

PROJETO DE EXTENSÃO ATLETISMO NA UNISUL

De acordo com Mathiessen (2012) o atletismo é uma modalidade esportiva completa, pois trabalha com os movimentos naturais do ser humano como o correr, saltar, lançar e o arremessar. Esta modalidade tem a capacidade de desenvolver todos os componentes físicos devido seu repertório amplo de movimentos e provas. (DANTAS, 2013).

O projeto intitulado ATLETISMO NA UNISUL coloca-se como uma grande oportunidade para a disseminação do conhecimento acadêmico adquirido pelos alunos durante o ensino das disciplinas de Técnico Desportivo em Atletismo e Treinamento Desportivo do curso de Educação Física Bacharelado. Projeto este, que se adequa ao plano de ação da UnA da Saúde e Bem-estar Social (2011), pois busca atender uma de suas linhas de extensão intitulada “Atividade Física e Saúde” que busca a interação da saúde no exercício físico, na aptidão física, no desempenho esportivo e no trabalho.

O projeto tem como base a descrição da linha de extensão, que é colocada da seguinte forma “Práticas esportivas, atividades físicas e vivências de lazer em diferentes ciclos da vida”. Descrição esta que define a função do projeto de extensão proposto neste edital. (UNA – SAÚDE E BEM ESTAR SOCIAL, 2011).

Através deste projeto torna-se executável os assuntos de disciplinas fundamentais para a formação do profissional de Educação Física como: Medidas e Avaliação no Esporte; Técnico Desportivo em Atletismo; Treinamento Desportivo e Aprendizagem Motora. Esta prática esportiva, se torna um grande laboratório para as disciplinas citadas acima. Para o curso de Educação Física o projeto ATLETISMO NA UNISUL será utilizado como ferramenta para a aprendizagem, possibilitando a confecção de trabalhos acadêmicos, tornando-se elo entre a teoria e a prática, promovendo conhecimento no campo de atuação. Isto posto, porque a extensão universitária possui uma estreita relação com as atividades de ensino e pesquisa.

O projeto pedagógico do curso de Educação Física (2012) prevê a formação de um profissional capaz de disseminar e aplicar conhecimentos práticos e teóricos sobre a Educação Física, analisando-os na relação dinâmica entre o ser humano e o meio ambiente, assim, o projeto ATLETISMO NA UNISUL busca aplicar de maneira prática os métodos e meios de treinamento para a melhora do condicionamento físico respeitando as características individuais do ser humano, fator

este importante para o desenvolvimento adequado da aptidão física relacionada a saúde. (BROOKS, 2000).

Este projeto torna-se um meio para alcançar tal meta, reforçado por um dos três objetivos do curso conforme o projeto pedagógico, sendo o seguinte: Proporcionar ao acadêmico a competência teórica-prática, presente desde o início do curso, permeando toda a formação do profissional de Educação Física para atuar na área de forma integrada e interdisciplinar.

Tendo em vista que a extensão é a expressão do diálogo entre universidade e sociedade, este projeto vai buscar atender principalmente adolescentes, jovens adultos e adultos da comunidade do entorno da universidade. Este projeto pode abrir um espaço para oportunidades no esporte universitário promovendo a inclusão de acadêmicos e futuros acadêmicos da comunidade em geral em uma atividade esportiva. Desta forma, o projeto encontrará a oportunidade da construção do conhecimento através da prática, realizando uma relação transformadora, demonstrando sua importância para a comunidade e universidade.

Objetivo Geral

Estabelecer um projeto de extensão que ofereça treinamento da modalidade de atletismo para a comunidade externa e comunidade acadêmica da UNISUL.

O público alvo a ser atendido no projeto de extensão ATLETISMO NA UNISUL será composto por adolescentes, jovens adultos e adultos de ambos os sexos, independente de idade, universitários ou não, da comunidade Tubaronense em geral. O projeto atenderá até 30 participantes por semestre selecionados via inscrição realizada pessoalmente no local das atividades ou outro meio a ser definido pela UNISUL. O campo de atuação está definido através da disponibilidade da prática do esporte para diferentes faixas etárias, na busca da melhora da aptidão física relacionada a saúde e rendimento. O projeto será realizado na pista de atletismo da UNISUL – campus Tubarão e funcionará terças e quintas das 17:00 as 19:00 horas. Espera-se gratificar a sociedade oferecendo a oportunidade da prática da atividade física por meio de uma modalidade esportiva, buscando a melhora significativa dos indicadores de aptidão física e de saúde. Agregando assim, mais praticantes a esta modalidade muitas vezes esquecida.

Espera-se construir e aperfeiçoar o conhecimento adquirido pelos acadêmicos durante as atividades de ensino e pesquisa, promovendo a sua inserção com a extensão na tentativa de elevar o grau de competências e habilidades do futuro profissional de Educação Física.

Espera-se contribuir desta forma com a sociedade e com o ambiente universitário, desenvolvendo ainda a construção do conhecimento prático na região.

Na medida em que o jovem ou adulto se torna um praticante, estamos colaborando para a melhora da qualidade de vida deste indivíduo, que provavelmente, terá por hábito, práticas saudáveis no decorrer da vida, justamente devido à adesão ao esporte. (HOWLEY, 2000). Esta adesão a prática, traz aos poucos uma menor pré-disposição a doenças, ou mesmo um fator de proteção.

Além disso, um jovem ou adulto praticando esporte tende a ser um cidadão longe de práticas ilícitas, como drogas, rua, violência, etc. Neste sentido, podemos dizer que o projeto tem potencial para o desenvolvimento regional, promovendo espaço de atividades físicas.

Este projeto pode incrementar a formação profissional, pois a mesma só será completa com a aplicação do produto da aprendizagem na sociedade, por ser uma associação de processo educativo com as ações culturais e científicas aplicadas à realidade encontrada