



**ESPORTES INDIVIDUAIS E COLETIVOS, AVALIAÇÃO E EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E O DESPERTAR ÉTICO, COMO FERRAMENTAS PARA O APRIMORAMENTO DO DESEMPENHO MOTOR, FÍSICO E SOCIAL DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE.**

**Mostra Local de:** Londrina - PR

**Categoria do projeto:** Projeto em execução

**Nome da Instituição/Empresa:** Centro Universitário Filadélfia/UNIFIL

**Cidade:** Londrina - PR

**Contato:** [rosana.moreira@unifil.br](mailto:rosana.moreira@unifil.br) / (43)3328-2316

**Autor (es):** Rosana Sohaila Teixeira Moreira

**Equipe:** Prof. Ms. Écliton dos Santos Pimentel; Prof<sup>a</sup>. Esp. Mirtz Ayumi Nakamura; Prof<sup>a</sup>. Dra. Lázara Pereira Campos Caramori

**Parceria:** Centro Universitário Filadélfia/UNIFIL

**Objetivo(s) de Desenvolvimento do Milênio trabalhado(s) pelo projeto:** Objetivo 8

## **INTRODUÇÃO**

**1. JUSTIFICATIVA:** A atividade física desempenha um papel fundamental no desenvolvimento da criança, bem como no fator psicológico, social, no crescimento e desenvolvimento corporais, aprendizagem motora e aptidão física. De acordo com o Colégio Americano de Medicina Esportiva, a aptidão física para a criança e adolescente deve ser desenvolvida como primeiro objetivo de incentivo a adoção de um estilo de vida apropriado com a prática de exercícios por toda a vida, com o intuito de desenvolver e manter condicionamento físico suficiente para melhoria da capacidade funcional e da saúde (ACSM, 2007). Se os padrões de atividade física adquiridos na infância tiverem continuidade ao longo da vida adulta, o risco de doenças deve ser reduzido. É importante encontrar formas de motivá-los a manter um estilo de vida ativo ao longo de toda a existência. Vários estudos destacam que hábitos de atividade física, incorporados na infância e adolescência possivelmente possam transferir-se para idades adultas (GUEDES et al, 2006). Oliveira (2003) indica que as preferências alimentares das crianças, assim como as práticas de atividades físicas são influenciadas diretamente pelos hábitos de vida dos pais, que muitas vezes persistem na idade adulta, reforçando a hipótese que fatores ambientais são decisivos na manutenção de hábitos de vida saudáveis. Portanto promover hábitos nutricionais saudáveis e atividade física constante com foco no combate ao comportamento sedentário deve



ocorrer desde a infância e o ambiente pode favorecer ou não. Assim no caso de crianças que participam de projetos sociais com foco na vulnerabilidade social, a preocupação com o ambiente deve ser maior, cabendo aos envolvidos minimizar as influências negativas oriundas de um lar desestruturado e normalmente sem preocupações com a qualidade de vida das crianças. Para estruturação de ações consistentes na promoção da saúde nos aspectos nutricional, físico e ético da criança, um dos primeiros procedimentos é conhecer a condição da mesma quanto aos componentes de aptidão física relacionados a saúde (composição corporal, resistência cardiorrespiratória, força, resistência e flexibilidade), psicológicos e sociais. Compreendendo esta necessidade das crianças acolhidas pelo Meprovi Pequeninós e considerando os objetivos da UNIFIL e dos Cursos de Educação Física e Nutrição, ou seja, na formação de um profissional ampla e baseada na prática é que, propomos este projeto de extensão que atende tanto a demanda de formação acadêmica como os anseios da comunidade.

**2. OBJETIVO GERAL:** Identificar as carências físicas e sociais das crianças do Meprovi Pequeninós e estruturar ações que associem o aprimoramento da aptidão física utilizando diferentes esportes, a reeducação alimentar e o desenvolvimento da ética. E proporcionar aos discentes uma vivência prática em diferentes aspectos relacionados a atividade física e saúde, contribuindo para a sua formação profissional.

**3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:** Proporcionar aos discentes da Educação Física uma vivência prática em diferentes esportes (futsal, voleibol, basquetebol, atletismo e ginástica artística); Proporcionar aos discentes da Nutrição uma vivência prática em diferentes mecanismos de avaliação e orientação nutricional; Contribuir na integração social das crianças, através do esporte; Oportunizar a participação de meninas e meninos em atividades que propiciam o desenvolvimento físico, motor, psíquico e social, mediante orientação adequada; Oferecer estágio de Atividade Acadêmica Complementar aos acadêmicos do curso para que possam se aperfeiçoar no ensino da ética profissional e no desenvolvimento de diferentes esportes e na saúde; Facilitar e incentivar o desenvolvimento de pesquisas Desenvolver atividades de educação nutricional voltados a alimentação e saúde para a melhora do desempenho físico, motor, psíquico e social.

**4. VOLUNTÁRIOS:** 5 acadêmicos do curso de nutrição e 3 do curso de Educação Física (estes alunos participam do projeto com intuito de aprendizado da intervenção).

**5. ORÇAMENTO:** R\$ 14.000,00 no ano.