

## ESPORTE NA UENP PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Saúde

Universidade Estadual do Norte do Paraná (UENP)

PRINCIPE, M. E.<sup>1</sup>; LIMA-VALÉRIO, F. E. B.<sup>2</sup>; SILVA-LIMA, S. B.<sup>3</sup>; FUKUOKA-

BUENO, A. H.<sup>4</sup>; COCO, M. A.<sup>5</sup>; FERREIRA-LIMA, W.<sup>6</sup>.

### RESUMO

**Introdução:** As práticas dos esportes são ferramentas importantes para o desenvolvimento cognitivo, físico, motor e na interação social da criança, auxiliando em seu pleno desenvolvimento, que é o princípio básico da educação. **Objetivo:** ofertar para as comunidades acadêmicas e externa da Universidade Estadual do Norte do Paraná, oportunidades para melhorar o Nível de Atividade Física, e estimular a mudança de estilo de vida. **Metodologia:** a proposta engloba a oferta de diversas atividades nas quadras, tatame, campo e piscina da instituição, em diferentes horários, possibilitando diminuir a barreira relacionada à falta de tempo; motivando e integrando a população universitária (discente, docente e técnico-administrativo) e externa, por meio de atividades esportivas (coletivas e individuais). **Resultados:** o projeto atende mais de 300 crianças e adolescentes, em diversas modalidades esportivas, possui 15 acadêmicos bolsistas, 3 acadêmicos voluntários, 2 profissionais formados e 3 professores doutores. Servindo como campo de estágio supervisionado obrigatório e não obrigatório, para o curso de Educação Física, além de ser fonte de pesquisa para o desenvolvimento da iniciação científica, com participação e apresentação em eventos científicos, elaboração de artigos científicos e Trabalhos de Conclusão de Curso.

**Palavra-chave:** projeto; atividade física; comunidade; modalidades esportivas.

### 1 INTRODUÇÃO

---

<sup>1</sup> Maria Eduarda Príncipe, Universidade Estadual do Norte do Paraná (Discente [Educação Física - Licenciatura]).

<sup>2</sup> Flávia Evelin Bandeira Lima Valério, Universidade Estadual do Norte do Paraná (Servidor docente [Coordenadora do projeto]).

<sup>3</sup> Sílvia Bandeira da Silva Lima Universidade Estadual do Norte do Paraná (Docente [Vice Coordenadora do projeto]).

<sup>4</sup> Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno, Universidade Estadual do Norte do Paraná (Profissional [Bolsista do projeto]).

<sup>5</sup> Mariane Aparecida Coco, Universidade Estadual do Norte do Paraná (Profissional [Bolsista do projeto]).

<sup>6</sup> Walcir Ferreira Lima, Universidade Estadual do Norte do Paraná (Docente [Colaborador do projeto]).

As práticas dos esportes institucionalizados ou não, são ferramentas importantes para o desenvolvimento cognitivo, físico, motor e na interação social da criança, auxiliando em seu pleno desenvolvimento, que é o princípio básico da educação. Partindo do pressuposto de que o contato com novas e relevantes experiências motoras, no contexto escolar e extraescolar, confere um efeito positivo e significativo no desenvolvimento motor global da criança, o Projeto Esporte na UENP para crianças e adolescentes, surgiu da união de três projetos, desenvolvidos anteriormente e individualmente. Ofertando diversas modalidades esportivas, com o objetivo de proporcionar tanto para a comunidade interna da Universidade Estadual do Norte do Paraná (UENP), quanto à comunidade externa, a oportunidade de mudar seus Níveis de Atividade Física, e desenvolver o interesse pelos esportes, desde os anos iniciais.

Nas últimas décadas, o desenvolvimento tecnológico alterou o estilo e a qualidade de vida, os níveis de atividade física, a obesidade e o comportamento sedentário com abuso de tempo de tela. Ainda que haja o reconhecimento da importância da adoção de comportamentos positivos à saúde, a prevalência de comportamentos contrários está cada vez mais elevada (BARBOSA; CASOTTI; NERY, 2016). Um fator que denuncia as mudanças no estilo de vida é o crescimento da prevalência de excesso de peso da população brasileira, já apontada em 2002 por pesquisadores, superior a 200%, e estimava-se que cerca de 18% das crianças e adolescentes do sexo masculino e 15,4% do sexo feminino, já apresentavam sobrepeso ou obesidade (WANG; MONTEIRO; POPKIN, 2002). Recentemente, a prevalência de obesidade em crianças e adolescentes em todo o mundo aumentou de menos de 1% (equivalente a cinco milhões de meninas e seis milhões de meninos) em 1975, para quase 6% em meninas (50 milhões) e quase 8% em meninos (74 milhões) em 2016 (ABARCA-GÓMEZ et al., 2017).

Nesse contexto, observa-se que a prática de atividades físicas pode ser um dos principais responsáveis para um modo de vida saudável, trazendo consigo diversos fatores que conduzem à promoção da saúde e um efetivo desenvolvimento motor de crianças e adolescentes. Em qualquer idade, é um hábito importante para a manutenção da saúde, prevenção de doenças, bem-estar e desenvolvimento psicomotor, apresentando relação com o balanço energético e o controle da massa corporal (COSTA et al., 2014).

O Projeto Esporte na UENP para crianças e adolescentes, vem proporcionando com as suas diferentes modalidades esportivas, atividades que podem auxiliar no desenvolvimento global dos seus participantes. O projeto proporciona, gratuitamente, aulas de iniciação esportiva, basquetebol, voleibol, handebol, futsal, tênis, xadrez, dança, natação e jogos eletrônicos, nas dependências da UENP – Centro de Ciências da Saúde (CCS), localizada na cidade de Jacarezinho-PR. Atividades desenvolvidas em diferentes horários, possibilitando a diminuição da barreira relacionada à falta de tempo; motivando e integrando a população interna (discente, docente e técnico-administrativo) e externa, por meio das atividades esportivas (coletivas e individuais). Além disso, o projeto oportuniza aos acadêmicos da UENP vivenciarem atividades de extensão com o atendimento a comunidade externa; no ensino, como campo de estágio supervisionado direto e indireto; e na pesquisa, na avaliação dos participantes e com a disseminação dos resultados das ações do projeto, em eventos (institucionais e externos) e em artigos científicos.

## **2 METODOLOGIA**

O projeto acontece em quatro dias da semana (segunda, terça, quinta e sexta-feira), nos períodos da manhã, tarde e, início da noite. Atualmente atende mais de 300 crianças e adolescentes, na faixa etária entre 3 e 17 anos. As aulas são planejadas e posteriormente aplicadas, pelos acadêmicos/monitores do projeto, com a supervisão dos Docentes (Coordenadora e Profissionais formados).

As aulas buscam, como foco principal, proporcionar aos alunos a vivência lúdica e a iniciação técnica das modalidades, com estratégias de ensino voltadas para o domínio corporal; adaptação ao ambiente e materiais de jogo; prática do jogo global; atividades recreativas. As aulas são preparadas para abranger tanto as crianças quanto os adolescentes, visando sempre respeitar o tempo de desenvolvimento de cada um, tendo em vista os limites dos alunos para que não ocorra uma especialização precoce.

Todas as modalidades ofertadas no projeto são gratuitas e abertas a população. Além disso, são realizadas reuniões semanais com a equipe de monitores e professores, para o planejamento das aulas e ações do grupo, reuniões essas que ocorrem as quartas-feiras das 13:30h às 15:30h, denominado Grupo de Estudos em Desempenho Motor, Esporte e Saúde (GEDMES). O projeto conta

atualmente com 15 acadêmicos monitores bolsistas (Universidade Sem Fronteiras, PIBEX, PIBIS, PIBIC e PICV), 3 acadêmicos voluntários, 2 profissionais formados e 3 professores doutores, que estão envolvidos com as aulas do projeto, com pesquisas ao redor da temática, organizando atividades para a comunidade acadêmica e externa.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O projeto Esporte na UENP teve início, com aulas presenciais, em março de 2022, e logo na primeira semana fez mais de 200 atendimentos. Atualmente, atende mais de 300 crianças e adolescentes. As modalidades normalmente atendem todas as idades ao mesmo tempo, com exceção da natação, tênis e dança que as turmas são divididas por faixas etárias. Mesmo que algumas aulas sejam realizadas para todas as faixas etárias, essa prática é possível, levando em consideração o número de acadêmicos/monitores e do estágio supervisionado, que auxiliam na aplicação das atividades e no desenvolvimento das aulas.

As modalidades são destacadas de acordo com o número de participantes, como por exemplo a natação, com mais de 100 crianças, com faixa etária de 3 a 6 anos inscritas, o voleibol com mais de 60 adolescentes, o tênis com mais de 80 participantes entre crianças e adolescentes, o basquetebol com aproximadamente 50 alunos, a iniciação esportiva com 50 alunos, o handebol com 30 alunos e a dança com 30 alunos. Muitos dos alunos do projeto participam de mais de uma modalidade.

Os participantes do projeto passam por avaliações, sendo que até o momento foram realizadas duas etapas, a primeira quando iniciou o projeto, entre os meses de março e abril de 2022, e atualmente, está ocorrendo a coleta da segunda avaliação. Nessas avaliações são utilizados protocolos para avaliar o estado nutricional, o desempenho físico e esportivo, (PROESP-BR, 2021), e as habilidades motoras (TGMD-2) (ULRICH, 1985).

Além do atendimento para comunidade externa, o projeto proporciona, no meio acadêmico, a relação de ensino, pesquisa e extensão, proporcionando aos acadêmicos do curso de Educação Física a possibilidade de aprender e se aprofundar em diversas modalidades esportivas e físicas, além de vivenciar situações significativas para desenvolver, programar, planejar e ensinar. O projeto tem sido campo de estágio supervisionado obrigatório e não obrigatório para o

curso de Educação Física. Está sendo fonte de pesquisa para o desenvolvimento de iniciação científica, participação de eventos científicos, elaboração de artigos e TCC.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As aulas do Projeto Esporte na UENP para crianças e adolescentes contribuem de forma positiva com o público envolvido, proporcionando atitudes que lhes permitam adotar um estilo de vida fisicamente ativo, além de proporcionar benefícios para a saúde a médio e longo prazo, estimulando a melhora da qualidade de vida e desenvolvendo o interesse pelo esporte desde a infância. Pôde-se observar que o esporte quando utilizado de forma pedagógica, torna-se uma ferramenta benéfica para melhorar diretamente e indiretamente aspectos psicológicos do tipo socializador de crianças e adolescentes, pois pode influenciar seu comportamento e reduzir alguns aspectos negativos vivenciados durante a fase de isolamento, adotado durante a pandemia do COVID-19.

#### **REFERÊNCIAS**

ABARCA-GÓMEZ, et al. Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128· 9 million children, adolescents, and adults. **The Lancet**, v. 390, n. 10113, p. 2627-2642, 2017.

BARBOSA, Franck Nei Monteiro; CASOTTI, Cezar Augusto; NERY, Adriana Alves. Health risk behavior of adolescent scholars. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 25, 2016.

WANG, Y.; MONTEIRO, C.; POPKIN, B. M. Trends of obesity and underweight in older children and adolescents in the United States, Brazil, China, and Russia. **The American journal of clinical nutrition**, v. 75, n. 6, p. 971-977, 2002.

COSTA, C. L. A., et al. Efeito de um programa de intervenção motora sobre o desenvolvimento motor de crianças em situação de risco social na região do Cariri – CE. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 25, p. 353-364, 2014.

PROESP-BR, P. E. B. [www.ufrgs.br/proesp](http://www.ufrgs.br/proesp), 2016 Disponível em: <<https://www.ufrgs.br/proesp/arquivos/manual-proesp-br-2016.pdf>>.

ULRICH, D. A.; SANFORD, C. B. **Test of gross motor development**. Austin, TX: Pro-ed, 1985.