



DOI: <https://doi.org/10.20396/conex.v22i00.8674246>

Artigo Original

Projetos de extensão na Universidade: a importância da prática de atividade física na perspectiva da comunidade

*University extension projects: the importance of physical activity
practice from the community's perspective*

*Proyectos de extensión universitaria: la importancia de la
actividad física desde la perspectiva de la comunidad*

Deborah Kazimoto Alves¹ 

Tales Conceição Dias² 

Fabiana Celente Montiel³ 

Mariangela da Rosa Afonso² 

RESUMO

Objetivo: investigar a percepção da comunidade envolvida nos projetos de extensão universitária desenvolvidos em uma Universidade Federal do sul do Brasil. **Metodologia:** Desenvolveu-se uma pesquisa descritiva, realizando-se um mapeamento de projetos de extensão cadastrados na Pró-Reitoria de Extensão e Cultura em uma universidade federal do sul do Brasil e vinculados ao curso de Educação Física. Foram sorteados 50% dos projetos cadastrados, o que resultou em um total de 152 respondentes. O instrumento foi composto por questões fechadas, com utilização de uma escala tipo Likert, abordando fatores pessoais, interpessoais e organizacionais. **Resultados e discussão:** Os resultados mostram que as perspectivas da comunidade extensionista são positivas frente a todos os fatores investigados. **Conclusão:** Ainda, há o entendimento de que as atividades de extensão promovidas pela instituição investigada contribuem tanto para a formação inicial dos acadêmicos bem como a criação de vínculos pessoais e interpessoais entre os participantes.

Palavras-chave: Extensão universitária. Exercício físico. População.

¹ Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Desportos, Florianópolis-SC, Brasil.

² Universidade Federal de Pelotas, Escola Superior de Educação Física, Programa de Educação Tutorial de Educação Física, Pelotas-RS, Brasil.

³ Instituto Federal Sul-rio-grandense, Campus Pelotas, Educação Física, Pelotas-RS, Brasil.

Correspondência:

Deborah Kazimoto Alves. Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina, Rua Deputado Antonio Edu Vieira, Pantanal, Florianópolis - SC, CEP 88040-001. Email: deborahkazimoto@hotmail.com



ABSTRACT

Objective: to investigate the perception of the community involved in university extension projects developed at a federal university in southern Brazil. **Methodology:** A descriptive survey was carried out, mapping the extension projects registered with the Pro-Rectorate of Extension and Culture at a federal university in southern Brazil and linked to the Physical Education course. Fifty per cent of the registered projects were randomly selected, resulting in a total of 152 respondents. The instrument consisted of closed questions using a Likert-type scale, addressing personal, interpersonal and organisational factors. **Results and discussion:** The results show that the perspectives of the extension community are positive in relation to all the factors investigated. **Conclusion:** There is also an understanding that the extension activities promoted by the institution under investigation contribute both to the initial training of academics and to the creation of personal and interpersonal bonds between participants.

Keywords: University extension. Exercise. Population.

RESUMEN

Objetivo: fue investigar la percepción de la comunidad involucrada en proyectos de extensión universitaria desarrollados en una universidad federal del sur de Brasil. **Metodología:** Se realizó una encuesta descriptiva, mapeando los proyectos de extensión registrados en la Pro-Rectoría de Extensión y Cultura de una universidad federal del sur de Brasil y vinculados al curso de Educación Física. Cincuenta por ciento de los proyectos registrados fueron seleccionados al azar, resultando en un total de 152 encuestados. El instrumento consistió en preguntas cerradas utilizando una escala tipo Likert, abordando factores personales, interpersonales y organizacionales. **Resultados y discusión:** Los resultados muestran que las perspectivas de la comunidad de extensión son positivas en relación con todos los factores investigados. **Conclusión:** También se percibe que las actividades de extensión promovidas por la institución investigada contribuyen tanto a la formación inicial de los académicos como a la creación de vínculos personales e interpersonales entre los participantes.

Palabras Clave: Extensión universitaria. Ejercicio físico. Población.

INTRODUÇÃO

A extensão universitária tem um papel imprescindível no ambiente acadêmico, uma vez que, por meio dela, as universidades constituem fluxos de conhecimento intra e extra-acadêmico, fomentando mudanças expressivas na sociedade (Batista, Kerbauy, 2018; UFPEL, 2023).

Apesar do seu importante papel, a extensão foi o último componente da tríade (pesquisa, ensino e extensão) a ser trabalhado nas universidades brasileiras. Suas práticas foram iniciadas sob influência do modelo britânico de extensão, das universidades de Cambridge e Oxford, em 1867, onde se discutia sobre a responsabilidade da academia com os setores populares, promovendo ações educativas para a população em geral (Batista; Kerbauy, 2018).

No Brasil, no século XX, teve início a antiga Universidade Livre de São Paulo, implementando a extensão no seu currículo; entretanto, houve pouca adesão às atividades oferecidas, pois as temáticas abordadas não despertaram o interesse do público leigo no assunto. Somente na década de 80, iniciou-se uma nova concepção de extensão universitária. A população assume, então, papel ativo nesse processo e não apenas de espectadora, como acontecia nos modelos tradicionais. Buscava-se, assim, a participação efetiva da comunidade, em uma relação mais aprofundada entre teoria e prática (Batista; Kerbauy, 2018).

Em 1987, no I Encontro de Pró-Reitores de Extensão das Universidades Públicas Brasileiras (FORPROEX), a extensão universitária foi conceituada como um processo educativo, cultural e científico que articula o ensino e a pesquisa de forma indissociável e viabiliza a relação transformadora entre a universidade e a sociedade. Diante dessa nova concepção, gerada pelo FORPROEX, foram elaborados o Plano Nacional de Extensão (Brasil, 1997), em 1998, e a Política Nacional de Extensão Universitária (Brasil, 2012) em 2012. O documento mais recente, organizado pelo Conselho de Educação, estabeleceu diretrizes para inclusão de atividades de extensão nos currículos dos cursos de graduação, o que deveria ter sido implementado até 25 jan. 2023 (Brasil, 2018).

Estes documentos servem como norteadores para as atividades de extensão realizadas dentro da Instituição de Ensino Superior (IES). Em harmonia com o FORPROEX, as universidades federais apresentam a extensão com o objetivo de promover a interação dialógica e a integração transformadora entre a universidade e outros setores da sociedade, a difusão do conhecimento produzido e a capacitação dos cidadãos e profissionais comprometidos com a realidade social, sendo norteada pelas quatro diretrizes abalizadas pela Política Nacional de Extensão Universitária (UFPEL, 2023).

Com base nesse conceito, os cursos de Educação Física das IES públicas desenvolvem múltiplos projetos de caráter extensionista, proporcionando a

aquisição e troca de saberes de discentes e docentes, combate às desigualdades sociais, relação teoria e prática e desenvolvimento da comunidade em geral (UFPEL, 2023).

Segundo Schellin (2013) os projetos de extensão na promoção de saúde da comunidade atendida, tem impactado positivamente nas avaliações das universidades públicas brasileiras, mas há necessidade constante de acompanhar esses projetos e, assim, criar estratégias que visem à melhora dos programas bem como a inserção dos acadêmicos nestes projetos para a melhoria da sua formação inicial conforme os marcos regulatórios que discutem a formação inicial e a contribuição da extensão para tal. Fica definido com a Resolução CNE/CES nº7, de 18 de dezembro de 2018, no Art. 3º e 4º sumariamente aqui destacado que:

[...] Art.3º A Extensão na Educação Superior Brasileira é a atividade que se integra à matriz curricular e à organização da pesquisa, constituindo-se em processo interdisciplinar, político educacional, cultural, científico, tecnológico, que promove a interação; Art. 4º As atividades de extensão devem compor, no mínimo, 10% (dez por cento) do total da carga horária curricular estudantil dos cursos de graduação, as quais deverão fazer parte da matriz curricular dos cursos (Brasil, 2018, p.1-2).

A extensão é o espaço para tensionar práticas intersetoriais que não ocorrem no cotidiano dos serviços, que buscam atender a e demandas sociais (Costa *et al.* 2020), como por exemplo, a promoção de atividade física (AF). Os estudos de Nahas (2017) e Matias (2019) relatam uma série de modificações, sociais e ambientais, na sociedade humana, fazendo com que a AF passasse a ser estudada como fator de prevenção e tratamento de inúmeras doenças. A fim de minimizar tais efeitos, a Organização Mundial da Saúde (OMS) estipula recomendações de AF para diferentes populações (WHO, 2020). Entre os benefícios da AF, estão: aumento da autoestima, contribuição para o desenvolvimento social, melhora no humor, controle de peso e diminuição da chance de desenvolver alguma doença, proporcionando benefícios para melhor qualidade de vida e promoção de saúde (Oliveira *et al.*, 2021; Matias, 2019; WHO, 2020).

Apesar dos avanços registrados no estímulo à prática de atividade física no Brasil nos últimos anos, o país ainda enfrenta um elevado índice de inatividade física em grande parte de sua população. A falta de participação em AF tem contribuído para o aumento de comportamentos sedentários, culminando no desenvolvimento de problemas como estresse, depressão e outras doenças crônicas não transmissíveis (Matias, 2019; Nahas, 2017).

A complexidade em fomentar a AF está amplamente associada à ausência de equilíbrio no envolvimento das ações de promoção de saúde, considerando de maneira equitativa as as dimensões física, psicológica e social de um indivíduo.

Fazer com que as pessoas tenham um comportamento mais ativo é necessário. Além de informar a população sobre os benefícios da AF para a saúde, é preciso que as pessoas sejam motivadas e mobilizadas a participar como agentes ativos nesse processo de mudança, visto que boa parte da população não toma parte em atividades regulares (Matias, 2019, Oliveira *et al.*, 2021). Nesse sentido, o presente artigo tem por objetivo investigar a percepção da comunidade envolvida nos projetos de extensão universitária desenvolvidos em uma Universidade Federal do sul do Brasil.

MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa descritiva, que de acordo com Gil (2019) as pesquisas desta natureza têm como primordial objetivo a descrição das características de determinada população estabelecendo relações entre variáveis. A primeira etapa metodológica ocorreu durante o ano de 2019, em que foi averiguado quantos projetos de extensão universitária estavam registrados na Pró-Reitoria de Extensão e Cultura (PREC) na área de Educação Física. Este levantamento foi realizado por meio do portal institucional de uma Universidade Federal do sul do Brasil (UFPEL, 2019), tendo sido encontrado um total de 34 projetos de extensão universitária inseridos em diferentes áreas da Educação Física. Após essa etapa, conferiu-se, com os/as responsáveis por cada projeto, quais se encontravam ativos no primeiro semestre do ano de 2019, contabilizando-se 26 projetos. Este estudo faz parte da pesquisa de extensão universitária registrada na Pró-Reitoria de Extensão sob nº 3257 e aprovada pelo Comitê de Ética sob o parecer nº 3.716.969.

Foram selecionados, randomicamente, 50% dos projetos de extensão ativos, para aplicação do questionário aos/às participantes no segundo semestre de 2019. Embora 13 grupos tivessem sido sorteados, quatro deles tiveram suas atividades encerradas no período de coleta de dados; por esta razão, foram coletadas as respostas de nove projetos. O contato inicial com os/as participantes ocorreu alguns minutos antes do início das atividades de cada projeto. Os/As pesquisadores/as ficaram responsáveis por irem a um projeto sorteado, a fim de explicar os procedimentos da pesquisa. Foram realizadas três tentativas para a entrega dos questionários aos/às participantes ao longo de um mês, com vistas à finalização do processo de coleta de dados. Para os indivíduos do estudo que necessitavam de auxílio para o preenchimento, foi solicitado a participação de algum responsável para ajudar na compreensão dos questionamentos realizados.

Todos/as os/as participantes dos projetos selecionados foram informados/as sobre o objetivo da pesquisa e convidados/as a participar da pesquisa de forma voluntária, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e do Termo de Assentimento pelos/as responsáveis por menores de idade e pessoas com deficiência. Após assinatura desses

documentos, foi entregue o questionário, o qual consistiu de 19 perguntas fechadas, abordando a percepção da organização do trabalho extensionista institucional da Universidade e o vínculo com a prática de atividade física voltada à saúde.

Para a avaliação das respostas, adotou-se a escala tipo Likert (FERES; KLEIN, 1990), composta por cinco pontos, nos quais os respondentes escolheram uma única opção, variando de "discordo totalmente" a "concordo totalmente". A pontuação atribuída foi de 1 a 5 (1 = discordo totalmente; 2 = discordo; 3 = não concordo nem discordo; 4 = concordo; e 5 = concordo totalmente). Com o intuito de facilitar a apresentação dos resultados, as pontuações foram agrupadas em: 1 e 2 (discordo) e 4 e 5 (concordo).

Todos as/os participantes dos projetos selecionados foram incluídos na análise, sem estratificação, de acordo com o projeto específico em que estiveram envolvidos, totalizando 152 respondentes. Após esse procedimento, os dados foram submetidos a uma análise descritiva.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com base nos registros do portal institucional (UFPEL, 2019), percebe-se que a universidade contribui com a comunidade pelotense por meio dos projetos de extensão há mais de duas décadas e que, a cada ano, uma nova ação é ofertada, proporcionando vivências distintas e diminuindo as barreiras e o desinteresse pelas práticas de AF. Matias (2019) e Wendt *et al.* (2019) salientam ser fundamental criar estratégias para promoção ou intervenções de AF que considerem a diversidade de atividades, oportunizando a experimentação e/ou tendo como foco as preferências da população-alvo, a fim de aumentar os níveis de AF e promover a manutenção do estilo de vida ativo. O Quadro 1, a seguir, apresenta os nove projetos participantes do estudo, seu objetivo, a comunidade atendida, a carga horária e o ano de criação.

Quadro 1 - Perfil dos projetos de extensão desenvolvidos em uma universidade federal do sul do Rio Grande do Sul

Projetos de Extensão	Objetivos	Sujeitos envolvidos	Carga horária semanal
ADESP	Oportunizar a prática de treinamento de voleibol.	Mulheres	2 hrs
GAMEPAD	Desenvolver um programa de AF utilizando os <i>Exergames</i> .	Adultos/as com deficiência cognitiva	2 hrs
NATI	Minimizar as alterações naturais do processo de envelhecimento através das capacidades físicas dos/as idosos/as.	Idosos/as	2 hrs
Projeto Carinho	Oferecer atividades de dança, treinamento funcional e natação.	Jovens e adultos/as com Síndrome de Down	2 hrs
Projeto GA	Proporcionar atividades lúdicas e recreativas de GA.	Crianças com idade escolar	3 hrs
Quem luta não briga	Proporcionar a prática físico-esportiva, no alto rendimento, do tae-kwon-do.	Diferentes grupos (jovens e adultos/as)	2 hrs a 5 hrs
Rugby Juvenil	Oportunizar o acesso ao treinamento e a competições de <i>rugby</i> alto nível.	Escolares de 10 a 16 anos de rede pública	3 hrs
Vivência de handebol na escola	Disseminar a participação na prática do desporto handebol.	Crianças, jovens e adultos/as	2 hrs
Vem ser pelotas	Oportunizar o ingresso na prática do esporte rendimento.	Escolares	2 hrs

ADESP = Associação Desportiva; AF = Atividade Física; GA = Ginástica Artística; GAMEPAD = Games para Adultos com Deficiência; hr = horas; NATI = Núcleo de Atividade para a Terceira Idade.

Observando-se o Quadro 1, nota-se que a comunidade envolvida tem caráter heterogêneo, uma vez que os projetos atendem sujeitos com diferentes características, tais como: crianças e jovens com idade escolar de ambos os sexos, adultos/as, idosos/as e pessoas com deficiência. De acordo com Schellin (2013), em grande parte dos projetos de extensão, prevalece a temática de saúde, tendo como objetivo principal realizar intervenções por meio da educação para uma vida fisicamente ativa e esportivamente rica. Os estudos têm mostrado que populações distintas têm motivações diferentes, ou seja, pessoas mais novas tendem a ser motivadas apenas pela prática esportiva (Romero *et al.*, 2017; Souza, Castro, Mezzadri, 2012), enquanto o interesse na saúde é predominante em praticantes mais velhos (Romero *et al.*, 2017; Ribeiro, 2014).

Os projetos têm periodicidade variável, indo de 60 a 300 minutos semanais, o que contribui para atender às recomendações de AF durante a semana (WHO, 2020), estimulando um estilo de vida mais ativo e,

consequentemente, uma melhor qualidade de vida. Ressalta-se que todos os projetos são ofertados gratuitamente, quebrando as barreiras para a prática de AF (Biduski *et al.*, 2021). Segundo Souza, Castro e Mezzadri (2012), proporcionar constância nas ações facilita a participação efetiva da comunidade nos projetos de extensão.

Sabendo-se que os projetos são ofertados com o objetivo de contribuir para a melhor qualidade de vida da comunidade envolvida, foi aplicado o questionário, que abordava fatores pessoais e interpessoais e fatores organizacionais. Na Tabela 1, estão descritas as percepções dos/as 152 participantes dos projetos sorteados.

Tabela 1 - Percepção dos sujeitos envolvidos com a extensão universitária no que se refere aos fatores pessoais e interpessoais

Fatores pessoais e interpessoais	Concordam n (%)	Discordam n (%)	Sem opinião n (%)
Sentem-se motivados/as para participar dos projetos	149 (98,03)	1 (0,66)	2 (1,32)
Os/As estagiários/as são motivados/as	132 (86,84)	4 (2,63)	16 (10,53)
Há cooperação entre professores/as e estagiários/as	119 (78,29)	8 (5,26)	25 (16,45)
Percebem boa relação entre os/as participantes	148 (97,37)	1 (0,66)	3 (1,97)
Percepção positiva sobre as atividades de interação social entre participantes	138 (90,79)	0 (0)	14 (9,21)
Existe envolvimento com a comunidade externa	137 (90,13)	4 (2,63)	11 (7,24)
Todos/as se beneficiam com as atividades extensionistas	131 (90,13)	11 (7,24)	10 (6,58)
As expectativas da comunidade são atendidas	148 (97,37)	3 (1,97)	1 (0,66)
As ações atendem às necessidades dos envolvidos	145 (96,05)	1 (0,66)	5 (3,29)
Os resultados obtidos são satisfatórios	135 (88,82)	2 (1,32)	15 (9,87)

As respostas do questionário (Tabela 1) mostram evidências de percepção positiva dos projetos de extensão pela comunidade extensionista, uma vez que a maioria dos/as participantes concorda com as afirmativas referentes a relações pessoais e interpessoais. De acordo com os achados, os valores mais altos foram encontrados nas afirmativas: "Sentem-se motivados/as para participar dos projetos" (n=149; 98,0%), "Percebem boa relação entre os/as participantes" (n=148; 97,4%) e "As expectativas da comunidade são atendidas" (n=148; 97,4%).

A maioria dos/as extensionistas (n=149; 98,0%) sente-se muito motivada em fazer parte dos projetos, assim como relatado no estudo de Ribeiro (2014) e Romero *et al.* (2017). A motivação intrínseca é aquela em que o sujeito realiza a atividade e/ou ação para a própria satisfação, e qualquer interferência externa fica em segundo plano para aqueles sujeitos com um nível satisfatório de tal motivação (Ryan; Deci, 2000). Outros estudos apontam que diversão e prazer na prática podem ser importantes motivadores para a manutenção da AF (Matias, 2019; Wendt *et al.*, 2019).

Ademais, é necessário que as pessoas envolvidas no processo (professores/as e estagiários/as) estejam motivadas a realizar a atividade, pois, segundo estudo de Biduski *et al.* (2021), a simpatia do/da professor/a foi elencada como um dos facilitadores mais escolhidos para que haja a prática de AF por pessoas com deficiência. Os projetos são coordenados e acompanhados pelos/as docentes e desenvolvidos pelos/as discentes; os/as graduandos/as envolvidos/as na realização dessas ações extensionistas são dos cursos de Licenciatura e de Bacharelado em Educação Física, que demonstram aproximação da questão do bem-estar e da promoção de saúde no processo de formação de seus/suas acadêmicos/as (Schellin, 2013). A percepção da motivação dos estagiários pela comunidade é positiva, atingindo um número de 132 (86,84%) concordantes, e 119 (78,29%) dos sujeitos têm a percepção de que há cooperação entre estagiário/a e professor/a.

Nos estudos de Schelin (2013), os projetos têm uma dimensão social em suas ações, na busca de criar vínculos afetivos entre participantes, acadêmicos/as e familiares, o que reforça os altos números de concordantes (n=148; 97,4%) da afirmativa "Percebem boa relação entre os participantes". Ainda é possível dizer que os/as participantes demonstram uma percepção positiva das atividades de interação social, visto que não houve nenhum/a discordante desta afirmativa, a qual teve 138 (98%) concordantes.

Muitas das AF no lazer são realizadas em grupo, com alto grau de socialização, implicando maior comprometimento com a prática, aderência e prazer ao realizar a atividade (Matias, 2019). O convívio social é capaz de motivar idosos/as a praticarem AF, com aumento de seu bem-estar e resgate de sentimentos de autoestima e autoeficácia (Ribeiro, 2014). A vontade de socializar é um facilitador para a participação de crianças (Souza; Castro; Mezzadri, 2012) e pessoas com deficiência (Biduski *et al.*, 2021) em projetos sociais.

Com a criação de vínculos nos projetos de extensão, os significados da AF vão além de seus benefícios. Os sujeitos percebem que a atividade é uma forma de criar laços, compartilhando similaridades e angústias da vida (Matias, 2019). O autor afirma que estimular o planejamento de algumas atividades em conjunto auxilia no fomento do vínculo. Nesta perspectiva, fazer parte da construção dos projetos torna-se relevante para o maior engajamento nas ações extensionistas.

Boa parte dos/as participantes do projeto (n=137; 90,1%) concordam com a afirmativa "Existe envolvimento com a comunidade externa", com poucos discordantes (n=4; 2,6%), e com a ideia de que todos são beneficiados. Fatores relacionados às relações pessoais constituem um dos facilitadores para a adesão à AF (Biduski *et al.*, 2021), entretanto, as condições sociais impostas às pessoas nem sempre favorecem o desenvolvimento de tais práticas (Matias, 2019). Segundo Biduski *et al.* (2021), fatores organizacionais podem ser algumas das barreiras que impedem que as pessoas tenham uma vida mais ativa.

A Tabela 2 apresenta o segundo eixo, caracterizado pelos fatores organizacionais, em que se busca compreender a qualidade das ações oferecidas à comunidade.

Tabela 2 - Percepção dos sujeitos envolvidos com a extensão universitária no que se refere aos fatores organizacionais

Fatores organizacionais	Concordam n (%)	Discordam n (%)	Sem opinião n (%)
A IES está aberta às necessidades da comunidade	120 (78,95)	8 (5,26)	24 (15,79)
Os horários do projeto são adequados	126 (82,89)	9 (5,92)	17 (11,18)
Os projetos possuem vagas	61 (40,13)	44 (28,95)	47 (30,92)
Há divulgação dos projetos para a comunidade	74 (48,68)	34 (22,37)	44 (28,95)
Existe organização nas aulas	126 (82,89)	20 (13,16)	6 (3,95)
Existe interação entre professores, estagiários e comunidade	141 (92,76)	3 (1,97)	8 (5,26)
Mantém uma continuidade	138 (90,79)	3 (1,97)	11 (7,24)
Os projetos agregam conhecimento para os envolvidos	137 (90,13)	2 (1,32)	13 (8,55)
A IES e os projetos contribuem com novos aprendizados	144 (94,74)	1 (0,66)	7 (4,61)
A IES está aberta às necessidades da comunidade	120 (78,95)	8 (5,26)	24 (15,79)

O eixo dos fatores organizacionais apresentou menor número de concordantes quando comparado ao eixo dos fatores interpessoais, o que é corroborado por Biduski *et al.* (2021), para quem os facilitadores de AF são percebidos como fatores pessoais, enquanto as barreiras se relacionam mais com fatores ambientais, tais como: clima, distância do local de prática, horário de prática, divulgação de informações, falta de espaço para a prática.

Outro aspecto importante com relação às atividades de extensão está relacionado ao aprimoramento e à inovação de vivências referentes ao campo de

formação, podendo dar oportunidade de ações junto à comunidade ou de caráter social (Brasil, 2012). Segundo Souza, Castro e Mezzadri (2012) a extensão oferece um espaço educativo para a comunidade, tanto no reforço escolar quanto na aquisição de valores e no desenvolvimento de novos conhecimentos e habilidades em crianças. Também tem um impacto social ao possibilitar uma melhor qualidade de vida a idosos/as (Ribeiro, 2014).

Nesse sentido, a universidade deve estar aberta para poder proporcionar estas vivências para a sociedade. Os resultados apontaram que boa parte dos/as participantes dos projetos (n=120, 78,95%) acredita que as ações ofertadas estão abertas às necessidades da comunidade. A maioria também está satisfeita com os horários ofertados, uma vez que 126 (82,89%) das pessoas concordam que os horários do projeto são adequados e que existe organização nas aulas.

Entretanto, os indicadores 3 e 4 apontaram poucos concordantes, visto que 61 (40,13%) pessoas concordam com o número de vagas ofertadas e 74 (48,68%) quanto à divulgação dos projetos à comunidade, indicando uma barreira no desenvolvimento dos projetos de extensão. Esta evidência também foi encontrada no momento da coleta de dados, visto que quatro dos projetos eleitos para a pesquisa não conseguiram dar continuidade às suas atividades devido à falta de acadêmicos/as para realizar as ações desenvolvidas, o que também foi identificado no estudo de Schellin (2013) e de Souza, Castro e Mezzadri (2012). A maioria dos/as participantes (n=138, 90,79%) acredita que poderiam ser ofertadas mais vagas nos projetos, porém, essa oferta depende diretamente do número de acadêmicos bolsistas ou não que participam das ações em cada semestre; daí a dificuldade de proporcionar uma maior oferta de vagas à comunidade.

De acordo com os documentos institucionais da Universidade investigada, os projetos de extensão têm impacto social, esses devem priorizar avanços e mudanças na própria instituição, bem como em outros setores da sociedade, por meio da interação dialógica e da integração da comunidade acadêmica (UFPEL, 2023).

A boa relação entre discentes e docentes da universidade é indispensável, e muitos/as participantes (n=141, 92,76%) concordam que há uma boa relação entre professores/as, estagiários/as e comunidade. Essa boa convivência gera um aprendizado significativo, colaborando com a percepção da comunidade extensionista, que parece ser positiva na aquisição de conhecimentos ofertados, tanto na IES (n=144, 94,74%) quanto nos projetos de extensão (n=137, 90,13%).

Considerando que a participação de adultos/as e idosos/as em programas públicos de estímulo à prática de atividade física no Brasil ainda é reduzida (Oliveira, 2021), fica evidente que os projetos de extensão examinados

desempenham um papel crucial para a comunidade envolvida. Eles proporcionam à população a oportunidade de se engajar em uma prática mais ampla de atividade física, supervisionada por futuros/as profissionais da Educação Física (Bacharelado/Licenciatura), conforme estabelecido pelo CNE (Brasil, 2018).

Além disso, estes projetos contribuem com fatores biopsicossociais, uma vez que, ao tomarem parte nas ações extensionistas, os/as participantes se sentem pertencentes a um grupo. Desse modo, são favorecidos os encontros sociais, em que são exigidas habilidades comunicativas e há compartilhamento de experiências, gerando uma corresponsabilidade no alcance das metas. Esses vínculos criam condições favoráveis para a prática de AF (Matias, 2019), melhorando a qualidade de vida e a saúde dos/as envolvidos/as.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo sinalizou que a universidade investigada tem contribuído com a oferta de projetos de extensão há mais de duas décadas, renovando em diferentes períodos suas estratégias proporcionando vivências distintas e facilitando o acesso a diferentes práticas corporais preconizadas por diferentes organizações.

Observou-se que os/as participantes têm uma percepção positiva dos projetos de extensão oferecidos pela universidade estudada, visto que a maioria concorda com as afirmativas sobre relação interpessoal e intrapessoal, bem como com as que se referem aos benefícios trazidos pelas ações. Há a percepção dos envolvidos de que as atividades extensionistas contribuem tanto para a formação inicial dos acadêmicos bem como a criação de vínculos pessoais e interpessoais entre os participantes.

Os resultados apontam uma necessidade de fomentar propostas de atividades dentro da universidade para que haja uma melhor divulgação dos projetos de extensão no ambiente acadêmico e também fora da instituição. Acredita-se que, quanto mais discentes engajados/as nos projetos de extensão, maior a possibilidade de atendimento ao público, com mais vagas disponíveis nos projetos.

Os achados obtidos neste estudo serão informados aos/as coordenadores/as e integrantes dos projetos participantes, para que avaliem as ações que vêm sendo desenvolvidas, em busca de melhorias nas atividades. Para futuros estudos, sugere-se, além do questionário fechado, aplicar questões abertas, proporcionando espaço para que os/as extensionistas possam expressar suas opiniões acerca dos projetos e possibilitando a interpretação de questões subjetivas. Sugere-se, a estratificação da população, com vistas a uma melhor compreensão de sua motivação, satisfação e expectativas, que podem ser

distintas, dependendo da modalidade da qual o sujeito participa, bem como da faixa etária atendida. Ainda, seriam necessários estudos que pontuassem o impacto de melhoria de saúde física e mental dos usuários, bem como questões referentes a continuidade e estrutura das Universidades para o desenvolvimento da extensão.

FINANCIAMENTOS

Esse projeto foi construído com a colaboração do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), através do fornecimento das bolsas para os graduandos de educação física do Programa de Educação Tutorial (PET) da Universidade Federal de Pelotas. Vale ressaltar que a autora deste artigo recebe bolsa de mestrado da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001.

AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer a todos os componentes do Programa de Educação Tutorial de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas que colaboraram de alguma forma com a realização desta pesquisa.

NOTAS

Os autores não têm conflitos de interesse, incluindo interesses financeiros específicos e relacionamentos e afiliações relevantes ao tema ou materiais discutidos no manuscrito.

AUTORIA E COAUTORIA

Os autores declaram que participaram de forma significativa na construção e formação desde estudo, tendo, enquanto autor, responsabilidade pública pelo conteúdo deste, pois, contribuíram diretamente para o conteúdo intelectual deste trabalho e satisfazem as exigências de autoria.

Deborah Kazimoto Alves - Concepção e desenvolvimento (desde a ideia para a investigação ou artigo, criou a hipótese); Desenho metodológico (planejamento dos métodos para gerar os resultados); Supervisão (responsável pela organização e execução do projeto e da escrita do manuscrito); Coleta e tratamento dos dados (responsável pelos experimentos, pacientes, organização dos dados); Análise / interpretação (responsável pela análise estatística, avaliação e apresentação dos resultados); Levantamento da literatura (participou da pesquisa bibliográfica e levantamento de artigos); Redação (responsável por escrever uma parte substantiva do manuscrito).

Tales Conceição Dias - Análise / interpretação (responsável pela análise estatística, avaliação e apresentação dos resultados); Levantamento da literatura (participou da pesquisa bibliográfica e levantamento de artigos); Redação (responsável por escrever uma parte substantiva do manuscrito).

Fabiana Celente Montiel - Revisão crítica (responsável pela revisão do conteúdo intelectual do manuscrito antes da apresentação final).

Mariangela da Rosa Afonso - Concepção e desenvolvimento (desde a ideia para a investigação ou artigo, criou a hipótese); Desenho metodológico (planejamento dos métodos para gerar os resultados); Supervisão (responsável pela organização e execução do projeto e da escrita do manuscrito); Coleta e tratamento dos dados (responsável pelos experimentos, pacientes, organização dos dados); Análise / interpretação (responsável pela análise estatística, avaliação e apresentação dos resultados); Levantamento da literatura (participou da pesquisa bibliográfica e levantamento de artigos); Redação (responsável por escrever uma parte substantiva do manuscrito); Revisão crítica (responsável pela revisão do conteúdo intelectual do manuscrito antes da apresentação final).

REFERÊNCIAS

- BATISTA, Zenilde Nunes; KERBAUY, Maria Teresa Miceli. A gênese da Extensão Universitária brasileira no contexto de formação do Ensino Superior. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, v. 13, n. 4, p. 916-930, 1 jul. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.21723/riaee.v13.n3.2018.11178>. Acesso em: 2 ago. 2023.
- BIDUSKI, Grazieli Maria; LUNARDI, Morgana; ROSSATO, Mateus; BERTOLI, Josefina; FREITAS, Cintia de la Rocha; SERON, Bruna Barboza. Barreiras e facilitadores percebidos por pessoas com deficiência praticantes de esportes. *Revista Kinesis*, v. 39, p. 01-13, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5902/2316546463869>. Acesso em: 10 fev. 2023.
- BRASIL. FORPROEX - ENCONTRO DE PRÓ-REITORES DE EXTENSÃO DAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS BRASILEIRAS, 1.: *Conceito de extensão, institucionalização e financiamento*, Brasília, 1987. Disponível em: <https://www.ufmg.br/proex/renex/images/documentos/1987-I-Encontro-Nacional-do-FORPROEX.pdf>. Acesso em: 15 jan. 2022.
- BRASIL. FORPROEX, FÓRUM DE PRÓ-REITORES DE EXTENSÃO DAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS BRASILEIRAS E SESU/MEC: *Política Nacional de Extensão Universitária*, Brasil, 2012. Disponível em: <https://www.ufmg.br/proex/wp-content/uploads/2021/12/PNEU.pdf>. Acesso em: 25 jan. 2023.
- BRASIL, Resolução CNE/CES nº7, 18 de dezembro de 2018. *Diário Oficial da União*, Brasília, p. 49-50, 19 de dez. 2018, Seção 1. Disponível em: https://normativasconselhos.mec.gov.br/normativa/view/CNE_RES_CNECESN72018.pdf?query=revogacao. Acesso em: 25 jul. 2023.
- COSTA, Acaahi Ceja de Paula da; ARAGÃO, Thalia Ariadne Peña; PEREIRA, Cleber Sales; NOGUEIRA, Francisco Jander de Souza; RODRIGUES, Maria Gleice; CALLOU FILHO, Cesário Rui; VENTURA, Cláudio Ângelo. Educação e Saúde: a extensão universitária como espaço para tencionar e pensar a educação em saúde. *Braz. J. of Develop.*, Curitiba, v.6, n.4 p. 21616-21630, abr. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.34117/bjdv6n4-362>.

Acesso em: 10 jun. 2024.

FERÉS, Nelman de Abreu; KLEIN, Maria Helena. *Instrumento de medida em educação*. Universidade Federal do Rio de Janeiro. Centro de Filosofia e Ciências Humanas, 1990.

GIL, Antônio Carlos. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

MATIAS, Tiago Sousa. *Motivação, atividade física e mudança de comportamento: Teoria e Prática*. Curitiba: Appris, 2019.

NAHAS, Markus Vinicius. *Atividade Física, Saúde e Qualidade de vida: Conceitos e Sugestões para um Estilo de Vida Ativo*. 7. ed. Florianópolis: Ed. do Autor, 2017.

OLIVEIRA, Lorena Neiva; FREITAS, Patrícia Pinheiros; LOPES, Mariana Souza; LOPES, Aline Cristine Souza. Participação em programas públicos para a prática de atividade física e comportamentos de saúde. *Revista Brasileira de Atividade Física Saúde*, v. 26, e0204, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.12820/rbafs.26e0204>. Acesso em: 21 mar. 2023.

RIBEIRO, José Antônio Bicca. *Aspectos motivacionais relacionados à prática de atividade física em idosos e o impacto na qualidade de vida*. 2014. 213f. Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2014. Disponível em: <http://guaiaca.ufpel.edu.br/bitstream/prefix/3159/1/Disserta%20a7%20a3o%20Final-jose%20antonio%20bicca%20ribeiro.pdf>. Acesso em: 10 fev. 2023.

ROMERO, Bruna Freitas; CASTANHO, Gabriela Kaiser Fullin; CHIMINAZZO, João Guilherme Cren; BARREIRA, Júlia; FERNANDES, Paula Teixeira. Motivação e Atividade Física: Os projetos de extensão na Universidade (Motivação e Atividade Física). *Revista Pensar a Prática*, Goiânia, v. 20, n. 1, p.76-87, jan/mar. 2017. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fef/article/view/44134/pdf>. Acesso em: 10 fev. 2023.

RYAN, Richard; DECI, Edward. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. v. 55, n. 1 p. 68-78, 2000. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11392867/>. Acesso em: 10 fev. 2023.

SHELLIN, Fabiane de Oliveira. *Extensão universitária e formação de professores de Educação Física: contribuições e contradições*. 2013. 164f. Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2013. Disponível em: <http://guaiaca.ufpel.edu.br/bitstream/123456789/1797/1/Fabiane%20de%20Oliveira%20Schellin.pdf>. Acesso em: 25 jan. 2023.

SOUZA, Doralice Lange; CASTRO, Suélen Barbosa Eiras; MEZZADRI, Fernando Marinho. Facilitadores e barreiras para a implementação e participação em projetos sociais que envolvem atividades esportivas: os casos dos projetos Vila na Escola e Esporte Ativo. *Revista brasileira de Educação Física e Esporte*, v. 26, n. 3, jul./set., 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbefe/a/Kp4mTVkHqs6jxjtG7mLjzRQ/?lang=pt>. Acesso em: 10 fev. 2023.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS - UFPEL. *Extensão universitária*, 2023. Disponível em: <https://wp.ufpel.edu.br/prec/sobre-a-prec/extensao-universitaria/>. Acesso em: 21 mar. 2023.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – UFPEL. *Portal Institucional UFPEL. Projetos*. 2019. Disponível em: <https://institucional.ufpel.edu.br/projetos>. Acesso em: 8 abr. 2019.

WENDT, Andrea; CARVALHO, Wellington Roberto Gomes; SILVA, Inácio Crochemore Mohnsam; MIELKE, Grégore Iven. Preferências de atividade física em adultos brasileiros: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 24, p. 1-9, 2019. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/13895>. Acesso em: 10 fev. 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION – WHO. *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour: at a glance*. 2020 Disponível em: <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789240015128>. Acesso em: 10 fev. 2023.

Recebido em: 08 ago. 2023
Aprovado em: 02 jul. 2024

Artigo submetido ao sistema de similaridade Turnitin®.

A revista **Conexões** utiliza a [Licença Internacional Creative Commons Atribuição 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/), preservando assim, a integridade dos artigos em ambiente de acesso aberto.

A Revista Conexões é integrante do Portal de Periódicos Eletrônicos da Unicamp e associado/membro das seguintes instituições:

