



11ª Jornada Científica e Tecnológica do IFSULDEMINAS & 8º Simpósio de Pós-Graduação

A MODALIDADE ATLETISMO NO CAMPUS INCONFIDENTES: um relato de experiência do projeto de extensão AtletIF

Hanaydson Monteiro LIMEIRA¹; Edson de OLIVEIRA²; Renata Beatriz KLEHM³

RESUMO

O presente trabalho consiste em um relato de experiência sobre o projeto de extensão “AtletIF: da iniciação a formação de atletas”, executado no IFSULDEMINAS - Campus Inconfidentes. O projeto é aberto a participação de servidores, alunos matriculados nesta unidade escolar, bem como da rede pública estadual e comunidade externa em geral. Possui como objetivo estimular a prática do atletismo como forma de lazer e socialização, integrar os participantes do projeto a partir dos treinos e contribuir para a utilização do tempo livre em algo produtivo e saudável, além de incentivar a participação em eventos esportivos como os circuitos de corrida de rua, os Jogos dos Institutos Federais (JIF), entre outros.

Palavras-chave: Esporte; Treinamento Esportivo; Educação Física

1. INTRODUÇÃO

No ano de 2018, foi iniciado no campus Inconfidentes, o Projeto “Atletismo” (sem fomento) que contou com a participação de 12 alunos, compreendidos em discentes do IFSULDEMINAS e estudantes da rede estadual. Esse projeto alcançou resultados satisfatórios no seu primeiro ano de execução, onde nos Jogos dos Institutos Federais (JIF), etapa local, que ocorreu no campus Muzambinho, os atletas participantes do projeto conquistaram medalhas em todas as provas em que competiram. Ainda, na etapa regional do JIF, que aconteceu em Belo Horizonte, o aluno do 3º ano do curso de Agrimensura, conquistou o terceiro lugar no salto em distância, feito inédito para o IFSULDEMINAS nesta modalidade.

Como meta, o projeto de extensão AtletIF visa dar continuidade ao trabalho iniciado em 2018 e que apresentou resultados positivos tanto na esfera física, como comportamental e social dos indivíduos.

O projeto iniciação e treinamento desportivo de atletismo (AtletIF) é voltado para servidores, comunidade externa e principalmente alunos das escolas da rede pública e do Instituto Federal, campus Inconfidentes em parceria com a Prefeitura Municipal de Inconfidentes. Tem como objetivos

1 Bolsista, IFSULDEMINAS – *Campus* Inconfidentes. E-mail: hanaydson@hotmail.com

2 Bolsista, IFSULDEMINAS – *Campus* Inconfidentes. E-mail: edson.lines@yahoo.com.br

3 Docente/Orientadora, IFSULDEMINAS – *Campus* Inconfidentes. E-mail: renata.klehm@ifsulde Minas.edu.br

estimular a prática do atletismo como forma de lazer e socialização, integrar os participantes do projeto a partir dos treinos e contribuir para a utilização do tempo livre em algo produtivo e saudável, além de incentivar a participação em eventos esportivos como os circuitos de corrida rua, os Jogos dos Institutos Federais (JIF), entre outros.

Dessa forma, a ideia da realização desse projeto surgiu pelo anseio de um número considerável de alunos do IFSULDEMINAS, da Escola Estadual Felipe dos Santos e de adolescentes do município de Inconfidentes em geral em aprender sobre a teoria e a prática do Atletismo.

Com a aprovação no edital 161/2018 de apoio a Projetos de Extensão voltados ao Esporte e Lazer da Reitoria do IFSULDEMINAS, foi possível, no ano de 2019, a contratação de um bolsista especialista na modalidade que agregou mais potencial ao projeto, aumentando a procura pelo esporte em questão e estimulando os participantes na prática.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O atletismo é uma modalidade esportiva muito antiga, praticada desde os Jogos Olímpicos da Grécia Antiga. Atualmente, o atletismo é um esporte com provas de pista (corridas), de campo (saltos e lançamentos), provas combinadas, como decatlo e heptatlo (que reúnem provas de pista e de campo), o pedestrianismo (corridas de rua, como a maratona), corridas em campo (cross country), corridas em montanhas, e marcha atlética (MATTHIESEN, 2014).

Entretanto, por incrível que pareça, essa é, ainda, uma modalidade esportiva muito pouco difundida em nosso país, tanto pelas mídias como televisão e internet, e, principalmente em aulas de Educação Física como observaram Betti (1995) e Silva (2005). Um dos aspectos que, certamente, contribui para isso é, segundo Darido e Souza Júnior (2013), a ênfase dada aos esportes tradicionais como futebol, voleibol e basquetebol, que está diretamente ligada à atenção dada pela mídia, repercutindo, sobremaneira, no desenvolvimento dessas modalidades esportivas no campo escolar.

Importante destacar, a função que o esporte vem ocupando como ferramenta educacional e social, colaborando decisivamente na formação de cidadãos íntegros e colaboradores, afastando crianças e adolescentes das drogas e outras mazelas de nossa sociedade, oportunizando um caminho saudável e de oportunidades, tornando-se grande alternativa de solução para o problema de exclusão social (DARIDO; SOUZA JÚNIOR, 2013). E o atletismo é a modalidade que mais se identifica com as necessidades dos jovens carentes, pois é um desporto extremamente democrático e sua prática está ao alcance de todos.

3. MATERIAL E MÉTODOS

O trabalho é desenvolvido no IFSULDEMINAS – Campus Inconfidentes e tem como público-alvo pessoas com idade mínima de 10 anos que estejam interessadas em aprender e/ou aprofundar

seus conhecimentos teóricos e práticos acerca da modalidade Atletismo, não necessitando de processo de seleção para participação no projeto. Foram ofertadas inicialmente 40 vagas, podendo este número ser alterado de acordo com a demanda.

Nas aulas são realizados treinamentos físicos e técnicos das provas de corridas de velocidade, meio-fundo e fundo, saltos e arremessos, quatro vezes por semana com duração de 1 hora cada aula, no horário das 11:00 às 12:00 e também das 15:00 às 16:00.

Nas aulas, que são ministradas pelo bolsista e colaboradores do projeto, os participantes têm um contato inicial com aspectos básicos das provas dessa modalidade esportiva, sendo que com o passar das aulas os conteúdos vão sendo aprofundados para enriquecer o repertório motor e cultural desses alunos. Os participantes também participam de treinamentos voltados a melhoria do condicionamento físico, já que o condicionamento é uma parte importante das provas de Atletismo. Avaliações físicas e posturais serão realizadas a cada 3 meses.

Ainda, será realizado acompanhamento nutricional com a orientação da nutricionista do campus e palestras sobre os benefícios da atividade física e esportiva, da alimentação saudável, entre outras. As atividades desenvolvidas são conduzidas pela coordenadora do projeto, professora de Educação Física do IFSULDEMINAS, campus Inconfidentes com auxílio do bolsista selecionado.

A avaliação do projeto será feita através da adesão, frequência e permanência dos participantes e pela aplicação de questionário de satisfação.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para o ano de 2019 foram elencadas 4 etapas de execução do projeto sendo elas:

Etapa 1 (em andamento): Treinamento e preparação dos alunos do campus para participação na etapa local do JIF que ocorrerá em Machado. Nessa fase, contamos com a participação de 12 alunos, sendo 4 meninas e 8 meninos que treinam especificamente para essa competição nas provas de arremesso de peso, lançamento de dardo e corridas de 100m, 200m, 400m e 5km.

Etapa 2 (em andamento): Treinamento e preparação física para o Circuito de Corrida de Rua do IFSULDEMINAS que acontecerá na cidade em setembro. Nessa etapa os treinos são abertos a alunos, servidores e comunidade externa que tenham o interesse não só de participar desse evento promovido pelo campus mas de outros que ocorrerem na região. São enfatizadas as corridas de longa distância como 5km e 10km. Atualmente, para essa fase já contamos com 22 pessoas.

Etapa 3 (em elaboração): Treinos específicos para os alunos da rede municipal e estadual de ensino de Inconfidentes. O objetivo é integrar as escolas da cidade com o Instituto através das aulas de atletismo possibilitando a prática do esporte principalmente para alunos carentes e que fazem parte da Educação de Tempo Integral.

Etapa 4 (em elaboração): Inclusão da modalidade atletismo entre os esportes que ocorrem no evento “Interclasses” para difusão e maior adesão ao projeto. Além de resgatar a corrida denominada “Gabirú”, corrida esta que ocorria entre novatos e veteranos dos cursos técnicos na antiga Escola Agrotécnica (EAFI) e que tinha como objetivo a integração entre os alunos e também o conhecimento dos setores que compõem a Fazenda Escola, já que o percurso engloba setores como Bovino de Corte, Laticínios, Cafezal, entre outras áreas da Fazenda do Instituto.

Com pouco tempo de execução do projeto já foi possível verificar um aumento crescente pela procura e adesão a prática desse esporte. Assim, este projeto torna-se relevante uma vez que o esporte proporciona aos seus integrantes um crescimento como ser humano que os leva à prática de bons hábitos e bons costumes de bem viver como pessoa. Espera-se com o projeto que o esporte possa proporcionar motivação a prática de atividades físicas regulares, evitando e controlando doenças existentes, com o objetivo de alcançar um estilo de vida saudável, promovendo maior interação entre o IFSULDEMINAS com a comunidade de Inconfidentes/MG.

5. CONCLUSÕES

Assim, tendo em vista o espaço disponível no campus para a prática do atletismo e a carência de locais, na cidade de Inconfidentes, voltados ao trabalho com esta modalidade esportiva, concluímos que este projeto possa contribuir para a difusão dessa modalidade esportiva, motivando os professores para o seu ensino e descobrindo potenciais atletas além de contribuir com o processo de inclusão social e a redução do tempo de exposição desses jovens/atletas a situações de risco social.

AGRADECIMENTOS

Pró-Reitoria de Extensão – PROEX IFSULDEMINAS

Núcleo Institucional de Pesquisa e Extensão - NIPE, IFSULDEMINAS, campus Inconfidentes

REFERÊNCIAS

BETTI, I. C. R., Esporte na escola: mas é só isso, professor? **Motriz**, nº 01, v. 01: 25-31, 1995.

DARIDO, S. C.; SOUZA JÚNIOR, O. M.. **Para Ensinar Educação Física: possibilidades de intervenções na escola**. 7. ed. Campinas: Papirus, 2013.

MATTHIESEN, S. Q.. **Atletismo: teoria e prática**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. Rio de Janeiro. 2014.

SILVA, A. C. L. **O atletismo em aulas de Educação Física: pesquisa com professores da Rede pública de Rio Claro**. 2005. 67f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, 2005.