



Informações do Planejamento

IES:

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO

Grupo:

EDUCAÇÃO FÍSICA Curso específico PT UFES 5731606

Tutor:

MAURICIO DOS SANTOS DE OLIVEIRA

Ano:

2024

Somatório da carga horária das atividades:

1380

Situação do Planejamento:

Aguardando aprovação do Pró-Reitor

Considerações finais:

O Plano de Trabalho para o ano de 2024 mantém sua essência na promoção contínua e na catalisação do processo de formação inicial dos graduandos em Educação Física, alinhado à busca por uma formação ampliada e de qualidade. Ao longo do ano, reafirmaremos nosso compromisso com a articulação do tripé acadêmico, composto por ensino, pesquisa e extensão. Destacamos a ênfase na assimilação de princípios e valores que reforçam o senso de cidadania e consciência social dos discentes participantes do Programa de Educação Tutorial (PET) e da comunidade interna e externa à Universidade. Além disso, nosso propósito é contribuir para aprimorar os cursos de graduação em Educação Física, tanto na modalidade de licenciatura quanto de bacharelado, oferecidos pelo Centro de Educação Física e Desportos (CEFD) da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES). Buscamos formar futuros professores de Educação Física por meio de espaços reflexivos que proporcionem contato teórico e prático com os diversos campos da área, capacitando os discentes a se reconhecerem como agentes de transformação em sua realidade e na vida dos outros.

Resultados gerais:

No processo de delineamento, execução e avaliação das ações, o PET Educação Física espera alcançar resultados abrangentes, promovendo uma interação contínua entre bolsistas, grupos PET, corpo discente e docente da UFES. O intuito primordial é aprimorar a formação inicial dos graduandos da Universidade, buscando colaborar com estratégias de ensino integradas à pesquisa e extensão. Como desdobramentos, buscamos manter uma constante conexão do PET Educação Física com a comunidade interna e externa à Universidade, fomentando também a troca de experiências por meio de parcerias e colaborações com convidados de outras instituições. Essa interação, estabelecendo uma via de mão-dupla, tem o potencial de proporcionar uma práxis enriquecedora. O petianos e colaboradores obterão aprendizados nas intervenções, os quais submetidos à reflexão teórica, serão acrescentados ao conhecimento inicial. Nessa perspectiva, o planejamento para o ano de 2024 foi concebido com a expectativa de incentivar que os bolsistas atuem no planejamento, execução e avaliação de projetos, tanto individualmente quanto de maneira coletiva, fomentando o protagonismo. Essas ações são fundamentais para proporcionar uma formação sólida e relevante,

preparando os estudantes para desafios acadêmicos na graduação e na pós-graduação, bem como a futura inserção no mundo do trabalho, sempre com a premissa de que o aluno é agente ativo de sua própria formação. Finalmente, semelhante aos planejamentos anteriores, esperamos que as atividades propostas estimulem em cada participante da comunidade interna e externa o desejo de se tornar uma pessoa mais consciente, dotada da sensibilidade necessária para compreender e intervir na sociedade em busca de mudanças necessárias para a promoção do respeito a diversidade, inclusão e sobre o papel da Educação Física no bem estar físico, social e psicológico.

Atividade - Ciclo de Palestras

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
60	01/03/2024	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

O projeto Ciclo de Palestras busca oportunizar encontros com o objetivo de proporcionar à comunidade interna e externa da Universidade Federal do Espírito Santo o contato com temas atuais no campo da Educação Física e áreas afins. Nesse sentido, para além de contribuir para a formação dos alunos do Centro de Educação Física e Desportos (CEFD) e de toda a UFES, a iniciativa também visa oferecer momentos de formação continuada para os egressos da Universidade. Dessa forma, o PET pretende estimular a reflexão dos estudantes em formação inicial, ao mesmo tempo em que proporciona aos profissionais em atividade no mundo do trabalho momentos de atualização. As palestras, que ocorrerão ao longo do ano, abordarão temáticas definidas em colaboração entre o PET, as coordenações de curso e a comunidade do CEFD. Serão convidados professores, profissionais de áreas afins e discentes de pós-graduação para ministrar as palestras, seguidas de diálogo com os participantes.

Objetivos:

1. Fomentar a discussão e a reflexão sobre temas atuais nas diversas áreas da Educação Física e afins.
2. Promover a integração de professores, profissionais, alunos de graduação e pós-graduação, tanto do CEFD quanto de outras áreas, na organização e participação das palestras.
3. Estabelecer vínculos com docentes de outras instituições de ensino superior no Espírito Santo e em outros estados, convidando-os para atuar como palestrantes e mediadores.
4. Criar um espaço propício para o diálogo entre profissionais da Educação Física e áreas correlatas e a comunidade interna da UFES.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

A palestra terá uma duração de 50 até 60 minutos, seguida por uma discussão com a duração de 30 minutos. A coordenação da mesa ficará a cargo de um membro do PET e a participação é aberta para até 130 inscritos, presenciais, da comunidade interna e externa, com base na capacidade do auditório do CEFD/UFES. Caso o auditório não esteja disponível, utilizaremos o miniauditório do CEFD com capacidade para 60 pessoas. Ressalta-se que a atividade poderá ser realizada de forma remota, sendo transmitida pelo canal do YouTube do PET-EF. A abordagem online facilita a participação de convidados de outras cidades ou estados, além de permitir uma maior disseminação, pois o material ficará disponível no canal do PET-EF.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Como desfecho, esperamos como resultados promover um ambiente de formação ampliada no qual os estudantes do CEFD/UFES e de outras instituições de ensino superior possam compreender e discutir temas contemporâneos da Educação Física relacionados às suas áreas e espaços de atuação

profissional. Além disso, buscamos proporcionar um momento de formação continuada para os profissionais que já estão inseridos no mercado de trabalho.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

Acerca da avaliação, discutiremos na reunião administrativa os pontos positivos e negativos na percepção dos petianos. Ademais, buscaremos o feedback do palestrantes e, também, dos participantes no momento do envio dos certificados. As informações coletadas serão discutidas nas reuniões e utilizadas para o aprimoramento do Ciclo de Palestras.

Atividade - Participação em eventos acadêmicos e publicações

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
60	01/01/2024	30/11/2024

Descrição/Justificativa:

A participação em eventos científicos desempenha um papel crucial na busca e assimilação de novos conhecimentos. A finalidade desses encontros, como seminários, fóruns, congressos e simpósios, é reunir profissionais e estudantes de uma determinada área para troca e transmissão de conhecimentos. Nesse contexto, a atividade promovida pelo PET-EF visa estimular a participação dos petianos em eventos acadêmicos, com o propósito de enriquecer a formação dos bolsistas e dar destaque às experiências de ensino, pesquisa e extensão desenvolvidas no PET. Isso será alcançado por meio de comunicações orais e pôsteres apresentados nestes eventos e publicados em Anais. Dentre os eventos destacam-se o Sudeste PET que será realizado na UFES e o Congresso Espírito-santense de Educação Física organizado e realizado no CEFDF/UFES. Cabe mencionar que os bolsistas serão encorajados a buscarem por congressos em diferentes áreas da Educação Física que estão relacionados aos ser projetos. A elaboração dos textos ocorrerá de forma individual ou em colaboração, assim como a organização das apresentações orais e a criação dos pôsteres.

Objetivos:

O objetivo consiste em criar um ambiente no qual os membros do PET possam organizar e compartilhar suas experiências nos projetos de ensino, pesquisa e extensão. Isso se destina à apresentação em congressos na área da Educação Física, utilizando formatos como pôsteres e comunicações orais.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

No início de cada semestre, os membros do PET irão buscar informações sobre eventos relevantes para o grupo (exemplo Sudeste PET e CONESEF já mencionados). Posteriormente, serão agendadas reuniões para discutir temas e explorar as possibilidades de participação. Vale ressaltar que serão consideradas oportunidades para a redação de artigos e capítulos de livro a partir dessas discussões. De maneira colaborativa, os bolsistas irão elaborar textos sobre suas experiências em ensino, pesquisa e extensão, seguindo as diretrizes de cada evento, revista ou livro. No caso de eventos científicos, eles também serão responsáveis pela organização das apresentações orais e dos pôsteres.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Como desfecho, almejamos divulgar as ações e fortalecer o Programa de Educação Tutorial do curso de Educação Física ao ampliar sua visibilidade por meio da participação em eventos e da divulgação das experiências em ensino, pesquisa e extensão por meio de publicações.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

A avaliação terá como foco a participação ativa e colaborativa dos alunos, destacando o papel central deles na redação e na apresentação dos textos nos eventos. Além disso, será levado em consideração o feedback dos pareceristas das comissões científicas, proporcionando valiosas contribuições para o desenvolvimento dos bolsistas em termos de pesquisa e habilidades de escrita acadêmica.

Atividade - PET no apoio no acadêmico

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
60	01/03/2023	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

Esta atividade tem como objetivo promover o sucesso acadêmico e combater a retenção, desligamento e evasão nos cursos de licenciatura e bacharelado em Educação Física. Sua proposta inclui a criação de atividades para facilitar a integração do estudante no ambiente acadêmico, monitorar seu desempenho no curso e prepará-lo para a transição para a vida profissional, priorizando o desenvolvimento do protagonismo do estudante em sua formação. A cada semestre, após a análise de dados obtidos junto à coordenação de curso e à PROGRAD, serão planejadas ações direcionadas às disciplinas com elevado índice de reprovação. Entre essas ações, podem incluir minicursos, cursos ou atividades de monitoria, adaptadas às necessidades específicas das disciplinas em colaboração com os docentes do curso. No ano de 2024 atuaremos prioritariamente com as disciplinas relacionadas ao Trabalho de Conclusão de Curso e com a adaptação dos calouros na vida Universitária. Mas, continuaremos com as ações do anos anteriores por meio da atualização dos conteúdos que estão disponibilizados no Ambiente Virtual de Aprendizagem.

Objetivos:

1. Contribuir para a promoção do êxito acadêmico. 2. Facilitar a luta contra a retenção, desligamento e evasão. 3. Integrar o ensino, a pesquisa e a extensão. 4. Desenvolver parcerias com os professores responsáveis pelas disciplinas que registram índices mais elevados de reprovação.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

Após analisar os dados coletados em colaboração com a coordenação do curso e a PROGRAD, planejaremos atividades direcionadas às disciplinas identificadas. Essas atividades poderão incluir a realização de cursos, minicursos, palestras e atividades de monitoria. Além disso, ressaltamos que atualizaremos o Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) dos projetos realizados no anos anteriores que ficam permanentemente disponíveis para a comunidade interna e externa.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Como resultados potenciais, o PET-EF busca prevenir e apoiar a redução do índice de alunos que enfrentam prova final ou retenção em disciplinas com elevado número de reprovações. Além disso, consideramos que as ações podem contribuir para o aprimoramento de conhecimentos específicos nas disciplinas curriculares, bem como para fortalecer a proximidade entre os membros do PET e os docentes dessas disciplinas visando ao sucesso acadêmico dos demais colegas.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

Para avaliar essas atividades, visando sistematizar sugestões e críticas, utilizaremos a abordagem processual que será discutida nas reuniões administrativas. Adicionalmente, criaremos um portfólio que reunirá todos os documentos produzidos antes, durante e após a realização das atividades,

proporcionando acesso aos alunos para consulta futura.

Atividade - Melhor Idade em Ação

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
120	01/02/2024	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

O projeto tem como propósito proporcionar atividades físicas e de lazer, visando contribuir para a manutenção e aprimoramento da qualidade de vida dos idosos residentes na grande Vitória. Com oferta de 30 vagas destinadas a pessoas com idade entre 60 e 75 anos, o projeto centra seus esforços em promover a prática de atividades físicas voltadas para o lazer nas instalações do CEFD. As atividades, realizadas semanalmente, têm duração de duas horas. Destaca-se que ao longo dos semestres, os alunos bolsistas do PET oferecerão diversas atividades, abrangendo esportes, ginástica, ritmo/dança, teatro, circo e outras práticas corporais. O projeto atua em colaboração com a Universidade Aberta à Pessoa Idosa (UNAPI).

Objetivos:

1. Facilitar o acesso às atividades físicas e de lazer destinadas a indivíduos com idades entre 60 e 75 anos. 2. Oferecer o contato com iniciativas que contribuam para a melhoria da qualidade de vida dos idosos. 3. Possibilitar a interação dos estudantes do CEFD, incluindo bolsistas e outros alunos (atualmente temos dois alunos voluntários), com esse grupo específico de pessoas.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

O projeto disponibilizará 30 vagas para indivíduos com idades entre 60 e 75 anos, nas instalações do CEFD. As atividades serão realizadas com periodicidade semanal, com encontros de duas horas, abrangendo diversos conteúdos da Educação Física, como: brincadeiras, jogos, esportes, exercícios físicos, ginástica, lutas, práticas corporais alternativas, práticas corporais de aventura e práticas corporais rítmicas. Durante esses encontros, os bolsistas do PET conduzirão as atividades, contando com o suporte de outros alunos do CEFD que optarem por participar como monitores colaboradores.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Como desdobramento prioritários desta iniciativa, objetivamos manter a parceria com a UNAPI e visamos despertar nos idosos a importância da incorporação de hábitos saudáveis, tais como: o apreço pela prática regular de atividades físicas e o desenvolvimento da autonomia dos idosos em se manterem ativos. Adicionalmente, esperamos criar um ambiente propício para a interação social entre os alunos. Por fim, os bolsistas e demais estudantes do CEFD que assumirão os papéis de professores/monitores terão a oportunidade de aprimorar suas habilidades didáticas na organização, instrução e avaliação das atividades destinadas a esse público complementando, assim, as disciplinas curriculares que abordam a atividade física e o processo de envelhecimento.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

Após cada sessão, ocorrerá uma avaliação conjunta entre os bolsistas e os alunos colaboradores sobre as atividades desenvolvidas com o público da terceira idade. Adicionalmente, durante as reuniões semanais administrativas, serão abordados os progressos alcançados e os desafios identificados durante as aulas. Os bolsistas serão responsáveis por elaborar relatórios que sistematizem as informações relacionadas ao planejamento, execução e avaliação, contribuindo para a formação de um banco de dados do projeto.

Atividade - Mostra de Profissões da UFES

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
60	01/08/2023	30/11/2023

Descrição/Justificativa:

A Mostra de Profissões da UFES é um evento que acolhe estudantes de ensino médio advindos da rede pública, particular e Instituto Federal. O evento é realizado nos quatro campi da UFES (Goiabeiras, Maruípe, Alegre e São Mateus). O PET EF atua em colaboração com a PROGRAD, os colegiados dos cursos de licenciatura e bacharelado em Educação Física, bem como com grupos de pesquisa e laboratórios para receber os alunos interessados em conhecer os cursos de licenciatura e de bacharelado em Educação Física. Assim, o PET tem a responsabilidade de apresentar os cursos aos interessados em ingressar na UFES. Após reuniões, o PET organiza uma programação abrangente oferecida aos visitantes que inclui apresentações artísticas, palestras, experiências práticas em atividades corporais, exposições, conversas informais, vídeos e visitas aos laboratórios.

Objetivos:

1. Apresentar os cursos de Educação Física do CEFD/UFES à comunidade externa que participa da Mostra de Profissões. 2. Coordenar a participação conjunta de alunos, professores, grupos de estudos, laboratórios, projetos de ensino, direção e PROGRAD na organização, execução e avaliação dessa atividade. 3. Ampliar a visibilidade do CEFD e dos cursos de Educação Física, tanto bacharelado quanto licenciatura. 4. Promover a integração do PET com as instâncias envolvidas na coordenação desse evento.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

A Mostra é planejada por meio de reuniões entre as coordenações de curso e a Pró-reitoria de Graduação (PROGRAD). Com o suporte da PROGRAD, os cursos elaboram suas programações para o circuito de visitas que ocorrem nos dias do evento. Durante dois dias, os estudantes visitantes têm a oportunidade de explorar laboratórios, salas de aula, projetos e programas dos cursos. Além disso, os estudantes participam de eventos artísticos, palestras, exposições de livros, salas de bate-papo com autores, apresentações de vídeos e outros ambientes informativos.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Como desdobramento, o PET-EF espera que as atividades desenvolvidas proporcionem visibilidade aos cursos de Educação Física (bacharelado e licenciatura). Além disso, buscamos estabelecer um ambiente acolhedor no qual os visitantes da Mostra de Profissões possam aprofundar o conhecimento nas áreas de seu interesse e dos cursos nos quais planejam ingressar na Universidade. Paralelamente, o PET-EF visa conscientizar o público que visita a UFES sobre os serviços que a Universidade oferece à sociedade capixaba, incluindo o hospital, museu, observatório, teatro e outras atividades de extensão, convidando-os e os seus familiares e conhecidos a participarem ativamente dessas iniciativas.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

Após a conclusão do evento, os membros do PET compartilharão suas percepções individuais sobre a nossa participação na reunião administrativa. Serão analisadas as atividades e a eficácia da proposta em apresentar o curso aos participantes. Além disso, examinaremos possíveis sugestões para o próximo ano durante. Essa avaliação será posteriormente discutida durante o encontro entre os representantes de Centro e a PROGRAD que, também, conduzirá uma avaliação abrangente do evento como um todo.

Atividade - Semana de Recepção de Calouros e Semana Acadêmica

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
60	01/02/2023	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

Esta iniciativa do PET-EF tem como propósito facilitar uma integração mais efetiva entre os alunos recém-ingressados e a Universidade, bem como entre os veteranos. Durante a Semana de Recepção de Calouros, o CEFD elabora uma programação especial para acolher os estudantes, substituindo as aulas da primeira semana do semestre por palestras, gincanas, minicursos, atividades culturais e esportivas. A intenção é promover um sentimento de pertencimento ao curso e a Universidade. De maneira semelhante, a Semana Acadêmica é organizada para todos os estudantes do curso no final do semestre, abrangendo atividades como apresentações de seminários de estágio, palestras, exposição de pôsteres da disciplina de seminário introdutório de projetos, festivais de práticas corporais e apresentação de trabalhos de conclusão de curso. Após reuniões com as coordenações, os bolsistas do PET propõem atividades que contribuem para o desenvolvimento de ambas as semanas, integrando-se com a comunidade do CEFD.

Objetivos:

1. Contribuir na organização e na realização da Semana de Recepção de Calouros e da Semana Acadêmica do CEFD. 2. Oferecer atividades que promovam a integração entre os estudantes de diferentes períodos. 3. Fomentar um senso de pertencimento entre os alunos recém-ingressados e aqueles que já estão no CEFD. 4. Apoiar as coordenações de cursos nas atividades relacionadas ao início e término do semestre.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

Metodologicamente, os bolsistas se incumbirão de elaborar e implementar ações que podem abarcar minicursos, palestras, gincanas, festivais esportivos e atividades culturais.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Como desfechos da Semana de Recepção, esperamos acolher e, também, motivar os estudantes do primeiro período dos cursos de Educação Física (Licenciatura e Bacharelado) durante a semana que marca a sua entrada no ambiente universitário. Ao mesmo tempo, buscamos receber de forma calorosa os veteranos no retorno as atividades. Ademais, pretendemos desviar a atenção dos calouros da apreensão relacionada ao medo do trote que, muitas vezes, os inquieta e os distancia da Universidade nos primeiros dias de aula. No que concerne à Semana Acadêmica, esperamos criar um espaço de conagração e aprendizado na última semana de aulas, proporcionando suporte aos colegiados de cursos que frequentemente estão sobrecarregados.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

Para avaliar as atividades, ouviremos as sugestões e as críticas dos alunos e dos professores participantes das atividades por meio de formulário online e de rodas de conversa, cujos resultados serão discutidos na reunião semanal posterior aos eventos.

Atividade - Articulação local do grupo com os demais grupos

PET

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
60	01/01/2024	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

Ao longo do ano, ocorrem reuniões para designar os representantes que participarão das atividades conjuntas entre os grupos PET da UFES, incluindo o InterPET, DiaPET, MobilizaPET e PETitinerante. A participação do PET Educação Física junto aos outros grupos PET visa compartilhar experiências e estabelecer contatos, proporcionando uma reflexão coletiva. O PET Educação Física propõe que um bolsista mais experiente acompanhe um bolsista novato, permitindo que este compreenda a configuração e a dinâmica dos encontros promovidos pelos grupos PET da UFES, que reúne propostas teóricas distintas. Em 2024,

Objetivos:

1. Designar os representantes que integrarão o InterPET, DiaPET, MobilizaPET e PETitinerante.
2. Incorporar os novos bolsistas na dinâmica do PET UFES, com o auxílio de veteranos nos encontros.
3. Promover a socialização de discussões, deliberações e experiências durante os encontros.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

A participação dos bolsistas do PET Educação Física em atividades administrativas e ações coletivas dos grupos PET na UFES segue um esquema de rodízio para garantir a participação equitativa de todos. No caso do InterPET, a cada dois encontros, há uma troca de representantes. Esse rodízio é preestabelecido, proporcionando a cada bolsista a oportunidade e a responsabilidade de participar da atividade. Nas demais atividades administrativas dos grupos PET, os alunos são indicados, assegurando que os horários não conflitem com as aulas dos cursos e as nossas atividades com a comunidade externa que são prioritárias.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Como resultado esperamos socializar as experiências do PET Educação Física, por meio desses canais de diálogo com outros grupos PET. Durante esses encontros, distintos grupos com propostas diversas se reúnem, permitindo a partilha de experiências internas com os demais grupos e oportunizando momentos de reflexão coletiva. Além disso, nessas ocasiões, os petianos deliberam sobre questões relevantes, tanto no âmbito específico do PET na UFES quanto em nível nacional.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

Os bolsistas são incumbidos de registrar as informações obtidas durante os encontros para posteriormente apresentá-las nas reuniões administrativas semanais. Dessa forma, todos os membros do grupo têm acesso às informações de cada reunião, promovendo uma compreensão coletiva do que foi discutido. Essa prática também proporciona a oportunidade de debater de forma conjunta as futuras ações a serem implementadas nos encontros subsequentes.

Atividade - Minicursos e Cursos Para a Formação Ampliada

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
180	01/03/2024	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

Os minicursos e cursos para a formação ampliada em Educação Física consistem em uma iniciativa

do PET voltada para o desenvolvimento de atividades de curta e de média duração. Nesse contexto, oficinas e minicursos serão planejados com o propósito de proporcionar aos alunos do CEFD/UFES e à comunidade externa o acesso e/ou aprofundamento em diversos conteúdos da Educação Física. Tais atividades serão conduzidas pelos bolsistas e, ocasionalmente, por convidados. Há o interesse de integrar os estudantes de pós-graduação como mediadores de alguns encontros com o intuito de estreitar os laços do Programa de Pós-graduação com a graduação. Além disso, professores de outros cursos da UFES e de instituições de ensino superior privadas poderão ser convidados para mediar os encontros.

Objetivos:

1. Fomentar um espaço de formação ampliada por meio de minicursos e cursos, com a participação de convidados da UFES e de outras instituições de ensino superior, assim como ex-participantes do PET, estudantes de pós-graduação e profissionais atuantes em clubes, academias e escolas. 2. Introduzir temas da Educação Física que não encontram espaço nas grades curriculares dos cursos de licenciatura e de bacharelado em Educação Física. 3. Estabelecer um ambiente propício para a reflexão e o aprimoramento contínuo, destinado àqueles que já estão inseridos no mercado de trabalho.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

Os minicursos e cursos serão conduzidos pelos membros do PET ou por convidados que terão o apoio dos bolsistas. A disponibilidade de vagas para essas atividades estará sujeita às particularidades de cada curso, bem como às orientações dos colaboradores responsáveis pela implementação da atividade. Em relação à frequência, essas iniciativas serão realizadas ao longo do primeiro e do segundo semestres de 2024, podendo ocorrer tanto de forma presencial quanto no formato remoto.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Como resultados potenciais, consideramos que por meio dessas atividades poderemos oferecer aos participantes da comunidade interna e externa a oportunidade de explorar a teoria, a prática e a reflexão crítica de conteúdos relevantes e contemporâneos da Educação Física. Além disso, no que diz respeito aos alunos em formação inicial, nossa expectativa é proporcionar o contato com práticas corporais e/ou temas que não estão abrangidos nas grades curriculares dos cursos de licenciatura e de bacharelado em Educação Física.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

Ao término dos minicursos e cursos, realizaremos uma roda de conversa com o intuito de ouvir e sistematizar os elogios, as sugestões e as críticas dos participantes. Também vamos nos colocar a disposição caso a pessoa queira dar um feedback em particular. Essas informações serão utilizadas no planejamento e na organização de futuras ações. Também faremos a escuta dos responsáveis por ministrar as atividades. Todas as informações serão apresentadas e discutidas nas reuniões administrativas.

Atividade - PET Funcional

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
120	01/02/2024	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

A popularização do treinamento funcional (TF) é evidente, tornando-se uma modalidade de exercício

que visa ao desenvolvimento sinérgico, integrado e equilibrado das capacidades físicas. Seu propósito fundamental é proporcionar eficiência e segurança na execução das atividades cotidianas (SILVA-GRIGOLETTO; RESENDE-NETO; TEIXEIRA, 2020). Ao longo dos anos, o TF conquistou espaço nas rotinas de pessoas de diversas idades, gêneros e classes sociais, destacando-se por sua base no princípio da especificidade e pela caracterização de exercícios que replicam movimentos do dia a dia. No Espírito Santo, observamos uma crescente adesão a essa modalidade de ginástica em praias, parques, academias e studios. Diante desse cenário, o Programa de Educação Tutorial (PET) identificou o potencial de implementar um projeto com características alinhadas ao treinamento funcional na Universidade Federal do Espírito Santo (UFES).

Objetivos:

1. Proporcionar para a comunidade interna e externa da UFES, avanços físicos, sociais e psicológicos por meio da prática do Treinamento Funcional. 2. Conscientizar a importância do exercício como um meio para a saúde em sua totalidade. 3. Incentivar o gosto pela prática de atividade física com o combate ao sedentarismo.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

As sessões de treino serão estruturadas em quatro etapas distintas: preparação, aquecimento, parte principal e volta à calma. A preparação abrangerá exercícios de mobilidade e estabilidade articular, alongamentos, flexibilidade e movimentos destinados a preparar as articulações dos participantes para a aula. A etapa seguinte, o aquecimento, terá como foco a preparação do sistema cardiovascular para a parte principal da aula. A parte principal seguirá os fundamentos propostos por Boyle (2015), visando o desenvolvimento dos componentes essenciais, tais como: core, potência, dominância de joelho, dominância de quadril, pressão horizontal, pressão vertical, puxar horizontal e puxar vertical. Por fim, a volta à calma terá o propósito de restabelecer a frequência cardíaca e proporcionar maior segurança aos participantes. As aulas ocorrerão três vezes por semana.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Como resultado esperamos motivar e engajar os alunos na prática de atividades físicas regulares combatendo o sedentarismo. Ademais, almejamos contribuir com o estabelecimento de hábitos saudáveis propiciando bem estar físico, social e psicológicos nos participantes. E, por fim, esse projeto apoiará a elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso de dois petianos.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

Como forma de avaliar as atividades do PET Funcional, optamos pela roda de conversa com os alunos no final das aulas com o intuito de obter informações sobre a percepção deles sobre o volume e a intensidade dos exercícios, assim como se as aulas estavam divertidas e proveitosas para todos. As informações coletadas juntos aos alunos serão discutidas na reunião semanal administrativa do PET Educação Física. Além disso, faremos testes físicos com o intuito de amparar os treinos.

Atividade - PET Educação Física 30 anos

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
120	01/01/2024	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

No ano de 2024, o PET Educação Física completará 30 anos de fundação. Ao longo de todo esse período, com o apoio do Centro de Educação Física e Desportos e da Universidade Federal do Espírito Santo, foram realizados uma gama de projetos de ensino, pesquisa e extensão que

contribuíram com a formação inicial de muitos alunos e que, também, impactaram a comunidade externa da Universidade. Como forma de registrar e celebrar a contribuição de alunos, professores e demais envolvidos, o PET Educação Física realizará atividades para homenagear a dedicação de todos na consolidação do programa no âmbito da Educação Física nessas três décadas.

Objetivos:

1. Criação de um Museu que exponha a história do projeto ao longo do tempo, destacando momentos importantes, fotos, documentos e depoimentos. 2. Produção de uma publicação especial que conte a história do projeto com fotos e depoimentos de ex-bolsistas e ex-tutores, bem como daqueles que estão em atividade. 3. Organização de um evento comemorativa em parceria com a direção de centro. 4. Atualização da identidade visual do PET Educação Física.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

Para a criação do museu virtual, organizaremos uma exposição nos destaques do Instagram, nos quais contaremos a história do projeto ao longo do tempo privilegiando marcos do PET Educação Física utilizando fotos, documentos e depoimentos. No caso da publicação, buscaremos depoimentos de pessoas envolvidas ao longo dos anos, histórias de sucesso e desafios superados na consolidação do PET Educação Física. Também buscaremos fotos que ajudam a compreender toda essa história. Acerca do evento comemorativo, organizaremos um encontro de celebração, no qual convidaremos membros atuais e egressos, parceiros e colaboradores. Por fim, solicitaremos a ajuda do setor da UFES de design para atualizar a identidade visual do PET Educação Física para que o mesmo possa refletir o seu desenvolvimento ao longo dos anos. Aproveitaremos nesse momento para atualizar a arte dos nossos certificados que já foi elaborada por esse setor.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Por meio de todas essas ações esperamos agradecer, publicamente, a todos que contribuíram para o sucesso do PET Educação Física ao longo desses 30 anos. Além disso, esperamos promover a interação entre os atuais petianos e os egressos, bem como com os tutores e colaboradores do passado. Não podemos deixar de mencionar a produção da obra comemorativa dos 30 anos como resultado desse processo.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

Nas reuniões administrativas faremos as análises de cada etapa necessária para cumprir com os nossos objetivos. Nesse sentido, recorreremos á avaliação processual. Além disso, buscaremos o feedback de todos que participarão das ações comemorativas com o intuito de aprimorar as atividades subseqüente ao longo do ano de 2024.

Atividade - PET nas redes

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
60	01/01/2024	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

As redes sociais desempenham um papel crucial ao possibilitar uma comunicação rápida e constante por meio de recursos tecnológicos e da internet. A cada ano, observamos uma imersão crescente das pessoas nas redes sociais, buscando conexões com amigos, parceiros, grupos e organizações. O acesso às informações está literalmente ao alcance dos dedos, bastando um toque no smartphone para compartilhar e receber dados pessoais e profissionais. Diante desse contexto e reconhecendo o potencial das redes sociais em conectar pessoas em diferentes localidades, o PET

Educação Física propõe a atividade "PET nas Redes" com o objetivo de impulsionar a divulgação das ações do grupo e interagir com o público interno e externo à Universidade. Ademais, estreitamos os laços entre a comunidade externa e a Universidade.

Objetivos:

1. Atualizar o site do PET Educação Física com informações sobre as atividades realizadas, assegurando a manutenção de um acervo histórico. 2. Manter o perfil do PET Educação Física no Instagram sempre atualizado e, também, interagir de forma proativa com o público. 3. Adicionar no canal do YouTube os vídeos das atividades já promovidas pelo PET. 4. Divulgar trechos das palestras realizadas como estratégia para despertar interesse e incentivar a visualização do material completo disponível no YouTube. 5. Manter o link tree atualizado com os endereços de inscrição para as atividades do PET.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

Para a implementação do PET nas Redes, serão realizados encontros com o objetivo de instruir os petianos sobre as ferramentas necessárias para a atualização do site, além de promover dinâmicas para a criação de materiais de divulgação e edição de vídeos. Para isso, faremos uso do manual de gerenciamento de sítios elaborado pela Superintendência de Tecnologia da Informação da UFES, tutoriais da plataforma de design gráfico Canva e compartilharemos as experiências dos petianos na edição de vídeos. Ademais, realizaremos atividades práticas para a produção de transmissões ao vivo utilizando o YouTube e outras plataformas de streaming. Por fim, tendo em vista as lives que são realizadas pelo PET, faremos um encontro com o técnico do CEFD responsável pela sala de videoconferência com vista a entender o uso dos equipamentos.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

O principal resultado esperado é a ampliação da visibilidade do PET e, conseqüentemente, fortalecer os vínculos com a comunidade interna e externa. Além disso, cientes de que as redes sociais são um meio eficaz para receber o retorno dos participantes das atividades e, também, de identificação das demandas da sociedade, esperamos como resultados estreitar o diálogo com o público. A criação de um acervo online, abrangendo o site e o canal do YouTube, permitirá como resultado o acesso contínuo às iniciativas dos petianos do curso de Educação Física e possibilitará a participação daqueles que não estiveram presentes durante a realização das atividades. Por fim, os petianos terão uma melhor compreensão do uso das ferramentas digitais para utilizar na divulgação das nossas ações e, no futuro, no mundo do trabalho tendo em vista que muitos profissionais de Educação Física recorrem ao universo virtual para atingir o seu público.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

Para avaliar essa atividade, monitoraremos as métricas de acesso ao site, as interações nas postagens do Instagram e a visualização dos vídeos no canal do YouTube. Além disso, examinaremos atentamente o feedback expresso nos comentários do público nas redes sociais. Concluindo, faremos uma análise do impacto dessas ações durante as reuniões administrativas.

Atividade - Dança UFES

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
120	01/03/2024	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

O ensino da dança é o ponto central dessa atividade de extensão promovida pelo PET Educação

Física, a qual prima por proporcionar um espaço dedicado ao aprofundamento nas disciplinas dessa área e, ao mesmo tempo, aproximar os estudantes do CEFD no aspecto didático desse conteúdo da Educação Física. O Dança UFES ocorrerá ao longo do primeiro e do segundo semestre de 2024 abordando danças urbanas, forró, jazz funk e danças de salão. O projeto também enfatizará o condicionamento físico dos participantes, a socialização e o bem-estar psicológico. Por fim, assim como nos anos anteriores, o projeto é parceiro na organização e na participação dos festivais realizados no CEFD/UFES.

Objetivos:

1. Estreitar a relação dos estudantes do curso de Educação Física do Centro de Educação Física e Desportos (CEFD) da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES) com o ensino da dança. 2. Explorar as diferentes manifestações de danças para além da prática, incluindo aspectos socioculturais. 3. Fornecer um espaço para discussões sobre os estilos de dança abordados no projeto. 4. Integrar teoria e prática no planejamento, organização, implementação e avaliação das atividades. 5. Oferecer à comunidade interna e externa a oportunidade de praticar a dança no CEFD/UFES.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

As aulas acontecerão duas vezes por semana, com duração de uma hora, e serão abertas para a comunidade interna e externa da UFES. Os petianos serão responsáveis pelo planejamento, organização, implementação e avaliação das aulas, que serão discutidos em encontros semanais. Compete mencionar que as atividades serão realizadas na sala de dança do CEFD/UFES e terão a participação de jovens e adultos.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Como resultado, esperamos proporcionar aos alunos do CEFD e demais envolvidos, sejam monitores ou participantes, o acesso a conhecimentos práticos e teóricos de diversas modalidades de dança. Nesse sentido, por meio de aulas e oficinas, buscaremos oferecer experiências formativas que transcendam os aspectos técnicos, permitindo uma abordagem crítica e reflexiva por parte dos discentes em formação inicial e de todos que participarão dessa iniciativa do PET. Além disso, esperamos criar um espaço de socialização e estímulo à prática de atividades físicas.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

A avaliação será processual discutida nas reuniões administrativas e, também, realizada por meio da elaboração de uma coreografia que sintetizará os aprendizados do semestre. Cabe destacar que essa coreografia será apresentada nos festivais organizados no CEFD/UFES e/ou por meio de vídeos postados nas redes sociais.

Atividade - CinePET

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
60	01/03/2024	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

Desde os primórdios do cinema, as emoções suscitadas pelas competições esportivas já eram registradas pelas lentes das primeiras câmeras. Inicialmente, o esporte era documentado por ser considerado uma prática corporal popular. No entanto, passou a ser posteriormente explorado para transmitir temas de cunho moral, nacionalista e político. O entrelaçamento entre esporte e cinema gera diferentes sensações no espectador, pois cada indivíduo interpreta, sente e vive o filme com

base nos significados que estão enraizados em sua memória, fazendo sentido em sua própria história e contexto. Nesse sentido, esta atividade do PET buscará utilizar o cinema como ferramenta educacional e objeto de reflexão, proporcionando um ambiente de discussão de temas transversais. O objetivo é contribuir para a formação ampliada dos alunos do CEFD e da UFES, visto que essa ação tem o potencial de possibilitar a interação entre alunos de cursos diversos e profissionais de áreas relacionadas à Educação Física. Ressaltamos que essa atividade também é aberta à comunidade externa.

Objetivos:

1. Recorrer ao cinema como instrumento educacional e foco de reflexão. 2. Criar um espaço propício para discussões de temas transversais relacionados à Educação Física. 3. Contribuir para a formação ampliada dos alunos do CEFD, da UFES e da comunidade externa. 4. Fortalecer a integração do PET-EF com outras instituições de ensino superior e profissionais de diversas áreas de atuação que serão convidados para debater os filmes/documentários.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

Essa atividade será remota e realizada ao longo dos dois semestres utilizando plataformas de streaming (como Netflix ou YouTube) que disponibilizem os filmes ou documentários escolhidos. Após a divulgação, incentivamos os inscritos a assistir o filme/documentário e, em seguida, convidamos os inscritos para uma transmissão ao vivo (live) na qual acompanharemos as análises dos convidados e promoveremos um debate com o público. A transmissão será realizada por meio do canal do PET Educação Física no YouTube. A escolha dos filmes/documentários será feita em colaboração entre os bolsistas e a comunidade do CEFD. Os bolsistas também convidarão docentes, profissionais e alunos da UFES ou de outras instituições para contribuir com o debate após a exibição. Para a melhor qualidade, utilizaremos a sala de videoconferência do CEFD/UFES.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Como desfechos dessa ação do PET Educação Física, esperamos que os participantes adquiram competências para extrair elementos significativos dos filmes/documentários, promovendo a identificação e a interpretação (educação do olhar). Buscamos despertar o senso crítico contribuindo, assim, para o desenvolvimento pessoal e profissional dos envolvidos.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

No que concerne a avaliação, após a exposição e o debate sobre o filme/documentário, os membros do PET discutirão na reunião administrativa os aspectos positivos e negativos. Também dialogaremos com os convidados sobre a experiência e incentivaremos os participantes a enviarem o seu feedback no momento do envio do certificado de participação para a melhor reflexão e o aprimoramento contínuo do Cine PET.

Atividade - PET Esportes

Carga Horária	Data Início da Atividade	Data Fim da Atividade
240	01/03/2024	31/12/2024

Descrição/Justificativa:

Corroboramos Paes (2020) que o esporte contemporâneo e o seus significados adquiriram proeminente destaque na sociedade e a sua pluralidade o torna um dos fenômenos sociais mais presentes no cotidiano das pessoas. Nesse sentido, principalmente por se tratar de um ano olímpico, essa atividade tem o objetivo de abordar diferentes modalidade esportivas individuais e

coletivas com o intuito de ir além do aspecto técnico, tático e físico ao contribuir com a formação cidadã de crianças, jovens e adultos. Assim, diante da importância social do esporte, iremos ir além da valorização dos aspectos motores e cognitivos do desenvolvimento esportivo, ao colaborar com o processo socioeducativo dos participantes provendo bem estar físico, social e psicológico. Acreditamos que há que se buscar o desenvolvimento crítico e de respeito/tolerância às diferenças. No desenvolvimento desse projeto primaremos pela abordagem lúdica no trato dos fundamentos dos esportes. É pertinente enfatizar que as modalidades serão definidas semestralmente no planejamento. O público alvo será constituído por indivíduos da comunidade externa e interna da UFES. Dentre as possibilidades de intervenção destacamos os esportes coletivos de quadra e de areia, modalidades aquáticas e as lutas. Também realizaremos eventos esportivos como a COPET de futebol society e de voleibol que foram realizadas em 2023, bem como incluiremos outras modalidades no calendário de 2024.

Objetivos:

1. Facilitar a interação da comunidade interna e externa da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES) com diversas modalidades esportivas.
2. Permitir aos estudantes dos cursos de Educação Física a exposição a conteúdos não abrangidos pela grade curricular.
3. Implementar iniciativas que contribuam para o aprimoramento das habilidades físicas, sociais e psicológicas dos participantes.
4. Criar um espaço onde os alunos desempenhem um papel ativo em sua própria formação.

Como a atividade será realizada? (Metodologia):

Os bolsistas do PET conduzirão as atividades empregando abordagens analíticas e globais privilegiando a ludicidade. Essas práticas serão direcionadas a crianças, jovens e adultos tanto da comunidade interna quanto externa. Também promoveremos encontros abertos no qual mediarremos a ação dos indivíduos que participarão do PET Esportes.

Quais os resultados que se espera da atividade?

Resultados / produtos esperados com a atividade: melhorias para o Curso, para a Educação, para a sociedade, meios para a socialização dos resultados, publicações, etc:

Almeja-se que, ao término das atividades, os participantes possuam um entendimento abrangente das modalidades, sendo capazes de identificar suas regras e fundamentos característicos. Além disso, priorizamos que os participantes adquiram um conhecimento que transcenda a mera prática técnica, incorporando a abordagem de aspectos socioculturais. Por último, enfatizamos a criação de um ambiente que promova a realização das ações fundamentais, o aprimoramento das capacidades físicas específicas da modalidade em questão e o desenvolvimento pessoal/social por meio da contemplação de aspectos atitudinais.

Qual será a metodologia de avaliação da atividade pelo grupo:

Escolhemos uma abordagem avaliativa de natureza processual, utilizando observação e diálogos no início e no término das intervenções. A avaliação dos alunos incidirá sobre seu engajamento nas atividades, assim como na assimilação dos conhecimentos técnicos, táticos, físicos e normativos da modalidade em questão. Adicionalmente, será levada em consideração a participação ativa do aluno ao longo das atividades, sua colaboração em grupo e o progresso alcançado em consonância com os objetivos estabelecidos.