

1076 - VOLEIBOL PARA TODOS: FORTALECENDO NOSSO CAMPUS - Leonardo de Campos (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro), Anderson Ricardo de Lima (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro), Taynara Franco de Carvalho (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro), Felipe Abate Morgato (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro), Afonso Antonio Machado (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro) - leocampos_89@hotmail.com.

Introdução: O projeto de extensão universitária “Voleibol para todos: fortalecendo nosso campus” é um dos 36 projetos de extensão do Departamento de Educação Física do Instituto de Biociências da UNESP campus de Rio Claro. Atende, desde 2006, a comunidade acadêmica e local do gênero feminino com treinos/aulas na modalidade voleibol, proporcionando as participantes à prática de exercícios físicos regulares. Sob coordenação do Prof. Dr. Afonso Antonio Machado, 1 Bacharel e 3 estagiários graduandos em Educação Física. **Objetivos:** Aprimorar as capacidades físicas, promover a saúde e qualidade de vida por meio da prática desportiva de caráter participativo e difundir o voleibol no âmbito universitário. **Métodos:** As aulas/treinos acontecem durante 90 minutos cada, 2 vezes por semana no ginásio poliesportivo do campus, estruturados em partes físicas, técnico-tático e psicológicas (motivação, cooperação, trabalho em equipe, etc.). O projeto foi dividido em etapas: 1-Reunião inaugural, na qual foram traçadas as diretrizes que suscitariam o projeto ao longo do ano (macro, meso e microciclos de treinos, jogos, avaliações, reuniões, confraternizações e arrecadação de fundos); 2-Reuniões mensais e quinzenais, para discussão, elaboração das aulas e reestruturação do cronograma mensal; 3-Reuniões com o Prof. coordenador para debate de artigos, novos métodos e possibilidades de ensino, análise do andamento do projeto e orientações para pesquisas. Para conhecer e avaliar as atletas, aplicamos questionário de conhecimento pessoal e uma bateria de testes físicos (quatro vezes no ano) que nos permitem verificar possíveis melhoras, individualizar os treinos e fornecer feedback sobre as melhoras das capacidades físicas. **Resultados:** Hoje contamos com 30 participantes, entre elas graduandas e pós-graduandas dos diferentes cursos da UNESP Rio Claro e, também, da comunidade local. Em 2010 fomos campeões dos Jogos Interunesp, além da participação em amistosos e Jogos Regionais. Este ano estamos disputando a Liga Itatibense de Voleibol, um campeonato de alto nível competitivo e que nos ajuda a mante-las motivadas. Ainda participamos dos Jogos Regionais, fator que favoreceu a união da equipe, além de levar-nos a conhecer outras “escolas” de voleibol. Em novembro almejamos a conquista do bi-campeonato nos Jogos Interunesp 2011, que será realizado em Marília. Os treinos/aulas e os campeonatos, tem nos permitido avaliar a evolução das atletas através da pratica desportiva, e temos constatado uma melhora no aprendizado nas situações de jogo, o desenvolvimento de valores e convívio social. Favorecendo um crescimento profissional dos envolvidos no projeto por meio da interação da teoria, prática e extensão, e da elaboração e apresentação de trabalhos acadêmicos em eventos científicos.