

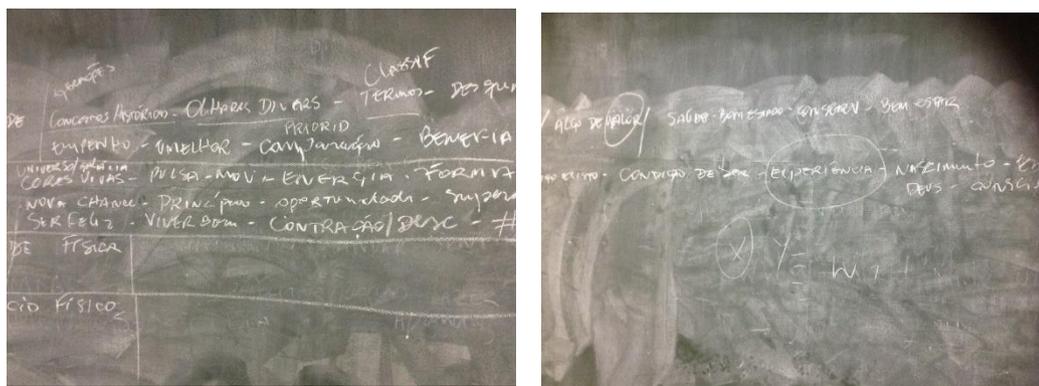
## Qualidade de vida? Mas que vida?

Marcelo Ferreira Lima  
ETEC Curt Walter Otto Baumgart

O Plano de Curso (PC)<sup>1</sup> do componente Atividade Física e Qualidade de Vida (ATFQV) do curso de Técnico em Organização Esportiva (OE) da Escola Técnica Estadual de Esportes Curt Walter Otto Baumgart, vinculada ao Centro Paula Souza, apresenta determinadas “bases tecnológicas”, nomenclatura empregada para referir-se aos temas a serem trabalhados. No caso de ATFQV, as bases tecnológicas consistem em conceitos e intervenções junto à comunidade externa ou interna. A experiência aqui relatada deu-se em torno da discussão dessas bases tecnológicas com as turmas dos períodos matutino e vespertino.

Durante o primeiro semestre de 2019, trabalhei com 2º módulo<sup>2</sup> da manhã (2º AOE) e da tarde (2º BOE). No ano anterior, havia atuado no período da tarde em outro componente, o que não acontecera com a turma da manhã. No primeiro dia letivo, fiz a leitura das bases tecnológicas, explicito o processo de avaliação e estabelecemos alguns combinados.

Após esses momentos, solicitei às turmas que se organizassem em grupos para discutir e registrar opiniões sobre atividade física e qualidade de vida.



Registros

<sup>1</sup> Plano de Curso é um documento fornecido pelo Grupo de Formulação e Análise Curricular GFAC do CPS (Centro Paula Souza) as escolas, neste caso um curso técnico semestral.

<sup>2</sup> O curso técnico em Organização Esportiva organiza-se em módulos de um semestre cada.

Durante 25 minutos percorri os grupos, problematizando algumas definições, já que, num primeiro momento, os grupos procuraram estabelecer “definições”, ou seja, desejavam dizer *o que é* atividade física e *o que é* qualidade de vida. Finalizado o tempo, pedi aos grupos que expusessem o que haviam discutido. Algumas representações foram anunciadas. Ficou evidente a existência de diversas noções sobre o que pode ser qualidade e vida. No fim da aula, questionei sobre de que vida estávamos falando e deixei uma ponta de dúvida para a aula seguinte.

Na semana posterior, retomei as concepções anunciadas a fim de estimular o debate a respeito do que entendiam por qualidade:

**Empenho** – *é obter uma melhora prof. ... sair de um estado e ir para outro... por exemplo com a casa ... melhorar o conforto ...* **Desigual** – *não é para todos ... pensando na forma de melhora isso não chega para a periferia ...* **Comparação** – *aqui a gente pode pensar em sempre estar olhando para o outro Marcelão ... é como o outro fosse melhor é como o outro tivesse outras oportunidades e assim por diante ... Pode ser **boa ou ruim** ... dependerá de tal intensão* **Beneficia mente e corpo** ... *bom aqui fazendo atividade ou exercício físico pensando na qualidade pode melhorar o funcionamento interno do corpo ..* **Vantagem** – *é ter vantagem sobre o outro ou sobre alguma coisa prof. ...por exemplo na questão do dinheiro ... da tabela no campeonato ... do carro ...da casa e assim por diante ....* **Bem feito** – *pode ser algo que a gente pensa e faz bem no nosso olhar e no olhar dos outros ...* **Geração** – *pode ser alguma coisa que vem de geração em geração pensando a mesma coisa e conforme a coisas vão mudando vai melhorando ...*

Tal como aconteceu no momento de compartilhar o que significava ou significa o termo qualidade para as turmas, o significado de vida também foi explorado:

**Universo/galáxia** ... *bom a vida veio ou foi criada a partir do universo pro... a partir da ciência a gente sabe que se iniciou a vida na terra ...* **Cores vivas** – *a vida para ser vida precisa de cores vivas ... precisa ser colorida ...dá mais ânimo e vontade de viver ...* **Pulsa/Movimenta** – *Marcelão a vida só é vida quando se pulsa ... sem isso ninguém vive ... mas esse pulsar não é só do pulso é também de ter vontade de pegar pesado naquilo que quer ... tem que se movimentar ...ir atrás dos seus sonhos e tudo mais ...* **Energia** – *sem energia não dá né Marcelão ...* **Nova Chance** – *é ter outras possibilidades ... é ter chance de fazer novamente o que já fez ou outras coisas né ...* **Superação** – *precisa sair de onde está né ... superar aquilo que está me incomodando ou me atrapalhando né ...* **Contração e Descontração** – *ah prof. aqui é fatal ... e contrai por um monte de coisa, por exemplo, quando eu fico nervoso o corpo fica todo rígido e quando dou risada por qualquer besteira o corpo descontraí ...acontece direto isso ...* **Princípios** – *quando você tem de onde tirar suas ideias, seus desejos etc. ...* **Valores** – *sem valor não é*

possível entender a vida ... a gente vê a vida também por seus valores .. por exemplo quanto a religião ou quanto aos saberes e outras coisas ... interfere para julgar e etc. ... para quem acredita a espiritualidade também é um ponto de valor ... **Livre/Gosto pela Vida/Amor** – é ter liberdade de escolha/decisão pro. ... ter gosto por viver e viver bem com quem você ama e quer ... com os outros também ... **Sexo** – fazer sexo também é vida né prof. ... não só na questão biológica ou fisiológica, mas também com quem você deseja estar ... é uma questão de saúde mental, física e psicológica né ... mas depende, se for forçado é outra coisa ... e quem é virgem? Pode ter alguém que não queira sexo por tantos motivos ... **inexplicável** – ah Marcelão tem muita coisa que não dá para explicar na vida ... às vezes acontecem coisas que a gente não imagina ...

Observei em ambas as turmas uma certa instabilidade no que entendem por vida. Vagaram por questões biológicas, fisiológicas, psicológicas, sociológicas e culturais. Com base nessa constatação, decidi apresentar/retomar alguns dos significados expressados. Em meio à discussão, a questão cultural se manifestou com ampla força. Pude identificar nos discursos, questões biológicas, fisiológicas, psicológicas e sociológicas ocorrerem na cultura, cultura que tem suas variações entre idade, local de moradia, poder econômico, forças externas e assim por diante.

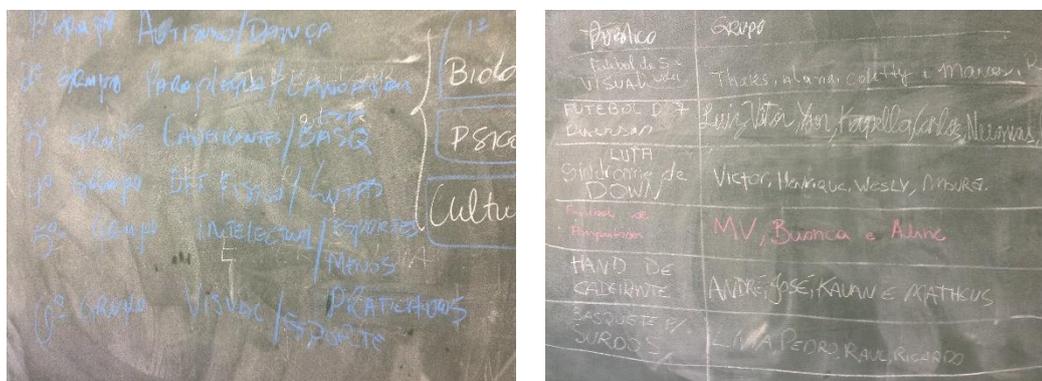
Dando continuidade, apresentei os conceitos de atividade física e exercício físico expressos no PC do curso Técnico de Organização Esportiva e suas diferenças. Aproveitei para questionar as turmas sobre quem está autorizado a praticar exercícios físicos: todas as pessoas têm condições? Quando podem? Onde?

Dando prosseguimento à discussão, na semana seguinte voltei a questionar as turmas a respeito da vida de que estávamos falando. Surpreendi-me com as preocupações que surgiram sobre as pessoas em situação de pobreza e as pessoas com deficiência. Então decidi abordar a relação entre atividade física e qualidade de vida para pessoas com deficiência. Fiz contato com um docente da própria instituição especialista no assunto e responsável pelo componente curricular Práticas de Inclusão (PI), oferecido às turmas do terceiro módulo. Após uma explicação do trabalho que realizávamos, ele aceitou o convite para ser entrevistado pelas turmas.

As questões previamente elaboradas pelos estudantes suscitaram uma interessante conversa sobre o entendimento de deficiência e pessoas com deficiência. O envolvimento das pessoas com deficiência na prática de esportes, danças, lutas, ginásticas e brincadeiras também despertou o interesse do alunado.

Solicitei em ambas as turmas que se organizassem em grupos para a produção de um texto, de vivências e de uma pesquisa. A atividade consistiu em definir e pesquisar sobre

peças com uma determinada deficiência e propor experimentações com uma ou mais de uma prática corporal, estabelecendo relações com a qualidade de vida.



Registros

Decisões tomadas, nos dirigimos ao laboratório de informática e à biblioteca. Enquanto os grupos pesquisavam, busquei por locais que promovessem vivências corporais inclusivas a fim de agendar uma visita com as turmas. Soube que no Centro Esportivo Edson Arantes do Nascimento, mais conhecido por Pelezão, são ofertadas atividades da Associação de Pais e Amigos de Pessoas Portadoras de Deficiência do Banco do Brasil (APABB), como o futsal unificado, uma atividade em que pessoas com e sem deficiência fazem juntas. Entrei em contato com o coordenador no mesmo momento e para minha grata surpresa o professor de futsal é egresso da ETEC de Esportes. Combinamos o dia e dei andamento aos preparativos para a atividade externa.

Também tentei contatar o coordenador do Centro Paralímpico Brasileiro com a intenção de agendar uma visita, mas não obtive sucesso; e orientei as turmas a pesquisarem instituições que realizassem atividades envolvendo qualquer prática corporal para pessoas com deficiência.



## Prática de futsal unificado

O professor responsável pelas vivências do futsal unificado apresentou às turmas a filosofia da APABB e como a entidade lida com os atletas com e sem deficiência. Os estudantes da ETEC foram convidados a participar de uma sessão de treinamento da modalidade junto eles. Iniciaram pelo alongamento e aquecimento no campo e, em seguida, praticaram o futsal unificado na quadra num dia comum da prática. Como parte da pesquisa que eu havia orientado, ao encerrarem os jogos previstos, os estudantes conversaram com os atletas e o professor.

No retorno à escola, a fala dos reflete o impacto da experiência: “nossa, amei o X (jogador com SD síndrome de down), quero levar ele para casa”; “Marcelão, eu chorei depois dos jogos, eles (os jogadores) são demais, sem palavras”; “nossa meu eu quero voltar aqui”; “que experiência maravilhosa, Marcelão”. Após ouvir essas manifestações, perguntei se depois dessa atividade houvera alguma alteração na maneira como eles pensavam sobre as relações das pessoas com deficiência com a atividade física e a qualidade de vida. Os que se manifestaram se posicionaram dizendo que mudou muito depois da vivência com essas pessoas. “Não imaginava que eles poderiam jogar assim”; “eles jogam como a gente joga só que no tempo deles”; “nossa, eles treinam mesmo”; “a atividade física deles é diferente da nossa, requer mais cuidados, mas não tão diferente”. A partir desses registros voltamos para aula na semana seguinte com outros olhares para o texto, a pesquisa e a apresentação.

Enquanto procurávamos outras instituições para visitar, os grupos continuavam suas pesquisas, tanto no laboratório de informática quanto na biblioteca. Na semana seguinte voltei à questão da formatação do texto e à importância da coerência na pesquisa relacionada ao texto. Ficamos duas semanas acompanhando essa produção.

Como alguns estudantes trabalhavam no contraturno, nem todos os grupos conseguiram participar de outras visitas realizadas por conta própria. Um grupo do 2º BOE foi à Mogi das Cruzes entrevistar e observar um time de futebol de amputados. Na semana seguinte apresentaram seus relatos. “Professor eles brincam demais uns com os outros, mas não gostam que ninguém de fora brinque com eles”; “Marcelão, eu não vou esquecer o que um me falou. Disse que a qualidade de vida para ele era fazer o básico como necessidades fisiológicas. Passou minha vida na minha cabeça sobre minhas reclamações”; “Prof, eu lembrei de muita coisa que conversamos aqui na sala, por exemplo, como eles recebem preconceito ao longo da vida e até na ida ao clube, mas depois com os treinos e os jogos tudo isso some”. Discutimos em sala e reorganizamos os demais grupos para a produção geral.

Como forma de garantir que todos os estudantes pudessem vivenciar situações de inclusão envolvendo as práticas corporais, propus várias brincadeiras para discutir as sensações e relacioná-las à atividade física e qualidade de vida.

Com a aproximação do término do semestre, organizamos a agenda de apresentações dos resultados das pesquisas para as turmas dos dois períodos. Tivemos duas semanas para as apresentações e uma para registros finais. Longe de esgotar os debates, percebi que os caminhos traçados desencadearam efeitos positivos. Por estar em um ambiente que prioriza as práticas corporais, sejam esportes, danças, lutas, ginásticas ou brincadeiras, é compreensível que os estudantes pensem que os praticantes de alguma modalidade são beneficiados. Entretanto, muitos se surpreendem quando todos têm a oportunidade de confrontar as formas como eles próprios se veem e como veem seus colegas, tanto na sala de aula quanto fora. Daí a importância de fazer a releitura do que é a vida e relacioná-la com o termo qualidade.

Nas atividades realizadas durante o curso, as turmas perceberam que as mudanças de pontos de vista dependem das experiências culturais de cada participante, mesmo que as pesquisas que fizeram, por si só (biblioteca, livros, artigos, entrevista, vídeos) tenham contribuído para ampliar os conhecimentos colocados em circulação. Tanto as falas como as práticas com as pessoas com deficiência levaram vários estudantes a ressignificar suas opiniões iniciais e, o mais importante, valorizar as diferenças. Dessa forma, o trabalho realizado durante o semestre, apesar dos percalços vividos, promoveu outras leituras de mundo.