

# RE: Relatos que inspiram



Criatividade, determinação e coragem é o que não falta aos profissionais que conheceremos nesta edição. Seja na escola ou na academia, a eles não faltou iniciativa para inovar com novos projetos. De Minas Gerais, apresentaremos uma atividade de corrida de rua, desenvolvida por um jovem professor, que mobilizou não só os alunos, como professores e funcionários. De Pernambuco e São Paulo, conheceremos duas profissionais que inovam nas aulas de natação infantil, reutilizando embalagens e materiais recicláveis.

## COM DIREITO A PATROCÍNIO E COBERTURA DA IMPRENSA, CORRIDA DE RUA É PROMOVIDA EM ESCOLA DE MG

Mais do que uma atividade física, as corridas de rua se tornaram uma ferramenta de convívio social. As redes sociais estão cada vez mais estampadas de fotos de pessoas mordendo medalhas, uniformizadas e exibindo seus números de inscrição, orgulhosas. Claro que os alunos do professor de Educação Física Pablo Roberto Pereira [CREF 027215-G/MG], da Escola Estadual Frederico Zacarias, em Abaeté (MG), não poderiam ficar de fora. Ao perceber o interesse pela atividade, o professor teve a ideia de organizar um evento que nem ele imaginava o sucesso que faria.

O professor sabe bem que o incentivo na infância pode fazer toda a diferença. Por isso, ele fez questão de organizar a Corrida Rústica, como batizou o projeto, como se fosse mesmo “coisa de adulto”. “Seguimos todos os padrões de uma corrida oficial. Os alunos foram caracterizados com números de inscrição e correram distâncias determinadas”, conta Pablo.



As categorias do evento foram divididas da seguinte forma: 6 e 7 anos – 200 metros; 8 e 9 anos – 300 metros; 10 e 11 – 400 metros; 12 e 13 anos – 500 metros e acima de 14 anos - 1 km. Todas as categorias contaram com provas femininas e masculinas.

A corrida contou até com patrocínio. “Vários empresários ligaram para a escola querendo patrocinar, inclusive uma grande rede de supermercados, que ofereceu frutas para os corredores. Duas rádios da cidade também estiveram presentes fazendo a cobertura do evento”.

Mas nem sempre foi assim. Em 2017, quando aconteceu a primeira edição da Corrida Rústica, as contas fecharam no vermelho. A verba é necessária porque o evento, apesar de infantil, não perde em nada para as corridas profissionais, contando com medalhas, troféus, pódios e todos os demais elementos de uma corrida oficial.

Tão oficial que não foram só os alunos que participaram. Até os professores se animaram: “Dez professores da escola entraram na corrida, sem contar com uma servente”. No total, foram 270 alunos, número que cresceu desde a primeira edição, que contou com 240 participantes. Entre eles, o clima de competição dá lugar ao espírito esportivo. “Na largada, um aluno caiu e seus colegas pararam, o ajudaram a levantar e o esperaram”, exemplifica o professor.

*“Eles sempre gostaram muito, pegavam minhas medalhas para ver e pediam: ‘faz uma corrida para a gente’”*



Essa relação é só uma das competências desenvolvidas com a prática da Corrida Rústica. “Buscamos trabalhar a coordenação motora dos alunos, além de implementar uma prática esportiva diferente, fora da realidade deles, já que a maioria das oportunidades que eles têm de entrar em contato com o esporte, é com o futebol e outros mais tradicionais”.

Para Pablo, expandir esse leque de opções esportivas é função de cada professor de Educação Física, principalmente, para a construção de uma sociedade mais ativa. “O professor tem o papel de mostrar os caminhos e os esportes que existem. A partir disso, quando o aluno sair do ambiente escolar, ele poderá procurar a atividade que quiser para adotar uma vida mais saudável”.

Foi por ter o incentivo na infância, que Pablo não parou mais de praticar esporte e, hoje, aos 27 anos, passa essa mensagem para seus alunos. “Eu e meus amigos tivemos alguma experiência em relação à corrida na infância. Eu me tornei um praticante e eles também. Da mesma forma, isso pode influenciar muito na vida dos meus alunos”. Parece que até as crianças sabem disso. “Eles sempre gostaram muito, pegavam minhas medalhas para ver e pediam: ‘faz uma corrida para a gente.’” Conseguiram.

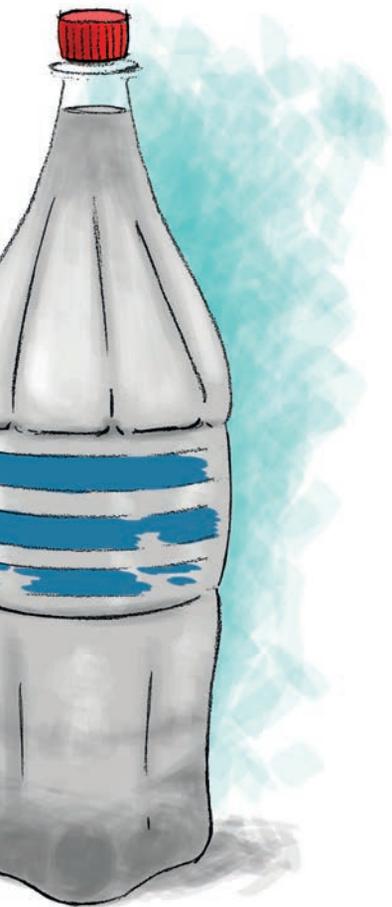


### **PERNAMBUCANAS UTILIZAM MATERIAIS RECICLÁVEIS PARA MOTIVAR ALUNOS DE NATAÇÃO INFANTIL**

Entre braçadas de crawl, peito, costas e borboleta, Lorena Albuquerque [CREF 002617-G/PE] e Vânia Ferrer [CREF 134475-G/SP] encontraram uma forma de acrescentar algo ainda mais lúdico às aulas de natação infantil da rede de academias Bodytech. Para isso, há um ano, elas adotaram uma estratégia eficiente, que exigiu pouquíssimo investimento financeiro, mas muita criatividade. As professoras, cada uma em seu estado (Pernambuco e São Paulo), passaram a reutilizar embalagens e outros materiais recicláveis para construir materiais lúdicos que pudessem ser utilizados dentro d’água, de forma a tornar a aula ainda mais divertida. E tem funcionado. “Eles sempre perguntam quando haverá ‘aquela brincadeira da aula passada’, conta Lorena.



*“Dependendo da idade, trabalhamos materiais, cores, quantidade, noções de cheio, vazio, direita, esquerda, em cima, embaixo. Além de desenvolvermos tônus muscular, força e resistência”*



O projeto é aplicado sempre na última semana do mês, já que há um planejamento a ser seguido semanalmente para cada faixa etária. “O objetivo do projeto é quebrar a rotina nas aulas de natação infantil, diversificando ainda mais a aula e recriando antigas formas de brincar”. Com as atividades, as crianças não só se divertem mais, como se exercitam mais também. “Tivemos uma resposta muito positiva. A aula se tornou ainda mais lúdica, e as crianças não percebem o quanto estão nadando. Comprovamos que isso trouxe também como benefício o aumento do volume de exercícios realizados em aula. Ou seja, ao nadar, as crianças se cansam menos, por conta da mudança de foco, pois ao mesmo tempo que nadam, se divertem, explica Lorena.

A ideia para o projeto veio dos próprios filhos de Lorena – Milena e Pedro, hoje com 15 e 12 anos, respectivamente. “Eles traziam atividades da escola que envolviam a questão ecológica. Então, eu como mãe passei a me atentar mais para isso também. A mensagem foi passada dos meus filhos para mim”. E agora é transmitida para seus alunos, que também podem passá-la para seus familiares, num ciclo sem volta.



Os alunos aprendem não só sobre sustentabilidade, mas também desenvolvem habilidades cognitivas e sociais. “Dependendo da idade, trabalhamos materiais, cores, quantidade, noções de cheio, vazio, direita, esquerda, em cima, embaixo. Além de desenvolvermos tônus muscular, força e resistência”.

Lorena e Vânia, apesar de atuarem com o projeto em academias, também possuem experiência na Educação Física escolar.

“Estudos demonstram que a atual geração de jovens possui a motricidade comprometida. Na Educação Física escolar, onde trabalhei durante muitos anos, são trabalhados conteúdos de lateralidade, senso de direção, andar, correr, saltar, trepar. Então eu sempre tive em mente trabalhar a natação de forma mais lúdica, mais criativa, e desenvolvendo a motricidade dessas crianças. Sem nunca fugir do conteúdo planejado para o dia”, explica Vânia.

Os resultados comprovam o sucesso, como conta Lorena. “Eles se mantêm assíduos, as faltas geralmente são por questões de saúde”, o que é uma vitória para a pro-

fissional: “Aderir a uma atividade física e se manter nela hoje em dia, com tantas obrigações cotidianas, é complicado. Esse é o nosso desafio”.

Lorena e Vânia são pernambucanas e estudaram juntas. Hoje, atuam e desenvolvem o projeto em São Paulo e Pernambuco, respectivamente. A ideia foi formulada em um congresso promovido pela empresa em que trabalham em São Paulo, onde as duas se reencontraram. Ação do destino ou coincidência, o reencontro rendeu frutos. E quem colhe são os alunos, que aprendem e se divertem entre uma braçada e outra.

---

### **ENVIE A SUA EXPERIÊNCIA**

***Nós queremos conhecer a sua experiência, seja ela na escola, academia, hospital, clube ou qualquer outro segmento. Envie o seu relato para o e-mail [revistaef@confef.org.br](mailto:revistaef@confef.org.br) e teremos o maior prazer em compartilhá-lo.***

---