

ATIVIDADES DE INTERAÇÃO, AUTOCONHECIMENTO E SOLIDÁRIAS PROMOVIDAS PELO GRUPO PET DE ENGENHARIA CIVIL DO CEFET-MG

Patrícia Bhering Fialho – patriciabhering@bol.com.br

Ana Cecília Estevão – anacestevao@yahoo.com.br

Fernanda Brandão Gastaldi Mattos – fernandabrandao1998@gmail.com

Gabriela Farias Pimenta – gabifariaspimenta@gmail.com

Mariana Fernandes Pereira – marianafernanddes@hotmail.com

Centro Federal de Educação Tecnológica de Minas Gerais, Campus Curvelo
Rua Raymundo Mattoso, 900, Bairro Santa Rita
35790-000 – Curvelo – MG

Resumo: *E consenso no meio acadêmico que depressão, auto cobrança e estresse têm permeado o cotidiano dos alunos devido à rotina pesada de estudos e de outras atividades. Após identificar queixas similares em alunos do CEFET-MG campus Curvelo, integrantes do Programa de Educação Tutorial (PET) Engenharia Civil vêm desenvolvendo nos últimos dois anos ações com o objetivo de acolher e contribuir com a melhoria na qualidade de vida e no autoconhecimento dos alunos. As ações desenvolvidas buscam o aprimoramento de competências de sensibilidade pela consciência corporal, pela cultura, pela autonomia e por meio das diversas formas de ações humanas. Foram realizadas atividades de Jogos teatrais, Yoga, forró e sarau. Como parte complementar, o grupo realiza atividades voltadas ao voluntariado e ações solidárias visando fortalecer a função social dos estudantes. Por meio das atividades realizadas pelos membros do grupo Pet de Engenharia Civil pode-se comprovar que as ações realizadas até o momento são consideradas muito positivas para os alunos envolvidos. Como consenso do grupo, essas atividades “extras-classe” proporcionaram vários benefícios aos alunos e para os segundo semestre de 2019 o grupo pretende realizar novas atividades, principalmente voltadas a interação do grupo e ações solidárias.*

Palavras-chave: *Estudantes. Atividades. Benefícios.*

1 INTRODUÇÃO

E consenso no meio acadêmico que depressão, auto cobrança e estresse têm permeado o cotidiano dos alunos devido à rotina pesada de estudos e de outras atividades. Segundo Moretti e Hubner (2017),” a rotina acadêmica interfere de forma impactante no estresse dos acadêmicos e que uma nova política educacional deve ser trabalhada visando progressos nas estruturas curriculares, que acabam por massacrar o alunado”.

Após identificar queixas similares em alunos do CEFET-MG campus Curvelo, integrantes do Programa de Educação Tutorial (PET) Engenharia Civil vêm desenvolvendo nos últimos dois anos ações com o objetivo de acolher e contribuir com a melhoria na qualidade de vida e no autoconhecimento dos alunos.

O Grupo PET Engenharia Civil do CEFET-MG iniciou as suas atividades de agosto de 2016, com o objetivo de contribuir com o desenvolvimento de práticas e experiências pedagógicas para a formação de um Engenheiro Civil ético, cidadão e apto a trabalhar com as

demandas atuais do mercado sem perder a sensibilidade e o compromisso com as questões ambientais e a inclusão social.

Dessa forma, o objetivo deste trabalho é apresentar as ações realizadas pelo grupo visando o aprimoramento de competências de sensibilidade pela consciência corporal, pela cultura, pela autonomia e por meio das diversas formas de ações humanas (cognitivas, motoras, emocionais, afetivas, racionais etc). As atividades contam com a participação e orientação de professores do próprio campus, que contribuem de forma voluntária com suas habilidades e áreas de atuação.

Como parte complementar, o grupo realiza atividades voltadas ao voluntariado e ações solidárias visando fortalecer a função social dos estudantes. Segundo Lima e Barelli (2010), o voluntariado contribui significativamente para o desenvolvimento pessoal e profissional, possibilitando a descoberta de novas aptidões, a ampliação de relações de amizade e a satisfação de ajudar o próximo.

2 ATIVIDADES REALIZADAS

2.1 Jogos teatrais

No meio universitário, a necessidade de conciliar o tempo destinado as atividades acadêmicas e de lazer são essenciais, especialmente pela inclusão de ações destinadas à prática de atividades físicas (SOUSA e NAHAS, 2011). Diante disso, os petianos realizaram uma atividade denominada de "Jogos Teatrais" voltada a expressão corporal através de movimentos, história continuada e cena com intervenção. A atividade foi orientada pelo professor de Educação Física do Campus e possibilitou aos participantes vivenciar técnicas de desinibição para a expressão corporal e oral. A Figura 1 apresenta uma foto da atividade.

Figura 1 - Interação entre os participantes.



Fonte: os autores

Opinião do petiano Adriano Guedes sobre a atividade

"Foi uma atividade de caráter muito descontraído e importante dentro do grupo, onde cada aluno expôs aos poucos sua timidez realizando assim a quebra de timidez de falar em público e uma maior interação dos alunos. O teatro foi uma das atividades de relaxamento que mais fez o grupo interagir onde essas oportunidades de interação entre os alunos que entram uma remessa a cada duas vezes por ano normalmente só acontece em congressos e viagens que fazem as atividades da faculdade ficarem um pouco de lado e assim dando tempo e liberdade para uma maior interação."

2.2 Yoga

O Yoga é uma atividade que busca harmonizar o corpo com a mente, através de técnicas de respiração (pranayamas), posturas de yoga (ásanas) e meditação. Segundo Barros et.al (2014), o yoga é uma prática que proporciona benefícios para a saúde das pessoas.

Neste sentido, esta prática foi realizada com membros do PET, como uma forma de experimentação e com o intuito fazer com que fiquem mais tranquilos e calmos, além de ter mais disposição para realizar suas atividades. A prática do yoga entre os participantes foi orientada por uma professora com 8 anos de conhecimento, o grupo optou por realizar semanalmente algumas posturas simples e que não apresentem risco de eventuais lesões, além de aplicar as técnicas de respiração e meditação. Também, são indicados pela professora algumas leituras, para que cada um possa identificar qual o seu tipo de nervosismo e conhecer um pouco mais sobre o yoga. A Figura 2 apresenta a pratica do Yoga realizada pelos petianos.

Figura 2. Posturas do Yoga



Fonte: Os autores.

2.3 Dança forró do PET

O forró é uma dança praticada entre os alunos do Curso de Engenharia Civil do CEFET-MG que pode ser explicada pela influência cultural do município de Curvelo que é conhecida como a “Capital mineira do Forró”. Segundo relatos dos petianos o forró proporciona diversos benefícios aos alunos com a diminuição do estresse e proporciona maior interação do grupo e na autoestima. A Figura 3 apresenta alguns participantes se divertindo no Forró.

Figura 3 - Forró do PET.



Fonte: Os autores.

2.4 Sarau poético “uma noite com Vinicius de Moraes”

A atividade ocorreu durante o festival de arte e Cultura do CEFET-MG (27 a 31 de agosto de 2018) foi orientada pela professora Mariana Leite de literatura do Campus.

Segundo a professora:

“a poesia está vinculada à identidade cultural da sociedade. Associada a certos períodos de nossa história é fonte de informação e conhecimento do contexto-histórico-social da época em que foi produzida. Permite, também, um contato com a relação entre o uso da língua e essa modalidade de texto em verso, além de proporcionar momentos de leitura prazerosa. Vinicius de Moraes foi um grande sonetista da literatura brasileira. A perenidade de seus sonetos ultrapassou tempo e espaço e são representativos de emoções e sentimentos universais. Conhecer a produção artística desse poeta e as características da sociedade brasileira na época de suas produções (década de 30 e 60) é de grande valor para nossa formação cultural.”

Assim, o Sarau Literário: “uma noite com Vinicius de Moraes” teve como objetivo entender a vinculação entre a arte poética e musical, a língua e o conhecimento da realidade brasileira em suas dimensões socioculturais, além de promover a socialização da comunidade escolar do CEFET/MG e a cidade de Curvelo por meio de uma atividade cultural. A atividade envolveu a seleção, a análise e a declamação de sonetos, além de músicas e teatro desse grande poeta da Segunda Fase do Modernismo Brasileiro. Alunas petianas tiveram grande participação no evento, auxiliando nas questões da logística e nas apresentações. A Figura 4 mostra a petiana Bianca Bruzinga cantando.

Figura 4. Apresentação durante o Sarau



Fonte: Os autores.

2.5 Ações solidárias

Pensando em atitudes solidárias, o Pet Engenharia Civil em parceria com o Grupo NOS (Núcleo de Orientação para a Sustentabilidade) promovem e apoiam ações em conjunto com outros grupos visando ajudar ao próximo. Dentre elas, podem-se destacar a campanha do Natal Solidário no fim do ano de 2017 e o evento ColaboAÇÃO Universitária que arrecadou 57 cestas de alimentos em 2018. As Figuras 5, 6 e 7 apresentam folders de divulgação e foto dos alimentos recolhidos.

Figura 5 - Divulgação do Natal Solidário



Fonte: os autores

Figura 6 - Divulgação do Evento ColaboAÇÃO



Fonte: os autores

Figura 7 - Alimentos recolhidos



Fonte: os autores

Ações voluntárias também são constantes no grupo com trabalhos de atendimento gratuito de serviços de engenharia por meio do “Escritório Público de Engenharia” que desde 2016 atende a comunidade carente do município de Curvelo-MG.

Depoimento da aluna Bianca Bruzinga sobre o escritório público:

“O escritório público é sem dúvidas uma fonte de aprendizagem para os petianos, além de ser uma forma de contribuir com a comunidade.”

Depoimento da aluna Fernanda sobre o escritório público:

“Acho muito gratificante poder realizar os trabalhos sociais, ainda mais podendo conciliar meu aprendizado e desenvolvimento profissional com a sociedade curvelana”.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio das atividade realizadas pelos membros do grupo Pet de Engenharia Civil pode-se comprovar que as diversas ações de interação, autoconhecimento e solidárias realizadas até o momento foram positivas para os alunos envolvidos.

Entendendo como consenso que envolvimento em atividades “extras-classe” podem proporcionar vários benefícios aos alunos para os segundo semestre de 2019 o grupo pretende realizar novas atividades, principalmente voltadas a interação do grupo e ações solidárias.

Agradecimentos

Ao CEFET-MG e suas diretorias de Graduação, Pesquisa e Extensão e Desenvolvimento Comunitário e aos alunos petianos.

REFERÊNCIAS

BARROS, Nelson Filice de et al. **Yoga e promoção da saúde**. Ciência & Saúde Coletiva [online]. 2014, v. 19, n. 04 , p. 1305-1314. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232014194.01732013>>. Acesso em 28 abr. 2019

BARELI, Paulo. LIMA, Aldo José de Sousa Lima. **A importância social no desenvolvimento do trabalho voluntário**. Revista de Ciências Gerenciais, Valinhos, v.14, n.20, p. 173-184, 2010. Disponível em: <[http://sare.anhanguera.com/index.php/rcger/article /view/117](http://sare.anhanguera.com/index.php/rcger/article/view/117)>. Acesso em 20 de jan. 2019.

MORETTI, Felipe Azevedo; HUBNER, Maria Martha Costa. **O estresse e a máquina de moer alunos do ensino superior: vamos repensar nossa política educacional?**. Rev. psicopedag. São Paulo, v. 34, n. 105, p. 258-267, 2017. Disponível em: <[http://pepsic .bvsalud.org/scielo .php?script=sci_arttext&pid=S010384862017000300003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010384862017000300003&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 28 abr. 2019.

SOUZA, Thiago Ferreira de; NAHAS, Markus Vinicius. **Prevalência e fatores associados a menores níveis de prática de atividades físicas no lazer em estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia**. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Florianópolis, v. 16, n. 4. p. 322-229. Disponível em: <[http://rbafs.org.br/RBAFS/article/view /627/631](http://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/627/631)>. Acesso em 28 abr. 2019.

ACTIVITIES OF INTERACTION, SELF-KNOWLEDGE AND SOLIDARIES PROMOTED BY THE PET GROUP OF CIVIL ENGINEERING OF CEFET-MG

Abstract: *It is a consensus in the academic world that depression, self-excessive charge, and stress have permeated the daily lives of students due to the heavy routine of studies and other activities. After identifying similar complaints in students of CEFET-MG campus Curvelo, members of the Civil Engineering Tutorial Program (PET) have been developing during the last two years actions aimed at welcoming and contributing to the improvement in the quality of life and self-knowledge of students . The actions developed seek to improve the sensitivity skills through body awareness, culture, autonomy and through the various forms of human actios. Activities of Theatrical Games, Yoga, “fórró” and sarau were carried out. As a complementary part, the group carries out volunteer activities and solidarity actions in order to strengthening the social function of students. Through the activities carried out by the members of the Pet Group of Civil Engineering can prove that the actions taken so far are considered very positive for the students involved. As a group consensus, these "extra-class"*

activities provided several benefits to the students and for the second half of 2019 the group intends to carry out new activities, mainly focused on group interaction and solidarity actions.

Key-words: *Students, Activities, Benefits.*