

A VIVÊNCIA DO LAZER PARA IDOSOS DO GRUPO DE ZUMBA, DA ENCOSTA DO SEMINÁRIO, NA CIDADE DE CRATO-CE.

LIMA, Alícia Teles de

Universidade Regional do Cariri-
URCA, Departamento de Educação
física- DEF

BARBOSA, Maria Liliane Bezerra

Universidade Regional do Cariri-
URCA, Departamento de Educação
física-DEF

SILVA, Cícera Aline Pereira da

Universidade Regional do Cariri-
URCA, Departamento de Educação
física-DEF

SOUSA, Cleiton Felix de

Universidade Regional do Cariri-
URCA, Departamento de Educação
física-DEF

SILVA, Romerito do Nascimento

Universidade Regional do Cariri-
URCA, Departamento de Educação
física-DEF

Este trabalho tem como enfoque um grupo de idosos que praticam a dança conhecida por zumba na Encosta do Bairro Seminário na cidade de Crato-CE. A zumba é uma dança que se tornou popular, atendendo pessoas de qualquer idade, principalmente idosos, trazendo inúmeros benefícios aos praticantes. A Encosta do Bairro Seminário é um ambiente que contém inúmeros projetos de lazer, como dança, treino funcional, além de equipamentos específicos para o lazer, que são utilizados para o entretenimento dos frequentadores do local. O lazer é uma cultura vivenciada no tempo livre, fora das obrigações profissionais, buscando alcançar divertimento ou descanso em atividades de lazer, além de ocasionar um desenvolvimento pessoal e social, proporcionando uma satisfação ao praticante (MARCELLINO, 2000). O objetivo geral deste trabalho é conhecer a concepção de lazer dos idosos do grupo de dança zumba da Encosta do Seminário. E como objetivo específico: identificar outras atividades de lazer realizadas pelos idosos. A metodologia utilizada foi a pesquisa qualitativa com enfoque antropológico, com aplicação de um questionário. Após a organização dos dados coletados realizou-se a interpretação sobre o que os idosos entendem por lazer. Os resultados encontrados permitem afirmar que os idosos relacionam o lazer a uma atividade realizada no tempo do não trabalho, provocando satisfação e diversão. Entre outras atividades que os idosos praticam, foi citada a caminhada, o treino funcional e outros projetos em que participam. Desse modo, nota-se que as atividades de lazer são de suma importância para a qualidade de vida dos idosos, promovendo um bem-estar físico e uma melhora na saúde geral.

Palavras-Chaves: Lazer; Idosos; Zumba.