

VOLEYBASKET - MENOS TELA, MAIS MOVIMENTO.

Gisela Hahn Rosseti¹, Leandro Williams Peres Fernandes²

O projeto de extensão *Voleybasket – Menos Tela, Mais Movimento*, vinculado ao IFRR Campus Boa Vista Zona Oeste, foi desenvolvido na Escola Municipal Raimundo Eloy Gomes, no bairro Laura Moreira, com o objetivo de incentivar crianças de 7 a 12 anos a reduzir o tempo de exposição às telas a partir do incentivo à prática de atividades físicas, especialmente voltadas para as modalidades de voleibol e basquetebol. Inicialmente, a meta era atender 60 crianças, mas ao longo da execução do projeto mais de 100 crianças participaram das atividades semanais. Nas práticas, foram desenvolvidas atividades de aquecimento, exercícios relacionados aos fundamentos técnicos das modalidades – adaptados à faixa etária, jogos recreativos e momentos de volta à calma. Durante as práticas, observou-se o comportamento dos participantes, quanto ao interesse em participar das atividades, à interação entre eles e ao desenvolvimento dos movimentos propostos. Observou-se um envolvimento crescente, entusiasmo para a participação, inclusive, devido à quantidade, à diversidade de materiais utilizados (bolas e cones diversos, arcos, impressos, entre outros). As atividades foram planejadas de forma que todos os participantes pudessem vivenciar os movimentos, respeitando as diferenças individuais, apoiando e orientando os que tivessem mais necessidades. Ao longo do projeto foram realizadas reuniões semanais com a equipe, nas quais eram discutidos os ajustes nos planos de aula e estratégias para melhorar o engajamento. Foram feitos vídeos e registros fotográficos das atividades. O desenvolvimento do projeto permitiu observar a adesão e satisfação dos participantes às práticas, o que, consequentemente contribui para melhoria da saúde dos participantes, melhoria de habilidades físicas e motoras, fortalecimento das práticas de trabalho em equipe e de habilidades sociais e incentivo a um cotidiano mais ativo fisicamente, com menos uso de telas. Além de contribuir para a autonomia e desenvolvimento de competências e habilidades do aluno bolsista, reforçando a importância das atividades de extensão como meio de integrar o conhecimento e habilidades aprendidas no âmbito escolar à realidade da comunidade, proporcionando um espaço de aprendizado, inclusão e transformação social.

Palavras-chave: Adolescentes; Basquetebol; Crianças; Voleibol.

Apoio financeiro: Pbaex/IFRR.

¹Professora do IFRR/Campus Boa Vista Zona Oeste. E-mail: gisela.rosseti@ifrr.edu.br

²Bolsista do Pbaex/IFRR/Campus Boa vista Zona Oeste. E-mail: leandrowillianperes@gmail.com