

## Chegando ao pódio: Esporte e representatividade

(material do aluno)



Foto por Paris 2024

Disponível em: <https://olympics.com/pt/noticias/paris-2024-locais-celebracoes-franca>. Acesso em 12 ago. 2024.

### Parte I - Conhecendo mais sobre as Paralimpíadas

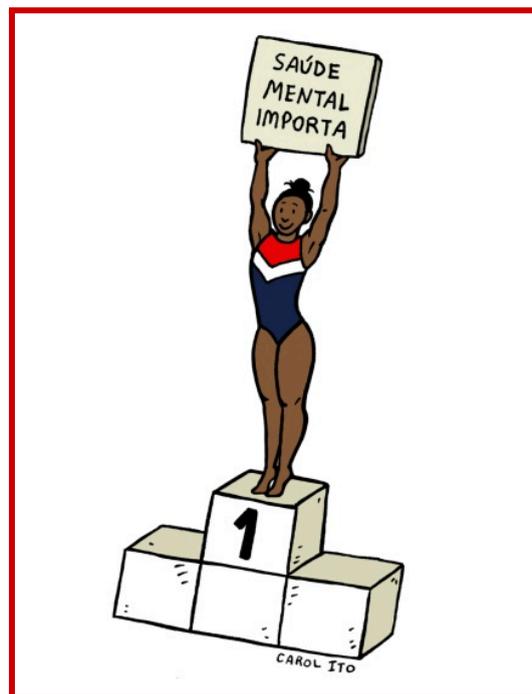


Disponível em: <https://www.humorpolitico.com.br/oliveira/sociedade-e-cega-para-as-paraolimpiadas/>. Acesso em: 23/08/2021

Falar de inclusão social é falar de Paralimpíadas. Você conhece esse evento desportivo?

1. O que são as Paralimpíadas?
2. O lema dos jogos paralímpicos é: “*Espírito em movimento*”. Na sua opinião, por que essa frase foi escolhida?
3. O símbolo das paralimpíadas é diferente das Olimpíadas. Você sabe o por quê?
4. Observe a charge acima, qual conclusão você consegue tirar dela?
5. Infelizmente, os jogos paralímpicos ainda são vistos com bastante preconceito e estigma. Na sua opinião, o que falta para que as paralimpíadas sejam mais difundidas e valorizadas pela sociedade?

## PARTE II: A importância de se falar em saúde mental no esporte



Disponível em: <https://salsichaemconserva.wordpress.com/2021/07/29/simone-biles-olimpiada/>. Acesso em: 19 ago. 2024.

A imagem faz referência a um episódio marcante das Olimpíadas de Tóquio 2020, mas que ainda hoje se faz muito pertinente. Observe a imagem e responda:

1. Você conhece a figura feminina que está representada nessa imagem?
2. Qual esporte ela pratica?
3. Qual país ela representou na Olimpíada de Tóquio?
4. Qual foi sua atitude durante a Olimpíada? O que aconteceu durante a prova para que ela tomasse tal atitude? E qual a relação disso com o tema saúde mental?
5. A atitude da atleta teve repercussão positiva ou negativa? Qual a importância desse tipo de ação no meio esportivo?
6. O que você entende por “saúde mental importa”?
7. Por que no meio esportivo falar sobre saúde mental ainda é um tabu? O que é preciso para que esse tema seja mais discutido e tenha a devida atenção e importância?
8. Estabeleça uma relação entre a performance nos esportes com a pressão vivida pelos atletas.
9. Você sabe o que é um atleta de alta performance? Qual a diferença destes em relação aqueles que praticam esportes por lazer?
10. Quais são os maiores problemas de cunho psíquico enfrentados pelos atletas de alta performance?
11. Quais são as consequências físicas advindas do treinamento esportivo em excesso? Escolha algumas dessas consequências físicas e faça uma breve explicação sobre.
12. Imagine que você seja um educador físico famoso e será entrevistado. Quais dicas e sugestões você daria para uma prática saudável? O que você responderia? Como conciliar esporte, saúde mental e física?

**PARTE III: Pensando sobre temas como representatividade e padrão de beleza**

A seguinte imagem foi retirada de uma rede social. Leia com atenção e responda:



Disponível em: [https://x.com/bruno\\_rteixeira/status/1820460751774961971](https://x.com/bruno_rteixeira/status/1820460751774961971) . Acesso em: 21 out. 2024.

1. Quem são as duas atletas mencionadas no texto?
2. Quem foi uma grande inspiração para Rebeca Andrade, de acordo com o autor da postagem? Por quê?
3. Qual é o significado de representatividade no contexto esportivo, conforme abordado na postagem?
4. Que sentimentos ou reflexões a conquista de Rebeca Andrade pode gerar nas futuras gerações de atletas?

Com atenção, leia o título e lide da notícia abaixo:

### **O padrão sou eu**

*Campeã do pesado, Beatriz Souza relaciona autoestima ao judô: "Demorou, mas, hoje, mostrar o corpo me orgulha"*

1. Você conhece a judoca noticiada na reportagem?
2. Ao observarmos o título “O padrão sou eu” e da lide da reportagem “Campeã do pesado”, Beatriz Souza relaciona autoestima ao judô: "Demorou, mas, hoje, mostrar o corpo me orgulha" ”, quais hipóteses podemos criar em relação ao assunto central do texto?

Passemos agora para a leitura completa do texto:

### **O padrão sou eu**

*Campeã do pesado, Beatriz Souza relaciona autoestima ao judô: "Demorou, mas, hoje, mostrar o corpo me orgulha"*

A saga para comprar roupas que fujam do estilo “cortina-de-avó” faz parte do dia a dia da judoca Beatriz Souza, 23, desde a adolescência. A jovem atleta tem 1,75 m, pesa 115 kg e conquistou medalha de bronze no Mundial de 2021 – sua primeira medalha em mundiais adultos. O sucesso só foi possível pelo corpo que a escuda.

Bia é a caçula de duas filhas e a única a seguir os passos do pai no judô. Aos 15 anos, deixou a barra da saia da mãe, em Peruíbe, no litoral paulista, para encarar uma rotina extenuante em São Paulo: acordava às quatro, cruzava a cidade de trem, metrô e ônibus para chegar à escola às sete. Ao meio-dia, precisava estar no clube para treinar. Ficava por lá até a noite, quando voltava para a república em que morava com mais 14 atletas.

O dia a dia exaustivo fez com que Bia sequer percebesse a chegada da vida adulta e de novos interesses que foram surgindo. De repente, viu-se se comparando a amigas magras e escondendo o corpo vitorioso debaixo de panos gigantesco.

“O padrão de beleza fora do esporte é o corpo de modelo de marca internacional – e eu não tenho nada dele. Essas meninas não têm um braço a mais, têm uma estrutura corporal

que eu jamais teria. Minhas costas são superlargas. Para que eu encontre um sutiã que as comporte, preciso procurar um tamanho enorme – e aí tem bojo demais, falta peito para preencher. E lá vou eu, mais uma vez, tirar o bojo do único sutiã que cabe nas minhas costas".

[...] Com o tempo, a judoca entendeu que o braço, as costas, os pés e as pernas são o que possibilita vitórias impressionantes. O esporte a ensinou, conta, que tem muito de certo com ela: "Quando eu ainda aguento ir para a balada, coloco a roupa que eu quero. Quem não gostar, que vá embora. Se estou me sentindo bem, vou e fim. Antes, era difícil. Eu me cobria toda porque tinha vergonha. Agora, o mundo mudou e eu vou mostrar meu corpo. Foi uma chave que eu virei. Hoje, o padrão sou eu".



*Disponível em:*

*<https://www.uol.com.br/esporte/olimpiadas/reportagens-especiais/corpo-de-atleta-campea-do-pesado-beatriz-so-za-relaciona-autoestima-ao-judo/>. Acesso em: 21 out. 2024.*

O texto anterior aborda a questão da representatividade nos esportes e a sua importância no que diz respeito à quebra de certos padrões construídos socialmente. E aí? Suas hipóteses apontaram para as discussões trazidas pela reportagem?

A partir da leitura do texto, reflita e responda às seguintes perguntas:

1. Baseando-se no próprio texto, qual o sentido da expressão “cortina-de-vó”? Faça a sua resposta relacionando com algum fragmento da reportagem que justifique-a.

2. Pode-se entender que o padrão de beleza é uma forma de cobrança, em relação a um indivíduo, para que ele alcance uma imagem e um corpo similar ao “perfeito”. Essa ideia de “perfeição” é construída historicamente e socialmente, além de ser reforçada pela mídia, por publicidades e no ambientes das redes sociais. Tendo isso em vista, como a construção e reforço do padrão de beleza é apresentado na reportagem?
3. Como acontece essa relação entre algo que abrange a sociedade como um todo e o caso específico da judoca?
4. Como acontece a transformação da perspectiva de Bia sobre o seu próprio corpo?
5. No que diz respeito à fotografia de Beatriz Souza utilizada para compor a reportagem, como Bia é representada na imagem? Qual a sua relação com o ponto de vista construído no texto?

## **PROPOSTAS DE PRODUÇÃO**

### **PROPOSTA I - Divulgando os Jogos Paralímpicos**

Agora que você já conhece mais sobre as paralímpiadas, que tal levar esse conhecimento para outras pessoas? Em grupos, façam cartazes que chamem a atenção dos leitores para a importância dos jogos paralímpicos. Não deixe de informá-los também sobre quando esses jogos estarão acontecendo e quem são alguns dos atletas brasileiros presentes. Você pode utilizar textos, imagens, desenhos, e muito mais. Abuse da criatividade! Depois de finalizado, é hora de compartilhar seu cartaz com toda a comunidade escolar!

### **PROPOSTA II - Crônica olímpica**

Durante o período olímpico, a jornalista Fernanda Gentil viralizou na internet por suas crônicas emocionantes narradas no canal da Cazé TV. Essas crônicas utilizavam dos acontecimentos de cada dia dos Jogos Olímpicos e traziam reflexões acerca de vitórias, derrotas, participações olímpicas e diferentes emoções. Abaixo, temos alguns exemplos:



Disponível em: [https://youtu.be/frmiQRkAlBY?si=BATXEn\\_SaMSEjdGs](https://youtu.be/frmiQRkAlBY?si=BATXEn_SaMSEjdGs). Acesso em 04 nov. 2024.

Assista ao vídeo da crônica “Crônicas acabam, reinados não”, que fala sobre a participação da atleta Marta, jogadora de futebol, em sua última participação nas Olimpíadas.

Você lembra quais são as características do gênero crônica? Já sabia que ele poderia ser feito, também, em vídeo?

### GÊNERO CRÔNICA

“A palavra crônica é de origem latina, Chronica, e objetiva relatar um ou mais acontecimentos do cotidiano em tempo determinado e determinado tempo, possui um número reduzido de personagens, ou mesmo nenhum, e seu tom é costumeiramente irônico, reflexivo, humorístico, lírico, crítico e/ou informativo”. (ARAÚJO, C.; BARBOSA, S., 2013. p. 330.) Disponível em: <https://periodicos.ufs.br/interdisciplinar/article/download/1330/1179/0>.

Agora que você lembra o que é uma crônica, desenvolva a seguinte atividade:

Em grupo, produzam uma crônica sobre as Olimpíadas, vocês podem escolher o acontecimento que preferirem. Após a escrita, produzam um vídeo curto lendo essa crônica e utilizando de imagens das olimpíadas para completá-lo. Caso queiram, podem aparecer no vídeo, com os colegas.

## Links crônicas da Fernanda Gentil:

- [https://youtu.be/frmiQRkAIBY?si=BATXEn\\_SaMSEjdGs](https://youtu.be/frmiQRkAIBY?si=BATXEn_SaMSEjdGs) (“Crônicas acabam, reinados não” - falando sobre Marta)
- <https://youtu.be/ERza-AMxkog?si=K9pwjHxztGN4bK2O> (“Hoje você tem que agradecer. Meninas, brigada” - medalha de bronze pra ginástica artística por equipes)
- <https://youtu.be/5nnHE9B3BLI?si=xQ686JHKtwgCsyYH> (“Quando Bia vence, vence a esperança” - Ouro no judô)
- <https://youtu.be/Z7APkVNfDic?si=qU7bUBHXBzSxQb3L> (“A melhor do planeta, neste instante, é você” - Ouro Rebeca Andrade no solo)

## Chegando ao pódio: Esporte e representatividade

*(material do professor)*



*Foto por Paris 2024*

Disponível em: <https://olympics.com/pt/noticias/paris-2024-locais-celebracoes-franca>. Acesso em 12 ago. 2024.

### Objetivos:

- Suscitar reflexões sobre representatividade, saúde mental, igualdade de oportunidades e outros temas relevantes no contexto olímpico.
- Incentivar a criação de projetos interdisciplinares, integrando aspectos culturais, históricos e sociais do esporte, e promovendo valores como disciplina, resiliência e trabalho em equipe.
- Estimular a produção de textos argumentativos, discutindo como o esporte contribui para inclusão social, promoção da saúde e construção de uma sociedade mais justa e igualitária, refletindo sobre exemplos práticos e teóricos.

### Alguns conteúdos vinculados à atividade (BNCC):

- **(EF89EF08)** Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).

- (EF89EF18) Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiaticização de uma ou mais lutas, valorizando e respeitando as culturas de origem.
- (EF67LP08) Identificar os efeitos de sentido devidos à escolha de imagens estáticas, sequenciação ou sobreposição de imagens, definição de figura/fundo, ângulo, profundidade e foco, cores/tonalidades, relação com o escrito (relações de reiteração, complementação ou oposição) etc. em notícias, reportagens, fotorreportagens, foto-denúncias, memes, *gifs*, anúncios publicitários e propagandas publicados em jornais, revistas, *sites* na internet etc.

### Parte I - Conhecendo mais sobre as Paralimpíadas



Disponível em: <https://www.humorpolitico.com.br/oliveira/sociedade-e-cega-para-as-paraolimpiadas/>. Acesso em: 23/08/2021

Falar de inclusão social é falar de Paralimpíadas. Você conhece esse evento desportivo?

*Professor (a), o principal objetivo aqui é levar os alunos a conhecerem e entenderem a importância dos jogos paralímpicos no mundo. É interessante que apresente a eles diversas mídias que informem sobre esses jogos.*

#### 1. O que são as Paralimpíadas?

*Paralimpíadas é a versão dos Jogos Olímpicos adaptados para atletas que têm algum tipo de deficiência física ou sensorial. É considerado o maior evento mundial esportivo envolvendo pessoas com deficiência.*

2. O lema dos jogos paralímpicos é: “Espírito em movimento”. Na sua opinião, por que essa frase foi escolhida?

*O lema está associado ao símbolo das Paralimpíadas, que é o Agitos. Em latim, este significa “Me movimento”. Com um desenho assimétrico, composta por três arcos nas cores vermelho, verde e azul, o símbolo Paraolímpico traz o lema “Espírito em movimento”.*

*Essa informação serve para que o estudante relacione o lema ao símbolo das paralimpíadas, porém a pergunta é sobre o lema em si. Logo, cabe ao aluno criar hipóteses sobre o porquê da escolha de “Espírito em movimento” e o que isso representa para esses jogos em questão.*

3. O símbolo das paralimpíadas é diferente das Olimpíadas. Você sabe o por quê?

*O símbolo das paralimpíadas é diferente das Olimpíadas para refletir os valores e a identidade única do movimento paralímpico. Enquanto os anéis olímpicos representam a união dos cinco continentes e o espírito olímpico, o símbolo paralímpico é formado por três formas, chamadas “agitos”, que significam “eu movimento”. Estes agitos representam o movimento dinâmico e o espírito de superação dos atletas paralímpicos.*

4. Observe a charge acima, qual conclusão você consegue tirar dela?

*A charge denuncia o descaso com as Paralimpíadas, que não recebem a mesma atenção e o mesmo prestígio do público geral.*

5. Infelizmente, os jogos paralímpicos ainda são vistos com bastante preconceito e estigma. Na sua opinião, o que falta para que as paralimpíadas sejam mais difundidas e valorizadas pela sociedade?

*Resposta pessoal. Uma possibilidade é a apresentação, na grade da TV aberta, dos jogos paralímpicos, para que possam atingir mais residências.*

### **Materiais complementares:**

- Vídeo breve sobre a história dos jogos paralímpicos:

[https://www.youtube.com/watch?v=Y\\_-wbhpD18M](https://www.youtube.com/watch?v=Y_-wbhpD18M)

- Sites e curiosidades:

<https://observatorioracialfutebol.com.br/esporte-paralimpico-ferramenta-de-inclusao/>

<https://www.cpb.org.br/faq> (Site oficial do Comitê Paralímpico Brasileiro)

<https://guiaderodas.com/7-curiosidades-que-voce-precisa-saber-sobre-os-jogos-paralimpicos/>

## PARTE II: A importância de se falar em saúde mental no esporte



Disponível em: <https://salsichaemconserva.wordpress.com/2021/07/29/simone-biles-olimpiada/>. Acesso em: 19 ago. 2024.

A imagem faz referência a um episódio marcante das Olimpíadas de Tóquio 2020, mas que ainda hoje se faz muito pertinente. Observe a imagem e responda:

1. Você conhece a figura feminina que está representada nessa imagem?

*Resposta pessoal. A figura feminina da imagem é a ginasta Simone Arianne Biles. Mais conhecida como Simone Biles.*

*Docente, essa questão objetiva que os alunos identifiquem a ginasta e associam ao debate acerca de saúde mental. Caso não logrem atingir esse objetivo, é importante*

*que eles criem hipóteses sobre o que trata, a partir dos elementos que compõem a imagem.*

2. Qual esporte ela pratica?

*Ginástica artística. Ela é uma ginasta profissional.*

3. Qual país ela representou na Olimpíada de Tóquio?

*Ela representou os Estados Unidos nas Olimpíadas de Tóquio.*

4. Qual foi sua atitude durante a Olimpíada? O que aconteceu durante a prova para que ela tomasse tal atitude? E qual a relação disso com o tema saúde mental?

*Ela desistiu da competição em Tóquio. Ela tomou tal atitude após algumas falhas nas execuções das apresentações por apresentar bloqueios mentais.*

5. A atitude da atleta teve repercussão positiva ou negativa? Qual a importância desse tipo de ação no meio esportivo?

*Houve muitos ataques à atleta no início, ela foi vista como ingrata, derrotada. Porém, sua postura contribuiu para que se iniciasse uma discussão acerca da importância do cuidado com a saúde mental do atleta e não apenas com sua performance.*

*Professor(a), ao falar sobre a repercussão do caso, é interessante abordar, ainda que superficialmente, a questão da liberdade de expressão na internet, os achismos que surgem, os comentários maldosos sem embasamento que podem contribuir para intensificar os sintomas de depressão nas vítimas.*

6. O que você entende por “saúde mental importa”?

*Resposta pessoal. Professor(a), as respostas podem variar, todavia cabe ao aluno discorrer sobre a importância da saúde mental, a destacar nas competições esportivas.*

7. Por que no meio esportivo falar sobre saúde mental ainda é um tabu? O que é preciso para que esse tema seja mais discutido e tenha a devida atenção e importância?

*Resposta pessoal. Professor(a), nessa questão o aluno possui liberdade para construir sua resposta, mas é importante que ele discorra sobre em como a temática da saúde mental é vista no esporte. Lembrando que esse é um âmbito marcado por muita pressão e pela exigência por se ter um excelente desempenho. Assim, incentiva-se que os atletas se esforcem e treinem cada vez mais. O que compromete a saúde mental, pois muitas vezes esses atletas se sentem pressionados a terem que se sair bem nas competições. Além disso, o aluno também deverá falar sobre a importância de se discutir esse tema na área do esporte e a necessidade do cuidado não apenas com o físico dos atletas como também o psíquico.*

8. Estabeleça uma relação entre a performance nos esportes com a pressão vivida pelos atletas.

*Resposta pessoal. Nessa questão é importante que os estudantes vejam a faceta oposta da que é mostrada em grandes eventos como as Olimpíadas e conheçam sobre as dificuldades e pressão vivida pelos atletas. Para isso, o(a) professor(a) pode incentivar os alunos a buscarem as histórias dos atletas, em que eles relatam sobre suas carreiras.*

9. Você sabe o que é um atleta de alta performance? Qual a diferença destes em relação aqueles que praticam esportes por lazer?

*De acordo com a definição do canal “Minutos Psíquicos”: “Atleta de elite, de alta performance ou de alto rendimento são aqueles que praticam algum esporte no nível mais elevado de competitividade.” Assim, podemos concluir que um atleta de alta performance é aquele que dedica muitas horas de treino com o objetivo de competir, ou seja, de participar e ganhar grandes competições. Diferentemente das pessoas que praticam esportes por lazer, não há cobrança quanto a frequência dos treinos, o rendimento e a performance.*

10. Quais são os maiores problemas de cunho psíquico enfrentados pelos atletas de alta performance?

*Os atletas de alta performance enfrentam vários problemas de cunho psíquico, são alguns deles: estresse, ansiedade e sintomas depressivos/depressão.*

11. Quais são as consequências físicas advindas do treinamento esportivo em excesso? Escolha algumas dessas consequências físicas e faça uma breve explicação sobre.

*Resposta pessoal. Professor(a), cabe ao aluno citar e explicar algum tipo de consequência física proveniente de treinamento excessivo. O excesso de exercícios pode levar ao surgimento da “síndrome de overtraining”. Um problema decorrente da atividade além do que o corpo suporta, ou seja, quando o atleta treina além do seu limite físico. Como consequência dessa ação tem-se: o desenvolvimento de problemas nas articulações, perda de condicionamento físico, dor muscular, elevação da frequência cardíaca, interferência na qualidade do sono e no sistema imunológico, entre outros.*

*Para saber mais, acesse:  
<http://ge.globo.com/eu-atleta/saude/guia/overtraining-e-seus-efeitos-cuidado-para-na-o-exagerar-nos-treinamentos.html>*

12. Imagine que você seja um educador físico famoso e será entrevistado. Quais dicas e sugestões você daria para uma prática saudável? O que você responderia? Como conciliar esporte, saúde mental e física?

*Resposta pessoal. Professor(a), as respostas podem variar, mas é importante que os alunos apresentem dicas e sugestões que conciliem a prática de exercícios físicos com o equilíbrio desta, para assim preservar a saúde física e mental.*

### **Materiais Complementares:**

- Para saber um pouco mais sobre “A saúde mental de atletas de alta performance”, assista o seguinte vídeo do canal “Minutos Psíquicos” e ouça o podcast “Simone Biles e o burnout: a saúde mental de todo dia” do programa “Bem estar”:

Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=FWOFFcmNNi4>.

Podcast:

<https://g1.globo.com/bemestar/podcast/noticia/2021/08/04/bem-estar-102-simone-bile-s-e-o-burnout-a-saude-mental-de-todo-dia.ghtml>.

- PodCast Café da manhã (Folha de São Paulo): “Café Olímpico: A saúde mental dos atletas como protagonista”:

<https://open.spotify.com/episode/33p0iXkU9OOe1OUZjwzUhK?si=46561e99f68b49af>

Observação: esse é um dos três episódios do Café Olímpico (episódios de sábado - Folha de São Paulo).

### PARTE III: Pensando sobre temas como representatividade e padrão de beleza

A seguinte imagem foi retirada de uma rede social. Leia com atenção e responda:



Disponível em: [https://x.com/bruno\\_rteixeira/status/1820460751774961971](https://x.com/bruno_rteixeira/status/1820460751774961971) . Acesso em: 21 out. 2024.

1. Quem são as duas atletas mencionadas no texto?

*Da esquerda para a direita, temos a ex-ginasta brasileira Daiane Dos Santos e a atual campeã olímpica de ginástica artística, Rebeca Andrade.*

2. Quem foi uma grande inspiração para Rebeca Andrade, de acordo com o autor da postagem? Por quê?

*De acordo com o autor da postagem, Daiane dos Santos foi uma grande inspiração para Rebeca Andrade. O autor menciona o "peso da representatividade" de Daiane, que há 20 anos chamou a atenção do Brasil ao competir em Atenas. Daiane plantou as "sementes" que abriram caminho para que outras meninas negras se inspirassem e tivessem a chance de alcançar grandes conquistas no esporte.*

3. Qual é o significado de representatividade no contexto esportivo, conforme abordado na postagem?

*No contexto da postagem, representatividade significa a presença e visibilidade de atletas negras como Daiane dos Santos, que abriram portas para futuras gerações ao mostrar que era possível alcançar o sucesso no esporte. Esse exemplo inspirador de alguém semelhante em aparência e origem ajuda a fortalecer a autoestima de outras atletas, gerando identidade e esperança.*

4. Que sentimentos ou reflexões a conquista de Rebeca Andrade pode gerar nas futuras gerações de atletas?

*A conquista de Rebeca Andrade pode gerar sentimentos de orgulho, motivação e inspiração para as futuras gerações. Jovens atletas, especialmente meninas negras, podem ver a vitória de Rebecca um exemplo de que também são capazes de alcançar o sucesso, superando obstáculos e se destacando no esporte. A vitória de Rebeca também pode promover reflexões sobre o valor da persistência e a importância da diversidade e inclusão no esporte.*

Com atenção, leia o título e lide da notícia abaixo:

### **O padrão sou eu**

*Campeã do pesado, Beatriz Souza relaciona autoestima ao judô: "Demorou, mas, hoje, mostrar o corpo me orgulha"*

1. Você conhece a judoca noticiada na reportagem?

*Resposta pessoal. Professor(a), nesta atividade, é interessante debater junto aos alunos sobre a trajetória pessoal e profissional da judoca Beatriz Souza, fomentando, então, uma atividade de pesquisa sobre essa judoca brasileira a partir de outras*

*fontes de informação no mesmo momento que procura-se instigar os alunos a lerem o texto proposto.*

2. Ao observarmos o título “O padrão sou eu” e da lide da reportagem “Campeã do pesado”, Beatriz Souza relaciona autoestima ao judô: "Demorou, mas, hoje, mostrar o corpo me orgulha" ”, quais hipóteses podemos criar em relação ao assunto central do texto?

*Dentre as hipóteses possíveis pode-se destacar: padrão de beleza, corpo e saúde, esporte e autoestima.*

*Aqui, é importante que o aluno participe desse momento de pré-leitura e possa contrapor suas impressões iniciais sobre o texto e os seus pensamentos pós-leitura da reportagem.*

Passemos agora para a leitura completa do texto:

### **O padrão sou eu**

*Campeã do pesado, Beatriz Souza relaciona autoestima ao judô: "Demorou, mas, hoje, mostrar o corpo me orgulha"*

A saga para comprar roupas que fujam do estilo “cortina-de-avó” faz parte do dia a dia da judoca Beatriz Souza, 23, desde a adolescência. A jovem atleta tem 1,75 m, pesa 115 kg e conquistou medalha de bronze no Mundial de 2021 – sua primeira medalha em mundiais adultos. O sucesso só foi possível pelo corpo que a escuda.

Bia é a caçula de duas filhas e a única a seguir os passos do pai no judô. Aos 15 anos, deixou a barra da saia da mãe, em Peruíbe, no litoral paulista, para encarar uma rotina extenuante em São Paulo: acordava às quatro, cruzava a cidade de trem, metrô e ônibus para chegar à escola às sete. Ao meio-dia, precisava estar no clube para treinar. Ficava por lá até a noite, quando voltava para a república em que morava com mais 14 atletas.

O dia a dia exaustivo fez com que Bia sequer percebesse a chegada da vida adulta e de novos interesses que foram surgindo. De repente, viu-se se comparando a amigas magras e escondendo o corpo vitorioso debaixo de panos gigantesco.

“O padrão de beleza fora do esporte é o corpo de modelo de marca internacional – e eu não tenho nada dele. Essas meninas não têm um braço a mais, têm uma estrutura corporal que eu jamais teria. Minhas costas são superlargas. Para que eu encontre um sutiã que as comporte, preciso procurar um tamanho enorme – e aí tem bojo demais, falta peito para preencher. E lá vou eu, mais uma vez, tirar o bojo do único sutiã que cabe nas minhas costas”.

[...] Com o tempo, a judoca entendeu que o braço, as costas, os pés e as pernas são o que possibilita vitórias impressionantes. O esporte a ensinou, conta, que tem muito de certo com ela: "Quando eu ainda aguento ir para a balada, coloco a roupa que eu quero. Quem não gostar, que vá embora. Se estou me sentindo bem, vou e fim. Antes, era difícil. Eu me cobria toda porque tinha vergonha. Agora, o mundo mudou e eu vou mostrar meu corpo. Foi uma chave que eu virei. Hoje, o padrão sou eu”.



*Disponível em:*

*<https://www.uol.com.br/esporte/olimpiadas/reportagens-especiais/corpo-de-atleta-campea-do-pesado-beatriz-so-za-relaciona-autoestima-ao-judo/>. Acesso em: 21 out. 2024.*

O texto anterior aborda a questão da representatividade nos esportes e a sua importância que diz respeito à quebra de certos padrões construídos socialmente. E aí? Suas hipóteses apontaram para as discussões trazidas pela reportagem?

*Professor(a), em conjunto, deve-se ser debatido sobre as possibilidades apresentadas pelos educandos e buscar, junto deles, indicar no título e na lide as palavras e expressões mais*

*assertivas sobre o assunto central do texto. Tais expressões e palavras poderiam ser: “padrão sou eu”, “padrão”, “autoestima”, “corpo”, “me orgulha”. Essas escolhas lexicais produzem sentidos ligados às relações entre padrão de beleza, corpo, esporte, saúde e autoestima.*

*É importante comentar com os alunos que o texto faz outros apontamentos mais profundos em relação a essas temáticas ao abordar as questões sociais e midiáticas que atravessam a presente discussão.*

A partir da leitura do texto, reflita e responda às seguintes perguntas:

1. Baseando-se no próprio texto, qual o sentido da expressão “cortina-de-vó”? Faça a sua resposta relacionando com algum fragmento da reportagem que justifique-a.

*A expressão “cortina-de-vó” faz referência a roupas largas e que não seguem modelos, estilos, recortes e designs diferentes, de forma que é algo sem tanta personalidade. Essa ideia pode ser justificada por meio dos fragmentos “escondendo o corpo vitorioso debaixo de panos gigantesco” e “Para que eu encontre um sutiã que as comporte, preciso procurar um tamanho enorme – e aí tem bojo demais, falta peito para preencher.”, pois relacionam tanto com a ideia de tamanho das peças e a falta de diversidade de modelos que deem certo para o seu arquétipo de corpo.*

2. Pode-se entender que o padrão de beleza é uma forma de cobrança, em relação a um indivíduo, para que ele alcance uma imagem e um corpo similar ao “perfeito”. Essa ideia de “perfeição” é construída historicamente e socialmente, além de ser reforçada pela mídia, por publicidades e no ambientes das redes sociais. Tendo isso em vista, como a construção e reforço do padrão de beleza é apresentado na reportagem?

*No texto, o padrão de beleza é apresentado mostrando o lado social, mercadológico e midiático dessa problemática ao trazer o relato sobre a comparação de Bia em relação às suas amigas, a figura da modelo de marca internacional como parâmetro para esse corpo “perfeito” e a suas dificuldades em encontrar uma peça de roupa – no caso, o sutiã – que esteja de acordo com o modelo mais confortável para a judoca.*

3. Como acontece essa relação entre algo que abrange a sociedade como um todo e o caso específico da judoca?

*Isso ocorre a partir do uso do próprio relato de Bia, no qual problematiza essas questões. O depoimento da atleta parte de uma situação mais abrangente e que, inclusive, aponta para uma universalidade do assunto ao trazer a figura do “corpo de modelo de marca internacional”. Nesse sentido, ela contrapõe essa imagem vendida pelas marcas (“e eu não tenho nada dele”). Quando é feita essa comparação, é aberto um espaço para problematização de tais padrões estéticos, ao passo que a reafirmação das problemáticas em torno disso acontece, também, ao apresentar seu relato pessoal.*

4. Como acontece a transformação da perspectiva de Bia sobre o seu próprio corpo?

*Bia, antes do seu contato com o esporte, não encontrava-se com uma relação positiva sobre o seu corpo, algo que pode ser percebido nas situações de comparação com suas amigas, que, por sua vez, impactavam na sua autoestima. Porém, a partir de suas práticas esportivas, ela percebeu que, “com o tempo, a judoca entendeu que o braço, as costas, os pés e as pernas são o que possibilita vitórias impressionantes.”. Assim, a vergonha que ela anteriormente tinha do seu corpo foi se esvaindo, dando lugar para uma confiança de ser realizada com o seu próprio jeito de ser.*

5. No que diz respeito à fotografia de Beatriz Souza utilizada para compor a reportagem, como Bia é representada na imagem? Qual a sua relação com o ponto de vista construído no texto?

*Na foto, Bia tem uma postura empoderada e confiante, algo que dialoga com a mudança de relação da atleta com o seu corpo, sendo esta possibilitada pelo esporte: “Com o tempo, a judoca entendeu que o braço, as costas, os pés e as pernas são o que possibilita vitórias impressionantes”.*

## PROPOSTAS DE PRODUÇÃO

### PROPOSTA I - Divulgando os Jogos Paralímpicos

Agora que você já conhece mais sobre as paralímpiadas, que tal levar esse conhecimento para outras pessoas? Em grupos, façam cartazes que chamem a atenção dos leitores para a importância dos jogos paralímpicos. Não deixe de informá-los também sobre quando esses jogos estarão acontecendo e quem são alguns dos atletas brasileiros presentes. Você pode utilizar textos, imagens, desenhos, e muito mais. Abuse da criatividade! Depois de finalizado, é hora de compartilhar seu cartaz com toda a comunidade escolar!

*Professor (a), para a realização dessa atividade, sugerimos o uso de aplicativos como o Canva ou o Padlet para que os alunos tenham acesso a diversas ferramentas, mas também é possível fazer com recortes e colagens em cartolinas.*

### PROPOSTA II - Crônica olímpica

Durante o período olímpico, a jornalista Fernanda Gentil viralizou na internet por suas crônicas emocionantes narradas no canal da Cazé TV. Essas crônicas utilizavam dos acontecimentos de cada dia dos Jogos Olímpicos e traziam reflexões acerca de vitórias, derrotas, participações olímpicas e diferentes emoções. Abaixo, temos alguns exemplos:



Disponível em: [https://youtu.be/frmiQRkAIBY?si=BATXEn\\_SaMSEjdGs](https://youtu.be/frmiQRkAIBY?si=BATXEn_SaMSEjdGs). Acesso em 04 nov. 2024.

Assista ao vídeo da crônica “Crônicas acabam, reinados não”, que fala sobre a participação da atleta Marta, jogadora de futebol, em sua última participação nas Olimpíadas.

Você lembra quais são as características do gênero crônica? Já sabia que ele poderia ser feito, também, em vídeo?

### **GÊNERO CRÔNICA**

“A palavra crônica é de origem latina, Chronica, e objetiva relatar um ou mais acontecimentos do cotidiano em tempo determinado e determinado tempo, possui um número reduzido de personagens, ou mesmo nenhum, e seu tom é costumeiramente irônico, reflexivo, humorístico, lírico, crítico e/ou informativo”. (ARAÚJO, C.; BARBOSA, S., 2013. p. 330.) Disponível em: <https://periodicos.ufs.br/interdisciplinar/article/download/1330/1179/0>.

Agora que você lembra o que é uma crônica, desenvolva a seguinte atividade:

Em grupo, produzam uma crônica sobre as Olimpíadas, vocês podem escolher o acontecimento que preferirem. Após a escrita, produzam um vídeo curto lendo essa crônica e utilizando de imagens das olimpíadas para completá-lo. Caso queiram, podem aparecer no vídeo, com os colegas.

Links crônicas da Fernanda Gentil:

- [https://youtu.be/frmiQRkAIBY?si=BATXEn\\_SaMSEjdGs](https://youtu.be/frmiQRkAIBY?si=BATXEn_SaMSEjdGs) (“Crônicas acabam, reinados não” - falando sobre Marta)
- <https://youtu.be/ERza-AMxkog?si=K9pwjHxztGN4bK2O> (“Hoje você tem que agradecer. Meninas, brigada” - medalha de bronze pra ginástica artística por equipes)
- <https://youtu.be/5nnHE9B3BLI?si=xQ686JHKtwgCsyYH> (“Quando Bia vence, vence a esperança” - Ouro no judô)
- <https://youtu.be/Z7APkVNfDic?si=qU7bUBHXBzSxQb3L> (“A melhor do planeta, neste instante, é você” - Ouro Rebeca Andrade no solo)



\*\*\*\*\*

*Autoria: Carla Coscarelli, Raquel Abreu-Aoki, Ana Alzira Maia, Laís Deus, Márcia Aguiar,  
Maria Cecília Zanon, Marina Guerra, Tamara Lacerda. 20 dez. 2024.*