

Evento: XXI Jornada de Extensão
ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

PLOGGING AQUÁTICO E PLOGGING NÁUTICO: ENTENDENDO O PLANETA COMO PARTE DE NOSSOS CORPOS¹

AQUATIC PLOGGING AND NAUTICAL PLOGGING: UNDERSTANDING THE PLANET AS PART OF OUR BODIES

Amanda Beatriz Eich², Luiz Fernando Cuzzo Lemos³

¹ Projeto de Ensino, Pesquisa e Extensão desenvolvida no Centro de Educação Física e Desportos, pertencente ao Núcleo de Implementação da Excelência Esportiva e Manutenção da Saúde da UFSM.

² Aluna do Curso de Graduação em Educação Física (Licenciatura) da UFSM, participante do Projeto, amandabeatriz Eich@gmail.com

³ Professor Doutor do Centro de Educação Física e Desportos da UFSM, Orientador, luizcanoagem@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO

As temáticas e ações voltadas para a preservação do meio ambiente já vêm sendo debatidas há alguns anos, sendo alvo de amplas pesquisas e aplicações práticas. Sabe-se que existem, por exemplo, biocombustíveis, energias renováveis (eólica), dentre outras iniciativas com a finalidade de reduzir os prejuízos ao planeta. Seguindo este caminho, onde a educação física, o esporte, ou mais precisamente o exercício físico poderia se inserir? A partir deste questionamento, algumas iniciativas podem ser destacadas, como o plogging, termo que se deriva do jogging que significa uma corrida em velocidade bem lenta (trote) e plucking que pode ser definida como o ato de recolher, catar ou arrancar, sendo assim, trata-se de uma atividade na qual seus adeptos têm por objetivo se deslocar equipados de algum tipo de recipiente para coletar o lixo pelo trajeto. Desta forma, essas ações beneficiam tanto os praticantes, através do exercício físico da corrida ou trote proporcionando elevação do condicionamento cardiorrespiratório, aumento da força de membros superiores e inferiores a partir da coleta e da carga que os resíduos impõem, além dos benefícios psicológicos também trazidos pelo exercício e sua prática. Quanto ao meio ambiente, tirando resíduos que levariam anos para se decompor na natureza, em determinadas localidades causando enchentes, poluindo os meios aquáticos (fluvial, lacustre e marítimo) prejudicando os animais, e levando-os para realizar o descarte correto. Todavia, não apenas as ruas necessitam de limpeza, mas também, os meios aquáticos e náuticos de água doce ou salgada, os quais são habitats e fonte de alimento de muitas espécies, inclusive dos seres humanos. Em especial, é preciso lembrar que quando se refere à água doce, essa é apenas uma pequena porcentagem de todo recurso hídrico potável no planeta e que são, muitas vezes, depósitos de lixo para pessoas e indústrias, destaca-se a importância da conscientização e da preservação e/ou recuperação desses meios, que tem caráter vital.

Diante do exposto, pensando na conservação dos espaços naturais e em alta qualidade e limpeza dos recursos hídricos, somado com a manutenção e ampliação do condicionamento físico dos indivíduos, apresentam-se nesse projeto de ensino duas práticas inovadoras e sustentáveis que estão intimamente ligadas com a saúde, educação, qualidade de vida, ecologia, conservacionismo e pensamento socioambiental da nossa sociedade, o Plogging Aquático e o Plogging Náutico. No plogging aquático os praticantes adentram ao meio líquido dos espaços naturais para fazer sua limpeza com as próprias mãos. Já no plogging náutico os praticantes utilizam equipamentos e embarcações de outros esportes náuticos, tais como stand-up paddle, canoagem, remo, canoa havaiana, entre outros para efetivar a limpeza. Assim, tais práticas (Plogging Aquático e o Plogging

Evento: XXI Jornada de Extensão

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

Náutico) estão fundamentadas no entendimento do planeta como uma parte de nossos corpos, e nossas atitudes diárias simples, são motivadas na definição de Saúde ecológica.

Sendo assim, o projeto tem como objetivo enraizar na sociedade brasileira a prática do Plogging Aquático e do Plogging Náutico como ferramenta contra o sedentarismo, oportunizando ações voltadas para o melhoramento da saúde ecológica e formação de cidadãos imbuídos do espírito preservacional do meio ambiente. Assim como, diminuir o sedentarismo através da prática do Plogging Aquático e Plogging Náutico, ampliar a limpeza e utilização dos espaços em meio líquido para a prática de diversos esportes náuticos; Disseminar os esportes Plogging Aquático e Plogging Náutico na sociedade; Contribuir para a formação integral dos acadêmicos de distintos cursos de graduação e pós-graduação; Contribuir para um maior envolvimento dos acadêmicos, visando formação e evolução pessoal, agindo como fator de redução da evasão e conclusão do curso no prazo previsto; Através de atividades de ensino, pesquisa e extensão relacionadas ao Plogging Aquático e Plogging Náutico contribuir para a melhora dos índices de qualidade dos cursos relacionados ao projeto; Realizar reuniões de ensino, discutindo temáticas atuais, ações práticas para trocas de experiências, todas essas sempre focadas em métodos de ensino atualizados e inovadores; Desenvolver estudos científicos de alta qualidade complementando o aprendizado, difundindo o conhecimento em nível nacional e internacional; Desenvolver entre os acadêmicos as capacidades de um bom gerenciador de grupos e atuar como empreendedores socioeducadores; Desenvolver o Plogging Aquático e Plogging Náutico para crianças e adolescentes, em especial aqueles em vulnerabilidade social, de escolas públicas e/ou que venham a estar cumprindo medidas socioeducativas; Proporcionar a capacitação pedagógica dos docentes e discentes através de ações como reuniões pedagógicas, participação em eventos de ensino, pesquisa e extensão; Proporcionar integração entre diferentes áreas de conhecimento, como, por exemplo, Educação Física, Engenharia Florestal, Jornalismo, Publicidade e Propaganda, Fisioterapia, entre outras, sendo o projeto um “Laboratório vivo”; Proporcionar o envolvimento dos laboratórios de pesquisa no ensino e treinamento da modalidade; Proporcionar melhora na infraestrutura do açude do CEFD/UFSM, especificamente com a limpeza do espaço.

Palavras-chave: Meio Ambiente, Esporte, Saúde, Plogging.

Keywords: Environment, Sport, Health, Plogging.

METODOLOGIA

O Projeto, vinculado ao Núcleo de Implementação da Excelência Esportiva e Manutenção da Saúde (NIEEMS), está sendo desenvolvido baseado na tríade da carreira docente, ou seja, as ações estão envolvidas nos quesitos, ensino, pesquisa e extensão. Os participantes do projeto são professores da UFSM e demais instituições que demonstrem interesse nas atuações do projeto, acadêmicos de Educação Física e de outros cursos da UFSM e de distintas instituições de ensino superior, atletas em geral, dirigentes esportivos, associações esportivas e, interessados no desenvolvimento do esporte, preservação do ambiente, natureza e da manutenção da saúde.

Ações relacionadas com a preservação do meio ambiente como fenômeno midiático que

Evento: XXI Jornada de Extensão

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

é, contribuirão para a formação integral dos acadêmicos de distintos cursos de graduação e pós-graduação. Alunos dos cursos de comunicação podem desenvolver distintos trabalhos de divulgação do projeto, alunos das áreas da saúde estão envolvidos na preservação e manutenção da saúde e da natureza, acadêmicos da área da educação se envolvem no desenvolvimento do processo Ensino-Aprendizagem da modalidade, entre outras áreas. Desta forma, está sendo proporcionada a integração entre diferentes áreas de conhecimento. Como, por exemplo, Engenharia florestal, Educação Física, Jornalismo, Publicidade e Propaganda, Fisioterapia, entre outras, sendo o projeto um “Laboratório vivo” de aprendizagem. Tudo isso, fortalecerá o envolvimento da comunidade acadêmica ao projeto, e desta forma, havendo ações multidisciplinares. Tais ações servem como fator de redução da evasão e conclusão do curso no prazo previsto. Como o projeto tem vários objetivos e visa abarcar todas as manifestações relacionadas ao esporte e meio ambiente, através de atividades de ensino, pesquisa e extensão, as ações contribuem para a melhora dos índices de qualidade dos cursos relacionados direta e indiretamente ao projeto.

São realizadas reuniões de ensino com todos os envolvidos no projeto, em especial os discentes e docentes, discutindo temáticas atuais, ações práticas para trocas de experiências, todas essas sempre focadas em métodos de ensino atualizados e inovadores. Desta forma, tais ações gerarão frutos relacionados com o desenvolvimento da ciência e de estudos científicos de alta qualidade, complementando o aprendizado e difundindo o conhecimento em nível nacional e internacional. Uma das ações mais importantes do Projeto é desenvolver o esporte ou prática social para crianças e adolescentes, em especial aqueles em vulnerabilidade social, de escolas públicas e, desta forma, podendo estar mudando a realidade de vida dos envolvidos. Essas ações ocorrerem em turno inverso ao que os atores sociais estudam e, assim, os acadêmicos da UFSM além de estarem desenvolvendo capacidades técnicas de alta qualidade, acabam incorporando o espírito social. Logo, o futuro profissional que estará no mercado de trabalho poderá atuar com mais facilidade numa mudança positiva da sociedade.

São realizadas sistematicamente reuniões pedagógicas visando proporcionar a capacitação pedagógica dos docentes e discentes envolvidos no Projeto, bem como oportuniza a participação em eventos de ensino, pesquisa e extensão dos acadêmicos e profissionais. O projeto também visa proporcionar o envolvimento dos laboratórios de pesquisa do CEFD, bem como, demais laboratórios de outros Centros da UFSM de acordo com os seus objetivos. Além disso, a melhoria de tais instalações na infraestrutura é uma demanda pensada no presente projeto. Todavia, não somente o melhoramento de laboratórios, mas sim do aqüede e demais espaços naturais do CEFD e da UFSM como um todo. Todas essas ações apresentadas oportunizam demandas profissionais e de evolução de espaços e materiais neles existentes. Assim, a busca por editais de fomento à pesquisa, ensino e extensão ou mesmo apoio na iniciativa privada será amplamente buscada pelo proponente do projeto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um grande número de pessoas vem se envolvendo ao projeto, sejam esses, docentes, acadêmicos, comunidade em geral. Desta forma, a temática em poucos anos sofrerá uma ampliação, tornando assim, o município de Santa Maria como referência nacional. Tal situação poderá ocorrer mais facilmente pelo fato de que o projeto não é pensado para uma atuação isolada em um grupo

Evento: XXI Jornada de Extensão

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

apenas. Por exemplo, uma criança em situação de risco social pode se descobrir no projeto como um praticante e ativista da causa. Ao mesmo tempo os acadêmicos da UFSM que atuam com essa criança estão se desenvolvendo enquanto professores, com altíssima capacidade de atuação. Simultaneamente a isso, os acadêmicos de outros cursos se especializam em suas práticas, havendo trocas de conhecimentos e ações interdisciplinares.

Com a formação dos envolvidos no projeto, em pouco tempo a UFSM estará exportando para as demais cidades do Brasil profissionais imbuídos por esse esporte e ação social, esses altamente preparados cada um em sua área de atuação, e assim, os benefícios sistemáticos do projeto poderão ser sentidos no país como um todo. Com relação às pesquisas, acredita-se que com a formação de alunos em todos os níveis de ensino (graduação e pós-graduação) vem sendo desenvolvidas pesquisas de altíssima qualidade e relevância social e científica. O projeto proporciona diversos benefícios, como por exemplo: Criação e difusão de duas modalidades esportivas até então não conhecidas; Conscientização, manutenção e preservação dos meios aquáticos; Aproximação das pessoas com a natureza; Promoção da saúde através da prática de exercícios físicos; E, fomento das modalidades náuticas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto está sendo de suma importância para a preservação e limpeza do lago e demais espaços naturais da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), além de contribuir para a saúde dos participantes do projeto, com um grande gasto energético, trabalhando todos os músculos do corpo e ainda, contribuindo para o meio ambiente. Através do Plogging, os integrantes do projeto fazem a limpeza do meio líquido, seja de rejeitos sólidos, naturais ou plantas daninhas, utilizando também embarcações da canoagem, deixando o espaço mais propício para a prática de outros esportes. Esperamos com este projeto, expandir o interesse da comunidade para a preservação do meio ambiente.

IMAGENS

Figura 1 - Projeto Plogging UFSM.



Figura 2 - Acadêmicos praticando plogging.



Evento: XXI Jornada de Extensão
ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

REFERÊNCIAS

LEMOS, L. F. C.; TEIXEIRA, C. S.; MATHEUS, S. C. A canoagem santa mariense: do lúdico ao alto nível. Lecturas, Educación Física y Deportes. 11 [105], 2007.

Lemos, F. T. M. A Formação Prioritária de Atletas a partir de Alterações na Operacionalização do Projeto “A canoagem na Escola”. Santa Maria, SMED, FECERGS, Santa Maria 1998.

KUNZ, Elenor. Didática da Educação Física 4: educação física e esportes na escola. Ijuí: Editora Unijuí, 2016.

Parecer CEUA: 3.104.922/2019