



42 • Especial • Brasília, domingo, 22 de outubro de 2023 • CORREIO BRAZILIENSE

# Das salas de aula aos treinos

Esporte ajuda no desenvolvimento de alunos e só traz benefícios para o dia a dia de crianças e de adolescentes

ARTHUR RIBEIRO\*

Antes de ver os craques do quadradinho brilharem nos grandes palcos, Brasília começou a revelar talentos por muitas vezes ainda nas escolas. Dividindo a rotina acadêmica com os treinos, o impacto da prática esportiva em crianças e adolescentes traz benefícios dentro e fora da sala de aula e pode ser um fator decisivo na hora de escolher a escola.

Em especial, uma instituição que se destaca nesse sentido é o Colégio Católica, em Taguatinga. Com oito modalidades ofertadas para meninos e meninas, fora um funcional kids, o esporte é apresentado para os alunos dos 2 aos 18 anos, contemplando todo o período do ensino para ajudar no desenvolvimento e formação deles. Enraizadas na identidade da escola, as quadras, arquibancadas e tatames ficam cheios até no período da noite, com os olhos dos jovens brilhando ao redor.

Coordenadora pedagógica de Educação Física e Atividades Extracurriculares, Andreza Almeida também é treinadora de basquete e reforça com o grupo a importância do esporte.

“Ajuda em várias virtudes e valores para a vida. O aluno tem que estudar e se organizar para isso, assim como no treino: tem horário para chegar, para aprender habilidades. Fora os ensinamentos: dormir cedo e comer bem. Então, a rotina no esporte é muito parecida com a da sala de aula. Só tem a acrescentar, ainda mais com a garotada com problemas de depressão, pode ser uma válvula importante para trabalhar o bem-estar deles, e ainda deixa aprendizados para a vida adulta”, assinala.

Há 16 anos no colégio, a professora detalha que a rotina consiste em dois treinos por semana para todas as modalidades, que incluem futsal, basquete, vôlei, handebol, karatê, ginástica rítmica, balé e líder de torcida. Ela ressalta que essa atmosfera inclusiva pode ajudar até mesmo na criação de vínculos entre os alunos, com incentivo de amizades e confiança mútua entre eles.

“Tem que ter incentivo desde pequeno. Se coloco meu filho em uma boa escola, precisa ser pensado tanto no ensino como também se ele vai estar tendo esse contato positivo com o esporte. É essencial que o exercício seja praticado desde a infância, porque é uma



Prática esportiva contribui para a socialização

Fotos: Minervino Júnior/CB/D.A Press



Ginástica artística é um das modalidades oferecidas

prática que pode continuar até a vida adulta, assim como a escola. É uma transformação na vida deles”, complementa.

O coro é reforçado por Maria Luisa Barros Menezes, de 16 anos. Aluna do 2º ano, ela está no time de basquete comandado por Andreza e compartilha o exemplo de quem sentiu na pele os impactos positivos. A jovem viu no esporte uma segunda família, e defende que mudou a vida para melhor desde os 13 anos, quando começou a jogar. Por isso, ela convida os demais estudantes a trilharem o mesmo caminho.

“O esporte me ajudou muito. Antes de começar a jogar, eu passava muito tempo sem fazer nada, procrastinava, mas o basquete me ensinou a ser responsável e a lutar pelo que eu quero. Se tiverem a oportunidade, venham. Vai ser uma mudança para melhor na vida de vocês e que vale muito a pena”, relata Maria Luisa.

Independentemente da modalidade, os jovens podem trabalhar no desenvolvimento de laços sociais e na manutenção deles, o que contribui para que sejam mais desinibidos, sociáveis e desenvolvam mais capacidade

de lidar com situações de trabalho em grupo. Para isso, o papel dos professores e treinadores na função de intermediar essas trocas novamente vêm à tona.

“As crianças são sujeitos em formação, ou seja, sem muitas restrições e regras internalizadas. Sendo assim, é necessário que alguém conduza esse processo. Porém, isso não é exclusivo do professor/treinador, mas também dos pais, parentes próximos ou pessoas que influenciam a vida da criança. É preciso que todos estejam em concordância com o discurso a ser transmitido. Por exemplo, não adianta ter um professor que estimula o espírito em equipe se a criança é pressionada pelos pais para sempre ganhar a medalha de primeiro lugar”, analisa.

Nesse sentido, o coordenador de Núcleos Sociais do Cerrado Basquete e técnico das categorias de base do clube, Alan Monteiro, conta um pouco sobre o lado do treinador. Ele esclarece que os responsáveis não devem tratar a prática esportiva como a última prioridade, mas sim como uma das primeiras, e preza pela relação entre as três partes: pais, escola e esporte.

\* Estagiário sob supervisão de Roberto Fonseca