PROJETO DE EXTENSÃO DE ORIENTAÇÃO NA CAMINHADA E NA CORRIDA NO PARQUE DE EXPOSIÇÕES PEDRO FELÍCIO CAVALCANTI (CRATO-CE)

AUTORES: ISABEL ALVES DANTAS (Autor), ARIZA MARIA ROCHA (Orientador), Angelica Elias Dos Santos (Co-Autor), FRANCISCO RAIMUNDO GOMES FILHO (Co-Autor), Caio Diego Lopes (Co-Autor), Maria Carolina Gonçalves Dutra (Co-Autor)

PALAVRAS-CHAVE: Extensão; Caminha; Corrida.

RESUMO:
O projeto de extensão propõe o desenvolvimento da orientação na caminhada e na corrida no Parque de Exposições Pedro Felício Cavalcanti (Crato-CE) com enfoque no lazer, promoção da saúde e cidadania. Tem como objetivos, estimular a prática e orientação na caminhada e na corrida no Parque de Exposições Pedro Felício Cavalcanti (Crato-CE) na promoção da saúde e cidadania, instrumentalizar a formação pedagógica do monitor para o ensino e orientação e promover a prática sistemática e dirigida da caminhada e corrida para a comunidade. A metodologia empregada tem enfoque na orientação, aprendizagem e treinamento com abordagem dos aspectos técnicos, táticos, físicos e psicológicos. Como resultados almejamos a melhoria da saúde e da qualidade de vida, o aumento da prática de atividades físicas, também a construção de espaços que favoreçam a prática esportiva e a multiplicação de experiências pedagógicas e ações que favoreçam o lazer, promoção à saúde e cidadania. Foi possível observar um grande número de pessoas praticando a caminhada e a corrida sem uma orientação, correndo o risco de sofrerem lesões ou não atingirem o condicionamento físico desejado. Conclui-se que o projeto de extensão é de grande relevância tanto para os monitores quanto para os participantes, pois há tanto uma capacitação dos monitores para que possam atuar no ensino e na orientação da caminhada e da corrida, bem como, a melhoria da saúde e da cidadania dos interessados.

Instituição de Ensino: Universidade Regional do Cariri

ISBN: 978-85-93416-00-2