

LA EXPERIENCIA DEL ULTIMATE FRISBEE EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA UNIVERSIDAD DE BRASÍLIA Y SUS PRACTICANTES

A EXPERIÊNCIA DO ULTIMATE FRISBEE NA PRÁTICA DESPORTIVA NA UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA E SEUS PRATICANTES

THE EXPERIENCE OF ULTIMATE FRISBEE IN SPORTS REHEARSAL AT THE "UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA" AND ITS PRACTITIONERS

Felipe Rodrigues da Costa

Doctor en Educação Física por la Universidade Gama Filho, Brasil.

Profesor da Universidade de Brasília.

Instituto de Pesquisa em Educação e Educação Física (UFES) e do Laboratório de Pesquisas em Educação do Corpo.

frcosta@unb.br

José Albeiro Echeverri Ramos

Magister en Motricidad- Desarrollo Humano por la Universidad de Antioquia.

Profesor de la Universidad de Antioquia.

albeiro.echeverri@udea.edu.co

Alexandre Jackson Chan-Vianna

Doctor en Educação Física por la Universidade Gama Filho, Brasil.

Profesor da Universidade de Brasília.

alexandrejackson@gmail.com

Eloi Berwanger

Estudiante de la Universidad de Brasilia, Brasil.

RESUMEN

El objetivo de este estudio es obtener el perfil de los universitarios que buscan la disciplina "Práctica Deportiva" en la Universidad de Brasilia. Nos interesa comprender las motivaciones iniciales de los estudiantes para la elección de un deporte sin tradición en la cultura local y que se incluyó en la oferta universitaria por primera vez en 2014/2. A través de un cuestionario, se evaluó cómo se consideran a estos estudiantes en relación a la actividad física, la forma en que se pusieron en contacto con el deporte y han decidido estar allí. La "Práctica Deportiva" es una actividad curricular de la educación superior brasileña, fundada en el año 1971. Actualmente en la Universidad de Brasilia, se ofrecen varios temas, por ejemplo, el fútbol, estiramientos, capoeira, karate, musculación, jiu-jitsu, ajedrez. La universidad tiene previsto, por tanto, promover el conocimiento teórico y práctico sobre la actividad física, aproximando sus alumnos a los beneficios del ejercicio regular, la promoción y mantenimiento de la salud, así como integrarlos. Esta iniciativa es importante teniendo en cuenta la alta tasa de universitarios sedentarios, o que hacen actividades ligeras, y todavía tienen malos hábitos alimenticios. La jornada de trabajo a menudo dividida entre el trabajo (prácticas) y los estudios, limitan el tiempo dedicado al ocio / actividad física, lo que puede comprometer su calidad de vida. La situación se agrava cuando se trata de universitarios del sexo femenino y de los asisten a la jornada nocturna. Por lo tanto, el estudio de una nueva práctica insertada en la cultura universitaria puede aclarar la relación entre las características de las actividades y el perfil de la comunidad discente. Del grupo investigado asistían regularmente el curso 20 estudiantes, nueve mujeres y 11 hombres. La muestra fue de 14 estudiantes, 11 hombres y tres mujeres. De ellos, nueve no conocían Ultimate Frisbee; tres sabían de los medios de comunicación o "escucharon sobre"; uno había jugado algunas veces; y sólo dos practicado con cierta frecuencia. En cuanto a práctica deportiva, 11 encuestados se consideraban completamente sedentaria (1) o practican actividad física de manera regular (10). Sólo tres dijeron que a menudo participaron en juegos y otras actividades físicas de interés. Cuando se le preguntó por qué la elección de este tema: 12 respuestas indica la curiosidad y el interés por aprender; Nueve respuestas relacionadas actividades experimentarán el Centro Olímpico de la universidad y siete indicarán la necesidad de créditos para graduarse. También se le preguntó acerca de cualquier cambio en relación con las actividades físicas después de la experiencia en el Ultimate, y tuvimos respuestas interesantes: repensar el gusto por el deporte (2); esforzarse más para ser un deportista (2); He encontrado un deporte de mi interés (1); aproximar más de los deportes (4); dedicarse solamente al Ultimate (3); y sólo dos estudiantes indicaron ningún cambio en el comportamiento sobre el tema. Con la receptividad de este deporte, se organizó un proyecto de extensión abierto al público, que cuenta con estudiantes de este primer grupo y del segundo grupo (2015.1) y principiantes que

fueron "infectados" por este deporte novedoso. Nos damos cuenta de que el Ultimate, como una modalidad innovadora en el programa de Práctica Deportiva es una excelente oportunidad para involucrar a los nuevos estudiantes a los beneficios de la actividad física que no está interesado en la cultura del deporte tradicional del país y la universidad.

PALABRAS CLAVE: Ultimate frisbee, experiencia, universitarios.

RESUMO

O objetivo deste estudo é obter o perfil dos universitários que buscam a disciplina "Prática Desportiva" na Universidade de Brasília. Interessou-nos compreender as motivações iniciais dos estudantes para a escolha de uma modalidade sem tradição na cultura local e incluída na grade de oferta da universidade pela primeira vez em 2014/2. Por meio de questionário, avaliamos como esses alunos se consideram em relação à prática de atividade física, como obtiveram contato com a modalidade e tomaram a decisão de estar ali. A prática desportiva é uma atividade curricular do ensino superior brasileiro, instituída no ano de 1971. Atualmente na Universidade de Brasília, são oferecidas diversas turmas, por exemplo, futebol, alongamento, capoeira, karatê, musculação, jiu-jitsu, xadrez. A universidade pretende com isso promover conhecimentos teóricos e práticos sobre a atividade física, aproximando seus alunos dos benefícios da prática regular de exercícios, da promoção e da manutenção da saúde, bem como integrar os alunos de seu campus. Tal iniciativa é importante considerando a alta taxa de universitários sedentários ou que praticam atividades leves, e que ainda possuem hábitos alimentares inadequados. A jornada diária, muitas vezes dividida entre trabalho (estágio) e estudos, limita o tempo dedicado ao lazer/atividade física, podendo comprometer sua qualidade de vida. A situação se agrava quando falamos de universitárias que frequentam o período noturno. Assim, o estudo de uma nova prática inserida na cultura universitária pode esclarecer a relação entre características de uma atividade e perfil de adesão de estudantes. Da turma analisada, frequentaram regularmente o curso vinte alunos, sendo nove mulheres e onze homens. Participaram da amostra quatorze alunos, sendo onze homens e três mulheres. Desses, nove nunca tinham ouvido sobre Ultimate Frisbee; três conheciam da mídia ou "ouviam falar"; um havia jogado algumas vezes; e dois praticavam com alguma frequência. Com relação à prática esportiva, onze respondentes consideravam que eram completamente sedentários (um) ou praticavam atividade física de maneira eventual (dez). Apenas três responderam que participavam frequentemente de jogos ou outra atividade física de maior interesse. Quando questionados a respeito do porquê da escolha daquela disciplina, doze respostas indicavam curiosidade ou interesse em aprender a jogar; nove respostas relacionavam vontade de vivenciar

atividades no Centro Olímpico da universidade e sete indicaram a necessidade de créditos para a graduação. Perguntamos também sobre alguma modificação em relação a atividades físicas após a experiência no Ultimate, e obtivemos respostas interessantes: repensar o gosto pelo esporte (dois); decidir esforçar-se mais para ser um esportista (dois); encontrar uma modalidade de seu interesse (um); gostar ainda mais de esportes (quatro); gostar exclusivamente do Ultimate (três); e apenas dois alunos indicaram nenhuma mudança de comportamento sobre o assunto. Com a receptividade da modalidade, está em desenvolvimento um projeto de extensão aberto ao público, entre alunos da primeira turma, da segunda turma e novatos que foram “contagiados” pela modalidade. Percebemos que o Ultimate Frisbee, como modalidade inovadora no programa de Prática Desportiva, é uma excelente oportunidade de engajar novos estudantes aos benefícios da atividade física que não se interessam pelas modalidades esportivas tradicionais da cultura local.

PALVRAS-CHAVES: Ultimate Frisbee, experiência, universitários.

ABSTRACT

This study aims to obtain the profile of students who seek the discipline “Sports Practice” at University of Brasilia. It was our interest to comprehend the initial motivations for the students to choose a sports modality with no tradition in the local culture and included on the university’s discipline offer for the first time in the second semester of 2014. With the assistance of a questionnaire, we were able to evaluate how these students see themselves related to the practice of physical activities, how they knew the sport and made the decision to be there. The sports practice is a curricular activity of Brazilian’s higher education, established in 1971.

Nowadays, at the “Universidade de Brasília”, several classes are offered, for example, soccer, stretching, capoeira, karate, gym, jiu-jitsu and chess. The University intends to promote theoretical and practical knowledge about physical activity, approaching the students and the benefits of regular practice of exercise, health’s promotion and maintenance, as well as to socialize the students. This initiative is important, considering the high rate of sedentary students and students who just practice light activities and still having inappropriate eating habits. The daily journey, often divided between work (internship) and studying, bounds the time devoted to leisure/physical activities, possibly risking quality of life. The situation is even more severe when the subjects are female students attending the night courses.

Therefore, the study of a new practice inserted in the college culture can clarify the connection between the activity’s features and the attending student’s profile. Considering the class under analysis, there were twenty students who attended the

course regularly, being nine women and eleven men. Fourteen students were part of the sample, being eleven men and three women. From these, nine never had heard about Ultimate Frisbee; three of them knew about it from the media or "heard it somewhere"; one of them had played a few times; and only two of them practiced it often. Concerning the sports practice, eleven participants considered they were completely sedentary (one) or practiced physical activities casually (ten). Only three of them said they often participated in sports matches or other physical activities of their interest.

When questioned about the reason to choose that discipline, twelve answers indicated curiosity or interest in learning to play; nine answers were about the will to experience activities at the University Olympic Center; and seven indicated the need for credits to accomplish graduation. It was also asked about any modification related to physical activities after the Ultimate frisbee learning experience, and some interesting answers appeared: rethinking the appreciation for sports (two); deciding to make a bigger effort in order to be a sportsman or sportswoman (two); finding a modality of its interest (one); enjoying sports even more (four); enjoying Ultimate only (three); and perceiving no change of behavior at all (two).

Thanks to the receptivity of the modality, it is in developing phase an extension project open to public with the students from the first class, the second class and the freshmen who were "infected" with the sport. We noticed that Ultimate Frisbee, as an innovative modality in the Sports Practice program, is an excellent opportunity to engage new students who have no interest in traditional sports on their country and university culture to the benefits of physical activities.

KEYWORDS: Ultimate Frisbee, experience, university.

REFERENCIAS

1. Bion, F. M., de Castro Chagas, M. H., de Santana Muniz, G.; Oliveira de Sousa, L. G. (2008). Estado nutricional, medidas antropométricas, nivel socioeconómico y actividad física en universitarios brasileños. *Nutrición Hospitalaria*. 23(3), 234-241.
2. Mendes Netto, R. S., Silva, C. S. da, Costa, D., Raposo, O. F. F. (2012). Nível de atividade física e qualidade de vida de estudantes universitários da área de saúde. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, 10(34), 47-54.
3. Pucci, G.C.M.F., Rech, C.R., Fermino, R.C., Reis, R.S. (2012). Associação entre atividade física e qualidade de vida em adultos. *Revista de Saúde Pública*, 46(1), 166-179.
4. Quadros, T. M. B. de, Petroski, E. L., Santos-Silva, D. A., Pinheiro-Gordia, A. (2009). The prevalence of physical inactivity amongst Brazilian university students: its association with sociodemographic variables. *Revista de Salud Pública*, 11(5), 724-733.