

ATLETISMO NA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA A PARTIR DO ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO EM LAZER

ATHLETICS IN UNIVERSITY EXTENSION: AN EXPERIENCE REPORT BASED ON THE SUPERVISED CURRICULAR INTERNSHIP IN LEISURE

Submissão:
16/12/2025
Aceite:
09/04/2026

Élton Miranda da Silva ¹  <https://orcid.org/0000-0001-7423-2515>

Jeferson Roberto Rojo ²  <https://orcid.org/0000-0001-7103-2219>

Giuliano Gomes de Assis Pimentel ³  <https://orcid.org/0000-0003-1671-1176>

Luciane Cristina Arantes ⁴  <https://orcid.org/0000-0002-6177-657X>

Resumo

Este estudo apresenta um relato de experiência desenvolvido no Estágio Curricular Supervisionado em Lazer do curso de Educação Física da Universidade Estadual de Maringá (UEM), articulado ao projeto de extensão Atletismo NAUEM. O objetivo foi descrever e analisar as experiências vivenciadas e suas contribuições para a formação acadêmica e profissional, bem como para a promoção do esporte como prática de lazer no contexto universitário. Trata-se de um estudo qualitativo, descritivo, com análise temática organizada em dois eixos: formação acadêmica no contexto da prática extensionista e esporte como prática de lazer. As experiências incluíram a semana de vivências e testes e a elaboração de intervenção baseada em análise SWOT. Os resultados indicam que a articulação entre estágio e extensão potencializa a formação e amplia o acesso ao esporte. Conclui-se que o projeto contribuiu para a democratização do lazer e da prática esportiva na universidade.

Palavras-chave: atletismo; extensão universitária; educação física; esporte universitário; formação profissional.

¹ Mestrando em Educação Física, Universidade Estadual de Maringá - UEM elitonmirandas30@gmail.com

² Professor, Departamento de Educação Física, Universidade Estadual de Maringá - UEM jrrojo@uem.br

³ Professor, Departamento de Educação Física, Universidade Estadual de Maringá - UEM ggapimentel@uem.br

⁴ Professora, Departamento de Educação Física, Universidade Estadual de Maringá - UEM luarantes100@gmail.com

Abstract

This study presents an experience report developed during the Supervised Internship in Leisure in the Physical Education course at the State University of Maringá (UEM), which is linked to the extension project Atletismo NAUEM. It aimed to describe and analyze the experiences undertaken and their contributions to academic and professional training, as well as to the promotion of sport as a leisure practice in the university context. This is a qualitative, descriptive study with thematic analysis structured into two axes: academic training in extension activities and sport as a leisure practice. The experiences included a week of practical activities and tests, and the development of an intervention based on *SWOT* analysis. The results indicate that the integration between internship and extension enhances training and expands access to sport. It is concluded that the project contributes to the democratization of leisure and sports practise in the university context.

Keywords: athletics; university extension; physical education; university sport; professional training.

Introdução

“As ciências inerentes ao atletismo são sociais e humanas, naturais e exatas, biológicas e da saúde, políticas e econômicas e toda e qualquer outra classificação possível” (Lemos; Melo; Júnior, 2022, p. 17). Esta sentença demonstra as complexidades do fenômeno atletismo, o esporte base, historicamente associado aos movimentos corporais humanos desde a pré-história até o alto rendimento esportivo do século XXI. O atletismo é considerado um esporte de marca, no qual os resultados são medidos por tempos, distâncias, alturas e pontuações. No Brasil, seu desenvolvimento remonta ao final do século XIX, sendo considerado ainda um esporte em evolução quando comparado a outros países no cenário internacional (Santos *et al.*, 2022).

Apesar de ser a base para todos os outros esportes e um dos conteúdos mais ricos e formativos para a cultura corporal do movimento, no Brasil, o atletismo ainda ocupa um espaço restrito tanto em contextos de formação educacional – como a escola e a universidade – quanto em outros contextos não formais, além de não ser consolidado como potência mundial no esporte de alto rendimento, quando comparado com outras modalidades esportivas (Matthiesen, 2007).

A presença defasada do atletismo na escola compromete oportunidades de vivência corporal que poderiam, desde cedo, ampliar a adesão de crianças e adolescentes ao esporte e à atividade física ao longo da vida, o que pode gerar uma contribuição na população adulta, como mais pessoas ativas fisicamente ou até mesmo sequência na carreira esportiva. Matthiesen (2007) destaca que a carência de práticas estruturadas no âmbito escolar contribui para que o atletismo seja lembrado nacionalmente apenas em grandes eventos esportivos, como os Jogos Olímpicos.

Outro contexto educacional de relevância para a formação do indivíduo é o ensino superior.

Para além da formação acadêmica e profissional, este é um espaço em que o estudante tem acesso a experiências que podem contribuir na sua formação integral (Melo; Quinaud; Fiorese, 2024), sendo uma dessas experiências o esporte.

A universidade é uma escolha de muitas pessoas e que faz parte de sua vida por, no mínimo, quatro anos; por isso, é tão importante que as instituições promovam o acesso ao esporte e ao lazer, por ser um local que gera o interesse e proporciona, na maioria das vezes, o primeiro contato com alguns esportes, como é o caso do atletismo. A presença do esporte na universidade acompanha sua própria história, uma vez que, conforme Malagutti, Rojo e Starepravo (2020), as primeiras práticas esportivas surgiram como modo de ocupação do tempo livre dos estudantes.

Na universidade, uma das formas de fomentar o esporte é por meio dos projetos de extensão, que são garantidos por lei no artigo 207º da Constituição Federal brasileira, sendo um dos pilares indissociáveis, junto ao ensino e à pesquisa (Brasil, 1988). Ainda na constituição brasileira, o esporte foi reconhecido como uma manifestação legal de direito de todo cidadão, concentrando-se em três manifestações distintas: educacional, lazer e rendimento (Brasil, 1988). No que se refere ao lazer, também chamado de esporte de participação, ele é praticado de forma voluntária, como uma maneira de proporcionar aos seus praticantes a plenitude da vida social e a promoção da saúde (Malagutti, 2015).

O lazer também é um direito garantido pela Constituição, em seu artigo 6º; e, segundo o artigo 217, é dever do Estado fomentar as práticas esportivas formais e não-formais (Brasil, 1988). Desse modo, todo cidadão brasileiro tem amparo legal para o direito ao esporte como prática esportiva e de lazer, que pode ser realizado em atividades extensionistas promovidas pela universidade.

No contexto universitário, o lazer pode assumir um papel relevante, pois se configura como um tempo de escolha e de busca por experiências significativas além das demandas obrigatórias de caráter social, acadêmico e profissional (Dumazedier, 1980). Nesta perspectiva, este modo de prática esportiva possibilita a ampliação de atividades culturais dentro da universidade, que certamente favorecerá a formação integral dos sujeitos na sua passagem durante o tempo e espaço universitário.

Segundo o Fórum de Pró-Reitores das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileira (FORPROEX, 2012), a extensão universitária constitui um processo educativo, cultural e científico que articula o ensino e a pesquisa de forma indissociável, promovendo uma relação transformadora entre universidade e sociedade. A extensão universitária configura-se como espaço que instrumentaliza a teoria e a prática, permitindo ações interdisciplinares com impacto social. Nesse cenário, a extensão universitária não se apresenta apenas como um campo complementar à formação, mas como eixo estruturante do processo de formação, ao possibilitar a inserção de estudantes em contextos reais de atuação e promover a construção prática do conhecimento.

Em face do exposto, foca-se no atletismo enquanto prática esportiva na perspectiva do lazer dentro da universidade, não anulando, evidentemente, suas outras nuances como as competições oficiais. O estudo foi extraído das experiências vivenciadas na disciplina de Estágio Curricular Supervisionado em Lazer do curso de Educação Física da Universidade Estadual de Maringá (UEM), desenvolvido de forma articulada ao projeto de extensão Atletismo NAUEM, integrando as temáticas de esporte e lazer, esporte universitário e formação profissional.

Nesse sentido, a extensão universitária passa a ser mais relevante, articulando-se entre a universidade e a sociedade. Para Gadotti (2017), a extensão concretiza o verdadeiro sentido da universidade, possibilitando a integração entre ensino, pesquisa e extensão. No escopo deste trabalho, versa-se

sobre a formação em Educação Física, em que os projetos de extensão se tornam mais significativos ao oferecerem experiências práticas alinhadas ao conhecimento teórico, ampliando as possibilidades de intervenção e qualificação no desenvolvimento dos profissionais da área.

Dessa forma, o estágio curricular supervisionado, quando desenvolvido no âmbito da extensão universitária, ultrapassa a dimensão estritamente formativa e passa a ter sentido como prática social, com o estudante atuando de forma ativa na promoção de ações junto à comunidade, ao mesmo tempo em que prepara para o mercado de trabalho.

Nesse âmbito, o estágio desempenha um papel essencial na construção do profissional que deseja ser, pois permite a articulação entre teoria e a prática, possibilitando que o futuro profissional experimente a realidade do campo de atuação. No atletismo universitário, essa experiência proporciona não apenas a compreensão das especificidades do esporte, mas também o desenvolvimento de competências pedagógicas, bases do treinamento e gestão esportiva. Segundo a Resolução nº 009/2010-CEP, o estágio é o ato educativo integrante do processo de ensino-aprendizagem, com vista a efetivar a unidade teoria-prática (Universidade Estadual de Maringá, 2010).

Considerando esse panorama, é importante destacar que a extensão universitária e o estágio curricular supervisionado constituem componentes distintos do processo formativo, mesmo que possam ser desenvolvidos de forma articulada. Enquanto o estágio possui como foco central a formação profissional do estudante, a extensão caracteriza-se pela interação com a comunidade e pela promoção de impacto social gerado por meio da aplicação do conhecimento.

No presente estudo, essa articulação se materializa na integração entre o estágio curricular supervisionado em lazer e o projeto de extensão Atletismo NAUEM, possibilitando ao estudante atuar de forma simultânea em sua formação profissional e em ações voltadas à promoção do esporte no contexto universitário. Diante disso, o objetivo é descrever e analisar as experiências vivenciadas no âmbito do Estágio Curricular Supervisionado em Lazer, articulado ao projeto de extensão Atletismo NAUEM, destacando suas contribuições para a formação acadêmica e profissional dos estudantes, bem como para a promoção do esporte como prática de lazer no contexto universitário.

Metodologia

O estudo tem abordagem qualitativa, natureza descritiva, configurado metodologicamente como um relato de experiência extensionista, com foco nas ações que articulam ensino, extensão e formação profissional. De acordo com Daltro e Faria (2019), esse tipo de estudo assume múltiplas possibilidades teóricas e metodológicas, valorizando a descrição e interpretação dos fenômenos em seu contexto histórico, devendo estar articulado a um consistente arcabouço teórico que legitime a experiência enquanto fenômeno científico.

Cabe esclarecer que o estágio curricular supervisionado e a extensão universitária constituem componentes distintos da formação, embora possam ser desenvolvidos de forma integrada. Nesse sentido, o presente relato descreve as principais experiências vivenciadas no contexto do estágio, incluindo tanto ações de caráter extensionista quanto atividades de suporte que, embora não se enquadrem como extensão universitária, foram relevantes para o processo formativo e para a compreensão do contexto de atuação. Para fins deste estudo, foram consideradas extensionistas as ações diretamente relacionadas à oferta de práticas esportivas, ao ensino do atletismo, à interação com os participantes e à organização das atividades junto à comunidade atendida

O relato foi construído a partir das experiências desenvolvidas na disciplina de Estágio Curricular Supervisionado em Lazer, componente obrigatório do curso de Educação Física da Universidade Estadual de Maringá (UEM), no ano de 2024 (referente ao ano letivo de 2023), articulado ao projeto de extensão Atletismo NAUEM, integrante do programa Núcleo de Atividades Físicas, Esportivas e Recreativas da UEM (NAUEM), vinculado ao Departamento de Educação Física.

Destaca-se que os participantes do relato estavam vinculados ao projeto de duas formas distintas: o autor, na condição de estagiário da disciplina de Estágio Curricular Supervisionado em Lazer, e demais alunos, como voluntários por meio da Unidade Curricular de Extensão (UCE). Em nenhum dos casos, os participantes integravam a equipe permanente do projeto. A atuação de ambos ocorreu de forma supervisionada, envolvendo o planejamento, a organização e a execução das ações extensionistas, configurando uma experiência formativa integrada entre ensino e extensão.

As ações foram realizadas na pista de atletismo da UEM, no período de 2023 a março de 2024, com frequência de três encontros semanais, sob supervisão docente. No âmbito da extensão, os estagiários atuaram na condução de treinos, apoio na aplicação de testes físicos e de desempenho, organização das atividades e acompanhamento dos participantes. O projeto atende a, aproximadamente, 40 estudantes de graduação e pós-graduação, com idades entre 18 e 32 anos, oriundos de diferentes áreas do conhecimento, caracterizando o caráter interdisciplinar da ação. Embora o público seja composto por membros da comunidade universitária, a FORPROEX (2012) reconhece que ações extensionistas podem ocorrer no contexto intrainstitucional, desde que promovam transformação social e articulem ensino, pesquisa e extensão de forma indissociável.

A disciplina de Estágio Curricular Supervisionado em Lazer prevê, entre seus requisitos, o desenvolvimento de uma proposta empreendedora fundamentada em uma análise *SWOT* (*Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats*) do contexto de atuação. Nesse sentido, a análise foi realizada com o objetivo de identificar potencialidades, fragilidades, oportunidades e ameaças observadas no Atletismo NAUEM ao longo da experiência, subsidiando a elaboração de uma intervenção concreta. Essa proposta integra, portanto, tanto um requisito formativo da disciplina quanto uma contribuição efetiva ao projeto.

No que se refere aos procedimentos analíticos, adotou-se a análise temática, a partir da qual foram identificados, organizados e interpretados os elementos significativos da experiência vivenciada. A análise foi estruturada em dois eixos: (1) formação acadêmica e profissional na prática extensionista e (2) esporte como prática de lazer no contexto universitário. Esses eixos emergiram das próprias ações desenvolvidas durante o estágio, que incluíram a organização do espaço físico, a condução da semana de vivências e testes, a elaboração da análise *SWOT* e a participação nas práticas esportivas e sociais do projeto (ensino do atletismo), articulados à literatura da área, permitindo compreender as contribuições das ações extensionistas tanto para a formação dos estudantes quanto para a promoção do esporte e do lazer no contexto universitário.

Desenvolvimento

Tratando-se de um relato de experiência, o desenvolvimento centra-se na análise das principais ações realizadas no âmbito da participação no projeto. Para fins de organização analítica, o conteúdo foi estruturado em dois eixos temáticos: (1) formação acadêmica e profissional no contexto da prática extensionista; e (2) esporte como prática de lazer no contexto universitário.

Formação acadêmica e profissional no contexto da prática extensionista

O Estágio Curricular Supervisionado em Lazer do curso de Educação Física da UEM permite vivenciar atividades voltadas ao lazer e à recreação. A disciplina permite ao estagiário escolher o local de atuação e o desenvolvimento de uma proposta empreendedora (análise *SWOT*) fundamentada teoricamente de acordo com a opção selecionada, favorecendo a articulação entre os conhecimentos adquiridos e as práticas desenvolvidas no estágio.

Quando desenvolvido em articulação com a extensão universitária, o estágio amplia significativamente seu potencial formativo, ao inserir o estudante em contextos reais de atuação, marcados por demandas concretas e dinâmicas sociais específicas. Nessa perspectiva, a experiência vivenciada no projeto Atletismo NAUEM evidencia que a integração entre estágio e extensão contribui para o desenvolvimento de competências profissionais, pedagógicas e sociais, ao possibilitar a atuação direta na promoção do esporte no contexto universitário. Gadotti (2017, p. 4) afirma que “a extensão realiza, por excelência, o sentido da universidade, já que tem uma função integradora e articuladora da vida universitária como um todo”.

Nesse sentido, as experiências ganham ainda mais protagonismo, pois os discentes têm a construção e o aprimoramento dos conhecimentos junto à realização de suas práticas em um ambiente “mundo real” para além da sala de aula. No âmbito da prática extensionista, evidencia-se que essa inserção permite ao estudante atuar de forma concreta na promoção do esporte no contexto universitário. Tal movimento aproxima a formação acadêmica das demandas concretas do campo de atuação, contribuindo para a construção de um profissional mais crítico e reflexivo.

Evidencia-se o fortalecimento do projeto com a recente resolução sobre os programas de extensão nos cursos superiores no Brasil, segundo a qual, a partir do Plano Nacional de Educação (Lei nº 13.005/2014), os cursos de ensino superior devem: “assegurar, no mínimo, 10% (dez por cento) do total de créditos curriculares exigidos para a graduação em programas e projetos de extensão universitária, orientando sua ação, prioritariamente, para áreas de grande pertinência social” (Brasil, 2014). Tal política fortalece iniciativas como o Atletismo NAUEM, em que as atividades extensionistas são mais estimuladas, com seu lócus garantido durante a graduação, ampliando as possibilidades de vivências para os acadêmicos e, por consequência, a quem tem o acesso às atividades oferecidas.

Dessa forma, pautado desde a constituição até as novas leis da educação, tem-se o espaço para experimentar e produzir sobre conhecimentos diversos alcançados durante o curso universitário. Diante disso, o presente estudo descreve e analisa as experiências desenvolvidas, articulando o conhecimento científico às vivências do estágio, com o objetivo de ampliar as possibilidades de se trabalhar com a atletismo no contexto universitário.

No plano da formação acadêmica e profissional, cabe registrar que, entre as atividades desenvolvidas durante o estágio, algumas não se configuram como ações extensionistas. Tais tarefas estavam relacionadas à organização dos espaços físicos utilizados pelo projeto, como almoxarifado e áreas de apoio. Trata-se de atividades de suporte ao funcionamento, pertencentes ao âmbito do próprio projeto, e que não integram diretamente a extensão universitária. Ainda assim, foram relevantes para a viabilização das práticas esportivas, contribuindo para a qualificação do ambiente e favorecendo a experiência dos participantes.

Nesse sentido, Marcellino (1999) aponta para a importância de um local no qual os membros possam realizar as atividades e que sirva de sede do grupo esportivo de participação. O local, anterior-

mente destinado somente às aulas de graduação e em condições precárias, passou a ser reorganizado pelos estagiários, com apoio dos demais participantes, tornando-se um ambiente mais adequado para o treinamento e convivência.

Imagem 1 - Imagem do espaço de convivência (Almoxarifado) antes da organização e limpeza.



Fonte: os autores.

Imagem 2 - Imagem do espaço de convivência (Almoxarifado) após organiza



Fonte: os autores.

As imagens evidenciam a transformação do espaço físico, indicando que a qualificação do ambiente não apenas viabiliza a prática esportiva, mas também favorece a construção de vínculos sociais e experiências de lazer, reforçando o papel do espaço como elemento estruturante das práticas coletivas.

Uma das principais ações do projeto com caráter extensionista e que contribui para o processo de formação do discente em Educação Física é a semana de vivências e testes. Esse momento marca o início das atividades e mostra-se fundamental para a organização dos treinos ao longo do ano (Imagem 3). Os estagiários atuaram diretamente na organização e execução da semana de vivências

e testes, sendo responsáveis pela organização dos participantes, condução de aquecimento e apoio na aplicação dos testes e acompanhamento das atividades, sob supervisão docente. Essa atuação evidencia o papel do estagiário como agente ativo no processo formativo, a partir da qual se evidencia a articulação entre a formação acadêmica e a prática extensionista, possibilitando o desenvolvimento de competências relacionadas ao planejamento, condução e organização de práticas esportivas no contexto real de intervenção.

Os testes foram conduzidos pelo professor, explicando os principais aspectos de cada prova de forma teórica e prática e, em seguida, os alunos fazem a prática da prova. Essa boa prática é relevante, pois possibilita aos iniciantes conhecerem as técnicas básicas, bem como trazer parâmetros de intensidade e carga de treinamento, deixando o treino apropriado à capacidade de cada um, evitando lesões e desistências. Também se configura como um momento de angariar novos acadêmicos.

As imagens ilustram a dinâmica das atividades desenvolvidas, demonstrando o caráter pedagógico e formativo da semana de vivências e testes, ao possibilitar a integração entre teoria e prática, bem como a inserção inicial dos participantes nas diferentes provas do atletismo.

Imagem 3 - Imagens da semana de vivências e testes das provas do atletismo.



Fonte: os autores.

Por fim, o último relato de boa prática é a apresentação da proposta empreendedora, requisito para aprovação na disciplina. Como executor dessa etapa, o autor realizou uma análise *SWOT* (pontos fortes, fraquezas, ameaças, oportunidades) do local do estágio – neste caso, o Atletismo NAUEM. Entre os elementos levantados, destacam-se os pontos fortes: o espaço de convivência na universidade e a cooperação entre os participantes; as fraquezas: volatilidade dos acadêmicos, deterioração e falta de manutenção da estrutura física, falta de praticantes de prova de campo e falta de treino para iniciantes (adaptação à modalidade); as ameaças consistem em: chuva, professor temporário, alunos formandos e falta de apoio de atléticas; e as oportunidades encontradas foram: apoio de atléticas, projetos e eventos científicos e participação em competições.

No plano da formação acadêmica e profissional no contexto da prática extensionista, a realização dessa análise demonstra o desenvolvimento de competências analíticas e de planejamento por parte do estagiário, ao possibilitar a identificação de elementos estruturais do contexto e a proposição de intervenções no âmbito do projeto.

A partir dessas observações, o autor elaborou uma ficha de treino de adaptação para os alunos iniciantes em todas as provas do atletismo, tornando a experiência do atletismo mais inclusiva, a exemplo do que segue no Quadro 1, com uma ficha para a prova de lançamento de dardo. As razões se dão, primeiramente, ao atendimento de novos acadêmicos, possibilitando uma melhor experiência e integração no projeto. Outra demanda é a melhor retenção de participantes atenuando a sua rotatividade e visando garantir a participação contínua, bem como permitir a progressão gradual nas atividades e técnicas específicas do atletismo. Ainda, favorece o foco em técnicas fundamentais, importantes para alunos iniciantes quanto ao risco de lesões e evolução da técnica, melhorando a experiência de lazer, exercício físico e esporte.

Quadro 1 - Ficha de treino de adaptação para iniciantes em provas de lançamento de dardo.

FICHA DE TREINO PADRÃO INICIANTES – LANÇAMENTO DE DARDO			
Início	Semana 1 e 2	Semana 3 e 4	Semana 5 e 6
Objetivo	Introdução à técnica básica e fortalecimento	Refinamento técnico e desenvolvimento de força	Integração e ajustes na técnica
Segunda	Aquecimento: corrida leve 10' Técnica: introdução aos fundamentos do lançamento de dardo (posicionamento e empunhadura) Fortalecimento: exercícios gerais de fortalecimento para membros superiores	Aquecimento: corrida leve 10' Técnica: refinamento da técnica de lançamento com orientação do supervisor Força: treino de força para membros superiores	Aquecimento: corrida leve 10' Técnica: integração de todos os elementos do lançamento Força: treino funcional para fortalecimento total do corpo
Quarta	Aquecimento: corrida leve 10' Técnica: prática da postura correta e movimentação inicial Fortalecimento: treino de resistência com pesos leves (halteres, elásticos).	Aquecimento: corrida leve 10' Técnica: prática do movimento completo do lançamento com implementação Força: treino de resistência muscular localizada para membros superiores	Aquecimento: corrida leve 10' Técnica: revisão da técnica com ênfase em pontos específicos Força: treino de potência com exercícios específicos para o lançamento de dardo
Sexta	Aquecimento: corrida leve 10' Técnica: revisão da empunhadura e início da técnica de lançamento Fortalecimento: exercícios específicos para fortalecer os ombros e o tronco	Aquecimento: corrida leve 10' Técnica: simulações de lançamentos com aumento progressivo de intensidade Força: treino de potência para melhorar a explosividade	Aquecimento: corrida leve 10' Técnica: aplicação da técnica em situações simuladas de competição Fortalecimento: treino de estabilidade e força específica para o lançamento de dardo

Fonte: os autores.

Essa progressão gradual nas atividades no contexto do atletismo contribui para a formação tardia esportiva (um dos objetivos do projeto), tornando a experiência da prática esportiva, de exercício físico e de lazer mais inclusiva e promovendo maior envolvimento dos participantes. Sua importância também ocorreu pelo fato de o projeto estar em fase inicial; desse modo, a ficha de treino tornou-se preponderante no acompanhamento e na organização das atividades (por parte dos estagiários) para os iniciantes na prática do atletismo.

Além disso, de acordo com a missão e a visão da instituição, o Atletismo NAUEM é parte integrante desses princípios institucionais. Produz conhecimento e contribui para a formação integral, pois as atividades do projeto promovem a integração entre os estudantes, fortalecendo os laços com a comunidade universitária, alinhadas à visão de futuro da UEM. Configura-se, assim, como uma extensão das atividades da universidade, promovendo não apenas o esporte, mas também valores e experiências enriquecedoras para os participantes.

A partir dessas contribuições do esporte, especificamente do atletismo, o estagiário, futuro profissional em ação, pode defender a modalidade na escola, promovendo maior disseminação do atletismo, bem como atuar no treinamento de equipes universitárias e de grupos de corrida de rua, os quais têm recebido grande reconhecimento na atualidade, por estarem relacionados a interesses como bem-estar, saúde e convívio social, além de possibilitarem a participação em provas, as quais contribuem para o papel social de promoção do esporte de participação ou lazer para a população (Rojo; Rocha; Nazario, 2016).

Essa proposta evidencia a articulação entre diagnóstico e intervenção, caracterizando-se como uma ação que integra a formação profissional do estagiário e a qualificação da prática extensionista. Cabe destacar que as práticas apresentadas foram selecionadas por sua relevância para a análise proposta, evidenciando aspectos centrais da experiência desenvolvida no estágio de extensão.

O esporte como prática de lazer no contexto universitário

Na perspectiva do esporte como prática de lazer no contexto universitário, parte-se para o trato dessa temática na literatura, em conjunto com as principais experiências vivenciadas no estágio. Para esse intuito, destaca-se que o esporte começou como uma forma de lazer na universidade, ocupando o tempo livre. Malagutti, Rojo e Starepravo (2020) apontam que, a princípio, o esporte praticado nas universidades inglesas apresentava-se como uma forma de ocupação do tempo dos jovens estudantes. Ainda, os autores destacam as manifestações do esporte dentro da universidade, atualmente:

O esporte universitário brasileiro atualmente pode ser organizado por meio de diversas vertentes, entretanto duas são mais evidenciadas, uma considerada tradicional, com as competições organizadas por entidades oficiais, reconhecidas em leis e com vínculo e amparo governamental; e outra autônoma, com a organização exclusivamente dos acadêmicos por meio de suas AAAs e Ligas. É importante ressaltar que a prática do esporte universitário pode ser realizada como uma opção de lazer dos estudantes ou como uma atividade lúdica. (Malagutti; Rojo; Starepravo, 2020, p. 14).

Nota-se que o Atletismo NAUEM transita entre essas três vertentes quanto aos seus participantes, pois os acadêmicos participam do esporte universitário oficial (como os Jogos Universitários do Paraná - JUPs), do esporte como festa (exemplo dos Jogos Inter Atléticas de Maringá - JOIA) e do lazer.

Sob a perspectiva do lazer, Dumazedier (1980) expressa o lazer como um tempo para si, após

cumprir as normas sociais do momento e suas obrigações profissionais, familiares, socioespirituais e sociopolíticas. É o tempo vital defendido contra essas demandas, constituindo sua libertação para o descanso e a diversão, incluindo-se as atividades esportivas (Dumazedier, 1980). A ideia do lazer esportivo vai contra os ideais do esporte de rendimento, como o rigor das regras, os espaços oficiais, a performance e os resultados. Destacam-se a liberdade, o prazer e a diversão conectados ao sentimento de confraternização, desenvolvimento e realização pessoal (Pimentel; Schwartz, 2021).

A experiência no projeto evidenciou que muitos acadêmicos ingressam motivados pelas competições universitárias de caráter esporte-festa (Jogos Inter Atléticas), pelas corridas de rua, pelo lazer ou pela busca de saúde, tornando-se um ambiente de convivência.

Marcellino (1999) destaca que os estudos do lazer, na perspectiva dos interesses físicos, acabam por ser reducionistas, desconsiderando outros valores da sociedade que ampliam a discussão do lazer como atividade esportiva. A respeito do gosto pelo esporte e de sua prática efetiva, constata grande defasagem entre o querer e o fazer.

Nesse sentido, o Atletismo NAUEM apresenta, como uma de suas vertentes, o trabalho com a formação/aprendizagem tardia, buscando, por meio do atletismo, reduzir a distância entre o querer e o fazer na prática esportiva, considerando que a maioria dos participantes é considerada iniciante. Tal proposta ganha relevância diante do cenário brasileiro, no qual essa modalidade é tratada historicamente de forma defasada, prejudicando o estímulo à sua prática.

Nesse contexto, o fomento do atletismo no âmbito universitário contribui para o encurtamento da distância entre o querer e o fazer esportivo na vida adulta, além de poder explorar outras possibilidades desse conteúdo cultural. Assim, o projeto se configura como um “elemento potencializador do lazer como espaço de criação e escolha, na interface entre os conteúdos físico-esportivos e os sociais” (Marcellino, 1999, p. 99).

O projeto evidencia impactos positivos no contexto universitário, ao ampliar o acesso à prática esportiva, promover a socialização entre os estudantes e incentivar a continuidade da prática de atividade física. No contexto do esporte oficial universitário, destacam-se os resultados alcançados, como a conquista do título geral do atletismo nos Jogos Universitários do Paraná (2023) e o título nacional no Troféu Adhemar Ferreira da Silva (2024), na categoria universitária. Tais resultados refletem não apenas o desempenho competitivo, mas também a consolidação de um ambiente formativo que integra lazer, esporte e formação acadêmica. No âmbito da prática extensionista, nota-se que essas ações ampliam o acesso ao esporte e fortalecem o papel social da universidade.

Além disso, o projeto serviu como base para a participação de universitários em diferentes manifestações do esporte universitário, como os Jogos Inter Atléticos, contribuindo para o fortalecimento do esporte como prática de lazer e integração social. Assim, constata-se que as ações desenvolvidas no projeto também extrapolam seu espaço, ao incentivar os estudantes para a prática esportiva voltada ao atletismo em outros contextos. Verifica-se, ainda, o estímulo à prática de corrida de rua, evidenciando que o projeto contribui para a adesão e a continuidade de hábitos relacionados à atividade física no cotidiano dos participantes. “De todo modo, mesmo que essas práticas estejam dentro de uma estrutura de recompensa, levando as pessoas à intenção de superação, à busca de records, o objeto do atleta amador não está voltado à profissionalização” (Pimentel; Schwartz, 2021, p. 119).

Sob essa perspectiva, Stigger destaca os chamados grupos esportivos, nos quais o esporte pode proporcionar o encontro entre as pessoas, como um espaço de convivência coletiva e de experiência vivida (Stigger, 1997, p. 90 apud Malagutti, 2015, p. 92)..

No Atletismo NAUEM, isso é bem enfático: realizam confraternizações, possuem identidade visual, redes sociais (Instagram) e promoveram o primeiro Simpósio Acadêmico de Atletismo. Tornase um grupo com espaço para práticas esportivas, lazer e sociabilidade entre os acadêmicos, sendo uma efetivação do acesso ao esporte e ao lazer dentro da universidade, ampliando outras possibilidades.

O projeto, por vezes, pode contemplar essas duas formas de interesse, em que muitas pessoas começam a praticar o atletismo para participar dos Jogos Inter Atléticas, nos quais alguns acadêmicos param e outros continuam, muitas vezes motivados pelo relacionamento social positivo, bem como pelas potenciais participações em jogos oficiais e em corridas de rua. Assim, o projeto pode ser compreendido como um espaço que amplia o lazer como espaço de criação e escolha, na interface entre os conteúdos físico-esportivos e sociais no lazer (Marcellino, 1999).

Portanto, possibilita-se um novo relacionamento com o atletismo, uma vez que sua marginalização como conteúdo clássico no âmbito escolar e esportivo brasileiro deixou marcas difíceis de superar. Embora a reversão desse cenário seja um processo desafiador, o projeto caminha no sentido de enfrentar e superar essas barreiras.

Articulando os eixos da formação acadêmica e profissional no contexto da prática extensionista e do esporte como prática de lazer, observa-se que as experiências desenvolvidas evidenciam que a articulação entre estágio e extensão potencializa a formação acadêmica ao inserir os estudantes em contextos reais de intervenção, favorecendo o desenvolvimento de competências profissionais, sociais e pedagógicas. Além disso, o projeto contribui para a democratização do acesso ao esporte no ambiente universitário, reforçando o papel da extensão como espaço de transformação social.

Ressalta-se que, por se tratar de um relato de experiência, algumas limitações decorrem de uma vivência específica, em que o desenvolvimento do estudo, bem como suas proposições teóricas e resultados, tem influência por parte dos autores e do contexto institucional e local em que a experiência ocorreu. Assim, generalizações devem ser evitadas ou tratadas com muita cautela em outros contextos.

Conclusão

O projeto Atletismo NAUEM evidencia o potencial da extensão universitária na promoção do esporte e do lazer no contexto universitário, ao ampliar o acesso à prática esportiva para estudantes de diferentes áreas do conhecimento. As ações desenvolvidas possibilitam a inserção e a participação de acadêmicos, principalmente iniciantes, em atividades esportivas, favorecendo sua integração ao ambiente universitário por meio de experiências significativas vinculadas ao esporte e ao lazer.

Os resultados demonstram que o impacto do projeto extrapola o desempenho esportivo ao promover a socialização, o fortalecimento de vínculos interpessoais e a adoção de hábitos relacionados à prática regular de atividade física. Nesse sentido, o Atletismo NAUEM configura-se como uma ação extensionista com impacto social no contexto institucional, ao contribuir para a democratização do acesso ao esporte e ao lazer e ao fortalecer o papel social da universidade.

Além disso, o relato evidencia que a articulação entre o estágio curricular supervisionado em lazer e a extensão universitária potencializa o processo formativo, ao inserir os estudantes em contextos reais de intervenção, possibilitando o desenvolvimento de competências profissionais, pedagógicas e sociais. Tal integração contribui para a formação de um profissional mais crítico e preparado, aproximando a formação acadêmica das demandas concretas do campo de atuação.

As experiências desenvolvidas também reforçam a importância de iniciativas que visem à organização e à melhoria dos espaços físicos, bem como à criação de programas de treinamento adaptados para iniciantes, incentivando a participação contínua e propiciando um ambiente acolhedor e motivador para os estudantes.

Por fim, ao promover o associativismo informal e ampliar as possibilidades de vivência do atletismo no contexto universitário, o Atletismo NAUEM contribui para o enfrentamento das barreiras históricas que limitam a difusão dessa modalidade no Brasil. Ao fomentar a prática esportiva entre universitários e ampliar o acesso ao esporte, o projeto reafirma o lazer e o esporte como direitos sociais fundamentais, essenciais para a formação integral dos sujeitos durante sua trajetória no ensino superior.

Referências

- BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília, DF: Presidência da República, 1988.
- BRASIL. Lei nº 13.005, de 25 de junho de 2014. **Aprova o Plano Nacional de Educação (PNE) e dá outras providências**. Brasília, DF: Câmara dos Deputados, Edições Câmara, 2014. Disponível em: <http://www.proec.ufpr.br/download/extensao/2016/creditacao/PNE%202014-2024.pdf>. Acesso em: 26 out. 2025.
- DALTRO, Mônica R.; FARIA, Anna Amélia de. Relato de experiência: uma narrativa científica na pós-modernidade. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 223–237, 2019.
- DUMAZEDIER, Joffre. **Valores e conteúdos culturais do lazer**: planejamento de lazer no Brasil. São Paulo: SESC, 1980.
- FÓRUM DE PRÓ-REITORES DE EXTENSÃO DAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS BRASILEIRAS (FORPROEX). **Política nacional de extensão universitária**. Manaus: FORPROEX, 2012. Disponível em: https://proexc.ufu.br/sites/proexc.ufu.br/files/media/document/Politica_Nacional_de_Extensao_Universitaria_-FORPROEX-_2012.pdf. Acesso em: 20 mar. 2026.
- GADOTTI, Moacir. Extensão universitária: para quê. **Instituto Paulo Freire**, São Paulo, v. 15, p. 1–18, 2017. Disponível em: https://paulofreire.org/images/pdfs/Extens%C3%A3o_Universit%C3%A1ria_-_Moacir_Gadotti_fevereiro_2017.pdf. Acesso em: 4 dez. 2025.
- LEMONS, Luiz Fernando Cuozzo; ROSSI JÚNIOR, Nelson; MELO, Rodrigo Constantino. **O ensino do atletismo**: o esporte base como ferramenta extensionista para o desenvolvimento das pessoas e comunidades. Curitiba: CRV, 2022.
- MALAGUTTI, João Paulo Melleiro. **Esporte ou festa? Uma análise sobre o subcampo do esporte universitário no Paraná**. 2015. 206 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2015.
- MALAGUTTI, João Paulo Melleiro; ROJO, Jeferson Roberto; STAREPRAVO, Fernando Augusto. O esporte universitário brasileiro: organizações oficiais e as associações atléticas acadêmicas. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. e32985325, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i8.5325>
- MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Para tirar os pés do chão**: corrida e associativismo. São Paulo: Hucitec, 1999.
- MATTHIESEN, Sara Quenzer. **Atletismo**: teoria e prática. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.
- MELO, Sandro Victor Alves; FIORESE, Lenamar; QUINAUD, Ricardo Teixeira. Dupla carreira de estudantes atletas: onde estamos e aonde vamos. In: FERNANDES, Paula Teixeira (org.). **Psicologia do esporte**: treinamento e alto rendimento. Curitiba: CRV, 2025. p. 127–140.
- PIMENTEL, Giuliano Gomes de Assis; SCHWARTZ, Gisele Maria. **Dimensões teórico-práticas da recreação e do lazer**. Curitiba: Intersaberes, 2021.
- ROJO, Jeferson Roberto; FERREIRA DA ROCHA, Francielli; NAZARIO, Patrik Felipe. Características dos corredores de rua: um mapeamento dos participantes da 41ª Prova Rústica Tiradentes. **Educación Física y Ciencia**, v. 18, n. 1, 2016.

SANTOS, Aguinaldo et al. **Modelo de programa de desenvolvimento do atleta em atletismo**. Brasília: Confederação Brasileira de Atletismo, 2022. Disponível em: https://admin.cob.org.br/uploads/Desenvolvimento_Atleta_Atletismo_final_d8352ce1c4.pdf. Acesso em: 9 dez. 2025.

STIGGER, Marco Paulo. Políticas sociais em lazer, esportes e participação: uma questão de acesso e de poder; ou subsídios para tomar uma posição frente à pergunta. **Motrivivência**, n. 11, p. 83–98, 1998.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ. **Resolução nº 009/2010-CEP**. Dispõe sobre o componente Estágio Curricular Supervisionado nos cursos de graduação e pós-graduação lato sensu da Universidade Estadual de Maringá e revoga a Resolução nº 027/2005-CEP. Maringá: UEM, 2010. Disponível em: <http://sites.uem.br/pen/organizacao-administrativa/deg/aco/normas-de-graduacao/estagio-curricular-supervisionado>. Acesso em: 4 dez. 2025.