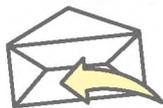


# RE: Relatos que inspiram



*SABE AQUELA AULA QUE FEZ SUCESSO COM A TURMA OU AQUELE PROJETO DESENVOLVIDO EM UMA UNIDADE DE SAÚDE QUE FOI BEM RECEBIDO PELA POPULAÇÃO OU, AINDA, AQUELE TRABALHO APRESENTADO EM UM CONGRESSO QUE DÁ ORGULHO SÓ DE LEMBRAR? NESTA SEÇÃO, MAIS DO QUE PAUTA, O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA É QUEM A DITA ATRAVÉS DOS SEUS RELATOS DE EXPERIÊNCIA. A NOSSA INTENÇÃO É COMPARTILHAR PRÁTICAS QUE POSSAM INSPIRAR NOVOS PROJETOS DE SUCESSO. A NOSSA CAIXA DE E-MAIL ESTÁ SEMPRE ABERTA PARA HISTÓRIAS, SUGESTÕES DE PAUTA E IDEIAS*

## **SUMÔ E A ARTE DOS VALORES CULTURAIS**

Símbolo de dedicação, força e destreza, o Sumô é o esporte nacional e mais popular do Japão. A cultura milenar faz parte do projeto "Lutas como forma de educação", presente há três anos no município de Suzano, em São Paulo. O projeto, coordenado pela Profissional de Educação Física Luciana Watanabe [CREF 107179-G/SP], ocorre na Escola Manoel Vicente Ferreira Filho e conta com mais de 100 alunos participantes.

Créditos: Prefeitura Municipal de Suzano



Em roda, os alunos escutam atentamente às instruções da professora



A iniciativa da professora partiu de suas experiências com o ensino de Judô e Sumô para crianças e adultos com necessidades especiais objetivando a inclusão. Outra grande influência foi sua carreira atlética, iniciada ainda na infância. Luciana praticou Judô dos 11 aos 25 anos, tendo alcançado a faixa preta e o título de campeã sul-americana na categoria juvenil. No Sumô, praticado desde os 15 anos, a profissional conquistou mais de 15 títulos, inclusive mundiais.

A longa vivência no esporte deu base para que a professora – que também é formada em Pedagogia – apresentasse um projeto de ensino da modalidade, em 2013, à Secretaria Municipal de Suzano. A Prefeitura, parceira do projeto até hoje, comprou a ideia e já no primeiro ano, Luciana conseguiu levar o esporte para 45 alunos do Ensino Fundamental.

Nos anos seguintes, as aulas continuaram fazendo tanto sucesso que foi possível ofertá-las à comunidade escolar e a ex-alunos dos colégios onde o projeto era desenvolvido. Ele também foi expandido para grupos de outras séries escolares no contra turno das aulas regulares.

A dinâmica da aula funciona da seguinte maneira: Primeiro os alunos assinam seus nomes e trazem a lição de casa, que gera uma roda de leitura e discussão do tema. O exercício de casa é sempre relacionado ao valor moral, respeito e humildade (valores do Sumô). Logo depois a professora realiza atividades lúdicas para aí, então, iniciar a prática do esporte. Para isso, eles vestem o mawashi (vestimenta específica da modalidade), fazem um aquecimento e iniciam os exercícios. Nessa parte da aula, a professora ensina técnicas da luta e finaliza com massagens ou alongamentos.

A docente explica que, de início, um dos obstáculos à prática do Sumô era a ideia de que para participar do esporte seria necessário ter sobrepeso e que as vestimentas eram desconfortáveis. “O Sumô é um esporte pouco difundido e as pessoas o associavam à imagem dos lutadores profissionais (homens grandes que usam apenas o mawashi). Até que eu conseguisse desconstruir essa imagem e mostrar que o esporte possui diversas categorias de idade e peso e que usamos roupas por debaixo do mawashi, foi um pouco difícil”.

Prova dos inúmeros ganhos conquistados através do projeto educacional é o reconhecimento da professora na cidade. Durante a passagem da Tocha Olímpica em Suzano, Luciana será responsável por carregá-la durante o trajeto.

## **EDUCAÇÃO FÍSICA E MATEMÁTICA: UMA MISTURA QUE DEU CERTO**

Desde o início do ano, uma aula interdisciplinar vem chamando a atenção de crianças e adolescentes de três colégios mineiros. O projeto, elaborado pelo Profissional de Educação Física José Antônio Soares [CREF 008963-G/MG], consiste na inserção da Matemática nas aulas de Educação Física. A ideia surgiu da necessidade de promover igualdade nas competições escolares entre alunos completamente heterogêneos. As atividades são ofertadas em três unidades de ensino onde o professor leciona: Escola Estadual Celestino Nunes, Escola Estadual Dr. Edgardo da Cunha Pereira e Escola Cenecista Nossa Senhora de Fátima, em Minas Gerais.

Desenvolvidas com alunos dos sete aos 17 anos de idade, as atividades são bastante flexíveis quanto à dificuldade e ao número de participantes. Para isso, José Antônio se reúne com o professor de Matemática da turma para descobrir quais são os conteúdos trabalhados em sala de aula e, assim, adaptar os exercícios. Com base nessas informações, o professor de Educação Física monta as suas aulas.

Em uma das práticas, os alunos disputam uma competição de corrida bem diferente da habitual, onde já na largada inicia-se uma operação matemática. Na quadra, os cones são numerados com os possíveis resultados da equação. Ao receber uma questão, o aluno inicia a corrida até o cone que representa numericamente o resultado.

As atividades incentivam e geram muitos benefícios aos praticantes, como explica o professor José Antônio. "Velocidade de reação, concentração, desenvolvimento cognitivo, cooperação, além, é claro, do benefício para o aprendizado da matemática, principalmente pelo fato do aluno precisar raciocinar sempre."

Um de seus alunos, Rafael Ferreira, que estuda no sétimo ano da Escola Estadual Celestino Nunes, afirma que a atividade tem sido fundamental para dirimir as dificuldades encontradas no raciocínio matemático, área onde há um déficit na aprendizagem nacional. "O professor desenvolve aulas que envolvem a matemática, mas, além disso, envolvem também a agilidade e concentração. Essas atividades ajudam muito a todos nós, especialmente quem tem dificuldade em matemática", conta.

Para José Antônio, trabalhar disciplinas de maneira integrada é uma excelente oportunidade de inovar em suas aulas. "Como sabemos, a Educação Física escolar tem sofrido cada vez mais um processo de "esportivização", onde a atividade física acaba tendo um fim nela mesma. Acredito e defendo que a Educação Física escolar deva ser aproveitada de forma a acrescentar coisas boas ao aluno. Por isso, sempre tento montar atividades que o incentive a fazer algo a mais além de praticar uma atividade física. Minha intenção é que esse jovem leve algo da sala de aula para o dia a dia dele."

---

*Ficou curioso para saber como as aulas funcionam na prática? Assista a um dos vídeos das atividades que o professor compartilhou conosco em [www.confef.com/348](http://www.confef.com/348).*

---

### **ENVIE A SUA EXPERIÊNCIA**

*Seja em sala de aula, academia, clube ou em qualquer outra área, nós queremos conhecer a sua experiência em Educação Física. Envie o seu relato para o e-mail [revistaef@confef.org.br](mailto:revistaef@confef.org.br) e teremos o maior prazer em compartilhar com os demais profissionais.*

O professor José Antônio posa ao lado dos seus alunos



