

## **CENTRO DE EXCELÊNCIA EM ATLETISMO DO IFRR/CBV**

*Edivaldo Pereira da Silva<sup>1</sup>, Carlos Eduardo da Silva Frota<sup>2</sup>, Carlos Eduardo Tavares Chaves<sup>3</sup>, Luciano da Silva Willian<sup>4</sup>*

**Resumo:** O Projeto de Extensão Centro de Referência em Atletismo do IFRR/CBV consiste em oportunizar saúde, educação e desenvolvimento físico-motor, através da introdução dos fundamentos e técnicas básicas de atletismo para jovens do sexo feminino e masculino, de 11 a 17 anos, de segundas a sextas-feiras, no período de 08 de abril a 05 de julho de 2024, de 18h às 19h30 no Campus Boa Vista do IFRR. Participaram 24 adolescentes de 11 a 17 anos com o público diverso de estudantes do IFRR/CBV, IFRR/CAB, público externos como imigrantes e adolescente em socioeducativo. De 15 a 19 de abril, foram apresentados as provas aos todos os participantes e realizado testes de provas para dividi-los em quatro grupos: velocidade, longa distância, saltos, lançamentos e arremessos. Os treinamentos foram pautados pelos meios e métodos adequados respeitando os aspectos biológicos e morfológicos dos participantes. As aulas foram segmentadas em aquecimento, atividade principal e alongamento final. Os atletas foram submetidos cargas controladas de treinamento técnico e físico por um período longo de tempo, respeitando-se seu desenvolvimento biológico para que suporte tais cargas ao longo de todo o processo de treinamento. Com o objetivo de acompanhar a resposta ao treinamento, os atletas foram submetidos a avaliações físicas de força, flexibilidade, resistência aeróbia e velocidade ao final de cada mês de projeto, além de participarem de competições internas para fortalecer a motivação e aspectos emocionais do participante. As atividades de desenvolvimento motor, musculação e treinamento técnico do Projeto ocorreram na Pista de Atletismo, Sala de Musculação, Laboratório de Medidas e Avaliação do Campus Boa Vista e em apoio com o Instituto do Desporto de Roraima, na Pista de Atletismo Flamarion Vasconcelos do Complexo Poliesportivo Engenheiro Rivaldo Neves, no Parque Anauá. Como conclusão das atividades do projeto, houve adesão dos participantes que competiram nos Jogos Escolares de Roraima representando o IFRR e outras instituições, resultando em participantes alcançando o 3º lugar na corrida de 400m rasos e outra atleta em 1º lugar nas provas de 800m e 2000m rasos contemplando o índice técnico para representar o estado nos Jogos Escolares Brasileiros de 12 a 14 anos em Recife-PE. Além disso, outros atletas do projeto, alcançaram premiados em 2º e 4º lugar na corrida de orientação da Federação de Desporto Escolar de Roraima, além dos estudantes atletas do IFRR, participantes do projeto, alcançarem 9 classificações em primeiro lugar, 6 em segundo e 1 em terceiro nos Jogos dos Institutos Federais de Roraima. Resultados em medalhas que refletem o objetivo do projeto quanto o aprimoramento da condição física geral durante a execução, além do envolvimento da

<sup>1</sup>Técnico Administrativo do IFRR/Campus Boa Vista e Professor de Educação Física. E-mail: [edivaldo.pereira@ifrr.edu.br](mailto:edivaldo.pereira@ifrr.edu.br)

<sup>2</sup>Acadêmico de Licenciatura em Educação Física e Bolsista do Pbaex/IFRR/Campus Boa Vista. E-mail: [carlosfrota69@gmail.com](mailto:carlosfrota69@gmail.com)

<sup>3</sup>Acadêmico de Licenciatura em Educação Física Voluntário do Projeto Pbaex/IFRR/Campus Boa Vista. E-mail: [edu.carlostc@gmail.com](mailto:edu.carlostc@gmail.com)

<sup>4</sup>Acadêmico de Licenciatura em Educação Física Voluntário do Projeto Pbaex/IFRR/Campus Boa Vista. E-mail: [luciano.w@academico.ifrr.edu.br](mailto:luciano.w@academico.ifrr.edu.br)

comunidade externa em uma atividade esportiva, valorizando a integração social e promovendo ações no IFRR.

**Palavras-chave:** Atividade física. Atleta. Atletismo. Extensão.

**Apoio financeiro:** Pbaex/IFRR.

<sup>1</sup>Técnico Administrativo do IFRR/Campus Boa Vista e Professor de Educação Física. E-mail: [edivaldo.pereira@ifrr.edu.br](mailto:edivaldo.pereira@ifrr.edu.br)

<sup>2</sup>Acadêmico de Licenciatura em Educação Física e Bolsista do Pbaex/IFRR/Campus Boa Vista. E-mail: [carlosfrota69@gmail.com](mailto:carlosfrota69@gmail.com)

<sup>3</sup>Acadêmico de Licenciatura em Educação Física Voluntário do Projeto Pbaex/IFRR/Campus Boa Vista. E-mail: [edu.carlostc@gmail.com](mailto:edu.carlostc@gmail.com)

<sup>4</sup>Acadêmico de Licenciatura em Educação Física Voluntário do Projeto Pbaex/IFRR/Campus Boa Vista. E-mail: [luciano.w@academico.ifrr.edu.br](mailto:luciano.w@academico.ifrr.edu.br)