

Projeto esportizando no ensino

¹Artur Kuhn Silva

*Leila Almeida Castillo

*Orientador(a)

¹Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS) - *Campus* Canoas.
Canoas, RS, Brasil

O Projeto Esportizando é uma iniciativa que proporciona vivências lúdico-esportivas com foco na prática esportiva no ambiente escolar, promovendo qualidade de vida. Sua abordagem valoriza a prática de atividades físicas na escola, promovendo a compreensão dos benefícios físicos, mentais e sociais associados à atividade física, permitindo que todos, independentemente de habilidades motoras, se envolvam e desfrutem dessas atividades. O Projeto Esportizando tem como objetivo promover atividades físicas e um engajamento saudável na escola, estimulando a participação ativa nos esportes e realçando seus benefícios físicos, mentais e sociais. O projeto se destaca por criar um ambiente inclusivo, onde todos os indivíduos, independentemente de suas habilidades motoras, são incentivados a participar das atividades físicas e esportivas. A metodologia do projeto foi cuidadosamente planejada para garantir que os participantes pudessem se envolver em uma variedade de atividades, incluindo o xadrez, independentemente de seu nível de habilidade. São realizadas ações para promover o interesse pela prática de atividades físicas e o desenvolvimento bio-psico-social dos participantes, envolvendo estudantes, professores e membros da comunidade escolar por meio de oficinas, torneios e atividades recreativas. Os torneios esportivos criam uma competição saudável, incentivando a participação e promovendo o espírito esportivo com dignidade e respeito pelas regras, ajudando a compreender os benefícios do esporte para a saúde física e mental. No campus Canoas, as aulas de educação física ocorrem apenas nos 1ºs e 2ºs anos. Portanto, o Projeto Esportizando oferece uma alternativa aos estudantes dos 3ºs e 4ºs anos para continuarem a praticar atividades físicas ou modalidades esportivas, promovendo um estilo de vida saudável e enfatizando a inclusão, garantindo que todos se sintam bem-vindos e capazes de participar. As atividades são adaptadas para atender a diversos níveis de aptidão física, garantindo que ninguém seja excluído com base em suas habilidades. Entendemos que hábitos saudáveis promovem a saúde e devem ser incentivados como o primeiro passo para a prática de atividades físicas, estando presentes em toda a formação do indivíduo. A consciência corporal também desempenha um papel importante na promoção da autoestima. Na política da Educação Física, Esporte e Lazer do IFRS, o projeto de ensino Esportizando incorpora os princípios das práticas corporais relacionadas à cultura corporal do movimento (PCRCCM). O projeto tem realizado uma variedade de atividades, incluindo oficinas de dança e xadrez, aulas de judô, treinamento em modalidades esportivas, torneios interclasses, além de treinamentos preparatórios para as equipes em suas modalidades esportivas e a participação em torneios como o JIFRS. O envolvimento dos estudantes no JIFRS motiva uma maior participação nas oficinas e atividades do projeto.

Palavras-chave: vivências lúdico-esportivas, qualidade de vida e saúde, esporte e inclusão na escola.

Nível de ensino: Ensino Médio/Técnico

Área do conhecimento: Ciências da Saúde