

Esportizando: qualidade de vida e saúde no espaço escolar.

Bernardo Manghi Lhul, Leila de Almeida Castillo*

Orientador(a)*

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS) - Campus Canoas. Canoas, RS

O projeto Esportizando: qualidade de vida e saúde no espaço escolar surge como resposta à necessidade de abrir oportunidades para estudantes do IFRS – Campus Canoas à prática regular de atividades físicas, devido ao grande aumento do sedentarismo entre adolescentes e, especialmente, pelo fato de que o componente curricular de educação física está presente em apenas dois dos quatro anos dos cursos técnicos integrados, sendo ausente nos cursos superiores. Fundamentado na Política de Educação Física, Esporte e Lazer (PEFEL) e no Plano de Desenvolvimento Institucional (PDI), o projeto tem como objetivo principal promover hábitos saudáveis, bem-estar e qualidade de vida por meio da cultura corporal do movimento com proposta inclusiva em todos os aspectos – gênero, raça, etnia, condição socioeconômica, religião – e visa não apenas à melhora da saúde física, mas também ao desenvolvimento social, emocional e cognitivo dos participantes e como objetivos secundários incentivar o gosto pela prática esportiva, ampliar o vocabulário motor, reduzir vulnerabilidades sociais e favorecer a permanência e o êxito escolar. Para alcançar esses objetivos, utiliza-se uma metodologia baseada na adesão espontânea dos estudantes à realização de treinos esportivos e encontros regulares, desenvolvidos respeitando os níveis de iniciação, treinamento e recreação, considerando que nem todos os participantes buscam competição, mas sim fazer parte de um grupo ou manter-se ativos de forma regular. As atividades são avaliadas e definidas em conjunto com os participantes por meio de reuniões, permitindo que o projeto atenda de forma democrática e personalizada às necessidades do grupo. Espera-se alcançar como resultados, uma expressiva participação estudantil nos treinamentos e a realização de atividades recreativas e competitivas, incluindo premiações em eventos como o JIFRS, além do retorno positivo dos estudantes em relação às experiências vivenciadas. Espera-se que o projeto tenha cumprido seu papel de promover a saúde, o bem-estar e o pertencimento estudantil, além de contribuir significativamente para a formação integral dos participantes, fortalecendo os vínculos escolares, incentivando práticas inclusivas e consolidando o IFRS – Campus Canoas como um espaço de ensino, pesquisa e extensão comprometido com a qualidade de vida e a educação integral.

Palavras-chave: Educação Física. Inclusão. Saúde.

Nível de ensino: Ensino Técnico - Oral

Área do conhecimento: Ciências Humanas