



ESTRUTURA ORGANIZACIONAL E FUNCIONAL DO PROJETO MUSCULAÇÃO UNISC: UMA VISÃO SOBRE O ENSINO, A PESQUISA E A EXTENSÃO.

ALEXANDRE STRUB (PROBEX)

strub@sapo.pt

TALITA PORTO VARREIRA (BOLSA C/ FINANCIAMENTO EXTERNO)

talitapor@yahoo.com.br

KAROLINE CUPPINI

karolcuppini@yahoo.com.br

LUIZ ALEXANDRE SEIBEL SCHUH

luzshcuh@yahoo.com.br

JEFERSON LUIS MANDLER

xarmandler@yahoo.com.br

OLI JURANDIR LIMBERGER

olimberger@unisc.br

A sala de musculação da UNISC, localizada junto ao ginásio pedagógico, recebeu inicialmente alguns aparelhos para a execução de exercícios resistidos e três bicicletas ergométricas para trabalho aeróbico, visando inicialmente o ensino de disciplinas do curso de Educação Física e, posteriormente, contribuir com a execução de exercícios resistidos para os usuários interessados. O objetivo geral dessa pesquisa foi relatar a estrutura organizacional e funcional do Projeto Musculação UNISC, com uma visão voltada para o ensino, a pesquisa e a extensão. A metodologia utilizada foi uma análise documental dos projetos e relatórios apresentados nos últimos anos. A sala de musculação, ao longo dos anos, foi se estruturando com uma variedade de aparelhos que podia atender também clientelas no turno matutino e vespertino, oportunizando o desenvolvimento geral na prática de exercícios resistidos. Assim, para uma adequada ocupação desse espaço foi criado o "Projeto musculação da UNISC", como projeto extensionista, dando também suporte estrutural e funcional para o ensino e para a pesquisa. No início, o projeto contava com o auxílio de um bolsista Probex somente no turno da tarde. Atualmente, o trabalho realizado pelo projeto é coordenado por um professor de Educação Física, com o auxílio de três alunos-bolsistas, sendo dois no turno da manhã, bolsistas Probex e voluntário e, outro pela tarde, autossustentável. Quanto ao ensino, o projeto tem contribuído no auxílio aos professores e/ou alunos para desenvolvimento de trabalhos de disciplinas do curso de Educação Física (licenciatura e bacharelado), pós-graduação lato-sensu e alunos de outros cursos, como de Fisioterapia e Jornalismo. Também aos alunos bolsistas na aplicação de suas aulas e/ou estágios, bem como na aprendizagem de estudos diversos, realização de cursos inerentes à área de treinamento físico geral e de gestão; na extensão, com a oportunidade de acadêmicos aprimorarem e ampliarem seus conhecimentos como bolsistas Probex, autossustentáveis e bolsistas voluntários; na pesquisa, é possível desenvolver testes físicos gerais visando trabalhos monografias de graduação e pós-graduação. A pesquisa tem oportunizado aos bolsistas na seleção, elaboração e apresentação de resumos científicos e/ou artigos para publicação, bem como no contato com pesquisadores de outros cursos e instituições de ensino. Em síntese, o projeto musculação tem auxiliado no atendimento de outros programas e projetos, como: programa Asas, projeto de terceira idade, projeto dançar, projeto de atletismo, projeto com equipes de futsal, como: (Assaf, de Santa Cruz do Sul; Assoeva, de Venâncio Aires; Desportivo, de Vale do Sol), projeto de futebol, além do treinamento físico de

professores, funcionários, acadêmicos de diferentes cursos e comunidade em geral. O trabalho de pesquisa monográfica de um aluno-bolsista foi transformado em artigo e publicado numa revista a nível internacional com o título: "Aerobic and resistance training with na individual with diabetes, hypertension and obesity as a result of liver transplantation: a study in Santa Cruz do Sul, RS, Brazil". A boa relação de treinamentos de atletas de futsal da Assaf junto ao projeto culminou no trabalho monográfico de um bolsista realizado junto à equipe, intitulado: a influência do desarme na performance motora de uma equipe de futsal. Acredita-se que esses dados evidenciam a contribuição do projeto Musculação UNISC no ensino, na pesquisa e na extensão dessa institu

Instituição: UNISC - SANTA CRUZ DO SUL/RS