

→ A. No primeiro ensaio de seu livro, Frédéric Gros apresenta algumas razões para defender sua ideia de que a caminhada não é um esporte. Tendo essas razões (e outras mais, caso queira acrescentar outras), explique se a caminhada realizada por Cheryl Strayed, no filme *Livre* é ou não um esporte. Se não é um esporte, explique que tipo de atividade corporal foi aquela?

◆ A caminhada realizada por Cheryl não se configura como um esporte, haja vista que não existe uma competição por pontos e nem é feita para alto rendimento. A caminhada de Cheryl se consiste em apenas um movimento de pernas para frente e para trás com a intenção de alcançar um novo piso mental, ela precisava superar diversas coisas com ela e utilizou a caminhada para isso, passando por diversos obstáculos.

→ B. Os ensaios *Eternidades* e *Elementar* parecem abordar temas que se completam. Ambos, de maneiras distintas, tratam da simplicidade, seja da caminhada, daquilo que a envolve, das experiências que proporciona e até da própria vida. Os temas desses ensaios aparecem no filme? De que modo e em que momentos? Como a caminhada afeta Cheryl em relação a esses temas relacionados ao supérfluo e ao essencial? De que modo as práticas corporais mais comuns de nossa sociedade se relacionam com tais temas?

◆ No filme é retratado tudo o que ela podia passar de ruim, ela se divorciou, entrou no mundo das drogas, perdeu a mãe, se afastou do irmão mais novo. Após todos esses obstáculos ela decide então começar a caminhada para se entender. Logo no início ela compra um monte de porcaria que “auxiliaria” ela nessa longa jornada, mas após organizar tudo na sua mochila, percebeu que estava pesada demais. No fim das contas ela acabou andando 180 km com aquele peso absurdo nas costas. Quando ela encontra um acampamento com outros mochileiros, ela encontra um velho que diz que aquele peso era surreal e ela não deveria levar tantas coisas, mostrando para ela o que deveria ficar e o que não deveria.

◆ No início da sua caminhada, Cheryl estava exausta após poucos quilômetros, mas após se livrar de grande parte do peso que tinha na sua mochila, percebeu que a caminhada era algo mais leve a se enfrentar.

- ◆ Acredito que o simples fato de desapegar das coisas que não usamos mais possa ser uma dos hábitos que colocam em prática o útil e o supérfluo.

→ C. No ensaio intitulado Os estados de bem-estar, o autor cita e explica diferentes estados sobre como é possível se sentir numa caminhada. No filme, a personagem Cheryl pôde experimentar alguns deles? Quais? Quando?

- ◆ Ela começa sentindo raiva, pois ela queria desistir totalmente dessa ideia logo depois que começou, como se aquela jornada não fosse dar em nada. Aos poucos foi sentindo uma certa felicidade em estar lá, já que conheceu algumas pessoas incríveis e tudo parecia estar dando certo. Durante sua jornada experimentou a tristeza em lembrar diversas coisas do seu passado, lembrou de sua mãe e do seu antigo relacionamento.
- ◆ Ela estava se sentindo bem, calma e relaxada, era bom demais estar em ar livre e se sentir de fato livre, sem um passado percorrendo sua vida enquanto conhecia pessoas novas.
- ◆ No final ela se sentiu realizada.

→ D. É possível ter pontos de vista bastante diferentes sobre a reflexão que Frédéric Gros faz sobre a caminhada. Enquanto algumas pessoas podem considerar que ela é bastante acertada e esclarecedora, outras podem avaliar que ela é exageradamente romântica e otimista. O que VOCÊ pensa a respeito de tais reflexões? Com o que concorda e com o que discorda? Por quê?

- ◆ Eu concordo com o ponto de vista de Gros, já que a caminhada (para mim) serve como um refúgio da minha vida, onde eu posso colocar uma música nos meus fones e caminhar sem rumo até que eu me sinta bem, mesmo que isso signifique uma dor nos pés e dor nas costas.

→ E. Em SUA opinião, para que serve ou pode servir, então, uma caminhada? Para que serve a atividade corporal, num sentido geral? Tendo em vista sua resposta, qual o papel do profissional de educação física?

- ◆ A caminhada pode servir como um caminho para pensar nas suas escolhas e talvez se tornar uma pessoa diferente, com um propósito diferente. A caminhada serve para nós nos movimentarmos e

pensarmos ao mesmo tempo, mostrando que é possível fazer os dois ao mesmo tempo.

- ◆ A profissão do profissional de educação física é mostrar para as outras pessoas que é possível fazer atividades físicas e aliviar suas tensões ao mesmo tempo, até mesmo utilizando a caminhada como um meio de relaxamento pessoal.

→ F. Participar desta atividade interdisciplinar, em que a intertextualidade foi a base da reflexão sobre a caminhada como atividade corporal, pode enriquecer a sua formação como futuro docente de línguas (materna e estrangeira)? Você consegue imaginar situações futuras em que áreas distintas (como Letras e Educação Física) possam dialogar na escola?

- ◆ Na língua estrangeira me ajudou muito pois é mais um filme que pude assistir sem legendas e no idioma inglês. E poder ver que a personagem principal era uma amante da literatura e ela levou um livro para ler durante a sua trilha me fez querer fazer isso, querer embarcar nesse mundo e até mesmo incentivar mais pessoas a fazer o mesmo.
- ◆ Talvez, não vejo um futuro claro na junção dessas duas matérias, mas talvez algumas atividades físicas que contenham a língua portuguesa em conjunto, mas não diretamente.