

INTEGRAÇÃO ACADÊMICA E PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS: A IMPORTÂNCIA DAS ASSOCIAÇÕES ATLÉTICAS NA VIDA UNIVERSITÁRIA

Fabiele Muller¹, Nathália Silva Mathias², Sara Both Rezende³.

¹ Acadêmica do Curso de Enfermagem – CEO/ Presidente da AACEO Gestão 2018.

² Acadêmica do Curso de Enfermagem – CEO/ Diretora de Eventos da AACEO Gestão 2018.

³ Orientadora, Departamento de Enfermagem – CEO/ – sbothrezende@gmail.com.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Atividade Física. Esporte Universitário.

Acredita-se que a prática de esporte é uma atividade de suma importância para todos. A mesma traz melhora na qualidade de vida por meio dos seus variados benefícios como, redução de doenças crônicas, cardiovasculares, aumento da disposição para a realização de atividades cotidianas, dentre outros (POLISSENI, 2014). Contudo, ao ingressar na vida acadêmica, a maioria dos jovens diminui significativamente a frequência e a intensidade de atividades esportivas, por conta, por exemplo, da rotina árdua e aumento de atividades a serem desenvolvidas. Um dos fatores relevantes causadores desta diminuição é a falta de incentivo e oportunidades ofertadas no meio acadêmico (OLIVEIRA, 2016). Como afirmado por Hatzidakis (1993), Esporte Universitário é um fenômeno social que supre as demandas e as necessidades de intercâmbio e integração física, cultural e social de estudantes universitários, demonstrando assim a importância da participação das Associações Atléticas Acadêmicas. As atléticas são organizações estudantis de caráter esportivo, que apresentam como principal objetivo oportunizar o esporte no âmbito universitário, por meio da elaboração de competições esportivas (OLIVEIRA, 2016). Promovendo assim, o mesmo e oportunizando a interação entre os alunos. Além de oferecer um ambiente acolhedor aos estudantes ingressos, fortalecendo diversos aspectos como, saúde, alegria e o desenvolvimento de características pessoais como, espírito de liderança, descobrimento de afinidades, empatia, organização, lapidadas através do esporte universitário. Ao desenvolver estas características pessoais, contribui intrinsecamente o lado profissional, despertando aptidão para determinados espaços. As associações atléticas presentes na maioria das universidades, dentre elas, públicas e particulares, fornecem para os alunos, a oportunidade de ter uma vida acadêmica diferenciada e participativa, com doses extras de aprendizagem, diversão, ampla troca de experiências e saberes, oportunizando grandes histórias para compartilhar. Este trabalho tem como objetivo, incentivar a integração e interação acadêmica por meio do esporte, fomentando assim, experiências de aprendizado, lazer e responsabilidade, incentivando as boas práticas para uma vida ativa e saudável. No contexto disponível, a Associação Atlética do Centro Superior do Oeste (AACEO) traz o incentivo ao esporte através dos Jogos Internos do Centro Superior do Oeste (JICEO), onde monta-se times nas modalidades de handebol, basquetebol, futsal, vôlei, futebol de campo, por exemplo, de forma surtida entre os cursos presentes no centro. Além disso, durante o período antecedente aos Jogos Internos da Universidade do Estado de Santa Catarina (JIUDESC), a atlética promove treinos para as modalidades se prepararem para as principais competições. Outrossim, são realizadas divulgações de atividades realizadas pelo centro na página da atlética e incentivo a

campanhas relevantes. Contamos com uma equipe de dez alunos, sendo cinco diretores e cinco colaboradores distribuídos entre os cursos do centro e ainda um professor de educação física. **Resultados\Discussões:** Ao ingressar em uma universidade, a maioria dos acadêmicos se depara com um ambiente novo, com rotinas e responsabilidades diferentes das de costume. A atlética entra como um alicerce para a diminuição dos possíveis obstáculos iniciais presentes neste meio, como a dificuldade de fazer novas amizades. A mesma oferece a chance para que os acadêmicos se conheçam e interajam entre si, não somente no seu departamento, mas também com outros cursos e outras instituições. A AACEO participa ativamente desde o momento do ingresso do aluno, em sua matrícula, perdurando durante todo o semestre. Mantém-se disponível aos acadêmicos nas demais atividades desenvolvidas, oferecendo suporte através da passagem em sala de aula, conversando e convidando os mesmos recém-chegados a fazerem parte da equipe de atletas. A importância da atlética vai muito além do que apenas apresentar aos acadêmicos a oportunidade de fazer parte de uma associação, a mesma tem o poder de unir, integrar e ampliar os olhares em relação à vida acadêmica. Hoje em dia muito se fala sobre a importância do sentimento de pertencimento a uma entidade, neste sentido que a associação demonstra o seu importante papel, pois ao se sonhar, vestir a camisa, lutar, superar dificuldades, jogar em equipe e se dedicar enquanto grupo desperta esta capacidade. Afinal o fato de pertencer a uma equipe, a uma comunidade, é permitir genuinamente ser tocado e tocar os outros. Além disso, desenvolve ações durante o ano de responsabilidade social, com o intuito de promover benefícios à comunidade da região e incentivar os alunos a ter um olhar mais empático e humano. Nesse sentido, ao incentivar o esporte do centro e da universidade, a atlética acaba impulsionando também o estímulo a jogos nacionais disputados pela instituição. Pode-se concluir que todas essas atividades elaboradas colaboram para o fortalecimento da AACEO a nível de instituição e comunidade, além de aumento dos vínculos entre departamentos e incentivo a prática esportiva. Levando em consideração que estes aspectos contribuem para um seguimento universitário mais ativo.

REFERÊNCIAS

HATZIDAKIS, Georgios. **Perfil da atividade esportiva principal de atletas universitários participantes de competições esportivas universitária oficiais.** Monografia UNIFEC São Caetano do Sul, 1993.

OLIVEIRA, Guilherme César de. **GESTÃO ORGANIZACIONAL NAS ATLÉTICAS:** um estudo sobre gerenciamento das Associações Atléticas Acadêmicas do DF. Brasília, 2016.

POLISSENI, Maria Lucia de Castro. Exercício físico como fator de proteção para a saúde em servidores públicos. **Rev Bras Med Esporte**, vol. 20, nº 5, set/out, 2014.