

Práticas Corporais e velhice: relatos de uma intervenção pedagógica

Everaldo Robson de Andrade (professor)
Ivanilda Maria Freire (professora)
Gleison Ruan Alexandre de Oliveira
Eliane Silva da Luz
Irapuan Medeiros de Lucena

O Projeto Atividades Corporais Despertando o Idoso: educação multidisciplinar em busca de uma velhice bem sucedida (ACORDI) é uma iniciativa dos professores de Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte, campus Santa Cruz (FRN/SC). Sendo desenvolvido com apoio da Coordenadoria de Extensão do referido Instituto, cujas atividades tiveram início no ano de 2011, sendo este, portanto, o terceiro ano de execução. Pelo exposto, o presente artigo tem por finalidade principal socializar, no meio acadêmico, as intervenções pedagógicas oferecidas pelo Projeto ACORDI e vivenciadas pelos idosos da cidade de Santa Cruz/RN. Ao compreendemos a velhice como uma fase da vida que ultrapassa os ditames de ordem biológica, buscamos parcerias com outras áreas do conhecimento para implementarmos as ações do Projeto ACORDI, assim, as ações vivenciadas pelos idosos são pensadas e executadas por professores, em especial de Educação Física, psicólogos, assistente social, fisioterapeutas, dentre outros profissionais, além da efetiva assistência de dois alunos monitores. O Projeto ACORDI possui quatro turmas formadas por aproximadamente trinta mulheres, cada uma delas, frequentam as atividades duas vezes por semana. Dentre as principais intervenções pedagógicas oferecidas destacamos a hidroginástica, a ginástica, as palestras e seminários sobre temáticas variadas, as caminhadas e as visitas a pontos históricos e de lazer da região. Acreditamos que o envolvimento dos idosos nas atividades propostas contribui para valorização da velhice. Compreendemos a velhice com sendo uma fase da vida como qualquer outra, cujos possíveis limites do corpo físico não podem ser considerados como argumentos para atitudes preconceituosas. Confiamos ainda que através do envolvimento dos idosos nas

práticas corporais e nas diferentes temáticas de ordem teórica, fomentadas pelo grupo, se configura em importante ferramenta favorecedora de uma participação mais consciente e mais atuante no contexto social no qual interatuam. Por fim, destacamos que tanto a nossa participação nas atividades vivenciais quanto os trabalhos de pesquisa que concomitantemente desenvolvemos junto ao Projeto ACORDI tem nos mostrado, entre outros fatores, o interesse cada vez mais crescente dos idosos na busca por atividades corporais, bem como a importância atribuída por tais sujeitos a adesão a um estilo de vida ativo, no qual a prática da atividade física e o envolvimento social se façam presentes.

Palavras-chave: Envelhecimento, Velhice, Práticas Corporais, Educação Física