



## ESPORTE DE AVENTURA NA NATUREZA

### Autor(res)

Walbron Arlan Freire De Sousa  
Rainara Brito Da Silva  
Ryan De Sousa Lima  
Maykon Da Silva Dias  
Cinara De Souza Nunes Freire  
Leonardo Alencar Nunes

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA TAGUATINGA SHOPPING

### Introdução

É importante estabelecer com a natureza apropriando valores ambientais na prática das atividades de aventura junto à natureza. Trazendo para o ambiente escolar a importância das práticas e a preservação do meio ambiente. Abordando a segurança e riscos dos esportes de aventura e a importância da educação física dentro deste ambiente. O ensino dos esportes de aventura deve ser facilitado de maneira auxiliar para os praticantes na compreensão de seu papel e de sua relação na esfera prática em que estão inseridos. É importante que o ensino seja reflexivo no que tange a possibilitar reflexões para que os praticantes compreendam para quais objetivos essas práticas trarão benefícios, tais como saúde, bem-estar, entre outros. Cuidadosamente conduzindo o praticante a uma reflexão crítica que leva à autonomia no usufruto da prática de aventura e natureza.

### Objetivo

Trazer às pessoas a possibilidade de conciliar os esportes e aventura com a natureza, trazendo a educação ambiental como palco principal dessa relação de esporte e natureza.

### Material e Métodos

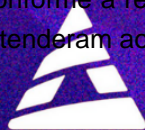
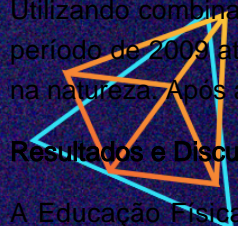
Trata-se de uma revisão de literatura, com buscas nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO); National Library of Medicine (PubMed); Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Utilizando combinação das palavras-chaves: Esporte de aventura, meio ambiente, natureza, exercício físico. No período de 2009 até 2024. Foram selecionados conforme a relevância para o estudo, sobre esporte de aventura na natureza. Após a avaliação, as pesquisas que atenderam aos critérios de inclusão foram selecionadas.

### Resultados e Discussão

A Educação Física valoriza a produção cultural cotidiana de forma crítica, integrando elementos da cultura e promovendo um maior vínculo das pessoas com o meio ambiente. Atividades físicas ao ar livre, como esportes de aventura e ecoturismo, estreitamente essa relação e incentivo à preservação ambiental e cultural. Esses esportes,



# 3<sup>a</sup> MOSTRA CIENTÍFICA



Anhanguera



realizados na natureza com equipamentos adequados e riscos calculados, exigem preparação física e mental. Os benefícios dessas práticas incluem alívio do estresse, fortalecimento muscular, melhor concentração, combate a doenças, longevidade, coordenação motora e flexibilidade. A Educação Física escolar pode utilizar essas atividades para abordar a educação ambiental, conforme os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), promovendo comportamentos de respeito e preservação do meio ambiente e proporcionando vivências diferenciadas além do esporte convencional, ainda dominante nas aulas de Educação Física no país .

### Conclusão

Integrar esportes de aventura com a educação ambiental na Educação Física escolar é crucial para promover uma relação consciente com o meio ambiente. Essas atividades ao ar livre oferecem benefícios físicos e mentais, como alívio do estresse e fortalecimento muscular, e incentivam a preservação ambiental. Um ensino reflexivo permite que os alunos compreendam os objetivos dessas práticas, desenvolvendo autonomia e respeito pela natureza.

### Referências

PIMENTEL, G. G. A. ESPORTES NA NATUREZA E ATIVIDADES DE AVENTURA: UMA TERMINOLOGIA APORÉTICA. Rev. Bras. Ciênc. Esporte, Florianópolis, v. 35, n. 3, p. 687-700, jul./set. 2013

PAIXÃO, J.A. ESPORTE DE AVENTURA COMO CONTEÚDO POSSÍVEL NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR. Motrivivência v. 29, n. 50, p. 170-182, maio/2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.5007/2175-8042.2017v29n50p170>

PAIXÃO, J.A., COSTA, V.L.M., GABRIEL, R.E.C.D. Esporte de aventura e ambiente natural: dimensão preservacional na sociedade de consumo. Motriz, Rio Claro, v.15 n.2 p.367-373, abr./jun. 2009

# 3ª MOSTRA CIENTÍFICA



Anhanguera