

PROJETO “REMAR PARA O FUTURO”

MARIANA ALVARIZ LOPES¹; MARCELO DOS SANTOS VAZ²; AUGUSTO RICO³; BIANCA MIARKA⁴; OGUENER TISSOT⁵; FABRÍCIO B DEL VECCHIO⁶;

¹Escola Superior de Educação Física – UFPel – mariana_lps@yahoo.com.br

²Escola Superior de Educação Física – UFPel – marcelo.dsvaz@gmail.com

³ Escola Superior de Educação Física – UFPel – augustomrco@hotmail.com

⁴ Escola Superior de Educação Física – UFPel – miarkasport@hotmail.com

⁵Escola Superior de Educação Física – UFPel – oguenerceltic@hotmail.com

⁶Escola Superior de Educação Física – UFPel – fabrício_boscolo@uol.com.br

1. INTRODUÇÃO

O remo é uma modalidade olímpica praticada no meio aquático, com predomínio do componente aeróbico (MELLO et al., 2009). Para sua realização, são necessárias embarcações para uma pessoa, duas, quatro até oito indivíduos, e cada pessoa manipula um ou dois remos. Nos dias atuais, a modalidade é pouco praticada em âmbito nacional, com maior concentração em São Paulo, Rio de Janeiro e Porto Alegre, apesar do elevado potencial náutico, inclusive regionalmente.

No cenário nacional, observa-se que um elevado percentual de pessoas exibe comportamentos sedentários e possui baixos índices de atividade física (IBGE, 2014). Especificamente em Pelotas (RS), quase 60% das crianças de 10 a 12 anos são sedentárias (HALLAL et al. 2006), e a isto se soma a ausência de cultura esportiva e os valores relacionados ao esporte moderno, a violência social elevada e comportamentos delitivos cada vez mais comuns.

Estudos prévios têm constatado que a prática esportiva pode contribuir para melhora da saúde, aumento da qualidade de vida e diminuição dos comportamentos antissociais e delitivos (ONU, 2003). Em âmbito municipal, a integração ao meio ambiente contribui no desenvolvimento de indivíduos socialmente mais responsáveis e cuidadosos. Ademais, a prática esportiva tem sido associada com reduções de 20 à 40% na mortalidade por todas as causas (KHAN et al., 2012). Por outro lado, no Brasil, há uma quantidade restrita de modalidades esportivas oferecidas aos jovens; predominantemente futebol e futsal. Dessa forma, os jovens que não se identificam ou que não se adaptam com tais práticas, por vezes ficam sem outras opções. O remo, além de ser modalidade esportiva olímpica e ser praticado individual e coletivamente, traz consigo valores sociais importantes, como o cuidado com a natureza e o meio ambiente, o

acompanhamento da qualidade da água e a preservação do entorno ao local de prática – aquático, bem como o bioma.

Neste sentido, a Escola Superior de Educação Física (ESEF/UFPel), em parceria com a equipe técnica de remo da Academia de Remo Tissot/Centro Português e Prefeitura Municipal de Pelotas (RS), estruturou projeto denominado “Remar para o Futuro”, o qual visa proporcionar aumento da cultura esportiva, contribuir no incremento nos níveis de atividade física de crianças e jovens, bem como servir de auxílio à educação cidadã, a partir da integração com o meio ambiente.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Inicialmente, ocorrerá aproximação com o sistema municipal de ensino de Pelotas. Nestas escolas, haverá distribuição dos materiais de promoção e divulgação, os quais foram produzidos pela equipe técnica do projeto, bem como pelos meios de notícias local. Será feita divulgação da experiência vivenciada por todos os participantes e beneficiários do projeto através de instrumentos publicitários, assim como veículos informacionais entregues às escolas da rede municipal da cidade de Pelotas. Com esta ação, pretende-se atingir público superior a 3.000 (três mil) pessoas em idade escolar, o qual irá ter contato inicial com a modalidade.

O projeto abrangerá, neste primeiro momento, as escolas dos bairros Laranjal e Areal, ambos próximos à sede da Academia de Remo Tissot. O trabalho iniciou no primeiro semestre de 2015 e, atualmente, conta com a Prefeitura Municipal de Pelotas como parceira na execução das atividades. Nestas escolas, ocorrerão as seguintes ações:

1) Divulgação massificada da modalidade em aulas de educação física, a partir de palestras nas escolas.

2) Prática da modalidade em remoergômetros, para os jovens que demonstrarem interesse para a atividade.

3) Recrutamento de alunos que, após prática em remoergômetro, tenham interesse em ser avaliados para realizarem atividades em barcos e comporem a equipe de treinamento sistematizado.

4) Direcionamento de 30 alunos que cumpriram as três etapas anteriores e que exibam perfil e disposição para a prática de remo. Estes realizarão duas

sessões semanais de remo em barco, além de práticas em remoergômetros e terão treinamento esportivo sistematizado de remo.

Os alunos participantes do projeto terão treinamentos diárias, no horário inverso ao escolar e serão atendidos adolescentes na faixa etária de 12 a 15 anos nos turnos da manhã e tarde. A equipe de execução avaliará o projeto de modo semanal, a partir da produção de relatórios parciais. Os alunos envolvidos passarão por avaliações mensais de competência técnica e física, com testes gerais e específicos, além de serem monitorados quanto ao desempenho escolar.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com as ações propostas, espera-se que o projeto “Remar para o Futuro”: i) oportunize a prática esportiva massificada de REMO na cidade de Pelotas, ii) oferte a discentes da ESEF/UFPel a possibilidade de aprendizado nesta modalidade, iii) atinja os objetivos propostos de assistência à criança e ao adolescente como alternativa esportiva no contra turno escolar e, iv) possibilite o surgimento de novos talentos esportivos para o remo.

Acreditando na transformação que o esporte proporciona aos jovens, a partir dos valores que há no mesmo, da rotina de treinos que necessitam de objetivos bem definidos, disciplina, perseverança, força de vontade, superação, aceitação das vitórias e derrotas em relação às metas, pensamos que as ações propostas servirão para melhorar as relações desses jovens com familiares e amigos, bem como seu rendimento escolar. Além disso, os jovens envolvidos terão vivências da importância do trabalho em equipe, e de preservação do meio ambiente, visto que as práticas serão feitas no Arroio Pelotas, patrimônio do estado do RS, local que necessita maior atenção por parte da comunidade.

4. CONCLUSÕES

Esperamos que o projeto impacte a vida dos jovens remadores, tanto pelos componentes físicos, quanto nas questões sociais do esporte e também a comunidade local, através da visibilidade que as atividades do projeto trarão a região do Arroio Pelotas e para a cidade de Pelotas em geral. Por fim, o projeto em voga, ao oferecer prática esportiva sistematizada, contribuirá na melhoria das condições de vida do público alvo.

5. REFERÊNCIAS

HALLAL, PC; BERTOLDI, AD; GONÇALVES, H; VICTORA, CG. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10 a 12 anos de idade. **Cad Saúde Pública**, 22(6): 127787, 2006.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde 2013: Percepção do Estado de Saúde, estilos de vida e doenças crônicas**. Rio de Janeiro, 2014. Acesso em 15 de Julho de 2015. Disponível em <ftp://ftp.ibge.gov.br/PNS/2013/pns2013.pdf>.

KHAN, KM; THOMPSON, AM; BLAIR, SN; SALLIS, JF; POWELL, KE; BULL, FC; BAUMAN, AE. Sport and exercise as contributors to the health of nations. **Lancet**, 380(9836):59–64, 2012.

MELLO, FC; BERTUZZI, RCM; GRANGEIRO, PM; FRANCHINI, E. Energy systems contributions in 2,000 m race simulation: a comparison among rowing ergometers and water. **Eur J Appl Physiol** 2009;107(6):615-9.

ONU – Organização das Nações Unidas. **Esporte para o Desenvolvimento e a Paz: em direção à realização das metas de desenvolvimento do milênio**. Relatório da Força Tarefa entre Agências das Nações Unidas sobre o Esporte para o Desenvolvimento e a Paz. Nações Unidas, 2003.