

## RELATÓRIO FINAL DAS ATIVIDADES DE EXTENSÃO

### 1. IDENTIFICAÇÃO DA ATIVIDADE

**TIPO:** Projeto

**TÍTULO:** QUALIDADE DE VIDA NO ÂMBITO FÍSICO

**CURSO:** EDUCAÇÃO FÍSICA

**MÓDULO:** 2

**PROFESSOR RESPONSÁVEL:** FRANCISCO PAULINO DE ABREU NETO

**PERÍODO DE REALIZAÇÃO:** 2º SEMESTRE/2021

### 2. DESENVOLVIMENTO E CONSIDERAÇÕES

#### Contextualização

Nosso principal foco foi dar ênfase aos estudos que comprovam que as modalidades como futebol e handebol, bem como o acompanhamento do crescimento e desenvolvimento da criança em seus estágios iniciais e a manutenção da postura corporal estão diretamente ligadas além de promoverem algum benefício para a qualidade de vida e uma boa saúde. A partir do tema definido e bem compreendido, traçamos uma revisão bibliográfica, seguida da elaboração de um artigo científico que contém todas as informações aqui elucidadas.

#### Desafio

O desafio proposto no projeto se deu por meio de debater a aplicabilidade das unidades de estudo do segundo semestre, correlacionadas à saúde e ao bem-estar do indivíduo.

#### Cronograma das Ações

03/08/2021 - Encontro 1;  
10/08/2021 - Encontro 2;  
17/08/2021 - Encontro 3;  
24/08/2021 - Encontro 4;  
31/08/2021 - Encontro 5;  
21/09/2021 - Encontro 6;  
28/09/2021 - Encontro 7;  
05/10/2021 - Encontro 8;  
19/10/2021 - Encontro 9;  
26/10/2021 - Encontro 10;  
08/11/2021 - Encontro 11;  
16/11/2021 - Encontro 12;  
23/11/2021 - Encontro 13.

## Síntese das Ações

13/08/2020 - Apresentação inicial: No primeiro encontro, tivemos acesso ao tema e também tiramos dúvidas sobre possíveis pesquisas científicas.

20/08/2020 - Encontro 2: O segundo encontro foi o dia de definir os membros de cada grupo e suas respectivas funções dentro da execução do tema proposto. A partir desta data as ações foram organizadas pelos próprios discentes e seus grupos, os encontros realizados foram feitos via Google Meet e discussões via WhatsApp, deixando apenas os prazos de entrega pré estabelecidos.

08/10/2020 - Entrega etapa 1: Neste encontro os membros dos grupos ficaram incumbidos de apresentar 4 artigos científicos relacionados ao tema do projeto e as unidades de ensino trabalhadas no semestre, onde os orientadores e professores avaliaram a pertinência ao assunto.

22/10/2020 - Entrega etapa 2: Após ouvir sugestões dos professores, iniciamos a elaboração da escrita da pesquisa, e no dia 22 apresentamos a introdução e metodologia do trabalho realizado. Seguindo o objetivo de correções e orientações para melhorias.

29/10/2020 - Apresentação dos resultados: Após finalizar os resultados, elaboramos a apresentação aos professores, onde unindo todas as partes já apresentadas, tivemos um primeiro esboço do que será nosso artigo, e partimos para a fase final que é a união de toda a revisão, introdução, objetivos, metodologia, resultados e por fim considerações finais do grupo.

12/11/2020 - Entrega do projeto escrito para correção: Como já aludido anteriormente na data do dia 12 entregamos o artigo já finalizado para correções, bem como recebemos as instruções e o modelo para o banner de apresentação do encontro com a escola do bem estar.

30/11/2020 - Apresentação no Encontro da ESCOLA DO BEM ESTAR: O objetivo da mesa redonda, foi trazer a vivência que tivemos com este projeto para os demais cursos, que trabalharam com o mesmo tema, e debater a importância da pesquisa para a contextualização de tudo estudado neste semestre.

### a. Aspectos Positivos:

Tivemos por aspectos positivos a elaboração de um artigo científico seguindo as Normas ABNT, pudemos pesquisar sobre os temas e elucidar ainda mais os conteúdos expostos em sala de aula. Além da troca interdisciplinar, apresentando um pouco da importância dos profissionais de educação física, e aprender sobre os demais cursos da área da saúde.

### b. Dificuldades encontradas:

Não houveram dificuldades, e todas as dúvidas existentes no decorrer foram facilmente sanadas pelo orientador.

**c. Resultados atingidos:**

Após a pesquisa ficou evidente que a prática de exercícios físicos é benéfica, pois tira o indivíduo do sedentarismo, melhora a saúde, evitando ou atrasando o aparecimento de patologias, prolongando a vida com mais qualidade.

**d. Sugestões / outras observações:**

Sem sugestões/observações