

SLACKLINE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA ENTRE O EQUILÍBRIO E A EMOÇÃO*

SLACKLINE: A REPORT OF EXPERIENCE BETWEEN BALANCE AND THE EMOTION

SLACKLINE: UNA HISTORIA DE EXPERIENCIA ENTRE EQUILIBRIO Y LA EMOCIÓN

Ítalo Fonseca de Oliveira

italo.bef@gmail.com

Elmir Henrique Silva Andrade

elmirhenrique@hotmail.com

João Leandro de Melo Araújo

jleandro93@outlook.com

Priscilla Pinto Costa da Silva

laprisci@gmail.com

Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN)

PALAVRAS-CHAVE: *extensão comunitária; slackline; lazer.*

INTRODUÇÃO

As práticas corporais de aventura na natureza vêm crescendo nos últimos anos, sendo resultante das mudanças no perfil sociocultural advindos do período pós-industrial (BETRÁN; BETRÁN, 2006), bem como do desenvolvimento de tecnologias que oferecem alguma segurança aos praticantes (MARINHO, 2008). O slackline, tido como atividade física de aventura, ainda é uma modalidade pouco praticada no município de Natal, que está entre as cidades mais sedentárias do país (BRASIL, 2015), sendo também pouco difundida entre o meio acadêmico do curso de Educação Física da UFRN.

Identificado tal ausência, procurou-se preencher parte desta lacuna. O projeto de extensão "Slackline: um equilíbrio entre a aventura e a emoção" tem como propósito disseminar a prática e oferecer aos graduandos experiência com a modalidade, que promove a socialização entre discentes e propicia uma interação com a natureza.

Sendo assim, objetivamos, neste trabalho, relatar a experiência observada dos indivíduos que participaram do projeto de extensão "Slackline: um equilíbrio entre a aventura e a emoção" da UFRN.

* O presente trabalho contou com o apoio financeiro da PROEX/UFRN.



METODOLOGIA

Este trabalho tem caráter descritivo e utilizou para tal fim, a observação e, diário de campo como forma de registro. As aulas têm frequência de dois dias semanais, ocorrendo no Departamento de Educação Física da UFRN, com duração de 1h 30min. São ministradas noções básicas e intermediárias para a prática do slackline, em que são dadas instruções sobre a montagem do equipamento, desde a proteção da árvore até o tensionamento da fita. A montagem é feita em curtas distâncias, entre 05(cinco) e 10(dez) metros, em uma altura, de aproximadamente, 60 centímetros. Duas fitas são utilizadas, com tensões diferenciadas, os indivíduos são devidamente orientados e ficam livres para experimentarem, optando por apoiar-se ou não no seu parceiro, mas sempre sendo desafiado a superar-se e buscar sua individualidade.

RESULTADOS

Foi percebido que o slackline como prática, no contexto do lazer, despertou o interesse dos indivíduos por proporcionar a experiência de vivenciar diferentes sensações, em uma prática cheia de incerteza, em que a percepção corporal dialoga com o contexto em sua volta. As atividades realizadas de forma coletiva, contribuíram para o trabalho em equipe, integração e altruísmo. As práticas corporais de aventura na natureza apresentam essas características colaborativas como aponta o estudo de Inácio *et al.* (2005).

Outro ponto importante a destacar se refere às mudanças no equilíbrio depois do quarto dia de treino, em que a obtenção do sucesso se mostrou a partir do enfrentamento do medo. Como observado, é perceptível o tremor nos membros inferiores no início do processo de aprendizagem, diminuindo consequentemente ao decorrer das aulas, mostrando aos participantes suas reais habilidades e trazendo cada vez mais o desejo de atingir as metas estabelecidas. Ademais, os estímulos proporcionados pelos demais alunos também deram aos indivíduos coragem para tentar novos movimentos, aperfeiçoando suas técnicas.

O slackline foge de todo o contexto que os participantes do projeto já estiveram inseridos. A busca pelo novo e, as sensações nunca antes experimentadas, diverge do cotidiano, trazendo para o sujeito uma fuga da sua rotina e gerando sensações de descanso, mesmo com todo o esforço feito.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O slackline como uma opção de prática no contexto do lazer, tem-se mostrado promissor por: ajudar os indivíduos a quebrarem a rotina; na formação das interações sociais, que são importantes por promover a formação de novas amizades; na prática de atividades físicas e seus consequentes benefícios proporcionados pelas vivências e; por favorecer o aprendizado, aumentando o leque de experiências dos envolvidos.

REFERÊNCIAS

- BETRÁN, J. O.; BETRÁN, A. O. Proposta pedagógica para as Atividades Físicas de Aventura na Natureza (Afan) na educação física do ensino médio. In: MARINHO, A.; BRUHNS, H. T. *Viagens, Lazer e Esporte: o espaço da natureza*. Barueri, Manole, 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2014 *Saúde Suplementar: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico*. Ministério da Saúde, Agência Nacional de Saúde Suplementar. Brasília: Ministérios da Saúde, 2015.
- INÁCIO, H. L. D. *et al.* *Bastidores das práticas de aventura na natureza*. In: SILVA, A. M. e DAMIANI, I. Regina (org.) n. v. 3, Florianópolis, Nauembla Ciência & Arte, 2005.
- MARINHO, A. Lazer, Aventura e Risco: reflexões sobre atividades realizadas na natureza. *Movimento*, , Porto Alegre, v. 14, n. 02, p. 181-206, maio/agosto de 2008.

