

VIVÊNCIAS PRÁTICAS, ESPORTE E EDUCAÇÃO AMBIENTAL NA PRAIA DE GRUSSAÍ

PRACTICAL EXPERIENCES, SPORTS, AND ENVIRONMENTAL EDUCATION AT GRUSSAÍ BEACH



Volume 6 Nº 14
Janeiro/Junho 2026

Anderson Pontes Moraes¹

¹Doutor em Ciências Nutricionais,
Coordenador do curso de
Educação Física – ISECENSA,
andersonmoraes@isecensa.edu.br

RESUMO

As atividades práticas desenvolvidas no ensino superior contribuem para a integração entre teoria, experiência de campo e formação profissional. Nesse contexto, estudantes dos cursos de Educação Física, Bacharelado e Licenciatura, do ISECENSA participaram de uma vivência prática da disciplina de Aprofundamentos em Atividades Aquáticas, realizada na Praia de Grussaí. A atividade envolveu experiências relacionadas ao Aquathlon e ao surf, proporcionando aos acadêmicos contato direto com práticas corporais desenvolvidas em ambiente natural. Antes do início das atividades esportivas, os estudantes realizaram uma ação de conscientização ambiental com a limpeza da faixa de areia da praia, reforçando a importância da preservação ambiental e do cuidado com os espaços naturais. A experiência integrou conhecimentos sobre desempenho físico, educação ambiental, práticas corporais de aventura e formação pedagógica, fortalecendo a proposta do curso de Educação Física do ISECENSA de articular ciência, prática e formação profissional em diferentes contextos de atuação.

Palavras-chave: educação física; atividades aquáticas; educação ambiental

ABSTRACT

Practical activities developed in higher education contribute to the integration of theory, field experience, and professional training. In this context, students from the Physical Education programs – Bachelor's and Teaching Degree – at ISECENSA participated in a practical experience within the course Advanced Aquatic Activities, held at Grussaí Beach. The activity involved experiences related to Aquathlon and surfing, providing students with direct contact with body practices developed in a natural environment. Before the sports activities began, the students carried out an environmental awareness action by cleaning the beach sand strip, reinforcing the importance of environmental preservation and care for natural spaces. The experience integrated knowledge related to physical performance, environmental education, adventure body practices, and pedagogical training, strengthening the proposal of the Physical Education program at ISECENSA to combine science, practice, and professional training in different fields of action.

Keywords: physical education; aquatic activities; environmental education

APRESENTAÇÃO



Figura 1: Estudantes dos cursos de Educação Física do ISECENSA durante vivência prática realizada na Praia de Grussaí.

A integração entre teoria e prática constitui um dos principais pilares da formação em Educação Física, especialmente quando associada a experiências desenvolvidas em contextos reais de atuação profissional. Nesse cenário, atividades realizadas em ambientes naturais ampliam as possibilidades pedagógicas, esportivas e formativas dos acadêmicos, favorecendo o desenvolvimento de competências relacionadas ao desempenho físico, à educação ambiental e às práticas corporais de aventura.

Com esse propósito, estudantes dos cursos de Educação Física, Bacharelado e Licenciatura, do ISECENSA participaram de uma vivência prática da disciplina de Aprofundamentos em Atividades Aquáticas, realizada na Praia de Grussaí (Fig. 1).

A atividade aconteceu após os conteúdos desenvolvidos em sala de aula e as práticas realizadas no Parque Aquático do ISECENSA, proporcionando aos alunos uma experiência de campo integrada ao ambiente marítimo.

Antes do início das atividades esportivas, os estudantes realizaram uma ação de conscientização ambiental por meio da limpeza da faixa de areia da praia, recolhendo resíduos encontrados no local e reforçando a importância da preservação ambiental e do cuidado com os espaços naturais (Fig. 2). A iniciativa dialoga diretamente com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Organização das Nações Unidas, articulando saúde, educação e sustentabilidade.



Figura 2: Ação de conscientização ambiental com limpeza da faixa de areia realizada pelos acadêmicos antes do início das atividades.

Durante a vivência, os alunos participaram de práticas relacionadas ao Aquathlon, modalidade esportiva que combina natação e corrida em sequência contínua, exigindo resistência física, adaptação ao

ambiente e estratégias de desempenho (Fig.3). A experiência permitiu discussões sobre condicionamento físico, resposta fisiológica ao exercício e preparação esportiva em ambientes abertos.



Figura 3: Vivência prática de Aquathlon desenvolvida pelos estudantes durante atividade de campo.

As atividades de surf também fizeram parte da programação, explorando aspectos relacionados ao equilíbrio, coordenação motora, percepção corporal e interação com o ambiente marítimo

(Fig. 4).

Além do desenvolvimento técnico, a prática possibilitou reflexões sobre segurança, consciência corporal e conexão entre esporte e natureza.



Figura 4: Atividade de surf explorou equilíbrio, coordenação motora e interação com o ambiente marítimo.

Para os estudantes do Bacharelado, a atividade proporcionou aprofundamento em conteúdos relacionados à performance esportiva, treinamento físico e adaptações fisiológicas. Já para os acadêmicos da Licenciatura, a experiência reforçou possibilidades pedagógicas previstas na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), especialmente no eixo das Práticas Corporais de Aventura, ampliando a compreensão sobre esporte, natureza e educação ambiental no contexto escolar.

Ao integrar esporte, sustentabilidade e formação acadêmica, a atividade fortalece a proposta do curso de Educação Física do ISECENSA de promover experiências formativas

conectadas à realidade profissional e aos desafios contemporâneos da educação e da saúde.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2018.
- ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. Nova York: ONU, 2015.
- DARIDO, Suraya Cristina. Educação Física na escola: questões e reflexões. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.