



Pró-reitoria de Pesquisa e Extensão

Nome do projeto

Extensão Lafisa

Tipo de projeto

Extensão

Area em que se enquadra

Prevenção à Saúde

Objetivos do projeto

Objetivos do Projeto

- Ampliar a atuação da liga a comunidade externa
- Conscientizar sobre a importância da prevenção de doenças
- Desenvolver capacidade técnica para atuação em promoção de saúde

Cursos participantes

TODOS OS CURSOS
ADMINISTRAÇÃO
BIOMEDICINA
CIÊNCIAS CONTÁBEIS
DIREITO
EDUCAÇÃO FÍSICA
ENFERMAGEM
ENGENHARIA CIVIL
ENGENHARIA DE PRODUÇÃO
ESTÉTICA E COSMÉTICA
FARMÁCIA
FISIOTERAPIA
INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL
NUTRIÇÃO
ODONTOLOGIA
PEDAGOGIA
PSICOLOGIA
SERVIÇO SOCIAL

Disciplina(s) envolvida(s)

Lafisa, Educação Física

Nome do responsável pelo projeto

ALISSON LUIZ AQUINO DA SILVA

Dia de início

12/04/2026

Dia de término

12/04/2026

INTRODUÇÃO

Os projetos de extensão desempenham um papel crucial no cumprimento da missão das instituições de ensino superior, ao promoverem a integração entre universidade e sociedade. Por meio da extensão, busca-se levar o conhecimento acadêmico para além dos muros institucionais, aplicando-o de forma prática e transformadora para atender às demandas e desafios da comunidade.

Este projeto de extensão, desenvolvido no âmbito do curso de CURSO EDUCAÇÃO FÍSICA, está fundamentada no compromisso com a responsabilidade social, na valorização do diálogo entre saberes acadêmicos e populares e no estímulo à participação ativa da comunidade envolvida.

Com base no princípio da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, este projeto busca não apenas beneficiar a comunidade atendida, mas também contribuir para a formação integral dos estudantes, proporcionando-lhes uma vivência prática enriquecedora, que alia aprendizado técnico à sensibilização para questões sociais, culturais e ambientais. Essa interação fortalece a cidadania, amplia a visão crítica e estimula a criação de soluções inovadoras e inclusivas para problemas reais.

Dessa forma, esta iniciativa reafirma o papel da extensão universitária como ferramenta de transformação social e desenvolvimento sustentável, ao mesmo tempo em que fortalece a formação acadêmica e o compromisso ético da instituição de ensino superior com a sociedade.

JUSTIFICATIVA

A realização deste projeto de extensão é motivada pela necessidade de responder a desafios concretos enfrentados pela comunidade de Lafisa, Educação Física, direcionadas para questões que impactam diretamente a qualidade de vida e as oportunidades disponíveis para os envolvidos.

Além disso, o projeto possibilita um espaço para que os estudantes desenvolvam habilidades práticas e estabeleçam uma conexão mais próxima com os contextos sociais em que atuarão no futuro. Essa experiência contribui para a formação de profissionais mais capacitados, sensíveis às realidades sociais e preparados para lidar com problemas diversos de forma criativa e assertiva.

Portanto, este projeto de extensão justifica-se pela sua capacidade de promover transformações reais e de valorizar o protagonismo comunitário, ao mesmo tempo que prepara os envolvidos para desempenharem papéis significativos em suas áreas de atuação. A iniciativa busca, assim, atuar como um agente de mudança local, gerando resultados concretos e contribuindo para o desenvolvimento social de forma ampla e significativa, reafirmando o compromisso da instituição de ensino superior com a construção de uma sociedade mais justa, inclusiva e sustentável, fortalecendo o vínculo entre universidade e sociedade.

METODOLOGIA

Ações/atividades previstas:

Manhã de promoção de Saúde e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis

A metodologia desempenha um papel essencial em qualquer projeto de pesquisa, pois é por meio dela que se define o caminho a ser seguido para alcançar os objetivos propostos. Ela garante a organização e o rigor necessários para a condução das etapas do estudo, permitindo que os resultados obtidos sejam confiáveis, relevantes e fundamentados.

Além disso, a metodologia proporciona transparência ao processo de pesquisa, permitindo que outros pesquisadores compreendam e eventualmente repliquem as etapas do estudo, contribuindo para a validação científica dos resultados. Assim, ela não apenas orienta a execução do projeto, mas também reforça a credibilidade e o impacto do conhecimento produzido.

Este projeto visa em síntese atingir como público alvo Lafisa, Educação Física, servindo como um guia que conecta os objetivos propostos às conclusões alcançadas, tendo como proposta de atividade um(a) Prevenção à Saúde, assegurando que o trabalho seja realizado de forma sistemática, ética e fundamentada, fortalecendo sua relevância acadêmica e prática.

Este projeto de Extensão visa trazer como produto final Fortalecimento de políticas públicas. O resultado final de um

projeto de extensão é uma das etapas mais importantes, pois representa a concretização de todo o esforço, dedicação e recursos investidos ao longo do processo. Ele é o produto que traduz as hipóteses testadas, os dados analisados e as conclusões alcançadas, permitindo que o conhecimento gerado seja compartilhado, avaliado e aplicado.

ATIVIDADES

ATIVIDADES PREVISTAS

Atividade: Manha de Saúde Lafisa

Data: 12/04/2026

Local: Clube Sindjustiça

Início: 08:00:00h

Horas certificadas: 10

Cursos autorizados: TODOS OS CURSOS, ADMINISTRAÇÃO, BIOMEDICINA, CIÊNCIAS CONTÁBEIS, DIREITO, EDUCAÇÃO FÍSICA, ENFERMAGEM, ENGENHARIA CIVIL, ENGENHARIA DE PRODUÇÃO, ESTÉTICA E COSMÉTICA, FARMÁCIA, FISIOTERAPIA, INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL, NUTRIÇÃO, ODONTOLOGIA, PEDAGOGIA, PSICOLOGIA, SERVIÇO SOCIAL

RESULTADOS

A avaliação de um projeto acadêmico não deve se limitar apenas à sua execução, mas também à análise dos resultados e impactos gerados. Para isso, o uso de indicadores é essencial, pois permite medir, de forma objetiva e sistemática, o sucesso das ações desenvolvidas.

Os indicadores possibilitam a identificação de avanços, a verificação do cumprimento dos objetivos estabelecidos e a tomada de decisões baseadas em dados concretos. Além disso, contribuem para o aperfeiçoamento de futuras iniciativas, garantindo que as práticas acadêmicas sejam cada vez mais eficazes e alinhadas às necessidades da sociedade.

Dessa forma, nossa instituição busca utilizar indicadores para monitorar e avaliar um projeto acadêmico, tornando possível quantificar impactos, comprovar a relevância das atividades desenvolvidas e propor melhorias contínuas, fortalecendo a qualidade da formação acadêmica e a conexão entre ensino, pesquisa e extensão.

- Foram atendidas mais de 100 pessoas entre participantes, alunos e público externo.
- Foram realizadas palestras de conscientização sobre hábitos de vida saudável.
- Foram realizadas avaliações do estado de saúde geral.
- Foram realizadas atividades práticas de alongamento, pilates e hidroginástica.

