PEQUENOS BOTÂNICOS



O tai chi com leque usa o acessório como uma extensão do corpo humano



Estudantes disseram que se sentem mais tranquilos após a prática

A Praça da Harmonia Universal abriga uma riqueza de espécies de árvores, como pau-brasil e jatobá-da-mata, mas muita gente não sabe. Estudantes do CEF 104 Norte pesquisaram, compartilharam descobertas e praticaram tai chi chuan



A inversão de papeis entre alunos e professores é um dos principais aspectos da iniciativa educativa



O Projeto Raízes dá continuidade à obra de Mestre Woo, que morreu em dezembro de 2025, aos 93 anos

Fotos: Davi Cruz/CB/D.A Press-Marcelo Ferreira/CB/D.A Press



Enzo Bandeira, Kaique Moraes e Manuela Martins, todos de 11 anos, destacaram que é preciso conhecer e preservar a natureza

» DAVI CRUZ

As árvores espalhadas pela Praça da Harmonia Universal (PHU), na 104 Norte, ganharam a atenção de novos aspirantes a professores e pesquisadores. Após semanas de estudos, os alunos do Centro de Ensino Fundamental (CEF) 104 Norte trocaram os cadernos pela natureza e conduziram uma aula a céu aberto. Durante uma pequena trilha, eles pesquisaram as espécies, conheceram suas características e descobriram a importância de cada uma para o meio ambiente. Depois, compartilharam as descobertas com colegas, docentes e comunidade.

Entre as variedades, estão a cagaiteira, o pau-brasil, a ora-pro-nóbis, o jatobá-da-mata e a pata-de-vaca. Além da troca de informações, eles levaram para a trilha descobertas, lembranças e saberes familiares.

Enzo Bandeira, 11 anos, ficou responsável por apresentar o jatobá-da-mata. O menino descobriu que o fruto tem uma casca bastante rígida e que o nome na língua tupi (îeta'ybá ou va-atã-yba), que significa árvore de fruto duro, tem relação com essa característica. Mas uma história contada pelo pai também ganhou espaço na apresentação. Na infância, Enzo e os irmãos costumavam triturar o fruto para preparar farinha ou o deixavam na água até virar suco. "Meu pai disse que não tinha gosto de nada, mas gostava de beber", contou o estudante, que agora também está curioso para experimentar a bebida. "Meu pai vai fazer para mim."

A aula continuou com a colega de classe Manuela Martins, 11, que falou sobre o pau-brasil e disse que ficou surpresa ao constatar que a árvore corre risco de extinção, mas existe na praça. "Precisamos cuidar e preservar esta árvore que é tão linda e importante", destacou na apresentação. Para Manuela, a experiência foi uma oportunidade de conhecer melhor o ambiente que existe tão perto da escola.

Outro professor mirim, Kaique Moraes, 11, manifestou-se no mesmo sentido. "Achei o passeio muito interessante porque conseguimos ver árvores que vemos no nosso dia a dia. Gostei muito de saber que do lado da nossa escola, bem pertinho, tem esta diversidade de árvores."

Aprendizado

A inversão dos papéis entre crianças e mestres foi um dos pontos altos da atividade para Isis Maria Cunhatosa, integrante do Projeto Raízes da PHU e pesquisadora colaboradora do laboratório Laboter IESA/UFG. "Os alunos foram os doutores e professores, e nós — as organizadoras, colaboradoras, professoras — ajudamos nessa troca de saber juntos", enfatizou.

O Projeto Raízes dá continuidade ao trabalho iniciado há 52 anos pelo Mestre Woo. O pioneiro de Brasília, que morreu aos 93 anos, em 6 de dezembro de 2025, cultivou e cuidou do espaço, conhecido pelos visitantes como o quintal dele. A iniciativa busca identificar as plantas, os nomes populares e científicos, além de chamar a atenção para a importância ambiental e medicinal de cada espécie.

A atividade foi especial para Tsulia Chy-Mei Woo Chang, integrante da Associação Ambiental e filha do Mestre Woo, responsável pela história de cuidado com o local. Ela reforçou que o Projeto Raízes busca aproximar a comunidade da natureza presente no próprio ambiente urbano. A prática do tai chi chuan, realizada há mais de 52 anos na praça, está ligada a essa relação entre corpo, saúde e meio ambiente.

"A gente não precisa pensar que a floresta está lá longe, a gente tem que preservar a floresta que temos aqui. Manter a possibilidade de viver esse ar puro aqui, de conhecer e cuidar", salientou. Para ela, ver as crianças ocupando a praça e compartilhando conhecimentos representa a continuidade do trabalho desenvolvido pelo pai. "São os professores de hoje e de amanhã também, que eles se sintam mais encorajados, porque são eles que vão levar a preservação para frente."

A professora de Ciências Silvia Helena Almeida Bruno, responsável pelo projeto Escola Além dos Muros no CEF 104 Norte, explicou que a proposta nasceu da vontade de aproximar os estudantes de um espaço que fica ao lado da instituição de ensino, mas que muitos ainda não conheciam de verdade. A ideia surgiu a partir de pesquisas sobre a história do Mestre Woo, a praça e a medicina tradicional chinesa, além de aulas e atividades práticas de Tai Chi realizadas semanalmente. "A gente tem a falsa impressão de que o meio ambiente é a árvorezinha que está lá fora, longe da gente, o riozinho que está lá longe. Meio ambiente é o meio onde você vive, onde você está."

Tai chi chuan

Os participantes tiveram uma vivência de tai chi com leque, conduzida por Ana Lúcia Rezende, facilitadora da Associação Ambiental. Praticante desde 2003, ela trabalha com atividades voltadas a crianças na praça desde 2009.

A modalidade utiliza o leque como uma extensão do próprio corpo, incorporado aos movimentos circulares e harmonizados. Segundo Ana Lúcia, a prática contribui para desenvolver a percepção corporal e oferece às crianças recursos para lidar com situações de tensão de forma mais harmônica. "No momento de estresse, elas podem parar, diminuir aquele sentimento e fazer de uma maneira mais tranquila, mais serena, mais equilibrada."

Os benefícios também são percebidos pelos estudantes. Maria Fernanda Leite Guerlack, 12, foi uma das primeiras a participar do tai chi no colégio. "Eu fiquei um pouco mais concentrada, mais aliviada", contou. Em casa, ela também costuma reproduzir movimentos para mostrá-los à mãe.

Isaac Tavares Mello, 12, também percebeu mudanças desde que começou a prática. Para ele, que se diz muito agitado, é uma oportunidade de desacelerar. "Quando eu faço, eu fico mais leve, eu me sinto mais calmo."