



Circuito Regional

*Ciência, Tecnologia e Inovação para
o Desenvolvimento Sustentável*

RECREAÇÃO E LAZER: UMA PROPOSTA PEDAGÓGICA

SILVA, Evandro da¹; RITTER, Gabriel¹; MIOTTO, João Gabriel¹; FERRASSO, Dara Claudia de Oliveira².

1. Discentes do Curso de Educação Física - Bacharelado, Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC); 2. Docente do Curso de Educação Física – Licenciatura e Bacharelado, Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC).

Área: Ciências da Vida e Saúde

Introdução: A busca pelo desenvolvimento e melhora do clima organizacional do trabalho em equipe é um dos desafios recorrentes de muitas empresas. Objetivando resolver questões como essas, muitas organizações estão procurando nas dinâmicas de recreação e lazer em grupos, junto à natureza, melhorar aspectos que favorecem o trabalho coletivo. **Objetivo:** Objetivou-se apresentar a um grupo acadêmico, uma proposta prática de atividades voltadas ao ambiente externo, junto a natureza, como trabalho do componente curricular, visando uma experiência real de recreação e lazer. **Método:** A partir da elaboração de um programa de Recreação e Lazer para pequenos grupos de empresas, uma proposta de aplicação prática foi realizada com um total de 33(trinta e três) acadêmicos da segunda fase, com idades entre 19(dezenove) e 37(trinta e sete) anos. Durante um determinado tempo, foram apresentadas as 04(quatro) seguintes atividades: após formado uma única fila com os presentes, foi realizado: 01) uma corrida em volta da quadra do centro esportivo; 02) caminhada em cima da trave de ginástica, simulando um tronco de árvore sobre um riacho; 03) separados em equipes de cinco a seis pessoas escolhidos aleatoriamente, foi proposto para cada grupo que deveriam atravessar um determinado ponto (simulando um riacho), sendo que somente duas pessoas do grupo poderiam ter contato com a água (fictício) e os demais deveriam ser deslocados até o outro ponto; e 04) utilizando-se novamente da trave de ginástica, os grupos deveriam indicar um componente para que ficasse de costas para o grupo e com braços cruzados junto ao peito e na contagem regressiva, sendo amparado pelos companheiros. Nesta dinâmica, trabalhou-se principalmente o tema Recreação e Lazer, num formato a ser aplicado junto a natureza, para pequenos grupos. **Resultados:** Os resultados puderam ser observados à partir da interação dos acadêmicos durante o desenvolvimento das atividades propostas em aula, bem como a melhora do trabalho em equipe, espírito de grupo, liderança e capacidade de resolução de situações problemas. **Conclusão:** Ao fim das atividades propostas, foi possível concluir que os acadêmicos se engajaram nos desafios apresentados, elevando a capacidade de trabalho em grupo, na resolução de situações problemas. Ao experimentar as situações propostas, os participantes puderam



Circuito Regional

*Ciência, Tecnologia e Inovação para
o Desenvolvimento Sustentável*

expressar comportamentos e valores, além de proporcionar aos organizadores da presente atividade, vivência de proximidade ao campo de atuação Profissional da Educação Física.

Palavras-chave: Atividade Física; Programa de recreação e lazer; Recreação; Saúde.

Contato: Dara C. O. Ferrasso, ferrasso,dara@hotmail.com