



PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA À SOCIEDADE (PAFIS)

João Vitor Martins de Souza
Unespar/Campus Paranavaí, jvmartinssouza78@gmail.com

Matheus Amarante do Nascimento
Unespar/Campus Paranavaí, matheusamarante@hotmail.com

Heron Vinicius Romeiro Silva
Unespar/Campus Paranavaí, heronn2009@hotmail.com

Luani Marques da Silva
Unespar/Campus Paranavaí, luanimarques399@gmail.com

Ágatha Graça
Unespar/Campus Paranavaí, agatha_graca@hotmail.com

Modalidade: Extensão
Programa Institucional: PIBEX

Grande Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

RESUMO: O PAFIS, Iniciativa de Atividades Físicas para a Sociedade, busca fomentar o bem-estar e saúde com atividades em musculação, basquetebol e lutas. Com o auxílio de acadêmicos do curso de Educação Física e o respaldo do professor coordenador, desempenham papel vital no ensino, correção e acompanhamento dos participantes. Essa colaboração entre estudantes e comunidade oferece uma oportunidade valiosa para o desenvolvimento prático e habilidades de futuros profissionais, proporcionando à comunidade acesso a atividades físicas para melhorar saúde e qualidade de vida. No PAFIS, os acadêmicos aplicam métodos de ensino com base em conhecimentos acadêmicos e fontes externas como livros e artigos científicos. Durante as aulas, adotam uma abordagem prática e participativa, iniciando com a demonstração clara dos exercícios e detalhando a execução correta, com foco em postura, respiração e movimentos precisos. Após a demonstração, os acadêmicos desempenham um papel ativo na supervisão das atividades, observando de perto a execução dos exercícios e oferecendo orientações e correções individualizadas conforme necessário. Esse processo de feedback contínuo é crucial para garantir a execução correta dos exercícios pelos participantes. Com base nos aprendizados adquiridos, tanto em sala de aula quanto por meio do feedback dos participantes, organizamos um torneio de basquete em conjunto com os alunos do programa e a comunidade. Este evento superou as expectativas em termos de participação, e estamos satisfeitos com essa conquista, recebendo elogios subsequentes. Este projeto reveste-se de suma importância para a comunidade, transformando um cenário previamente inerte em uma realidade em que observamos um expressivo número de indivíduos que se encontram contentes com sua experiência. Expressamos nossa profunda gratidão à Fundação Araucária pelo generoso apoio aos acadêmicos neste projeto. Sem seu comprometimento e suporte, a realização desse programa de atividades físicas para a comunidade não seria possível. Seu investimento não apenas contribuiu para o crescimento educacional dos estudantes, mas, também teve um impacto positivo na saúde e bem-estar da comunidade atendida. Agradecemos sinceramente por acreditar em nossa iniciativa e ser um parceiro vital nesse esforço conjunto de promover o conhecimento e o bem-estar.

Palavras-chave: Esporte. Saúde. Qualidade de vida.

Realização



PRPPG
Pró-Reitoria de Pesquisa
e Pós-Graduação

PROEC
Pró-Reitoria de Extensão
e Cultura

Apoio



PARANÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA CIÊNCIA,
TECNOLOGIA E ENSINO SUPERIOR

