

VIVENDO O PAN!

Coordenador: DINA PETTENUZZO SANTIAGO

Autor: KARINE PAZ QUIRINO

VIVENDO O PAN!! No ano de 2007 foram realizados os Jogos Pan-americanos na cidade do Rio de Janeiro onde se encontraram várias confederações com equipes de vários esportes para serem disputados aqui no Brasil. Esse evento acontece de quatro em quatro anos em algum país escolhido da América Latina e o próximo será o México. E são nesses jogos que conhecemos esportes não tão populares quanto o futebol e o volei, que seria o caso de softbol, squash, pentatlo moderno entre outros, além de conhecer suas regras, seus materiais e os atletas que se destacam em cada esporte. Ainda sobre esportes, é notável que nos jogos Pan-americanos, os atletas são na sua maioria jovens bem treinados e conhecedores das regras do seu esporte, esses atletas geralmente são estimulados na sua adolescência, desenvolvendo suas capacidades e habilidades específicas para tal tarefa. O que seria difícil de imaginar é idosos vivenciando alguns esportes disputados nesses jogos. Como uma grande parte da população idosa atual não praticou atividades físicas na sua juventude, são em centros de convivência para a terceira idade que eles têm vivência com esportes; nesse caso, eles são adaptados pois em esportes tradicionais há riscos de quedas, além do esforço físico excessivo nos seus praticantes, sem mencionar a parte psicológica em que os jogos adaptados interferem beneficiando o idoso. Contudo, influenciar a faixa etária acima de 60 anos a vivenciar outros esportes por eles assistidos no Pan- americano, talvez não fosse tão difícil. Foi com essa idéia que o Projeto CELARI(Centro de Lazer, Esportes e Recreação do Idoso) propiciou aos seus integrantes o VIVENDO O PAN!, que teve como objetivo fazer os participantes do grupo vivenciarem outros esportes além dos já conhecidos por eles nas oficinas do projeto onde conhecem suas regras e materiais utilizados. Outro objetivo seria na parte psicológica, atuando na auto- estima, onde eles se veriam capazes de executar outros esportes alimentando seu senso de auto - eficácia e capazes de encarar novos desafios. Para tal evento foram escolhidos alguns esportes conhecidos pelos participantes mas nunca vivenciados por eles. A maior parte desses esportes não foram adaptados para também mostrar um diferencial do que já é oferecido no CELARI. Esse evento foi programado para ser realizado em três sextas- feiras sendo que poderiam ser disputados em equipes como no Basquete e no Remo ou individualmente como no Arremesso de peso e Tênis de mesa. O Triatlon foi o único esporte a ser adaptado nessa

ocasião onde foi praticado a Natação e a Marcha Atlética. No início de cada atividade eram demonstradas as técnicas de cada esporte além das regras e logo após acontecia a vivência com os idosos. Para verificarmos junto aos idosos qual a aceitação da proposta realizamos uma entrevista semi- estruturada, composta de cinco perguntas com relação à prática oferecida e sua aprovação. Através das respostas obtidas verificamos que as expectativas criadas a partir da ação VIVENDO O PAN! foram positivas, pois além de ser uma estratégia fora da rotina do CELARI, os participantes relataram que gostaram muito e que a idéia de vivenciar um novo esporte, conhecer suas regras e poder assisti-lo na televisão é muito interessante. Além disso, é notável que a motivação dos participantes foi estimulada positivamente pois quando são perguntados se haveria alguma modalidade que não foi apresentada mas que eles gostariam de vivenciar, são citados Ciclismo, Peteca, Vôlei, Tênis e até Vôos de asa-delta, ou seja, os participantes se motivam a aprender novos esportes, mostrando que se consideram capazes de disputar outras modalidades. "Talvez seja por causa da visibilidade completa da realização, sucesso e fracasso que acompanha o exercício e a habilidade física que esses comportamentos tenham um papel tão importante no desenvolvimento e na manutenção da auto- estima"(SPIRDUSO). Portanto concluímos que o VIVENDO O PAN! foi plenamente aceito e aprovado pelos idosos tendo atingido seus objetivos propiciar novas vivências e integração dos participantes além de estimular a motivação, a quebra da rotina, o crescimento da auto- estima e estimulando a se integrarem com eventos da atualidade.