

MOTIVOS PARA A ADERÊNCIA DOS PARTICIPANTES DO PROJETO DE GINÁSTICA PARA TODOS - IEFES/UFC

XXVIII Encontro de Extensão

Maryana de Franca Lima, Kássia Mitally da Costa Carvalho, Marcela de Castro Ferracioli

Introdução: Uma das principais características Ginástica Para Todos (GPT) é que a diferencia das demais práticas gímnicas é promover a inclusão à medida em que não regulamenta aspectos como: idade, gênero ou nível de habilidade do praticante. Há oito anos o Instituto de Educação Física e Esportes conta com um projeto de extensão em GPT, o Gymnarteiros. Essa iniciativa é aberta a comunidade interna e externa. As atividades do grupo se dividem em dois momentos: encontros práticos e teóricos. Os encontros práticos ocorrem duas vezes por semana e são divididos em preparação física ou flexibilidade, elementos corporais ou manejo de aparelho. Já os teóricos ocorrem uma vez por semana a fim de aprofundar os conhecimentos sobre a GPT e as demais modalidades gímnicas. A prática da GPT traz diversos benefícios tais como: físico, motor, social e afetivo que contribuem para a melhora da saúde, do bem estar social, intelectual e psicológico FIG (2009). **Objetivo:** Conhecer quais os principais motivos dos integrantes para se manter no projeto. **Método:** A coleta foi realizada com 12 participantes que estão no projeto a mais de 3 meses e que aceitaram responder a um Inventário de Motivação de 54 opções que se enquadram em 6 categorias: Enfrentar o Estresse(A), Saúde(B), Sociabilidade(C), Competitividade(D), Estética(E) e Prazer/Alegria(F). **Resultados:** Os aspectos relacionados à categoria "C" foram os únicos presentes em todos os participantes. Já os da "A", "B", e "F" em quase todos os participantes, deixando de aparecer apenas uma vez em algum dos inventários. As Categorias "C" e "F" foram apontadas mais frequentemente como a principal motivação para a aderência no projeto. **Conclusão:** As motivações dos participantes estão alinhadas aos benefícios relacionados a modalidade e ao projeto, que é promover, além de um espaço para socialização, saúde física e mental.

Palavras-chave: Ginástica Para Todos. Motivação. Aderência. Projeto de extensão.