



TRABALHO UNIVERSITÁRIO E A CONSTRUÇÃO DE IDENTIDADES: UM RELATO SOBRE O PROJETO MOVIMENTA UNIMONTES

Samuel Reis Costa
Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes
samuelreiscunimontes@gmail.com

Helton Gabriel Prates Souza
Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes
prateshg00@gmail.com

Eixo: Saberes e Práticas Educativas

Palavras-chave: trabalho; extensão comunitária; educação superior

Relato de Experiência

Contextualização e justificativa da prática desenvolvida

A rotina de trabalho contempla uma parte considerável do tempo do trabalhador e trabalhadora. Desse modo, pensar na prática de atividades físicas dentro do ambiente de trabalho é o *insight* inicial para o que chamamos de Ginástica Laboral (GL). A GL é fundamentada consequente: reduz o estresse, ansiedade, cria ambientes de socialização e previne doenças ocupacionais (Silva, 2020).

O projeto Movimenta Unimontes, sob orientações do Manual de Extensão da Universidade Estadual de Montes Claros (2015) e aprovado pela resolução do CEPEX N° 753, de 14 de maio de 2025 (Unimontes, 2025), proporciona a prática da GL transcendente a visão patologizante do trabalho e possibilita alcançar interações sociais ativas entre os sujeitos, que moldam e reforçam suas próprias identidades enquanto pessoas em uma sociedade.

Problema norteador e objetivos

Relatamos, neste texto, a observação de como a identidade profissional dos servidores(as) da Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes) refletem em uma identidade social, permitindo explorar os entendimentos entre a identidade profissional e social durante as intervenções da GL.

Procedimentos e/ou estratégias metodológicas

A linha metodológica adotada se deu pelo relato da observação do comportamento dos participantes durante as intervenções de GL. Segundo Minayo (2014), um relato de experiência busca a observação e compreensão de variáveis qualitativas envolvendo fenômenos em seu ambiente natural, as quais também incumbem o pesquisador a ser ativo na pesquisa. A investigação destes momentos possibilitou analisar os entendimentos presentes nas identidades dos sujeitos enquanto pessoas e enquanto trabalhadores(as). Para as ações de extensão, foram realizadas duas intervenções diárias conforme planejamento prévio. Os extensionistas mantêm um ambiente natural favorecendo a liberdade dos corpos dentro das orientações propostas pela atividade a ser realizada.



Fundamentação teórica que sustentou/sustenta a prática desenvolvida

A principal fundamentação para o presente trabalho tem como base a literatura de Claude Dubar (2005), que enfatiza a construção da identidade como processual, relacional e histórica. Processual, sendo de forma gradativa e estando constantemente elaborada; relacional, por meio das trajetórias de vida aliadas às estruturas sociais em suas relações e; histórica, quando se associa a grandes mudanças e contextos. O enfoque deste relato enseja na construção da identidade profissional enquanto observadas para além da técnica, mas sob o contexto social universitário, a partir dos diversos processos de socialização.

Resultados da prática

Após a observação organizada das intervenções, os sujeitos demonstraram nuances entre as personalidades do “Eu servidor” e o “Eu natural”; personalidades estas que foram, são e serão construídas e (re)construídas dentro e fora do ambiente de trabalho. O “Eu servidor” era observado em comportamentos do sujeito no qual o trabalho era elencado como prioridade, no qual as demandas eram tratadas como urgentes, sendo um(a) profissional que possivelmente não consegue desacelerar e certamente encontra-se sobrecarregado(a), deixando a prática da GL e o momento de socialização para atender aos deveres laborais. O “Eu natural” foi observado ao expressar no sujeito o desejo de socializar e “fugir” do ambiente de trabalho, demonstrando segurança mental, preocupação com as conexões humanas e comunicações naturais. Desse modo, observou-se uma diferença clara quanto as personalidades no ambiente de trabalho, com momentos de foco e concentração nas atividades laborais e momentos em que o seu “Eu natural” aflorava, possibilitando uma fuga da realidade trabalhista.

Relevância social da experiência para o contexto/público destinado e para a educação e relações com o eixo temático do COPED

A relevância está ensejada no contexto do trabalho universitário na educação superior como um eixo para além do ensino, pesquisa e extensão. Dessa forma, a universidade como espaço educativo se torna um lugar de possibilidades de compreensão das identidades sociais e diversidades, refletindo em abordagens da socialização como construção das particularidades e respeito e convívio com as diferenças. Ademais, a articulação constante entre teoria e prática suscitada pela atuação no projeto de extensão constrói e consolida os saberes e práticas no campo educacional, pois aborda a experiência como concepção potencial e transformadora sobre a ótica dos processos formativos.

Considerações finais

A prática de GL representa uma potente ferramenta de atenção à sua própria saúde física e mental. Além disso, os momentos de socialização, descontração e reflexão, presentes nas intervenções, possibilitam a (re)afirmação e construção da identidade do sujeito enquanto pessoa e trabalhador. Pensar em GL é pensar em saúde do sujeito trabalhador, não somente física ou mental, mas também sobre a saúde da sua própria personalidade que desenvolveu, desenvolve e ainda se desenvolverá.

**XVII CONGRESSO
NACIONAL DE
PESQUISA EM
EDUCAÇÃO**
COPED/2026
09 A 11 DE JUNHO



**EDUCAÇÃO E A CONSTRUÇÃO
DE UM NOVO MUNDO:
UTOPIAS HEIBERLIANAS**



Referências

DUBAR, Claude. **A socialização: construção das identidades sociais e profissionais**. São Paulo: Martins Fontes, 2005.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 13. ed. São Paulo: Hucitec, 2013.

SILVA, Raimundo Fernandes da. **Ginástica laboral para profissionais da educação: guia de orientação**. Fortaleza, CE, 2020.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MONTES CLAROS (UNIMONTES). Pró-Reitoria de Extensão. **Manual de extensão: procedimentos e orientações básicas para a institucionalização, normatização e regulamentação de todas as ações da Pró-Reitoria de Extensão da Unimontes**. 2. ed. Montes Claros, MG: Unimontes, 2015.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MONTES CLAROS (UNIMONTES). **Resolução CEPEX/UNIMONTES nº 753, de 23 de junho de 2025**. Aprova o projeto de extensão “Movimenta Unimontes”. Montes Claros, 2025. Disponível em: <https://unimontes.br/wp-content/uploads/2025/06/Resolucao-no-753-1.pdf>.