



CARACTERÍSTICAS DOS PARTICIPANTES DO PROJETO DE NATAÇÃO “NADE BEM, NADE MELHOR”

UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA - CAMPUS FLORESTAL

Autores: LOPES, Larissa Rodrigues; TRIGO, Ricardo Wagner de Mendonça; ARAÚJO, Cíntia Franco; GUILHERME, Larissa Quintão

Palavras-chave: Natação. Projeto de Extensão. Qualidade de vida.

Área Temática: Educação Física – Grande Área: Ciências Biológicas e da Saúde

Categoria: Extensão

Introdução

O Projeto de Extensão – PIBEX “Nade bem, Nade melhor”, busca promover uma atividade esportiva na cidade de Florestal-MG, no intuito de auxiliar o desenvolvimento psicomotor, afetivo e social de seus praticantes. A prática da natação favorece uma maior autonomia pessoal e social, pois permite que um indivíduo praticante deste esporte, encontre os seus limites físicos, afetivos e sociais, superando assim, suas limitações e maximizando as suas potencialidades e, conseqüentemente melhorando sua autoestima e autoconfiança.

Objetivos

Diante do exposto, este projeto tem por objetivos favorecer a adaptação e desenvolvimento dos participantes no meio líquido, e proporcionar aos acadêmicos do curso de Educação Física da UFV/CAF um ambiente de prática pedagógica.

Descrição das principais ações

Infelizmente o projeto teve suas atividades suspensas em meados de mês de Março, em função do isolamento social necessário para o combate à COVID-19, durante esses dias de atividades, o projeto contava com 107 inscritos. Como principais ações, destacamos que, a partir do mês de fevereiro, foram realizadas a divulgação do projeto nas escolas e comunidade florestalense, inscrições dos interessados, avaliação diagnóstica dos inscritos e as atividades práticas do projeto, com a frequência de duas aulas semanais com 45 minutos de duração, sendo oferecidas turmas nos períodos da manhã e tarde.

Resultados alcançados até o momento

Com base na avaliação diagnóstica foi possível caracterizar que: 58 participantes eram do sexo feminino, com idade média de 22,84 anos e 49 participantes eram do sexo masculino, com idade média de 16,42 anos; 60 praticantes praticavam outras atividades físicas além do projeto, havendo igualdade entre os sexos (31 mulheres e 31 homens), em contra partida, 47 alunos tinham as atividades do projeto como sendo a única forma de atividade física; por outro lado, verifica-se que do 47 participantes que não praticavam atividade física, 28 deles (18 mulheres e 10 homens) já haviam praticado em algum momento da vida, alguma atividade física, sendo que em média estavam parados a 2,64 anos. Além disso, foi possível verificar que 19 alunos (9 mulheres e 10 homens) eram totalmente sedentários, pois informaram na avaliação diagnóstica, que nunca praticaram atividades físicas. Devido a paralisação das atividades do projeto em função do isolamento social, não foi possível, nos quinze dias de atividade do projeto, avaliar resultados comparativos aos percebidos na anamnese, mas devido a boa frequência nas aulas, acredita-se que tenha havido alguma mudança nesse quadro inicial.

Conclusões

Podemos concluir, que sendo o esporte um fator de promoção de qualidade de vida, conferindo através da prática de atividades físicas novas possibilidades de ampliação dos quadros afetivos sociais, o projeto espera promover a promoção da autonomia funcional e física dos participantes, através de atividades remotas, que se iniciaram no mês de Agosto do corrente ano, possibilitando assim, uma válvula de escape para as tensões sociais provocadas pelo isolamento social.

Apoio Financeiro

UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA

PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO E CULTURA

PROGRAMA INSTITUCIONAL DE BOLSAS DE INICIAÇÃO À EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA