

## RELATÓRIO FINAL DAS ATIVIDADES DE EXTENSÃO

### 1. IDENTIFICAÇÃO DA ATIVIDADE

**TIPO:** Projeto

**TÍTULO:** GRUPO CDEL: PLANO DE AÇÃO COM INCENTIVO À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

**CURSO:** EDUCAÇÃO FÍSICA

**MÓDULO:** 2

**PROFESSOR RESPONSÁVEL:** FRANCISCO PAULINO DE ABREU NETO

**PERÍODO DE REALIZAÇÃO:** 2º SEMESTRE/2019 ou

### 2. DESENVOLVIMENTO E CONSIDERAÇÕES

#### Contextualização

Como educador físico renomado e experiente, você acaba de receber uma proposta irrecusável de um empresário que lançou um programa na sua empresa sobre “O saudável e o não saudável na busca pelo bem-estar”. A ideia central é proporcionar uma melhor qualidade de vida para todos os públicos. O intuito é montar um plano de ação para cada grupo alvo a ser trabalhado, contendo a atividade que será proporcionada e suas etapas de desenvolvimento, apontando qual o objetivo principal para cada uma delas.

#### Desafio

O desafio é desenvolver um plano de ação para um centro de treinamento de uma grande empresa multinacional, que terá um público composto de várias faixas etárias, já que o espaço será para os colaboradores e família. Ou seja, você terá que lidar com uma variedade de necessidades.

#### Cronograma das Ações

20/08/2019: Encontro 1;  
10/09/2019: Encontro 2;  
25/09/2019: Encontro 3;  
16/10/2019: Encontro 4;  
08/11/2019: Encontro 5.

#### Síntese das Ações

20/08/2019: Encontro inicial: A pauta do encontro inicial foi explicar o conteúdo e introduzir os desafios propostos neste projeto.

10/09/2019: Encontro 2: Os discentes se encarregaram de dividir os grupos e definirem as funções de cada membro, além de traçarem seus planos de ação.

25/09/2019: Encontro 3: O terceiro encontro trouxe uma revisão de literatura, com artigos pertinentes ao tema, para serem usados como base na continuidade do projeto.

16/10/2019: Encontro 4: O orientador encaminhou o manual, contendo as normas ABNT, e os participantes dos grupos foram incumbidos de transcrever seus conteúdos do trabalho, seguindo o modelo de referência.

08/11/2019: Encontro 5: Apresentação final - cada grupo confeccionou seu banner e apresentaram aos orientadores e avaliadores, bem como no Encontro Científico Acadêmico.

**a. Aspectos Positivos:**

Tivemos aspectos positivos quanto à abordagem profissional renomada e experiente, como o desafio de criar um programa de atividades para colaboradores e familiares de uma grande empresa. Nos é muito somativo criar essa visão sistêmica já no início do curso, visto que nos prepara para atuações futuras.

**b. Dificuldades encontradas:**

Não houveram dificuldades, e todas as dúvidas existentes no decorrer foram facilmente sanadas pelo orientador.

**c. Resultados atingidos:**

Por fim, pensando a temática "Saudável e o não saudável na busca pelo bem-estar" no contexto de trabalho, é necessário considerar os benefícios da implementação de programas, tais como foram implementados nas grandes empresas e que basearam os planos de ação aqui propostos. Tais benefícios abrangem tanto os colaboradores que, por variados motivos, não tem em sua rotina atividades físicas ou esportivas, como seus familiares que podem ser incluídos no planejamento.

**d. Sugestões / outras observações:**

Sem sugestões/observações