

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

## A 6ª Maratona de Esporte e Desenvolvimento Humano:

compartilhando práticas e metodologias aconteceu, pela primeira vez, de maneira 100% virtual. O espírito deste evento permaneceu como nos anos anteriores: dois dias repletos de relatos de experiências pedagógicas com educadoras e educadores que estão em ONGs, escolas, clubes, prefeituras e universidades. Foram compartilhados trabalhos de ponta com Esporte e Desenvolvimento Humano, Educação Física, Mobilidade Ativa e temas correlatos que impactam vidas de crianças, adolescentes, jovens, adultos e idosos.

Cinquenta experiências pedagógicas foram inscritas e 38 compartilhadas com os participantes por meio de diferentes formatos: relatos orais, vídeos, pôsteres eletrônicos e vivências, finalizando sempre com uma Roda de Conversa que possibilitou o diálogo entre os presentes.

A Maratona tem como objetivo mobilizar educadores e instituições que atuam com esporte a compartilharem suas práticas inovadoras num ambiente de troca e reflexão, gerando novas aprendizagens. A realização remota, por conta da pandemia de Covid-19, possibilitou a inscrição de trabalhos de seis estados diferentes do Brasil, ampliando as possibilidades de diálogos.

O conteúdo desta publicação materializa em palavras e imagens o fazer pedagógico dos participantes, profissionais do movimento e do desenvolvimento humano, que percebem o benefício não só de executar suas

atividades, mas também de refletir sobre elas e compartilhar com outras pessoas para construir novos saberes.

Este *e-book* apresenta todos os relatos inscritos divididos nos blocos temáticos que compuseram o evento: Práticas à distância e soluções na pandemia; Projetos institucionais e ações de incentivo à prática de Atividades Físicas e Esportivas; Inclusão, Equidade e Redes de Proteção; Vínculos e atuações em/na Comunidade; Atividades formativas e ações escolares; e Atividades presenciais na pandemia. Ao final de cada bloco temático há uma breve síntese da Roda de Conversa, bem como a publicação é entremeada por depoimentos dos participantes.

Os relatos não apresentados, a maioria devido ao momento de transição virtual/presencial atravessado durante a pandemia, compõem o Anexo.

Esta edição foi organizada pelos membros da Rede Esporte pela Mudança Social – REMS: CEPEUSP/Programa de Desenvolvimento Humano pelo Esporte, Instituto Família Barrichello, Fundação Gol de Letra e Sesc São Paulo (com apoio da unidade de Piracicaba).

Por fim, os organizadores convidam as interessadas e interessados nas relações entre Esporte, Movimento e Desenvolvimento Humano a participarem da próxima edição do evento, compartilhando suas experiências, acertos e erros. Uma maratona é longa, mas é percorrida passada a passada!

Realização:



## PRÁTICAS À DISTÂNCIA E SOLUÇÕES NA PANDEMIA

1. Samba Rock no projeto lazer na vila
2. Geodésica Vidas + ativas
3. Ferramentas digitais na formação de jovens monitores e monitoras\*
4. O projeto joga aurora e pandemia: das aulas presenciais às virtuais
5. Conexão, saúde e movimento: encontros *on-line* para idosos
6. Meditação para o envelhecimento saudável - sustentando a presença sutil  
Roda de conversa

## PROJETOS INSTITUCIONAIS E AÇÕES DE INCENTIVO À PRÁTICA DE AFES

7. Empreendedro\*
8. Ginástica Para Todos no Sesc Avenida Paulista
9. Atletismo: competição, autoconhecimento e auto rendimento
10. *Spikeball* - como emplacar uma modalidade alternativa em nossas práticas
11. Consciência de direitos: mulheres e meninas líderes, protagonistas de suas histórias\*
12. Futebol mirim - uma nova expectativa na iniciação esportiva  
Roda de conversa

## INCLUSÃO, EQUIDADE E REDES DE PROTEÇÃO

13. Vivência no *slackline* por um aluno com paralisia cerebral espástica
14. Desenvolvendo o empoderamento e empatia para uma melhor comunicação!
15. 18 de maio: a conscientização através do lúdico\*
16. Emancipação através do esporte, cultura e educação\*
17. Visitas domiciliares: uma conexão de acolhimento
18. Dia no mar  
Roda de conversa

## VÍNCULOS E ATUAÇÕES EM/NA COMUNIDADE

19. Inovação e criatividade\*
20. Conscientização do uso do espaço público e construção de vínculo com a comunidade
21. Desenvolvimento humano através da ludicidade
22. Esportes construindo valores e cidadania\*
23. O que há pelo caminho: ganhos, descobertas e desafios do andar a pé
24. Valores civilizatórios na prática da capoeira\*
25. Do vídeo para a vida  
Roda de conversa

# ÍNDICE

## PROJETOS INSTITUCIONAIS E AÇÕES DE INCENTIVO À PRÁTICA DE AFES

26. Programa Desporto de Base – PDB
27. Uma campanha por Vidas+Ativas
28. Sonhar e nunca desistir\*
29. Curso de escalada: para além da experiência esportiva
30. Surf prática pedagógica\*
31. Desenvolvimento humano esportivo  
Roda de conversa

## ATIVIDADES FORMATIVAS E AÇÕES ESCOLARES

32. Formação de monitores esportivos: jovens multiplicadores
33. Desenvolvimento profissional: resgatando aprendizados em Comunicação Não Violenta
34. Rugby integral - formando o Brasil\*
35. Cursos *on-line* Hurra!
36. Aulas síncronas de educação física em plataforma digital
37. Atividades lúdicas - Escola Ativa
38. Intervenções lúdicas Escola Ativa  
Roda de conversa

## PRÁTICAS À DISTÂNCIA E SOLUÇÕES NA PANDEMIA

39. Como mantemos nossos alunos ativos
40. Idosos – Novos tempos, novos aprendizados
41. Laboratório do lazer no projeto lazer na vila
42. Guia de atividades para se fazer em casa
43. Esportes para crianças durante a pandemia, desafios e estratégias
44. Estilo de vida ativo: mural digital da comunidade giordanense\*
45. Comunidade virtual de prática  
Roda de conversa

## ATIVIDADES PRESENCIAIS NA PANDEMIA

46. O basquete no Sesc Verão, uma proposta teste para um retorno seguro
47. O desafio de trabalhar o conviver durante a pandemia\*
48. Novas possibilidades em meio à pandemia
49. Adaptações para aulas de judô durante a pandemia
50. Escala de esforço adaptada: aulas coletivas na Ginástica Multifuncional  
Roda de conversa

\*Trabalhos não apresentados vide ANEXOS

# ÍNDICE



# 1. SAMBA ROCK NO PROJETO LAZER NA VILA



**Kaio Henriques dos Santos**  
**[kaio.santos@goldeletra.org.br](mailto:kaio.santos@goldeletra.org.br)**

**FUNDAÇÃO GOL DE LETRA**

Princípios educacionais: Aprender, conviver e multiplicar

## **DE ONDE PARTIMOS**

Por ser uma cultura paulista própria, é pouco difundida e seria ideal ter mais visibilidade. A vontade de aprender algo novo, como dançar e ensinar crianças e adolescentes que não tinham conhecimento prático, foi o que desencadeou esta experiência. Motivou também o convite à retomada de adultos que haviam interrompido a prática.

A intenção do movimento é uma proposta de superar a visão mecanicista do ser humano, com o objetivo de reestabelecer a relação entre corpo e mente refletindo em uma compreensão do mundo em que se está inserido. Independente da faixa etária do indivíduo, cria-se uma integração social agindo pessoal e coletivamente com autonomia, utilizando diferentes linguagens como verbal, corporal, visual e sonora, exercitando a empatia, o diálogo, a consciência social, autoconsciência, habilidades de relacionamento, cooperação e valorização da diversidade de saberes e vivência cultural

## **O QUE E COMO FIZEMOS**

O objetivo foi incluir uma atividade dinâmica e familiar para atrair o público que participava de forma remota no lazer. A estratégia utilizada foi a divulgação através de materiais gráficos e vídeos nas redes sociais da instituição. Os vídeos foram feitos com sequências pedagógicas demonstrando o passo a passo de como aprender a dançar visando inovação e autonomia, exercitando a curiosidade do público-alvo e recorrendo a abordagens de imaginação e criatividade.



Essa experiência durou cerca de quatro meses em que se fez presente um volume de indivíduos de diversas faixas etárias e a reunião de familiares durante a atividade. Através dessa experiência e aceitação do público, eles começaram a divulgar o samba rock sempre trazendo novos integrantes para participarem.

Alguns resultados foram bem visíveis como o interesse do público em participar da atividade, sempre de modo ativo, interagindo com seus familiares e colegas. Houve a criação de um grupo de samba rock na comunidade em que atuamos, com pessoas de diferentes faixas etárias se conhecendo, convivendo e incentivando.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

No início não estimávamos tanta participação e demanda nessa atividade por tratar-se de algo inédito o desafio de apresentar um formato remoto dinâmico e atrativo para o público, esse foi um dos motivos para dar continuidade ao samba rock. O público segue praticando a atividade

além da rotina, sempre interagindo e atraindo mais pessoas para a dança, trazendo momentos de descontração, diversão e ludicidade. A utilização do samba rock como instrumento de lazer foi capaz de proporcionar nos indivíduos um desenvolvimento de capacidades física, afetiva, cognitiva, motora, social e cultural.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Essa experiência pode ser usada em diversos locais e com qualquer grupo etário, pois a simplicidade de regras e a facilidade para a obtenção/adaptação do espaço e dos materiais são fatores que dão à dança a capacidade de mobilizar as pessoas.

O público apoiou a ideia e se interessou, continuando a participar da atividade. A disseminação dessa prática pela comunidade mostra que as pessoas estão engajadas, sempre trazendo mais indivíduos de faixas etárias diferentes para a atividade, acolhendo, ensinando e auxiliando o próximo, transformando-se em um processo de aprendizagem e desenvolvimento de aspectos humanos.

## **REFERÊNCIAS:**

Fundação Gol de Letra. Disponível em: <<https://www.goldeletra.org.br/wp-content/uploads/2020/06/exp-esporte.pdf>> e

<[https://www.goldeletra.org.br/wpcontent/uploads/2020/06/Livro\\_Esporte\\_em\\_Comunidades.pdf](https://www.goldeletra.org.br/wpcontent/uploads/2020/06/Livro_Esporte_em_Comunidades.pdf)>

Instituto Itaú Cultural. Disponível em: <<https://www.itaucultural.org.br/samba-rock-patrimonio-cultural>>

Revista Raça. Disponível em: <<https://revistaraca.com.br/por-que-samba-rock/>>

PUC-SP – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Disponível

em: <<https://tede.pucsp.br/bitstream/handle/4835/1/COS%20%20Vagner%20Rodrigues.pdf>>

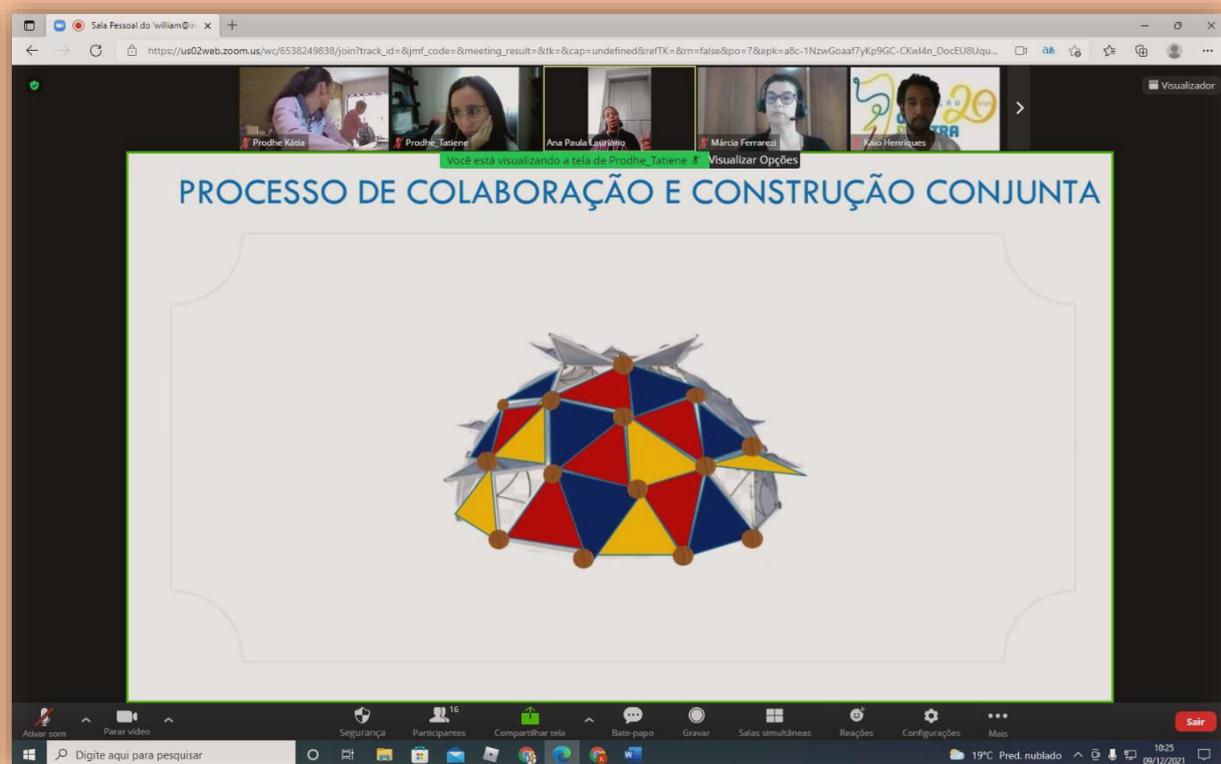
# 2. GEODÉSICA VIDAS + ATIVAS



Ana Paula Lauriano  
Suzana Cavalheiro

## PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO HUMANO PELO ESPORTE-PRODHE/CEPEUSP

O Prodhe atua há 26 anos com a formação esportiva. E uma de suas ações é o atendimento de crianças e jovens que mantêm o vínculo com os familiares dos educandos, com o intuito de potencializar essa formação. Diante do desafio do distanciamento físico-social, o fortalecimento da parceria com as famílias e outras comunidades se tornou essencial para estimular que os educandos dessem continuidade, dentro das suas condições, ao processo de desenvolvimento humano para uma vida mais ativa.



A Geodésica é a inspiração para a construção de uma nova ferramenta de interação virtual, que foi criada com o objetivo de identificar as demandas de acolhimento e para troca de informações com os participantes. Além disso, constitui também um importante espaço coletivo de

conversa que valoriza o protagonismo e o modo humanizado de escuta e diálogo ativo. Nesse contexto, a pergunta chave foi: Como estreitar essa relação e oferecer apoio para que os participantes se sentissem acolhidos?

A criação de um formulário simples pelo *google forms* para coletar informações foi o elemento central para avaliar o processo de convívio social, entender quais eram os desafios e verificar como era o uso das formas de movimento do corpo no dia a dia dos educandos e familiares.

O primeiro passo, pensando em um possível retorno das atividades presenciais no início de 2021, foi realizar uma consulta com os familiares via formulário eletrônico - entre dezembro-2020 e janeiro-2021- e, posteriormente, conversas remotas - em abril 2021-, na busca de compreensão das limitações e potencialidades do momento para que as famílias se mantivessem ativas, ao longo da pandemia e frente ao retorno. Com novos casos de pico COVID 19 e a frustração desse retorno com a volta de restrições, pensamos em estratégias que dessem conta da diversidade de informações presentes nas respostas.

A partir da análise dos resultados começamos a traçar ações que promovessem reflexões sobre uma vida mais ativa em diversos ambientes. A geodésica surge como um desenho que começa a ser implementado nesse processo de construção conjunta.

Geodésica representa a menor distância que une dois pontos. Por isso, queremos descobrir juntos as melhores soluções e como unir as experiências e conhecimentos para mantermos nossas comunidades ativas.

A arquitetura do domo geodésico (Geodésica) também fornece uma eficiência energética. Então nos propusemos a organizar um ambiente agradável com boas energias para conversas e com uma escuta motivada pelo desafio de estarmos preparados, não só em conteúdos didáticos e metodológicos, como também em diálogos expansivos ao modo de viver. Portanto, o convite foi para falar e escutar atentamente, para nos sentirmos presentes e dialogar em busca de motivação, confiança e conhecimento.

O espaço se tornou um canal aberto e amplo para novos relacionamentos interpessoais e despertou uma conexão de interesses em comum dentro de temas variados. Com uma abordagem pedagógica mais próxima do cotidiano das pessoas, foi possível conhecer novas propostas didáticas, compartilhar vivências de trabalho, estudo e movimento das famílias.

A partir dos desdobramentos da consulta eletrônica elaboramos um plano de trabalho com a implementação de uma ferramenta simples na forma remota. Através da plataforma *Google meet* foi possível se reunir uma vez por semana, todas as quintas-feiras, das 12h às 13h, com

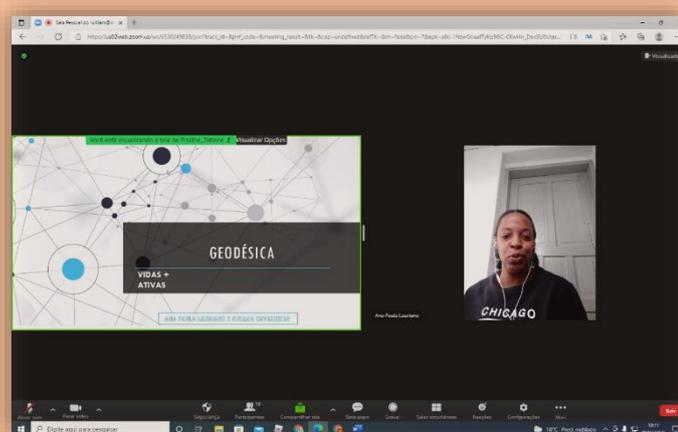
acompanhamento participativo da equipe do PRODHE. Nesse processo, que podemos chamar “Turnover”, a rotatividade de pessoas influencia de forma significativa a renovação de ideias, reflexões e a riqueza de diversidade nas interações.

No decorrer das atividades surgiram contribuições significativas com novos olhares que marcaram diferentes modos de viver. O espaço proporcionou inusitados relacionamentos, com diferentes pessoas conectadas pelo objetivo em comum, de forma livre e espontânea, mesmo sendo uma relação à distância no modo digital.

A diversidade de pessoas que participaram desse momento, os retornos ao espaço da geodésica, os comentários positivos no *WhatsApp* e e-mails agradecendo o acolhimento, os convites participativos a amigos e familiares, o envolvimento nos encontros do Prodhe, a comunicação por meio de redes sociais e o acompanhamento de posts no Blog de Desenvolvimento Ativo Familiar tem nos ajudado a perceber a importância de espaços de acolhimento como esse que foi construído.

O diálogo foi importante nesse momento porque serviu de instrumento para uma avaliação, embora simples, desse processo. Isso nos permitiu perceber algumas mudanças: não se tratava apenas de um plantão de ajuda e sim a humanização para uma construção conjunta desse espaço.

Para mantermos uma organização e melhorar a nossa comunicação, através de uma planilha no Excel, pautamos os conteúdos principais dos diálogos e registro de contatos para garantirmos as nossas conexões alinhadas, além do cadastro de e-mail, *egroup* e redes sociais para troca de informações. Vivenciar um espaço de acolhimento, diante de uma situação de ruptura do cotidiano, trouxe aprendizados sobre o público, o método de escuta e o entendimento da contribuição coletiva que isso reforça laços e fortalece a comunicação, impactando as ações. Nesse percurso continuamos caminhando juntos, para entender as necessidades, elaborar estratégias e adequar o plano de trabalho, com vistas ao desenvolvimento de habilidades a vidas mais ativas.



# 3. FERRAMENTAS DIGITAIS NA FORMAÇÃO DE JOVENS MONITORES E MONITORAS<sup>1</sup>

Caio Correa e Pamella Holanda  
pamella.lima@goldeletra.org.br

11 96367-1883

FUNDAÇÃO GOL DE LETRA

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>1</sup> Vide Anexos

# 4. O PROJETO JOGA AURORA E PANDEMIA: DAS AULAS PRESENCIAIS ÀS AULAS VIRTUAIS



**Magale Konrath**  
**Tiago Garcia Souza**  
**André Geminiano Dos Santos**  
**magalek@feevale.br**  
**51 99978-8756**

UNIVERSIDADE FEEVALE

## DE ONDE PARTIMOS

O projeto esportivo social Joga Aurora, uma parceria entre Universidade Feevale, Nike e Prefeitura Municipal de Campo Bom, tem por objetivo oportunizar a inclusão social, por meio da prática esportiva, contribuindo na qualidade de vida, no crescimento pessoal e na promoção da cidadania de crianças do Bairro Aurora do município de Campo Bom.



Com a pandemia causada pelo SARS-CoV-2 e a paralisação das atividades presenciais, o Projeto Joga Aurora implementou aulas virtuais envolvendo os Embaixadores Comunitários Nike. Nosso público foi composto pelos alunos do 3º, 4º e 5º ano da Escola Municipal de Ensino Fundamental Edmundo Strassburguer e o Lar Colmeia.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Após sentir necessidade de permanecer transmitindo a prática esportiva para o grupo de alunos, mesmo estando cada um em sua casa, foram planejadas aulas experimentais para alunos e

crianças do LAR Colmeia. Após um *feedback* positivo de todos, já foi criado um calendário de dias e horários com diversas brincadeiras, jogos e desafios. As aulas virtuais iniciaram em 29 de maio de 2020 e se fizeram presentes até 17 de junho de 2021.

As aulas, assim como no presencial, sempre são pensadas ao estimular no público

a sua própria autonomia e torná-los participativos em resolver determinados problemas com diálogos no decorrer da aula, com conteúdo atrativo e assuntos de seu cotidiano. As atividades envolviam jogos cognitivos e de coordenação, exercícios funcionais, desafios, atividades rítmicas, entre outras. Se precisássemos de materiais para as aulas sempre buscávamos pensar em coisas simples que todos pudessem ter em casa ou dar a opção de mais de um objeto para conseguir a participação de todos.



## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

Tivemos ótimos resultados pois sempre recebíamos opiniões sobre as aulas virtuais, através do grupo do *WhatsApp*. Acreditamos que esse resultado veio da possibilidade de os alunos reverem os colegas, mesmo que só pela tela, e voltarem à rotina com atividades físicas. Como o profissional de Educação Física não imagina e não tem a experiência de aula remota, nos especializamos e nos

adequamos ao novo formato para fazer um melhor trabalho para as crianças. Com certeza nosso desafio foi a instabilidade de internet e a dificuldade de alcance para atender todos os alunos inscritos no projeto, como atendemos diversas crianças com vulnerabilidade social e de baixa renda essa foi uma questão que se tornou complicada.



## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

Em nossas aulas sempre contávamos com a participação de Embaixadores Nike, estagiários e estudantes do curso de Educação Física, todos conseguiam fazer as atividades propostas independentemente do local e espaço. Então é possível desenvolver com todas as idades os planos de aulas que foram abordados.

Tivemos uma excelente plataforma de transmissão e de fácil acesso, que garantiu a qualidade nas aulas. Com certeza esse foi um dos pontos chave e nos auxiliou na manutenção do padrão de qualidade.



# 5. CONEXÃO, SAÚDE E MOVIMENTO: ENCONTROS *ON-LINE* PARA IDOSOS



**Milena Cazarotto de Gouveia Bortoletto**  
[milena.cazarotto@sescsp.org.br](mailto:milena.cazarotto@sescsp.org.br)  
**Vanessa Gonçalves Rodrigues de Paula**  
[vanessa.rodrigues@sescsp.org.br](mailto:vanessa.rodrigues@sescsp.org.br)

Sesc Vila Mariana - SP

## DE ONDE PARTIMOS

Em virtude da pandemia do Coronavírus, seguindo orientações de isolamento social do Governo do Estado de São Paulo, as unidades do SESC SP foram fechadas no dia 17 de março de 2020. Mais de 2000 alunos idosos, matriculados nos cursos físico esportivos do SESC Vila Mariana não puderam frequentar a unidade pois tiveram suas atividades suspensas. A programação esportiva passou a ser oferecida nas redes sociais da unidade (*Instagram, Facebook e Youtube*), através de aulas gravadas pelos educadores.

Pensando na comunicação direta com esse público específico e preocupados com as possíveis implicações físicas e mentais decorrentes do período de isolamento social, foi criado o projeto “Conexão, Saúde e Movimento” para os alunos idosos matriculados em algum dos cursos físico esportivos do SESC Vila Mariana. A principal diferença entre esse projeto e as publicações nas redes sociais foi a possibilidade de interação entre os participantes e educadores.

## O QUE E COMO FIZEMOS

O projeto “Conexão, Saúde e Movimento” aconteceu através de encontros semanais *online* pela plataforma *Zoom*, com o objetivo de oferecer aos idosos um espaço de acolhimento e estímulo para o diálogo, facilitando a conexão entre eles. Além disso, propiciou-se a vivência de momentos que visaram a melhoria da saúde física e mental, partindo principalmente de temas relacionados à saúde, além de práticas de autocuidado e bem-estar.

Os idosos interessados em participar do projeto, fizeram sua inscrição via *e-mail* optando por um dia da semana para participação: quartas ou sextas, sendo um encontro semanal com duração de uma hora. As duas turmas tiveram o mesmo formato, com encontros durante oito semanas (Turma 1: às quartas de 12 de maio a 30 de junho de 2021 e Turma 2 às sextas de 14 de maio a 02 de julho de 2021)



Cada um desses encontros foi dividido em três momentos: conversa inicial (acolhimento), roda de conversa com o grupo incentivada por texto, vídeo ou fala do educador e uma vivência, através de prática corporal leve, relacionada ao tema trabalhado no dia. Mantendo o compromisso da missão do Sesc de promover ações socioeducativas que contribuam com o bem-estar social e qualidade de vida de seu público, buscamos através de uma ação contínua entre os encontros, sensibilizar os idosos para dialogar, refletir e agir adequadamente, diante desse momento de isolamento social e suas possíveis implicações. Para sensibilizar e motivar o grupo de idosos, cada encontro teve um verbo norteador que serviu como tema para conversa, processo de aprendizagem e referência para a vivência prática do dia. Os verbos foram acolher, cuidar (de si e do corpo), respirar, perceber, movimentar, prevenir, brincar e por último: relembrar.

Por exemplo, dentro do tema "Perceber" foi abordado um conteúdo sobre assoalho pélvico e coluna. Conceitos sobre o que é assoalho pélvico, suas funções, como perceber e sentir a contração e como mantê-lo saudável. E na vivência prática foram sugeridos exercícios de Pilates com foco na

percepção e ativação do assoalho pélvico associados a movimentos da coluna, tendo como ponto de partida a respiração e a consciência do movimento.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

A participação dos idosos nos cursos físico esportivos no Sesc ultrapassa o movimento e a atividade física. Há o convívio social, o afeto e a amizade, fundamentais nessa fase. E a vocação coletiva do humano é tão forte que logo no primeiro dia foi possível perceber a potência e sensibilidade que tínhamos nesse projeto *online*. Notou-se a grande emoção dos idosos, causada pelo reencontro, pelo estar junto com o outro, com o educador e com o Sesc.

Observou-se, durante o desenvolvimento desse projeto, que é possível, mesmo no formato virtual, vivenciar e criar juntos experiências, aprendizados, movimentos e principalmente, manter o vínculo do grupo. Os participantes relataram, ao final desses oito encontros, os benefícios positivos desses momentos de acolhimento, cuidado, diálogo e participação coletiva.

Apesar de alguns apresentarem uma certa dificuldade tecnológica, o trabalho com dois educadores na condução dos encontros, foi fundamental para orientá-los e solucionar suas dúvidas.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

O trabalho em grupo oferece possibilidades de aprendizagem que não estariam presentes no formato de vídeo das aulas gravadas. No grupo, o processo de aprendizagem se desenvolve a partir da relação com o outro, através do diálogo, da reflexão coletiva, da confiança, da empatia e do vínculo, elementos presentes mesmo no formato virtual. Apresentar os conteúdos conceituais através de diferentes estratégias como leituras, vídeos, perguntas reflexivas, apresentações em *Power Point*, e garantir um espaço aberto para a fala e a escuta, possibilitou o processo de aprendizagem por meio de trocas de saberes e discussões significativas. E em continuidade a este processo, a vivência prática propôs aprofundar os conteúdos discutidos e potencializar a consciência corporal e do movimento. A construção de um planejamento com sentido e significado, em que os conteúdos abordados durante o processo possam ser adaptados conforme a interação e a necessidade do grupo, mantendo uma ação contínua e conectada entre os encontros, torna-se um dos elementos chave para o desenvolvimento desta experiência.

# 6. MEDITAÇÃO PARA O ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL - SUSTENTANDO A PRESENÇA SUTIL

Marcia Marisa Ferrarezi  
marcia.ferrarezi@sescsp.org.br

Sesc Vila Mariana - SP

## DE ONDE PARTIMOS

Dentro do contexto pandêmico que atravessamos e com o público impossibilitado de frequentar o Sesc presencialmente, enfrentamos o desafio de acolher os alunos dos cursos físico esportivos à distância. Dentre as várias ações desenhadas, começamos a oferecer aulas de ginástica e Yoga sistematicamente por meio das redes sociais. Mas havia ainda a necessidade de oferecer algo especificamente para o público idoso. Em reuniões do setor de programação do Sesc Vila Mariana em que profissionais de diferentes linguagens compartilham ideias sobre as ações a serem criadas, surgiu uma confluência de interesses dos núcleos: TSI/NUSE - Trabalho Social com Idosos/Núcleo Socioeducativo e do NUFE - Núcleo Físico esportivo/Práticas Corporais/Yoga, em oferecer um curso de meditação para esse público. Pela impossibilidade de estarem presencialmente, por serem os mais impactados pelo isolamento e reclusão, por serem grande parte do público do Sesc Vila Mariana e por ser a meditação, uma abordagem possível para os educadores envolvidos com o Yoga.

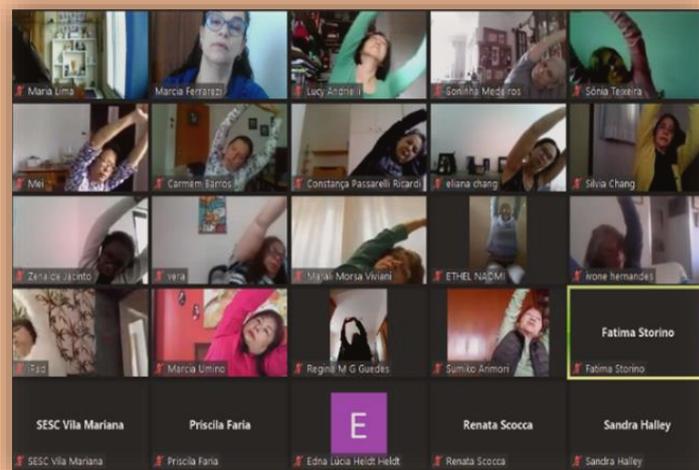
## O QUE E COMO FIZEMOS

O Projeto "Meditação para o Envelhecimento Saudável" tem por objetivo oferecer aos idosos um espaço de compartilhamento, vivência e aprendizagem de técnicas de concentração e meditação. Também visa oferecer mais conforto e melhoria da saúde física e mental, visto que técnicas de Yoga e meditação auxiliam justamente no processo de equilibrar tensões e promover bem-estar e saúde.

O projeto foi concebido para ser realizado em cinco módulos temáticos, abordando diferentes técnicas de meditação. Cada módulo tem cinco encontros, com uma hora e meia de

duração cada um. Foram três módulos orientados por educadoras do NUFE envolvidas nos cursos de Yoga do Sesc Vila Mariana e dois módulos com profissionais convidados.

O módulo a que nos referimos neste texto, “Sustentando a Presença Sutil”, aconteceu durante o mês de agosto de 2021 e teve a seguinte estrutura: acolhimento inicial, desenvolvimento do tema planejado para o dia através de vivências práticas e leituras intercaladas com pausas e momentos de observação, registro no caderno pessoal (cada um foi convidado a levar consigo durante todo o curso para registro das experiências vividas) e compartilhamentos em grupo.



A dinâmica era dividida nas fases: Fazer, Pausar, Observar, Anotar, Compartilhar, várias vezes no mesmo encontro. Também disponibilizamos bibliografia e vídeos como apoio ao conteúdo dos encontros.

Mantendo o compromisso da missão do Sesc de promover ações socioeducativas que contribuam com o bem-estar e qualidade de vida do seu público, buscamos acolher e sensibilizar os idosos para refletir e agir de forma funcional perante os novos desafios, sobretudo com relação à dispersão provocada pelo excesso de informações e pelo uso excessivo de mídias sociais, intensificado pelo distanciamento social.

Manejar o quanto, como e quando interagir nesses novos meios saindo de uma postura passiva de estar sempre disponível a eles. Nesse contexto, as técnicas de meditação são grandes aliadas pois envolvem uma ação voluntária de desacelerar-se e ampliar a percepção dos próprios movimentos, atitudes, reações e pensamentos.

Dentro das técnicas que desenvolvemos neste módulo estão: técnicas de respiração, pausa e observação, exercícios de organização da postura, técnica de modular dispersão/concentração, vocalização de sons, organização e expressão de gestos das mãos. Referências teóricas e metodológicas da Meditação, do Yoga e da Psicologia Formativa de Stanley Keleman. Dentre as formações da profissional que desenvolveu este módulo estão graduação em Educação Física, formação em Hatha Yoga e formação em Educação Somática Existencial - Pensamento Formativo.

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

A significativa adesão dos participantes, 35 em média a cada encontro, resultou um total de 171 atendimentos ao final deste módulo. Os comentários, relatos e compartilhamentos da importância daquele espaço de escuta, aproximação (mesmo que virtual), vivência e troca de

experiências por parte dos participantes durante o curso, indicam que os resultados foram positivos.

Em um mesmo encontro havia várias pausas para compartilhar, o que estimulou mais pessoas a participarem. Também era possível escrever no "chat", garantindo espaço

para todos se manifestarem, falando ou escrevendo. Sobre a mediação dessa escuta, era sugerido que compartilhassem o que desejassem: uma palavra, uma observação, uma sensação, um desenho, uma anotação do caderno, uma reflexão, ou seja, um convite aberto para a livre expressão.

Sobre a novidade de fazer um curso na modalidade virtual, foi disponibilizado previamente um tutorial para ensinar o passo a passo de como acessar e usar as ferramentas necessárias para participar do curso. Acreditamos que com relação aos resultados, alcançamos o objetivo proposto mediante o que foi exposto pelos participantes nos encontros e por meio de alguns relatos escritos enviados via *e-mail*. Citamos alguns trechos:

- "O que aprendemos me possibilitou uma conexão maior comigo mesma e uma sensação muito gratificante de presença";
- "Consegui me concentrar melhor na respiração e permanecer no centro, focada";
- "Quero agradecer mais do que as aulas, as 'dicas', meditar é uma coisa especial, com todo esse material compartilhado e discutido, percebo o quão é importante dedicar um tempo para a meditação, para trazer mais saúde e disposição";
- " Vou levar comigo no dia a dia essa aprendizagem que traz tamanha repercussão sutil construtiva e profunda".

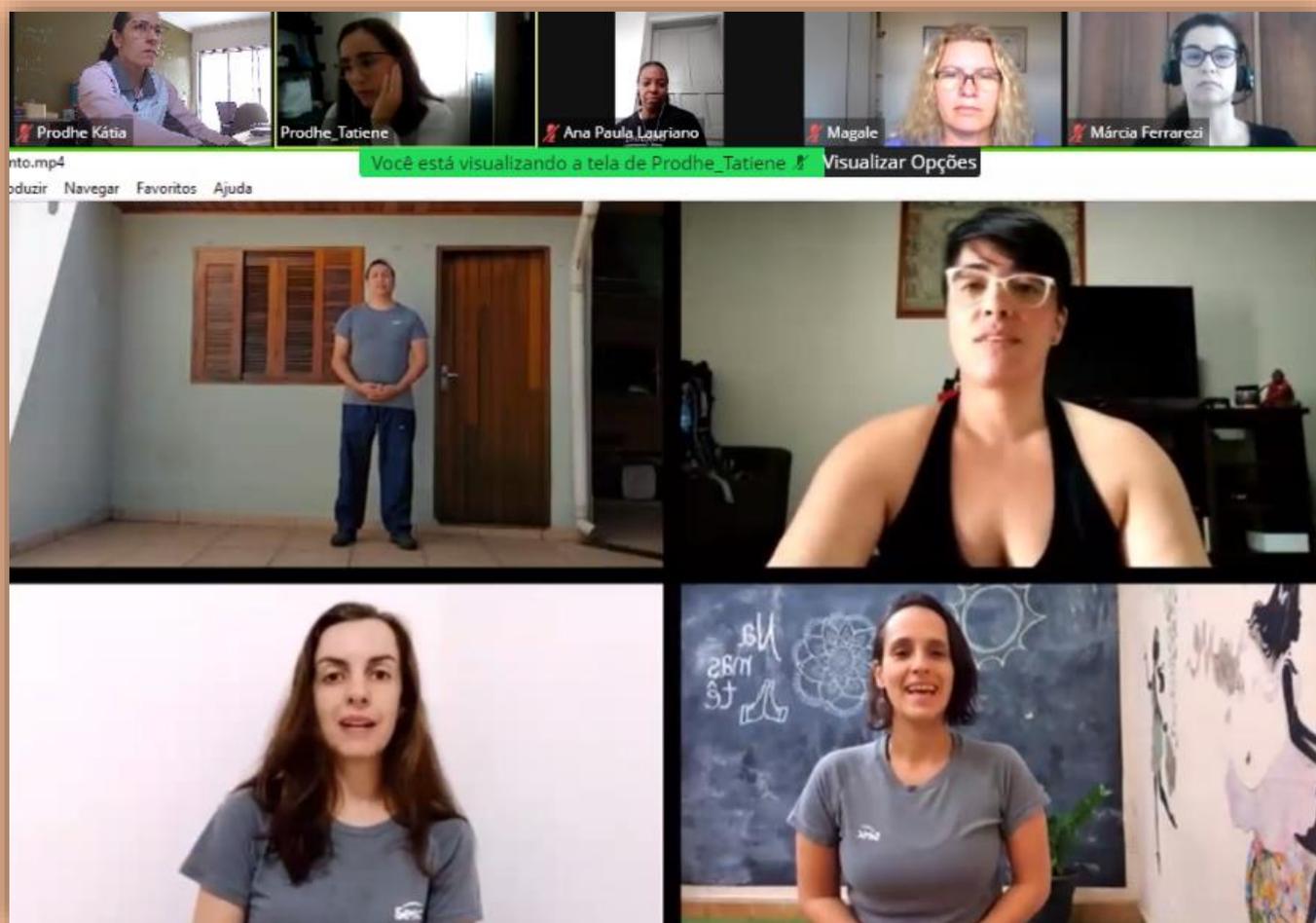


Como resultados, identificamos que é possível proporcionar essas experiências e principalmente manter vínculos, ainda que virtualmente. Creio que aprendemos que há uma

potência em oferecer cursos de modo remoto e estarmos alinhados com os princípios institucionais do Sesc. Estarmos à distância e realizarmos um trabalho significativo, mesmo abordando temas tão sensíveis e sutis como meditação.

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

Após essa primeira experiência, proposta em razão do cenário atual, entendemos ser possível desenvolver essa atividade para outros grupos, outras faixas etárias, em vários ambientes: formais ou não, empresariais, culturais etc. O que percebemos como necessário é ter um serviço de acesso à internet, alguma plataforma de comunicação e pelo menos mais um profissional no apoio durante os encontros.





Aproximadamente 20 participantes - 5 experiências

## Apresentações

- As possibilidades de acesso ao mundo virtual reproduzem o mundo presencial, evidenciando desigualdades sociais e econômicas. O desafio do acesso e sua qualidade, foi enfrentado para manter o contato afetivo, o vínculo, mas também o movimento, a integralidade do corpo;
- O que une as linguagens culturais e esportivas? O corpo, o movimento, a tradição que passa de pai para filho, mas também a possibilidade de uma geração mais nova ensinar uma mais velha, o aprender juntos traz perspectivas de outras dinâmicas para o cotidiano familiar;
- A pandemia nos solicitou competências para lidar e estabelecer relações com a cultura digital;
- A música e a dança também reproduzem o ambiente do esporte no sentido da performance, do que está mais presente nas mídias tradicionais ou alternativas;
- A pandemia apresentou um contexto geral, mas especificidades também de acordo com cada realidade;
- Abriram-se possibilidades no mundo virtual de acordo com os princípios e metodologias de cada instituição;
- A assistência, no sentido de suprir necessidades básicas, mas também de oferecer um espaço de escuta, de acolhimento, esteve presente em grande parte das experiências;
- Algumas ações iniciais no mundo virtual e remoto foram "ações piloto", que depois foram ajustadas e se expandiram;
- Considerar o que estava à mão em cada momento da pandemia, o que era possível fazer para manter contato com as pessoas;
- Palavras geradoras ⇔ Verbos (verbalizar, falar, ouvir, agir) foram importantes para gerar temas e conteúdo de conversas, gerar sentido e significado: acolher, cuidar de si, cuidar do corpo, respirar, perceber, movimentar, prevenir e brincar, lembrar;
- O mundo virtual é muito dinâmico, por isso, experiências contrastantes e de contraponto são importantes, como a meditação, o Yoga, a presença e o corpo, a percepção da respiração - também em contraponto a uma doença que chega pelo ar e impacta no aparelho respiratório.

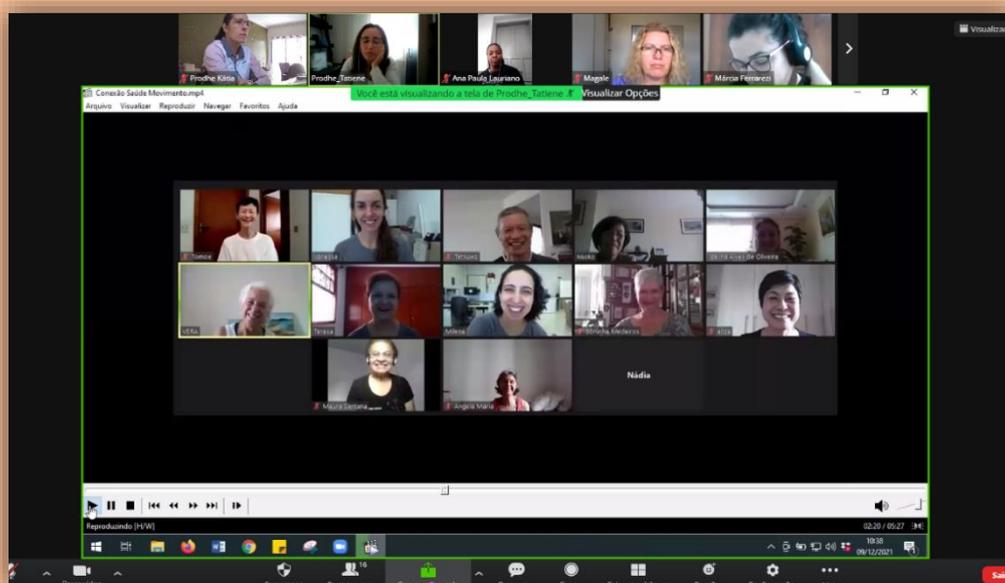
## Roda de Conversa

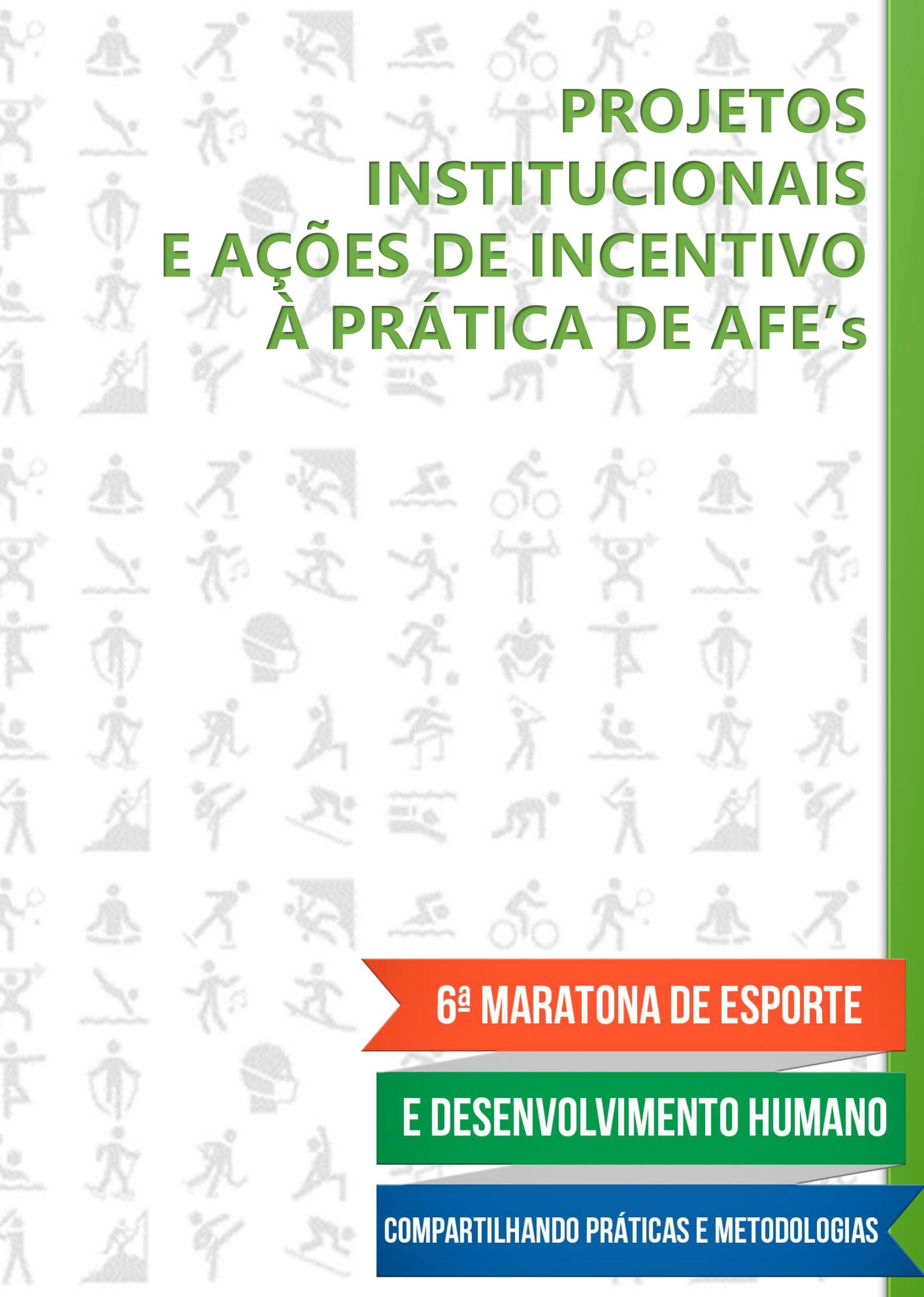
- A pandemia trouxe muita informação, um ritmo acelerado. Algumas ações como a meditação trazem uma desaceleração;
- Busca de alternativas considerando a realidade de cada um;

- Chegada de um momento de cansaço do remoto, do virtual, necessidade de retorno ao presencial, do contato com o outro via corpo físico sentido em todas as suas dimensões;
  - Aprendizados tecnológicos: domínio do uso de salas virtuais, de criar e desenvolver vídeos etc.
- Quais os aprendizados pessoais e institucionais desse período?
- Aprender com as individualidades sem perder o coletivo;
  - O retorno foi muito individual (sem contato, sem compartilhar material), retornando a uma certa pedagogia do esporte que já havia sido abandonada;
  - Resiliência da equipe, compreensão do lado da equipe (ninguém foi contratado para essa situação que vivemos). Motivar, entender dificuldades, um olhar muito mais humano;
  - Preocupação pelo público ser idoso ou infanto-juvenil, se estava sozinho em casa, se tinha algum auxílio, a conversa e interação como elementos centrais das atividades remotas, demonstrando preocupação e interação com o outro, para depois realizar alguma prática corporal;
  - A conexão e o vínculo no remoto foram mantidos e de certa forma, se expandiram. Isso foi uma surpresa, tanto pelas dificuldades pensadas inicialmente como pelas características presenciais do trabalho em programas de atividades físicas e esportivas;
  - Desafio da reinvenção e da adaptação, uma competência a carregar ao longo da vida;
  - Características dos trabalhos: alegria, acolhimento, cuidado, respiração, corporeidade e sentidos, do sentir, da capacidade de olhar para o outro;
  - O corpo e o movimento foram transportados para o cotidiano das famílias, o intergeracional, o ambiente da casa, muitas vezes a rua e o espaço público e aberto, em uma relação com o virtual. Nesse sentido, as desigualdades também estiveram presentes;
  - Como é difícil se encontrar no meio da correria do presencial;
  - O Ministério da Saúde lançou o guia de Atividade Física para a população brasileira, com um dos lemas sendo "todo movimento conta". Evidencia nosso papel de professor nessa mediação com os ambientes e suas possibilidades, o que aparece nas experiências apresentadas;
  - Garantir o movimento era a preocupação inicial (referencial Paulo Freire de palavras geradoras: seguir o coração, instinto para escolha das palavras voltadas a Comunicação Não Violenta) - verbos de aproximação e disparadores de conversa, bem como de conscientizar

as pessoas sobre o movimento - verbos que levavam ao movimento, verbo é ação. "Prevenir" na semana de prevenção de quedas - mudanças no ambiente de casa para prevenção;

- Reflexão: o quanto a gente realmente mudou ou mudará depois desse período? Seremos diferentes? No que?
- Varia muito de pessoa para pessoa, grupo para grupo, comunidade para comunidade, mas precisamos fazer essa reflexão do que levamos;
- Talvez tenha um momento de ansiedade pelo presencial, depois se assente e achemos um equilíbrio com alguns aspectos tecnológicos sendo agregados ao cotidiano;
- Transição e espera: havia um modo de fazer, houve uma reinvenção e um esgotamento. As pessoas querem se abraçar, o contato, a intimidade. Vamos precisar de um tempo, não dá para jogar tudo fora e precisa aguardar para compor o que vai fazer sentido. Não dá para ter uma resposta rápida, calma, é esperar para ver;
- Na periferia aconteceram outras questões: ansiedade dos familiares por um retorno das atividades, resistência à máscara e aos protocolos. Necessidade de insistência (mas houve um pensar na realidade para que as medidas tivessem significado para a população mais vulnerável?). O diálogo é importante!
- A desigualdade de acesso a tudo provoca realidades diferentes, até a possibilidade de manter-se ativo (mesmo a dificuldade tecnológica, por exemplo, do idoso).
- As experiências da Maratona mostram as possibilidades diversas de públicos diferentes.





# PROJETOS INSTITUCIONAIS E AÇÕES DE INCENTIVO À PRÁTICA DE AFE'S

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

# 7. EMPREENDEDRO<sup>2</sup>

Pedro Fagundes de Almeida Rivera  
pedro.fagundesrivera@gmail.com  
11 99351-4098

JOGANDO PARA VENCER

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>2</sup> Vide Anexos

# 8. GINÁSTICA PARA TODOS NO SESC AVENIDA PAULISTA

Grace Kelly Lobo Teixeira - Sesc São Paulo  
gracek.lobo@gmail.com  
grace.teixeira@sescsp.org.br



SESC SÃO PAULO

A Ginástica para Todos (GPT), antes denominada Ginástica Geral, é uma modalidade esportiva não competitiva fundamentada nas atividades ginásticas, valendo-se também de outros tipos de manifestações corporais, expressas através de atividades livres e criativas, de acordo com as características de cada grupo; objetiva promover o lazer saudável, proporcionando bem-estar físico, psíquico e social aos praticantes (Confederação, Brasileira de Ginástica - CBG, 2020).

Os quatro princípios da GPT, conhecidos como 4F's, são: *Fun* (Diversão), *Fitness* (Boa Forma), *Fundamentals* (Fundamentos) e *Friendship* (Amizade) (Federação Internacional de Ginástica - FIG, 2021). Na GPT é estimulado o desenvolvimento da criatividade, expressão corporal, autonomia e a construção coletiva, onde o educador precisa "saber que ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para sua própria produção ou a sua construção". (FREIRE, 2011)



O Serviço Social do Comércio (Sesc) é uma instituição privada, mantida e administrada pelo setor do comércio, serviços e turismo; desenvolve ações de educação não-formal, através das áreas da Educação, Saúde, Cultura, Lazer e Ação Comunitária (SESCSP, 2020). No Lazer, realiza o desenvolvimento físico esportivo que baseia-se no movimento mundial do Esporte para Todos, visando "difundir princípios como integração, respeito à diversidade e inclusão social" (SESCSP, 2019, p.9).

Nesse contexto, está incluída a GPT, integrando o movimento Esporte Para Todos; o Sesc adota tais valores como componentes da essência da área físico esportiva (PIERIN, 2014).

O Sesc Avenida Paulista foi inaugurado em abril de 2018 oferecendo aulas abertas de GPT no período da manhã. No final de 2018, foi proposto um projeto de aulas abertas de GPT no período da tarde. O objetivo deste resumo é relatar a experiência da GPT no período da tarde do Sesc Avenida Paulista.

O projeto foi proposto para todos os públicos e teve duração de dois meses (janeiro e fevereiro de 2019) durante o Programa Sesc Verão. As aulas foram realizadas duas vezes por semana, com duração de 50 minutos, na sala de múltiplo uso "Corpo I". O conteúdo das aulas foi composto por fundamentos das ginásticas, com e sem materiais, dança, circo, teatro, música, jogos, entre outras atividades; tendo como fio condutor o desenvolvimento da criatividade e a construção coletiva, elementos muito importantes na GPT.

Observando a adesão do público, que acabou se constituindo por mulheres idosas em sua maioria, foi proposta a criação de uma coreografia, a participação do grupo nos festivais de GPT do Sesc SP e a conversão dessas aulas abertas em um curso regular de GPT.

A partir disso, iniciou-se o processo de construção coreográfica, a maior parte da coreografia foi sugerida pelos educadores e em alguns momentos os alunos foram incentivados a criarem pequenas sequências em duplas ou trios, que deveriam conter movimentos ginásticos. A escolha do figurino também foi feita pelos alunos. A coreografia criada foi nomeada "Felicidade é questão de ser", com a música "Felicidade", de Marcelo Jeneci, utilizando guarda-chuvas coloridos como material. Essa coreografia foi apresentada pelo grupo nos Festivais de GPT do Sesc Sorocaba, em agosto de 2019, do Sesc São Caetano, em outubro de 2019 e do Sesc Bom Retiro, em novembro de 2019.

Após os eventos, foram coletados relatos da experiência dos participantes. Foi questionado pelos educadores: "Como foi sua experiência em participar desse festival?". Os integrantes escreveram em uma folha de papel sulfite e, após isso, foram feitas rodas de conversa para compartilhamento das experiências.

Desses relatos, tanto escritos quanto orais, foram destacados alguns discursos que de certa forma contemplavam as ideias mais predominantes e expressões em comum, tais como: "a união e companheirismo foram gratificantes", "empatia que se estabelece quando há um objetivo em comum", "me senti muito feliz e emocionada quando entrei no palco", "foi muito boa a integração com o grupo todo", "a relação grupal e afetiva que construímos me fez transbordar de felicidade", "muito mais que nos apresentar, colocamos nossas vidas em movimento e esta ação é muito importante em termos de potência existencial", "gratidão pela oportunidade" e expressões: "vínculo", "bem estar", "saúde", "afetividade", "prazer", "comprometimento", "integração corpo e

mente”, “convívio”, “aprendizado”, “encorajamento”, “superação”, “construção coletiva”, “sociabilização”, “união”, “cumplicidade”, “interação professor-aluno”, “fortalecimento do grupo”.

Essas frases e expressões mostram a importância da participação de um grupo de GPT em festivais ginásticos e vão de encontro aos objetivos e princípios da GPT, pois demonstram bem-estar físico, psíquico e social, lazer, saúde, diversão, amizade e construção coletiva. Após essas experiências, em novembro de 2019 as aulas abertas tornaram-se um curso de GPT.

Em suma, este trabalho ressalta a importância da GPT como possibilidade de curso físico esportivo no Sesc Avenida Paulista e a relevância deste para os participantes; também ressalta a importância da participação em festivais ginásticos, reafirmando a sua contribuição na formação humana dos envolvidos (PATRÍCIO e BORTOLETO, 2015).

Além disso, essa experiência pode ser vivenciada por diferentes grupos em diversos contextos, pois é uma proposta que pode ser aplicada em uma pluralidade de espaços (não necessariamente em um ginásio, quadra ou algo específico) e pode ser realizada com nenhum ou com poucos materiais, pois para as atividades de GPT não é necessário a utilização apenas de materiais tradicionais das ginásticas, podendo e até sendo valorizada, a utilização de materiais alternativos, até mesmo confeccionados pelo próprio grupo, como fitas feitas com outros materiais, maçãs de bolas de meia ou garrafa pet, jornal e colher de pau, balangandã, entre outros.

Possibilita também o trabalho de grupos intergeracionais e/ou que incluam, por exemplo, pessoas com deficiência, uma vez que a GPT contribui para o aumento da interação social e, assim como o Esporte para Todos, promove o respeito à individualidade em busca da autossuperação, sem qualquer tipo de limitação para a sua prática.

Baseando-se nesses pressupostos, o grupo continua se fortalecendo e construindo a GPT no Sesc Avenida Paulista, contribuindo para disseminação dessa prática, suas características e seus valores.

## REFERÊNCIAS

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA. *Ginástica para todos*. Disponível em: <<https://www.cbginastica.com.br/>>. Acesso em: 15 jan. 2020.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. *Disciplinas: Ginástica para Todos*. Disponível em: <<https://www.gymnastics.sport/site/pages/disciplines/pres-gfa.php>>. Acesso em 11 nov. 2021

FREIRE, P. *Pedagogia da autonomia - saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 2011.

SESC SP. *Sobre o SESC*. Disponível em: <<https://www.sescsp.org.br/pt/sobre-o-sesc/>>. Acesso em: 20 jan. 2020.

SESC SP. *Programa Sesc de Esportes*. São Paulo: Serviço Social do Comércio, 2019. 140 p.

PIERIN, L. A Ginástica Geral/GPT no Sesc São Paulo – Histórico e Possibilidades. In: VII Fórum Internacional de Ginástica Geral, 2014, Campinas. *Ginástica: movendo pessoas, construindo cidadania*. Campinas, FEF/UNICAMP, 2014. p. 259-264.

PATRÍCIO, T.L.; BORTOLETO, M.A. Festivais Ginásticos: princípios formativos na visão de especialistas. *Conexões, UNICAMP*, Campinas, v.13, n. especial, p. 98-114, maio 2015.

# 9. ATLETISMO: COMPETIÇÃO, AUTOCONHECIMENTO E AUTO RENDIMENTO

**Mariana Barboza da Silva**  
**Gabriel Maion Damasco**

## SESC SÃO PAULO

Tendo em vista a importância do atletismo, a dificuldade de locais adequados para a prática da modalidade e a unidade apresentar grande potencial devido à área, estrutura e quadro técnico especializado, o Sesc Interlagos vem desde 2018 desenvolvendo o Programa de Atletismo.

Neste programa, é desenvolvida a iniciação, aprendizagem e o treinamento das diferentes modalidades do atletismo para o público de todas as faixas etárias, para isso, são utilizadas as estruturas físicas já existentes. O objetivo é democratizar a modalidade e dar acesso a amantes do esporte para a prática das provas do atletismo e incentivar novos adeptos.

As atividades diárias foram planejadas e divididas em provas de pista, arremessos, lançamentos e saltos, levando em consideração os anseios e objetivos de cada aluno, pensando na promoção do autoconhecimento e auto rendimento, possibilitando aos alunos a participação em provas e torneios da modalidade e ampliação do conhecimento específico referente as provas.

As turmas do Programa de Atletismo foram organizadas por faixas etária. As crianças de 6 a 10 anos fazem parte do Programa Sesc de Esportes, mas com uma premissa de vivências de várias modalidades esportivas diferentes, elas passam pelo atletismo, mas não é o único esporte experimentado.

Para as turmas de jovens e adultos algumas palavras-chave foram criadas para melhor entendimento dos objetivos. De 10 a 13 anos as modalidades do atletismo são apresentadas já em seu formato característico, porém esse é o momento de experimentação, de explorar as peculiaridades de cada modalidade. A palavra-chave é "experimentação".

De 13 a 16 anos é o momento em que as atividades diárias são divididas em provas de pista e de campo, em que o aluno já faz escolhas em relação as provas com mais afinidade, levando em consideração as vivências e experimentações anteriores. A palavra-chave é aperfeiçoamento.

As aulas para os jovens são realizadas de quarta a sexta-feira, em horário de contraturno escolar, portanto temos uma turma pela manhã e outra à tarde. As aulas têm duração de 2 horas e os jovens recebem alimentação após esse período.

Já no atletismo adulto as atividades diárias são divididas em provas de pista, arremessos, lançamentos e saltos, levando em consideração os anseios e objetivos de cada aluno, possibilitando a participação em torneios da modalidade e ampliando o conhecimento específico das modalidades. As palavras-chave são competição, autoconhecimento e auto rendimento.

A turma de adultos tem aproximadamente 160 alunos, que são divididos em duas turmas, às quartas e sextas à tarde e quintas e sábados pela manhã, com duração de 1 hora e 20 minutos cada aula. Esses alunos ainda não haviam vivenciado provas de atletismo, pois faziam parte do Clube da corrida, que era uma aula específica de corrida. Em 2018 o programa se transformou em atletismo.

Gradualmente as novas modalidades como salto em altura; salto triplo; lançamento de dardo e arremesso de peso foram inseridas na rotina dos praticantes, e foi elaborado um planejamento de aulas e um cronograma de provas para que em 2019 e 2020 nossos alunos/atletas participassem como equipe de algumas provas. A turma participou de dois eventos, o Festival de Atletismo Master que aconteceu em Guarulhos-SP no ano de 2019. Nesse evento levamos 38 alunos, todos foram juntos em um ônibus fretado, passaram o dia inteiro participando das provas e puderam vivenciar pela primeira vez uma competição de atletismo. O Festival Master de Atletismo - Sesc Verão, aconteceu no Sesc Interlagos em janeiro de 2020. Sediamos a competição e tivemos 136 competidores de várias instituições.

Notamos que a partir do desenvolvimento e da apresentação dos objetivos e da ideia de trabalhar o grupo como uma equipe, com provas estipuladas e com os treinos voltados para a participação nessas provas, a taxa de ocupação e a frequência dos alunos nas turmas aumentaram, bem como sua satisfação em colocar em prática o aprendizado das aulas.

O maior desafio foi introduzir outras provas do atletismo a alunos que inicialmente só se preparavam para corridas de rua. O processo de apresentação, absorção dos conhecimentos e aplicação das provas na pista foi gradativo e tivemos a resistência de alguns alunos. Alguns diziam que não podiam saltar ou arremessar por problemas musculares ou esqueléticos, mas como em todo processo de ensino aprendizagem, eles foram estimulados a participar da maioria das atividades e foram orientados a sentir qual era a modalidade que mais se sentiam bem em praticar. Então no dia a dia, eles praticavam todas as modalidades, com os educadores respeitando as individualidades e no momento das competições eles escolhiam as provas de forma autônoma. O

programa foi avaliado mês a mês, pela técnica responsável, educadores e alunos, passando por adequações e melhorias.

O programa de Atletismo do Sesc Interlagos tem um potencial de difusão e adesão muito alto, dialogando com a missão institucional do Sesc de democratizar o esporte, torná-lo acessível à população em geral para que ele se torne prática permanente.

O sucesso esperado do programa passa pela construção coletiva do programa e das sequentes avaliações e adequações, também se deve pelas características democráticas desta modalidade e a escassez de oportunidades da prática do atletismo não somente para o público local, mas de uma maneira geral devido à falta de locais públicos para a prática e pela possibilidade de atendimento ao público de todas as faixas etárias.

O formato do programa pode ser aproveitado em outras modalidades esportivas e a experiência de criar e participar de eventos por faixa etária como equipe, fortalecendo o convívio em grupo, teve resultados positivos, agregando valores como: cooperação, companheirismo, altruísmo e respeito, trazendo motivação a novos adeptos.

# 10. *SPIKEBALL*- COMO EMPLACAR UMA MODALIDADE ALTERNATIVA EM NOSSAS PRÁTICAS

Pedro Zancan Angerame  
pangerame@hotmail.com  
11 99261-5131

*SPIKEBALL* BRASIL

## DE ONDE PARTIMOS

*Spikeball* é uma modalidade alternativa que vem crescendo muito nos últimos anos. Por proporcionar muita diversão logo na iniciação, esse esporte possui muito potencial de aderência de seus praticantes. A grande dificuldade está em como tornar a modalidade conhecida e estimular que as pessoas a pratiquem. Nosso público-alvo é composto principalmente por crianças e jovens adultos, porém não descartamos a participação do público mais velho, apenas entendemos que pela dinâmica do jogo esse público acaba não se interessando tanto pelo esporte.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Para disseminar o esporte, algumas estratégias vêm sendo realizadas: abordagem de instituições de ensino como escolas e universidades, além de clubes com o objetivo de apresentar a modalidade para os professores; criação de um manual pensando na iniciação esportiva e em um plano pedagógico voltado principalmente para as escolas. Este material foi baseado na Iniciação Esportiva Universal (Greco, 2001) e Escola da Bola (Roth & Kroger, 2000); encontros em locais públicos de grande visibilidade; estratégias de *marketing* e divulgação em mídias; *webinars* voltados para professores de Educação Física, ampliação e suporte de grupos de prática por todo Brasil.

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

Já pudemos observar um número crescente na procura por materiais da modalidade, dobramos o número de praticantes frequentes do esporte e pudemos observar o aparecimento de mais cinco novos grupos por toda a região brasileira.

Temos muitos objetivos pela frente e sabemos que ainda há muito o que ser feito para que o *Spikeball* faça parte da cultura brasileira. Estratégias como estabelecer locais de prática de muita visibilidade foram surpreendentes ao estimular a prática por pessoas curiosas em conhecer o esporte e que se tornaram praticantes. Ainda enfrentamos muita resistência pelo preconceito com a modalidade que não é conhecida, entendemos, porém, que quanto mais aparecermos menor será a resistência.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Esta experiência pode ser muito produtiva como exemplo de estímulo a outras modalidades como o *spikeball*, para que possam ser conhecidas pelo público brasileiro. Ampliar as possibilidades de práticas é uma ótima alternativa para propormos vidas mais ativas, entendendo que a pessoa pode experimentar diversos estímulos e experiências. Pensar em quais estratégias deram certo ou não para o *spikeball* pode ser um facilitador para outras modalidades alternativas seguirem o mesmo caminho.

# **11. CONSCIÊNCIA DE DIREITOS: MULHERES E MENINAS LÍDERES, PROTAGONISTAS DE SUAS HISTÓRIAS<sup>3</sup>**

**Régis Avelino do Nascimento  
Janaída Mara Silva de Brito  
Ana Rosa de Castro  
regisavelino@esportemais.org  
85 98737-5423  
Instituto Esporte Mais**

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>3</sup> Vide Anexos

# 12. FUTEBOL MIRIM - UMA NOVA EXPECTATIVA NA INICIAÇÃO ESPORTIVA

**Amauri Sourient Junior**  
**Rodrigues Amâncio Pereira**  
**financeiro@policiamirim.org.br**  
**18 3211-3765**

Instituto Educacional Gumerindo de Paiva Castro

## **DE ONDE PARTIMOS**

O projeto Futebol Mirim, baseado na demanda que a cidade possui, tem como objetivo ampliar as ações de esportes e recreação na cidade de Birigui. A oferta de um projeto de futebol para as crianças da comunidade tem a intenção de oportunizar o acesso e a praticidade que ela pode trazer às crianças, como também aos familiares. Possibilitando ao público práticas esportivas sistematizadas e continuadas no contraturno escolar.

## **O QUE E COMO FIZEMOS**

O referido projeto desenvolve-se através da metodologia da iniciação esportiva, que tem por base a adaptação no minicampo da instituição e na quadra poliesportiva, com progressões. Esta metodologia do futebol mirim com progressões utiliza espaço nos campos minimizados e, conseqüentemente, ampliação da área de jogo de acordo com o processo de desenvolvimento.

A possibilidade de praticar a iniciação futebol/ futsal de forma reduzida e com materiais adequados para o ensino, torna possível aos participantes a execução dos fundamentos, proporcionando motivação, pois eles terão êxito e prazer nas atividades.

O trabalho do futebol/ futsal por meio da iniciação com o futebol mirim auxilia no desenvolvimento de habilidades motoras das crianças e adolescentes como a coordenação motora, habilidades óculo pedais, aprimoramento de noção espaço temporal, como também auxilia no desenvolvimento físico, como a melhora da resistência cadiorrespiratória, flexibilidade, força e velocidade.

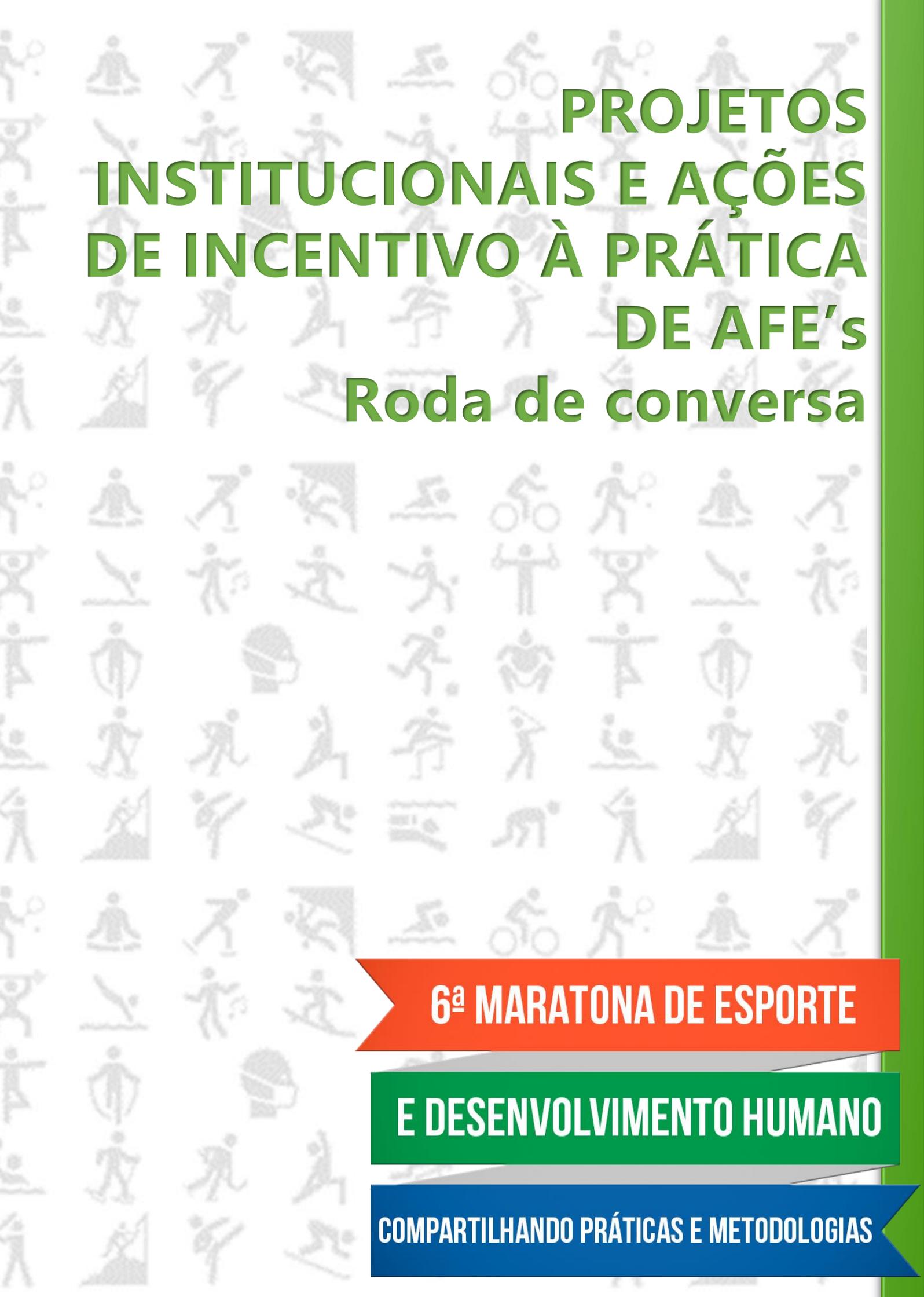
As atividades propostas têm a preocupação de respeitar os limites maturacionais e físicos dos participantes, para se tornar um aliado em seu desenvolvimento.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Os resultados obtidos até aqui têm sido positivos. Havendo grande interesse e participação das crianças e adolescentes no desenvolvimento do projeto. Foi realizado um grande Festival de Futebol para os participantes no Estádio Municipal Pedro Marin Berbel (Pedrão), quando todos os envolvidos receberam medalhas pela participação.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Nosso projeto tem a intenção de alcançar outros polos das comunidades da periferia da cidade, para que outras crianças e adolescentes também tenham acesso ao projeto de futebol mirim.



# PROJETOS INSTITUCIONAIS E AÇÕES DE INCENTIVO À PRÁTICA DE AFE's Roda de conversa

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

Mediação: Rosana Ferreira – Sesc Piracicaba

25 participantes

Will Baudakian fez uma fala de Abertura:

“Nasce muita coisa boa dos encontros diários, com isso a equipe se viu com o “fazer”, planejar e sistematizar experiências. A Maratona começou com um evento interno com 20 pessoas, o sonho era fazer o evento no Sesc, o nome surgiu de uma conversa com objetivo de compartilhar experiências. A cada ano é uma situação nova, e vamos com certeza aplicar o que ouvimos aqui na prática. Um momento muito especial. No ano de 2020 não teve a Maratona por causa da Pandemia.”

### **Relato Oral:**

Ginástica para todos no Sesc Av. Paulista

Sesc São Paulo

Grace Teixeira

O projeto foi desenvolvido no Sesc Av. Paulista, onde começou com aulas Abertas no Sesc Verão 2019, duas vezes por semana para maiores de 12 anos. Nas aulas eram trabalhados fundamentos de Ginástica, Dança, Circo, Teatro, Música e Jogos de desenvolvimento da criatividade. O grupo acabou se constituindo por uma maioria de mulheres idosas, eram propostas de criação de coreografias, participação em Festivais do Sesc SP e futuramente se tornar aula regular.

O grupo participou de Festivais em vários Sesc's e logo após os autores coletaram relatos de experiência dos participantes. Surgiram falas como: “Me senti muito feliz e emocionada quando entrei no palco”.

Palavras mais mencionadas nos relatos: gratidão, superação, saúde, união, encorajamento etc.

Conclusão:

As expressões estão alinhadas aos objetivos e princípios da Ginástica para Todos (GPT). Essas frases mostram a importância da GPT como curso e a participação em festivais de ginástica, reafirmando que esses contribuem para a formação e desenvolvimento humano.

### **Relato Oral:**

Atletismo: competição, autoconhecimento e auto rendimento.

SESC Interlagos

Maria Barbosa e Gabriel Damasco

Programa de Atletismo para jovens de 10 a 16 anos e adultos, no Sesc Interlagos, com o objetivo de popularizar o Atletismo.

De 10 a 13 anos – as modalidades do esporte são apresentadas, experimentação, conhecer as peculiaridades.

De 13 a 16 anos – as atividades são divididas em provas de pista e provas de campo, o aluno já faz escolhas em relação às propostas com mais afinidade.

Adulto – atividades diárias, provas de pista, arremessos, lançamentos. Competição e auto rendimento.

Os alunos participaram de dois eventos de Atletismo. Um deles foi na cidade de Guarulhos em 2019, foram para o evento 38 alunos, que passaram o dia todo participando das provas e puderam vivenciar pela primeira vez uma competição. O outro foi o Festival Master de Atletismo, no Sesc Verão 2020, no próprio Sesc Interlagos, com participação de 136 competidores.

#### Conclusão:

A ideia de trabalhar como uma “equipe” com provas estipuladas e com treinos voltados para a participação desses alunos nessas competições, aumentou a assiduidade e regularidade. Houve resistência para introduzir outras provas do Atletismo. Foi feita avaliação mensal, passando por adequações e melhorias.

Era entregue uma avaliação para cada um, após cada evento, para expressarem como se sentiam participando. Algumas palavras citadas: alegria, diversão, união dos alunos etc.

#### **Relato Oral:**

*Spikeball* – Como emplacar uma modalidade alternativa em nossas práticas

*Spikeball* Brasil

Pedro Zancan

A modalidade se assemelha ao Vôlei de praia, mas com uma cama elástica onde a bolinha pinga.

Vantagens do Spikeball:

- a dinâmica é diferente;
- trabalha habilidades como: agilidade, velocidade, tempo de reação;
- pode ser levado facilmente para qualquer lugar.

No Brasil tem mais de 400 participantes e 6 grandes torneios, apesar de haver preconceito e desconhecimento. No mundo tem mais de 6000 atletas e acima de 200 torneios.

As Ações no Ibirapuera resultaram em:

- Todos os domingos de manhã os praticantes vão até lá jogar;
- Local de muita movimentação e visibilidade para o esporte;
- Disponibilidade para apresentar o esporte;
- 150 pessoas atendidas para saber sobre o esporte;
- Mais de 500 seguidores no *Instagram*;
- 20 a 30 participantes por domingo;
- Apresentação para professores;
- Implementação do *Spikeball* na grade Curricular;
- Suporte a professores e as escolas;
- Inclusão do Esporte no plano pedagógico;
- Foi criado um manual para os docentes;

### **Relato Oral:**

Consciência de direitos: mulheres e meninas líderes protagonistas de suas histórias

Instituto Esporte Mais

Régis Avelino

Janaína Brito

Ana Castro

Passaram o vídeo do projeto.

Uma educanda que de aluna passou a ser estagiária no Instituto. Empoderamento das mulheres, garantia de espaços. A forma como foi tratada lá dentro, empoderamento, sororidade, passou a se conhecer melhor e ser protagonista da própria vida.

Protagonismo e liderança, foi acolhida e isso foi se tornando natural. São essas questões como autoconfiança que são trabalhadas no dia a dia no projeto.

### **Roda de Conversa**

Mediadora Rosana Ferreira falou sobre o momento pandêmico e perguntou como foi a relação com a Pandemia e o distanciamento com os alunos?

Mariana Barbosa – Sesc Interlagos respondeu que mantiveram contato com os alunos pelo *WhatsApp* e pelo *Facebook*. Enviaram vídeos, reuniões para manter o contato.

Grace Teixeira – Sesc Avenida Paulista disse que tentaram usar algumas plataformas *Zoom*, *Google meeting* etc. Vídeos prontos eram enviados, criaram uma coreografia virtual.

Régis Avelino – Instituto Esporte Mais - respondeu que criaram um jornalzinho, descobriram novos potenciais.

Pedro Zancan - *Spikeball* Brasil respondeu que perdeu o contato com alguns do grupo. Estão num processo de retomada. Buscando novamente quem já praticava e trazer pessoas novas.

Will Boudakian perguntou à Grace se é possível oferecer oficinas de GPT para grupos de outras regiões. Ela respondeu que é possível.

Perguntou também quantas pessoas participam de cada grupo?

Resposta: No mínimo duas pessoas e não tem um máximo.

Quanto tempo leva para se produzir uma coreografia de GPT?

Resposta: Varia de acordo com o grupo. Com o grupo do Sesc ela levou aproximadamente cinco meses, em cada aula trabalhava uma parte da coreografia.

Rosana comentou da importância de participar dos festivais, das competições e como isso motiva e transforma a vida das pessoas.

Qual o valor do Kit *Spikeball*? Existem 2 kits: Um mais simples *Standard* – 399 reais. Um que é pró, mais usado em competições – 599 reais.

Regina Helena compartilhou a sua experiência do *Spikeball* adaptado, disse que a garotada adorou e chamou de “Jogo do Bambolê”. É possível jogar em sala de aula de forma adaptada.

Régis Avelino comentou do “Projeto Vida”, uma das alunas passou a ser fotógrafa da CBF. O Esporte abre um leque de opções, não apenas sendo atleta daquela modalidade, mas aproveitando o leque de oportunidades que surgem.

Pedro Zancan comentou que o esporte tem que ser para todos, essa é a ideia do *Spikeball*. Levam para ONGs, escolas e percebem que abraçam o esporte de forma mais interessante. Fazer as pessoas jogarem é o maior objetivo. O limitante é o custo do material e a marca.

Will perguntou se a privatização do Ibirapuera implica no trabalho deles com o *Spikeball*, a resposta é que como não cobram as aulas, não precisam pagar a porcentagem para o parque e não foram impactados por enquanto. É uma marca e tem uma Associação Brasileira, são coisas separadas. Tem também a Federação Internacional.

Will comentou da proposta criada em 2018 para organizar a estrutura do trabalho que se baseia em cinco verbos: Atrair, Acolher, Escutar, Nutrir e Frutificar. O Frutificar seria o momento da apresentação, a competição. A magia do dia da apresentação traz identidade, reconhecimento e afirmação.

Grace disse que construíram o planejamento das aulas de GPT em conjunto com o grupo e se apropriam de elementos de outras modalidades

Seria bacana compartilhar conhecimentos tanto teóricos quanto práticos com outras modalidades. Gostei muito, foi gratificante demais participar dessa maratona.



As nossas ações e modos de vida potencializem e contribuam para atingir todas as comunidades mobilizando reflexões e acesso aos espaços públicos e programas.

Trouxe muita clareza e luz para vários assuntos. Me dá ideias de como agir e como

Foi importante conhecer as formas diferentes com as quais as instituições lidaram com a pandemia, experimentar na prática a meditação foi rico, viver a corporeidade em seus sentidos.

Incrível conhecer novas práticas que se conectam diretamente ao objetivo do que fazemos todos os dias, que são pessoas protagonistas e comunidades empoderadas.



Muito bom ver a resiliência dos profissionais que apresentaram. Levo como aprendizado a motivação e desejo de aprender mais.

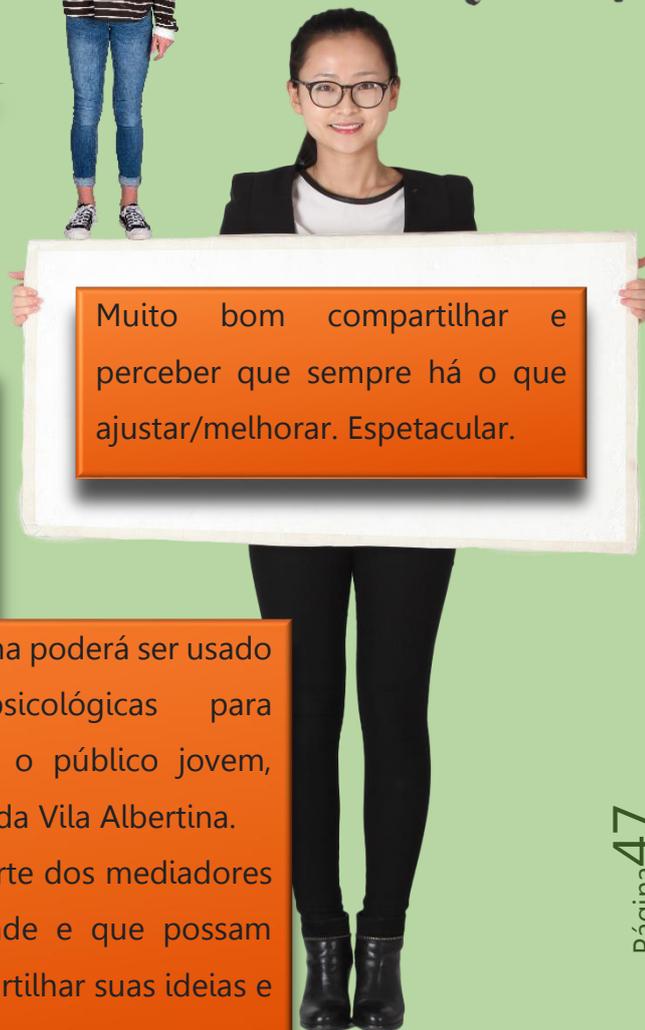


A contribuição de diferentes organizações e de diversos conteúdos possibilita uma melhor evolução no método de trabalho.

Ampliei o repertório de aprendizagens relacionadas as práticas esportivas/educativas, possibilitando a atuação em diferentes contextos e públicos.

Muito bom compartilhar e perceber que sempre há o que ajustar/melhorar. Espectacular.

O conhecimento adquirido nesta Maratona poderá ser usado como intervenções pedagógicas e psicológicas para desenvolvimento de aspectos humanos com o público jovem, adulto e idoso que atendemos na comunidade da Vila Albertina. Evento muito bem planejado com todo o suporte dos mediadores para que os participantes se sintam à vontade e que possam debater sobre as atividades e desafios, e compartilhar suas ideias e metodologias. Foi sensacional.





# INCLUSÃO, EQUIDADE E REDES DE PROTEÇÃO

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

# 13. VIVÊNCIA NO *SLACKLINE* POR UM ALUNO COM PARALISIA CEREBRAL ESPÁSTICA



Juan Parente Santos  
juan.santos@ifpb.edu.br  
85 99817-4789

Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB)

## DE ONDE PARTIMOS

Tudo começou no ano de 2018, com a constante insatisfação de um aluno do Ensino Médio Integrado do sertão paraibano que tinha muita vontade de participar das aulas práticas de Educação Física. Além de ser limitado fisicamente, ele não acreditava em seu potencial, tinha o medo como um dos principais desafios da sua vida. Através de conversas e parceria com o setor pedagógico, fomos garantindo a possibilidade dele mesmo tentar realizar as atividades, ainda que com muitas restrições.

A experiência com esse aluno desencadeou mais coragem em outros que apresentavam problemas semelhantes e troca de experiências posteriores com incentivo e encorajamento de outros colegas, o que ocasionou uma genuína inclusão nas nossas aulas.

## O QUE E COMO FIZEMOS

As estratégias implantadas se basearam em respeitar as limitações físicas e emocionais do aluno, estudar um pouco sobre a doença por ele apresentada (Classificação Internacional de Doenças - CID G80.1) e ter paciência com a evolução lenta e nem sempre contínua dele.



Sempre acreditar foi o que tornou possível, na época, o aluno tinha 19 anos e já demonstrava bem o que queria, tinha confiança no professor de Educação Física, que lhe transmitia segurança ao utilizar-se de técnica adequada para a prática da atividade.

Esse trabalho durou cerca de 10 meses, os recursos materiais utilizados foram um kit *slackline* composto por uma fita de 20 metros de comprimento e 50 mm de largura na cor laranja. As aulas aconteciam inicialmente no chão, depois passamos para debaixo de uma árvore e posteriormente sobre uma piscina semiolímpica da Instituição.

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

Essa iniciativa produziu muito mais autoestima no aluno e reduziu o comportamento de ansiedade, principalmente isolamento social pois antes ele vivia sozinho entretido com filmes e séries no celular. Quando ele começou a se tornar popular, ganhou mais confiança para se aproximar de mais pessoas e de outros departamentos e cursos do campus.



Não imaginávamos que o poder de uma atividade física desempenhada com muita diversão e entusiasmo teria o incentivo de outras pessoas e geraria tantos resultados. O humor e comportamento de uma sala de aula inteira se reconfiguraram, pois todos acreditavam nele e o estimulavam.

Na ocasião eu tinha um monitor que me ajudava com o controle dos alunos e dava o suporte que eu achava necessário e seguro para a prática lúdica, mas acima de tudo segura a todos. Os desafios foram o medo e a rejeição dele com sentimentos como vergonha e descrença, além da insegurança apresentada desde o início.

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

Sim, é possível aproveitar essa experiência em diversos lugares, pois aulas de educação física são obrigatórias e sempre existem alunos com espírito de aventura, buscando vivenciar experiências novas e ousadas, contanto que sejam bem assessorados e monitorados com a devida segurança e técnicas adequadas.

É possível trabalhar essas experiências com adultos, crianças e idosos, desde que se mantenha o respeito às limitações inerentes ao seu nível e sua faixa etária. As recomendações dadas são: explorar o espaço que você professor tem disponível na sua escola, aproveitar seus alunos de forma que se tornem seus parceiros de trabalho e encorajem os outros colegas de sala, acreditar sempre no seu aluno, pois ele está ali acreditando em você professor e no que você tem para ele. Nem sempre ele vai evoluir, mas até nessas horas será uma evolução, pois ele está ali com você. Palavras-chave: confiança, metodologia, planejamento, tolerância, parceria com outros alunos.

## REFERÊNCIAS

- Universidade Regional UNIJUI – Disponível em  
<<http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/handle/123456789/3375>>
- Redes – Revista Interdisciplinar da Faculdade IELUSC – Disponível em  
<<http://revistaredes.ielusc.br/index.php/revistaredes/article/view/7>>
- Pubmed – Disponível em <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25112118/>>

# 14. DESENVOLVENDO O EMPODERAMENTO E A EMPATIA PARA UMA MELHOR COMUNICAÇÃO



**Bruno Ferreira  
Raphaela Gomes**

Instituto Família Barrichello

## **DE ONDE PARTIMOS**

Atuamos em conjunto com o CCA – Centro para Crianças e Adolescentes do bairro Jardim Santa fé, situado no subdistrito de Parelheiros. A parceria em si começou em dezembro de 2020 e foi finalizada em setembro 2021, dentro do contexto da pandemia. O lugar é de fácil acesso aos educandos e contamos também com a colaboração de um Clube da Comunidade (CDC), que cede um campo de futebol para a realização das nossas atividades.

Ao longo do projeto atendemos educandos entre 6 e 15 anos de idade, duas vezes por semana. Vale lembrar que por conta das medidas do Governo do estado, iniciamos atendendo um público de 35%, do total por período (manhã das 08h40 às 11h e tarde das 13h40 às 16h) e finalizamos o projeto com 100% dos educandos matriculados no CCA.

Seguimos os protocolos de segurança, tais como aferição da temperatura corporal, distanciamento, aplicação do álcool em gel e uso de máscara.

A origem da experiência se deu a partir de um mapeamento realizado na rotina dos educandos dentro do CCA, quando observamos que a comunicação entre o serviço parceiro e os educandos estava acontecendo de uma forma inapropriada e um tanto quanto agressiva, como por exemplo, o aumento excessivo no tom de voz ao se comunicar com as crianças, mediações de conflitos cercadas de julgamentos com os educandos que sentiam-se intimidados e sem espaço para relatar os seus pontos de vista sobre o conflito em si, no geral situações bem autoritárias.



A partir do momento em que começamos a desenvolver as nossas estratégias em cima deste objetivo, percebemos que os educandos mais novos normalizavam essas situações por respeito e por não se sentirem empoderados e reconhecidos. Já com os educandos mais velhos, percebemos que a comunicação do serviço parceiro era mais cuidadosa, mais branda, sobretudo com aqueles mais críticos e com personalidade forte, pois eles já compreendiam que algumas situações daquele espaço eram inapropriadas e questionavam, além de exigir mais respeito.

Vale ressaltar que tentamos realizar algumas mediações com a equipe, sempre buscando a compreensão do contexto familiar dos educandos que na maioria das vezes é a principal causa de um comportamento agressivo.

Ao longo dessas conversas (informais) tentávamos fazer com que a equipe ampliasse o seu olhar sobre essas situações. Além disso, em algumas situações de conflitos, pedíamos para ajudá-los, já que utilizamos a comunicação não violenta como metodologia, a fim de que eles nos enxergassem como um apoio e como uma referência nesses momentos.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Diante de tal situação, conversamos com a equipe técnica do instituto e chegamos à conclusão de que o melhor a se fazer naquele momento era atuar diretamente com os educandos, tentando sensibilizá-los ao ponto de questionarem qualquer pessoa que venha a tratá-los com desrespeito. Para isso demos um enfoque ao Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) a fim de empoderá-los dos seus direitos e deveres, além de desenvolver a empatia dentro e fora do seu grupo de convívio, se colocando no lugar do outro e fazendo questionamentos, como por exemplo: “Como você se sente quando gritam com você? Como você se sente ao ser desrespeitado? Se eu não gosto de ser desrespeitado por que desrespeitar o outro? O que fazer quando a/o colega grita comigo? O que fazer quando o/a professor (a) grita comigo? O que fazer quando o/a diretor (a) grita comigo?”.



Os jogos e brincadeiras foram fundamentais dentro desse processo, como instrumentos na busca do objetivo, a queimada e o jogo dos 10 passes por exemplo, nos ajudaram a promover um diálogo nas rodas de conversa relacionando as situações que surgiram na prática com o problema em si.

Sempre perguntávamos ao final de cada encontro: Em quais momentos do jogo vocês se colocaram no lugar do outro? Em qual momento do jogo vocês se sentiram mais confiantes, capazes,



motivados e determinados? Os educandos relatavam que “ao passar a bola para o colega estava se colocando no lugar do outro, porque é desafiador receber a bola e tomar decisões”, além de evidenciarem a responsabilidade dentro da sua equipe a fim de alcançar o objetivo, sendo importante motivar e incentivar o colega de equipe. Ressaltávamos a importância de colocar em prática tanto o empoderamento, quanto a empatia não só em nossas aulas, levando para dentro do CCA e para a vida.

Sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), trabalhamos especificamente com os direitos e deveres, buscando inicialmente definir esses dois conceitos. Os direitos, definimos como aquilo que o governo deve nos assegurar e os deveres como as obrigações que temos em contrapartida a essas garantias.

Partimos do exemplo da escola, nos é oferecido o direito à educação e temos o dever de estudar. A partir daí utilizamos alguns jogos a fim de empoderá-los sobre quais são esses direitos e deveres do ECA. Utilizamos inicialmente o “pega bandeira” jogado da forma tradicional, entretanto ao invés das bandeiras colocamos filipetas com alguns direitos e deveres, as duas equipes tendo o objetivo de pegar uma filipeta por vez e classificar se é um direito ou dever.

Outra estratégia utilizada mais adiante foi uma corrida de revezamento em formato de quiz, formamos duas equipes e lançávamos perguntas como: “Jogar futebol, vôlei e basquete, está relacionado a qual direito do ECA?”

A partir daí, autorizávamos a corrida e ao final do trajeto estavam espalhadas as filipetas com os direitos e deveres, os educandos ao concluírem a corrida, escolhiam a filipeta que correspondia a pergunta e marcavam ou não ponto para a sua equipe.

Mais uma vez as rodas de conversa foram protagonistas dentro deste processo, através delas buscávamos provocar os educandos em relação aos seus direitos e deveres, levantando questionamentos: “Se vocês têm o direito de serem respeitados, o que fazer quando alguém te desrespeitar? Se vocês têm o direito à alimentação, o que fazer se chegar na escola e não tiver comida?”

É importante citar que dentro deste processo utilizamos algumas dinâmicas para situá-los sobre fatos, interpretações e julgamentos, visando desenvolver nos educandos a capacidade de diferenciá-los na vivência de situações de conflito ou quando alguma reivindicação dos seus direitos se fizer necessária, buscando uma melhor comunicação.

Por conta da instabilidade que tivemos ao longo desse projeto devido à pandemia, só conseguimos identificar essa situação problema a partir de abril, momento em que passamos a ter uma rotina mais estável. Logo, esses objetivos duraram até o final do projeto (em setembro), porque consideramos que foi um trabalho que precisava ser desenvolvido em longo prazo.

## **COLHENDO APRENDIZAGENS**

Através dos objetivos e estratégias desenvolvidos com os grupos do CCA Santa Fé, percebemos o quanto esses objetivos foram importantes e impactantes, já que muitos educandos desconheciam as palavras empoderamento e empatia, apesar de já terem trabalhado o ECA, não tinham a proporção exata do que o Estatuto representa para eles. Os educandos conseguiram enxergar um caminho até então desconhecido, que foi sobre o direito de questionar, reivindicar, exercer seus deveres, pedir e dizer não, independente da hierarquia ou afinidade presente na relação com o outro, claro que de uma forma respeitosa. Eles aprenderam também a importância de se posicionar e não ser omissos, mesmo que a outra pessoa continue gritando, é importante seguir buscando soluções para que a situação não se repita.

Acreditamos que a principal marca que esse trabalho deixa é a compreensão por parte dos educandos sobre os seus direitos e deveres a fim de se tornarem sujeitos empoderados frente aos desafios postos nos seus espaços de convivência diário, CCA, escola, comunidade, dentre outros.

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

Com os educandos menores tivemos relatos de crianças que nunca tinham participado dando a sua opinião na roda final, nos jogos e brincadeiras. Percebemos um maior acolhimento com os colegas de grupo, com os pré-adolescentes e adolescentes e conseguimos construir uma rotina de atividade para definir alguns conceitos importantes a respeito dos objetivos trabalhados, além de despertar a criticidade nos momentos dos jogos e brincadeiras, sugerindo regras e propondo estratégias em equipe. Tivemos educandos que tinham medo da bola ao jogar a queimada e que superaram esse medo demonstrando muita resiliência.

Em relação a convivência dos educandos com o serviço parceiro, percebemos que eles passaram a se interessar mais sobre os porquês de determinadas atividades e atitudes dos funcionários, como por exemplo buscar explicações sobre a saída de algum funcionário e questionar



qual a finalidade de determinada estratégia. É importante relatar que a parceria entre o instituto e o serviço parceiro foi encerrada por decisão do serviço, o que gerou diversos questionamentos por parte dos educandos, como por exemplo: “Por que encerrar uma parceria que deu tão certo? Por que encerrar se a gente gosta bastante das atividades?” Este sentimento de revolta se estendeu às famílias dos educandos.

Consideramos que esse trabalho foi o ponto alto da nossa atuação desde o início do projeto, apesar das dificuldades diante da comunicação inapropriada com os educandos por parte do serviço parceiro, acreditamos que trabalhar o empoderamento, empatia e a garantia dos direitos e deveres do ECA, por meio dos jogos e brincadeiras é muito relevante, considerando o contexto vulnerável em que o público se encontra e tendo em vista o potencial que esses objetivos tem de despertar a compreensão dos diferentes desafios da sociedade.

# 15. 18 DE MAIO: A CONSCIENTIZAÇÃO ATRAVÉS DO LÚDICO<sup>4</sup>

Camila de Souza Lacerda  
kaka14\_lacerda@hotmail.com

11 98116-1038

Instituto Família Barrichello

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>4</sup> Vide Anexos

# 16. EMANCIPAÇÃO ATRAVÉS DO ESPORTE, CULTURA E EDUCAÇÃO<sup>5</sup>

Guilherme Silva Rocha

gui.silva96@hotmail.com

11 97554-0917

Viva, faça mais e compartilhe

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>5</sup> Vide Anexos

# 17. VISITAS DOMICILIARES: UMA CONEXÃO DE ACOLHIMENTO



Instituto Família Barrichello

**Regina Helena Conceição**  
**Educadora Física e Supervisora do Projeto ECA**  
**Viviane Alves dos Santos**  
**Assistente Social do Projeto ECA**

Esta apresentação pretende compartilhar um relato de experiência a respeito das visitas domiciliares realizadas pela assistente social Viviane Alves dos Santos e a Educadora Física Regina Helena Conceição, no contexto do Projeto Esporte Cidadania em Ação (ECA) nos anos de 2020 e 2021, durante o período de pandemia do COVID-19.

O ECA é oferecido pelo Instituto Família Barrichello e tem por objetivo promover, por meio do esporte, o desenvolvimento humano da criança e do adolescente que estão inclusos nos serviços dos CCAs, localizados no distrito de Parelheiros, extremo da zona sul do município de São Paulo, nos territórios: Marsilac, Barragem, Jardim Recreio, Santa Fé e Jardim Três Corações pertencentes ao Distrito Grajaú. O projeto atende aproximadamente setecentos educandos.

A ação das visitas domiciliares nasceu em decorrência dos educandos trazerem para o contexto das atividades desenvolvidas pelos educadores físicos, relatos de abusos e violência, cujos agressores eram seus próprios familiares. Crianças e adolescentes chegavam aos CCAs com hematomas no corpo, relatos de abuso sexual, pedofilia, entre outros.

Em conjunto com os educadores físicos e os colaboradores dos serviços CCAs (gestora e assistentes administrativos) entendeu-se a necessidade de realizar visitas domiciliares para ampliar a compreensão sobre o contexto das famílias dos educandos bem como implementar intervenções e encaminhamentos com o objetivo de enfrentar esse contexto de violência.

Nesse sentido, nos anos de 2020 e 2021, obedecendo aos protocolos de segurança sanitária indicados pela comunidade científica na atual contingência, foram realizadas visitas nos domicílios das crianças e adolescentes que apresentavam sinais de violência.

Entende-se que a visita domiciliar é um dos instrumentos estratégicos utilizados para a abordagem com as famílias, pois possibilita que tanto o educador físico como a assistente social se aproximem da realidade vivenciada pelos grupos familiares em seus territórios, podendo com isso, acompanhar e analisar melhor o resultado de suas intervenções.

Minha experiência apontou que a visita se torna mais confortável para pais e crianças quando é planejada e realizada presencialmente. Esses protocolos oferecem maior intimidade e confiabilidade, evitando a fantasia de que o assistente social deseje investigar a casa e as pessoas de sua família. Nesse sentido, a visita domiciliar consiste na observação e a compreensão do contexto familiar servindo como base para as intervenções pertinentes à situação.

O objetivo foi o de conhecer as condições em que vivem os usuários dos serviços e aprender de perto o cotidiano das suas relações. Foi adotada uma postura de diálogo não hostil e fiscalizadora.

Durante as visitas, adotou-se a metodologia da escuta empática/ativa, proposta pela Comunicação não Violenta (CNV), desenvolvida por Marshall Bertram Rosenberg e uma equipe internacional de colegas, que apoia o estabelecimento de relações de parceria e cooperação, em que predomina a comunicação eficaz e com empatia. Enfatiza a importância de determinar ações à base de valores comuns. O Instituto Família Barrichello ofereceu aos colaboradores formação sobre a CNV através das mulheres mediadoras.

Por meio da escuta empática/ativa foi possível detectar e acolher nos contextos domiciliares sentimentos diversos como: raiva, culpa, tristeza, desamparo e outros sentimentos expressos pelos membros das famílias.

O resultado foi positivo na medida em que, ao perceber que a equipe multidisciplinar (educadores físicos e assistente social) construiu vínculos e manejos de articulação com as dificuldades dos educandos nas atividades esportivas com os educadores. Notou-se que através também dos seus responsáveis foi possível construir um conhecimento sobre famílias com suas garantias de direitos/deveres.

Ressalta-se por fim, que a ação multidisciplinar fortaleceu o senso comunitário bem como a consciência cidadã dos membros das famílias.

"Conheça todas as teorias, domine todas as técnicas, mas,  
ao tocar uma alma humana, seja apenas outra alma humana."  
(Carl Gustav Jung)

## REFERÊNCIAS

ROSENBERG, Marshall B. Comunicação não violenta. Técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais. 1. ed. São Paulo: Summus, 2006.

# 18. DIA NO MAR

**Associação de Windsurf de Niterói**  
**Chris Mattoso Escola e Cultura Windsurf**  
**mmtizuka@id.uff.br**  
**22 99713-2320**



Associação de Windsurf de Niterói (AWN)

## DE ONDE PARTIMOS

O acordo de cooperação celebrado entre a AWN e o Instituto Estadual do Ambiente (INEA) em 2017 prevê a implantação e utilização do espaço do Núcleo Náutico do Parque Estadual da Serra da Tiririca (PESET) para promoção da cultura da conservação ambiental integrada com o lazer e o esporte ao ar livre, como previsto no plano de manejo do parque. A utilização desse espaço público prevê também a melhoria da visitação e conservação da área, assim como a acessibilidade a estas atividades.

Partimos deste contexto para promover os esportes náuticos não motorizados em harmonia com a conservação ambiental para crianças e jovens de comunidades carentes de Niterói e Maricá (RJ), uma vez que os limites do PESET abrangem estes dois municípios. Houve ainda a cooperação com a Reserva Extrativista Marinha de Itaipu e uma equipe multidisciplinar composta por voluntários e instrutores da Chris Mattoso Escola e Cultura *Windsurf*, além de amigos e parceiros locais que somaram forças e contribuíram com o projeto.



## O QUE E COMO FIZEMOS

A intenção do Dia no Mar é, além de promover um contato saudável com o meio ambiente, desmistificar a ideia de que esportes náuticos são elitizados. Apesar dos equipamentos náuticos



novos serem caros em grande parte dos esportes, existe um forte comércio de equipamento usado e mesmo doações, que permitem que pessoas de baixa renda dependam mais da vontade de praticar do que do recurso financeiro em si.

O principal objetivo era dar oportunidade a crianças e jovens interessados em continuarem a prática do esporte, sem necessidade de equipamento próprio. Desenvolvido mensalmente pela AWN, esta experiência durou um ano (de 2018 a 2019). Diversos apoiadores como mencionado anteriormente colaboraram com a execução, mas o Dia no Mar ganhou forças especialmente após um patrocínio recebido pela VELOE em 2019 que impulsionou o evento e permitiu que mais jovens pudessem participar da experiência na edição de julho-2019, por permitir a integração de quatro diferentes projetos sociais locais.

A experiência teve referências teóricas e metodológicas vindas de ações educativas que já eram realizadas por parte da equipe de voluntários em suas atuações profissionais. As atividades incluíam café da manhã e lanche no local, palestras e trilhas guiadas pelo setor lagunar do PESET com foco na educação ambiental e patrimonial (sítios arqueológicos e históricos locais) e apresentação a diferentes modalidades de esportes náuticos que puderam ser praticados no local, além de noções de segurança no mar.

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

Ao longo deste ano de Dia no Mar, foram contemplados 154 crianças e adolescentes, além de seus professores e coordenadores que acompanhavam seus respectivos projetos. Um dos maiores desafios era associar a agenda dos grupos com a disponibilidade dos voluntários, uma vez que os esportes náuticos exigem acompanhamento e supervisão quase que individualmente.

Muitas crianças e adolescentes também nunca haviam tido contato com esses esportes e alguns nem mesmo com o ambiente de praia, o que em determinados momentos, exigiu um esforço da equipe de apoio psicológico. A recepção de alguns participantes com mobilidade reduzida também foi alvo de aprendizagem e maior atenção com os aspectos voltados a acessibilidade física no espaço. Por estarmos localizados em área de conservação ambiental e ambiente costeiro, nosso ambiente não é de um clube típico e facilidades de acesso como rampas e até mesmo corrimões, tornam-se ausentes até o momento por falta de recursos para adaptações.



## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

Certamente essa experiência pode ser aproveitada e utilizada em outros contextos, além de atingir diferentes grupos etários e locais. A união de aspectos sobre a conservação ambiental e patrimônio cultural junto ao esporte demonstrou ser possível, através de uma abordagem lúdica que envolvia tanto a teoria no próprio espaço, quanto da prática em si das atividades. Para nós, mesmo o espaço e atividades não sendo acessíveis para cadeirantes, acreditamos que o elemento chave é a motivação pessoal da equipe de voluntários e parceiros, que juntos somam forças e buscam soluções criativas para a adaptação dos equipamentos e acesso.

Também não nos prendemos às parcerias locais e buscamos com a universidade, formas de estabelecer acordos para executarmos e pensarmos em novos projetos e abordagens diversas



Aproximadamente 20 participantes, 4 experiências

### Apresentações

- Roda de Conversa como um recurso pedagógico e com um papel de protagonismo, onde tudo se consolida, por exemplo, com perguntas e reflexões ao final dos jogos e brincadeiras;
- Apropriação por parte de crianças e adolescentes do ECA (Estatuto da Criança e do Adolescente), com a cobrança de direitos, mas dificuldades em relação aos deveres (atitudes perante os direitos);
- “Entrada” nas comunidades, nas casas e lares. O que são comunidades, o que é comum;
- Na pandemia houve aumento da violência doméstica, por isso, o contato remoto não dava conta, havia necessidade da visita presencial;
- Espaço coletivo entre educadores da instituição uma vez por semana: fundamental para o compartilhamento e planejamento do cotidiano, ampliando as possibilidades de soluções e de trabalho interdisciplinar;
- Soma-se a isso a utilização da Comunicação Não Violenta como aspecto metodológico consolidado, ampliando a visão e possibilidades de intervenções das educadoras;
- Ações e projetos de Integração Esporte, Cultura e Meio Ambiente facilitadas pelo espaço ambiental onde ocorrem. Potencial de investimento na compreensão e percepção do ambiente marítimo e ecológico.

### Roda de Conversa

- Quais os serviços e redes de proteção pensando nas pessoas com deficiência?
  - Existem muitos Brasis, o Nordeste não tem estrutura, muita precariedade, muito “coronelismo” nas ações políticas, existem formas de investimentos diferenciados no próprio Nordeste. Há uma insalubridade muito grande;
  - Há poucas estruturas com acessibilidade (por exemplo, o Instituto Federal da Paraíba - IFPB Cajazeiras), mas é um oásis no sertão.
- Questão de políticas públicas, direitos:
  - Aparentemente o Campus IFPB Cajazeiras cumpre a educação inclusiva, mas a principal “política pública” nas AFEs (Atividades Físicas e Esportivas) é a Lei de Incentivo, onde não há garantias de continuidade das ações;
  - O não funcionamento das políticas e legislações impactam grandemente as desigualdades de acesso e de continuidade de projetos;

- Exemplos: a praia é pública e o acesso deveria ser garantido de diversas formas; o investimento deveria chegar ao nível municipal para a estrutura básica de acessibilidade;
- A questão de acessibilidade não está relacionada somente ao deficiente, mas perpassa o idoso, a criança, alguém lesionado temporariamente, de certa forma, tudo que limita a locomoção;
- A legislação é boa, mas há um aspecto histórico-cultural e um orçamento nas políticas públicas que não dá conta, que vai para outros setores. Por exemplo, a Assistência Social luta por 5% do orçamento e o Esporte por 0,5%;
- O projeto do IFPB termina, mas o CCA (Centro para Crianças e Adolescentes) e outras estruturas públicas permanecem. Parcerias ajudam na lacuna de formação dos educadores das estruturas públicas;
- A questão da intersetorialidade também é fundamental, porque fica cada um na sua e não há a integração e a visão sistêmica necessária;
- Ouvir pessoas de outras áreas envolvidas no esporte é muito importante para o profissional da educação física, que normalmente é muito prático.
- Como foi nesse período a construção de parcerias, redes, construção de vínculos para fortalecer principalmente a necessidade de assistência social?
  - Houve um aprofundamento na relação com famílias. As famílias têm sede de informações, nosso papel é dar condições para serem agentes, terem voz;
  - As informações sobre direitos também não chegam, há muita negligência;
  - As características dos territórios, a centralidade, a periferia, geram oportunidades e possibilidades diferentes;
  - Na pandemia os serviços públicos ficaram fechados, aumentando a negligência, pois também não houve uma articulação para dar condições;
  - A indignação, a dor sentida pelos educadores teve suporte apenas nos espaços coletivos das instituições
- O ambiente também é atacado no caso do espaço da prática do *windsurf*, pois a possibilidade de especulação imobiliária é enorme, o que também degrada os espaços e as vidas;
- Houve um fortalecimento das redes de ações em torno da Lagoa de Itaipu, gerando uma maior interação e não isolamento das ações;
- O isolamento da pandemia trouxe um pouco de preservação a alguns ambientes;
- Quais as repercussões dos projetos junto às crianças, equipamentos públicos?

- CCAs são políticas públicas vinculadas normalmente à execução complementar por ONGs (Organizações Não Governamentais). Quando há um movimento de parceria para contribuir com esses equipamentos também gera um conflito interprofissionais, metodologias, culturas. Envolve o entendimento do terceiro setor nas perspectivas diferentes da assistência social;
- Houve casos de famílias que não quiseram abrir as portas das residências, como construiu-se a confiança? Todos os parceiros aceitaram essa ação e as informações trazidas (ponte famílias-equipamentos)?
  - Os serviços acharam positivo (CRAS - Centro de Referência de Assistência Social), facilitando vínculos;
  - A parceria trouxe cartão de alimentação, então isso foi positivo, aproximação por dar conta de uma necessidade;
  - Importante também ir uniformizado, pois identifica, torna-se conhecido;
  - Alguns equipamentos ficaram fechados, mas outros foram fechados, diminuindo ainda mais as possibilidades de acesso a serviços públicos;
  - Acolhida empática e ativa, um olhar humano, para além de ser educador, assistente;
  - As instituições, em boa parte, viraram um centro de referência e de ajuda ao longo da pandemia. Agora, quais os aprendizados, o que fica, como alguns vínculos e estratégias de aproximação permanecem? O que se agrega a esse olhar de esporte que também é de Desenvolvimento Humano?
  - a própria diversidade do esporte dentro da comunidade resgata um sonho possível.



# VÍNCULOS E ATUAÇÕES EM/NA COMUNIDADE

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

# 19. INOVAÇÃO E CRIATIVIDADE<sup>6</sup>

Marcelo M. Francisco  
craquesodebola@hotmail.com  
81 98868-1249  
ACSB (Associação Craques Só de Bola)

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>6</sup> Vide Anexos

# 20. CONSCIENTIZAÇÃO DO USO DO ESPAÇO PÚBLICO E CONSTRUÇÃO DE VÍNCULO COM A COMUNIDADE

Denis Carvalho de Sousa  
denis.carvalho@goldeletra.org.br  
11 98102-5194

Fundação Gol de Letra

## DE ONDE PARTIMOS

O contexto se dá ainda antes da pandemia quando foi retomado um trabalho na vila Albertina, na cidade de São Paulo, dentro de um programa de esportes e lazer com a comunidade, que tinha uma relação difícil com o espaço onde ocorria o programa.

A experiência foi desencadeada partindo da relação da comunidade com o espaço, quando não se apropriavam de fato do ambiente. As atividades ocorriam à noite, com crianças, adolescentes e adultos que por muitas vezes depredavam ou arrombavam o espaço físico. O público-alvo era a comunidade da Vila Albertina, de forma mais específica crianças e adolescentes.

## O QUE E COMO FIZEMOS

A partir da situação desafio, foram traçados alguns objetivos e estratégias de diálogo e construção coletiva com o grupo como combinados e regras a se cumprir dentro do espaço físico onde eram atendidos.

A experiência durou cerca de três meses. O referencial utilizado foi a própria metodologia da Fundação Gol de Letra, que tem como seus princípios pedagógicos, o Aprender, Conviver e Multiplicar, somada aos princípios do esporte educacional.

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

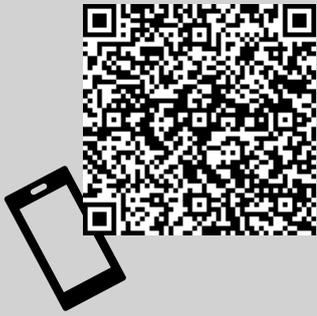
Sim, a iniciativa já representa resultados. No início da experiência não sabíamos como lidar com os desafios e hoje sabemos. Os desafios enfrentados foram a má utilização e desvalorização do espaço, depredação, desorganização e relações violentas dos educandos.

Esses desafios foram enfrentados com muita escuta, diálogo e intervenções pedagógicas como a construção de regras, definição de horários e modalidades.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

É possível aproveitar a experiência em todos os lugares. As recomendações são de respeitar a cultura local, dialogar de forma horizontal com os atendidos, ter muita escuta, trabalhar com a comunicação não violenta e usar uma rede de apoio dentro da própria organização.

# 21. DESENVOLVIMENTO HUMANO ATRAVÉS DA LUDICIDADE



**Priscilla de Siqueira Germignani Martins**  
**priscilla.germignani@ligasolidaria.org.br**  
**11 99637-8090**

Liga das Senhoras Católicas de São Paulo

## DE ONDE PARTIMOS

Crianças e adolescentes sem opções de lazer na comunidade onde residem, comunidade com alta taxa de vulnerabilidade, famílias com pouco vínculo afetivo, crianças e adolescentes com baixo desenvolvimento cognitivo.

O que desencadeou essa experiência foi o entendimento do contexto acima como uma necessidade de inclusão de atividades que proporcionassem um desenvolvimento integral das crianças e adolescentes da comunidade, pensando no contexto de valores, no contexto cognitivo, na ludicidade e diversão.

O público-alvo era composto por crianças e adolescentes, atendidos pelo Programa Esportes da Liga Solidária, envolvidos através da participação nas atividades ofertadas.

## O QUE E COMO FIZEMOS

O objetivo foi proporcionar experiências lúdicas que trabalhassem no desenvolvimento humano de crianças e adolescentes de 5 a 18 anos, atendidos pelo Programa Esportes.

A estratégia foi identificar quais valores humanos gostaríamos de trabalhar e como trabalharíamos as funções executivas. Depois dessa identificação fizemos a escolha e desenvolvimento das atividades aplicadas.

A experiência é realizada todos os anos, durante 5 dias, nas férias de janeiro. Os recursos



materiais utilizados foram os mais diversos, como: caixa de som, microfone, fantasias, pistas, enigmas, papéis, canetas, canetinhas, tinta, barbante, bolas, cones, bambolês, cordas, copos plásticos etc.

As referências utilizadas para a escolha e desenvolvimento das atividades foram baseadas em recreação, funções executivas e desenvolvimento humano.

Brincar é uma realidade cotidiana na vida da criança, é uma prática sociocultural que possibilita a criança transpor dados da realidade à fantasia, estabelecer novas interações com objetos, com pessoas e com o seu próprio corpo. O brincar expressa, portanto, um diálogo com o mundo, a forma como a criança representa, cria e recria a realidade a sua maneira. De acordo com o RCNEI, (Referencial Curricular Nacional da Educação Infantil), a brincadeira ajuda na autoestima das crianças, além da criatividade na hora da execução das atividades, com isso, o brincar contribui para a sua inserção no âmbito social e na formação do seu próprio eu (BRASIL, 2002).



## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Pudemos perceber que as crianças e adolescentes nunca tinham vivido essa experiência. No começo estavam meio sem saber o que era e bastante receosos, na nossa primeira experiência tivemos uma média de 25 participantes, na segunda percebemos que a maioria que participou da primeira estava presente e mais novos alunos (45 em média), na terceira experiência tivemos uma média de 90 participantes.

Apesar de ser anual, percebemos que os alunos ficam encantados. Com o embasamento científico sabemos o quanto essa experiência de ludicidade contribui para o desenvolvimento de cada um deles. O maior desafio é a organização, pois são atividades recreativas muito bem elaboradas, para que o aluno se sinta imerso naquele universo lúdico. Depois da organização temos o desafio de colocar a atividade em prática, pois precisa ser muito bem conduzida e monitorada para que saia conforme o planejado

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

Sim essa experiência pode ser adaptada para outros grupos e faixas etárias (funcionários de uma empresa, idosos, casais, famílias etc.), também pode ser realizada em espaço aberto ou fechado. Quanto maior a riqueza de detalhes e caracterização das atividades, mais legal fica.

Os elementos chave são muitos: a magia, a inclusão, o respeito à diversidade, o respeito às regras, a cooperação e a diversão.



# 22. ESPORTES CONSTRUINDO VALORES E CIDADANIA<sup>7</sup>

**Neusa Ribeiro**  
**Kethleen Rodrigues Alcântara**  
**ribeironeusam@gmail.com**  
**11 99984-4264**  
Instituto Família Barrichello (IFB)

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>7</sup> Vide Anexos



# 23. O QUE HÁ PELO CAMINHO: GANHOS, DESCOBERTAS E DESAFIOS NOS CIRCUITOS AMPLIADOS DO ANDAR A PÉ

**Maykell A. Carvalho,  
Marcos Vinicius M. e Silva,  
Maria dos Remédios M. Gomes**

Prodhe Cepeusp (prodhe@usp.br)

## **DE ONDE PARTIMOS**

A proposta foi apresentada para o edital do Laboratório de Ação para a Mobilidade a Pé (LabMaP), iniciativa do Como Anda (comoanda.org.br). A experiência surge a partir dos desdobramentos e ampliação do tema “Vidas Ativas”, tratado nos diversos espaços de diálogo do Prodhe.

A ideia foi envolver distintos territórios: campus universitário USP e ruas do entorno no Butantã; campus universitário UFLA (Lavras, sul de Minas); e Carmo da Cachoeira (pequeno município do sul de Minas). Diversos mobilizadores em cada localidade foram acionados: líder comunitária, ativista, educadores do Cepeusp, docentes universitários, representantes públicos interessados, público em geral caminhante ou não.

Em cada território o público-alvo, chamado “mobilizador”, se envolveu de um modo particular, em função das condições específicas do cenário de pandemia ainda em curso. Como se tratava de uma proposta que, inicialmente, pretendia sensibilizar, mobilizar diversos atores sociais e comunidades em relação à temática da mobilidade a pé, sua continuidade dependia, naturalmente, de processos educativos e de participação social. Para isso, todo o conteúdo tratado e material disponibilizado em cada encontro do LabMaP foi compartilhado com os mobilizadores dos territórios.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Objetivos:

- Ativar redes locais e territoriais, potencializando articulações entre os mobilizadores já em ação em distintos lugares;
- Identificar percursos a pé já existentes, mapear e propor novas trilhas nos diferentes territórios; e
- Estimular a mobilidade ativa como fator preponderante para a melhoria das condições de saúde física, emocional e social através do andar a pé.

A principal estratégia foi fomentar a percepção dos ganhos, descobertas e desafios quando as pessoas vivenciam os lugares andando a pé. A experiência durou de meados de março a início de agosto de 2021, período em que a iniciativa do Prodhe e mais nove espalhadas pelo país participaram das atividades do LabMaP.

Como exemplos dos recursos materiais utilizados, destacam-se:

- Instrumento Circuitos GDD – adaptado “Diário do Bonde a Pé” (Corrida Amiga) para identificar os ganhos, descobertas e desafios que as pessoas percebem ao andar e
- *Workshop* de Imaginação - os modelos de análise do ambiente, formação de pessoas e ser ativo e os indicativos de intervenções adequados a cada lugar.

Os apoiadores da iniciativa foram as próprias curadoras do LabMaP, os participantes das demais iniciativas pelo país, a própria equipe do Prodhe e os mobilizadores de projetos, ações e territórios.

Os atributos do Letramento Corporal (motivação, competência motora, confiança e conhecimento/compreensão) necessários para engajamento; e o conceito de Vidas Ativas: todas as formas de viver em que o movimento e a atividade física são essenciais no cotidiano das pessoas e comunidades, foram alguns dos importantes referenciais.



## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS



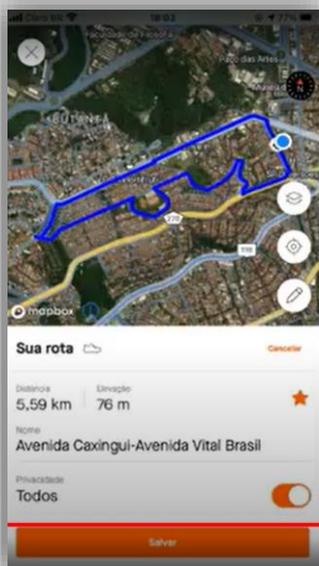
Como exemplos de resultados tivemos:

- Redes territoriais mais sensíveis à temática e grupos mobilizadores “locais” ativados como disseminadores e
- Criação de recursos pedagógicos para mapear rotas e identificar ganhos, descobertas e desafios ao andar a pé.

Percebeu-se que, assim como a vida das pessoas já é ativa, mas pode ser qualitativamente mais que as redes sociais espalhadas por aí, o que precisa é incentivá-las, buscar mais articulação, acionar tantos mobilizadores já atuantes nos diferentes territórios.

Um dos desafios foi mobilizar e engajar a equipe e outros atores/atrizes sociais em tempos tão estranhos à circulação livre pelas ruas. Outro foi concretizar as possibilidades de abordagem e intervenção nos territórios. O jeito então foi alimentar as perspectivas de continuidade, compartilhar os subsídios (*podcasts*, vídeos, guias, textos) trabalhados no LabMaP, cultivar possibilidades e contatos com mobilizadores potenciais.

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA



Trata-se de uma experiência que nasceu para ser expandida, disseminada. Carrega a lógica da articulação, mobilização. Pretende ser profundamente inspiradora, enriquecedora e provocadora das significações do andar a pé. É uma experiência sempre aberta, pois diz respeito a todas as pessoas, independente do lugar onde se vive.

Um caso concreto de continuidade dos circuitos ampliados do andar a pé é o Butantã+Caminhável. Já em atividade, fomenta a discussão sobre melhorias nos distritos da subprefeitura do Butantã por um andar a pé com mais qualidade. Trata-se de um projeto de extensão universitária aprovado no Programa Unificado de Bolsas USP, numa parceria com a Rede Butantã de Forças e Entidades Sociais e com um docente da Escola de Educação Física e Esporte da USP.

Outra possibilidade é replicar a iniciativa com um docente na Universidade Federal de Lavras (UFLA+Caminhável). Também dentro do Butantã+Caminhável, encontra-se em andamento o apoio à elaboração do projeto “Manual por uma USP a Pé”, de um educador esportivo do Cepeusp. E como

perspectivas de ampliar a discussão e aprimorar as propostas vinculadas à abordagem “Circuitos Ampliados do Andar a Pé”, o Laboratório de Campo do Grupo de Estudo Vidas Ativas do Prodhe e a Redes Vidas Ativas apresentam-se como espaços propícios.

O andar a pé como interação e conexão entre pessoas, com o trabalho, a cultura, o lazer, a educação, o transporte, a saúde, a política, a mobilidade ativa, entre os bairros, com a cidade.

Onde quer que se esteja, participe dessa rede/circuito e desperte movimentos para dentro (de si e dos territórios) e para fora (interações sociais). É um convite para que possamos perceber que esse gesto, hábito de caminhar, andar mais a pé fortalece a conexão com pessoas e lugares.

“Se de carro eu atravesso a cidade, a pé a cidade me atravessa”.

## REFERÊNCIAS

Caderno Jornada Vidas Ativas, Prodhe Cepeusp e IAS

Índice de Caminhabilidade, ITDP

Metodologia Bonde a Pé e Leitura Urbana, Corrida Amiga

Metodologia Safari Urbano, Cidade Ativa

Jogos Ruas de Esporte e do Desenvolvimento Esportivo, Prodhe Cepeusp

Atributos do Letramento Corporal, IPLA

Placemaking, Guia do Espaço Público

PALLASMAA, Juhani. Os Olhos da Pele – A arquitetura e os sentidos

CUSK, Rachel. Esboço. Ed.Todavia.



# 24. VALORES CIVILIZATÓRIOS NA PRÁTICA DA CAPOEIRA<sup>8</sup>

João Ferreira de Oliveira Filho (Roots)

joaorootsc@gmail.com

85 98822-1716

Instituto Povo do Mar

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>8</sup> Vide Anexos



Sesc Jundiá

# 25. DO VÍDEO PARA A VIDA

**Giane Moraes**

**Julio Sakamoto**

**[giane.moraes@sescsp.org.br](mailto:giane.moraes@sescsp.org.br)**

**11 95557-7879**

## DE ONDE PARTIMOS

Tudo começou nas aulas da turma de basquete adulto do Programa de Esportes do Sesc Jundiá, quando sugeri aos alunos fazermos uma temporada de dois meses do Modelo de Educação Desportiva (MED). Os alunos toparam e começaram a se organizar com mediação. A turma contava com homens e mulheres acima de 16 anos. No início era tudo confuso, mas então foi ganhando forma e o grupo foi ficando mais participativo. Então, junto com uma ideia de saber o que levou os alunos a praticarem basquete e com o desenvolvimento do MED, uma aluna (Lígia) sugeriu de gravar os depoimentos e fazer o papel de mídia, resultando em um trabalho incrível com os alunos como protagonistas: puderam falar, se ouvir e se assistir.

Esse trabalho voluntário resultou na contratação da Lígia para outros vídeos, como a série Pedalar. O vídeo que começou de forma coletiva, chegou também na forma individual, auxiliando a nossa adaptação durante a pandemia, procurando estratégias de nos mantermos ativos.

## O QUE E COMO FIZEMOS

A ideia de fazer o MED com os alunos do basquete surgiu conhecendo o trabalho com essa metodologia que o educador Fernando realizou em sua turma de vôlei quando estava na unidade Bauru.

O objetivo da aplicação do MED foi para os alunos vivenciarem papéis como arbitragem, atletas, organizadores, treinadores, expectadores da modalidade basquete e assim compreender o lugar do outro, sendo mais empáticos e olhando o fenômeno esportivo por outro ângulo.

A experiência durou dois meses, entre divisões das equipes pelos próprios alunos, divisão das funções também pelos alunos, aprendizagem sobre regras, sinais das violações, utilização do placar eletrônico, preenchimento de súmula, organização da quadra para os jogos, treinamentos e o evento

culminante. Desse evento surgiu o vídeo produzido pela Lígia, os alunos ficaram super felizes em participarem e se assistirem. Esse vídeo abriu portas para novos trabalhos, dessa vez como profissional contratada, produzindo vídeos para o Mesa Brasil, série sobre Pedalar na Pandemia (benefícios do ciclismo



para a saúde física e mental, seja no lazer ou deslocamento), série sobre esporte e atividade física adaptada em parceria com o Programa de Esportes e Atividades Motoras Adaptadas (PEAMA) - da Prefeitura de Jundiaí - e retorno dos cursos esportivos na pandemia.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

O primeiro resultado foi conhecer mais os alunos a partir do vídeo em que diziam o porquê iniciaram na prática de basquete, alguns que eram bem tímidos nas aulas e pouco falavam, se expressaram no vídeo e nos surpreenderam. A junção do vídeo trouxe bastante emoção, mostrando cenas dos jogos realizados durante o MED e a união das equipes. Não sabíamos no início o quanto o trabalho da Lígia era incrível, nem a história de cada aluno e a motivação para chegar ali.

Os desafios durante o MED foram a presença contínua dos alunos nas aulas, pois poderiam surgir alguns compromissos que precisassem faltar e após o evento a pandemia dificultou muitos trabalhos. Com certeza a contratação de produtoras diminuiu e então veio a oportunidade da Lígia conseguir alguns trabalhos e fazer esses vídeos que trouxeram muito pertencimento a quem participou e muita emoção em quem assistiu, despertando o interesse pela prática de atividades físicas em muitas pessoas que se sentiram sensibilizadas.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

O vínculo entre os alunos foi aumentado, memórias foram registradas e possibilitamos uma ascensão profissional e empoderamento feminino. É possível aproveitar a prática do MED em muitos contextos, modalidades e faixas etárias, envolvendo todo o grupo e aprendendo junto. Os vídeos

foram fundamentais para despertar o lembrete de registrarmos nossas aulas e alguns momentos especiais, podendo ser memórias ou estímulo para outras pessoas praticarem atividade física.

Conhecer a expertise dos nossos alunos poderá auxiliar em construções coletivas com participação ativa dentro e fora do esporte. Tornar o aluno protagonista na prática esportiva aumenta o engajamento nos esportes e forma para a vida. Palavras como: trabalhar em equipe, ouvir, falar, respeitar, disciplina, equidade, oportunidade, inspiração, autoconfiança, pertencimento, voluntariado, foram presentes e o que é aprendido nos esportes podemos transferir para a vida pessoal e profissional.





# VÍNCULOS E ATUAÇÕES EM/NA COMUNIDADE Roda de conversa

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

Mediação: Thatiana Freire

15 participantes

Relato Oral:

Conscientização do uso do espaço público e construção de vínculo com a comunidade.

Fundação Gol de Letra – FGL

Apresentador: Dênis C.

Não se apropriam do espaço, as atividades ocorriam a noite e o público-alvo eram crianças e adolescentes da Vila Albertina.

Desafios:

- Depredação do espaço;
- Faixa etária não definida;
- Resistência do público; e
- Falta de Identificação com o espaço.

Estratégias:

- Construção de vínculo;
- Escuta ativa;
- Técnicas de Comunicação Não Violenta (CNV);
- Construção coletiva de regras de convivência; e
- Reorganização da grade de atividades (separação por faixa etária).

Resultados:

- Vínculo com a comunidade;
- Maior qualificação e aproveitamento das atividades; e
- Respeito e identificação com o espaço.

Relato Oral:

Desenvolvimento Humano através da Ludicidade

Liga das Senhoras Católicas de SP

Apresentadora: Priscila Martins

Atendem 550 crianças na colônia de férias. Sendo dois grupos, um de 5 a 11 anos de manhã com duração de 2h30, outro de 12 a 17 anos a tarde com duração de 2h30.

Atividades desenvolvidas: desafios, dinâmicas, brincadeiras cantadas, rodas cantadas e grandes jogos. Atividades cooperativas, competitivas, individuais e coletivas.

Desafios: lógico, físico, conhecimento gerais, habilidades motoras, criatividade, coordenação etc. Para que todos possam participar e protagonizar em algum momento.

Importância: Desenvolvimento social, cultural e pessoal, aprimorando aspectos motores, cognitivos, afetivos e sociais, contribuindo para uma vida saudável e um desenvolvimento pleno.

O lúdico constrói a partir do irreal e do imaginário de uma maneira exclusiva e individual. Todos podem participar, mas não tem uma programação adaptada.

O objetivo é o desenvolvimento integral, com atividades diversas. Rodas de conversas, temas transversais etc.

O que é esperado?

- Promover interação social;
- Trabalhar respeito a si e ao próximo;
- Desenvolvimento de competências socioemocionais;
- Autonomia e responsabilidade;
- Fazer amizades;
- Prática ao ar livre;
- Serem eles mesmos;
- Desconexão das redes sociais;
- Múltiplas inteligências;
- Estimular trabalho em equipe, colaboração e cooperação;
- Protagonismo.

Objetivo final: "Pessoas protagonistas de suas próprias vidas e transformadoras do seu entorno".

Relato Oral:

O que há pelo caminho: ganhos, descobertas e desafios do andar a pé

Prodhe – CEPEUSP

Apresentador: Maykell A. Carvalho, Maria do Rosário e M. Gomes.

Passaram um vídeo do projeto:

- Sentidos do caminhar;
- Estímulo às vidas ativas;
- Descobrir rotas do Andar a Pé;
- Valor social do Andar a Pé.

O projeto teve seu início em março de 2021.

Percepções ao Andar a pé. Por que o caminho e o que me chama a atenção? Por que motivo as pessoas andam a Pé?

O despertar dos sentidos:

Cheiro – De lixo, perfume.

Sons – Voz de quem anda comigo.

Lugares para brincar, Lazer, Esportes. Vegetação, acessibilidade, lugares para ficar. Qual cena te chama a atenção? O que motiva, inspira?

Ampliando a percepção:

Desafios: Aproveitar com qualidade, vencer a preguiça, gestão do tempo, controle do ritmo etc.

Descobertas: Lugares bonitos que não conhecia. Apreciar flores, plantas, funcionamento do próprio corpo, percepção do lugar, novos caminhos, comércio etc.

Qual sentido damos para o Andar a pé? Um gesto tão trivial e simples.

Butantã mais caminhável:

Busca de melhorias para o andar a pé na Subprefeitura, mobilizando atores sociais, promovendo diálogos e ações de intervenção. Reunindo pessoas no mapeamento de caminhos e rotas de interesse.

Agenda Butantã mais caminhável:

Várias atividades de caminhada, como: cursos de caminhada, bate-papo remoto, volta da USP virtual, ponto de encontro metrô Butantã.

Relato Oral:

Valores Civilizatórios na prática da Capoeira

Instituto povo do Mar

O apresentador não estava presente.

Passou um vídeo do projeto de Capoeira, uma brincadeira para aprender as notas do Berimbau.

Relato Oral:

Do Vídeo para a Vida

SESC Jundiaí

Apresentadora: Giane Moraes

Uma aluna do Basquete produziu um vídeo e depois teve oportunidade de fazer um vídeo para o Mesa Brasil e assim seguiram outros vídeos para a produtora do Sesc.

Resultado: a aluna fez umas imagens de um torneio de basquete e assim conseguiu ser contratada como profissional para fazer outros vídeos para o Sesc.

## Roda de Conversa

Thati Freire perguntou:

Em que medida as experiências contribuíram com o vínculo e atuações em/na comunidade?

Respostas:

Priscila disse que para 2022 irá fazer com toda a família.

Maykell explicou que o representante público, não só o eleito que tem um cargo. Aproximação participando dos fóruns reuniões. Construir outras significações para as pessoas que participam e como despertar essas outras significações.”

Denis C. trouxe para a roda de conversa que o vínculo é o fio condutor. O público sentir que você está se entregando de verdade.

Will Boudakian falou que estamos no meio de um terremoto, o jeito de viver está privatizando a gente. Aqui precisamos de projetos sociais e aulas para ajudar as pessoas a lembrarem quem elas são e estimular a busca do conhecimento. Falta de espaço e pertencimento. Precisamos dessa mediação, porque perdemos isso.

Maykell disse que precisamos não criar uma dependência dessas instituições.

Thati Freire perguntou por que precisamos resgatar o Andar a Pé? Nosso papel individual, o quanto assumimos isso nos nossos micros contextos. Resgate do andar a pé nesse modelo urbano de carros etc. Contou que usou carregadores com seus filhos e não usou carrinhos.

Will Boudakian citou uma experiência em Moçambique, lá eles não precisavam aprender a dançar entre outras coisas, perdemos isso em algum momento. Por que precisamos de um acompanhamento? Por que as crianças não têm isso garantido? Nosso papel muitas vezes é apenas mediar o que já está acontecendo e deixar rolar.

Denis C. comentou que as instituições às vezes institucionalizam demais as atividades. Nosso papel às vezes é mostrar que não é assim, que é acessível.

Giane citou o caso do Sesc e perguntou: O Sesc é convidativo em relação as barreiras arquitetônicas? Já fomos na comunidade ao redor? Disse que quando foram até a comunidade próxima melhorou o vínculo.

Cintya lembrou que existem pessoas do comércio que não sabem que podem frequentar o Sesc.

Will falou que momentos de resgate de memórias precisam ter nos nossos planejamentos das atividades, valorizar dos que vieram antes de nós, atletas, pessoas que fizeram história, caminhos.

Thati Freire indagou; "O que é preciso fazer para melhorarmos o vínculo com a comunidade? Qual o aprendizado de hoje?"

Mykell disse que a expectativa de vida está aumentando, mas a qualidade de vida não está acompanhando. A vida é intergeracional.

Colocar em texto literalmente o que fazemos na prática foi uma grata experiência. Lembrei da época da faculdade, faz tempo, de estar na universidade. Foi muito bom lembrar, me aproximar de novo, estou na prática há muitos anos e longe dos textos, da teorização. E por fim compartilhar as diferentes propostas de diferentes instituições com ações semelhantes foi uma troca significativa. Minha primeira vez e gostei.



Foi a primeira vez que participamos da Maratona REMS, e me senti muito acolhida para poder expor e ouvir a troca dos conhecimentos dos colegas, certamente as experiências de cada um nas ações realizadas durante a pandemia e a forma como as soluções foram encontradas serão lembradas em futuros momentos.



É sempre importante compartilhar/trocar experiências e aproveitar ou adaptar às nossas realidades. Parabéns pelo envolvimento de todos.

É sempre enriquecedor participar dessa Maratona. Sempre levo muitas ideias de atividades, cursos, formações para nossa rede.

A participação me mostrou outros horizontes, enriquecendo meu desenvolvimento como profissional.

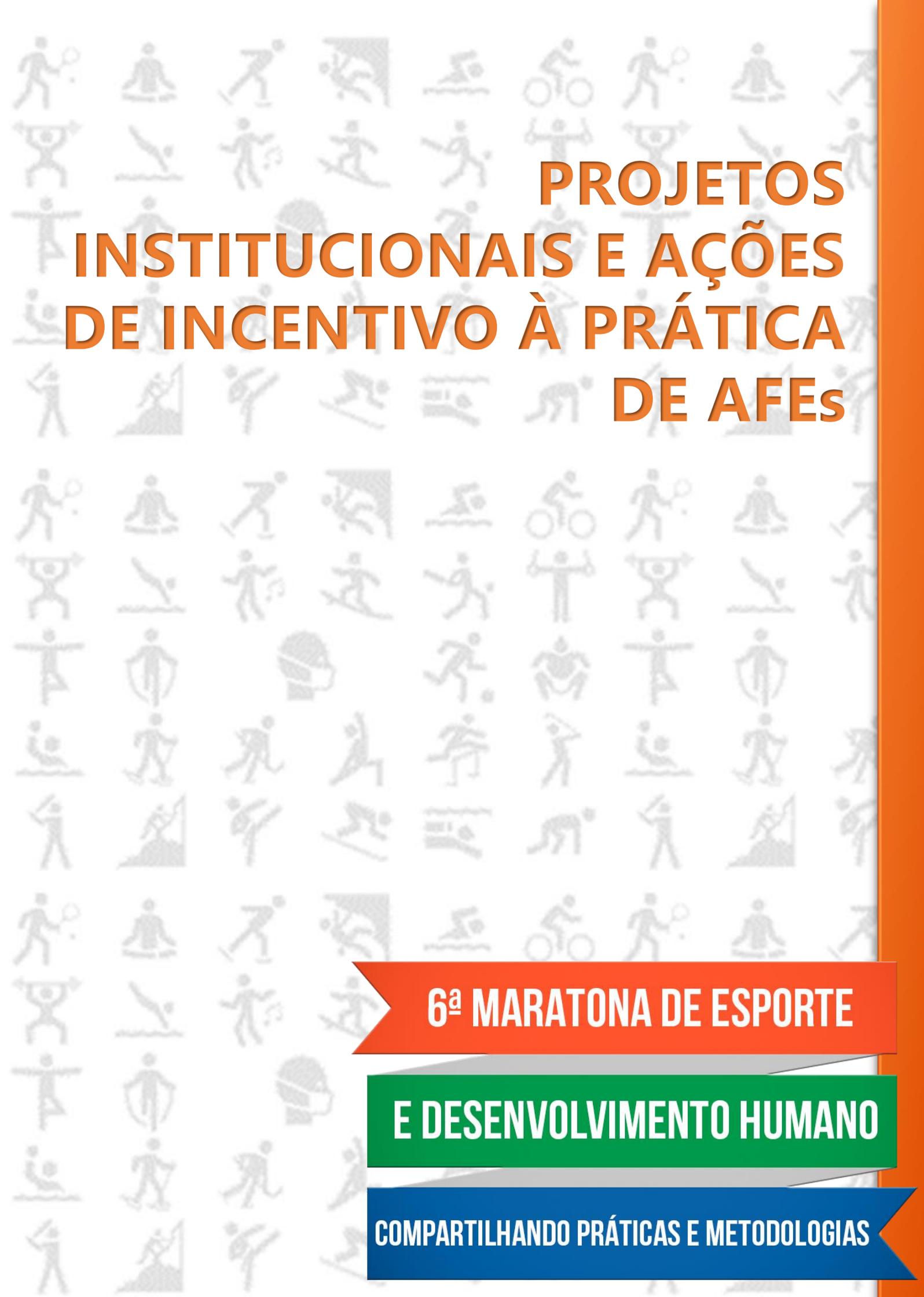


Os conhecimentos agregarão maiores diversidades aos processos nas construções dos planejamentos e eventos. Um período maior.

Pensar os Programas a partir de um foco não somente de desenvolvimento humano, mas também de aprendizagem esportiva básica e de desenvolvimento físico-motor. Capacitação ou Discussão na área de Análise de experiências sobre o Impacto Social de Projetos.

Apresentações e propostas relevantíssimas, atividades que podemos adequar às nossas ações esportivas e para além das quatro linhas. Podemos adequar algumas das atividades em nosso momento de aquecimento, treinos situacionais e algumas propostas como estratégia de trabalho em grupo. Evento apesar do formato *on-line*, muito rico e assertivo na proposta, gratidão por mais essa grande colaboração na minha constante formação.





# PROJETOS INSTITUCIONAIS E AÇÕES DE INCENTIVO À PRÁTICA DE AFEs

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

# 26. PROGRAMA DESPORTO DE BASE - PDB



Ronaldo José Lucentini  
Hermes Albino  
ronaldolucentini@gmail.com  
19 98138-4880

Secretaria de Esportes, Lazer e Atividades Motoras Piracicaba

## DE ONDE PARTIMOS

Modalidades Esportivas oferecidas a crianças, adolescentes e jovens dos 7 aos 17 anos.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Deu início em 1989 e prossegue até os dias de hoje. O PDB é um programa socioeducativo da Prefeitura de Piracicaba e oferecido pela Secretaria de Esportes, Lazer e Atividades Motoras (SELAM) a todos os munícipes.



## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

Atendemos em média 4.000 munícipes entre 7 e 17 anos. Com a pandemia esse número ficou reduzido a média de 1.000 atendimentos. Com o retorno das atividades esperamos chegar aos atendimentos anteriores.

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

A experiência nos mostrou que é possível expandir a outros grupos de faixas etárias maiores como: experiência com a natação para adultos e voleibol para mulheres adultas acima dos 18 anos.

# 27. UMA CAMPANHA POR VIDAS+ATIVAS

**Marcos Vinicius Moura e Silva**  
(representando todas as pessoas  
que se envolveram na campanha)  
prodhe@usp.br



Programa de Desenvolvimento Humano do Centro de Práticas Esportivas da USP (Prodhe)

## DE ONDE PARTIMOS

O contexto da pandemia do Covid-19 e as limitações e potencialidades impostas delimitaram o planejamento do Programa de Desenvolvimento Humano pelo Esporte (Prodhe) para 2021. O Prodhe desenvolve diversas ações, como a facilitação do brincar para crianças, formação esportiva de crianças e adolescentes, cursos de modalidades esportivas alternativas para jovens e adultos, estímulo ao desenvolvimento ativo familiar e comunitário, organização de eventos esportivos e acadêmicos, articulação e participação em redes temáticas e territoriais etc. Todas essas ações convergem para o objetivo central do programa de promover Vidas Ativas.

“Vidas Ativas são todas as formas de viver em que o movimento e a atividade física são essenciais no cotidiano das pessoas e comunidades”.

A aplicação do conceito de Vidas Ativas, os ganhos e aprendizados da realização em 2020 de um espaço coletivo aberto às pessoas que se relacionam com o Prodhe (Blog Desenvolvimento Ativo Familiar: <https://desenvolvimentoativofamiliar.blogspot.com/>) e a conversão de ações e eventos tradicionais do Prodhe para o meio remoto foram os desafios do planejamento 2021.

De modo complementar, o contato com o público próximo e pesquisas mais amplas apontaram um aumento nos comportamentos sedentários e/ou muitas variações nas possibilidades de se manter ativo na pandemia.

A partir desse cenário, o Prodhe planejou uma campanha “guarda-chuva” para todas as suas ações de 2021, “Uma Campanha por Vidas+Ativas”, com ações correlacionadas, complementares,

convergentes, sinérgicas que poderiam ser acompanhadas interativamente pelos diversos públicos, desde crianças e adolescentes e seus familiares, até educadores, estudantes universitários, parceiros anteriores ou potenciais e outras pessoas que viessem a se interessar. Foi desenvolvida uma identidade visual que permeou todas as ações.

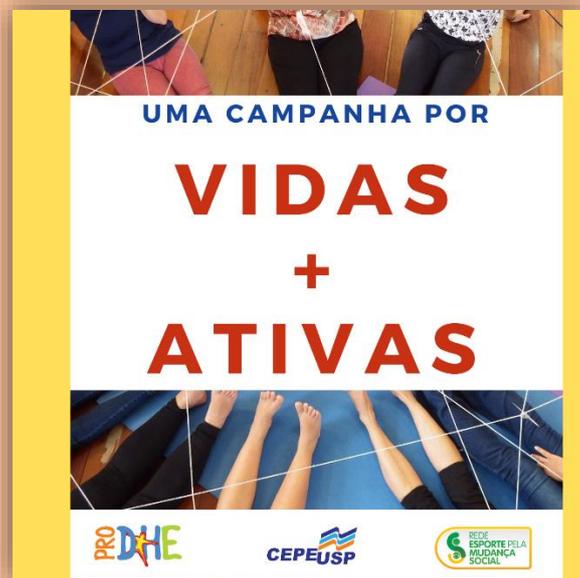


Figura 1. Identidade visual “Uma Campanha por Vidas+Ativas”.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Os principais norteadores da proposta foram: abordar a temática Vidas Ativas sob várias óticas, estimular espaços de diálogo, construir possibilidades de pessoas e grupos se manterem ativos corporalmente ao longo da pandemia – de maneira autônoma e com aprendizados para além desse momento.

As ações remotas planejadas foram:

- ✓ 08 Encontros de Estimuladores de Vidas Ativas, cada qual com uma temática diferente e convidando pessoas com diferentes formações e experiências, buscando assim comunicar-se com um público ampliado;
- ✓ 06 encontros da Jornada de Desenvolvimento Ativo Familiar, uma abordagem mais prática de compartilhamento de experiências para grupos familiares utilizarem o potencial coletivo para se manterem ativos.

Esses dois eventos foram planejados nos espaços coletivos institucionais do Prodhe, nos quais os temas, formatos, pessoas convidadas, ações de comunicação e disseminação, retroalimentação e aprendizados possíveis foram amplamente conversados:

- ✓ Reunião semanal da equipe de educadoras,
- ✓ Grupo de Estudo e Trabalho Vidas Ativas e,
- ✓ Espaço de Formação e Planejamento, com envolvimento de estudantes bolsistas e voluntários.

Outros espaços dos quais o Prodhe participa: Rede Esporte pela Mudança Social, Redes Vidas Ativas e Rede Butantã de Entidades e Forças Sociais, serviram de inspiração e como convite a pessoas ou instituições. Além disso, o Caderno Jornada Vidas Ativas - produzido em 2019, lançado em versão impressa em fevereiro de 2020 e eletrônica em meados de 2020, foi disponibilizado no site do Cepeusp a todas as pessoas interessadas, compondo a campanha e servindo de referencial às demais ações. O Caderno está disponível para download em: (<https://cepe.usp.br/news/caderno-jornada-vidas-ativas/>).

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS e REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

Os eventos foram plenamente desenvolvidos. O desenrolar dos Encontros de Estimuladores de Vidas Ativas levou à realização de mais duas etapas, totalizando 10 encontros. A imagem a seguir apresenta alguns resultados, com destaque para a diversidade de temas, o número total de convidados, de inscritos e de participantes.



Figura 2. Resultados dos Encontros de Incentivadores de Vidas Ativas.

A Jornada de Desenvolvimento Ativo Familiar apresentou uma média de participação menor, de 15 pessoas, mas se desdobrou em duas ações complementares para diversificar as possibilidades

de participação e fortalecer a mensagem: a Geodésica Vidas+Ativas e a Comunidade de Prática Virtual (experiências contadas em mais detalhes em outros textos desta publicação).



Figura 3. Resultados da Jornada de Desenvolvimento Ativo Familiar.

Cada material gerado nas ações ficou registrado no canal do Youtube ProdheCepeusp (<https://www.youtube.com/user/esportetalento/playlists>), Blog Desenvolvimento Ativo Familiar e Instagram @prodhecepeusp. Desta forma, tornou-se um complemento natural para o aprendizado e desenvolvimento do conceito e de práticas de Vidas Ativas, fruto mais recente da jornada do Prodhe ao longo de 26 anos.

Toda a produção, aprendizados, vínculos e perspectivas se unem à realização do Caderno Jornada Vidas Ativas e do Blog Coletivo Desenvolvimento Ativo Familiar, gerando perspectivas para um passo criativo e de evolução nas diversas frentes de atuação do Prodhe.

Uma possibilidade é utilizar os recursos remotos para realizar eventos pontuais, com convidados distantes e/ou para mobilizar um público mais amplo. Formatos híbridos precisam ser testados, eventualmente com a reedição de alguma etapa dos eventos realizados remotamente. Outro aprendizado foi a produção de materiais digitais, que podem ser complementares a ações e conteúdos, reforçando o objetivo de estimular vidas mais ativas, plenas, dignas e justas. Nesse sentido, a ação de uma campanha é totalmente replicável, bem como esse processo de aprendizado coletivo está ocorrendo e se consolidando até com a própria Maratona Esporte e Desenvolvimento Humano.

# 28. SONHAR E NUNCA DESISTIR<sup>9</sup>

**Patrícia Aparecida dos Santos**  
**patyeriksantos30@gmail.com**  
**18 99787-6934**

Instituto Educacional Gumercindo de Paiva Castro

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>9</sup> Vide Anexos

# 29. CURSO DE ESCALADA: PARA ALÉM DA EXPERIÊNCIA ESPORTIVA

Jayne Cardeal

[jay.cardeal@sescsp.org.br](mailto:jay.cardeal@sescsp.org.br)

Pedro Bellini

[pedro.emmanoelli@sescsp.org.br](mailto:pedro.emmanoelli@sescsp.org.br)



## Introdução

O presente trabalho apresenta a experiência pedagógica dos educadores Jayne Cardeal e Pedro Bellini com a turma adulta de escalada do Programa Sesc de Esportes (PSE) da unidade 24 de maio com o objetivo de compartilhar as experiências pedagógicas, os destaques, assim como as lições aprendidas durante a condução e participação nos encontros com a turma.

O curso de escalada do Sesc 24 de maio foi inaugurado em fevereiro de 2018 e acontece regularmente às terças e quintas às 19h, com duração de 90 minutos cada encontro. São disponibilizadas um total de 16 vagas para pessoas com idade igual

ou maior que 16 anos (público adulto) – esse era o formato de antes da pandemia.

Neste artigo serão consideradas as experiências nos 191 encontros realizados antes da pandemia. (O Sesc paralisou suas atividades presenciais no dia 17 de março de 2020)

Até a presente data (05/DEZ/2021) foram realizados 248 encontros.

O curso destaca-se por ser o primeiro e único de seu tema (escalada) nas unidades do Sesc São Paulo. Ademais, há poucos lugares de prática na cidade de SP, menor ainda é o número de espaços gratuitos. No centro de SP o equipamento do Sesc 24 de maio é o único



Aproximadamente seis meses após a inauguração do Sesc 24 de maio acontece a primeira aula do curso de escalada na unidade. O contexto de implementação do curso foi marcado por uma diversidade de fatores e uma pergunta principal: como desenvolver a prática da escalada dentro do Sesc, considerando:

1. O Sesc como um espaço de convivência e educação não-formal versus um ginásio de escalada comum na cidade;
2. A utilização do *boulder* de travessia do Sesc 24 de maio como o principal



equipamento pedagógico diante de suas especificidades;

3. A pouca experiência pessoal e profissional dos educadores com a escalada;
4. As poucas produções e referências nacionais acerca do ensino de escalada. A prática de escalada é pouco conhecida no país; e
5. Alta diversidade de corpos, crenças e classes sociais entre as alunas, alunos e educadores.

## O QUE E COMO FIZEMOS

A implementação do curso de escalada busca atender os seguintes objetivos específicos:

1. A melhora física (geral e específica da modalidade) dos alunos;
2. Conhecimento da escalada como fenômeno esportivo;
3. Experiência positiva e ambiente social seguro/acolhedor;
4. Acesso e autonomia para a prática fora da unidade.

Para alcançarmos estes objetivos, utilizamos diferentes estratégias, tais como:

1. A utilização de diferentes metodologias de ensino (práticas orientadas, práticas livres, jogos, dinâmicas de grupo, exercícios individuais, em dupla e em pequenos grupos);
2. A utilização de diferentes estruturas e formatos de aula;
3. A alta atenção e dedicação no registro de aulas e organização dos documentos do curso;
4. Acompanhamento do desenvolvimento físico geral e específico dos alunos na

modalidade por meio de testes semestrais.

Os apoiadores integravam a equipe técnica da unidade (monitores, coordenação e gerência). E as referências, as experiências individuais dos educadores e estagiários; documento norteador PSE; o entendimento do corpo como uma construção cultural; o esporte como manifestação cultural; a escalada como fenômeno esportivo e suas diferentes expressões, tais como, o alto rendimento, o estilo de vida, seus conhecimentos específicos e história.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

O curso existe, está consolidado e ativo; atendemos os objetivos gerais propostos pelos educadores, pela unidade e pelo documento norteador do PSE; estabelecemos um ambiente de convivência seguro e acolhedor para todos os envolvidos e oferecemos um processo de ensino-aprendizagem positivo acerca da escalada. Já replicamos as aprendizagens adquiridas no curso por meio de capacitações com equipes de estagiários e as aprendizagens a partir do curso permitiram o lançamento do curso *on-line* de escalada, chamado "CruX! Desvendando a escalada" (Curso *on-line* com duração de 06 horas - 50 pessoas inscritas) e o lançamento o curso *on-line* Preparação do Corpo para a Escalada (Curso *on-line* com aulas gravadas disponíveis gratuitamente no Youtube).

Sobre a experiência dos alunos, notamos:

1. A experiência positiva na prática; encontros alegres, ambiente positivo e acolhedor;
2. A boa relação entre os alunos do curso, extrapolando o ambiente do Sesc para encontros sociais e práticas de escalada dentro e fora da cidade de São Paulo;
3. A alta frequência de comunicação e troca positiva entre alunos no grupo de *WhatsApp* do curso (são trocas a respeito do universo da escalada, trocas de experiências e relatos pessoais, compra e venda de equipamentos, referências de produções audiovisuais, artigos, textos, dentre outros);
4. A participação dos alunos em festivais de escalada, inclusive premiações nas competições em que participaram;
5. A participação voluntária de alguns alunos nos movimentos políticos e práticos de expansão e fortalecimento da prática na região de São Paulo (exemplo: manutenção e abertura de novas vias na Pedreira de Rio Grande da Serra);
6. A participação no curso trouxe impactos também nas carreiras profissionais de alguns alunos, como por exemplo, M. que hoje é membro da diretoria da Federação Estadual de Montanhismo do Estado de São Paulo - FEMESP) e monitor de ecoturismo no Parque Estadual da Serra da Cantareira, T. e T.

que foram contratados como vendedores do setor de montanhismo por uma rede internacional de lojas de artigos esportivos; e

7. O estabelecimento de vínculos verdadeiros entre as pessoas (alunos e educadores), culminando com a criação de uma comunidade autônoma de prática fora do Sesc (chamada Família Ponto Crux).

Sobre as percepções dos educadores:

- Foi um grande desafio estabelecer a congruência entre o documento norteador do PSE, os valores do Sesc e o mundo da escalada;
- A importância da utilização de diferentes estilos de ensino, estruturas de aula e até mesmo do desenvolvimento de conteúdos e exercícios específicos de aula para vencer os principais desafios da turma (a citar alguns: a alta especificidade, intensidade e dificuldade proposta pelo equipamento “boulder”, as aulas cheias e os diferentes níveis de interesse e aptidão física entre alunos);
- A importância da pesquisa e estudos contínuos dos educadores no processo de elaboração dos conteúdos específicos da modalidade e na escolha dos temas que devem estar presentes no curso, além do processo de alinhamento das expectativas com o curso;
- e
- A importância de identificar e valorizar as individualidades dos alunos e muitas vezes mediar a relação entre eles, favorecendo a construção de um ambiente acolhedor, seguro e saudável para todos.



## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

A experiência pode ser aproveitada em outros contextos. A construção de um ambiente social seguro depende da inclusão dos sujeitos envolvidos no processo, de suas individualidades e potencialidades. O sucesso deste ambiente contribui tanto para o desenvolvimento de conteúdo específico quanto para a experiência positiva das pessoas na modalidade, a apropriação do espaço, o reconhecimento de valor e da construção da comunidade.

Listamos algumas recomendações, baseadas em nossa experiência positiva:

- Respeitar o processo de cada aluno;
- Conhecer o grupo de alunos, identificando, respeitando e valorizando as diferenças;
- Mediar as interações entre os alunos de forma a construir um ambiente seguro e acolhedor;

- Desenvolver conteúdo específico da modalidade;
- Estabelecer indicadores de desenvolvimento individual dos alunos; e
- Registro de aulas e organização da documentação.

E concluímos o sucesso de nossa experiência, enaltecendo três pontos chave:

1. Estabelecimento de um ambiente social seguro e acolhedor;
2. Desenvolvimento dos conteúdos específicos da modalidade; e
3. Desenvolvimento individual dos alunos tanto em relação aos aspectos físicos (aptidão corporal e desempenho na modalidade), sociais (relações interpessoais), assim como os aspectos culturais (vivenciando a escalada como um fenômeno esportivo/cultural).

# 30. SURF PRÁTICA PEDAGÓGICA<sup>10</sup>

Raimundo Cavalcante Ferreira

raicsurf@gmail.com

85 99903-6121

Instituto Povo do Mar (IPOM)

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>10</sup> Vide Anexos

# 31. DESENVOLVIMENTO HUMANO ESPORTIVO

**Mariana Pedro  
Sylvia Barragat**



Partimos da nossa experiência vivenciada junto a projetos esportivos da Federação das Indústrias do Estado do Rio de Janeiro (Firjan)-SESI, que traz um legado de atuação com Esporte Educacional e este como instrumento para o desenvolvimento humano de seus participantes e familiares. Nosso público-alvo são crianças e adolescentes e suas famílias, que estão em situação de vulnerabilidade social e econômica, assim como, estudantes da rede pública de ensino.

Cabe salientar, que os nossos projetos são referência, em seus respectivos municípios, no que tange a inclusão de pessoas com deficiência. Percebemos que a metodologia utilizada pela nossa Divisão de Projetos Integrados de Responsabilidade Social - Firjan (Acompanhamento para o Desenvolvimento Humano) permeia os diversos grupos etários, impactando inclusive a comunidade local e familiares dos participantes.

A metodologia de Acompanhamento para Desenvolvimento Humano no Esporte Educacional, (ADHEE) visa o desenvolvimento humano na sua integralidade levando em consideração os benefícios da atividade física e a qualidade de vida, além de promover o acesso ao esporte e a participação da família no projeto, visando sua totalidade. Assim, na perspectiva educacional, com viés social, o esporte e a atividade física são poderosas ferramentas para além do entretenimento alcançando o desenvolvimento humano. O Esporte educacional permite a troca de saberes, através da cooperação e inclusão, e estímulo do trabalho coletivo.

A proposta dessa metodologia visa utilizar o esporte como instrumento de transformação social promovendo saúde, o desenvolvimento humano, cidadania e o protagonismo. Nas atividades propostas, dentro do contexto do projeto esportivo, valoriza-se o esporte com perspectiva educacional, que ensine para além da didática da modalidade aplicada. Valores éticos, inclusão e solidariedade são alguns dos aprendizados esperados nesse processo. Nosso referencial teórico é baseado nas legislações vigentes sobre esporte, Amartya Kumar Sen e metodologias e/ou guias de

esporte educacional de outras instituições (NIKE, ONU Mulheres, Instituto Ayrton Senna, Instituto Barrichello e outros).



Os objetivos da ADHEE são: utilizar o esporte como instrumento para a promoção do desenvolvimento humano; colaborar para o aprimoramento das competências e habilidades socioemocionais dos participantes; realizar o acompanhamento escolar para inserção, permanência e melhoria do desenvolvimento

educacional; estimular a matricialidade sociofamiliar para o desenvolvimento dos participantes nos projetos e incentivar a qualidade de vida através da promoção de hábitos saudáveis.

O período de desenvolvimento desta metodologia é de aproximadamente quatro anos, salientando que os projetos permanecem ativos. A estratégia utilizada é conciliar a prática esportiva, ou modalidade, com oficinas aplicadas por profissionais multidisciplinares (assistentes sociais, pedagogos e psicólogos) utilizando como recurso dinâmicas, bate papo, recursos audiovisuais entre outros.

A metodologia de Acompanhamento para Desenvolvimento Humano no Esporte Educacional tem como resultado: mapeamento e fortalecimento com rede intersetorial do território, efetividade no acompanhamento social dos participantes e seus familiares (referenciados aos serviços necessários, garantindo a integralidade do acompanhamento social), permanência e rendimento escolar dos participantes, ampliação do repertório cultural e esportivo (vivência com diversas modalidades esportivas e participação em atividades culturais também diversas) e desenvolvimento das competências e habilidades socioemocionais (pesquisa *ex ante* e *ex post*).

Torna-se evidente, portanto, a metodologia de Acompanhamento para Desenvolvimento Humano no Esporte Educacional já é desenvolvida e aplicada em diferentes contextos territoriais, sociais e etários. Hoje a metodologia é aplicada em dois municípios com diferentes grupos etários. Dessa forma, tem aplicabilidade em diversos contextos. Recomendamos a renomada metodologia, pois visa o aprimoramento das habilidades e competências socioemocionais, incluindo valores,

conhecimentos e auxiliando os participantes a se conhecerem e relacionarem com outros indivíduos, contribuindo de maneira positiva para suas relações sociais.

Vale ressaltar que, expor e trabalhar as competências socioemocionais na infância e na adolescência, expande o horizonte desses indivíduos. Através dessas habilidades socioemocionais os indivíduos criam estratégias para promover o sucesso emocional, pessoal, profissional e social; reduzindo conflitos, executando o autocontrole; melhorando as relações no cotidiano ao seu redor. Portanto, os nossos elementos chave são: desenvolvimento humano, esporte educacional, competências e habilidades socioemocionais, protagonismo, perspectiva de futuro e qualidade de vida.





Aproximadamente 30 participantes, 5 experiências

#### Apresentações

- Programa Desporto de Base do município de Piracicaba - SP como uma política pública perene, desde 1989 - formação de núcleos, diversidade de modalidades esportivas, abrange todas as regiões de Piracicaba, mais de 300 turmas. Recursos humanos: professores, estagiários, voluntários, professores por chamamento público;
- Chances de avanço das políticas públicas de esporte: lidar com as possibilidades da população em todas as fases da vida manter-se ativa; interagir com ações de outras secretarias para estimular uma vida mais ativa de toda a população;
- Estimular autonomia individual e coletiva, engajamento em manter-se ativo ao longo da vida através da apropriação de conhecimentos, práticas, construção coletiva de possibilidades individuais e coletivas;
- Um programa ou curso novo em uma instituição precisa guiar-se por seus documentos norteadores, seus objetivos e cultura. Pode haver uma menor experiência dos profissionais, mas a novidade, a descoberta em conjunto com alunos, o acompanhamento do desenvolvimento em conjunto, o contato intergeracional são pontos positivos que agregam na evolução. Possibilidade de disseminar conhecimentos sobre novo curso, programa de atividades físicas e esportivas através de curso *on-line* (disseminar o conhecimento de diversas formas);
- O Brasil, por seu tamanho continental e características geográficas diversas propicia inúmeras possibilidades de práticas de atividades físicas e esportivas. As atividades aquáticas podem ser mais exploradas;
- As metodologias que unem Esporte e Desenvolvimento Humano apresentam muitas possibilidades e caminhos, por exemplo, de desenvolvimento conjunto de modalidades esportivas, competências socioemocionais e qualidade de vida. O Desenvolvimento Humano pressupõe oferecer oportunidades para que os participantes escolham ser o que desejam.

#### Roda de Conversa

- ✓ Autonomia, para além dos muros institucionais;
- ✓ Importante que projetos valorizem a questão da atividade física, do desenvolvimento corporal e esportivo, não excluindo isso em função de um desenvolvimento humano apenas para outros aspectos da vida;
- ✓ Esporte é vida! A questão de desenvolvimento humano que aborda oportunidades, escolhas dentro do esporte como parte essencial da vida é fundamental;
- ✓ Quais os desafios para quem trabalha com deficiência em relação a uma rede e intersectorialidade?

- ✓ Organizações abertas a receber crianças e adolescentes com deficiência, mas sem necessariamente divulgar. O acolhimento em si já é de inclusão e quando entra alguém com deficiência, a propaganda boca a boca se espalha. Mas quais as limitações desse atendimento em função da estrutura e competência profissional? Conversa aberta com as famílias (é uma limitação institucional e estrutural, não uma questão da criança e adolescente em si), parceria com instituições de reabilitação, nível de comprometimento;
- ✓ Pessoa com deficiência: acesso universal;
- ✓ Além das pessoas deficientes, vivemos em um país de muitas desigualdades. Como a possibilidade de esporte, atividade física, vidas ativas dá conta dessas condições desiguais?
- ✓ Necessidade de compreensão da incompletude, da necessidade de redes, de conversas intersetoriais, inter secretariais para que as ações complementares abordem diversos aspectos do cotidiano e da vida para garantir os direitos a todas e todos;
- ✓ Em Piracicaba há uma conversa intersetorial para garantir acesso pleno à cidadania. O esporte não resolverá todas as questões, mas é uma ferramenta, uma linguagem que possibilita dialogar com o ser cidadão, acessar direitos;
- ✓ Programas do Sesc atendem pessoas com deficiências, p.e., na Ginástica Multifuncional, atividades aquáticas. O programa esportivo não atende intencionalmente, mas tem estrutura para dar conta dessa questão;
- ✓ Quando algo aparece na mídia ou no caso do esporte, nas Olimpíadas, ganha mais destaque e visibilidade. Mas como isso é utilizado? O pedagógico e cidadão consegue conviver em pé de igualdade com a abordagem comercial?
- ✓ O *boulder* de transição do Sesc 24 de maio - SP é de 2 metros de altura por 30 metros de comprimento, muito difícil e em grande parte inclinado (negativo). Precisaram pensar pedagogicamente em tornar o espaço e a prática mais acessível sem necessariamente mexer na estrutura;
- ✓ Quando os programas são abertos a dialogar com o público, muitas vezes algumas estratégias pensadas se transformam e tomam outros rumos. Mas a interação com as políticas públicas e territórios potencializa tanto o diálogo como a ampliação das possibilidades criativas. Mas o quanto há uma flexibilidade institucional (e recursos para isso)?
- ✓ A deficiência só se dá quando as barreiras do ambiente limitam as possibilidades. Qual a flexibilidade para lidar, alterar com essas barreiras?
- ✓ O acolhimento, mesmo que não haja um atendimento direto, já é um tipo de atendimento.
  - Questão de gênero: Como os programas lidam com essa diferença de acesso, da convivência mista?

- ✓ Há uma raiz estrutural e machista nos espaços e nas práticas pedagógicas do esporte, que de certa forma, por sua história, é conservador;
- ✓ A abordagem de desenvolvimento humano, de lidar com as pessoas e as vidas, as histórias, intencionalmente vai trazer questões diversas ao debate e cotidiano. O ambiente “criado” pelas educadoras e educadores precisa ser acolhedor para ser permeável e seguro, as pessoas se sentirem a vontade para se expor e romper o ambiente esportivo pré-estabelecido (há muitas questões a serem pensadas e preparadas para garantir o espaço seguro e muitas vezes, é necessário desconstruir e reconstruir novas bases formativas, educativas. Também muitas vezes é necessário criar, mesmo que momentaneamente, um espaço exclusivo). Mas também tem a questão de como chegar aos espaços e ambientes, e daí entramos em uma questão social mais ampla;
- ✓ Os programas tendem a falar em masculino e feminino, não abrangendo toda a diversidade e com dificuldades para igualizar mesmo essa questão binária;
- ✓ Não deixar a responsabilização apenas na questão individual, mas considerar o coletivo, bem como o fazer ou não atividade física e esportiva não pode ser uma responsabilização individual;
- ✓ Diversidade nos projetos político-pedagógicos: institucional e/ou voltado mais ao pedagógico e formação profissional; criação na Universidade de São Paulo da Pró-reitoria de Diversidade, Equidade e Inclusão; continuidade das políticas públicas (de governo ou Estado); quando não vem do projeto mais amplo, a base pode fazer para dar o exemplo.



# ATIVIDADES FORMATIVAS E AÇÕES ESCOLARES

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

# 32. FORMAÇÃO DE MONITORES ESPORTIVOS: JOVENS MULTIPLICADORES



**Mauricio Amatto**  
**mauricio.amatto@goldeletra.org.br**  
**11 99638-5005**

Fundação Gol de Letra

## DE ONDE PARTIMOS

A Fundação Gol de Letra desenvolve uma formação de jovens monitores esportivos desde 2004, quando iniciou as atividades do Jogo Aberto, programa esportivo da fundação Gol de Letra. São vinte jovens da comunidade, de 15 a 18 anos, que participam de um processo de formação, com carga horária semanal de 16 horas, durante dois anos, para que ampliem a cultura esportiva e pessoal.

O objetivo é que sejam capazes de mudar sua perspectiva de vida, tornando-se multiplicadores de práticas esportivas e de lazer na comunidade em que vivem, uma referência para os educandos. Estes jovens recebem uma bolsa auxílio mensal no valor de R\$320,00 (trezentos e vinte reais).

## O QUE E COMO FIZEMOS

Existe um planejamento de formações teóricas, que chamamos de “comuns”, feitas pelos educadores do programa Jogo Aberto, que aborda os mais diversos temas e interesses dos jovens monitores, como: primeiros socorros, sustentabilidade, racismo, igualdade de gênero, sexualidade, comunicação não violenta, educação financeira, elaboração de torneios e campeonatos, vestibulares e vestibulinhos e outros temas. Eles participam também das formações esportivas, que chamamos de “específicas”, com os educadores em quadra, onde os jovens auxiliam os educadores nas aulas práticas, organizando materiais e ajudando o



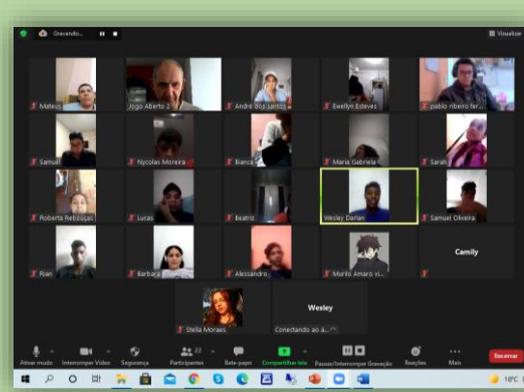
professor nas atividades práticas. Tudo isso com intuito de se tornarem jovens multiplicadores de conhecimentos na comunidade onde moram. Ao fim deste ciclo, outros vinte monitores são selecionados para nova etapa de dois anos de formação.

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

No início das formações em 2005, era baixa a procura de monitores por uma faculdade. Com o passar dos anos o interesse deles por uma formação superior foi aumentando e agora temos um maior número de jovens interessados em fazer uma faculdade de Educação Física. Isso aconteceu por conta de algumas faculdades particulares estarem mais acessíveis financeiramente, pela oportunidade que o Enem oferece e pelos financiamentos estudantis. Deste modo, hoje temos casos de monitores esportivos que estão cursando ou já se formaram em Educação Física e hoje trabalham em academias e como *personal trainer*.

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

Acredito que este projeto pode ser colocado em prática em qualquer organização, dependendo somente da captação de um financiamento para pagar a bolsa auxílio dos jovens monitores. Acredito também que possa ser implantado sem uma bolsa auxílio, dependendo do número de horas que os monitores tenham durante a semana. Na fundação Gol de Letra a carga horária é de 16 horas semanais.



# 33. DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL RESGATANDO APRENDIZADOS EM COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA



**Luiz Henrique**  
**luizrick416@gmail.com**  
**11 98094-2650**

**Regina Helena Conceição Oliveira**  
**regina@institutobarrichello.org.br**  
**11 95281-4918**

## Instituto Família Barrichello

O Projeto Esporte e Cidadania em Ação presta atendimento a crianças e adolescentes da faixa etária entre 6 e 15 anos. Este projeto teve início em março de 2021, em meio à pandemia da Covid-19, com atuação dentro do Centro da Criança e Adolescente (CCA) Alegria, localizado na região central de São Paulo.

O Instituto Família Barrichello desenvolve formações continuadas a respeito de diversos assuntos, visando a discussão e aprimoramento de temas importantes do nosso cotidiano. Assim, educadores e equipe técnica podem criar e repensar estratégias e dinâmicas que possam ser desenvolvidas com os grupos atendidos, buscando discutir determinados assuntos, conforme as demandas. Há aproximadamente 5 anos iniciamos um processo de formação em Comunicação Não Violenta, que tem como objetivo o desenvolvimento pessoal do indivíduo, buscando aprimorar seus processos de relação e comunicação, consigo e com o outro.

Neste processo de CNV, aprendemos que fatos e julgamentos são pontos chave para compreender e melhorar a comunicação interpessoal. Assim como a empatia, que ajuda a nos colocarmos no lugar do outro sensibilizando o indivíduo para novas relações e atitudes. No processo



de CNV, aprimorar a observação a respeito de uma situação é essencial para que possamos compreender as diversas nuances que se apresentam nas relações, assim como entender que para um mesmo fato existem diferentes pontos de vista e que, uma vez que compreendemos que cada um tem um ponto de vista diferente, melhoramos o entendimento sobre os “porquês” da atitude do próximo.

Com este processo contínuo, percebemos uma grande evolução no desenvolvimento profissional das equipes envolvidas e nos processos institucionais. Todos os projetos do Instituto Família Barrichello atuam com dois profissionais por núcleo para o atendimento de grupos de até 30 educandos (sendo um educador e um auxiliar/estagiário).

Compreendendo a importância deste processo em desenvolvimento em Comunicação Não Violenta, o instituto investe na formação continuada de educadores já experientes em parceria com educadores que chegam novos na equipe. Além de formações em processos pedagógicos pertinentes à área do esporte e atividade física, desenvolvimento social e outros contextos importantes para atuação em projeto social, a CNV entra como um dos pontos importantes neste momento de desenvolvimento institucional.

Somando-se a isso o fato de que estagiários e educadores recém-formados normalmente iniciam o trabalho conosco sedentos por conhecimentos, buscamos estratégias para que possam construir seu papel de educador, com base nas suas experiências, conhecimentos e desafios. A situação, o ambiente e os diversos contextos, requerem treinamento e informações para que o indivíduo possa responder como se espera, dentro do que a cultura da instituição necessita para atuação em regiões de vulnerabilidade social.

Entendemos que deve ser um processo natural, preferencialmente iniciado anteriormente ao contato com os educandos. Essa imersão nos conteúdos, formação e treinamento para sua atuação

estão dentro do esperado no relacionamento e a contribuição para seu desenvolvimento, por parte do educador já experiente. Temos a responsabilidade de formar profissionais competentes, através de diversas situações do dia a dia para melhorar o olhar social deste futuro profissional, independentemente de onde ele atuará nos próximos anos.

A partir deste olhar, o trabalho que se inicia nos núcleos de atuação conta sempre com um diagnóstico das turmas, que visa também identificar como acontece a comunicação das crianças e adolescentes com o educador auxiliar/estagiário. Contando que, após o processo didático do curso, há uma expectativa para que se aplique o aprendizado na prática, assim, após ter vivenciado uma formação de mediação de conflito utilizando a CNV promovida pela Instituição, é necessário colocarmos em prática no nosso dia a dia, pois a teoria sem a práxis de nada serve.

O processo se deu por meio das dinâmicas envolvendo o estagiário e os educandos para que ambos entendessem o que é fato ou julgamento através da observação, conforme dito anteriormente, imprescindíveis no processo de CNV. Foi pedido para que eles observassem ao longo da aula alguma situação conflituosa e depois relatassem. Para este diálogo utilizamos uma ferramenta muito importante na comunicação não violenta conhecida como Parafrasear, em que você confirma com o interlocutor se a informação transmitida é aquela que se compreendeu, evitando assim, "ruídos" de comunicação.

Para este diálogo utilizamos cartas que continham desenhos nos remetendo a alguma ideia ou situação. Quem tinha esta carta na roda poderia falar e a pessoa ao seu lado, sem a carta na mão, deveria prestar atenção no que estava sendo contado e parafrasear o colega, para confirmarmos se a informação passada foi clara e compreendida por todos. Intercalamos esta estratégia, assim todos puderam ter algum tipo de vivência nesse processo de diálogo.

Com esta estratégia surgiram inúmeros julgamentos pois ao invés de relatarem acabavam interpretando o que estava sendo contado. A pessoa que parafraseava não usava o que foi dito, mas sim o que "imaginava" ou tentando completar a frase ou ideia do outro. A partir daí foram sinalizadas algumas palavras e termos que generalizam alguma situação ou grupo e acabam levando a um julgamento, como: "sempre", "toda vez", "você/ele nunca", etc. Essa estratégia foi usada por cerca de cinco aulas diferentes. No próximo passo eles foram desafiados a compartilharem conosco um fato ou história que tivessem presenciado ou envolvidos diretamente. Quando dialogamos, percebemos que as frases de julgamento surgiram bem menos do que anteriormente, porém quando vinha à tona incentivávamos a troca da palavra ou do termo e reformulávamos a frase, ensinando a eles como parafrasear e fomos pontuando sempre que se repetia até se darem conta da fala.

Quando começamos a entender melhor a comunicação entre as pessoas, aprendemos que a frase “Do meu ponto de vista...” traz para o diálogo um ponto de vista único, que é “só seu”, que tem por trás da sua fala a sua experiência, sua compreensão, seu contexto, seu humor, seus sentimentos e isto mostra para o outro que você entende que ele pode ter também o ponto de vista dele, pois cada um tem um ponto de vista diferente.

É com esta compreensão que percebemos os resultados aparecendo conforme esperávamos, através das falas e conversas diárias. Em relação aos educandos, dois deles foram enfáticos utilizando a fala: “Do meu ponto de vista quando tem um conflito em casa eu respiro antes de falar qualquer coisa”.

Já em relação ao estagiário as suas intervenções em atividades demonstram consolidação do conhecimento, quando as crianças relatam algo ele as parafraseia com consciência do que está fazendo. Identificamos que em momento de tensão ele pede para a garotada respirar para melhor conduzir a situação e a conversa. Ele também compartilhou situações de sua vida pessoal em que tem usado com frequência as ferramentas da CNV e que tem obtido sucesso.

Com estes resultados, percebemos que ao longo deste ano desafiador e cheio de dificuldades, o que plantamos nos trouxe bons frutos. Acreditamos que o processo de desenvolvimento e formação em Comunicação Não Violenta é primordial em qualquer campo de atuação, principalmente onde o campo de trabalho é o relacionamento interpessoal. Em um momento em que estar em casa se tornou mais corriqueiro do que o normal, as relações familiares se intensificaram. É preciso que alguém compreenda melhor o outro, alguém sempre terá que dar o primeiro passo e, uma vez com o conhecimento adquirido, precisamos ser esse que dá um passo para trás e compreende o outro ao invés de “atacar” com falas e termos agressivos. Em um momento de tanto caos no mundo, é preciso ter calma, respirar e compreender que as dores do outro são verdadeiras, não importa o seu tamanho, afinal, cada ponto de vista importa e cada diálogo pode ajudar a curar uma ferida.



# 34. RUGBY INTEGRAL - FORMANDO O BRASIL<sup>11</sup>

Cauan Felipe Amorim  
falecom@rugby.org.br  
61 99371-2548

Clube e Escola de Rugby Samambaia

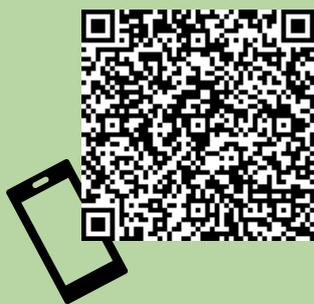
**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>11</sup> Vide Anexos



# 35. CURSOS *ON-LINE* HURRA

Denis Carvalho

Priscila Regina  
Felipe Papa  
Vanessa Santos  
Fabio Pessoti

Associação Hurra!

## DE ONDE PARTIMOS

Nós da Hurra em parceria com a Secretaria Municipal de Educação (SME), promovemos formações com professores da rede pública, com o foco em disseminar o Rugby e nossa metodologia nas escolas de São Paulo. Em função da pandemia de COVID-19 as atividades presenciais foram suspensas para a segurança de todos e nesse cenário a Hurra inovou suas atividades para o contexto *on-line*, se preparou estudando e criando possibilidades *on-line* para professores e educandos.

Como planejar uma atividade *on-line*? Que motive a participação dos educandos e dos professores? Para isso recorreremos às pesquisas na internet com diferentes tipos e estilos de jogo e participação em diferentes grupos *on-line*.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Tínhamos como objetivo atingir a maior variedade de profissionais e estudantes possível, pois como parte da nossa missão é disseminar a modalidade, além de adaptar todo o conteúdo que era presencial para o digital e agora para o sistema híbrido, mantendo em prática a formação continuada dos professores. Para esse objetivo construímos uma rede de apoio para a divulgação e participação nos cursos *on-line*.

A rede está construída com pesquisadores da área do esporte para o desenvolvimento humano, professores da rede pública de ensino, SME, parceiros, ONGs, estudantes, educadores e clubes que disseminam o Rugby em seus locais de trabalho. Para a elaboração do primeiro curso



tivemos três meses de planejamento e estudos, que nos deram uma experiência prática para o segundo curso realizado setembro de 2020. Os conteúdos foram elaborados com base na metodologia Hurra e os temas transversais que acreditamos a partir de pesquisas e observação do meio que atuamos, tais como: disseminação da modalidade, função dos árbitros e leis do jogo, dificuldade de acesso à internet, equidade de gênero nas diferentes tarefas do dia a dia, esporte para todos como direito e desenvolvimento humano.

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

Aprendemos que é possível fazer uma rede de disseminação e transformação do esporte com profissionais de diferentes áreas clubes, escolas, ONGs etc. Quanto aos resultados, a pandemia nos permitiu trocas com educadores de outros estados, conseguimos ouvir melhor os professores e proporcionamos um curso específico de arbitragem "Visão do árbitro no esporte - RUGBY". Desafios: conexão de internet, realização de atividades práticas em encontros remotos, como tornar uma aula *on-line* atrativa e motivacional, adaptação de um curso que era totalmente presencial para o formato online.

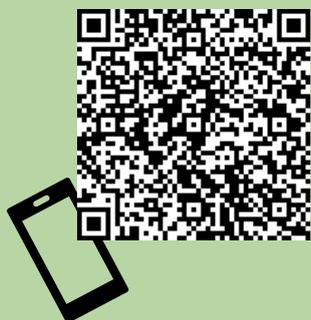


Proporcionamos atividades *on-line*, o grupo interagiu e criou alternativas de jogos para o sistema digital, híbrido e presencial. A equipe Hurra durante a sua preparação para o curso aprendeu a usar diversas ferramentas digitais. Nas dificuldades de conexão de internet, tivemos paciência além de pensar em horários que as conexões tinham mais estabilidade e usar plataforma simples, de fácil conexão.

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

Sim, o fato de ser uma experiência *on-line*, pode ser adaptada para um público de crianças e jovens desde que tenha um protocolo de segurança para eles. Recomendamos que tenha uma escuta atenta com o público impactado e empatia, com as dificuldades técnicas apresentadas pelos participantes com a tecnologia. Nosso ponto chave foi transformar a dificuldade da pandemia em oportunidade e aprendizado com diversas plataformas, trocas com professores de outros estados e diferentes esferas de esporte.

# 36. AULAS SÍNCRONAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM PLATAFORMA DIGITAL



**Lílian Rolim Correia**  
**Assistente Pedagógica de Educação Física**

Secretaria Municipal de Educação de Cajamar – SP

Com a pandemia da Covid-19 e a necessidade de isolamento social, fez-se necessário adaptar as aulas de Educação Física para o meio digital. No nosso município atendemos a Educação Infantil e o Ensino Fundamental de 1º ao 9º ano.

O recurso da Plataforma Digital foi desenvolvido com o objetivo de garantir que os estudantes mantivessem uma rotina educacional durante o período de suspensão temporária das aulas, uma das medidas preventivas adotadas em decorrência da pandemia.

No início fomos todos pegos de surpresa, as atividades de Educação Física e demais disciplinas eram publicadas ou enviadas para os professores por *e-mail*, pelas redes sociais e pelo *WhatsApp*, ou até mesmo retiradas presencialmente na escola pelos familiares dos alunos.

Depois, o município de Cajamar introduziu uma plataforma digital própria, onde as atividades e materiais de apoio eram publicados para acesso dos alunos, que podiam responder na própria plataforma e enviar as atividades das apostilas. A plataforma também inclui a opção de aulas *on-line*, síncronas.

Atualmente, o município possui 37 escolas, 647 professores e 14.616 alunos cadastrados nesta plataforma. Sendo 20 escolas que atendem o ensino fundamental (1º ao 9º ano) e 26 professores de Educação Física.



O uso da plataforma permitiu maior interação dos professores com os alunos e o acompanhamento da aprendizagem. Apesar de alguns alunos ainda terem dificuldade de acesso pela falta de recursos, essa estratégia foi muito produtiva.

Só no mês de maio, tivemos um total de 10.754 aulas *on-line* cadastradas e realizadas pelos professores de todas as disciplinas, além de mais de 10 mil atividades e conteúdos publicados.

Essa plataforma disponibilizou todo o conteúdo didático, atividades das apostilas, jogos educativos e permite a interação com os professores. Além disso, os professores continuaram com autonomia para desenvolver outras formas de interação como tem sido feito até o momento, por meio de grupos de redes sociais, entre outros.

Com essas ações, foi permitido realizar as avaliações a cada bimestre com mais tranquilidade e coerência por todos os professores, além do acompanhamento das equipes de gestão das escolas e da Secretaria de Educação.

As principais dificuldades encontradas inicialmente foram com relação ao próprio acesso dos alunos, no caso dos pequenos que dependiam dos pais para isso e permanência na plataforma para as aulas e envio das atividades. No caso dos alunos maiores, a dificuldade encontrada foi com relação à participação ativa nas aulas síncronas, muitos alunos permaneciam com as câmeras fechadas.

Foram observados tanto avanços quantitativos, com o aumento gradual da participação dos alunos nas aulas, quanto qualitativos, com o planejamento por parte dos professores de atividades mais motivadoras, lúdicas, que atendessem aos interesses dos alunos.

Essa experiência foi vivenciada também pelos alunos da Educação Infantil, que apesar de não ter professores de Educação Física, realizaram diversas atividades de movimento desenvolvidas pelas professoras.

# 37. ATIVIDADES LÚDICAS - ESCOLA ATIVA



**Ana Claudia Galdino**  
**Arthur Gonçalves Santana**  
**Gabriela Viola**  
**Graziela Mingati**  
**Márcio Moraes**  
**Silvia Stuchi**  
**contato@corrídaamiga.org**  
**11 95320-4552**

Instituto Corrida Amiga

## DE ONDE PARTIMOS

As atividades lúdicas fazem parte do projeto Escola Ativa: o despertar para o Esporte, captado via Lei de Incentivo ao Esporte. Como todas as ações educativas do projeto, contribuem para seu objetivo primário e tratam seus aspectos dinâmicos à medida que incentivam atividades físicas para todas as pessoas, ao mesmo tempo que propõem conectar os sujeitos de forma consciente aos espaços urbanos em que vivem, podendo despertar o interesse geral pela inserção de práticas diárias durante seus deslocamentos cotidianos.

Tem como o público-alvo direto o corpo discente e docente e a comunidade escolar de cinco escolas públicas da cidade de São Paulo (sendo quatro de ensino infantil e uma de ensino fundamental), localizadas nos distritos: Tatuapé, Pari, Vila Maria e Vila Mariana.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Desenvolvemos atividades para o modo *on-line* e encontros presenciais com necessidades de adaptações, diante do contexto da pandemia de COVID-19, a partir de um processo de escuta da comunidade escolar, composto por reuniões e encontros *on-line* com educadores, crianças e famílias/cuidadores.

Tais atividades tiveram o objetivo de sensibilizar as crianças sobre como o deslocamento a pé contribui para o aumento da prática de atividade física no cotidiano. Assim, o Jogo Lúdico e o Circuito do Pedestre foram as primeiras atividades do projeto, realizadas em modo *on-line* e presencial e antecederam os Bondes a Pé e as Intervenções Lúdicas.

O Jogo Lúdico e o Circuito do Pedestre foram estruturados a partir de conteúdos da Educação Física que se adequam aos objetivos da dinâmica: jogos ambientais, simbólicos e de exercícios. Enquanto o Jogo Lúdico busca sensibilizar o público sobre os benefícios do transporte ativo e construir um ambiente de escuta sobre seus hábitos de deslocamento diário e atividades físicas, o Circuito do Pedestre apresenta uma dinâmica que busca simular situações desafiadoras do caminhar e correr nas cidades, cujo objetivo é abordar temas como sustentabilidade, cidadania e acessibilidade por meio da valorização de deslocamentos ativos.

O Bonde a Pé incorpora as situações abordadas nas atividades anteriores, propondo uma saída pedagógica no entorno das escolas para estimular o senso crítico das crianças sobre os desafios que encontramos ao caminhar na cidade e convidá-las a brincar num espaço público de destino.

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

O Jogo Lúdico, Circuito do Pedestre e Bonde a Pé foram realizados com as turmas das cinco escolas atendidas pelo projeto, totalizando 125 atividades com a participação de 2147 crianças e adolescentes e 178 adultos.

A partir de um questionário aplicado antes da realização das atividades lúdicas, obtivemos um diagnóstico das percepções e dos hábitos das práticas de atividade física e deslocamentos urbanos do público-alvo. Um segundo questionário, que será aplicado ao final do projeto, possibilitará mensurar os impactos qualitativos e quantitativos das atividades realizadas ao longo do ano. Entretanto, através dos relatos das crianças, adolescentes e



educadoras, constatamos alguns resultados: após o Jogo Lúdico, os temas sobre modos de ir e vir da escola e diversidade de práticas esportivas ficaram mais frequentes nas atividades regulares das turmas; durante o Circuito do Pedestre, o desejo de se deslocar a pé e a percepção de seus benefícios foi expresso recorrentemente nas falas de participantes de todas as idades.

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

As atividades foram pensadas para serem implementadas com poucos materiais de baixo custo e/ou adaptáveis ao contexto local. Desta forma, compreendemos como ações possivelmente aplicáveis a outros contextos desde que sejam realizadas em constante articulação com o público-alvo através de estratégias de diagnósticos, aproximação da comunidade, diálogo com escolas e/ou parceiros e acolhimento de propostas que sejam possíveis e se relacionem com o projeto.

No projeto Escola Ativa, essas atividades foram realizadas com crianças e adolescentes entre 4 e 14 anos de idade. É importante ressaltar que, para cada faixa etária, apresentamos a mesma proposta com estratégias pedagógicas diferentes, por exemplo, nas turmas de Fundamental II, o conteúdo do Jogo Lúdico foi abordado com foco em criar desafios para engajar os participantes, enquanto na prática do Circuito do Pedestre, a montagem do circuito, com a configuração e disposição das estações, foi realizada pelos próprios alunos, propondo um ambiente de debate sobre as especificidades de cada estação.



# 38. INTERVENÇÕES LÚDICAS

## ESCOLA ATIVA

Ana Claudia Galdino  
Arthur Gonçalves Santana  
Gabriela Viola  
Graziela Mingati  
Márcio Moraes  
Silvia Stuchi  
[contato@corrídaamiga.org](mailto:contato@corrídaamiga.org)  
1195320-4552



Instituto Corrída Amiga

### DE ONDE PARTIMOS

As Intervenções Lúdicas são ações educativas que se interconectam com as demais propostas de atividades do projeto Escola Ativa: o despertar para o esporte, captado via Lei de Incentivo ao Esporte. A necessidade de transformar o ambiente escolar e os espaços públicos do entorno, surgiu tanto para ampliar as possibilidades de as crianças brincarem e se movimentarem em seus deslocamentos cotidianos, quanto para despertar uma consciência mais cidadã e incentivá-las a ocuparem os espaços públicos.

Por isso, com as intervenções, buscamos estimular o deslocamento ativo nos trajetos de ida e volta da escola, propondo que a caminhada seja uma atividade física cotidiana. Tem como o público-alvo direto o corpo discente e docente e a comunidade escolar de cinco escolas públicas da cidade de São Paulo (sendo quatro de ensino infantil e uma de ensino fundamental), localizadas nos distritos: Tatuapé, Pari, Vila Maria e Vila Mariana. Também tem como público beneficiário indireto toda a comunidade das regiões das escolas atendidas.

### O QUE E COMO FIZEMOS

As intervenções lúdicas consistem em um projeto de intervenção no espaço escolar - na linha de *wayfinding* - com mapa informativo sobre o entorno e placas de PVC com informações sobre os

benefícios da prática de atividades físicas e de orientação espacial, dispostas em locais estratégicos em cada escola. Além disso, foram propostas pinturas lúdicas nas calçadas do entorno das escolas, realizadas durante o mês de novembro.

Primeiramente, na fase de reconhecimento espacial das escolas, foram feitos esboços das pinturas e das placas informativas com base nas experiências obtidas durante as outras atividades do projeto, pelas quais foi possível observar as brincadeiras que mais engajaram as crianças e pesquisas complementaram quais outras poderiam ser desenvolvidas a partir dessas. Os estudos foram compilados em uma cartilha que foi utilizada para nortear o engajamento do corpo docente e discente no processo de decisão das intervenções que seriam realizadas.

A atuação dos docentes e discentes durante o desenvolvimento e execução do projeto variou entre as escolas: em algumas houve a apresentação da cartilha de intervenções e a definição colaborativa através de reuniões *on-line*, enquanto em outras ocorreu a participação ativa das crianças nas pinturas e instalação das placas informativas. O trabalho teve como inspiração o conceito e outras experiências de urbanismo tático, visto que as intervenções promovem o estímulo de novas experiências, contribuem para a apropriação do espaço público e participação ativa das crianças, educadores e comunidade escolar, além de agregar no fortalecimento do projeto a partir do estímulo da mobilidade ativa na rotina das crianças, trazendo a ludicidade também para o caminhar.



## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Durante o mês de novembro, foram instaladas 18 placas em cada escola e realizadas pinturas lúdicas no entorno das cinco escolas atendidas pelo projeto. Com o objetivo de aumentar os estímulos de interação com o espaço urbano e propiciar diversas possibilidades de movimentos nos diferentes momentos do cotidiano escolar, sendo locais de atração para as crianças e que as motivem a realizar mais trajetos a pé.

Com relação às propostas de atividades físicas, as comunidades têm a oportunidade de participar de brincadeiras livres e orientadas pintadas no chão; dicas de percursos de corrida e caminhada; visualizar informações relevantes sobre saúde, lazer e cidadania, aproximando assim, os indivíduos das atividades físico esportivas para que possam alcançar suas finalidades individuais e convidar seus próximos a se desafiarem também.

Relatos de professoras e familiares das crianças nos indicam impactos positivos como o uso das informações contidas nas placas para estimular a prática diária de atividade física e a interação com as pinturas nos espaços externos, ressignificando o caminhar com ludicidade e contribuindo para despertar o sentimento de pertencimento, identidade e apropriação dos espaços urbanos. Além disso, os desdobramentos do projeto mostram o impacto já obtido a partir da interlocução com os vários agentes que compõem o território educativo: articulação com o poder público responsável para a manutenção dos locais das intervenções e elaboração de uma proposta de intervenções urbanas no entorno de uma das escolas, a fim de transformar as travessias e os espaços públicos em locais seguros e acessíveis a todas as pessoas.

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

A rua é um espaço de todas as pessoas e, assim como a rua, as atividades de intervenções no entorno de escolas e instituições devem ser entendidas a partir da possibilidade de replicação. Os elementos de urbanismo tático e as intervenções no interior das escolas se destacam justamente pela chance de aproveitar as experiências em outros contextos, para outras instituições e cenários. O baixo custo e a rápida execução são eixos importantes na multiplicação da atividade. Logo, como ponto fundamental para aplicação em outros contextos, colocamos o protagonismo da comunidade, principalmente do público infantil, que será beneficiado com as intervenções, além de um processo de escuta para que a comunidade realmente aproveite os elementos trazidos com as intervenções e se sensibilize sobre a importância da caminhada como atividade física cotidiana, interagindo com o espaço público de forma ativa e despertando o sentimento de pertencimento ao local.

Assim, compreendemos que as intervenções lúdicas reforçam a necessidade de mais ambientes potencializadores de atividades físicas, uma vez que os beneficiados identificam e usufruem das novas condições ambientais fortalecendo redes de apoio em prol de melhorias dos espaços públicos.



# ATIVIDADES FORMATIVAS E AÇÕES ESCOLARES

## Roda de conversa

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

Mediador: Eduardo Uhle

30 participantes

Relato Oral:

Aulas síncronas de Educação Física em Plataforma digital

Prefeitura de Cajamar

Apresentadora: Lilian Rolim

Com a pandemia foi preciso adaptar as aulas para o meio digital. A prefeitura comprou a plataforma e material didático. Ao todo são 37 escolas, 1500 alunos, 26 professores de Educação Física.

A plataforma ajudou muito na interação professor/aluno. No mês de maio, foram 10754 aulas *on-line* realizadas, 10000 atividades e conteúdos aplicados. A plataforma disponibilizou o conteúdo, possibilitou a coordenação acompanhar os professores e alunos e detectar os que estavam com mais dificuldades. Aconteceram também aulas práticas de Ed. Física.

Dificuldades: Acesso dos alunos, os menores dependiam dos pais e para os maiores o problema foi em relação à participação ativa nas aulas, entravam, mas deixavam as câmeras fechadas.

Foram observados:

- Avanços quantitativos, foi um grande ganho o envolvimento das famílias no processo;
- Jogos Interescolares de forma digital;
- Dia do desafio;
- Tiveram muitos ganhos e irão manter essa plataforma como complemento para envio de material etc.

Relato Oral:

Formação de Monitores Esportivos: Jovens Multiplicadores

Fundação Gol de Letra (FGL)

Apresentador: Maurício Amatto

A FGL foi fundada pelos ex-jogadores de futebol Raí e Leonardo. O objetivo era não vincular com escolinha de esportes. Esporte como ferramenta de inclusão social.

Programa Jogo Aberto:

Aprender - ampliação de repertório cultural, esportivo e educacional.

Conviver – desenvolvimento de valores e regras de convivência.

Multiplicar - formação de multiplicadores.

O programa desenvolve atividades na Gol de Letra e em escolas públicas da região.

Jovens monitores de 15 a 18 anos, processo de formação de 2 anos, 20 jovens da comunidade. Tornando-se multiplicadores de práticas esportivas e de lazer, conhecimentos e atitudes e referência para os educandos.

Formação comum – Aos sábados por duas horas, o profissional aborda um tema por sábado, dos mais diversos assuntos como: primeiros socorros, sustentabilidade, organização de tabelas de jogos etc.

Formação específica - Basquete, Judô, Capoeira, Futsal etc.

Tentam vivenciar a maioria das modalidades.

Recebem bolsa auxílio de R\$320,00 por mês, a carga horária é de 16 horas semanais para cumprir, sendo duas aos sábados na formação, duas de oficinas de apoio e aprendizagem e doze de formação específica nas quadras, saídas pedagógicas etc.

Oficina de Apoio e Aprendizagem:

- Interpretação de texto;
- Organização pessoal;
- Mercado de trabalho (por exemplo: como montar um currículo, dicas para entrevista de emprego);
- Sustentabilidade.

Tutoria- atendimento individualizado durante uma hora.

Números do programa;

- 140 monitores passaram pelo programa;
- 31 fizeram faculdade;
- 16 monitores retornaram como colaboradores;
- Evasão de 10% a 15% por turma.

Relato Oral:

Desenvolvimento Profissional: resgatando aprendizados em Comunicação não Violenta (CNV)

Instituto Família Barrichello

Apresentadores: Regina Helena e Luiz Henrique

O projeto Esporte e Cidadania em Ação começou na Pandemia com o objetivo de formar em CNV, facilitar a comunicação interpessoal e desenvolver a comunicação para diminuir os conflitos nas relações, multiplicando o aprendizado.

São realizadas dinâmicas envolvendo educandos e estagiários. As crianças observam coisas fora e identificam se há julgamentos nessas falas. Para os educadores, isso serve para fortalecer o conhecimento em práticas e multiplicar.

Sempre que há um conflito, há uma necessidade ali. Quando falo: "Do meu ponto de vista" é você que está vendo, não há o que falar. É algo individual e único.

A importância do trabalho ao ouvir a criança falando que quando há um conflito em casa ela para e respira. Isso deixa os professores muito felizes e evita muitos conflitos.

Contribuir com o profissional na relação interpessoal para fortalecer a comunicação dos envolvidos direta e indiretamente, utilizando os quatro passos da CNV.

Relato Oral:

Cursos *on-line* Hurra!

Associação Hurra!

Apresentador: Denis C.

A Hurra trabalha com o Rugby e o Golfe. Ocorrem formações com encontros presenciais para professores da rede pública de São Paulo, com o foco em disseminar o Rugby e a metodologia.

Com a Pandemia foram para formação *on-line* já que as atividades presenciais foram suspensas.

Desafios:

- Adaptar as atividades para o formato *on-line*;
- Pouco conhecimento das ferramentas *on-line*;
- Instabilidade da Internet;
- Tornar o curso mais atrativo e menos monótono.

Estratégias:

- Revisão de conteúdo e exploração dos recursos áudio visuais;
- Grupos de *WhatsApp* com os professores;
- Troca entre a equipe sobre plataformas e dinâmicas *on-line*.

Resultados:

- Continuidade na formação;
- Maior alcance e impacto com cursos *on-line*;
- Expansão dos temas abordados como a "Escola de Arbitragem";
- Mais de 150 professores capacitados.

Relato Oral:

Rugby Integral – formando o Brasil

Não apresentou.

Relato Oral:

Atividades Lúdicas - Escola Ativa

Instituto Corrida Ativa

Apresentadora: Ana Galdino

A Corrida Amiga busca aproximar, conectar as pessoas ao espaço em que vivem. Projeto Escola Ativa: o despertar para o Esporte. É patrocinado pelo Atacadão e Lei de Incentivo. Cinco escolas EMElS e EMEF.

Metas quantitativas: incrementar em 3% a prática habitual do esporte. Atendimento de 25% dos professores.

Etapas:

- 1) Palestras para comunidades escolares.
- 2) Jogo Lúdico (escuta das crianças). Elaboram jogo presencial e *on-line*.
- 3) Formação para crianças (Circuito do pedestre) - Estações com desafios que encontramos no deslocamento diário. (Simular situações da rede de mobilidade urbana).
- 4) "Bonde a pé" nos entornos das escolas. Trajeto pré-estabelecido ao entorno das escolas com o objetivo de estimular que diferentes percepções sejam absorvidas em um percurso.
- 5) Intervenções Lúdicas na Escola: Aumentar os estímulos de interação com o espaço urbano e propiciar diversas possibilidades de movimento do cotidiano escolar.

Atividades: Aplicação de mapas na escola e placas informativas com número de passos, tempo para chegar a um determinado local caminhando. Banners estimulando explorar locais próximos a escola.

Roda de Conversa

Possibilidade de atingir outros Estados e mais pessoas com as ferramentas *on-line*. Na Hurra e na Prefeitura de Cajamar manterão o uso da plataforma.

Para Lilian Rolim é mais trabalhoso o *Home Office*.

Will Boudakian questionou qual o engajamento nas aulas online?

Na Prefeitura de Cajamar em torno de 70% a 80%. Houve um engajamento e foi positivo.

Will perguntou quais os resultados e se tem algum tipo de avaliação? Em Cajamar ainda não tem um processo de avaliação.

A Priscila Regina do Hurra! respondeu que durante o curso foi feito um mini manual de atividades. Todos os professores que começaram o curso, terminaram. Houve um planejamento que ouvia os professores. Tiveram um *feedback* positivo dessa proposta *on-line* com os adultos. Com as crianças não tiveram muito engajamento.

Hoje oferecem um curso de Rugby gratuito e aberto par o público geral *on-line*.

Alessandra Costa perguntou se a Prefeitura deu algum auxílio para os professores? Em Cajamar por um período os professores receberam auxílio digital de R\$50,00. E as escolas auxiliavam os alunos que não tinham acesso à internet.

Foi questionado a relação com o CREF dos monitores formados pela Gol de Letra pelo mediador. Maurício respondeu que em nenhum momento eles ministram aulas, sempre tem um professor. Eles irão atuar mais na comunidade na hora de lazer.

As formações não podem gerar uma repetição da forma que já são feitas? Eduardo Uhle perguntou. Não seria interessante estar aberto a novas formas para potencializar? Regina do Instituto Barrichello respondeu que a formação é para capacitar a pessoa e ampliar sua forma de trabalhar, cada um vai atuar dentro da sua especificidade.

Reinaldo Almeida respondeu que o objetivo é se conectar com os educandos e cada um tem sua autonomia.

Foi perguntado sobre indicadores de resultados para o Instituto Corrida Ativa. Ana Galdino respondeu que o diagnóstico será feito agora, como fazem para ir à escola, o porquê, qual o meio de transporte. Fizeram no meio do processo e irão fazer novamente após as intervenções.

Considero as experiências quando relatadas por quem de fato vive fazerem maior sentido e em meios a tantas formas de fazer é muito interessante pois cada instituição busca sua própria identidade, com seus recursos ou não busca realizar suas atividades. Enriquece muito cada oportunidade de aprender e vendo como estão fazendo impacta o meu modo de fazer positivamente. Gostei da forma remota, porém no meu ver presencialmente é mais impactante! Na torcida por erradicação dessa pandemia!!!!

Gostei bastante da prática do *slackline* com um aluno que tem paralisia cerebral, tenho dificuldades e certa insegurança em lidar com esse público, o relato apresentou possibilidades frente a essa atuação. Muito gratificante poder compartilhar a nossa experiência. A minha sugestão é que o tempo aumente para 15 minutos de apresentação para os relatos orais.



Sempre aprendo muito, despertando novos olhares para a minha prática com os educandos. Um dos aprendizados a incorporar na prática é levar os educandos para lugares públicos através do ensinamento de como andar nas ruas mostrando outras possibilidades para eles. Os palestrantes sempre são muito inspiradores, podendo ver a paixão e entrega deles.

Cada ano observo que é preciso lapidar as minhas práticas, deixando o mais claro as intervenções. Manter o online também para os próximos anos que facilita o acesso de organizações de outros lugares distantes, como foi o exemplo da participação de Fortaleza.

Momento rico de troca de experiências práticas através dos relatos. Desta forma, possibilitando uma melhora na metodologia prática das atividades do cotidiano.



Participar da maratona me fez organizar ideias sobre o caminho que trilhei até aqui com o curso de escalada. Esse exercício nos trouxe uma visão macro sobre cronologia, projetos, ações, parceiros, conquista de espaço e o que almejamos para o futuro. A escrita desse documento por si só, foi extremamente valiosa para chegarmos nestes lugares de reflexão. Agora, após passar pela experiência com o grande grupo, ouvir o que outros colegas de profissão e caminhada estão propondo, construindo e consolidando, me deixa com novos desafios para seguir nos próximos anos. É um caminho que se abre com novos olhares e possibilidades de ação com curso e isso graças a contribuição de todos e todas as participantes da maratona! valeu de verdade! espero encontrar vocês em mais momentos como este. Bom ano para nós e sigo a disposição por aqui.

# PRÁTICAS À DISTÂNCIA E SOLUÇÕES NA PANDEMIA

6ª MARATONA DE ESPORTE

E DESENVOLVIMENTO HUMANO

COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS

# 39. COMO MANTEMOS NOSSOS ALUNOS ATIVOS



**César Augusto Moreira**  
**Daniela Simone Alvarez**  
**Fernanda Géa de Lucena Gomes**

Instituto Remo Meu Rumo (IRMR)

## DE ONDE PARTIMOS

O Instituto Remo Meu Rumo (IRMR) dedica-se à promoção da qualidade de vida, proporcionando a reabilitação de crianças, adolescentes e jovens adultos com deficiência, por meio do esporte adaptado remo e canoagem.

Diante da Pandemia de Covid-19 e a necessidade do isolamento social como medida protetiva orientada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e sancionada pelo Governo do Estado de São Paulo por meio do Decreto 64.881 de 22/03/2020, o IRMR está com os seus atendimentos presenciais suspensos, realizando assim, suas intervenções junto aos beneficiários e familiares de forma remota com o intuito de suprir as demandas apresentadas pelos alunos/familiares no período de isolamento social e seguir contribuindo para o desenvolvimento biopsicossocial dos beneficiários.

Todo esse contexto de pandemia somado à privação das práticas rotineiras dos alunos atendidos no que se refere ao remo e canoagem, norteou a equipe multidisciplinar do instituto na elaboração de estratégias para a continuidade dos atendimentos. Tendo isso em mente, atendimentos *on-line* foram oferecidos conforme a necessidade e possibilidade dos alunos participarem. No entanto, por sermos uma equipe pequena de educadores, refletindo sobre a possibilidade de oferecer a todos os 140 alunos do Instituto alguma espécie de suporte no que se diz respeito à prática de atividade física, uma vez que nem todos seriam atendidos de forma remota, surgiu a ideia de desenvolver vídeos de curta duração englobando atividades físicas com o objetivo de oferecer exercícios para a manutenção da saúde.

## O QUE E COMO FIZEMOS

O objetivo principal dos vídeos de atividades foi proporcionar aos nossos alunos uma rotina de prática frequente de exercícios físicos. Refletimos sobre como era importante que eles se mantivessem ativos, uma vez que nosso maior público de atendidos são deficientes físicos, com certa regularidade e contribuindo assim para uma saúde física e mental com mais qualidade.



A atividade física praticada de forma sistemática, regular e orientada por profissionais de Educação Física é entendida mundialmente como determinante e condicionante da saúde. A prática regular estimula o sistema imunológico, aumenta resistência orgânica, reduz o estresse e a ansiedade comuns em tempos de isolamento social.

Os vídeos de atividades foram postados nos grupos do *WhatsApp* de pais e alunos do IRMR semanalmente. Os alunos poderiam enviar aos educadores fotos ou vídeos reproduzindo a atividade apresentada e conseqüentemente esclarecer suas dúvidas em relação aos exercícios, caso houvesse. O conteúdo dos vídeos baseava-se em exercícios que poderiam ser feitos por todos os alunos, podendo conter adaptações, uma vez que temos alunos cadeirantes. É possível que essa experiência perdure enquanto nossas atividades presenciais não retornarem.

Pensando nas modalidades esportivas oferecidas no IRMR, o remo e a canoagem adaptados, gostaríamos de destacar um vídeo específico como experiência. Nesse vídeo ensinamos como seguir remando em casa (remo e canoagem). Utilizando materiais alternativos e acessíveis, podendo ser facilmente encontrados na residência, desenvolvemos um "remo ergômetro adaptado" para membros superiores feito com cabide, cadeira, algum tipo de corda (barbante, fio de varal etc.) e uma garrafa PET com peso e a canoagem adaptada que utilizou como material um cabo de vassoura. No remo reproduzimos a técnica do remo ergômetro, que é um aparelho muito utilizado no Instituto, é um remo *indoor* que simula a técnica do remo em água.

A técnica do remo ergômetro basicamente é dividida em quatro fases: pegada - consiste em estender os braços na direção da roda de inércia, manter os punhos retos, inclinar o tronco levemente para frente com as costas retas, deslizar o assento para frente até os membros inferiores ficarem na vertical (ou o mais próximo que sua flexibilidade permitir); puxada - inicia-se a puxada estendendo as pernas, com braços estendidos e as costas firmes para a transferência de força das pernas, gradualmente flexionar os braços para trás puxando o tronco contra as pernas até ter uma leve inclinação para trás no final da remada; final - o punho segue em direção ao abdômen, estender

as pernas, inclinar o tronco levemente para trás e retomada - que consiste em estender os braços em direção à roda de inércia, inclinar o tronco para frente, flexionar gradualmente as pernas para deslizar para frente no assento, seguir até a parte anterior das pernas ficar na vertical, o tronco deve estar inclinado para frente, os braços devem se estender, quando inicia a outra remada.

Na canoagem simulamos a técnica da remada nos membros superiores que também é dividida em quatro fases: o ataque - é o momento em que a pá do remo é colocada na água; a tração ocorre com a pá do remo puxando a água para trás para impulsionar o caiaque para a frente; o saque ocorre quando a pá do remo é retirada da água e a fase aérea é o momento que as pás não se encontram na água.



Sendo assim, esse vídeo foi importante para que os movimentos automatizados nas aulas presenciais não fossem perdidos em virtude da pandemia. No vídeo, os professores de Educação Física iniciam demonstrando como adaptar o esporte remo em casa, apenas para membros superiores, com os materiais já descritos. A cordinha deve ter no mínimo um metro e meio, realizar com ela um nó em uma das pontas que fique semelhante a uma alça, para colocar o gancho do cabide, em seguida amarre a outra ponta na garrafa realizando os primeiros passos, coloque a cordinha sobre o encosto da cadeira, para que a garrafa pet encoste no chão, em seguida segurando o cabide sente próximo a cadeira, ou pode ser em pé. Segurando o cabide com as mãos, inicie o movimento de extensão e flexão dos cotovelos, correspondendo às fases um e dois da remada.

Na remada em casa, da canoagem, é necessário um bastão, realizar os movimentos sentado em uma cadeira ou na própria cadeira de rodas. Efetuar os movimentos cíclicos das quatro fases: ataque, tração, saque e fase aérea.

A prática do remo e da canoagem tem diversos benefícios, entre eles, melhora da coordenação motora, equilíbrio, força, condicionamento cardiorrespiratório, ganho de massa muscular, autonomia e autoconfiança. As evidências são claras, o sedentarismo tem impacto negativo sobre a saúde, portanto, nós do Instituto seguimos estimulando nossos atendidos a praticar atividade física, pois é fundamental que todos realizem atividades prazerosas regularmente.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Percebemos que essa experiência com os vídeos nos mostrou que houve uma boa adesão por parte dos alunos e como resultado, conseguimos atingir nosso objetivo em manter os alunos ativos. Enfrentamos alguns desafios ao longo do percurso, como por exemplo, manter os vídeos criativos e interessantes para nosso público-alvo e desenvolver um repertório diversificado de exercícios físicos, com suas adaptações e recursos materiais.

Um desafio recorrente enfrentado pelos atendidos foi a falta de aparelhos eletrônicos que comportassem o armazenamento dos vídeos e conseqüentemente o envio dessas mídias para a equipe multidisciplinar. Alguns atendidos também tiveram problemas com a internet, por não terem acesso, ou por terem uma conexão lenta. Com o prolongamento da pandemia, identificamos que alguns alunos perderam o interesse nos vídeos e já não nos enviavam as reproduções das atividades.

No geral compreendemos que essa experiência dos vídeos foi muito positiva, além de ser uma maneira de distrair os alunos e mantê-los ativos durante o período de isolamento.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Acreditamos que essa experiência é possível ser aproveitada em outros contextos, por ser uma atividade física adaptada, de fácil execução e que utiliza materiais acessíveis. Da mesma forma acreditamos que pode ser realizada por grupos etários distintos por envolver movimentos sem peso e sem impacto para as articulações.

Recomendamos tanto para nossos alunos, quanto para o público em geral, que se mantenham ativos, praticando atividade física regularmente, pois exercitar-se é uma ótima forma de prevenir doenças, manter mente e corpo saudáveis gerando assim bem-estar físico e equilíbrio emocional.

Consideramos que o elemento chave da nossa experiência foi poder dar continuidade às atividades do Instituto, encontrando meios de oferecer um suporte aos atendidos do projeto, incentivando-os a seguirem se exercitando com segurança e utilizando materiais simples. Mesmo que remotamente, encontramos formas de diminuir o distanciamento imposto pela pandemia e estreitar laços com nossos alunos.

# 40. IDOSOS: NOVOS TEMPOS NOVOS APRENDIZADOS



**Emerson José Lima da Silva**  
**emerson.silva@sescsp.org.br**

**Daniela Vilela dos Reis**  
**daniela.reis@sescsp.org.br**

**Aline Gomes Uehara**  
**aline.gomes@sescsp.org.br**

Sesc Thermas de Presidente Prudente

## DE ONDE PARTIMOS

Durante a pandemia, a população de idosos e a comunidade em geral, não estiveram presentes nas ações que eram desenvolvidas dentro da unidade do Sesc Thermas de Presidente Prudente, fazendo com que houvesse um distanciamento do público que era atendido, especificamente os idosos. Da mesma maneira, os próprios educadores que mantinham um contato direto com os idosos nas atividades esportivas e físicas, deixaram de ter essa aproximação com os alunos.

A partir do relacionamento construído anteriormente entre os educadores e os idosos e da necessidade de uma aproximação entre ambos, foi pensada uma alternativa que demonstrasse ao público idoso, o interesse por parte da instituição e dos educadores, em suprir esse longo período de distanciamento social, ocasionado pela pandemia, mesmo de forma parcial.

Por se tratar de alunos que inicialmente faziam parte do curso de hidroginástica e que em sua maioria, mantinham um relacionamento entre si, parte deles se sentiram desafiados a aderirem a um aprendizado que para eles era novo, ou seja, usar uma ferramenta de transmissão *on-line*.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Para o desenvolvimento dos encontros, alguns objetivos estavam presentes: aproximar-se dos idosos de maneira remota pelo aplicativo descrito como *Zoom*, capacitar os idosos a interagirem e utilizarem a ferramenta digital e ministrar as aulas pela ferramenta.

Como estratégias, utilizamos a criação de um tutorial elaborado pelo setor de tecnologias e artes (ETA) mostrando o passo a passo de utilização da ferramenta *Zoom*. Foram feitas algumas gravações de vídeos de apoio, para suprir uma dificuldade

específica relacionada com a ferramenta. Os encontros tiveram início no dia 2 de junho e foram realizadas até 26 de outubro de 2021. Eram realizados dois encontros por semana, às quartas e sextas-feiras, no horário das 9h às 9h30. Para a estruturação das aulas, utilizamos um *notebook*, um *tablet*, um microfone, uma *smart tv* e uma câmera de vídeo.

Os encontros eram realizados com uma escala de educadores, um ministrava a aula e o outro ficava no apoio com o *tablet*, solucionando alguma dificuldade que alguém pudesse vir a ter durante o encontro. Nesses, eram ministradas atividades relacionadas ao desenvolvimento das capacidades físicas, atividades rítmicas e a ginástica geral.

Durante esses encontros, o educador ministrava a aula pelo *Zoom* e observava pela televisão, se os idosos estavam fazendo os exercícios de maneira correta.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Os resultados apresentados puderam ser vistos. Todos relatam a satisfação de rever os colegas das aulas presenciais, mesmo sendo em um ambiente digital. Outro resultado positivo está na capacidade de interação dos idosos em se relacionar com os educadores durante a aula. Ou seja, tivemos situações em que os idosos perguntavam sobre o que estava sendo feito, o jeito correto de realizar certos movimentos.

Como categorias elencadas na experiência, que também apresentam bons resultados, temos o engajamento frente a tecnologia, a iniciativa social e o entusiasmo durante as atividades.

Como nos encontros tínhamos em média dezenove (19) idosos participando, todos se esforçaram para estar presentes nas aulas e tivemos algumas situações em que alguns idosos tomaram a iniciativa de chamar outros para participarem.

Também como um desafio que está sendo superado em relação a tecnologia, está a capacidade dos idosos em utilizar/manusear o aplicativo *Zoom*.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Este tipo de experiência pode ser dirigido a outros grupos, de diferentes faixas etárias e de outros locais. Especificamente, cria-se a possibilidade de aplicá-lo a outros idosos que podem se sentir desafiados em um ambiente que ainda não é totalmente conhecido por eles e que a cada dia torna-se mais desafiador para todos.

Creio que o fato de fazermos com que os idosos se sentissem importantes naquele momento do encontro, valorizando a sua participação e deixando em alguns momentos que conversassem uns com os outros, foi extremamente significativo para a sua permanência nas aulas/encontros.

## REFERÊNCIAS

ALVARENGA, Glaucia; YASSUDA, Mônica; CACHIONI, Meire. *Digital Inclusion With Tablets Between Elderly: Methodology and Cognitive Impact*. *Psicologia, Saúde & Doença*, v. 20, n. 2, p. 384-401, 2019.

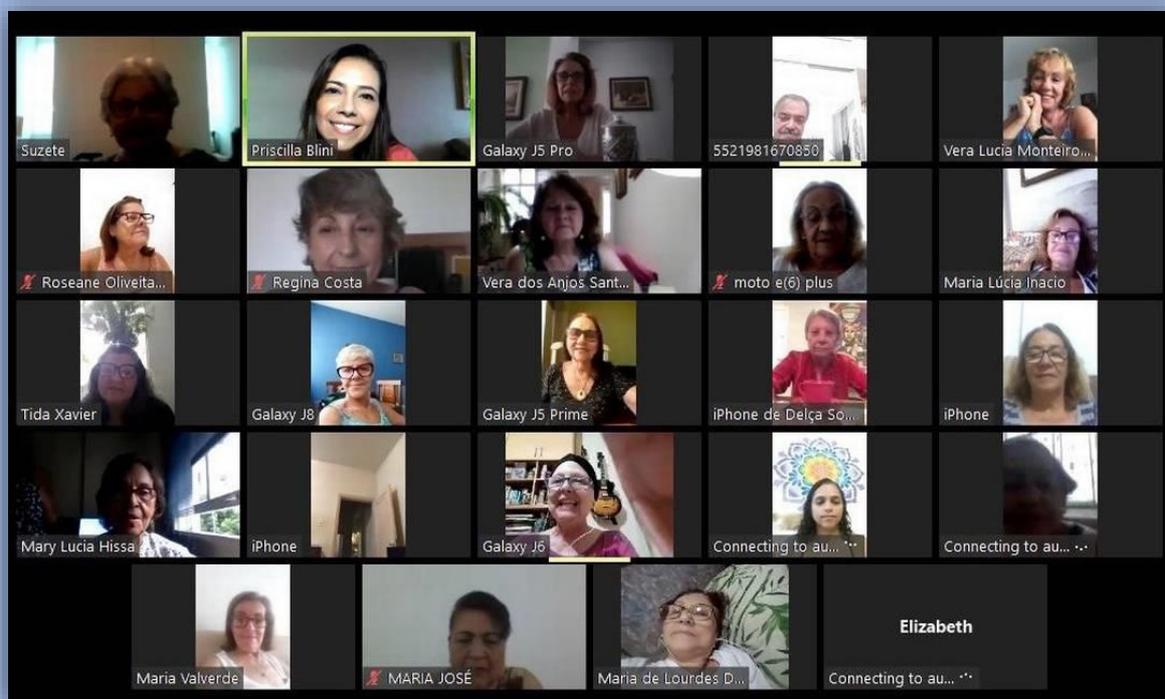
DIAS, Fellipe Camargo Ferreira. Análise do impacto da educação em saúde no engajamento dos idosos sobre o autocuidado durante a pandemia do Covid-19. 2020.

MARQUES, Deborah. Enthousiasmós-Entusiasmo. *Imaginário*, p. 365-382, 2009.

NEVES, Bárbara. Pessoas idosas e tecnologias de informação e comunicação: inclusão digital como forma de inclusão social. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, Passo Fundo, v. 15, n. 1, p. 8-20, 2018.

ROSA, Valéria; MATOS, Ecivaldo. Codesign de interação com/por/para o sujeito idoso: identificação e validação de requisitos para engajamento na produção de tecnologias digitais. In: *Anais Estendidos do XVIII Simpósio Brasileiro sobre Fatores Humanos em Sistemas Computacionais*. SBC, 2019. p. 154-157.

SILVA, Ketia; BEHAR, Patrícia. Competências Digitais na Educação: uma discussão acerca do Conceito. *Educação em Revista*, Belo Horizonte, v. 35, e209940, 2019.



# 41. LABORATÓRIO DO LAZER NO PROJETO LAZER NA VILA

Agathá Moreira de Souza  
agatha.souza@goldeletra.org.br



Fundação Gol de Letra

Princípios Educacionais: Aprender, Conviver e Multiplicar

## RESUMO

O presente trabalho retrata as contribuições do Laboratório do Lazer dentro do projeto Lazer na Vila da Fundação Gol de Letra como criação, educação e cultura, em um momento dentro do contexto de pandemia por meio de experiências científicas. O projeto foi desenvolvido em construção conjunta com os recreadores por meio de verificação das experiências, foi feito um piloto em um único sábado como um teste. Após o primeiro momento foi feita uma interlocução entre os educandos para saber se gostariam de continuar esse tipo de atividades aos sábados.

Desta forma, aplicando o Laboratório do Lazer em prática como uma área para expandir os conhecimentos de cultura e educação, ofertando os princípios educacionais da Fundação Gol de Letra que são Aprender, Conviver e Multiplicar, resultando em sabedoria e desenvolvimento dos aspectos humanos. Palavras-chave: contribuições, Laboratório do Lazer, experiência científica, educação, cultura, princípios, aprender, conviver, multiplicar, sabedoria, desenvolvimento.

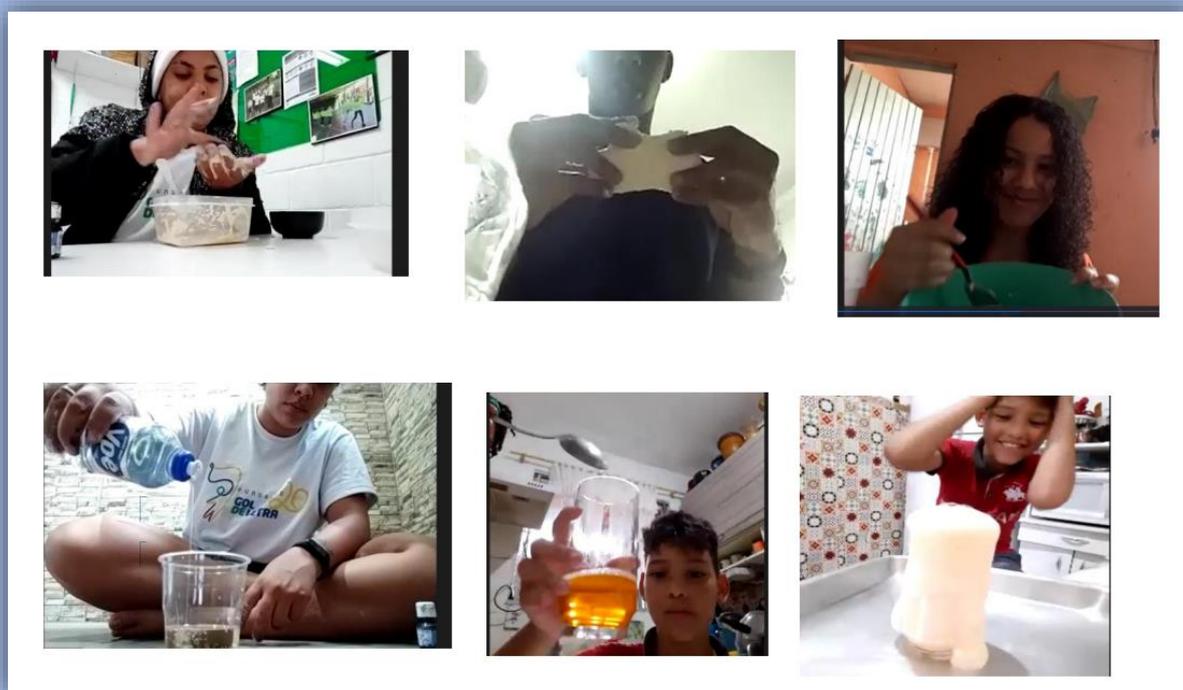
## INTRODUÇÃO

O presente trabalho retrata as contribuições do Laboratório do Lazer dentro do projeto Lazer na Vila da Fundação Gol de Letra como criação, educação e cultura, em um momento dentro do contexto de pandemia por meio de experiências científicas, visando uma socialização e inclusão de crianças e adolescentes nas atividades propostas com diversidade de caminhos. Os educandos

passaram a ter um desenvolvimento cognitivo, criativo, cultural, social, afetivo, inspirador, ético e moral.

## JUSTIFICATIVA

O projeto Lazer na Vila substituiu as aulas presenciais para a aula *on-line*, abordamos maneiras para não precisar sair de casa, com cronograma de atividades aos sábados das 11h às 16h, com capoeira, samba rock, construção de brinquedos recicláveis, Laboratório do Lazer e muito mais. O Laboratório do Lazer veio de uma aula piloto que os educandos gostaram, demos continuidade aos sábados recorrentes. Ele entrou para o cronograma por apresentação das experiências e a contextualização de que infelizmente não está inserida no cotidiano dos jovens e crianças no mundo das classes E ou D, que desde a infância não tem incentivos para brincar de experiência. Muitas das vezes os pais ou responsáveis até repreendem se o filho tenta fazer uma brincadeira diferente.



Considerando tratar-se de momentos de descontração e lazer, recreação e criação, auxilia no desenvolvimento de capacidades cognitivas, sociais e educacionais. De acordo com (Haching, 1992), a experiência não é uma atividade monolítica, mas uma atividade que envolve muitas ideias, muitos tipos de compreensão, bem como muitas capacidades.

## OBJETIVO GERAL

Promover e desenvolver atividade de experiência científica infantil em meio de lazer.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Socialização entre as pessoas; trabalho de manipulação; demonstração da importância da atividade; inclusão social; aprendizado de uma nova cultura; e manifestação do desejo de criar.

## **PÚBLICO-ALVO**

Crianças e adolescentes

## **BENEFICIÁRIOS**

A comunidade Vila Albertina atendida pela instituição Fundação Gol de Letra através do projeto Lazer na Vila.

## **METODOLOGIA**

A atividade Laboratório do Lazer é a maneira de expandir novos conhecimentos de impacto relativo para a educação juntamente com o lazer, gerando e desenvolvendo comprometimento, o planejamento dos educandos era quase uma semana antes, pois os materiais para serem utilizados para a próxima experiência sempre eram informados na aula anterior, para dar tempo de se organizarem. Qual seria a experiência não era revelado, apenas era dada uma dica para ficarem ansiosos pela surpresa na próxima aula.

## **CONCLUSÃO**

O trabalho do Laboratório do Lazer trouxe a construção de um espaço diferenciado para os educandos, tornando um local para desfrutar de conhecimentos, vontade de aprender e vivência de um momento de lazer, diversão e alegria. Novos olhares para a questão de experiências lúdicas para desenvolver em diversos espaços e lugares, sem limitação para falta de materiais e com a possibilidade de adaptação surgiram para aqueles educandos. A conquista de mais alunos durante essa atividade aconteceu pelo prazer dos próprios alunos, que gostaram das experiências realizadas e divulgaram para suas famílias, colegas e amigos da escola.

A Fundação Gol de Letra proporcionou junto do Laboratório do Lazer os princípios educacionais: Aprender – ampliação do conhecimento educacional, Conviver – sabedoria de seus valores para agregar em sociedade; e Multiplicar - geração de multiplicadores de informações e

ações. Devido a volta presencial do projeto Lazer na Vila na comunidade, a atividade do laboratório do lazer não teve continuidade.

## REFERÊNCIAS

Scielo Brasil. Disponível em

<<https://www.scielo.br/j/ciedu/a/NBjWWJKPbdVW4qQJNBc5LVC/?lang=pt>>

Governo do Estado de São Paulo. Disponível em

<[https://www.saopaulo.sp.gov.br/guiacoronavirus/assets/images/DICAS\\_CONTRA\\_COVID-19.pdf](https://www.saopaulo.sp.gov.br/guiacoronavirus/assets/images/DICAS_CONTRA_COVID-19.pdf)

<https://fdr.com.br/2020/10/03/classe-social-descubra-se-pertence-ao-grupo-b-ou-c/>>

Fundação Gol de Letra. Disponível em <[https://www.goldeletra.org.br/wp-](https://www.goldeletra.org.br/wp-content/uploads/2020/06/exp-esporte.pdf)

[content/uploads/2020/06/exp-esporte.pdf](https://www.goldeletra.org.br/wp-content/uploads/2020/06/exp-esporte.pdf)>



# 42. GUIA DE ATIVIDADES PARA SE FAZER EM CASA

**Alessandro Costa e Educadores do Instituto**  
**ale2209@gmail.com**  
**11 96721-3059**



Instituto Família Barrichello

## **DE ONDE PARTIMOS**

Projeto ECA - Esporte e Cidadania em Ação - promove atividades presenciais em letramento esportivo a crianças e adolescentes de 6 a 17 anos, fortalecendo os valores familiares e o desenvolvimento de competências e habilidades psicossociais e motoras.

Diante do contexto pandêmico, estratégias tiveram de ser tomadas para dar continuidade ao atendimento mesmo que remotamente e em princípio, vídeo aulas foram desenvolvidas e enviadas remotamente. Após pesquisa, pôde-se verificar a dificuldade de acesso a dados de internet e/ou aparelho disponível para que os atendidos tivessem acesso às aulas.

Diante desta dificuldade de acesso que surgiu o "Guia de Atividades", composto por 6 a 8 jogos e brincadeiras mensais, em um formato de fácil entendimento e com possibilidades diversas de execução, para que crianças e adolescentes pudessem realizar em casa, sozinhos ou acompanhados e ao mesmo tempo colocarem o corpo em movimento mantendo o bem-estar físico e psicológico.

## **O QUE E COMO FIZEMOS**

A estratégia primária do guia de atividades foi construí-lo de forma clara e lúdica, posteriormente imprimi-los e deixá-los mensalmente nos núcleos de atendimento para que os atendidos tivessem acesso, a mesma atividade também era enviada virtualmente.



Vale ressaltar que as famílias atendidas nos núcleos, compareciam mensalmente para retirar uma cesta de alimentos como forma de ajuda diante do momento de pandemia, utilizamos da oportunidade para entregar nosso guia de atividades.

Com base nos princípios metodológicos do Instituto Família

Barrichello, ancorados nos 4 pilares da educação, foram desenvolvidas atividades e jogos que possibilitassem medir a percepção dos atendidos nas habilidades e competências em desenvolvimento.

Partindo do princípio da intencionalidade das atividades constantes no guia, alguma competência e/ou habilidade estava em desenvolvimento. Desta forma, percebeu-se que tanto o guia de atividades quanto as vídeo aulas, não traziam o retorno quanto ao que estava sendo desenvolvido pelas crianças e adolescentes. Mesmo com a implantação do Guia de Atividades ainda faltava algo. Assim, como estratégia secundária, criou-se a avaliação do guia, chamado de "Quiz das Atividades". A partir de maio/2021 cada atividade descrita era acompanhada de uma folha à parte com quatro opções de habilidades e competências, onde a própria criança e adolescente apontaria sua percepção, ou seja, aquilo que acha que desenvolveu executando a atividade proposta.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Os resultados ainda não estão mensurados, os primeiros três meses de atividades com avaliação estão sendo tabulados. Acredito que ao término do mês de setembro/2021 já tenhamos dados plausíveis para apresentação desta comissão.

É esperado que o resultado apresente dados que identifiquem as habilidades e competências desenvolvidas mesmo que a distância, cumprindo o objetivo de promover um desenvolvimento integral da criança e do adolescente.

Também servirá como dados norteadores para o planejamento das atividades com base nas habilidades e competência "menos percebidas" pelas crianças e adolescentes. Outro dado importante e que servirá de termômetro para planejamentos futuros, será o resultado de quais

pilares (Fazer, Ser, Conviver e Aprender) foram mais trabalhados e percebidos a distância através do Guia de Atividades.

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

Sim, é inteiramente possível moldá-lo para outras atividades e faixas etárias.

A grande dificuldade é realmente o retorno das avaliações, tanto digitais quanto impressas. Trabalhar o estímulo, comprometimento e apoio dos parceiros locais tem sido a luta constante para que crianças e adolescentes entendam a importância da prática de atividades no seu dia a dia, atribuído a responsabilidade das avaliações para o projeto.

O diferencial nesta estratégia foi a disposição, resiliência e criatividade de toda a equipe em acreditar que suas atividades desenvolveriam algo que ajudaria a si mesmo nas aulas futuras e no desenvolvimento humano das crianças atendidas.



# 43. ESPORTES PARA CRIANÇAS DURANTE A PANDEMIA, DESAFIOS E ESTRATÉGIAS

Mariana Barboza da Silva  
Gabriel Maion Damasco



## Sesc Interlagos

Dentre as várias ações que o Sesc oferece a seus frequentadores, há uma especial que é o Programa Sesc de Esportes (PSE). O programa tem como objetivo possibilitar a prática esportiva, por meio da experimentação de diferentes manifestações da cultura corporal, visando o desenvolvimento integral, respeitando as individualidades e ampliando as potencialidades do indivíduo. No Sesc Interlagos esse programa tem uma enorme importância, considerando que estamos em uma área de vulnerabilidade social e que espaços de educação e lazer são poucos na região.

O PSE Criança, abrange a faixa etária de 6 a 10 anos. As crianças participam de atividades esportivas em horário de contraturno escolar e recebem alimentação adequada. No Sesc Interlagos, antes do período de pandemia, recebíamos em média 20 crianças participantes em cada período do dia, manhã e tarde, que realizavam atividades esportivas como futebol, futsal, basquete, atletismo, vôlei, *badminton* entre outras, de quarta a sexta-feira.

Durante a pandemia elaboramos ações para atingir de maneira significativa esse público e não deixar de atender as necessidades de todos. A equipe de técnicos e educadores do Sesc Interlagos refez a leitura do “documento norteador do programa”, usado como referência para esse relato. A partir disso traçamos metas e estratégias que iniciaram no mês de maio de 2020 e continua até agosto de 2021.

A primeira ação foi a criação dos grupos de “*WhatsApp*” para posterior conversa com as famílias, entender como estavam passando, se tinham alguma questão ou estavam precisando de algo. Algumas famílias relataram que enfrentavam dificuldades na alimentação, foi então organizada uma logística de entrega de cestas básicas com o Mesa Brasil, para doze famílias em vulnerabilidade. Foi feita a entrega de 20 kits de higiene bucal pela equipe de odontologistas do Sesc Interlagos para

todos os alunos. Esses kits sempre foram entregues no início de cada semestre. Em parceria com essa mesma equipe, realizamos O “Clube do Sorriso” que é um exemplo de programa de educação em saúde, destinado a crianças e seus familiares e que propõe estimular cuidados com saúde bucal.

Mantendo os objetivos do Esporte Criança, que são desenvolver suas capacidades físicas, habilidades motoras através de jogos pré desportivos e atividades esportivas com caráter lúdico, foram disponibilizadas aulas gravadas (vídeos) semanalmente pelos nossos educadores, de forma processual, que foram enviados pelo *WhatsApp*.

A cada mês foi planejado um esporte diferente, pensando em qual esporte e atividade eles conseguiriam fazer dentro de casa ou no seu próprio quintal. Entregamos um par de raquetes de *Badminton* para cada criança, junto com quatro vídeos de desafios de habilidades. Publicamos uma série de vídeos de confecção de materiais esportivos nas redes sociais do Sesc Interlagos e foi enviado pelo *WhatsApp*. Entregamos o “HQ das Quebradas”, uma revista em quadrinhos feita pelo Corre Coletivo, que teve por objetivo retratar artisticamente um pouco do cotidiano que a periferia tem enfrentado em tempos de isolamento social.

Criamos o “Da rua para casa”, com quatro vídeos de jogos de rua feitos pelos educadores, incluindo: amarelinha, corda, elástico e tacobol. E realizamos os “Jogos de quintal”, uma alusão aos Jogos Olímpicos e Paralímpicos, três vídeos entregues por mês, com a participação de atletas da modalidade e dos educadores, nos meses de junho, julho e agosto, cada mês com um esporte olímpico diferente: futebol feminino; vôlei de praia e esgrima paraolímpica, que também foi entregue a todas as famílias via *WhatsApp* e foi publicado nas redes sociais do Sesc Interlagos.

Essa iniciativa nos tornou mais próximos dos alunos e conseguimos intensificar o nosso papel como Instituição e como comunidade, pois vivemos pessoalmente todas as dificuldades enfrentadas nesse momento. A oferta das atividades esportivas se mostrou importante, pela continuidade do contato educador-aluno e por incentivar a prática de atividade física quando as crianças foram impedidas de se movimentar com liberdade. As famílias respondiam as mensagens com muito carinho, nos mandavam fotos e vídeos deles praticando as atividades e agradecendo por todo o cuidado. Não sabíamos que teríamos tantas barreiras sociais





e tecnológicas, mas claro que em uma região de alta vulnerabilidade muitas famílias não teriam estrutura e recurso para assistir as aulas e tão menos o espaço dentro de casa para realizá-las.

Muitos acabaram fazendo as atividades na rua ou em terrenos próximos de suas casas. Com o passar do tempo, alguns perderam o interesse por atividades *on-line*, os que continuavam a se manifestar nos grupos do *WhatsApp* caíram pela metade, de uma turma de 20 somente 10 respondiam e interagiam com retorno de fotos, vídeos e mensagens, já que era a única forma de contato, de lazer e educação e foi usada demasiadamente. Alguns pais sinalizaram a vontade dos alunos para o retorno presencial.

Os nossos outros grupos do PSE também tiveram um planejamento parecido. Com os grupos de jovens do futebol *society* entregamos vídeos de aulas dos educadores e realizamos um campeonato de futebol *freestyle* no *Instagram* da unidade. Os jovens do atletismo também receberam vídeos dos educadores e de dois atletas da modalidade. Os grupos de adultos de tênis, *flag*, atletismo e idosos também se mantiveram ativos durante esse tempo, por conta do planejamento e ações *on-line* que foram realizadas.

Acredito que essa experiência seja aplicável em vários contextos, desde que feito com o empenho de toda a equipe. No nosso caso, os educadores, técnicos, coordenação e gerência foram fundamentais para que o planejamento fosse executado com êxito. É preciso pensar e repensar as estratégias, ouvir as famílias e saber exatamente do que precisam. Força de vontade e empatia são as palavras que fizeram dessa experiência um sucesso.

# 44. ESTILO DE VIDA ATIVO: MURAL DIGITAL DA COMUNIDADE GIORDANENSE<sup>12</sup>

Jose Ricardo Rik do Val  
zeca@giordanobruno.com.br

11 98171-0201

Colégio Giordano Bruno

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>12</sup> Vide Anexos

# 45. COMUNIDADE VIRTUAL DE PRÁTICA

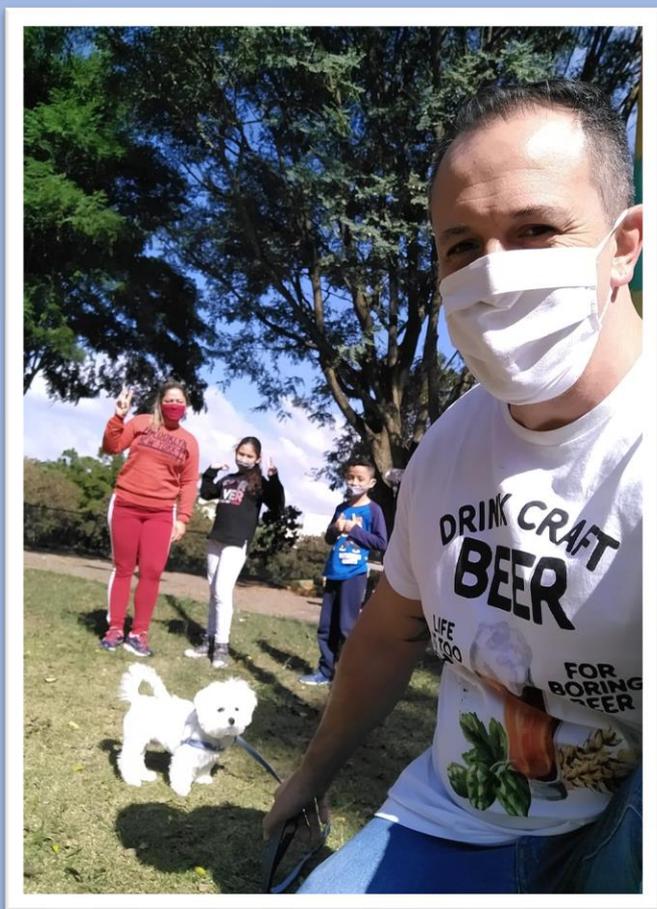
**Kátia Aparecida Pereira Moraes**  
**Tatiene Negrini Lopes**  
prodhe@usp.br



## Programa de Desenvolvimento Humano pelo Esporte (Prodhe)

A pandemia de Covid-19 trouxe novos desafios à equipe do Prodhe. O distanciamento físico provocou a quebra gradativa do vínculo com todos os públicos com os quais trabalhamos, impactando de forma mais preocupante a relação Prodhe-Família. Foi preciso encontrar novas formas de comunicação e atuação para dar continuidade a todas as ações em andamento.

A necessidade de passar mais tempo em casa, com as limitações de espaço e mudança na rotina, transformou a vida de todos. Como impedir que o distanciamento físico interrompesse os aprendizados iniciados ou em andamento?



Muitas instituições optaram por aulas *on-line* para dar continuidade ao atendimento de seus educandos, mas o Prodhe, após conversas e enquetes com as famílias, entendeu que levar as atividades do Programa para dentro das casas, da rotina das famílias, poderia gerar uma sobrecarga nesse dia a dia que já havia ficado tão tumultuado. Analisando os retornos dados percebemos que iríamos mais atrapalhar do que ajudar.

Foi preciso então adaptar, estudar e aprender muito ao passar do modo presencial para o virtual, de uma forma respeitosa, mantendo o foco do trabalho voltado ao estímulo de vidas mais ativas, tendo sempre como referência a metodologia desenvolvida pelo programa.

Dentro da metodologia, um dos elementos chave é a formação de uma comunidade. Para nós a comunidade é um espaço aberto para todos que queiram fazer parte dela, onde todos ensinam e aprendem, assumindo o compromisso com os demais participantes nesse processo de ensino-aprendizagem.

Partindo deste conceito, utilizamos um conjunto de ferramentas para criar a Comunidade Virtual de Prática, nos aproximando e mobilizando famílias e parceiros na busca de modos de vida mais ativos, incentivando pessoas, grupos e instituições a superarem os obstáculos impostos pela pandemia, encontrando soluções para acrescentar mais movimento no seu cotidiano.

O passo inicial da Comunidade foi em março de 2020 com o blog Desenvolvimento Ativo Familiar (<https://desenvolvimentoativofamiliar.blogspot.com>). Um espaço colaborativo, onde as pessoas foram convidadas a contribuir com postagens sobre a temática Vidas Ativas, compartilhando reflexões, dificuldades, descobertas e dicas sobre o que poderia ser realizado durante a pandemia, com os espaços e materiais possíveis.

Dando continuidade a este espírito colaborativo, utilizamos o *Padlet*, uma ferramenta *on-line* que permite a criação de um mural virtual dinâmico e interativo para registrar, guardar e partilhar conteúdo multimídia. Nele, é possível inserir qualquer tipo de conteúdo (texto, imagens, vídeo, *hiperlinks*) juntamente com outras pessoas.

Essas estratégias funcionaram bem por um tempo, mas aos poucos perderam força conforme a pandemia se estendia e foram necessárias alternativas para manter os vínculos.

Em maio de 2021, resolvemos modificar o objetivo de uso dos grupos de *WhatsApp* mantidos com familiares e educandos. O aplicativo que originalmente era utilizado para comunicação de informes referentes a rotina do Programa, passou a ser uma potente ferramenta de comunicação da Comunidade, alimentando as conversas sobre Modos de Vida Ativa. A proposta era utilizar o espaço para compartilhar todas as experiências de movimento que as famílias estavam vivenciando, tanto positivas quanto negativas, abrindo o canal para compartilhamentos e conversas com o intuito de estímulo e motivação mútuos.

Exercitamos uma conversa leve e descontraída sobre como inserir mais movimento no dia a dia de cada um, onde se podia tratar das dificuldades, conquistas e aprendizagens em um contexto de limitações (espaço, tempo, material, conhecimento, entusiasmo etc.).

Ao mesmo tempo em que este estímulo era dado, os participantes também eram convidados a participar de outras ações do Prodhe (Jornada de Desenvolvimento Ativo Familiar, Encontro de Incentivadores de Vidas + Ativas e Espaço Geodésica), para adquirirem mais conhecimento e assim mais autonomia para gerirem suas atividades físicas.

Para estimular ainda mais a autonomia e a autogestão de sua própria atividade física, o Prodhe convidou a Comunidade a utilizar o aplicativo Strava e através dele registrarem e compartilharem suas

práticas. No aplicativo criamos também um Clube para o Prodhe, ao qual os membros da comunidade foram convidados a aderir, acompanhar as atividades dos demais e participar dos eventos propostos naquele espaço. Foram dois desafios: 1) O que há pelo caminho? Onde os participantes eram convidados a registrar todas as suas percepções durante a prática do correr ou caminhar e 2) O que me move! O que move minha família! Onde o participante era convidado a registrar uma prática que mais o motivava, ou a sua família, a se movimentar.

Com o passar do tempo, mudanças foram percebidas, com contribuições e dicas diversas. A Comunidade foi se fortalecendo. Familiares participaram de forma mais efetiva, destaca-se a construção da autonomia para gerir as próprias atividades físicas, em busca de uma rotina mais ativa. Familiares passaram a responsabilizar-se mais por criarem oportunidades para que a criança ou adolescente da família também estivessem fisicamente ativos, seja estimulando a ida ao parque, organizando passeios de bicicleta, passeando com o cachorro ou indo à academia em família.

O maior desafio no desenvolvimento da proposta foi a adesão dos educandos adolescentes, que mostraram maior resistência em acompanhar e comunicar-se através dessas ferramentas *online*, reproduzindo o que acontecia em outros espaços virtuais (segundo relato dos familiares), em que evitavam exposição de suas próprias imagens e opiniões por receio de sofrer *bullying*.



Enfrentamos essa situação focando mais esforços no uso do *WhatsApp*, com persistência, propondo desafios específicos para esta faixa etária, construindo um ambiente descontraído e acolhedor, compartilhando experiências da própria equipe com suas famílias para gerar empatia.

Depois dos estímulos dados, sentimos necessidade de mensurar de forma mais objetiva o quanto conseguimos atingir e ajudar os públicos que são ligados ao Prodhe. Elaboramos um formulário simples, enviado para familiares e adolescentes vinculados ao Programa. Obtivemos uma amostra de 36 participantes, cujas respostas ajudarão na tomada de decisão do quanto essas ações podem ser continuadas depois da retomada do formato presencial.

A ferramenta mais utilizada pela Comunidade de Prática Virtual foi o *WhatsApp*, onde 36,1% indicavam que apenas acompanhavam lendo as mensagens e postagens, outros 36,1% acompanhavam, comentavam, mas não compartilhavam suas práticas e 11,1% compartilhavam, comentavam e davam dicas de possíveis práticas.

O formulário também indicou que os estímulos e dicas foram importantes para analisar o dia a dia e identificar como o movimento estava inserido na rotina familiar, tornando um pouco mais clara a importância da atividade física, inspirando a modificação da situação atual, fazendo com que 33,3% deixassem sua rotina mais ativa.

Concluimos que essa experiência pode ser utilizada em outros contextos como estratégia para incentivar famílias e grupos de educandos a se manterem fisicamente ativos. É uma forma acessível de estimular as trocas e compartilhar experiências positivas, assim como dialogar sobre as dificuldades, tendo o grupo como uma rede de apoio.

É preciso que o responsável pela mediação, quem representa a instituição, esteja sempre pronto a estimular o diálogo saudável, pautando-se na metodologia e princípios da instituição.

Os elementos chave da experiência são a percepção de que cada pessoa é responsável por sua "jornada ativa", e cabe a ela buscar ajuda, informações, e organizar sua rotina para tornar isso possível. É necessário criar um sentimento de empatia e pertencimento entre os participantes.

Percebemos que as ferramentas virtuais podem ser grandes aliadas para o alcance dos nossos objetivos, mas requer tanto ou mais dedicação que as atividades presenciais.



# PRÁTICAS À DISTÂNCIA E SOLUÇÕES NA PANDEMIA

## Roda de conversa

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

## Apresentações

- Instituição estimulando algumas inovações na pandemia: “O que gostaria de fazer? Mas olhando para algumas possibilidades que “faltavam” no cotidiano presencial”;
- Envolvimento construção com a família para a experimentação conjunta, envolvendo também conhecimentos e experiências das famílias;
- Uma “nova cultura” para a comunidade. O que caracteriza essa “nova cultura”?
- Questão do acesso (celular, internet): chegou um público diferente, mas perdeu um outro. Como manter posteriormente?
- Aprender, Conviver e Multiplicar = princípios metodológicos sempre presentes;
- Instituições como o Sesc possuem unidades com características diferentes. Por exemplo, a unidade campestre de Interlagos - SP ou a Thermas de Presidente Prudente - SP, que atende muitos idosos. Estratégias específicas para manter vínculos:
  - felicidade em rever colegas, aprendizado digital (tutoriais);
  - um educador dando aula e outro no tablet ajudando a solucionar dúvidas e nas “correções” das atividades;
  - aderência às aulas e comunicação responsável quando faltavam - importância, protagonismo (chamando outras pessoas);
- Instituições produziram muitos materiais na pandemia: utilizamos como referenciais ou todos nós acabamos criando algo de acordo com as realidades específicas (adaptação do presencial ao remoto);
- Guia para fazer em casa: entrega de um produto, mas como acompanhar? Impresso e digital; crianças tinham acesso à internet, mas não ao aparelho; possibilidade de reprodução das atividades e de envolvimento dos familiares; o guia foi sendo atualizado mensalmente e fotos de crianças que faziam atividades iam sendo colocadas nas capas; quiz das atividades: medir a percepção das crianças sobre o que aprenderam;
- Valorização do “Esporte em casa”, evento da Rede Esporte pela Mudança Social, casando ações da instituição com o evento;
- Utilização do documento norteador da instituição para pensar nas adaptações para o remoto:
  - Diversidade de modalidades da cultura corporal;
  - Área de vulnerabilidade e poucos espaços de lazer no entorno;
  - criação de grupo de WhatsApp para conversa com famílias;
  - parceria Mesa Brasil para suprir necessidades básicas de alimentação;
  - entrega dos kits de higiene bucal + Clube do Sorriso (continuidade *on-line*);

- conjunto de materiais esportivos e recursos: par de raquetes de badminton, vídeos, hq, jogos de quintal;
- em um momento, uma certa saturação do remoto e a necessidade do presencial;
- reconhecimento do acolhimento, importante para a equipe: “entrar na casa”, conhecimento da realidade para além do receber na instituição. Conhecer a realidade e tornar o planejamento mais vivo e próximo para os próximos anos;
- “Frustração” com a chegada da pandemia: semestre planejado, expectativas iniciais;
- Elemento crítico no modelo pedagógico: “Comunidade de Prática” - comum, todos ensinam e aprendem, aberta-permeabilidade - manutenção do relacionamento com todos que são próximos à instituição:
  - comunicação cotidiana: *e-mail* (geral), grupos de *WhatsApp* (específicos);
  - Blog: canal de comunicação, mais espaço de acolhimento e de colaboração - acessar outras possibilidades (aulas de instituições diversas);
  - Comunidade virtual: uso do grupo de *WhatsApp* (familiares e adolescentes) para estimular ser ativo, estimular conversa e mediar com conceito de Vidas Ativas; aplicativo de AFEs (Strava);
  - Resistência dos adolescentes com imagem, se expor etc.;
  - Conjunto das ações diversificadas atingiu de alguma maneira cada um;
  - Aspectos tradicionais das dificuldades de praticar AFEs e mudanças nesses aspectos ao longo da pandemia.

#### Roda de Conversa

- Quais foram os aprendizados?
- Sesc, como exemplo de relação intersetorial: houve maior interação entre esporte e cultura?
  - Avaliação, acompanhamento: há uma cobrança (interna, externa) em se avaliar, coletar informações, mas o que realmente é importante impactar individualmente, familiarmente, coletivamente? Algumas coisas já estão comprovadas e são esperadas como do próprio desenvolvimento das crianças e do impacto cultural. O que é um impacto diferenciado?
  - Exigência profissional: empatia, força de vontade. O que mais tivemos que desenvolver?
- Em que medida a pandemia ampliou ou restringiu a prática pessoal e profissional?
- O que veio para ficar, quais foram os aprendizados?

- não restringiu e abriu um leque de opções para a equipe. Compreensão da necessidade de fazer uma atividade para si e para o próximo. Hoje sou um educador de quadra, *on-line*, um palestrante comunicador (ampliação da formação profissional);
- pensar fora da caixa, ampliar a interpretação do que está escrito no projeto;
- maior compreensão de aspectos dos territórios, conhecer mais seu bairro, os espaços públicos;
- mudança das rotinas, dificuldade por ser tudo ao mesmo tempo - necessidade da divisão de tarefas, achar soluções para o trabalho e a casa. Aprendizagens para se tornar um ser humano melhor;
- ensinar o quanto o repertório de conhecimento na área profissional pode ser vasto para o atendimento;
- entrar na "casa" dos outros de uma forma empática;
- barreiras estavam presentes, mas as surpresas também, não subestimar públicos, como idosos;
- ter estrutura é importante, por exemplo, como no caso do Sesc;
- o híbrido precisa ser pensado para atingir mais pessoas;
- espaços que conseguiram se organizar para suas equipes dialogarem provavelmente tiveram uma evolução muito grande: conhecimento de si, do outro, capacidade de tomada de decisões e soluções individuais e coletivas, interdisciplinaridade, intersetorialidade, ampliação de visão da complexidade das dificuldades, mas também das soluções (embora as soluções possam ser simples, o pensar é complexo), percepção de aprender com o outro (com jovens, alunos que dominam melhor as tecnologias) etc.;
- em alguns contextos e realidades, crianças e famílias não tinham condições de ficar dentro de casa (não ficar na posição de julgar que não estavam se cuidando). Na frente do Sesc Interlagos há mesas de concreto, para a prática de tênis de mesa, muitos vieram e ficaram jogando, pintando quadras no chão etc. Entendimento de como funciona cada região, o quão equipamentos de lazer são importantes em alguns territórios;
- características dos públicos permitiram ser mais ou menos ativo. Isso está relacionado com as possibilidades, oportunidades e escolhas. As desigualdades ficaram mais evidentes e precisamos lidar de maneira urgente com as oportunidades (ou faltas), tanto via políticas públicas quanto pela agência das pessoas e comunidades;
- ir além, relacionar conhecimentos e ações, evoluir de um passo para outro;

- um outro olhar, extensão do atendimento do aluno para a família. “Entrar na casa”, necessidade de conversar, companhia etc. Muito além do esporte, mas parte do esporte como uma linguagem. Professor de EF expande seu papel.



# ATIVIDADES PRESENCIAIS NA PANDEMIA

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

# 46. O BASQUETE NO SESC VERÃO, UMA PROPOSTA TESTE PARA UM RETORNO SEGURO

**Cristiano Medeiros C. Pires**



## Sesc Unidade Sorocaba

O programa Sesc de Esportes idealizado para o Sesc São Paulo tem como um dos seus objetivos a educação pelo e para o esporte. Partindo desse pressuposto é de suma importância identificar e qualificar as propostas pedagógicas. Aproveitando a Edição do Sesc Verão de 2021 que neste ano trouxe como tema “Cuidar faz Bem” com foco no cuidado físico e emocional, durante a quarentena apresentamos a proposta de aula presencial de basquete, com treinos físicos e com duração de 50 minutos, com seu próprio material e espaço determinado, composta por alunos matriculados do esporte jovem de 13 a 16 anos e adultos, sendo 59 anos a idade limite para participar.

Neste programa as atividades são múltiplas, valorizando os aspectos educacionais e formativos do esporte, além da diversificação das experiências.

### **Objetivo**

Oferecer a possibilidade do retorno presencial para uma atividade esportiva de forma segura e agradável com a possibilidade de continuação, além do Sesc Verão.

### **Desenvolvimento**

A atividade teve início com o convite realizado via aplicativo de bate-papo para os alunos matriculados, além do convite solicitamos a inscrição prévia para a participação nas quatro aulas, desta forma saberíamos com antecedência a quantidade de alunos. Na entrada dos alunos na

Unidade foi aferida a temperatura e recepcionados pelos educadores receberam informações sobre os protocolos.

Na quadra de basquete cada aluno foi para o seu espaço delimitado e com o material determinado. As aulas foram iniciadas com aquecimento, sem material, com exercícios de mobilidade física tipo polichinelo. Já nas partes específicas juntamos os exercícios de mobilidade com manuseio de bola, como exemplo passando a bola por baixo das pernas, no final de cada aula era realizado um jogo ou um desafio.

Um exemplo de jogo que usamos foi aquele que, depois de vários comandos do educador, vence o aluno que levantar a bola do chão primeiro. A atitude dos alunos superou as nossas expectativas e o resultado foi promissor para o nosso objetivo.

## **Metodologia**

Foi utilizada observação não estruturada, onde é possível identificar através dos relatos dos envolvidos o sucesso das atividades após participação de todos.

## **Conclusão**

Os relatos confirmaram que a aula foi segura e agradável dentro de uma perspectiva prévia de não ter o jogo de fato. Foi possível observar o empenho dos alunos em todas as atividades sempre cumprindo os protocolos exigidos. Através da realização das aulas e dos relatos dos alunos mantivemos a atividade até o momento.

Acreditamos ainda que estratégia de voltar ao presencial, mesmo cumprindo o protocolo da Covid-19, possa ter contribuído com um maior cuidado do aluno, indo ao encontro do tema do Sesc Verão "Cuidar faz Bem".

Palavras-chave: Basquete, treinos, aluno, jogo e aulas.

# 47. O DESAFIO DE TRABALHAR O CONVIVER DURANTE A PANDEMIA<sup>13</sup>

**Jonatas França**  
**jf\_edfisica@hotmail.com**  
**11 96770-9125**  
Instituto Família Barrichello

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

---

<sup>13</sup> Vide Anexos

# 48. NOVAS POSSIBILIDADES EM MEIO À PANDEMIA

**Bruno Siqueira**  
**Thalia Rodrigues**



Instituto Família Barrichello

## **DE ONDE PARTIMOS**

A pandemia apresentou a necessidade de pesquisarmos outros espaços para atendermos as crianças do Centro de Crianças e Adolescentes (CCA) parceiro no trabalho desenvolvido e que naquele momento atendia 35% da sua capacidade total. Entendemos a importância de todos os educandos desfrutarem do acesso a nossas atividades, foi necessário sair da zona de conforto e buscar estratégias, encontrar novos espaços no território que estivessem ao ar livre pareceu uma ótima opção, pensando nos 65% das crianças e adolescentes que até aquele momento ficariam sem atendimento.

A abertura para novos espaços e possibilidades de atendimento para as crianças e adolescentes decorreu de uma movimentação no espaço e na comunidade, com perguntas sobre as aulas, quem poderia participar, se era cobrado algum valor, quais dias e horários aconteciam. Quando iniciamos nossas atividades tivemos o auxílio dos educandos que já faziam parte do CCA, eles trouxeram amigos, colegas e vizinhos e por conta disso a turma permanecia unida nas atividades. A cada aula realizada no território apareciam novas crianças que não eram educandos do CCA se tornando uma constante. Os educandos que já conheciam o projeto recebiam muito bem os colegas novos, isso nos mostrou o interesse da comunidade para com as nossas atividades.

## **O QUE E COMO FIZEMOS**

Nosso trabalho no território iniciou-se com o mapeamento dos lugares onde as atividades poderiam ocorrer, após isso estabelecemos atividades que os educandos conheciam e gostavam. Para entender as necessidades de aprendizagem identificamos algumas dificuldades específicas do

grupo, que se mostrou disponível em aprender. Nosso projeto se manteve presente em todo esse processo de pandemia, não mais focado somente nos educandos do CCA, pois o território abriu espaço para que dentro do nosso projeto ECA os educandos da comunidade pudessem ser acolhidos. O atendimento passou a ser em sua maioria para eles, pois logo depois aconteceu o retorno no CCA e isto não abalou a turma. Muitos passaram a ver o desenvolvimento e gostavam bastante das aulas.

Utilizamos a metodologia dos quatro pilares como meio de aprendizado, sempre pensando no ser, conviver, conhecer e fazer. Conforme a turma evoluiu trouxemos questões importantes referentes a datas como: 18 de maio (Dia do combate ao abuso e a exploração sexual), Semana do brincar e Olimpíadas, rodas de conversa foram promovidas para conscientizar e trazer debates sobre o nosso cotidiano. Percebemos que tudo que era desenvolvido durante as aulas se apresentava como novo para as crianças, eles nunca haviam tido nenhum tipo de contato com aqueles temas e através de jogos e brincadeiras a turma aprendia mais e conseguiam levar os conteúdos aprendidos



para as famílias, demonstrando visivelmente melhoras, afinal foi a primeira oportunidade de vivências tão impactantes e importantes para eles.

A estratégia que utilizamos foi um diálogo construtivo, a busca por entender os anseios e necessidades dos participantes facilitou o respeito mútuo. A turma demonstrava gostar muito de futebol, mas sabiam que nossas atividades eram bem diversificadas e em

vários momentos não seria futebol pois existiam objetivos, então os combinados que surgiam eram para trazer em algum momento alguma atividade relacionada ao futebol e disponibilizar o material para que pudessem se divertir um pouco antes do início da aula.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Os resultados evidentes após as diversas aulas e debates da turma são: a melhor comunicação entre eles e com os educadores, que facilitou muito o desenvolvimento das atividades pois os educandos mostraram-se empoderados em falar sobre temas que conheceram durante a aula e estimulados a extrapolar esses assuntos para momentos fora das aulas. Isso esteve ligado

diretamente a maior autonomia, em vários momentos chegaram no horário combinado e se propuseram a pensar em como melhorar a atividade e criar juntos, em vários momentos que trouxemos algo novo e com objetivos específicos o grupo recebeu muito bem e com entusiasmo. Em suas atitudes demonstravam que o vencer não era o mais importante, desta forma o trabalho com brincadeiras e mini jogos se tornava algo mais prazeroso, não apenas para quem conseguiu cumprir a tarefa com excelência mas também para o educando que teve suas dificuldades mas acabou superando, buscando honestidade nos momentos práticos onde o educador não precisava pontuar pois identificava que eles conseguiam reconhecer os momentos de dificuldade para com o colega e o grupo, ênfase excelente na participação. O grupo sempre se mostrou extremamente participativo, alguns educandos que tinham dificuldades nos momentos de se posicionar passaram a melhorar e dar suas opiniões no momento de roda final, para um grupo novo e que passava por constante mudança consideramos os resultados muito bons.



A turma destacou-se em vários quesitos e teve relevância o carinho entre eles e com os educadores, uma parte dos participantes moram na mesma vila, então todos os dias que tinham aula eles faziam questão de chamar um pelo outro, de lembrar momentos antes ou até no dia anterior que haveria aula do Instituto Família Barrichello.

Em determinado momento fizemos algumas vivências das Olimpíadas para a turma, cada um teria que representar o país escolhido nas modalidades aplicadas, ao final da aula falamos um pouco sobre as bandeiras e citamos que seria legal todos pesquisarem um pouco sobre o país escolhido, por fim falamos: “Semana que vem queremos todos com as bandeiras dos países” e eles se empolgaram com a ideia e falaram “Tudo bem, pode deixar que vamos fazer”, conversamos que não era necessário pois em nosso espaço não existia estrutura e material didático para confecção das bandeiras, entendemos também que alguns não teriam tempo e condições de fazer isso em casa.

Na semana seguinte os educandos chegaram com as bandeiras, dialogaram entre eles e fizeram de forma individual, o capricho de cada um era visível, tinha glitter, canetinha e tudo que acharam necessário, foi um momento de felicidade para nós educadores e os familiares que viram seus filhos tão empenhados, os educandos tiveram autonomia de fazer todos os processos sozinhos.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Mesmo o grupo sendo composto por crianças e adolescentes entre 6 e 15 anos, observamos o acolhimento dos educandos mais velhos entendendo e buscando ajudar os colegas mais novos e sempre participando todos juntos. Isso nos possibilitou uma consciência coletiva pois os educandos perceberam a importância da participação coletiva, algo que deixou a atividade agradável e abriu portas para novos colegas, contamos com um grupo incrível nesse espaço que teve possibilidade de acontecer e viver essas experiências por conta da pandemia, o projeto ECA conseguiu atingir um espaço do território diferenciado e os educandos e familiares deram o melhor em sua participação.

# 49. ADAPTAÇÕES PARA AS AULAS DE JUDÔ DURANTE A PANDEMIA

Rafael de Menezes  
rafael.menezes@goldeletra.org.br



Fundação Gol de Letra

## DE ONDE PARTIMOS

Com a pandemia do novo coronavírus e com as restrições decretadas pelo governos, em março de 2020 ocorreu o fechamento de diversos espaços destinados à prática de atividade física, porém, a necessidade da prática da atividade física está sendo cada vez mais estimulada e percebida pelas pessoas, com o objetivo de um estilo de vida mais saudável, mas com tais medidas de restrições vemos que o comportamento sedentário aumentou, principalmente em crianças e adolescentes, uma vez que iniciaram-se atividades individualizadas, preferencialmente em casa, com o auxílio da tecnologia, tornando ainda mais desafiador fazer com que a população principalmente este público mais jovem seja ativo e principalmente, permaneça nesta condição ao longo da vida.

As organizações tiveram de encontrar estratégias, alternativas e incentivos a continuidade das aulas e dos treinamentos, buscando reduzir os impactos físicos, psicológicos e sociais provocados por esta nova situação.

Diante deste cenário, buscando ofertar e oportunizar as atividades para seus atendidos a Fundação Gol de Letra (FGL) insere em seu projeto as aulas *on-line*, posteriormente, com a diminuição dos casos, as aulas híbridas e para então, de forma segura, retornar gradativamente as aulas presenciais seguindo todo um protocolo de segurança.

O judô, uma das modalidades esportivas ofertada pela FGL, teve que buscar alternativas que contemplassem a inclusão da modalidade dentro desta nova realidade que estávamos vivendo. Fomos em busca de adaptações que conseguissem incluir todos os nossos educandos, visando o uso mínimo de equipamentos e a utilização de espaços reduzidos, pensando sempre na realidade da comunidade em que estamos inseridos.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Após a decisão de suspender todas as atividades em março de 2020, a FGL iniciou uma busca por estratégias que conseguissem atingir os educandos para que eles se mantivessem ativos. Começamos com postagem de vídeos de atividades nas redes sociais da instituição e nos grupos de *WhatsApp*, com o intuito de mobilizar os atendidos e seus familiares a interagirem e participarem deste novo formato.

Sem uma perspectiva de reabertura houve a necessidade de incluir as aulas *on-line* e o judô iniciou neste novo modelo. Durante as aulas *on-line* o judô sempre buscou dar ênfase na movimentação e execução correta das posturas, estimulando o equilíbrio e a coordenação motora, além de trabalhar o movimento técnico da modalidade. As aulas eram feitas com o treinamento de sombra (*tendoku-reshyu*), que é o movimento do golpe sem um oponente e com adaptações de materiais e espaço.

Com as novas flexibilizações decretadas pelo governo a FGL iniciou o processo de retomada gradual das atividades presenciais, para este novo momento foram contratados especialistas infectologistas que em conjunto com a equipe da FGL criaram um protocolo de saúde e segurança para a volta progressiva das atividades presenciais.

Para o judô foi definido que o atendimento seria para no máximo 6 educandos por turma e a prática ocorreria em ambiente aberto, sendo os movimentos realizados individualmente, evitando aglomerações. (FGL, 2020; FPJ, 2020; IKB, 2020)

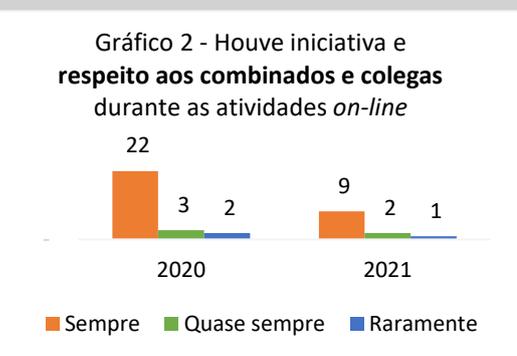
Para as aulas presenciais de judô seguimos todos os procedimentos definidos pelo Protocolo de Saúde e Segurança da Fundação Gol de Letra (2020) e também as orientações sugeridas pela Federação Paulista de Judô (2020) e pelo Instituto Kodokan do Brasil (2020), ou seja, a sanitização do tatame antes e depois de cada aula, o uso da máscara durante toda a aula, o uso do álcool em gel antes, durante e ao término das aulas, a aferição da temperatura corporal ao entrar no espaço, além da separação dos educandos em pequenas "ilhas", áreas de 4m<sup>2</sup>, demarcadas no tatame, respeitando o distanciamento físico entre eles.

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

Buscando qualificar nossos procedimentos e entender melhor o que os educandos estavam achando deste novo processo e de todas as adaptações necessárias, realizamos em julho de 2020 uma pesquisa em que obtivemos 71 respostas, sendo que 47 eram de educandos do programa de esportes e 24 das turmas de lazer.

Ao analisarmos especificamente os educandos do judô obtivemos 27 respostas, das quais 16 foram respondidas pelo gênero feminino e 11 pelo gênero masculino, logo 59% e 41% respectivamente. Ao verificarmos as idades dos judocas que responderam esta pesquisa temos 33% com idade de 08 a 11 anos e 67% de 13 a 20 anos.

Em maio de 2021 refizemos essa pesquisa, porém com menos respondentes, tivemos apenas 52 respostas, sendo 12 educandos do judô.



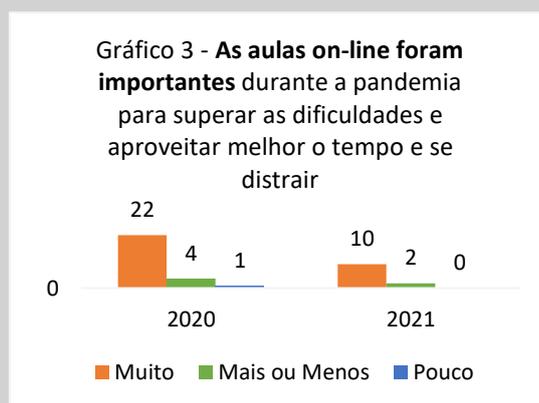
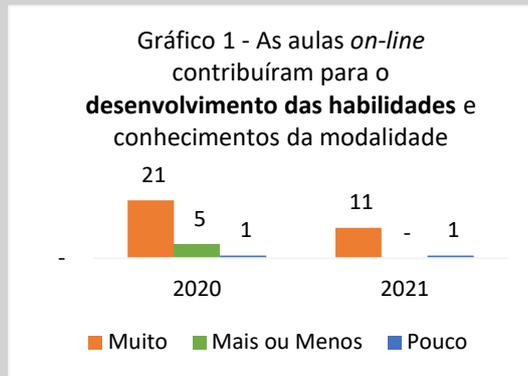
Neste levantamento fizemos três perguntas, sendo elas: (1) os conteúdos das aulas *on-line* contribuíram para o desenvolvimento de suas habilidades e conhecimentos da modalidade praticada; (2) tiveram iniciativa e respeito aos combinados e aos colegas durante as atividades *on-line* e (3) as atividades *on-line* oferecidas foram importantes para eles durante a pandemia ajudando-os a superar as dificuldades e aproveitar melhor o tempo e se distrair. Os resultados podem ser observados nos gráficos.

De acordo com os dados apresentados vemos que entre 2020 e 2021, apesar de menos educandos participantes da pesquisa, os resultados se mantiveram elevados para respostas positivas, pois nas três perguntas realizadas vemos um resultado acima de 80% de avaliação positiva frente a metodologia aplicada durante a pandemia.

O gráfico 4, nos apresenta a média de participantes durante o período pandêmico, percebemos que as aulas de judô conseguiram manter os nossos educandos ativos.

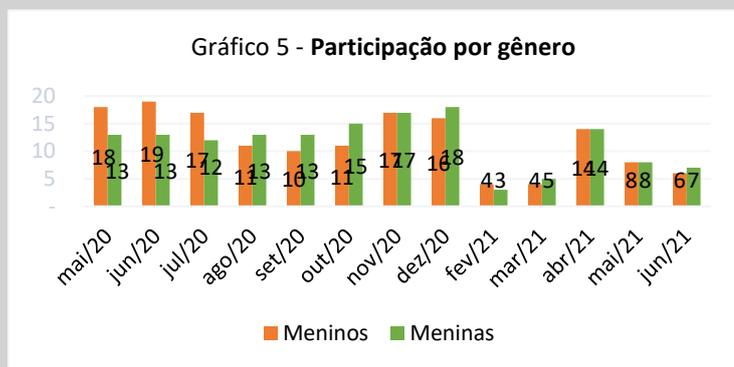
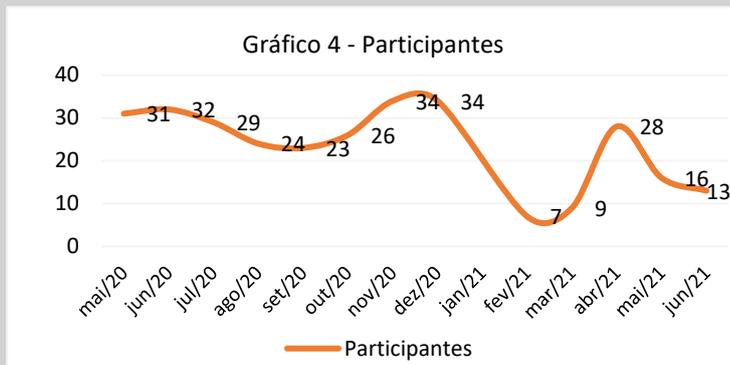
Durante o ano de 2020 vemos que a participação se manteve constante, e este era o nosso grande desafio, manter os educandos entretidos nas aulas nesta nova perspectiva.

O gráfico 5, nos apresenta a participação dos educandos por gênero, podemos perceber que de maio a julho de 2020 o gênero masculino tem uma média de participação maior do que em



relação ao gênero feminino, porém, no decorrer do tempo essa diferença se equipara e se mantém ao longo de todo o processo, além do que a participação de ambos os gêneros também se mostra constante ao longo de todo o período.

Em um estudo realizado com judocas competidores ou não, percebeu-se que 41,65% dos judocas não competidores durante a pandemia, pararam com o judô e aqueles que permaneceram diminuíram significativamente seu ritmo de treinamento. (RAMOS & MENEZES, 2020)



O estudo acima aponta que muitos judocas pararam a modalidade devido a pandemia e com esforço, diante dos resultados apresentados, percebemos que a FGL conseguiu manter a atividade para os educandos, o que conforme os dados apresentados acreditamos ter colaborado

para o desenvolvimento de todos, uma vez que os únicos momentos em que há uma diferença significativa ocorrem no início do ano de 2021, período de retorno de atividades e que ainda não havia um posicionamento claro das secretarias da educação sobre como seria o decorrer do ano, o que deixou muitas famílias confusas para tomarem decisões.

E para corroborar com os dados temos também depoimentos que demonstram a importância destas atividades para os nossos educandos e familiares.



“Faz dois anos que eu estou no judô. Bom as aulas *on-line* à distância eu achei bem diferenciada, pois por causa desse coronavírus né a gente não pode vir para a Gol de Letra e achei muito legal. Agora nessas presenciais continua sendo bem diferenciado e eu estou gostando muito”.

**Gabriel Rodas, educando do judô, 12 anos.**

“As atividades *on-line* foram super importantes para Gisele porque durante esse período difícil que estamos passando ela ficou muito ansiosa e sem rotina, passou a comer muito e várias vezes chorava. Quando começou as aulas ela começou a se adaptar e a organizar os materiais pedidos pelo professor para participar da aula. O mais legal foi quando ela usou uma boneca grande para o judô e depois fizeram um boneco de travesseiro. Ela se diverte muito. As práticas da Gol de Letra, deixa um pouco mais leve esse momento pandêmico tão cruel”

**Carlos, pai da educanda**

“Faço judô na Gol de Letra faz 3 anos. Quando a pandemia veio que teve que fazer judô em casa eu fiquei muito triste que não podia vir aqui fazer tal é muito triste, mas quando tive de fazer em casa aí eu fiquei mais animada fiquei feliz e agora que voltou eu estou bem melhor a saúde está melhor eu estou bem mais feliz fazendo aqui”.

**Isabelle Rosa de Oliveira, educanda do judô, 12 anos.**

“Eu estou na Fundação desde os meus 13 anos fazendo judô. As aulas *on-line* foram bem importantes, porém eu não participei às vezes por falta de internet. As aulas presenciais estão sendo bem importantes mesmo com distanciamento que a gente realmente queria era poder lutar com nossos colegas, mas sabemos que estamos em um momento complicado, mas mesmo com distanciamento está sendo muito importante porque incentiva os alunos a não perderem o hábito de fazer os exercícios físicos e as técnicas do judô”.

**Beatriz Pimentel, educanda do judô, 16 anos.**

“Estou na Fundação há 3 anos. Eu gostei muito das aulas *on-line* à distância porque ficar sem exercício não é sempre muito bom e agora que eu estou voltando a presencial melhor ainda. No começo tive dificuldades porque o celular da minha mãe estava meio ruim e a internet também aí depois ela ganhou outro e ficou bem melhor”.

**Gustavo Henrique Bueno, educando do judô, 11 anos.**

“Sou a Rosi, mãe da aluna Sophia Rodrigues Dourado de 8 anos. Ela entrou no judô no meio do ano passado, já estavam em aula *on-line*. Sophia gosta muito de fazer as aulas desde o início, ela não perde um dia. Eu acho importante ter uma atividade nesse tempo de pandemia. Mesmo a aula sendo *on-line*, está sendo muito proveitoso, ela está aprendendo bastante. O sensei explica

direitinho como se deve fazer os golpes e olha cada um se está fazendo certo. Dos treinos ela gosta muito de fazer com o boneco para aplicar os golpes. Só tenho a agradecer ao sensei a atenção que ele tem com os alunos”.

**Rosi, mãe da educanda.**



Percebemos que as atividades propostas estão de acordo com a literatura, o que acreditamos ter favorecido a manutenção das habilidades e na prevenção de doenças dos educandos, pois conforme o estudo de Valenzuela, *et al* (2020), em que os autores afirmam que o treinamento de sombra e as entradas de golpes, mesmo que de forma adaptada ajuda no desenvolvimento das técnicas, além de fortalecer o sistema imunológico, a saúde cardiovascular e metabólica, a saúde mental, ajudando assim a enfrentar a pandemia com uma atitude mais positiva.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Diante deste cenário e do que os estudos citados apontam acreditamos que as decisões tomadas pela FGL durante o período de isolamento social e com a retomada presencial gradual, além das atividades propostas, conseguimos trazer resultados positivos aos nossos educandos uma vez que se mantiveram ativos fisicamente e continuaram a ter contato com outros educandos mesmo que, muitas vezes, por meio do computador e/ou do celular, o que possivelmente trouxe uma manutenção da saúde física, psicológica e social de nosso público.

Com o judô, seja presencial ou *on-line*, proporcionamos divertimento e satisfação, além de estimular a criatividade, ludicidade, participação irrestrita e a busca de novos significados e possibilidades, sendo assim acreditamos que neste momento tão difícil que passamos e ainda estamos vivendo o judô vem a colaborar na manutenção deste bem-estar completo.

Em suma, a metodologia da Fundação Gol de Letra, de uma educação integral, baseado em seus princípios institucionais e educacionais, aprender, conviver e multiplicar, podemos afirmar que tivemos resultados significativos, os educandos aprenderam novos conceitos e buscaram uma melhora física, psicológica e social, ao ponto de fortalecer e engajar o grupo na busca do crescimento e aprendizagem de todos e por fim, multiplicar todo o aprendizado de forma a criar hábitos mais saudáveis.

## **REFERÊNCIAS**

- FUNDAÇÃO GOL DE LETRA. Protocolo de Saúde e Segurança: Retorno das atividades Gol de Letra. São Paulo: 2020.
- FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ. Procedimentos para reabertura de escolas e dojos de judô. São Paulo: 2020

INSTITUTO KODOKAN DO BRASIL. Protocolo para reabertura dos dojos Pós-covid19: Orientações gerais para gestores, técnicos, atletas e praticantes de judô. São Paulo: 2020.

RAMOS, Carolyn E.; MENEZES, Natalia T. Comparação da manutenção de hábitos de treinamento e alimentares em atletas competitivos e não competitivos de judô durante a pandemia. Brasília, 2020. 37p. Monografia (Bacharel em Educação Física) – Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

VALENZUELA, Tomas, H.; BADILLA, Pablo, V.; FRANCHINI, E. Recomendações de treinamento intervalado para atletas de esportes de combate olímpico durante a pandemia de COVID-19. In: Revista de Artes Marciales Asiáticas. Espanha: Universidad de León, 2020. Pp.1-3.

# 50. ESCALA DE ESFORÇO ADAPTADA: AULAS COLETIVAS NA GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

**Emerson Espinoza Terceros**  
**Educador Físico Esportivo**

Sesc 24 de maio

O Sesc é uma entidade que tem como objetivo promover o bem-estar social e a qualidade de vida do seu público, o trabalhador do comércio e serviços, através de atividades associadas ao lazer, prática de esportes e atividades físicas. Neste sentido a instituição desenvolve o Programa de Ginástica Multifuncional ou GMF, que tem como característica o desenvolvimento de habilidades motoras e capacidades físicas de forma integrada.

Dentro do contexto da pandemia de Covid-19 em 2020 e 2021, que levou a interrupção temporária de atividades presenciais, as atividades da GMF passaram a ser oferecidas de forma virtual, através de aulas *on-line* e vídeo aulas e posteriormente, no período de flexibilização, o retorno de aulas presenciais seguindo protocolos de higienização, redução de ocupação dos espaços e regras de distanciamento.

No cenário de retorno a atividades presenciais com restrições de ocupação e distanciamento, o Sesc 24 de maio adotou como atividade a ser desenvolvida no curso de GMF (Ginastica Multifuncional) a proposta de aulas coletivas em substituição a proposta de treinos individualizados. Neste contexto recebemos alunos em distintos níveis de condicionamento, alunos que passaram o período de isolamento sem praticar atividade física, alunos que praticaram atividade física em casa sem orientações e alunos com orientações de aulas *on-line*.

As aulas coletivas eram desenvolvidas no período de 50 minutos, orientando os alunos a realizarem séries com exercícios de diversas características dentro de protocolos controlados por número de séries e repetições, tempo de execução, tempo de descanso e sobrecarga corporal ou externa.

A aplicação destas mesmas variáveis para alunos com diferentes níveis de condicionamento e experiência motora causavam impactos diferentes no grupo. O mesmo estímulo poderia ser leve para alguns, moderado para outros ou até mesmo muito intensos. Isso ficou evidenciado em diversos relatos de alunos que apontavam as aulas como leves e gostariam de fazer treinos mais intensos e por outro lado alunos apontavam a aula como cansativa e precisavam de maior intervalo entre elas para recuperação e até dores tardias decorrentes do treino muito intenso.

Diante disto seria necessário formular estratégias de aula para regular a intensidade dos treinos de forma a atingir um nível de esforço satisfatório e seguro para todos. Como estratégia adotamos a utilização de uma escala de percepção de esforço subjetiva adaptada durante as aulas. Foi disponibilizado um cartaz com a classificação do esforço e a demonstração de alguns sinais físicos que indicavam o nível de esforço que se encontrava. A introdução desta escala foi feita inicialmente com uma classificação de 1 a 3, com o objetivo de facilitar o entendimento e a auto-observação dos alunos. Nesta escala, era atribuídos 1-esforço leve, 2-esforço moderado e 3-esforço intenso. Posteriormente passou-se a utilizar uma escala com classificação de 1 a 5, onde 1-muito leve, 2-leve, 3- moderado, 4-forte e 5-muito forte.

As escalas passaram a ser utilizadas durante o transcorrer das aulas, onde a cada estímulo realizado por séries ou bloco de exercícios era perguntado ao aluno a sua percepção de esforço e de acordo com a resposta o educador passou fazer modificações de variáveis de esforço como volume, sobrecarga, complexidade motora e intervalo de recuperação. Para alunos que apontam uma percepção de 1 a 3 orienta-se aumentar o volume ou tempo de execução da série, aumentar a sobrecarga podendo ser a troca de pesos que estão utilizando, ou ainda a execução de exercícios mais complexos e a diminuição do intervalo de recuperação. No caso de alunos com percepção de esforço de 4 a 5 orienta-se a diminuição do tempo de execução e da sobrecarga, execução de exercícios mais simples e maior intervalo de recuperação.

O entendimento da escala de esforço com classificação de 1 a 3 nas aulas por parte dos alunos foi rápido e após um período foi notado que os alunos davam respostas como um e meio, dois e meio e quatro, classificações que não estavam presentes naquele momento, a partir disso passou-se a utilizar a escala com classificação de 1 a 5.

Dentro das aulas os educadores passaram a regular as variáveis do treino, de acordo com a classificação de esforço dos alunos, buscando sempre manter os estímulos dos exercícios dentro de uma classificação 3 e 4, permitindo que todos os alunos pudessem

completar a aula dentro de um nível de esforço satisfatório. Para além do melhor aproveitamento das aulas a utilização da escala de esforço permitiu aos educadores outras observações subjetivas; com o decorrer das aulas, foi notado uma diminuição da classificação de esforço na parte inicial, que frequentemente era apontada entre 2 e 3 e posteriormente passou a ser mais indicada como 1 e 2. Um possível motivo para essa mudança talvez seja a melhora de condicionamento dos alunos e a partir disso os educadores passaram a utilizar variáveis de esforço mais intensas como volume ou complexidade dos exercícios.

Percebemos também que determinados exercícios voltados para uma capacidade física específica trazia uma indicação de esforço maior por parte dos alunos, como por exemplo em momentos que se explorava exercícios de característica mais aeróbica ou de coordenação. Estas observações ajudavam a definir melhor objetivos específicos para as aulas, buscando atender possíveis necessidades de condicionamento dos alunos.

Também buscamos registrar a opinião de alguns alunos a respeito da utilização da escala subjetiva de esforço, através de questionário aberto composto por 3 perguntas:

- 1- A escala de percepção subjetiva de esforço tem auxiliado no seu treino?
- 2- Você melhorou o controle do seu treino com a escala de percepção subjetiva de esforço?
- 3- Você consegue observar uma evolução na sua prática e no seu condicionamento físico?

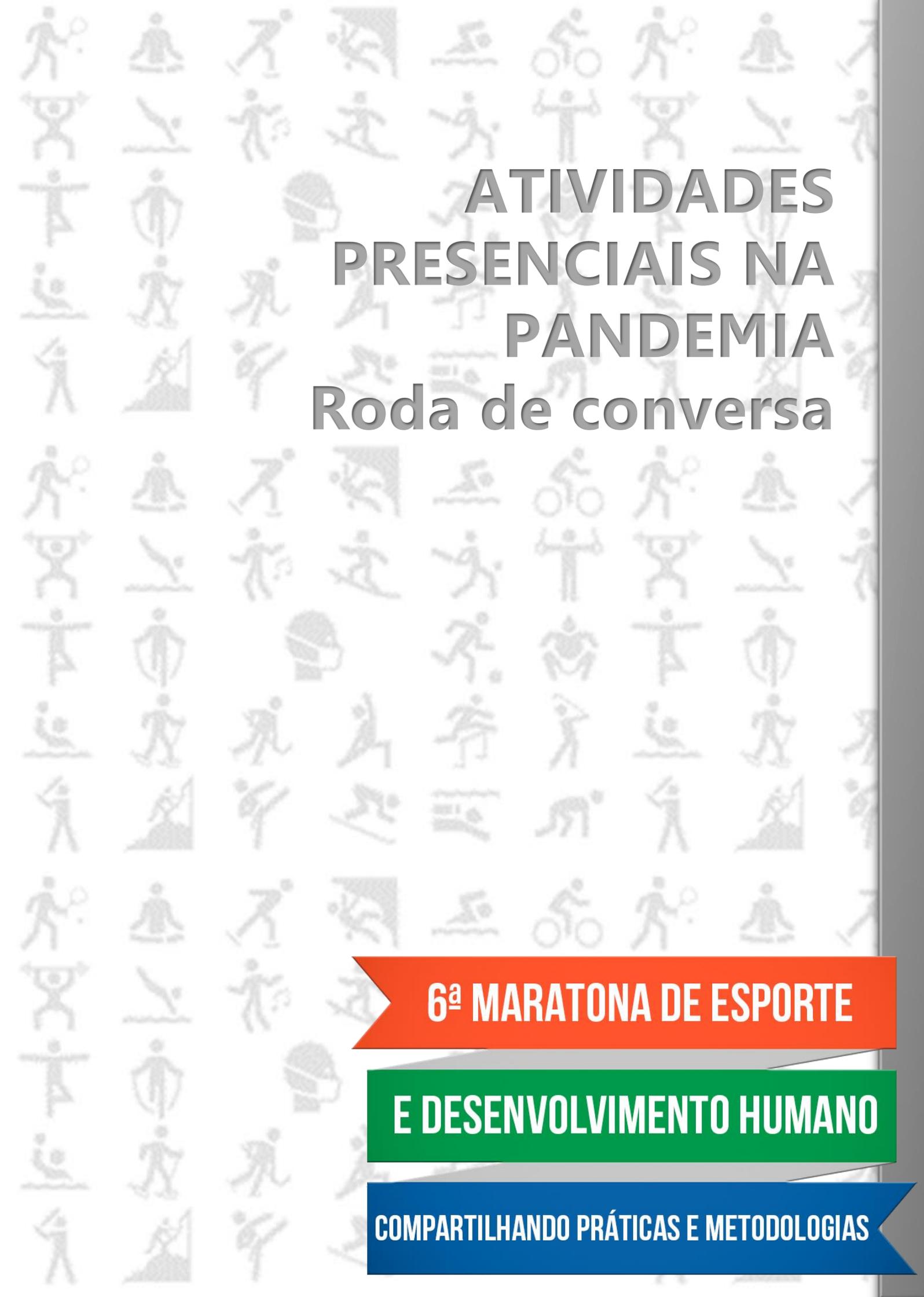
Nestes depoimentos encontramos algumas palavras-chave nas respostas dos alunos: auto-observação, consciência corporal, cuidado, satisfação, melhora da frequência, melhora do treino. Em alguns relatos os alunos destacaram não saberem realizar uma auto-observação do seu nível de esforço e com a escala conseguiram realizá-los e obter um melhor controle durante as aulas, bem como tiveram uma melhor compreensão de sua consciência corporal.

De forma geral os alunos relataram melhora de seu treino e de sua frequência nas aulas, diminuindo o cansaço no dia após o treino e entenderam a utilização da escala de esforço como um cuidado dos educadores com os alunos.

A diferença de condicionamento e experiência motora ainda é muito presente nas aulas, mas com a utilização da escala subjetiva de esforço e o tempo de experiência, novas estratégias de adaptações seguem surgindo para melhorar o aproveitamento de todos os alunos. Este processo foi iniciado em situação de urgência e poucos registros quantitativos e qualitativos foram feitos das aulas e das estratégias utilizadas bem como avaliações processuais e finais.

Com as observações subjetivas dos educadores e o relato dos alunos é possível que a escala de percepção subjetiva de esforço possa trazer dados e informações mais profundos sobre os treinos desenvolvidos, as características e necessidades dos alunos.

Refletindo sobre a experiência realizada e os resultados observados até aqui, é plausível que a utilização de escala subjetiva de esforço possa ser aplicada em diversas atividades coletivas partindo de um processo educativo que possa evoluir gradualmente de acordo com as características do grupo e das aulas. No caso deste relato, a necessidade de se ter melhor controle para o desenvolvimento, melhor aproveitamento das aulas e segurança dos alunos foi o elemento chave para se criar estratégias de utilização das escalas. Em modalidades esportivas, escalas de percepção de esforço podem ajudar a regular carga de atividades que não afetem a aquisição de habilidades motoras e cumprimento de tarefas motoras.



# **ATIVIDADES PRESENCIAIS NA PANDEMIA**

## **Roda de conversa**

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

Mediador: Hermes Balbino

19 participantes

O Basquete no Sesc Verão, uma proposta teste para um retorno seguro Sesc SP.

Sesc Sorocaba

Apresentador: Cristiano Medeiros - Educador em atividades físicas no Sesc Sorocaba

Convite através do *WhatsApp* explicando como seria a atividade. Público-alvo, jovens de 13 a 16 anos e adultos até 59 anos. Atividade segura, seguindo os protocolos de segurança da COVID-19.

Na quadra, o aluno tinha o próprio espaço demarcado, material de aula e higienização. Espaço de 1,5m com cones, círculo de EVA etc.

Desafio: Acertar em um alvo dentro do seu próprio espaço.

Jogo final: Em duplas, bola no chão, cada um no seu espaço, depois de vários comandos do educador, vencia quem tirasse a bola do chão mais rápido.

A turma tinha 12 alunos.

Conclusão; o convívio social e o jogo fazem muita falta. Os alunos entenderam a importância de a atividade ser dessa forma.

Relato Oral:

Novas Possibilidades em meio a Pandemia

Instituto Família Barrichello

Apresentadora: Thalia Rodrigues e Bruno Siqueira

Retorno das atividades projeto Esporte Cidadania em Ação (ECA) com 35% das crianças. Foram buscar estratégias para os outros 65% que faltaram.

- Mapeamento do território e atendimento externo;
- Crescimento da turma e movimentação na comunidade;
- Atividade num campo da região;
- Acolhimento das famílias;
- Roda de conversas e protocolos, detalhamento do que iria acontecer;
- Jogos e brincadeiras direcionados aos temas emergentes do grupo.
- Resultados:
- Melhora na comunicação Interpessoal;

- Consciência Coletiva;
- Autonomia e entusiasmo

Essa turma só aconteceu por conta da pandemia e as crianças que não fazem parte do ECA puderam participar das atividades.

Relato Oral:

Adaptações para aulas de Judô durante a pandemia

Fundação Gol de Letra

Apresentador: Rafael

Partimos da nova realidade, tatame vazio devido ao isolamento social. As atividades via redes sociais da Fundação Gol de Letra (FGL), aulas *on-line*. Em outro momento foram aulas híbridas com o retorno presencial. Eles transmitiam as aulas *on-line* e na quadra. Seguindo o protocolo de Saúde e segurança da FGL.

Objetivo: Reduzir impactos físicos, psicológicos, sociais, provocados pela pandemia.

Resultados:

Foi feita uma pesquisa em 2020 e 2021, com o objetivo de qualificar os processos.

Acima de 80% aprovaram a metodologia aplicada;

Mantiveram os educandos ativos;

No início mais meninos participando, com o passar do tempo se equiparou;

Depoimentos de alunos e família elogiando essa atividade.

Vivência:

Escala de Esforço Adaptada; aulas coletivas na Ginástica Multifuncional (GMF)

Sesc 24 de maio

Apresentador: Émerson - Educador em atividades físicas e esportivas no Sesc 24 de maio

Retornaram com as aulas coletivas do Programa GMF, estando todos juntos: alunos inativos, pouco ativos e ativos, dificultando para os professores.

Surgiu a necessidade de usar a escala de Percepção do Esforço. Primeiramente simplificada de 1 a 3 e posteriormente de 1 a 5.

Dessa forma, conseguiam alterar a carga, intensidade dos exercícios no momento da aula. O Émerson deu uma aula prática e aplicou a Escala para que pudessemos entender.

Resultado:

- Os alunos responderam que a escala melhorou a sua percepção;

- Conseguiram dessa forma completar a aula;
- Para os professores, poderiam usar diferentes propostas nas aulas, modular melhor as aulas e aumentou a observação de como trabalhar com esses alunos.

## Roda de Conversa

Hermes colocou que quem constrói esse radar de experiência é o professor. Seria bom os alunos estarem para nos contar como foi. Essa organização processual para agrupar os *feedbacks*. Uma aula de Educação física deve ser para a vida toda.

Quatro nortes:

Se você pudesse e tivesse novamente uma experiência a sua frente:

- 1) O que você manteria?
- 2) O que você não faria mais? Ou substituiria?
- 3) O que fariam que não fizeram?
- 4) O que fazer ainda mais? Incrementando o que já foi feito?

Respostas:

Manter a iniciativa, parceria, criatividade. Instigar o aluno a se auto-observar, percepção de si mesmo. Dinâmica de conversa muito necessária em todo o momento.

Hermes comentou que começou a não fazer mais intervenção fora do "time". É necessário deixar o aluno expor, não tirar a possibilidade do "insight", de construir juntos.

Rafael disse que as aulas *on-line* foram muito difíceis e que não faria mais.

Bruno disse ser muito incisivo na prática, seria mais maleável.

Hermes comentou da aceitação do que as pessoas estão percebendo. O próprio grupo se sente contemplado.

Émerson disse que em relação a escala, ele não faria sem um canal de comunicação com os alunos.

Cristiano Medeiros relatou que o aluno escondido apareceu mais nesse formato adaptado de aula e que ele não faria mais somente o jogo tradicional.

Thalita respondeu que teria empoderado mais os alunos, no sentido de ocupar mais o espaço que é deles.

Émerson disse que deveria ter registrado mais, coletado mais dados.

Hermes comentou que a fadiga distorce a percepção, mas é uma percepção subjetiva. É uma expressão de humanidade, sobre a escala de percepção de esforço.

Dar mais voz para os educandos disse Rafael da FGL. Pedir sugestões e ideias, a aula ficou mais rica.

Thalita (ECA) buscava mais espaços na comunidade para fazer os trabalhos com as crianças. Dar o protagonismo para o aluno, eles orientarem a atividade como parceiros.

Adaptações:

Permitiu fazer o mesmo que já era feito de forma diferente.

Disparidade de recursos para cada um e cada iniciativa foi uma luz para as pessoas valorizarem o movimento, enaltecer nosso papel cada vez mais. Disse Maykell.

Hermes acredita que ações pedagógicas ultrapassam o método.

Émerson disse que a cada aula foram identificando o que poderiam alterar nas variáveis. Foram descobrindo estratégias.

Ivanise do Instituto Família Barrichello perguntou quais foram as percepções em relação a saúde mental na pandemia?

Para alguns era bom e para outros nem tanto, pois estavam sempre juntos nas aulas.

Na Gol de Letra o Rafael disse que perceberam a importância da Atividade Física na percepção da criança.

Thalita Rodrigues disse que foi criado um espaço para a criança poder falar sobre o que estava acontecendo.

Em Sorocaba foi feita uma pesquisa e os jovens estavam sentindo mais a pandemia do que os idosos. Alunos chateados com eles mesmos por não conseguirem manter as atividades. Foram mudando de humor e foram se animando.

Com tudo isso descobrimos as potencialidades que as pessoas têm.

Sim, as falas me levaram a muitas reflexões de como disseminar ainda mais a prática das modalidades esportivas para outros públicos, para além da instituição que trabalho e como através das atividades físicas e esportivas podemos influenciar novos modos de viver nas pessoas, de ser e estar no mundo. Com certeza levarei essas reflexões para minha prática profissional.



As diferentes adaptações que os projetos fizeram, aumentam nosso leque de possibilidades, obrigada pela oportunidade. Não sei se teve, mas propor atividades práticas mesmo a distância, podem ser até jogos *on-line*.



Gostei muito das apresentações, principalmente essa última discussão sobre gênero e a influência do patriarcado na prática da atividade física, realizada por meninas e mulheres.

Quero agradecer a oportunidade, pois o evento foi maravilhoso foi muito gratificante ouvir as experiências dos colegas. Que possamos ter mais oportunidades como essa. Que o evento ocorresse duas vezes ao ano, que tivesse mais possibilidade de encontros.

Entender como funciona os diversos tipos de atividades para cada público.

Muito importante trocar experiências e pensar possibilidades de melhorar nas práticas. Fiquei muito interessada pela CNV apresentada pelo Instituto Barrichello e metodologias digitais do HURRA e pretendo buscar mais informações sobre. Acredito que essa aproximação funciona também como uma provocação para que possamos buscar diversas formas de melhorar na prática. Somente elogios. Muito organizado e bem mediado com excelentes perguntas na roda final.



Conhecer as outras organizações foi extremamente importante, contribui muito para nosso Instituto, pois trouxe novas ideias, agradecida em ter feito

Momento rico de trocas de experiências em diversas realidades. Grande aprendizado para incorporar nas práticas pedagógicas. Parabéns pela realização do evento.



Nesta maratona pude conhecer diversas iniciativas pedagógicas diferenciadas, que posso adotar dentro do meu contexto de atuação.



Foi uma grande alegria conhecer trabalhos lindos e potentes de profissionais na promoção de esporte e atividade física. Agradeço a oportunidade de compartilhar e trocar! Obrigado!! Gravar as apresentações e disponibilizá-las com um breve roteiro.

Maratona veio como algo novo para mim, veio de modo geral algo que me fez olhar para as práticas em meio a um contexto de pandemia para mostrar que o esporte pode ser desenvolvido em qualquer espaço e lugar. Tudo foi perfeito



A participação foi muito gratificante e com certeza trouxeram vários tópicos para reflexão. Os organizadores estão de parabéns. Excelente como teoria e prática para as nossas ações do dia a dia e compartilhamentos de experiências pelo Brasil adentro. Sucesso a TODOS!!!

Com a disseminação de conhecimento identificamos que estamos no rumo certo. Uma única avaliação com alternativa de quais mesas ou sala a pessoa participou.

Aprendi muito sobre a inclusão de pessoas com deficiência e acredito que as metodologias apresentadas me estimularam a refletir nas práticas cotidianas de trabalho. Também contribuíram para me inspirar na renovação de metodologias, abrindo um leque de possibilidades. Congratulo a todos os envolvidos para a construção do evento virtual e da qualidade dos trabalhos apresentados. O esporte aliado a outras políticas públicas e pluralidade de profissionais é forte elemento de transformação social e política.



Na corrida das apresentações ao longo destes dois dias foi marcante as vivências relatadas, como primeira vez nessa maratona pude conhecer novas Instituições e ONGS que andam com o mesmo objetivo do desenvolvimento humano. Algumas dinâmicas utilizadas por outros Educadores é possível aplicar sem comprometer o objetivo do instituto. Horários fixos de cada apresentação, para quando tiver interesse em assistir outro tema da sala vizinha conseguir se organizar. O evento foi ótimo, primeira vez e saindo muito nutrido de aprendizado :) Parabéns para toda a organização!!

Sempre valioso essa troca de vivências e experiências com várias realidades. Isso colabora com novas formas metodológicas para realização das práticas. Evento sensacional. Parabéns!!!

O olhar dessa galera engajada melhora o meu, a pandemia me trouxe problemas, desafios, mas também me trouxe movimento e encontro comigo mesmo, com minha saúde mental para estar preparado para estar aberto ao novo. Todo esse movimento me fez gravar vídeos, ampliar minha rede de contatos por meio de palestras sobre a minha área de atuação que é o basquetebol, metodologia e pedagogia do esporte. Ótimo para o momento, porém presencial é mais conectivo!



É importante conhecer a realidade de outros professores e como tiveram sucesso em suas práticas pedagógicas, fator de grande aprendizado. Os exemplos apresentados sempre são importantes para contribuição de forma metodológica em nossas práticas. Evento está de parabéns pela organização.

Com cada relato apresentado pude aprender um pouco e assim já pensar em como poder adaptar para minha realidade e melhorar o meu processo de ensino aprendizagem. Apenas parabenizar a toda organização e a todos os profissionais que apresentaram, pois foi uma experiência enriquecedora.

A Maratona veio como uma dose de ânimo e criatividade para recomeçar as atividades presenciais no momento em que estamos vivendo. Tudo que foi apresentado pelos colegas se complementam e estimula a criarmos propostas mais completas, com um olhar sempre atento ao bem-estar e desenvolvimento de nossos alunos. Se em alguma nova edição tiver parte on-line ou híbrido, alguma sala poderia ser passada via YouTube, para atingir mais pessoas com os exemplos da prática, pessoas que possam assistir ao vivo e interagir por meio de comentários ou gravado posteriormente.





# ANEXOS

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**

### 3. FERRAMENTAS DIGITAIS NA FORMAÇÃO DE JOVENS MONITORES E MONITORAS\*

Caio Correa e Pamella Holanda  
pamella.lima@goldeletra.org.br  
11 96367-1883

#### FUNDAÇÃO GOL DE LETRA

##### DE ONDE PARTIMOS

A permanência do cenário de incerteza imposto pela pandemia de Covid-19 tem desafiado diversos setores da saúde em relação a aspectos que vão além da contenção da doença no país. Um dos obstáculos diz respeito aos cuidados com a saúde mental e física dos nossos jovens monitores e monitoras. Pensamos em como lidar com o desconhecido que provocou mudanças significativas em suas vidas: novas rotinas, transferência de atividades para o ambiente doméstico, funções antes desempenhadas em outros espaços.

Em resposta a este cenário, também em atenção às famílias dos nossos assistidos e a comunidade, o grupo de educadores da Fundação Gol de Letra planejou atividades, conteúdos e temas de interesse dos jovens a serem propostos no formato digital. Oferecemos remotamente a formação continuada de vinte jovens monitores. No papel de educador, começamos a repensar de que forma oferecer uma formação específica e comum da modalidade aos nossos jovens monitores e monitoras.

##### O QUE E COMO FIZEMOS

Na esfera da educação integral e esporte educacional desenvolvemos atividades adaptando regras, recursos físicos, tecnológicos (*WhatsApp*, aplicativos de videochamadas *Microsoft Teams*, *Zoom meeting*, gravações via celular e ferramentas de edição de vídeo e *Youtube*, além de redes sociais), materiais adaptados como baldes, colheres, copos, instrumentos de percussão, pandeiros, agogôs e gestos motores, de acordo com as condições sociais, pessoais dos jovens monitores. Tudo com base nos princípios educacionais da Fundação Gol de Letra: aprender - ampliação do repertório esportivo para crianças e jovens, em uma proposta em que o educando tem voz ativa e é corresponsável por seu aprendizado; conviver - desenvolvimento de valores éticos e morais, regras de convivência e habilidades sociais, investindo em atividades que envolvam as famílias e a

comunidade; multiplicar - formação de jovens monitores como multiplicadores de conhecimentos e atitudes, referências positivas na comunidade.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Apresenta resultados significativos como a elaboração do vídeo em grupo utilizando os instrumentos musicais adaptados e extraíndo som, ritmo e melodia de colheres, copos, tampas e baldes. E a mobilização e rede de apoio construída nas redes sociais para falar sobre o autocuidado, promovendo a conscientização na pandemia.

Apesar dos jovens monitores utilizarem muito os celulares, eles ainda assim apresentaram algumas dificuldades para lidar com tal tecnologia, alguns não sabiam que poderiam usar para outro objetivo, a não ser *WhatsApp* e redes sociais, além da timidez de estarem gravando algum conteúdo solicitado, pois os jovens estão acostumados a compartilhar vídeo de terceiros e não algo feito por eles, onde são os protagonistas.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

As formações descritas acima podem ser aplicadas em diversos grupos e locais, o principal é que o educador conheça o público que participará das oficinas, se tem ou já tiveram algum contato com a percussão e sabem utilizar redes sociais, além de saber se todos possuem acesso a instrumentos musicais e internet.

O educador deverá conhecer minimamente a realidade dos participantes para que consiga mediar e guiar a formação. No momento das oficinas *online* ele pode combinar duas maneiras de participação, em princípio o participante poderá utilizar o chat ou o áudio para participar, fazendo com que aos poucos ele se sinta mais à vontade em frente à câmera.

Um dos elementos chave destas atividades é acreditar no poder de transformação social, cultural e intelectual que a percussão e o autocuidado despertam na criança e no adolescente que se encontra nas comunidades, desenvolvendo habilidades para a vida dos educandos.

# 7. EMPREENDEDRO

**Pedro Fagundes de Almeida Rivera**  
**pedro.fagundesrivera@gmail.com**  
**11 99351-4098**

## JOGANDO PARA VENCER

### **DE ONDE PARTIMOS**

Eu sempre entendi que o futuro do esporte no Brasil são ações sociais, que depois entendi que são políticas públicas. A minha experiência partiu de um sentimento em estruturar melhor os projetos sociais esportivos pensando em inclusão social e por consequência mais resultados olímpicos e paralímpicos.

### **O QUE E COMO FIZEMOS**

Dialogar e executar. Realizarmos a conexão entre as empresas e os projetos sociais, sempre pensando em inovações e doações.

### **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Sempre testar e evoluir. As nossas iniciativas têm resultados diretos nos projetos sociais e nas marcas, onde elas vendem mais e os projetos têm o aporte de recursos.

### **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Focar em pequenos polos e ampliar. A ideia é expandir para esporte com outras culturas nacionais, regionais e em níveis escolares público.

# 11. CONSCIÊNCIA DE DIREITOS: MULHERES E MENINAS LÍDERES, PROTAGONISTAS DE SUAS HISTÓRIAS



**Régis Avelino do Nascimento**  
**Janaida Mara Silva de Brito**  
**Ana Rosa de Castro**  
**regisavelino@esportemais.org**  
**85 98737-5423**

Instituto Esporte Mais

## DE ONDE PARTIMOS

O projeto Futebol Pela Igualdade, antigo TGA (Transformando Gols em Aprendizado) trabalha o empoderamento feminino e fomento ao desenvolvimento humano através do futebol feminino.

Desde 2014, o projeto se apresenta como espaço que além de oferecer treinos de futebol, realiza ações pontuais e diárias de incentivo à busca pelas participantes do protagonismo e desenvolvimento de suas habilidades dentro e fora do campo.

Aninha e Janaida chegaram para jogar uma determinada competição, se apaixonaram pelo modo diferenciado e respeitoso do trabalho e hoje executam como estagiárias do projeto muitas das ações que vivenciaram e possibilitaram às duas autonomia e propriedade para validar a luta por garantias de direitos e conquistas como reflexo positivo de suas experiências.

## O QUE E COMO FIZEMOS

O Projeto Futebol Pela Igualdade tem como objetivo fomentar a busca pela garantia de direitos, empoderamento e desenvolvimento pessoal. Através de treinos temáticos e utilização de atividades que potencializam habilidades socioemocionais, as alunas são constantemente instigadas a melhorarem suas percepções de tratamento da sociedade em relação a igualdade de gênero, valorização de suas habilidades no campo e fora dele,

incentivando-as a buscar todas as possibilidades de crescimento pessoal, profissional e social, garantindo direitos a todas as meninas e mulheres de suas comunidades.

Desde encontros mais formais, falas e homenagens na Câmara de Vereadores de Fortaleza, reuniões com a ex-primeira-dama da cidade a rodas de conversas no final das atividades, a busca pela valorização e protagonismo das alunas é algo fortemente potencializado e com retornos agradáveis em muitas histórias, tão parecidas com as de Aninha e Janaida.

Através da inserção de recursos pela Lei de Incentivo, o projeto ganhou uma nova proporção: mais um espaço físico e melhores condições de execução. Todas as professoras e estagiárias do campo são mulheres, há suporte em serviço social, psicologia e nutrição, ampliando as referências que as alunas têm de seus pares, fortalecendo sua individualidade ao identificar que todos os espaços são possíveis de acordo com suas capacidades.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Aninha e Janaida são o reflexo das ações de incentivo e direcionamentos que o projeto proporciona. Ambas tiveram rupturas de ligamentos em seus joelhos, o que dificultou a permanência nos campos da equipe. Sempre incentivadas a estudar, elas iniciaram o curso de Educação Física e suas trajetórias profissionais, tornando-se referências a várias colegas.

A ex-aluna Janaína, que foi uma das primeiras alunas do projeto em 2014, hoje integra o quadro de arbitragem da Federação Cearense de Futebol, aspirante a árbitra assistente no quadro da CBF (Confederação Brasileira de Futebol).

Outro belo exemplo também é a ex-aluna Kelly Pereira que, através da indicação de seu nome a um curso de fotografia, apaixonou-se pela arte, foi firme em seu objetivo e hoje trabalha como fotógrafa da equipe de futebol Atlético Cearense, além de ter suas fotos destacadas nas ações da Federação Cearense de Futebol, CBF e várias mídias no cenário nacional.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Tais experiências são possíveis em todos os lugares, porém há grande relevância preparar as meninas para saberem seus direitos, buscar de forma inteligente e objetiva seus

espaços e não promover disputas de gênero, cometendo erros estratégicos de validar a justiça e não o confronto.

O desenvolvimento humano é algo possivelmente alcançável, desde que bem orientado, planejado e executado de forma a respeitar cada indivíduo. Vale ressaltar que além do aspecto profissional e execução de forma assertiva, o olhar de amor para o que se propõe a fazer tem grande parcela de resultados positivos e o agregar de pessoas que partilham da mesma visão desse amor.

# 15. 18 DE MAIO: A CONSCIENTIZAÇÃO ATRAVÉS DO LÚDICO

**Camila de Souza Lacerda**  
**kaka14\_lacerda@hotmail.com**  
**11 98116-1038**

Instituto Família Barrichello

## **DE ONDE PARTIMOS**

CCA – Centro para Crianças e Adolescentes - Marsilac, localizado no extremo sul de SP, distrito de Parelheiros. O serviço atende crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade, com capacidade para 165 educandos. Em parceria com o Instituto Família Barrichello (IFB), temos o projeto ECA (Esporte Cidadania e Ação) inserido dentro do núcleo, atuando duas vezes por semana com os educandos.

No Dia Internacional de Combate ao Abuso e à Exploração Sexual de Crianças e Adolescentes, tivemos o “18 de maio”, para que sempre estejam atentos a todos os sinais, como perceber a si e as atitudes do outro, como se proteger e os caminhos até grupos de apoio quando houver necessidade.

## **O QUE E COMO FIZEMOS**

Com a falta de informações e o momento que vivemos (Pandemia), é notório o aumento do número de casos de abusos (físico, emocional) contra crianças e adolescentes. Diante da data busquei oferecer informações básicas e seguras para que os educandos pudessem disseminá-las em seu entorno, cientes de que tal ação inibe o surgimento de outros tipos de abusos.

A estratégia utilizada foi um jogo composto por duas equipes. Trabalhamos com a queimada para o público dos 6 aos 10 anos e com o jogo de invasão dos 11 aos 15 anos. A atividade foi realizada em apenas um dia. Utilizamos materiais pedagógicos, tais como: cones, coletes, canetas coloridas, papel kraft e filipetas

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Nas aulas posteriores alguns resultados foram se apresentando na forma de pequenos relatos, já que os educandos passaram a identificar o IFB através da educadora como uma das redes de apoio e que poderia levar ao parceiro (CCA Marsilac) as questões para que providências fossem tomadas.

Além de levarem informações para os responsáveis, que muitas vezes não sabiam como orientar de maneira mais concreta a atividade. Os educandos compartilharam que levavam as informações obtidas para os responsáveis em casa, os quais muitas vezes por desconhecimento eram insuficientes.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Podemos aplicar em diversos contextos, desde que haja algumas adaptações, tais como: espaço, materiais, público-alvo, aumentando ou não o nível de complexidade.

Palavras-chave: trabalho em equipe, afetividade, confiança, respeito e cuidado com outro, autonomia e tomada de decisão.

# 16. EMANCIPAÇÃO ATRAVÉS DO ESPORTE, CULTURA E EDUCAÇÃO

**Guilherme Silva Rocha**  
**gui.silva96@hotmail.com**  
**11 97554-0917**

Viva, faça mais e compartilhe

## **DE ONDE PARTIMOS**

Crianças, adolescentes e jovens da comunidade, região do bairro Grajaú, na cidade de São Paulo. Trabalhos com Educação Física em escolinhas de futebol, projetos sociais e Organizações Não-Governamentais – ONGs do bairro. Consegui oportunidades por estar sempre em articulação e por dentro das novidades mantendo boa relação/*networking* com o pessoal local.

## **O QUE E COMO FIZEMOS**

A educação é um processo contínuo, partindo desse pensamento, estamos em uma constante evolução e transformação sem limites. Utilizo de meus conhecimentos e experiências através das vivências com pessoas e ambientes, sendo minhas maiores referências: Paulo Freire, Vygotsky e o professor Boaventura de Sousa Santos, além de críticas a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDBEN) e Constituição Federal.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Para muitos dos alunos o fato de estarem vivos e não terem entrado para o crime já é algo significativo para os ideais dos trabalhos, que vão além da prática das atividades, representando um estilo de vida, de fazer mais e compartilhar, viver a vida intensamente.

A criminalidade e as drogas são os maiores empecilhos quanto aos desafios, buscar a própria oportunidade se tornou algo diário e caso não encontremos, precisamos criá-las.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Com certeza acredito que o afeto é revolucionário. Partindo dessa visão, a interação social e o ambiente proposto para um diálogo onde haja reciprocidade, atenção, criticidade e harmonia, as coisas se encaixam e o aprendizado torna-se natural e valoroso.

# 19. INOVAÇÃO E CRIATIVIDADE

**Marcelo M. Francisco**  
**craquesodebola@hotmail.com**  
**81 98868-1249**

ACSB (Associação Craques Só de Bola)

## DE ONDE PARTIMOS

A partir da observação de jovens atletas que tinham dificuldade para escrever seu próprio nome e de entender mensagens envolvendo nossas atividades.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Com a necessidade de incentivar a leitura do jovem atleta e ciente das dificuldades culturais de que "ler é chato", utilizamos o esporte (neste caso, o futebol) como incentivador da leitura, criando "rodas de leitura" para os jovens atletas que estivessem inscritos no projeto esportivo.

Sabendo que deveríamos "incentivar" o atleta a participar das rodas de leitura, criamos uma programação que inclui as ações de leitura na véspera da atividade esportiva, ou seja, o atleta que participar da roda de leitura, participa das atividades esportivas e recreativas.

Além disso, foi criado o "ponto incentivador" que consiste em pontuar cada ação do jovem leitor (atleta) nas atividades (frequência, participação, desenvolvimento etc.). O atleta/leitor que, no final de dois meses de participação nas atividades de leitura, obtiver a maior pontuação, poderá ganhará um prêmio (bola, chuteira, camisa do time predileto, entre outros).

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

Inicialmente, encher uma sala com a maioria dos jovens que frequentam as ações esportivas (nem todos participam por questões logísticas) já é uma grande vitória. Observar crianças conhecendo autores nacionais e internacionais e vendo seu interesse, são fatores

relevantes, além de acompanhar a melhora na leitura e escrita, ampliando o vocabulário de todos e aprendendo a usar o dicionário (coisa que não faziam).

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Nomeada como Projeto "Drible de Letra" é uma ação direcionada para crianças dos 10 aos 13 anos de idade. Essa faixa etária corresponde a uma fase que ainda está descobrindo como escrever e conhecer novas palavras. Dentre os pré-adolescentes e adolescentes (dos 12 aos 13 anos), não encontramos problemas de adaptação, desde que já tenham contato com a leitura desde cedo. Com os maiores de 14 anos, encontramos resistência ou barreiras (alunos que estudam em escola integral e não têm tempo para as rodas de leitura) ou por ser uma faixa etária que já vem com uma cultura de "não gostar de ler".

Da mesma forma que os jovens de 12 e 13 anos de idade gostam de ler porque foram incentivados a isso, através do projeto (que existe desde 2013), as outras faixas etárias também podem se envolver, desde que tenha iniciado em tenra idade.

# 22. ESPORTES CONSTRUINDO VALORES E CIDADANIA

**Neusa Ribeiro**  
**Kethleen Rodrigues Alcântara**  
**ribeironeusam@gmail.com**  
**11 99984-4264**

Instituto Família Barrichello (IFB)

## DE ONDE PARTIMOS

Na Comunidade da Vila Roschel no extremo sul de São Paulo, atende crianças e jovens da faixa etária entre 12 e 17 anos. Atuando no território com educandos que conhecem o Projeto IFB e que não fizeram parte dos 35% de crianças atendidas no CCA, percebemos que as dificuldades de interação/comunicação e suas formas seria o primeiro ponto a melhorar. Através de diálogo sincero de valorização do espaço para todos, bem como a de cada concorrente como pessoa/educando com muito a contribuir para com o grupo e para a comunidade.

Percebemos muito mais próxima a falta de perspectiva que pudesse mostrar a cada um quem é, o que faz, para onde vai e algumas demandas trazidas de dificuldades tão presentes no dia a dia, nos trouxe a certeza de não resolvermos tudo, já que o planejado podia caminhar sobre uma frágil linha, onde outra proposta, que não a nossa pudesse ser oferecida em outro momento.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Os objetivos e metas foram iniciados com um processo de diálogo e escuta. As estratégias utilizadas foram: diálogo e atividade sobre gênero, empoderamento feminino (já que as meninas não iam ao espaço por não serem aceitas ou se sentirem seguras), ritmo, atividades cooperativas e construção coletiva.

Quanto aos recursos foram utilizados: humanos (corpo, expressar, percepções dentro e fora das atividades); materiais (bambolês, mini cones, filipetas, cartolinas, bolas etc.); capacitação dos educandos para o mercado de trabalho (elaboração de currículo, comportamento durante uma entrevista e linguagem adequada) e, atividade física: como

relacionar o seu comportamento individual ou em grupo durante as aulas e como isso contribui para sua formação intrapessoal.

Neste momento em que a ansiedade, as questões familiares e sociais e os questionamentos internos estão presentes como algo corriqueiro e muitas vezes sem solução (cíclico), desafiar esses jovens a perceberem que através das vivências boas ou não é possível crescer e que a postura que tomam determina as diversas ações exercidas nos vários ambientes que frequentam, precisam estar conjugadas com valores que virão da sua forma de pensar e agir.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Hoje podemos registrar mudanças tais como o gosto que tomaram para realizar as atividades juntos, o respeito com que se trata, a forma como conseguem dialogar para resolverem questões dentro e fora da aula. Alguns buscando outros aprendizados e adquirindo novas posturas através de outros conhecimentos, as meninas mais seguras de si e sabendo se posicionar a partir de seu autoconhecimento, além do orgulho de pertencer.

A compreensão de que nas dificuldades também há lugar para o afeto, a empatia, a proteção, sempre que haja a disposição de dialogar e estar junto. O desenvolvimento de jovens lideranças que entendem que a exposição faz parte e que as críticas virão, que a autoestima sem o uso da arrogância também é capaz de transformar o seu entorno.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Através de suas educadoras a fim de que adquirissem vivências capazes de os levarem a novas experiências com diferentes sentidos, com diferentes olhares para a busca de conhecimentos que se adequem a realidade do momento que cada indivíduo possa estar vivendo. Entendemos que não só os educandos participantes do projeto que frequentam o território foram atingidos, mas sim conseguimos algum impacto naqueles que estavam presentes no local assistindo as aulas e nos procuraram para dar orientações de como enxergar essas janelas de oportunidades. Nestes, os resultados estão aparecendo como consequência de suas boas ações, como por exemplo: cursos profissionalizantes gratuitos, portas de empregos.

Com isso concluímos que apesar dessa breve experiência, os pontos tratados podem ser reverberados em outro espaço e carregar consigo a experiência de crescerem como pessoas autônomas na tomada de boas decisões em prol de si e dos outros

# 24. VALORES CIVILIZATÓRIOS NA PRÁTICA DA CAPOEIRA



**João Ferreira de Oliveira Filho (Roots)**  
**joarootsc@gmail.com**  
**85 98822-1716**

Instituto Povo do Mar

## **DE ONDE PARTIMOS**

Crianças e jovens em vulnerabilidade social.

## **O QUE E COMO FIZEMOS**

Com o objetivo de trabalharem as notas musicais e aprenderem palavras-chave no desenvolvimento dos valores.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Melhora da atenção, o aprendizado das notas musicais do berimbau por meio dos jogos lúdicos, o desafio era a atenção e foi enfrentado através do esforço dos educandos.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Sim é possível. Recomendo que seja com crianças a partir dos 10 anos. Atenção, agilidade, memória, circularidade e musicalidade.

# 28. SONHAR E NUNCA DESISTIR

**Patrícia Aparecida dos Santos**  
**patyeriksantos30@gmail.com**  
**18 99787-6934**

Instituto Educacional Gumercindo de Paiva Castro

## **DE ONDE PARTIMOS**

Era um sonho ser profissional de atividades físicas, em 2013 consegui minha graduação, comecei na instituição como estagiária voluntária, depois remunerada para fazer parte da equipe que integro até o presente momento. O público-alvo é composto por crianças e adolescentes em situações de vulnerabilidade.

## **O QUE E COMO FIZEMOS**

O objetivo é trabalhar esportes com as crianças esportes e tirá-las da situação vulnerável. Tivemos algumas capacitações e cursos.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

A minha experiência sempre foi voltada a melhorar cada dia mais, enfrento todos os desafios do dia a dia.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Em nunca desistir, apostar sempre nas nossas crianças e adolescentes para um mundo melhor.



# 30.SURF PRÁTICA PEDAGÓGICA

Raimundo Cavalcante Ferreira  
raicsurf@gmail.com  
85 99903-6121

Instituto Povo do Mar (IPOM)

## DE ONDE PARTIMOS

Buscar através do esporte sua cidadania o conhecimento e seus valores na sociedade. Crianças e adolescentes das comunidades do Titanzinho Praia do Futuro e Caça e Pesca (do grande Vicente Pizon) com vulnerabilidades sociais.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Trabalhamos com planejamentos estratégicos mensais no IPOM 7 anos. Na teoria trabalho alongamentos com movimentos do surfe. Na prática usamos prancha de surfe.

Ao longo dos meus 41 anos de surfe desenvolvi um alongamento onde trabalho os movimentos das juntas do corpo como se estivesse surfando uma onda.

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

Sim, sobre a prancha e seus materiais. Seus valores, o amor pela sua comunidade, conscientização ambiental. Nosso maior desafio são as facções, mas hoje está bem melhor.

## REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA

É possível trabalhar com qualquer idade ou local mesmo distante do mar. Procure fazer o que você gosta e amar o que faz. Amor e compromisso.



# 34. RUGBY INTEGRAL - FORMANDO O BRASIL

**Cauan Felipe Amorim**  
**falecom@rugby.org.br**  
**61 99371-2548**

## Clube e Escola de Rugby Samambaia

### DE ONDE PARTIMOS

Após a realização do Rugby Integral durante os anos de 2014 a 2018 e o amplo reconhecimento pela sua eficiência, com as duas indicações nacionais ao Prêmio Itaú Unicef da Educação Brasileira, o Clube e Escola de Rugby Samambaia lança-se ao objetivo de disseminar este conteúdo sistematizado e seus aprendizados para todo país, com intuito de ampliar os horizontes e inspirar outras regiões a também aplicarem as boas práticas em seus territórios. Para isso, desenhou-se um percurso formativo completo que será estruturado em três momentos: recrutamento dos educadores, percurso formativo e eventos presenciais.

### O QUE E COMO FIZEMOS

Muito além de atrair os alunos à escola por um maior período diário e afastá-los dos pontos de vulnerabilidade social, o Projeto Rugby Integral aposta no esporte como uma poderosa ferramenta multidisciplinar capaz de assistir aos mais diversos saberes e contribuir com a melhora da qualidade do ensino local, refletindo diretamente nos índices educacionais (curvas de aprendizagem; frequência dos alunos; evasão escolar; taxas de aprovação; ampliação do conhecimento; aceleração de série; dentre outros), além do combate aos expoentes de criminalidade nas comunidades limítrofes às escolas atendidas. Em seu Plano Político Pedagógico, o projeto divide seu conteúdo em nove módulos de ensino: Linguagens e Códigos; Lógica e Matemática; Segurança Alimentar; Meio Ambiente; Ética e Política; Igualdade; História; Saúde e Qualidade de Vida e Educação Física.

Em consonância com a Agenda 2030 e os temas transversais da Rede Esporte pelas Mudanças Sociais, cada aula aborda ainda os diversos contextos essenciais para o desenvolvimento do indivíduo em sua inteireza, difundindo a igualdade e observando o ser humano em sua plenitude.

## **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

A Samambaia corresponde a 36% dos casos de ocorrência ilícita em todo o Distrito Federal (dados do MPDFT, 2013) e as escolas da Ceilândia, outra região que atuamos massivamente, apresenta dados marcantes: no Centro Educacional 07, por exemplo, mais de 30% dos alunos do 9º ano reprovaram entre 2014 e 2016.

Na contramão destes números, nas comunidades em que o Rugby Integral foi aplicado, obtivemos excelentes resultados: entre 2014 e 2018, a frequência média dos beneficiários do projeto alcançou os 93% e estes mesmos alunos, aumentaram a participação escolar em mais de 30% desde o início do projeto. Dos participantes, 98% continuaram estudando até o final do sequenciamento escolar, índice bem superior à comunidade local que apresenta altos índices de evasão.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Assim como ocorreu nas comunidades que já estamos presentes, utilizar uma metodologia já consolidada para formar agentes e educadores locais nos outros territórios, observando a sua diversidade e respeitando as diferenças de cada comunidade, com certeza é um grande marco para disseminar uma estratégia pedagógica inovadora que acredita no potencial esporte como instrumento central para o desenvolvimento humano.

# 44. ESTILO DE VIDA ATIVO: MURAL DIGITAL DA COMUNIDADE GIORDANENSE

Jose Ricardo Rik do Val  
zeca@giordanobruno.com.br  
11 98171-0201

Colégio Giordano Bruno

## DE ONDE PARTIMOS

Incentivar o estilo de vida ativo através da prática regular de atividades físicas gerou a busca por uma exposição em formato inovador, vinculado com datas de eventos e datas de valorização da prática de exercícios regulares (como o Dia mundial da atividade física ou os Jogos olímpicos). Incentivei alunos e professores do colégio onde leciono a expor imagens de nossas práticas físicas e assim contagiar toda a comunidade (pais, funcionários, professores e estudantes) para um estilo de vida mais ativo e saudável.

## O QUE E COMO FIZEMOS

Focalizando na exposição de imagens, fotos desenhos e vídeos curtos individuais, a proposta foi montar um mural digital utilizando a ferramenta tecnológica *Padlet* e criar um painel interativo a ser exposto para pais e comunidade após 30 dias de prazo. Após o mural ter sido bastante "povoado" de imagens, houve a discussão com as turmas que ali depositaram seus registros, apreciando as imagens de outras turmas e de professores que quiseram participar. A ideia é incentivar a auto exposição dos participantes e não a obrigar, como numa tarefa. O núcleo de tecnologia da educação do outro colégio em que leciono tinha me instrumentalizado sobre o uso do aplicativo.

## COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS

A prática visível a todos incentiva e contagia uns aos outros, demonstrando ser um instrumento multiplicador e motivacional. Por ser uma ferramenta digital possui forte simplicidade de operação pelos próprios usuários e participantes do projeto. O tema é envolvido por aptidão e desejo pela prática, o que não garante uma adesão definitiva, mas

uma experimentação e compartilhamento dessa experiência. Existe uma parcela importante que não se sente segura para se expor, tornando a atividade física algo com apelo forte pela saúde.

## **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

Plenamente possível de se propor a quaisquer faixas etárias e contextos de trabalho, escolar ou não, lazer, alto rendimento, pois é uma ferramenta intuitiva e motivacional.

# 47. O DESAFIO DE TRABALHAR O CONVIVER DURANTE A PANDEMIA

**Jonatas França**  
**jf\_edfisica@hotmail.com**  
**11 96770-9125**

Instituto Família Barrichello

## **DE ONDE PARTIMOS**

A pandemia da Covid-19 afetou e muito nossas vidas em todos os contextos sociais, obrigando a dar aula a distância e dentro das atividades esportivas o desafio é ainda maior, sentimos a necessidade de manter nossas crianças ativas. Criatividade e adaptações foram o grande marco desse desafio e essa experiência foi de suma importância no crescimento tanto dos profissionais envolvidos quanto do projeto desenvolvido com as crianças do Instituto Família Barrichello do CCA Três Corações - extremo da zona sul de São Paulo, residentes dos bairros Morais Prado, Porto Velho e Três Corações.

## **O QUE E COMO FIZEMOS**

Com isso a proposta foi trabalhar o conviver que tem como princípios o trabalho em grupo, se relacionar e socializar, atendendo o desenvolvimento tanto físico e motor quanto social das crianças, mas evitando o contato físico e o compartilhamento de materiais.

Utilizamos algumas orientações a serem seguidas, para que nossas atividades pudessem se realizar, nossa atividade foi o futebol no quadrado, nele os educandos só podem se movimentar dentro de um quadrado marcado no chão. Assim permanecem distantes dos companheiros de time e dos adversários. Pela regra, não há a possibilidade de contato físico. São equipes de seis jogadores (um goleiro, três na linha de meio-campo e dois na linha de ataque). Não há defesa. Quem está na linha do meio-campo, pode dar dois toques na bola. Quem está na linha de ataque, só tem direito a um toque na bola (pode passar ou chutar a gol). Há um limite de cinco segundos para cada jogador executar sua ação. Quando um gol é marcado, ocorre um rodízio e os jogadores trocam de posição dentro da quadra.

Assim enaltece o conviver que o trabalho em grupo está sendo desenvolvido, os educandos estão se relacionando e a socialização está presente durante a atividade proposta pelo educador que atende esses três princípios do método conviver, sem qualquer contato físico, mantendo o distanciamento social.

### **COLHENDO RESULTADOS E APRENDIZAGENS**

Com isso chegamos ao resultado que podemos sim trabalhar o conviver com a mesma intencionalidade, com o objetivo de manter nossas crianças ativas em um momento onde até a educação se fez distante, que mesmo diante dessa grande dificuldade na sociedade o Instituto se fez presente com uma conectividade incrível, diante da insegurança dos familiares em liberar as crianças para a prática das atividades, mas mostramos a importância de fazerem parte para que o sucesso fosse alcançado com muita educação, inclusão e segurança.

### **REPERCUTINDO SOBRE A EXPERIÊNCIA**

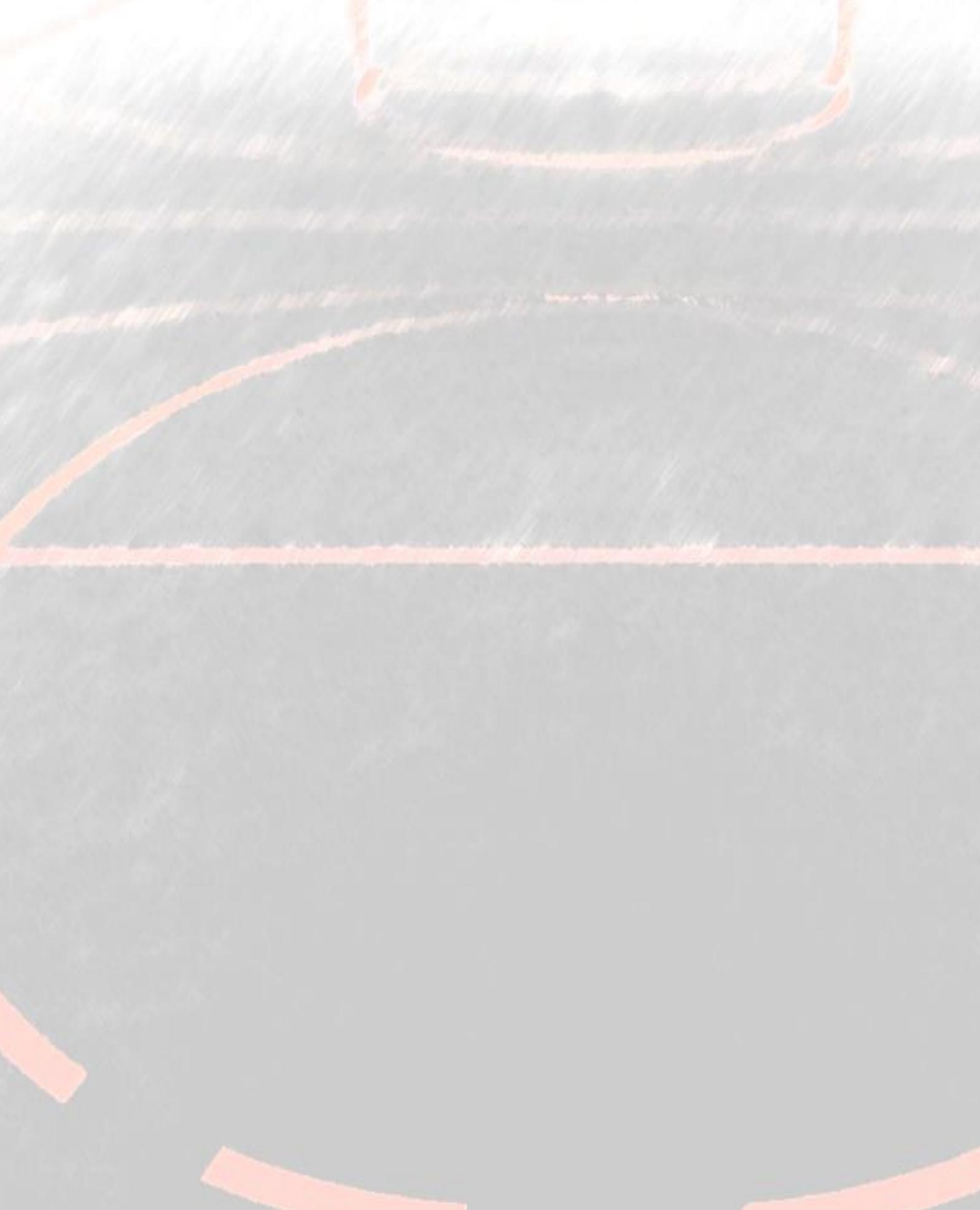
Nosso papel, de acordo com a proposta foi de uma importância significativa, durante a pandemia. Encontramos soluções para que não fosse deixado de lado o atendimento presencial das crianças em um momento tão importante que enfrentamos, utilizamos protocolos de segurança como novas normas de condutas sociais, medidas de higienização e o não compartilhamento de objetos pessoais.

Levamos o esporte durante esse tempo de forma significativa enfrentando a Covid-19, poderia transformar uma pandemia em uma epidemia de sedentarismo.

**6ª MARATONA DE ESPORTE**

**E DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**COMPARTILHANDO PRÁTICAS E METODOLOGIAS**



Realização:

