

## **A influência dos programas de extensão na qualidade de vida dos participantes e no processo de aprendizagem profissional dos responsáveis pelo projeto de extensão em natação.**

E.C. Rezende, J.V. Freitas, P.H.P. Lima, L.A. Costa, P.A.V. Martins, M.P. Rosa, E.F.V. Faria.

### **Introdução**

A extensão, como elemento constituinte das ações universitárias, pode apresentar características filosóficas distintas transitando por três campos conceituais: A concepção *assistencialista*, pela qual se atribui um “compromisso social” às universidades considerando que seja necessária uma atuação de assistencialismo, servindo para substituir funções governamentais não atribuídas???? (Batomé, 1996; Morais, 1996; Marcovitch, 1998); Na visão *mercantilista* da extensão, os orientadores e responsáveis utilizam dos programas para inserção no mercado e obtenção de recursos financeiros, visando a estruturação física do próprio programa ou pagamento de honorários aos profissionais (Jezine, 2004); Um modelo distinto da extensão, apresenta um novo pensamento teórico prático, proporciona um novo pensar e fazer, que considera que, juntamente com as funções de pesquisa e ensino, constitui elemento fundamental no processo de formação acadêmica. (Serrano, 2001; Gramsci, 1989)

A Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) instituiu diferentes programas nos seus cursos de formação acadêmica, em oito áreas: “comunicação, cultura, direitos humanos e justiça, educação, meio ambiente, tecnologia e produção, saúde e trabalho”, nas quais articulam-se 53 subáreas temáticas. Os projetos abrangem as funções de “assessoria, consultoria, realização de eventos, apoio, formação/qualificação de pessoal, preservação, recuperação, difusão, divulgação, desenvolvimento de metodologia de intervenção, intervenção/atendimento, atenção, prevenção, desenvolvimento de sistemas, promoção/incentivo, articulação, adaptação, produção, cooperação, entre outras”. Dentre esse grande grupo de possibilidades a Faculdade de Educação Física e Desportos (FAEFID) oferece diferentes projetos de extensão. No seu quadro de atividades, juntamente com os projetos de pesquisa e as funções de exercício de docência em formação (processo de monitoria), decorrem os diversos programas de extensão. O projeto de “Aprendizagem e Aperfeiçoamento em Natação (PAAN)” e o “Programa Primeiro Tempo (PPT)” são exemplos deste modelo,

que oferecem a crianças e adultos, dos bairros próximos à UFJF, alunos, funcionários e filhos de funcionários da instituição – os participantes dos projetos- a oportunidade de acesso à prática da natação, do aprendizado das técnicas da modalidade esportiva, auxílio nos cuidados à saúde (principalmente problemas posturais e respiratórios), sociabilização, melhora da qualidade de vida e para os acadêmicos do curso de Educação Física a oportunidade de aplicação dos conhecimentos adquiridos durante o processo de formação e de construção de novos conhecimentos mediados pela prática da docência., o que baseia-se no modelo acadêmico de extensão.

O estado de melhoria da saúde dos participantes está entre um dos principais objetivos do PAAN e PPT, entretanto o conceito de saúde, dentro das ciências humanas e biológicas, possui parâmetros mais amplos além da ausência de doenças, aumento da expectativa de vida e a diminuição da mortalidade (Fleck et. al, 1999). Um conceito amplamente utilizado refere-se à qualidade de vida, expressão utilizada pelo ex-presidente americano Lyndon Johnson em 1964, em uma estrutura “universal cultural” independente de nação, cultura ou época, é importante que as pessoas se sintam bem psicologicamente, possuam boas condições físicas e sintam-se socialmente integradas e funcionalmente competentes (Fleck et al.1999). Uma definição clássica de qualidade de vida se refere “a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (WHOQL GROUP, 1994). A prática regular de exercícios físicos apresenta um importante fator de influência sobre os escores da qualidade de vida, sendo um dos domínios avaliados nos questionários sobre a capacidade funcional. O presente estudo analisa a influência dos programas de extensão no domínio de práticas físicas sobre a qualidade de vida dos participantes, além de avaliar o nível de importância dessas estruturas para o processo de formação acadêmica.

## **Metodologia**

Este estudo adotou um modelo descritivo que “tem como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou, então, o estabelecimento de relações entre variáveis” (Gil, 1993). A população estudada foi a dos participantes dos Projetos de Extensão em Natação oferecidos pela Faculdade de Educação Física e Desportos da UFJF e o fenômeno a ser descrito é a possível mudança na qualidade de vida dos participantes destes projetos. As variáveis consideradas no estudo são a prática da natação em projetos de extensão e a percepção de alterações na qualidade de vida dos participantes a partir do início desta

prática. Como os participantes dos projetos são, aproximadamente, 130, não foi realizada nenhuma forma de amostragem, mas responderam ao questionário todos os participantes que aceitaram participar do estudo, após terem sido informados sobre os objetivos do mesmo e suas condições de participação.

O estudo busca, ainda, apresentar a percepção dos acadêmicos do Curso de Educação Física que atuam como professores nos projetos sobre a importância desta participação em sua formação como docentes.

Segundo Quivy e Campenhoudt (2005), a intenção dos pesquisadores em ciências sociais não é apenas descrever, mas compreender os fenômenos e, para tanto, torna-se necessário recolher dados que mostrem o fenômeno de forma inteligível. Os instrumentos utilizados para a coleta de dados incluem documentos referentes à institucionalização do Projeto, e questionários aplicados aos participantes do Projeto com a finalidade de captar seu ponto de vista sobre os resultados obtidos por sua participação.

Os dados obtidos foram tratados através descritivamente, com a apresentação dos dados percentuais para demonstrar a incidência das respostas obtidas e a análise de conteúdo foi utilizada como estratégia de tratamento qualitativo dos dados.

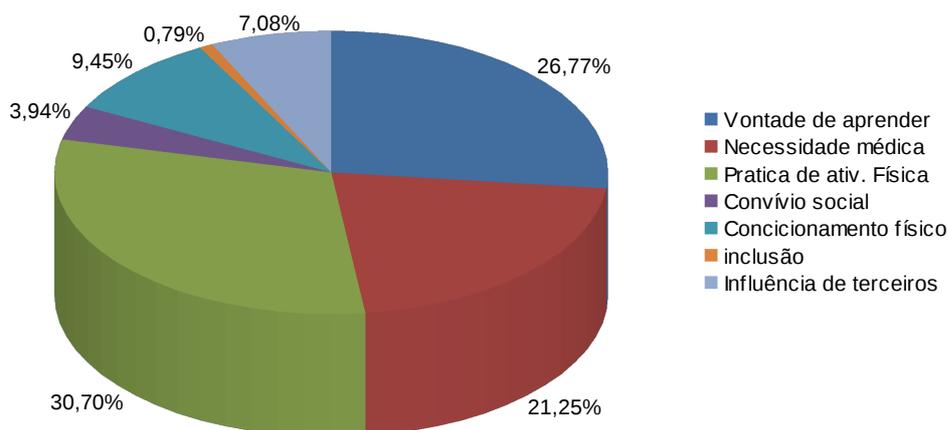
## **Resultados e discussão**

Neste estudo o tempo de participação no projeto é de 1,67 anos, em média sendo que os mais neófitos estão no projeto há pelo menos 6 meses. Em relação ao tempo representativo para a prática regular de exercício físico, seis meses de prática contínua refletem um bom nível de adesão (Dishman, 1998). Tal fator pode ser notado no tempo de participação dos alunos dos projetos analisado pela mediana, que foi de um semestre. Deve-se destacar que os projetos preenchem, anualmente, suas vagas através de um sorteio para o qual não são reservadas vagas para os que participavam no ano anterior. Mesmo assim, dado que pelo menos 60% dos participantes se reinscrevem para o sorteio, tem havido um contingente expressivo que consegue vagas para prosseguir participando do projeto. Os dados obtidos indicam que 100% dos participantes que responderam ao questionário consideraram a prática da natação como uma atividade prazerosa. Este dado pode representar uma aprovação à forma de desenvolvimento das atividades dos projetos uma vez que os participantes que aprenderam a nadar no projeto desenvolveram também um gosto pela atividade e não apenas um domínio técnico desprovido de significação para eles. Os que já sabiam nadar e procuraram o projeto para exercitar esta habilidade, como se mantém

no projeto por um tempo expressivo, também aprovam, tacitamente, a forma como as atividades são desenvolvidas.

O gráfico 1 apresenta as percentagens verificadas para os motivos apresentados pelos participantes para sua participação nos projetos.

Gráfico 1: Motivos para participação nos projetos



Sobre as razões que levaram os participantes aos projetos de natação, 26,77% e 30,70% dos avaliados consideraram a vontade de aprender e a prática da atividade física, respectivamente, como motivos determinantes para sua participação nos programas de extensão em natação. Considerando-se que o tempo médio de permanência no projeto aproxima-se dos dois anos, é possível inferir que os participantes estão satisfeitos com o desenvolvimento das atividades do projeto, o que contribui para que haja um interesse em permanecer como participante.

Estudo que analisou 120 idosos de dois programas de atividade física de Recife, identificou “melhorar a saúde”, “o desempenho físico” e “adotar um estilo de vida saudável” como os fatores mais significativos para a adesão à prática de exercícios físicos (Freitas, 2007) o que assemelha-se aos resultados encontrados no presente estudo.

Merece destaque entre os motivos que levaram os participantes a buscar os projetos de natação, a necessidade médica: 21,25% dos participantes informam que procuraram os projetos porque apresentam algum problema de saúde para o qual os médicos consideram que a prática da natação, especificamente, ou de uma atividade

física , de forma geral, pode ser um importante componente do processo de solução deste problema. Isto confirma um dado do sendo comum sobre o caráter benéfico para a saúde da prática da natação. Em geral os participantes que trazem recomendação médica para a prática da natação o fazem para a melhoria de problemas respiratórios ou posturais.

Aproximadamente 10% dos participantes buscou no projeto uma oportunidade de utilizar a natação como meio para a melhoria de seus níveis de condicionamento físico. A influência de terceiros – pais, irmãos, amigos – foi o motivo que levou 7,08% dos participantes a buscar os projetos de natação.

Outros motivos que levaram à inserção nos projetos foram: 3,94% por oportunidade de convívio social e 0,79% por inclusão, percentuais que poderiam ser interpretados conjuntamente uma vez que a inclusão social é uma forma de convívio social sem diferenciações entre as pessoas, independentemente de qualquer característica que venham a apresentar.

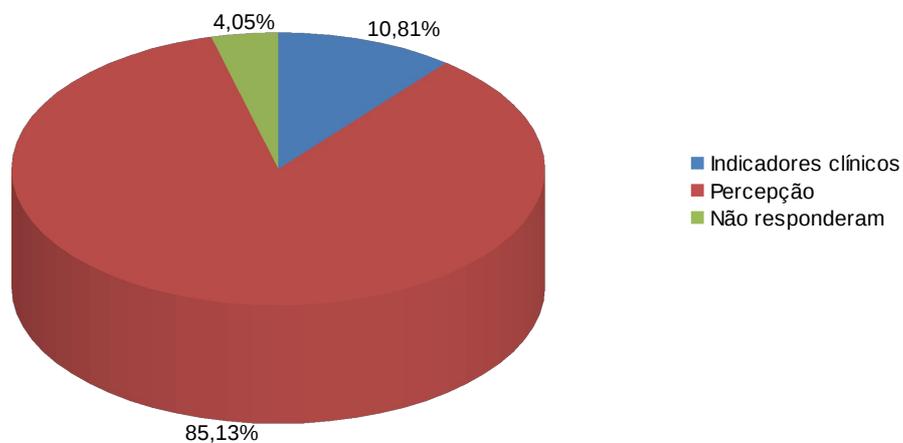
Ao se analisar a qualidade de vida, 95,9% dos entrevistados confirmaram melhorias neste marcador. Estudo feito nas unidades do SESC-DF com 986 pessoas conseguiu inferir que o bem-estar pessoal está como a variável mais significativa para a manutenção da prática de exercícios, sendo superior aos valores de referência para a prevenção de doenças (82,8%) (Castro, 2010). No presente estudo foram encontrados valores mais discrepantes, nos quais melhorias do estado de saúde obtidas por indicadores clínicos representaram apenas 10,8%, confirmando a ideia de que o conceito de capacidade funcional vai muito além da ausência de doenças ou limitações psicofísicas. Ainda assim, 85,13% dos participantes utilizaram-se da percepção como critério de identificação do parâmetro. Analisando-se os conceitos e definições a respeito da qualidade de vida e percepção:

*A qualidade de vida tornou-se um conceito amplamente difundido em diversas áreas, principalmente no meio acadêmico, por meio de estudos científicos relacionados à saúde. Alguns desses estudos têm sido criticados por autores que alegam que os instrumentos criados para medir a qualidade de vida na verdade avaliam diferentes fenômenos. Isto decorre da falta de consenso sobre o construto e da complexidade do fenômeno que se pretende avaliar. Há, contudo, concordância sobre o fato de que a qualidade de vida é composta por aspectos objetivos e subjetivos, positivos e negativos. As avaliações objetivas referem-se às conseqüências observáveis, enquanto as*

*subjetivas dizem respeito à percepção ou avaliação pessoal sobre determinado aspecto abordado.*

O gráfico 2 apresenta as respostas dadas pelos participantes referentes à critério adotado para avaliar a melhoria de sua qualidade de vida .

Gráfico 2: Critério adotados pelos participantes para avaliar a melhoria da qualidade de vida.



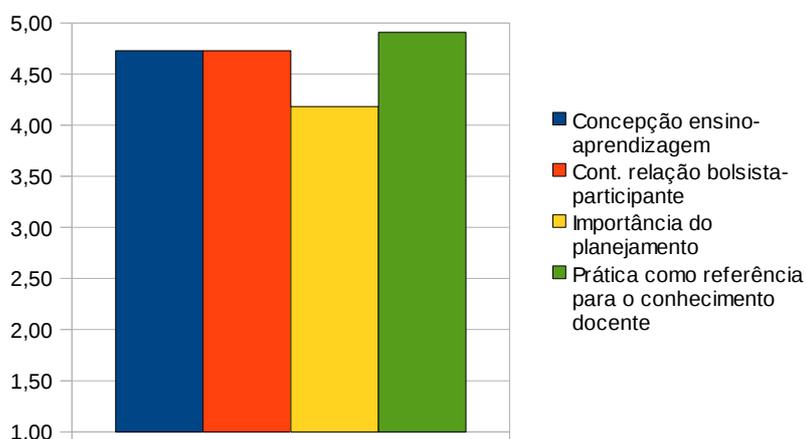
Considerando-se que os aspectos subjetivos são relevantes para a qualidade de vida, outro fator analisado foram as possíveis mudanças no convívio social pós-participação nos projetos. Para 71,62% dos alunos seu convívio social melhorou a partir de sua participação nos projetos. Percebe-se que ocorre, de fato, uma integração entre os alunos dos projetos o que pode ocorrer em função de atividades realizadas em duplas ou em pequenos grupos, mesmo considerando-se que a natação é um desporto individual, mas que nos projetos de extensão da FAEFID-UFJF é praticada em turmas com atividades coletivas e estímulo à cooperação entre os alunos e não ao componente competitivo decorrente de seu caráter desportivo. Para os bolsistas, alunos do curso de graduação em Educação Física da Universidade Federal de Juiz de Fora, os projetos de extensão em natação oferecem oportunidades para o exercício da docência sob supervisão, mas com a responsabilidade de dirigir as aulas.

A partir de um questionário respondido por ex-bolsistas e pelos bolsistas em atuação nos projetos buscou-se identificar a importância atribuída por eles à participação nos projetos de extensão em natação em relação à sua formação para a docência. A duração média da participação dos bolsistas foi de 2,09 semestres letivos.

Sobre a valorização da participação como bolsista, foram considerados os seguintes aspectos, avaliados pelos bolsistas numa escala de 1 a 5 na qual o valor 1 representa uma contribuição irrelevante e 5 uma contribuição muito relevante: concepção do processo ensino-aprendizagem, estabelecimento da Relação bolsista-participante do projeto, importância do planejamento, a prática como referência de conhecimento para a ação docente.

O gráfico 3 apresenta os valores médios apurados para a valorização feita pelos bolsistas:

Gráfico 3: Valorização feita pelos bolsistas para aspectos de sua participação nos projetos de extensão em natação



Dos dados apresentados observa-se que os bolsistas avaliam a participação nos projetos de natação como importante oportunidade para o desenvolvimento de suas competências docentes. No que se refere à concepção ensino-aprendizagem os bolsistas, numa escala de 1 a 5, avaliam em 4,73 a importância da participação nos projetos para o desenvolvimento e compreensão de uma concepção do processo ensino-aprendizagem. O mesmo valor é atribuído às possibilidades para exercitar o estabelecimento de uma relação professor-aluno, que no caso em questão significa a relação bolsista-participante.

A concepção do processo ensino-aprendizagem delinea a conduta docente a ser adotada pelo professor. Desta forma, possibilitar o desenvolvimento para o bolsista de uma concepção do processo ensino-aprendizagem, que não seja simplesmente um discurso, mas que efetivamente fundamente o exercício da docência é uma oportunidade formativa bastante significativa.

O mesmo raciocínio aplica-se para a experiência de se vivenciar a relação professor-aluno. A experiência de se identificar os interesses, possibilidades e limitações dos alunos e a necessidade de organizar um processo pedagógico que possa conduzir os alunos a seus objetivos, considerada a sua condição, exige que se estabeleça uma relação produtiva na qual o professor interaja com o aluno para que o desenvolvimento de ambos ocorra. Assim, quando os bolsistas valorizam em 4,73 esta experiência pode-se afirmar que esta foi uma experiência significativa para sua formação docente.

Após a experiência docente nos projetos os bolsistas valorizam em 4,18 a importância do planejamento para o desenvolvimento das aulas e valorizam em 4,91 a prática como referência de conhecimento para a ação docente. Estes dados parecem indicar que o planejamento é reconhecido como importante para orientar a ação dos bolsistas nas aulas, entretanto, o desenvolvimento das aulas, ao exigir constantes adaptações do que fora planejado exige e proporciona uma referência para o desenvolvimento de saberes docentes necessários ao desenvolvimento profissional como professor.

Numa tentativa de consolidar o valor atribuído pelos bolsistas à experiência de participação nos projetos de extensão, foi solicitada sua valorização para a importância desta participação para a sua formação como professor. O valor apontado pelos bolsistas foi de 4,91, o que expressa uma grande importância atribuída a esta experiência, o que reforça um entendimento de que a concepção acadêmica da extensão representa um novo pensamento teórico prático, proporciona um novo pensar e fazer, que articula-se com as funções de pesquisa e ensino da universidade.

## **Referências**

BOTOMÉ, Paulo Sílvio. Pesquisa alienada e ensino alienante o equívoco da extensão universitária. Petrópolis, RJ: Vozes, EDUCS, EDUFSCAR, 1996.

Castro, M. S., Miranda, M., Silva, N. L., Palma, A., & Resende, H. G. (2009). Motivos de ingresso nos programas de exercícios físicos oferecidos pelo Serviço Social do Comércio – DF. *Revista Movimento*, 15, 87-102.

Dishman, R. K. (1998). *Exercise adherence: Its impact on public health*. Champaign: Human Kinetics.

Fleck M, Leal O, Louzada S, Xavier M, Chachamovich E, Vieira G, Santos L, Pinzon V. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-100). Rev. Bras. Psiquiatr. 21 (1), 1999.

GRAMSCI, Antonio. Os intelectuais e a Organização da Cultura. 7a ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1989.

JEZINE, Edineide. "Mutiversidade e Extensão Universitária". In. FARIA, Dóris Santos de. (org.). Construção Conceitual da Extensão Universitária na América Latina. Brasília. UnB, 2001.

MARCOVITCH. A Universidade Impossível. São Paulo: Futura, 1998. MORAIS, Regis de. A Universidade Desafiada. Campinas: UNICAMP, 1997.

QUIVY, R., CARNPENHOUDT

L. V. Manual de Investigación em Pesquisas Sociales. Mexico: Limusa, 2005

SERRANO, Rossana Maria Souto Maior. "Extensão Universitária – Um projeto Político e Pedagógico em construção nas Universidades Públicas". Participação. Brasília. UnB. Ano 5, nº, 10, 2001. (p.26-28).