descritivo .

3.2 TÉCNICAS

Entrevistas, utilizando-se da aplicação de um formulário constituído por perguntas de forma descritiva e objetivas, com preenchimento e orientação do próprio pesquisador.

O formulário foi elaborado de forma a analisar o grau qualitativo dos entrevistados pelos professores:

ADEMIR PIOVESAN e WAGNER CAMPOS

3.3 AMOSTRA

Amostra inicial junto a seis pessoas que trabalham em academias.

3.4 AMOSTRA DEFINITIVA

Em 45 academias da cidade de Curitiba, distribuídas na seguinte forma:

- 15 centrais;
- 15 periféricas;
- 15 na região mediana;

4 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS DADOS

Buscamos referências no que as pessoas entrevistadas responderam, para a partir daí buscar informações sobre o que existe no mercado de academias de Curitiba.

A maioria das pessoas que trabalham com a musculação nas academias tem um período de experiência superior a dois anos demonstrando que existe uma boa prática. As informações oferecidas pela mídia aos alunos, faz com que exista mais cobrança aos instrutores no que diz respeito ao treinamento da musculação. Com isso as academias deveriam contratar mais pessoas formadas em educação física, as quais elevariam a qualidade, técnica e a seriedade nos serviços prestados, porém apenas 45 % dos instrutores são formados, o restante ministram aulas pela experiência adquirida ou em razão do corpo adquirido pela prática. As academias dão preferência aos jovens instrutores (idade média de 23 anos), em razão da aparência, acabando por trocar qualidade por quantidade, pois instrutor de boa aparência, atrai mais alunas. O conhecimento necessário para o treinamento da musculação, segundo TUBINO (1984,p. 49): *"é dos principais mecanismos fisiológicos que ocorrem nas adaptações funcionais e morfológicas surgidos nos atletas durante o andamento progressivo da preparação planejada...estudos sobre mecanismos de regulação fisiológica, neuromuscular, psicomotricidade, cardio-respiratória e hormonal"*. Isto se faz fundamental na base do treinamento, no entanto apenas 10 % acharam necessário conhecer a fisio-

logia e anatomia, deixando de lado os demais mecanismos de preparação física.

Para aquisição de conhecimentos sobre a musculação, encontramos resultados onde a procura de cursos e de informações com pessoas que já atuam, constituíram-se para 82%, como uma das principais fontes na busca de conhecimento. Estudos e pesquisas dentro da musculação deu-se com 29 % dos formados para efeito de término de curso, a monografia, os demais não procuraram aprofundamentos dentro do assunto, mesmo assim dentro de uma auto-avaliação, mais de 90% acham-se bons profissionais, alegando boa experiência adquirida pela prática.

Nas informações de como elaborar um programa de treinamento na musculação, 60% dos instrutores optaram pela avaliação física individualizada, aplicando principalmente o antropométrico e o biométrico. Muitos nem fazem teste, simplesmente usam uma série modelo. Isto leva ao entendimento de que perto de 40% dos instrutores elaboram um programa sem o mínimo de preocupação com a potencialidade e limite de cada pessoa.

Segundo GERALDES (1993, p.24), "*devemos respeitar sempre a individualidade e integridade do ser*". A procura das academias tem por objetivo: emagrecer, força, treinamento, hipertrofia, etc..., dessa forma é necessário que o instrutor tenha conhecimento de qual método e o que usar para conseguir o objetivo do aluno, porém pouco mais de 13 % tem domínio de todas as séries que podem ser aplicadas na musculação.

Como foi possível observar, as academias empregam pessoas com formação superior, no entanto foi possível detectar o seguinte:

1) As academias de médio a grande porte tem uma maior preocupação com os profissionais da área, procurando contratar pessoas com curso superior.

2) O fator de localização tem influência no que se refere ao profissional de musculação.

3) As academias localizadas na região periférica e de pequeno porte não tem a preocupação de empregar um profissional com formação superior, bastando apenas a experiência.

4) As pessoas que trabalham nas academias não tem compromisso de fazer pesquisas dentro da área da musculação.

5) O grau qualitativo dos profissionais de musculação das academias de Curitiba deve ser avaliado com maior profundidade em seu nível técnico, pois a princípio demonstrou bastante insegurança no domínio dos conteúdos.

6) Os profissionais na sua grande maioria, não acreditam que o curso superior seja o meio mais seguro para adquirir o conhecimento necessário para atuarem no mercado das academias.

CONCLUSÃO

Após o estudo, detectou-se que por não existir um órgão regulador, e fiscalizador, as academias de Curitiba empregam pessoas desqualificadas para exercerem a função de instrutores na área de musculação. Observou-se um mercado que se contrata mão de obra barata de estagiários, e praticantes da musculação, onde o visual do instrutor é mais importante, e na maioria das vezes o fator qualidade é deixado de lado.

Perto de 45% das academias pesquisadas, empregam pessoas com formação superior, as demais buscam em ex-atletas, ex-praticantes de alterofilismo ou de ex-alunos para ministrar aulas de musculação.

Foi colocado pelos instrutores que o curso superior de educação física não produz aprendizado necessário para musculação. No entanto, segundo MEDINA (1987, p.50) "*à educação física é a arte, a ciência do movimento humano que através de atividades auxiliam no desenvolvimento integral dos seres humanos*".

O mercado de academias apresenta bons e maus profissionais, obrigando àqueles que às frequentam a buscar informações a respeito de suas qualificações para não serem lesados.

Aqueles que trabalham na área da musculação alegam pontos negativos sobre o curso de educação física, porém existe um estudo de PEREIRA & FORACCHI dizendo que: "*... os alunos tem por exigência receber tudo esmiuçado, são irresponsáveis e*

imaturos, não tendo hábito de estudos e ainda sem bases suficientes para estudos universitários". Mostrando semelhanças em nosso ensino, talvez por essa razão tenham a opinião de que o curso não oferece qualificação necessária para atuação no mercado.

Revelou-se nos instrutores a idade média de 23 anos, podendo ser um fator de imaturidade e inexperiência na área da musculação, porém como foi mencionado, as academias preferem contratar os mais jovens. Mais de 50% dos instrutores trabalham a mais de 3 anos com musculação, porém cerca de 55% não efetuaram o curso superior. Isso traz resultados significativos como a falta de pesquisas, pois 65% não executaram até a data do estudo, qualquer pesquisa na área da musculação, e aqueles que efetuaram (29%) foi devido solicitação das disciplinas ou término do curso.

TUBINO (1984, p.238) diz: *"que por ocorrer a preparação física do indivíduo ou de uma equipe, é necessário a existência de uma forma de treinamento como meio para alcançar seus objetivos".* Esta preparação dá-se no curso superior, através das pesquisas no entanto não é o que ocorre com os instrutores das academias de musculação e mesmo sem efetuarem estudos, 93% acham-se bons profissionais, principalmente pela experiência adquirida na prática.

O conhecimento das séries citadas por TUBINO (1984, p.239): *"big wave, dinâmica, ativa, passiva, super set, explosiva, pirâmide, tri set"*, são do conhecimento de 20% dos instrutores, os demais aplicam as mais usadas pelos praticantes da musculação (pirâmide, r.m.l., condicionamento, big wave). TUBINO (1984, p.240) ainda expõe que: *"para existir o treinamento para musculação deve existir o desenvolvimento das qualidades físicas relacionadas com a estrutura muscular"*. São dados colocados, que expõe a necessidade

do conhecimento dos assuntos da biomecânica, fisiologia, e outras áreas afins.

O grau de qualidade do conhecimento é baixo, em razão de não existir estudo por parte dos instrutores que ligam-se apenas na prática.

Os indicativos são para uma reflexão sobre o mercado, onde existe grande expansão, pois poucas academias, tem a preocupação de contratar profissionais com formação nos cursos de educação física, os quais poderiam trazer melhor qualidade nos serviços prestados.

ANEXO

FORMULÁRIO UTILIZADO COM PESSOAS
QUE TRABALHAM NAS ACADEMIAS NA
CIDADE DE CURITIBA.

FORMULÁRIO PARA ENTREVISTAS

- 1) A quanto tempo trabalha na área da musculação?
- 2) Fez cursos? Especifique?
- 3) Qual é sua idade?
- 4) No seu entender, quem trabalha na área da musculação, o que deve ter no seu currículo como indispensável ?
- 5) Quais foram as fontes para adquirir o seu conhecimento na área da musculação ?
- 6) Faz ou fez alguma pesquisa para a musculação ? Qual ?
- 7) Faça uma auto-avaliação de seus conhecimentos na administração da musculação, como você considera seu nível ?
 excelente bom
 regular

Porquê ?

- 8) Como você elabora um programa de treinamento ?
- 9) O que você utiliza para motivar suas aulas ?

10) Quais as séries que você conhece? Em que tipo de alunos podem ser utilizadas ?

11) Como inicia-se uma série na musculação?

12) Como é aplicado a sobrecarga?

13) Você faz avaliação dentro da musculação? Que tipo?

14) Seu conhecimento nas área abaixo é : [0 a 10]

[] fisiologia anatomia []

[] cinesiologia bioquímica []

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BALLISTA, Raul Alderico P. Musculação em Academias.
Sprint, maio/jun-1987.
- BORDENAVE, Juan Diaz Pereira, Martins Adair. Estratégias de Ensino-Aprendizagem. Petrópolis. Ed. Vozes. 1985.
- BRASIL, CFE/D.F./MEC- Parecer 215/87-Resolução 03/87
Relator-Conselheiro Costa Rodrigues.
- CARMO, Apolonio Abadio. Licenciado e/ou Bacharelado,
Alguns entendimentos possíveis. Motrivivencia. Dez.88.
- FORRACHI Marialice M. & PEREIRA, Luiz. Educação e Sociedade: leituras de sociologia da educação. 11 ed.-São Paulo: ed. Nacional, 1983.
- FOX, Edward L. MATHEWS, Donald K. Bases Fisiológicas da Educação Física e dos Desportos. 1988.
- GERALDES, Armandio A. Rhian. Ginastica Localizada. Rio de Janeiro: Sprint, 1993.
- LAKATOS, Eva Maria. Metodologia do trabalho científico. Editora Atlas, SP. 1989.
- MEDINA, João P.S. A Educação Física cuida do corpo...e "mente"; bases para renovação e transformação da Educação Física. Campinas. Editora Pápirus, 1987.
- PELLEGRINI, Ana Maria. A formação profissional em Educação Física. In: PASSOS, Solange C.E. (org.) Brasília, Editora UNB, 1988.

SOUZA, Carlos A.C. Musculação em academias. Sprint, set/
out.- 1985.

TUBINO, Manuel J.G. Metodologia científica do treinamento
desportivo. SP.Ibrasa, 1984.

U.F.PR - CONSELHO DE ENSINO E PESQUISA. Resolução
nº50 de 1988. Proposta da reformulação do currículo pleno
do curso de Educação Física.