

ASPECTOS DIDÁTICOS PARA O DESENVOLVIMENTO DA GPT COM PESSOAS IDOSAS INSTITUCIONALIZADOS

Andressa Caroline de Moura Martins

Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, Brasil.

andressa.martins@ufvjm.edu.br

Priscila Lopes,

Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, Brasil.

priscila.lopes@ufvjm.edu.br

Resumo

As diretrizes da extensão universitária orientam o desenvolvimento de ações que promovam relações entre a instituição e os setores sociais a partir do diálogo e da troca de saberes, fundamentadas por metodologias que estimulam a democratização do conhecimento. Com isso, espera-se uma atuação transformadora voltada aos interesses e às necessidades da população, contribuindo para o desenvolvimento social e regional, incluindo-se a universidade pública como parte da sociedade que precisa ser impactada e transformada, fato que imprime à extensão um caráter essencialmente político (FORPROEX, 2012). O presente estudo objetiva analisar os conhecimentos construídos por estudantes de Educação Física do projeto de extensão Longevidade da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri sobre o trato da Ginástica para Todos (GPT) em uma Instituição de Longa Permanência para Pessoas idosas (ILPI) de Diamantina/MG. Trata-se de um relato de experiência que analisou 14 diários de campo redigidos por duas monitoras voluntárias no decorrer do projeto, desenvolvido no primeiro semestre de 2023, nos quais os dados sobre os itens envolvimento das pessoas idosas com as atividades, avaliação final de cada encontro e percepções pessoais das monitoras foram tratados por meio da Análise Temática (Braun; Clarke, 2006). A partir da análise dos depoimentos nos diários de campo à cerca dos aspectos didáticos, encontramos 5 grandes temas com subtemas, sendo eles: 1) Atividade (quantidade; diversificação; inclusão); 2) Material (quantidade; diversificação); 3) Tempo (quantidade); 4) Espaço (adequação; organização); 5) Monitores (quantidade; mediação). Os resultados indicam que ao se trabalhar GPT em ILPIs precisamos nos atentar a quantidade e tipo de material, priorizando um material por encontro para que eles tenham mais tempo de realizar as atividades, cada um na sua condição e para que eles usufruam o máximo possível de cada material e também diversificando os materiais ao decorrer do semestre para estimular novas vivências, conhecimentos e estimular a prática frequente. Também notamos que é preferível valorizar a qualidade no lugar de quantidade, menos atividades por aula e mais qualidade nas atividades e movimentos realizados. O espaço utilizado faz toda diferença na prática, um espaço mais amplo garante mais segurança para os mesmos e melhor desenvoltura dos monitores, porém é preciso que eles se sintam confortáveis no local, por exemplo, com clima mais fresco é preferível um local mais fechado e aconchegante, garantindo que mais pessoas idosas participem. O tempo de aula também é crucial, os monitores devem chegar mais cedo para organizar o espaço e levar as pessoas idosas para o local da prática, a fim de utilizar todo o tempo disponível deles na prática em si. Para uma atividade mais segura e melhor assessorada é preciso uma quantidade de

Palavras-chave:

Ginástica para todos;
Instituições de longa
permanência para pessoas
idosas;
Aspectos didáticos;
Projeto de extensão

monitores equivalente a quantidade de pessoas idosas participantes, visto que alguns precisam de acompanhamento direto, além disso, o incentivo vindo dos monitores durante a prática é de suma importância para o êxito da atividade e para que eles se sintam acolhidos e motivados. É preciso pensar em movimentos que contemplem todas as articulações do corpo em todos os encontros e explorar movimentos e atividades diversificadas que usufruam do melhor de cada idoso, como atividades em pé, para os que ficam em pé, por exemplo, e em contrapartida sempre pensar em atividades adaptadas para que todos possam ser incluídos. Diante do exposto, a prática da GPT em ILPIs é totalmente possível e encorajada, uma vez que é de suma importância para o bem-estar físico e mental das pessoas institucionalizadas. Esse relato tem como objetivo oferecer um norte para que outras instituições implementem essa prática e para que possamos continuar evoluindo o projeto e nossa atuação como profissionais.

Referências

Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Universidades Públicas Brasileiras – FORPROEX. **Política nacional de extensão universitária**. Manaus, AM, 2012.

BRAUN, Virginia; CLARKE, Victoria. Using thematic analysis in psychology. **Qualitative research in psychology**, v. 3, n. 2, p. 77-101, 2006.