

CEFD marcou presença no Descubra UFSM

A terceira edição do Descubra UFSM encerrou no último sábado (17), o evento de três dias ocorreu no Centro de Eventos da UFSM e contou com público de cerca de 20 mil pessoas, incluindo 250 escolas da região sul do país. O Descubra UFSM é um evento que visa incentivar os estudantes a um futuro universitário e descobrir as oportunidades que a Universidade pode oferecer.

O Centro de Educação Física e Desportos marcou presença no evento. No estande do CEFD, os estudantes puderam tirar dúvidas e saber um pouco mais sobre os cursos de Educação Física (bacharelado e licenciatura) e Dança (licenciatura), além disso, o público pode realizar o teste de flexibilidade e apreciar demonstrações de skate.

Segundo o estudante de Educação Física (bacharelado), Arthur Aduat, o interesse pelos cursos oferecidos no CEFD foi bem grande. As principais dúvidas foram a diferença entre bacharelado e licenciatura, as matérias que o curso oferece e a duração do curso.



O curso de Dança também teve a atenção do público, no ano passado ainda era uma surpresa a existência do curso, agora as pessoas já possuem conhecimento sobre ele. As perguntas mais frequentes foram com o que o formado em Dança (licenciatura) irá trabalhar no futuro e as áreas de trabalho (artística e docente). A maioria dos interessados no curso de Dança (licenciatura) é de menina, salienta a estudante de dança, Júlia Biazzini.



O Descubra UFSM 2016 foi um ambiente de trocas de experiências e conhecimentos adquiridos dentro da Universidade com a comunidade, também proporcionou espaços, atividades, atrações e shows para o público.

Teste de flexibilidade:

O teste de sentar e alcançar testou a flexibilidade da lombar do público que visitou o estande do CEFD no Descubra UFSM. O voluntário senta com a planta dos pés apoiadas na parede, sobre o banco há uma fita métrica de 0 a 50 cm com as mãos o voluntário realizaria movimentos de flexão de tronco com os braços estendidos sem flexionar os joelhos, a maior distância atingida é a considerada.

Faltou flexibilidade significa que a pessoa fica muito tempo sentada, sem praticar atividades físicas, sem se alongar, então a gente aconselha o pessoal a procurar uma aula de alongamento, alguma atividade física prazerosa, atividades comuns, às vezes até alongar em casa já facilita neste ganho de flexibilidade, afirma a estudante de Educação Física (bacharelado), Gisele Vezzosi.

Sem ter a avaliação final, Gisele já adianta que o público foi muito mal no teste, as pessoas estão ficando encurtadas e isso não é questão de ter flexibilidade, é questão de não praticá-la, de não fazer um alongamento.



Texto e fotos: Victória Lopes, acadêmica de Jornalismo e bolsista de Comunicação do CEFD