



NATAÇÃO NA UFGD: AVALIAÇÃO DA COMUNIDADE PARTICIPANTE DAS TURMAS DE INICIAÇÃO E DE CONDICIONAMENTO PARA ADULTOS

RODRIGUES, Wagner Augusto Lima¹ (wagner_199@outlook.com); **DE PAULA, Gabriel Rubens Santos¹** (gabrielrubenscarioca@hotmail.com); **DE FREITAS JUNIOR, Neilton¹** (ohijunior@gmail.com); **GOMES, Lara Elena²** (laragomes@ufgd.edu.br)

¹Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física da UFGD – Dourados;

²Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física da UFGD – Dourados.

O projeto “Natação na UFGD – nadando para saúde e bem estar” acontece as terças e quintas-feiras na piscina da Reitoria da UFGD, com quatro turmas, de crianças a adultos. Com o intuito de melhorar nossas ações e de compreender a importância do projeto para os participantes das turmas de iniciação e de condicionamento dos adultos, o objetivo deste trabalho foi verificar os benefícios percebidos pela comunidade e avaliar as atividades desenvolvidas no projeto na perspectiva da comunidade envolvida. Foi realizada uma entrevista semiestruturada com cinco perguntas para ambas as turmas com a finalidade de saber quais eram os objetivos pessoais de cada um, as expectativas, os benefícios percebidos até o momento, qual conceito de aula de natação eles tinham antes e depois do projeto e quais as críticas e sugestões de cada um para a melhoria do projeto. Participaram oito alunos da turma de iniciação (três estudantes da UFGD e cinco da comunidade externa) e sete alunos da turma de condicionamento (três estudantes da UFGD e quatro da comunidade externa). Seis dos oito alunos da turma de iniciação falaram que tinham como objetivo aprender a nadar; já na turma de condicionamento, o objetivo dos participantes era fazer um exercício físico visando à saúde no geral, combater o sedentarismo e aprimorar as técnicas de nado. Todos disseram que o projeto está atingindo as suas expectativas. Os benefícios percebidos pelos alunos de ambas as turmas variaram entre melhora da autoestima, da respiração, bem-estar em geral e diminuição de dores que sentiam, além de uma melhora na flexibilidade e na disposição. Em relação à visão de cada um antes e depois do início do projeto, as respostas foram variadas também, uns se surpreenderam pelas aulas serem interativas, outros pela quantidade de técnicas que existem para nadar, uns achavam que natação era só para criança ou não faziam nem ideia de como seria. Os participantes, em geral, não citaram nenhuma crítica e tiveram como sugestões a continuidade do projeto, uma maior disponibilidade de horários, o uso de raías e uma piscina com água aquecida para não parar no inverno. Portanto, podemos observar que o projeto está contribuindo para os seus participantes e está promovendo significativamente a aprendizagem do nadar, além de saúde, porém ainda são necessárias algumas melhorias, principalmente, em relação à estrutura física da Universidade.

Palavras-chave: projeto de extensão, benefícios, nadar.

Agradecimentos: Pró-Reitoria de Extensão e Cultura da UFGD; Edital PROEX/PIBEX/PIVEX N°39, de 10 de julho de 2018.