

**RELATÓRIO FINAL DE PROJETOS DE  
EXTENSÃO - PBAEX****REGISTRO PROEX N°  
/2015****Anexo V****1 - DADOS DE IDENTIFICAÇÃO****CÂMPUS:** Boa Vista - Centro**TÍTULO PROJETO:** Judô: fundamentos e práticas**COORDENADOR DO PROJETO:** Jose Freitas Lima Junior**PERÍODO DE REALIZAÇÃO:****DURAÇÃO****DIAS DA SEMANA****INÍCIO****TERMINO**

18/05/2015

18/11/2015

6 meses

Terça, quinta e sexta-feira

**NOME DOS ALUNOS:**

1. João Victor da Costa Alecrim

2.

**PÚBLICO ALVO:** Comunidade externa em torno do IFRR campus Boa Vista, na faixa etária acima de 15 anos**CARGA HORÁRIA SEMANAL:** 10 horas**CARGA HORÁRIA TOTAL:** 240 horas**LOCAL DE EXECUÇÃO DO PROJETO:** ginásio do IFRR campus Boa Vista

**OBJETIVO DO PROJETO:** Proporcionar, através da prática sistemática do Judô, o crescimento e o desenvolvimento das potencialidades psicomotoras, cognitivas e sociais do desenvolvimento da afetividade e a integração social contra turno dos atletas, bem como a introdução aos fundamentos básicos progressivo da modalidade para o desenvolvimento geral do atleta.

**2 - INTRODUÇÃO**

O esporte juntamente com a educação desempenha um papel de união, e estimulam o desenvolvimento livre, integral, solidário e coletivo das pessoas, além de afirmar os seus valores no mundo e promover o desenvolvimento humano e a qualidade de vida. Atividades esportivas além de trazer benefícios para o corpo e para a mente, ainda despertam a cooperação, a criatividade, a disciplina, o espírito de equipe, que são elementos essenciais para o processo de desenvolvimento humano.

Na atualidade o judô é ensinado em academias e clubes e reconhecido como um esporte saudável que não está relacionado à violência, mas sim como um estilo de vida que fornece ensinamentos não só dentro do tatame, para o convívio fora dele, que nos faz lutar para aperfeiçoar como seres humanos, e não nos aperfeiçoamos para lutar, que antes de tudo o verdadeiro caminho é ser um grande ser humano.

Boa parte dos jovens de hoje em dia estão imersos em um contexto social em que os impede da prática desportiva, devido a ocupação acadêmica ou escolar, além do material utilizado nesta modalidade que nem sempre se encontra disponível para a educação física escolar. Diante deste contexto, viu-se a necessidade de realizar um projeto aberto a comunidade que ofereça a oportunidade de iniciar a prática do Judô

**3 – DESENVOLVIMENTO**

O projeto foi desenvolvido no IFRR câmpus Boa Vista - Centro , atendeu jovens de 15 a 25 anos, que buscavam a prática de um esporte para manutenção do corpo e mente. O IFRR reservou a sala de dança e o tatame para a realização do projeto, que contou também com alguns professores convidados para transmissão de novos ensinamentos. Dentro do projeto foi trabalhado a historia do judô, a filosofia, as técnicas de projeção, imobilização, luxação, estrangulamento e a defesa pessoal, todas dentro dos princípios morais e éticos do judô de não usar tais conhecimentos sem um proposito correto

### 3.1 - PONTOS POSITIVOS, NEGATIVOS E SUGESTÕES

**Ponto positivo:** Os alunos demonstraram grande interesse na pratica do esporte, procurando conhecer mais sobre o judô e sua história fora das aulas

**Ponto negativo:** O ginásio era usando também por uma turma de ginastica rítmica, que ocupavam a sala durante parte do horário dos treinos e faziam com que perdêssemos pelo menos 30 minutos de aula, fora o tempo que levávamos para montar o tatame

**Sugestão:** Organizar os horários da quadra

### 3.2 - QUANTIDADE PESSOAS ENVOLVIDAS

ALUNOS EXTENSIONISTA		ALUNOS VOLUNTÁRIOS		DOCENTES	TÉCNICOS	PUBLICO ATENDIDO	
INICIO	CONCLUINTE	INÍCIO	CONCLUINTE			INICIO	CONCLUINTE
1	1	1	1	1	0	20	20

ALUNOS DESISTENTES, SE HOUVE JUSTIFIQUE?

PUBLICO ALVO DESISTENTE, SE HOUVE JUSTIFIQUE?

Assinatura do(a) bolsista 1

Assinatura do(a) bolsista 2

Orientador do Projeto de Extensão