



**PROEXC**  
PRÓ-REITORIA DE  
EXTENSÃO E CULTURA

**PROJETO DE EXTENSÃO**  
**ÁREA TEMÁTICA: TRABALHO**

## **Condicionamento Físico Para Grupos Especiais (Ano Iii)**

**2021-01 - EDITAL DE CREDENCIAMENTO DE AÇÕES DE EXTENSÃO NAS MODALIDADES PROGRAMA, PROJETO, CURSO, EVENTO E SERVIÇO**

**COORDENADOR(A): Ary Gomes Filho - Docente**

**E-MAIL: arygomesf@hotmail.com**

**UNIDADE GERAL: CAV**

**UNIDADE DE ORIGEM: NÚCLEO DE PESQUISA E EXTENSÃO**

**INÍCIO DO PROJETO: 2021-6-7 FIM DO PROJETO: 2021-12-20**

**CARGA HORÁRIA:**

**LOCAL DE REALIZAÇÃO: Quadra poliesportiva do Núcleo de Educação Física e Ciências do Esporte.**

**OBSERVAÇÃO:**

**RESUMO:** O objetivo de nossa proposta é continuar impactando na formação acadêmica dos discentes do CAV (ANO III) através da aplicabilidade da prescrição e acompanhamento de atividades físicas (AF) para grupos especiais, pertencentes a comunidade de Vitória de Santo Antão. Metodologia: Os participantes serão selecionados pelos próprios médicos e deverão realizar um teste de esforço, que auxiliará na prescrição dos exercícios físicos. A divulgação será feita através visitas aos consultórios médicos. A AF será realizada três vezes por semana das 07:00 às 08:15 hs, monitorada remotamente durante o isolamento social ou presencialmente no CAV. Serão disponibilizadas inicialmente 30 vagas podendo se estender para mais 30 vagas com mais 2 dias na semana. Antes da AF os participantes responderão a uma anamnese e em seguida serão submetidos a uma avaliação física. A AF contará com exercícios de coordenação, ritmo equilíbrio, flexibilidade, atividades aeróbias (caminhada, caminhada estacionaria), exercícios resistidos (halteres, bastões, etc.). Os discentes terão um protagonismo nas ações do projeto. Os discentes do curso de Educação Física prescreverão e acompanharão as atividades aeróbias e anaeróbias. Os discentes de enfermagem serão responsáveis pelas mensurações da pressão arterial, glicemia, medida da frequência cardíaca e também para ações que venham ocorrer de urgência. Os discentes de nutrição ficarão responsáveis pelo acompanhamento nutricional. Serão programadas uma vez por semana reuniões científicas e não científicas para interações dialógicas interdisciplinares e interprofissionais com os discentes, docentes e a comunidade. Para o enfoque científico com os dados obtidos no projeto serão elaborados resumos, artigos, TCCs etc.