



## **SLACKLINE NA UFSM: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**Ações de pesquisa, ensino e extensão voltadas para sociedade**

**Ubiratan da Rosa Vanini<sup>1</sup>**

**Cesar Alcides Geller<sup>2</sup>**

**Betânia da Rocha Martins<sup>3</sup>**

### **RESUMO**

Percebendo a necessidade do estabelecimento de atividades diferenciadas para o público que frequenta o Campus da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), foi desenvolvido o projeto de Extensão Slackline na UFSM. O projeto teve início no primeiro semestre do ano de 2016 sendo ofertado três vezes por semana, sem fins lucrativos. Os materiais utilizados foram adquiridos pelo Departamento de Desportos Coletivos (DDC) do Centro de Educação Física e Desportos (CEFD). Por se tratar de um esporte de aventura praticado ao ar livre, este vem conquistando os visitantes e acadêmicos da UFSM. De acordo com isso, o objetivo deste trabalho é relatar as atividades desenvolvidas pelos monitores do Projeto Slackline na UFSM durante o período de janeiro de 2016 até março de 2017. Os monitores desenvolveram ao longo destes 15 meses, exercícios de alongamento e relaxamento para os participantes, também foram desenvolvidos cursos de “Iniciação ao Slackline”, “montagem de equipamentos de Slackline” e “Aperfeiçoamento Prático de Slackline”. A implementação do projeto Slackline na UFSM está trazendo resultados positivos para os monitores bem como para os que participam do projeto. Dentre eles podemos citar o domínio didático pedagógico por parte dos monitores, além da melhora no equilíbrio e desenvolvimento motor dos participantes do projeto.

**Palavras-chave:** Slackline, Educação Física, Esporte de aventura

### **INTRODUÇÃO**

O Slackline é mundialmente conhecido por se tratar de uma atividade esportiva que envolve o deslocamento em equilíbrio sobre uma fita estreita e flexível, a qual é tensionada na horizontal sendo fixada através de dois pontos distintos, normalmente é fixada a uma altura de 30 centímetros, podendo chegar até as mais variadas alturas (PEREIRA, 2013). Este esporte possibilita a prática em diversos ambientes, que combinem com as suas variações, sendo as mais praticadas, waterline, highline, trickline, longline, spaceline.

<sup>1</sup> Licenciado em Educação Física, Universidade Federal de Santa Maria, e-mail - [bira\\_rv@hotmail.com](mailto:bira_rv@hotmail.com)

<sup>2</sup> Doutorado em Ciência do Movimento Humano pela Universidade Federal de Santa Maria, atualmente professor Colaborador da Universidade Federal de Santa Maria, e-mail - [cegeller@gmail.com](mailto:cegeller@gmail.com)

<sup>3</sup> Graduanda em Tecnologia em Gestão de Turismo, Universidade Federal de Santa Maria, e-mail – [betaniamartins61@yahoo.com](mailto:betaniamartins61@yahoo.com)



Apesar de ainda não ser algo concreto, existem indícios de que o Slackline tenha surgido na década de 1980 nos Estados Unidos, mais precisamente nos campos de alpinismo do Vale de Yosemite, no estado da Califórnia, através de um grupo de escaladores que tinham por costume esticar suas fitas, para se equilibrar sobre elas principalmente quando as condições climáticas os impediam de prosseguir com a prática de escalada, (CARDOZO e NETO 2010). Eles ainda afirmam que o slackline tem grandes relações com a prática de atividades circenses, pois os artistas costumavam utilizar em suas apresentações uma espécie de corda bamba, onde os mesmos tinham como objetivo se equilibrar além de executar acrobacias radicais.

Ao analisarmos as questões físicas do corpo humano ao realizar a prática do slackline, em especial notamos um desenvolvimento aguçado nas habilidades motoras, além disso encontramos estudos indicando que a prática destas atividades, proporcionam uma melhora significativa na concentração e consciência corporal, em como a possibilidade de utilização destas práticas para auxiliar no desempenho dos praticantes de outras modalidades esportivas que utilizem a capacidade de equilíbrio; e também benefícios à saúde de quem o pratica (PEREIRA et al., 2011; COUTO; BERNARDES; PEREIRA, 2013; SANTOS, 2013). Outros aspectos importantes destacam que o slackline, contribuem fortemente para a motivação por parte dos discentes quando se tratar das aulas de Educação Física escolar.

Desse modo, o slackline é uma atividade que pode ser praticada indoor e outdoor, independente do objetivo que o praticante tenha, seja apenas por lazer ou competição, este esporte pode ser compreendido como um esporte de aventura. Neste sentido, devemos ressaltar que o nome dado por aventura é apenas um fenômeno mais amplo, o qual existem inúmeras associações com diferenciados tipos de terminologias para se referir a suas mais variadas divisões. De acordo com Pereira e Ambrust (2010), o termo aventura é um derivado do latim “adventura”, que tem por significado “o que está por vir”, ou seja, remete-se ao desconhecido ou a algo imprevisível. Quanto à denominação e/ou nomenclatura a respeito deste tema, Munhoz; Gonçalves Jr (2004, p.2) evidenciam que, na literatura, existem várias denominações e terminologias usadas para definir estas atividades de aventura, a seguir poderemos observar algumas nomenclaturas.



são muitas as nomenclaturas designadas a este tipo de atividade. A mais divulgada pela mídia é Esportes de Aventura, outros nomes comuns são: Esportes em Integração com a Natureza, Esportes Radicais, Esportes de Aventura na Natureza, Esportes Californianos, Esportes em Liberdade, Esportes Selvagens, Atividades Deslizantes de Aventura e Sensação na Natureza, Atividades Esportivas de Diversão e Turísticas de Aventura, Esportes Tecnológicos e Novos Esportes. Todas estas designações mostram alguma característica relacionada com as atividades desenvolvidas.

Este trabalho se pautou em apresentar as atividades realizadas ao ar livre, o qual denominamos como atividades de aventura, onde acreditamos que além dos esportes tradicionais, desperte também as pessoas para uma prática inovadas e diferenciadas dos esportes já praticados no campus da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). E ao mesmo tempo promover opções de práticas que se destaquem como lazer e contemple a motivação e a participação dos que frequentam os espaços da UFSM, bem como a comunidade Universitária e a cidade de Santa Maria.

Podemos compreender o lazer como uma questão complexa da vida social, de modo que tem por finalidade ser de direito de todos, mas que, porém, ainda está em construção social, o qual traz como possibilidade grandes transformações sendo expresso por meio da vivência de distintas manifestações culturais (GOMES, 2004; MARCELLINO, 2012). Neste mesmo paradigma o lazer permite o convívio com ambientes naturais, seja por meio de jogos, brincadeiras, esportes e assim por diante (GOMES; ISAYAMA, 2009), ou até mesmo como este caso em que o slackline é utilizado como uma atividade de aventura na natureza.

Se observamos muito além do slackline, iremos encontrar uma variedade de atividades de aventura sendo criado para os mais diversos tipos de contextos de práticas, bem como aquelas apresentadas nos eventos acadêmicos (BETRÁN, 1995; COSTA, 2002; MARINHO; BRUHNS, 2006; MARINHO, 2013). Além disso podemos destacar a importância para questões como a formação de bons professores além de uma formação em Educação Física inicial.

Todas estas questões de esportes de aventura quando pautadas, tem forte relação com a qualificação dos profissionais o qual se dá por meio dos cursos de graduação em Educação física, principalmente quando levado em consideração o aumento da demanda de práticas corporais, o qual é dever de coordenadores



juntamente com corpo docente, inovar o currículo do mesmo modo como acontecem estas evoluções em meio a sociedade a fim de atenderem aos diferentes e inovadores campos de intervenção atrelados à cultura de movimento humano (HUNGER et al., 2006; NASCIMENTO, 2002; SOUZA; MARTINELI, 2009).

Com a reformulação curricular dos cursos de graduação é possível que mais cursos tomem como exemplo e acabem por valorizar o segmento de aventura para com a formação inicial de professores (TEIXEIRA; MARINHO, 2010). No entanto este conteúdo ainda é muito recente, alguns autores como Paixão, Costa (2008); Paixão (2012); Araújo (2012); e Auricchio (2013), destacam que no âmbito das atividades de aventura, especialmente no que se refere às possíveis contribuições da vivência dessas atividades para a formação profissional em Educação Física, ainda é simples no contexto do nosso país.

Marinho (2004), e Oliveira (2013), consideram que as atividades de aventura podem contribuir como uma via de mão dupla no desenvolvimento das habilidades e competências do corpo humano, por conseguirem manter os riscos controlados bem como ser um importante motivador de valores na formação pessoal. Já para Marinho e Inácio (2007), acrescentam que os conteúdos trabalhados em conjunto com os que envolvem aventura, permitem vivências, emoções e sensações capazes de melhorar comportamentos e atitudes que estão associadas ao nosso cotidiano, como por exemplo o ambiente em que trabalhamos, além dos que convivemos nos demais períodos do dia.

Dentro do currículo dos cursos de formação de professores os conteúdos que envolvem aventura podem ser trabalhados em disciplinas, ou por meio de projetos de ensino pesquisa e extensão. Marinho, Santos e Farias (2012) acredita que é mais eficaz se se trabalhado estes conteúdos em projetos de extensão, pois este pode ser um importante enlace para se trabalhar e desenvolver intervenções pedagógicas, que de uma forma ou outra podem acrescentar em seu arsenal de atividades que poderão ser alternativas para atrair os alunos para a aula de Educação Física.

Neste sentido após um levantamento das vantagens e desvantagens em se criar um projeto de extensão com o foco em slackline, foi apresentado por nós o projeto Slackline na UFSM no ano de 2016. De acordo com isso, o objetivo deste trabalho é relatar as atividades desenvolvidas pelos monitores do Projeto “Slackline



na UFSM” durante o período de janeiro de 2016 até março de 2017. O slackline é um potencial conteúdo pedagógico, e quando entrelaçado com a aventura e incluída nos cursos de formação inicial de professores em Educação Física, tem a capacidade de fazer o futuro docente passar por um processo de aprendizagem no qual ele terá a capacidade de refletir sobre as ações pedagógicas através de um outro ponto de vista (PEREIRA 2013).

## **DESENVOLVIMENTO (RESULTADOS E DISCUSSÃO)**

Percebendo a necessidade do estabelecimento de atividades diferenciadas para o público que frequenta o Campus da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), foi desenvolvido o projeto de Extensão Slackline na UFSM. O projeto teve início no primeiro semestre do ano de 2016 sendo ofertado três vezes por semana, nas dependências da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), sem fins lucrativos, com a intenção de atingir a população santa-mariense e a comunidade acadêmica.

As atividades são ofertadas como forma de lazer e incentivo a prática diferenciada de esportes, nas sextas-feiras, sábados e domingos. Durante as práticas os participantes tiveram a oportunidade de conhecer e vivenciar sobre o esporte num primeiro momento de forma livre, ou acompanhado pelos monitores se assim achassem necessário. Ao longo do projeto foi possível atingir aproximadamente 100 sujeitos, com idade entre 05 e 35 anos, este número é baseado nos participantes com mais assiduidade, porém podemos destacar que no geral participaram do projeto um mínimo de 300 indivíduos com idades entre 03 e 60 anos.

Para atender a toda esta demanda o projeto conta com um professor coordenador, e mais dois alunos da UFSM, sendo um professor de Educação Física, e mais uma acadêmica do Curso de Tecnologia em Gestão de Turismo, os quais desenvolveram as atividades durante os primeiros 15 meses de funcionamento do projeto, onde foi possível a realização dos mais diversos tipos de atividades, dentre elas podemos destacar alongamentos de relaxamento realizados antes e após a prática, também foram desenvolvidos cursos de “Iniciação ao Slackline”, “montagem



de equipamentos de Slackline” e “Aperfeiçoamento Prático de Slackline”. Estes cursos tiveram como principal objetivo, a segurança dos praticantes, onde os mesmos puderam observar os riscos pelo uso inadequado dos equipamentos além de conhecer um pouco mais sobre as modalidades aperfeiçoar suas práticas com dicas importantes, para a melhora do equilíbrio, e habilidades motoras.

Para o desenvolvimento das atividades utilizamos uma fita de 30 metros, e uma outra de 15 metros, ambas as fitas tem 50mm de largura. Estes equipamentos foram adquiridos pelo Departamento de Desportos Coletivos (DDC) do Centro de Educação Física e Desportos (CEFD). Por se tratar de um esporte de aventura praticado ao ar livre, este vem conquistando os visitantes e acadêmicos da UFSM. Para Figueiredo e Schwartz (2013) estas atividades as quais são realizadas no meio natural, urbano ou artificial, com finalidade turística, física, competitiva, recreativa ou educativa, classificadas como as atividades de aventura trazem como potenciais possibilidades de vivências como lazer.

O projeto tem como objetivos a melhoria da capacidade física, principalmente força e equilíbrio dos participantes, e ainda a divulgação do esporte na cidade de Santa Maria. Este projeto justifica-se pelo fato do Slackline ser uma possibilidade alternativa na prática esportiva relacionada à saúde e atualmente bem aceita pela comunidade.

Para Franco (2010), existem múltiplas razões para se trabalhar os esportes de aventura como possibilidade de ensino, uma das razões evidenciadas por este autor é o desenvolvimento do indivíduo não apenas como ser humano, mas também como praticante de atividades físicas, visto que são propiciados o desenvolvimento de diversas habilidades motoras, a superação dos próprios limites e a realização de ações socioambientais.

Por este motivo o projeto de Slackline além de se tratar de uma atividade diferenciada, tem outras vantagens como o fortalecimento dos músculos responsáveis pela estabilização corporal. A melhora de equilíbrio e força pode refletir em uma menor quantidade de quedas e consequentemente menos lesões. Auxiliando no desenvolvimento da coordenação motora, postura e a concentração, onde a união de ambos os fatores acaba por ajudar a harmonizar o corpo.



## CONCLUSÃO

A implementação do projeto Slackline na UFSM está trazendo resultados positivos para os monitores bem como para os que participam do projeto. Dentre eles podemos citar o domínio didático pedagógico por parte dos monitores, além da melhora no equilíbrio e desenvolvimento motor dos participantes do projeto.

A partir do exposto a cima é possível concordar com Marinho e Inácio (2007), para eles o entendimento das atividades de aventura deve ser explorado em suas múltiplas dimensões, deixando de ser um mero processo esportivo, ou até mesmo como uma alternativa de escape de trabalho. A Educação Física se destaca como um campo de conhecimento privilegiado para essas atividades em crescente emergência na sociedade, porém ainda se tem a necessidade em um trabalho interdisciplinar com outros conteúdos para que assim exista um trabalho em conjunto através de um único objetivo, formar cidadãos responsáveis com o meio em que vivem.

Dessa forma, conclui-se esse relato de experiência enfatizando a importância de iniciativas semelhantes ao projeto apresentado, a fim de promover novos olhares sobre as possibilidades de atuação profissional, bem como o desenvolvimento social e individual, por meio de atividades relacionadas ao lazer. Embora sejam poucos os resultados apresentados temos como intenção ampliar as discussões deste projeto em estudos futuros com a aplicação de questionários com perguntas estruturadas. Acredita-se ainda que esse trabalho possa contribuir com o avanço das investigações sobre a inter-relação dos temas aventura, lazer e formação profissional em Educação Física, estimulando outros pesquisadores a desenvolverem estudos sobre o assunto, e também com o despertar de novos interesses e possibilidades para a atuação profissional dos participantes deste projeto. Para maior compreensão das contribuições do slackline para a formação profissional sugere-se a realização de outros estudos que abordem essas atividades em outros contextos culturais e sociais, e com maior abrangência. Além disso



esperamos que o projeto cumpra com os seus objetivos e possa proporcionar que mais pessoas tenham acesso a atividades diferenciadas na UFSM.

## REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, J. H. R. **A formação de profissionais que atuam com esportes e atividades de lazer na natureza no entorno da cidade de Belo Horizonte/MG.** 2012. 132 f. Dissertação (Mestrado em Lazer) - Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2012.
- AURICCHIO, J. R. **Formação e atuação profissional em atividade de aventura no âmbito do lazer.** 2013. 183 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade Metodista de Piracicaba, Piracicaba, 2013.
- BETRÁN, J. O. **Las actividades físicas de aventura en la naturaleza: análisis sociocultural.** Apunts: Educación Física y Deportes, Barcelona, n. 41, p. 5-8, 1995.
- CARDOZO, E. M. S.; NETO, J. V. C. **Os esportes de aventura na escola: o slackline.** In: CONGRESSO BRASILEIRO DE ATIVIDADES DE AVENTURA, 5, 2010, São Bernardo do Campo. Anais... São Bernardo do Campo: CBAA, 2010. p. 271-284.
- COSTA, V. L. **Esportes de aventura e risco na montanha.** São Paulo: Manole, 2002.
- COUTO, F. A.; BERNARDES, L. A.; PEREIRA, D. W. **O equilíbrio dinâmico em adultos sobre o slackline.** Lecturas Educación Física y Deportes, Buenos Aires, ano 18, n. 184, set. 2013.
- FIGUEIREDO, J. P.; SCHWARTZ, G. M. **Atividades de aventura e educação ambiental como foco nos periódicos da área de Educação Física.** Motriz, Rio Claro, v.19 n.2, p.467-479, abr./jun. 2013
- FRANCO, L. C. P. **A adaptação das atividades de aventura na estrutura da escola.** Anais do 5º CBAA – Congresso Brasileiro de Atividades de Aventura. São Paulo: Editora Lexia, 2010.
- GOMES, C. L. **Lazer - concepções.** In: GOMES, C. L. (Org.). Dicionário crítico do lazer. Belo Horizonte: Autêntica, 2004. p. 120-125.



GOMES, C. O.; ISAYAMA, H. F. **Corridas de aventura e lazer: um percurso analítico para além das trilhas.** Motriz, Rio Claro, v. 15, n. 1, p. 69-78, jan./mar. 2009.

HUNGER, D. et al. Educação Física. In: HADDAD, A. E. et al. (Org.). **A trajetória dos cursos de graduação na área da saúde: 1991-2004.** Brasília: INEP, 2006. p. 87- 139

MARCELLINO, N. C. **Estudos do lazer: uma introdução.** 5. ed. Campinas: Autores associados, 2012.

MARINHO, A. Atividades na natureza, lazer e educação ambiental: refletindo sobre algumas possibilidades. **Motrivivência**, Florianópolis, ano 16, n. 22, p. 47-70, jun. 2004.

MARINHO, A.; BRUHNS, H. T. **Viagens, lazer e esporte: o espaço da natureza.** São Paulo: Manole, 2006.

MARINHO, A. **Introdução aos estudos das atividades de aventura: características, concepções e conceitos.** In: BERNARDES, L. A. (Org.). Atividades e esportes de aventura para profissionais de Educação Física. São Paulo: Phorte, 2013. p. 23-38

MARINHO, A.; INÁCIO, H. L. D. Educação física, meio ambiente e aventura: um percurso por vias instigantes. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Florianópolis**, v. 28, n. 3, p. 55-70, maio 2007.

MARINHO, A.; SANTOS, P. M.; FARIAS, G. O. Competências e formação profissional: reflexões sobre um projeto de ensino. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 20, n. 3, p. 46-54, jul./set. 2012.

MUNHOZ, J. F.; GONÇALVES J. L. **Atividades físicas de aventura na natureza: trajetória na região de São Carlos.** In: III Congresso Científico Latino Americano UNIMEP/FIEP, 2004, Piracicaba. Anais do III Congresso Científico Latino Americano UNIMEP/FIEP. Piracicaba: UNIMEP/FIEP, 2004.

NASCIMENTO, J. V. **Formação profissional em Educação Física e desportos: contextos de desenvolvimento profissional.** Montes Claros: Unimontes, 2002.

OLIVEIRA, C. L. **Educação pela aventura para o desenvolvimento humano.** In: Pereira D. W. (Org.). Atividades de aventura: em busca do conhecimento. Jundiaí: Fontoura, 2013. p. 39-54.

PAIXÃO, J. A.; COSTA, V. L. M.; GABRIEL, R. E. C. D. **O instrutor de esporte de aventura no Brasil: implicações ligadas ao processo ensino aprendizagem.** Lecturas Educación Física y Deportes, Buenos Aires, ano 14, n. 134, p. 1-1, jul. 2009.



PAIXÃO, J. A. **O instrutor de esporte de aventura no Brasil e os saberes necessários a sua atenção profissional.** Curitiba: Editora CRV, 2012.

PEREIRA, D. W.; AMBRUST, I. **Pedagogia da aventura: os esportes radicais, de aventura e de ação na escola.** Jundiaí, SP: Fontoura, 2010.

PEREIRA, D. W. **Slackline: vivências acadêmicas na Educação Física.** Motrivivência, Florianópolis, ano 25, n. 41, p. 223-233, dez. 2013.

PEREIRA, L. M. et al. **Mecanismos fisiológicos envolvidos na prática de slackline.** In: CONGRESSO BRASILEIRO DE ATIVIDADES DE AVENTURA, 6, 2011, Pelotas. Anais... Pelotas: CBAA, 2011. p. 29-29.

PEREIRA, D. W.; AMBRUST, I. **Pedagogia da aventura: os esportes radicais, de aventura e de ação na escola.** Jundiaí, SP: Fontoura, 2010.

SOUZA, R. A.; MARTINELI, T. A. P. **Considerações históricas sobre a influência de John Dewey no pensamento pedagógico brasileiro.** Revista HISTEDBR, Campinas, n. 35, p. 160-172, set. 2009.

SANTOS, R. S. G. **Flexibilidade, força e equilíbrio: impacto de um programa com slackline em crianças de 9 e 10 anos. 2013.** 49 f. Monografia (Graduação em Educação Física) - Curso de Educação Física, Departamento de Humanidades e Educação, Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Santa Rosa, 2013.

TEIXEIRA, F. A.; MARINHO, A. **Atividades de aventura: reflexões sobre a produção científica brasileira.** Motriz, Rio Claro, v. 16, n. 3, p. 536-548, jul./set. 2010.