



PROJETO DE EXTENSÃO
DESENVOLVIDO NO CAMPUS RIO DE
JANEIRO

TÍTULO : IFRJ Trilhas

ORIENTADOR : Ana Paula de Araujo Augusto

RESUMO :

O Projeto “IFRJ Trilhas” foi idealizado para integrar e socializar toda a comunidade interna e externa (discentes, docentes, técnicos administrativos, familiares e amigos) do IFRJ Campus Rio de Janeiro nas diversas trilhas que existem na cidade do Rio de Janeiro. Atualmente as trilhas atraem pessoas de todo o mundo que praticam ou querem iniciar uma atividade física. Buscando proporcionar novas experiências e a prática de uma atividade física, o Projeto quer demonstrar que qualquer pessoa pode e deve iniciar uma atividade, respeitando sempre seus limites e buscando a melhoria da qualidade de vida e saúde. As trilhas possuem diferentes níveis e as pessoas diferentes interesses e anseios. Nesse viés, o “IFRJ Trilhas” quer proporcionar uma maior integração e socialização da comunidade, extrapolando os limites dos nossos muros. Além disso, tem-se a intenção de se promover uma relação mais positiva de integração entre o ser humano e a natureza, dialogando sobre a importância da questão ambiental, da sustentabilidade e dos danos que são causados ao meio ambiente. Através da cooperação entre os participantes na atividade, o Projeto busca também apresentar a cidade e pontos turísticos por outras perspectivas, apresentando sempre a parte histórica dos locais visitados e suas diversidades de flora e fauna. Os roteiros são programados e divulgados visando incessantemente a segurança dos participantes. Normas de Conduta em Atrativos Naturais serão informadas para que todos os participantes realizem a atividade de forma consciente e sustentável. O guiamento e a condução do grupo, sempre será feito por um profissional de Educação Física (devidamente registrado no CREF), com certificação em suporte básico de vida e habilitado como guia de turismo, cadastrado no Ministério do Turismo.

Palavras-chave: Trilha. Atividade Física. Integração Social. Natureza.