Revista do
CREF7
Distrito Federal

Impresso Especial
9912189287/DR/BSB
CREF 7
CORREIOS

Órgão de divulgação do CREF7 - CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA 7º REGIÃO - Ano IX - Nº 20 - agosto/2009

Destaques Nesta Edição:

Pág. 6 - Avaliação funcional para crianças com TDAH
Pág. 10 - Seminário de Ética do Confef
Pág. 11 - Entrevista com Aguinaldo de Jesus
Págs. 12 e 13 - Educação Física Infantil
Pág. 14 - Entrevista com Adriana Uchôa
Pág. 15 - Treinamento de Força para o Idoso
Pág. 16 - Atividade Física e Fibromialgia
Pág. 18 - Campanha em favor da Educação Física Escolar

Atualize seus conhecimentos com o

CEAFI
PÓS-GRADUAÇÃO

Pós-Graduação

Fisiologia do Execício: do Treinamento à Reabilitação

Pedagogias da Dança

Dynamíque Pilates

Treinamento Funcional na Performance e no Envelhecimento

Acupuntura

Cursos de Extensão

Alternativas de Treinamento para a Terceira Idade

Curso para Treinadores de Triathlon - Técnico Nivel 1

Preparação Física para Corrida - A matemática das provas de corrida

Obesidade e Emagrecimento: Aspectos Metabólicos e Prescrição de Exercícios

Cinesiologia e Biomecânica na Musculação

Início dos Cursos em Setembro/09

Maiores informações acesse nosso site:

www.ceafi.com.br

Todos os cursos do CEAFI PÓS-GRADUAÇÃO atendem à Resolução Nº 1, de 8 de Julho de 2007 do CNE.

DESIGNER - LUCAS SANTOS NASCIMENTO

Editorial - Palavra do Presidente

O ano de 2009 deu início a uma nova era para o CREF7/DF. Primeiramente, o desmembramento dos estados de Goiás e Tocantins, que agora integram o CREF14/GO-TO, permitiu que nosso trabalho se concentre exclusivamente no Distrito Federal, com a aplicação de recursos materiais e humanos apenas em nossa região.

Por outro lado, o novo modelo estatutário de gestão, com um triênio de mandato para a Diretoria, possibilitará que no período de 2009 a 2011 sejam planejadas, desenvolvidas e realizadas ações, dentro de um planejamento a longo prazo, com tranquilidade política e administrativa.

Por isto mesmo, iniciamos nossa gestão com a elaboração de um Planejamento Estratégico da Gestão, batizado de PEG-2009, o qual vem sendo rigorosamente seguido, com alguns resultados já alcançados ou em pleno andamento, dentre os quais destacamos:

Novo mobiliário e equipamentos, para aparelhamento e maior conforto no atendimento e na realização de cursos, reuniões e eventos foram adquiridos;

Um concurso público para contratação imediata de mais três Agentes de Fiscalização e uma Auxiliar de Atendimento foi realizado, com os novos contratados já em pleno exercício de suas funções;

A aquisição por licitação pública de dois veículos para serem utilizados nas diligências de fiscalização, estando um veículo já comprado e o outro com previsão de compra para o segundo semestre;

Aproximação e estreitamento das relações com o empresariado, a classe política, a administração pública e com os profissionais, para maior visibilidade do Conselho;

Realização do I Concurso Literário do CREF7/DF, com premiação para profissionais e estudantes;

Consolidação do Fórum dos Conselhos Regionais de Profissões Regulamentadas, para ações integradas com os demais Conselhos Profissionais do DF.

Paralelamente, com a instituição do ano de 2009 como o "Ano da Educação Física Escolar" no âmbito do Sistema CONFEF/CREFs, o CREF7/DF tem dado ao restante do país uma mostra exemplar de empenho político sobre o tema, realizando reuniões e debates com as

mais diversas autoridades envolvidas no sistema de ensino do DF, no propósito de valorizar a disciplina Educação Física em nossas escolas, em todos os níveis. Exemplo disto é a realização do I Seminário de Educação Física do DF, por iniciativa do CREF7/DF, que será realizado de 21 a 23 de setembro na Câmara Legislativa, com a presença de parlamentares e autoridades tais como o Exmo. Sr. Secretário de Estado de Educação, José Luis Valente, os Deputados Rogério Ulysses, Cristiano Araújo, Érika Kokay e Eurides Brito.

Os resultados são animadores, com Projetos de Lei, Ofícios Circulares da Secretaria de Educação, engajamento das Diretorias Regionais de Ensino e iniciativas das Instituições de Ensino Superior, que nos estimulam a continuar com o trabalho, visando mais e maiores conquistas. Por isto mesmo, foi determinado por Portaria de nossa autoria (Portaria nº 15/2009, publicada no Diário Oficial da União), que no Distrito Federal o "Ano da Educação Física Escolar" será prorrogado para o ano de 2010, sem prejuízo de outro tema que venha a ser adotado pelo restante do Sistema CONFEF/CREFs no Brasil, para que possamos, oficialmente, obter mais resultados, tanto na rede pública quanto na rede particular de ensino.

A presente edição da Revista do CREF7 trata um pouco de tudo isto e muito mais: a realização da Semana do Profissional de Educação Física oficialmente em Brasília, com a Reunião Plenária do Conselho Federal em nossa cidade e a presença da Comissão de Ética do CONFEF no Seminário de Ética Profissional em Educação Física, que ocorrerá na Convenção Brasília Capital Fitness, além da entrega da Medalha de Honra ao Mérito do CREF7, que será conferida em solenidade a profissionais, empresários e autoridades públicas que tenham contribuído para a valorização da Educação Física, com a presença do Governador e do Vice-Governador do DF. Tudo demonstrando o respeito e o prestígio com que o Conselho Regional de Educação Física do Distrito Federal vem sendo visto perante os mais diversos setores da sociedade.

Nosso Conselho está crescendo. Nossa Profissão está crescendo. E todos estamos de parabéns pois cada um de nós tem sua parcela de contribuição neste crescimento!

Tenham todos uma boa leitura.

José Ricardo Carneiro Dias Gabriel
CREF 000375-G/DF
Presidente do CREF7

SUMÁRIO

Palavra do editor 4
Prestação de contas 5
Avaliação funcional para crianças com TDAH 6
Esporte - Mini-Vôlei 7
Educação Física Escolar 8
Ética Profissional 10
Entrevista - Aguinaldo de Jesus 11
Educação Física Infantil 12
Entrevista - Adriana Uchôa 14
Treinamento de Força para o Idoso 15
Atividade Física e Fibromialgia 16
Projeto Capital Fitness 17
Seminário de Educação Física e Esporte Escolar 18
Reunião com Secretário de Educação do DF 20
1º de setembro - Dia do Profissional de Educação Física 21
NASF - Núcleo de Apoio ao Programa Saúde da Família 22

Questões de utilidade pública

O Projeto de Lei 473/2007

De autoria do Deputado Distrital Rogério Ulisses – PSB-DF, esse Projeto é de vital importância para que tenhamos crianças saudáveis, felizes e esbanjando saúde.

Toda a população do DF e os profissionais de Educação Física têm o dever e a obrigação de apoiá-lo.

O assunto é de utilidade pública e deve ser tratado com todo o cuidado e responsabilidade. Sendo aprovado, vai significar o começo de uma nova era da Educação Física no DF.

O Profissional passará a ser mais respeitado e valorizado, o que vai gerar maior qualidade nos serviços prestados à sociedade.

Já conquistamos um espaço grande. Não podemos parar! Educação Física é coisa séria. O ser humano precisa ser orientado desde as séries iniciais por Profissional com formação acadêmica e devidamente registrado no sistema CONFEF/CREFs.

Apoie o Projeto na página do CREF7.

www.cref7.org.br

Contraturno nas aulas de Educação Física

Proposta da Secretaria de Educação do DF, tira as aulas de Educação Física da grade curricular e passa para o turno alternado.

O Projeto está sendo enviado para todas as regionais de ensino do DF. O CREF7 quer saber a opinião de todos os profissionais de Educação Física registrados. Acesse a página do Conselho e tome conhecimento da proposta.

Um amplo debate e de forma democrática se faz necessário. Manifeste-se! A sua opinião é muito importante para que possamos, cada vez mais, fazer uma Educação Física de qualidade e contínuo crescimento.

Até o próximo número.

Josias Júnior
CREF 000992-G/DF
Profissional de Educação Física
Jornalista Profissional – 4221/14/10-DF
Faixa Preta de Judô - 4° DAN

EXPEDIENTE

Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região DF - GO - TO

CREF7

Presidente
José Ricardo Carneiro Dias Gabriel

Vice-presidente
1º Paulo Roberto da Silveira
2º José Paulo Santos

1º Secretário
Marcelo Boarato Meneguim

2º Secretário
João Alves do Nascimento Filho

1º Tesoureiro
Alexandre Fachetti Vaillant Moulin

2ª Tesoureiro
Alexander Martinovic

Conselheiros
Alex Charles Rocha
Alexander Martinovic
Alexandre Fachetti Vaillant Moulin
Alexandre Ferreira Baiense
Carlos Ney Menezes Cavalcante
Cristina Queiroz Mazzini Calegaro
Eduardo da Silva Sena
João Alves do Nascimento Filho
José Paulo Santos
José Ricardo Carneiro Dias Gabriel
Luiz Guilherme Grossi Porto
Marcelo Boarato Meneguim
Marcellus Rodrigues N. Fernandes Peixoto
Márcia Ferreira Cardoso Carneiro
Nilza Maria do Valle Pires Martinovic
Paulo Roberto da Silveira
Ramón Fabián Alonso López
Ricardo Camargo Cordeiro
Sueli Rodrigues Paes
Waldir Delgado Assad

Revista do CREF7
SGAN 604, conjunto C,
Clube de Vizinhança Norte
Brasília -DF – Cep 70840-040
Fones: 3321-1417
3322-6351 / 3322-5260
e-mail: cref7@cref7.org.br
Página na Internet: www.cref7.org.br

Jornalista Responsável:
Josias Júnior
Reg.: 4221/14/10 DF
Reg.: CREF 000992-G/DF

Editor: Josias Júnior
e-mail: sportsjr@brturbo.com.br

Disque Denúncia - (61) 3321-1417
Tiragem: 10 mil exemplares

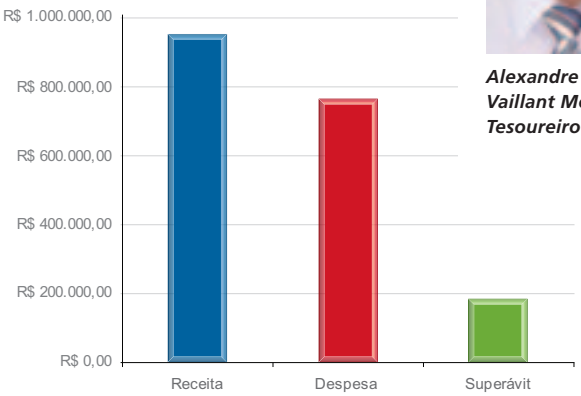
Comissão Editorial do CREF7
Paulo Roberto da Silveira, Alex Charles Rocha, José Ricardo Carneiro Dias Gabriel, Cristina Queiroz Mazzini Calegaro, Márcia Ferreira Cardoso Carneiro, Márcio Moura Pereira e Sueli Rodrigues Paes.

CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA 7º REGIÃO – PRESTAÇÃO DE CONTAS DO ANO DE 2008

Alexandre Fachetti Vaillant Moulin
Tesoureiro do CREF7

Anualmente o CREF7 DF divulga sua prestação de contas para que não haja dúvidas quanto aos valores pagos e recebidos pelo órgão. As contas são controladas pelo Departamento Financeiro do CREF7, analisadas e aprovados pelos Conselheiros, membros da Comissão de Finanças também do CREF7, conferidas pelo CONFEF e auditoradas pelo Tribunal de Contas da União.

RECEITAS	
RECEITAS CORRENTES	958.488,10
RECEITAS DE CAPITAL	-
TOTAL DAS RECEITAS	**958.488,10**
DESPESAS	
DESPESAS COM PESSOAL	249.150,67
MATERIAL CONSUMO	86.194,10
SERVIÇOS DE TERCEIROS E ENGARGOS	425.166,77
TRANSFERÊNCIAS CORRENTES	-
DESPESAS DE CAPITAL	12.009,90
TOTAL DAS DESPESAS	**772.521,44**
***SUPERÁVIT* LÍQUIDO**	**185.966,66**



RECEITA OPERACIONAL NO ANO DE 2008	R$958.488,10
DESPESAS OPERACIONAIS NO ANO DE 2008	R$772.521,44
***SUPERÁVIT* ACUMULADO NO ANO DE 2008**	R$185.966,66

Reconhecemos a exatidão da presente Prestação de Contas, apresentando um *superávit* de R$ 185.966,66 (cento e oitenta e cinco reais, novecentos e sessenta e seis reais e sessenta e seis centavos) levantado de acordo com os documentos apresentados à contabilidade até a presente data.

Brasília - DF, 31 de dezembro de 2008
Alexandre Fachetti Vaillant Moulin – Presidente CREF 000008-G/DF
José Ricardo Carneiro Dias Gabeiel – Tesoureiro CREF 000375-G/DF
Rinaldo Saturnino Santana – Técnico em Contabilidade CRC/DF 13695
Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região
Transparência em nome da Ética e Dignidade

CURSOS DE ATUALIZAÇÃO ESPECIALMENTE ELABORADOS PARA VOCÊ - PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA.

1ª DE SETEMBRO
DIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ATUALIZAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Data	Horário	Professor	Curso
26/09	8h às 12h	Profs. José Paulo dos Santos e Alex Charles Rocha (DF)	(1) A capoeira nas aulas de Educação Física
		Prof. Ms. Jorge Serique (DF)	(2) Com a mão na massa: entendendo e fazendo o esporte na escola.
		Profs. Luiz Eduardo Gomes e André Luiz M. da Silva (DF)	(3) Socorros de urgência na escola
		Prof. Ms. Ronaldo Pacheco (DF)	(4) O basquete na escola: novas estratégias para o ensino da modalidade
26/09	14h às 18h	Prof. Tugdual do Carmo Jr. (DF)	(5) Atletismo na escola: brincando de correr, saltar e arremessar.
		Prof. Ednaldo Herculano de Miranda Jr. (DF)	(6) Multinatação: uma nova proposta de nadar na escola e na academia.
		Profa. Ms. Rachel Mesquita (RJ)	(7) A dança como conteúdo programático nas aulas de Educação Física Escolar
		Profa. Fabiana Loureiro (DF)	(8) Jogos e atividades esportivas nas aulas de educação física

ATUALIZAÇÃO EM ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

Data	Horário	Professor	Curso
03/10	8h às 12h	Profa. Fabiana Tassi (SP)	(9) Gerenciamento do Departamento Aquático
		Profa. Daniela Rico (DF)	(10) Atividade física na gestação
		Prof. Paulo Rogério Jaouiche (SP)	(11) Explorando a variabilidade dos exercícios na sala de musculação.
		Profa. Cristina Calegaro (DF)	(12) Hipertensão e atividade física: o que fazer e como prescrever exercícios.
03/10	14h às 18h	Profa. Fabiana Tassi (SP)	(13) Musicalidade e execução dos exercícios nas aulas de hidroginástica
		Prof. Ms. Eduardo Neto (RJ)	(14) Análise Biomecânica dos exercícios para a região do abdômen. Como prescrever e organizar sua rotina de exercícios e utilizar as diversas opções de exercícios
		Prof. Paulo Rogério Jauoiche (SP)	(15) Aspectos legais do Personal Trainner.
		Profs. Luiz Eduardo Gomes e André Luiz M. da Silva (DF)	(16) Socorros de urgência no meio líquido.

LOCAL : ENAP – ESCOLA NACIONAL DE ADMISTRAÇÃO PÚBLICA/CETEFE – SAIS ÁREA 2 – BRASILIA /DF (ENTRE O QUARTEL DO CORPO DE BOMBEIROS E A SEDE DA POLÍCIA FEDERAL, NO FINAL DA ASA SUL)

Avaliação Funcional para Crianças com TDAH: Aspectos sobre Saúde e Qualidade de Vida

Falar sobre saúde e qualidade de vida para um grupo de crianças com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), requer a busca de parâmetros conceituais que ampliam e vão além de idéias relativas à ausência de doenças, controle de sintomas, diminuição da mortalidade ou aumento da expectativa de vida, etc, permitindo uma reflexão e relação associadas com a Avaliação Funcional enquanto aspecto multifatorial, subjetivo e multidimensional.

Seidl & Zannon (2004), afirmam que há uma falta de amadurecimento conceitual e metodológico no uso do termo qualidade de vida na linguagem científica. Essa idéia também é corroborada por outros estudiosos, como Silva et. al.(2007) e Galloway et. al.(2006). Contudo, os autores citados permitem uma reflexão sobre o uso e significado do termo a partir do conceito estabelecido pela Organização Mundial de Saúde (apud. SEIDL & ZANNON, 2004) que define a qualidade de vida como "percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e do sistema de valores nos quais ele vive considerando seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações."

A temática conceitual acerca da saúde não deve ser reduzida a uma relação puramente orgânica e biológica de causa e efeito, segundo Silva et. al. (2007), visto que o homem é um ser sócio-histórico e cultural e que sofre influência desse meio. Também deve-se levar em consideração que os elementos que definem e/ou determinam o processo saúde-doença são multifatoriais e complexos, onde a qualidade de vida passa a ser um dos resultados esperados nessa área de promoção da saúde (SEIDL & ZANNON, 2004).

Dessa maneira, essa discussão nos permite refletir e correlacionar os temas Saúde e Qualidade de Vida voltados para crianças com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), perspectivando a construção de um estudo sistemático, elaborado e planejado sobre indicadores de ações de saúde pela promoção da atividade física e esportes tendo como apoio o estudo da funcionalidade proposto pela Organização Mundial de Saúde (2003).

De acordo com a Associação Brasileira de Déficit de Atenção (ABDA) o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) se caracteriza por um transtorno ou distúrbio neurobiológico com a seguinte prevalência de sintomas: desatenção, impulsividade, inquietude, hiperatividade, agitação, dificuldade de se manter atento a uma tarefa, entre outros, que podem resultar no baixo desempenho escolar, na baixa autoestima etc. Devido a essa prevalência de múltiplos sintomas cognitivos e comportamentais ele acaba comprometendo o rendimento educacional por apresentar dificuldades de atenção ou de inquietude.

Ao observarmos e avaliarmos essas condições através de um modelo de ficha elaborado, protocolado e validado pela Organização Mundial de Saúde para Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde, poderemos obter um indicador de ação de saúde qualificando a Avaliação Funcional como um elemento norteador da promoção de saúde e qualidade de vida para uma determinada população.

A Ciência vem explorando o termo funcional como identificação das funções de elementos que modificam o estilo de vida por meio de agentes que influenciam diretamente o padrão funcional do corpo, considerando que o homem deve ser identificado pela sua funcionalidade e não pelo enfoque da doença ou incapacidade (OMS, 2003).

Ao considerarmos a qualidade de vida como aspecto de relevância em nossas relações diárias, também devemos levar em consideração os elementos que serão capazes de produzi-la em nossas vidas e de que maneira os sistematizaremos.

A aplicação da Avaliação Funcional para projeção educacional e saúde na vida de crianças e adolescentes com TDAH nos permite desenvolver um estudo que, segundo Goldstein & Diller (2006), tiraria o foco da área medicamentosa (sem desconsiderar sua importância, é claro) partindo para tratamentos funcionais, como o auxílio da atividade física e do esporte, que, de acordo com Sadi et al. (2004), este é considerado como via privilegiada de educação integral por atuar de forma transformadora e abrangente em todas as dimensões humanas (motora, cognitiva, social e afetiva) contribuindo para o desenvolvimento de potencialidades e funcionalidades.

Estudos na área de educação especial simbolizam ações originais na medida em que podem provocar mudanças qualitativas na vida das pessoas, fazendo-as enxergar na diferença uma possibilidade.

Robson de Souza Lobato
CREF 002632-G/DF
Prof. Esp. em Esporte Escolar/SEE-DF

Mini-vôlei

O mini-vôlei, ou vôlei 3 contra 3 em campo reduzido e com regras adaptadas às crianças, é a resposta ao problema do seu desenvolvimento e expansão. É um jogo completo, que flui livremente, exprimindo gestos naturais. É um jogo para crianças entre 7 e 13 anos. Além disso, é apropriado para iniciantes mais velhos que ainda não estejam preparados para o jogo normal.

OPORTUNIDADES

Preferencialmente, professores de Educação Física deverão participar do Programa, cujo objetivo é estimular a prática do voleibol entre crianças e jovens nas próprias escolas ou em áreas de lazer. A participação do maior número de alunos é fundamental, não importa o grau de desenvolvimento que tenham atingido.

POR QUE CRIAR UM PROGRAMA NACIONAL?

A Confederação Brasileira de Volley-Ball (CBV) se alinharia às metas do Programa elaborado pela Federação Internacional (FIVB), contribuindo para o enriquecimento de toda uma gama de informações que seriam trocadas entre professores. O Programa Nacional estaria estruturado para atender à demanda desses informes, tanto em nível doméstico como internacional, oferecendo permanente assistência aos interessados.

COMO PARTICIPAR?

A CBV criaria uma Subcomissão Nacional de mini-vôlei, para gerir todo o Programa. Colégios, clubes e outras organizações receberiam uma Cartilha acompanhada de um cartão-resposta com frete pago para manifestar o seu interesse em participar do Programa. Em cada Estado, as Federações estariam representando essa Subcomissão e transmitindo as primeiras informações.

EQUIPAMENTOS

O mini-vôlei constitui-se num método simples de ensino e de difusão do "grande voleibol" e que requer um equipamento mínimo e barato. Basicamente, são necessários:

- uma rede de 5m de comprimento
- dois postes de sustentação
- uma bola
- marcação do campo

No Brasil, ainda não temos bolas apropriadas. Recomenda-se que se dê preferência às mais leves.

REGRAS

Deverão ser preservadas as regras do voleibol, mantendo-se o espírito do jogo. Todavia, algumas adaptações se fazem necessárias. A principal seria a proibição do reenvio da bola diretamente ao campo adversário quando da recepção do saque.

Equipes

Duas equipes compostas de 3 jogadores e, conforme o caso, 2 reservas, podendo-se realizar substituições (adaptar).

Medidas

O campo poderá medir 3x4m e 7x12m, dividido por uma rede entre 1,90 e 2,10m de altura. Não deve haver rigidez nessas medidas.

Posição dos jogadores

Inicialmente, por ocasião do saque, os jogadores colocam-se em triângulo: 2 na frente e 1 atrás. Este é o sacador e fica impossibilitado de "cortar".

SIMPÓSIOS INTERNACIONAIS

Conclusões já foram tiradas de vários Simpósios. O primeiro deles, em 1975, na Suécia, com a participação do autor e de representantes de 18 outros países, permitindo recolher as mais variadas experiências e estabelecer os princípios fundamentais do mini. A CBV poderia promover gestões no intuito de que o próximo Simpósio fosse realizado no Rio de Janeiro, o que viria consolidar a implantação do mini no País, lançado em 1978, em Florianópolis, em congresso técnico de campeonato brasileiro. Em agosto de 84 a Federação Argentina realizou o seu congresso, reunindo mais de uma centena de professores em Buenos Aires.

ELEMENTOS BÁSICOS

o toque

procurar tocar a bola através de um rápido e curto contato dos dedos. As pernas devem estar ligeiramente flexionadas antes desse toque, que deverá se concretizar quando a bola estiver exatamente sobre a cabeça, com um arremesso simultâneo de braços e pernas para o alto e para a frente.

a manchete

as bolas muito baixas impedem uma devolução de toque. Usa-se, então, o recurso da manchete. Antebraços unidos e colocados numa posição mais ou menos cômoda, realizam o movimento de baixo para cima. Notar que esse movimento tem início nas pernas.

o saque

é o elemento que dá início ao jogo, razão pela qual o seu aprendizado deve ser o mais rápido possível. Antebraço ligeiramente flexionado, mão semi-cerrada, impacto na bola na altura da linha da cintura e um pé à frente do outro (o pé que está à frente deve ser contrário à mão que toca a bola).

Viva o Vôlei !!!

Fernando A. P. Elias
CREF 000052-G/DF
Professor de Educação Física, Professor de Voleibol do Colégio Sagrado Coração de Maria, Professor e Consultor da Academia Fabrika de Atletas

A Capoeira Também Educa

Atualmente, os pedagogos, sociólogos, educadores e pesquisadores na área da educação são quase unânimes em afirmar que a educação crítica de um povo não pode se desvencilhar do contexto sócio-cultural deste, nem, tampouco, de sua realidade presente. A capoeira está aí, com todo o seu exuberante acervo de informações, sua riqueza simbólica, seus movimentos de resistência que denotam claramente a nossa conflituosa trajetória política, impregnada de abusos de poder e dominações.

A capoeira está também com o movimento corporal, com a música, a improvisação, a arte, a dança, a violência, a liberdade, a luta de classes, enfim, numa roda de capoeira, ou outra atividade inerente a sua prática, encontram-se todos esses elementos que, certamente, fazem parte do cotidiano de cada um, e que, se forem explorados de maneira efetiva e coerente, contribuirão, obviamente, para a instrução e a educação crítica das nossas crianças, dos nossos adolescentes e adultos.

A segregação ou mesmo a exclusão das práticas corporais em detrimento de atividades consideradas "intelectuais" reforçam a visão fragmentária e dualista de tratamento do ser humano, que foi herdada de Platão (427 a.C. a 342 a.C.), mas que persiste até os nossos dias. A capoeira, enquanto instrumento de integração e nas diversas disciplinas, é trabalhada o tempo todo nas alavancas do corpo, aplicando forças, peso e eixo nas leis de Newton, na física ou no conceito de que, na capoeira, nada se perde, tudo se transforma, citando a Lei de Lavoisier.

Esta separação MENTE X CORPO relega o segundo a um plano de pouco significado, uma vez que, em nossa sociedade, a educação continua quase que puramente intelectualista, baseada principalmente em verbalismos e abstrações. Por outro lado, a educação do corpo, apesar de não aconte-

Comissão de Fiscalização

Letícia Souza, Paulo Roberto, Rogéria Antunes, Luiz Mallmann eTereza Helena.

A palavra fiscalização no nosso país tem um sinômino de polícia, do mal feito, do ato de vigília.

Para o nosso conselho, a fiscalização tem seu princípio embasado na qualidade de um produto, num profissional de qualidade, oferecendo à comunidade ações pautadas na ética e na moral, princípios básicos de uma convivência em sociedade.

O CREF7, nesses seus anos de ação de fiscalização, tem buscado se pautar nessa visão, onde a sociedade poderá praticar suas atividades com profissionais que pregam pela ética e moral para que todos tenham um serviço de qualidade.

Hoje o CREF7, numa visão de futuro, realizou, no mês de maio, um concurso público, a fim de mostrar transparência nas suas ações e aumentar o seu quadro de fiscais.

Antes contávamos somente com um fiscal contratado e dois em regime de contrato temporário, e com o concurso ampliamos para quatro fiscais, que procuram proporcionar à sociedade maior segurança, além de serem profissionais registrados.

Os três fiscais recém-contratados estão em regime de aprendizado, estão sendo acompanhados pela fiscal Tereza Helena, que realiza essa ação desde o inicio do conselho e que mantém hoje vasta experiência no ato de fiscalizar e é a orientadora dos novos fiscais.

E para melhorar a qualidade no atendimento, o CREF7 está adquirindo um veículo, a fim de proporcionar maior mobilidade aos fiscais e uma melhor apresentação e serem também melhor identificados.

A comissão de fiscalização vai tranquilizar a sociedade. A partir de agora, todos os profissionais de Educação Física estarão sendo fiscalizados e deverão oferecer a todos um serviço de qualidade, com profissionais registrados.

Dúvidas sobre a fiscalização do CREF7 e as ações dos nossos fiscais ou qualquer denúncia, entre em contato com a Comissão de Fiscalização: 3321-1417 - cref7@cref7.org.br.

Conselheiro Paulo Roberto da Silveira Lima
Presidente da Comissão de Fiscalização

Administrativo CREF7

Arlindo Pimentel, Marcela Almada, Aderson Carvalho, Marcela Guedes e Palmira Telles.

cer por si só, encontra-se, indiscutivelmente, modesta, preocupada principalmente com as dimensões de saúde e descontração.

É pela ação corporal que a criança conhece a si própria e ao mundo. Não há pensamento que se forme que não passe pelo gesto motor, quando se pretende integrar uma criança no seu contexto sócio-cultural. Dessa forma, quando as nossas crianças forem às escolas, que os pais não matriculem somente suas cabeças, mas sim, crianças de "corpo inteiro" - com cabeça, tronco e membros. E, acima de tudo, considerem que estas partes compõem um "todo" absoluto, que se relaciona com "tudo" de modo relativo.

Assim, a Educação Física servirá como uma atividade orientadora de todas as relações corporais e mentais da criança como o mundo, e não somente se preocuparia com o adestramento do corpo, que tornariam estas crianças bloqueadas e mal relacionadas.

OS CONTEÚDOS DA CAPOEIRA E SUAS CORRELAÇÕES

Na Roda de Capoeira, o canto é, certamente, um dos elementos mais significativos, uma vez que ele pode evidenciar fatos do cotidiano e a relação deste com a historia do processo social, que se baseia não só no tempo - que é o fato de haver tido um passado; mas, também, na transitividade - que é o fato de haver futuro. Assim, as cantigas de capoeira aparecem na roda como tradições do passado e também as perspectivas de futuro.

Além dos cânticos, fazem parte de uma Roda de Capoeira a instrumentação, que também é chamada de orquestra, composta de variados tipos de instrumentos musicais. Entre eles, o berimbau se apresenta de maneira interessante, pois é ele que comanda a Roda e o seu som é bastante enigmática e desperta certa motivação e uma emoção muito forte em todos os praticantes de capoeira. "Roda de Capoeira tem que ter berimbau".

Convém ressaltar aqui as dimensões e abrangência dos movimentos de capoeira, que certamente requerem estudos aprofun-

dados, mas que, por si só, representam algo de grande significado simbólico. As características dos movimentos de capoeira: geralmente se soltam livres, circulares e sem impactos, proporcionam uma atividade global de todas as estruturas musculares e uma constante integração dos domínios cognitivo, motor e afetivo.

Os componentes do desenvolvimento psicomotor da criança, como a Estruturação Espaço-temporal, o Esquema Corporal, a Lateralidade, o Equilíbrio, a Coordenação Motora, o Ritmo, podem ser trabalhados através da capoeira e alguns trabalhos práticos já comprovaram esta colocação.

E ainda convém ressaltar que, através da prática orientada de capoeira, é possível se desenvolver várias qualidades físicas do ser humano, importantes para a aquisição de uma vida saudável e harmônica. A Flexibilidade, a Resistência, o Ritmo, etc., são qualidades físicas preponderantes para um bem-estar e uma boa forma, sendo estas bastante trabalhadas na prática da capoeira.

A CAPOEIRA NA SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

Pelos registros, está comprovado que, oficialmente, a Capoeira, na antiga FEDF, começou no ano de 1982, no então Complexo Escolar de Planaltina-DF, mas, desde 1972, o Colégio Agrícola de Brasília oferecia esta modalidade aos seus alunos, como prática extracurricular, sob a orientação do Mestre Zulu - Antônio Batista Pinto. Este projeto, intitulado: "PROSPECTIVA CONSTRUTIVISTA DE CAPOEIRA", foi aprovado e vários núcleos funcionaram; já passaram mais de cinco mil alunos da rede pública. Esses núcleos, que formam a estrutura orgânica do projeto de capoeira na FEDF estão funcionando em Planaltina - o embrião, Taguatinga, Guará, Núcleo Bandeirante e Plano Piloto. Em 1985, a capoeira entrou nos Jogos Escolares Brasileiros como modalidade de competição. Hoje temos Mestres de Capoeira nos CIDs. Entre eles, Mestre Paulão, que trabalhou no DEFER e CIEF, Mestre Fred Guaraná, no Núcleo Bandeirante, Mestre Dionísio no Guará e outros.

A Capoeira na Secretaria de Educação prevê, entre outras metas, a instrumentalização de professores de Educação Física para trabalharem com alguns conteúdos de capoeira nas próprias aulas de Educação Física. Prevê, também, reciclagem de professores e cursos de atualização. O Decreto Nº 27.216, de 8 de setembro de 2006, regulamenta o ensino opcional de capoeira nas escolas públicas do Distrito Federal. No Artigo 5º diz que o profissional de capoeira precisa ter habilitação compatível, experiência e apresentar autorização do Conselho Regional de Educação Física. A capoeira faz parte da nossa cultura, somos patrimônio imaterial brasileiro. Assim, ela se fortaleceria como uma grande aliada na busca de uma universalização dos benefícios da cultura.

A capoeira se apresenta como uma grande opção de prática educativa libertadora, pois envolve o praticante como um todo: sua cabeça, seu corpo e suas relações com o outro e com o mundo. Apresenta-se de forma singular, confrontando com os padrões conservadores de prática educativa, como um substrato valioso na busca de uma verdadeira democratização do ensino brasileiro e, acima de tudo, como uma prática educativa altamente libertadora.

Alex Charles Rocha
CREF 00013-G/DF
Mestre Carcará é capoeirista há 29 anos.

A Ética Profissional na Ordem do Dia

Brasília é a sede do Seminário de Ética do CONFEF em 2009

A Ética Profissional em Educação Física é regida pelo Código de Ética dos Profissionais de Educação Física. Um documento elaborado e aperfeiçoado pela Comissão de Ética do CONFEF, ao longo desta primeira década que sucedeu a regulamentação da Profissão, em 1998.

Atualmente, nosso Código de Ética é considerado um dos mais sintonizados com os tempos em que vivemos, nos quais preocupações políticas e sociais de primeira hora como a Bioética, a Responsabilidade Social e a preservação do meio ambiente, encontram-se pautados como itens norteadores e princípios éticos explicitados em nosso Código de deveres e responsabilidades profissionais.

Enquanto juristas discutem as pesquisas com células-tronco, a engenharia genética, o desenvolvimento sustentável e tantos outros temas que envolvem os avanços tecnológicos e científicos, nossa profissão, em termos de conduta profissional, encontra em seu Código de Ética toda uma gama de diretrizes voltada para tais temas em possíveis situações concretas no campo da Saúde, da Educação, da Pesquisa e do Treinamento Desportivo.

Em outro vértice, podemos mencionar as ações multiprofissionais na área da Saúde (que hoje têm nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família –NASFs – seu melhor exemplo), demandando significativas questões de ordem ética, especialmente no que tange as intervenções e atribuições das diferentes profissões envolvidas. Pois o Código de Ética dos Profissionais de Educação Física já contempla e disciplina tais possibilidades com lúcida objetividade.

Nas relações com beneficiários, colegas de profissão, empregadores e instituições, os conflitos de ordem ética podem sempre surgir. E por isso, mais recentemente, foi também instituído o Código Processual de Ética do Conselho Federal e Conselhos Regionais de Educação Física, com função adjetiva de padronizar os julgamento dos processos éticos e disciplinares.

APERFEIÇOAMENTO CONTÍNUO

Periodicamente o Sistema CONFEF/CREFs realiza Simpósios, Seminários e Fóruns de Ética, em diferentes localidades do Brasil, visando o contínuo aperfeiçoamento da deontologia da Educação Física, atendendo a uma previsão do próprio Código.

Neste ano de 2009, Brasília é palco de um destes encontros, integrando a programação da Convenção Brasília Capital Fitness, no Centro de Convenções Ulysses Guimarães, com a presença de toda a Comissão de Ética do CONFEF, sob a coordenação do Prof. Dr. João Batista Tojal, Presidente daquela Comissão e um dos organizadores do livro *A Ética e a Bioética* na Preparação e na Intervenção do Profissional de Educação Física.

Portanto, é de suma importância que nós, Profissionais de Educação Física do Distrito Federal, coloquemos a Ética Profissional não só na ordem do dia, mas também em nossas agendas, pois a matéria, em termos de uma abordagem científica, é relativamente nova, ensejando que travemos contato mais próximo com aqueles que a dominam. E para tal fim, este Seminário em nossa cidade representa uma valiosa oportunidade.

Arlindo Pimentel
CREF 001714-G/DF
Profissional de Educação Física
Advogado do CREF7
Pós-Graduado em Educação
e Promoção da Saúde pela UnB

Licenciatura e Bacharelado em pauta na convenção

Anote em sua agenda: Dia 3 de setembro de 2009, o CREF7 realiza o **II Encontro das Instituições de Ensino Superior do Distrito Federal** na Convenção BSB Fitness - Centro de Convenções Ulysses Guimarães – às 19:30h, com a presença de Diretores de Faculdades, Coordenadores, Professores Universitários e Conselheiros do Conselho Federal de Educação Física – CONFEF, para debater o tema **Bacharelado e Licenciatura: a qualidade na formação com garantia do melhor atendimento à sociedade.**

O assunto é de grande interesse para a comunidade profissional e acadêmica, no sentido de definir o posicionamento e as diretrizes da categoria sobre esta nova realidade.

Secretário de Esportes do DF

O secretário de Estado de Esporte do Distrito Federal, Aguinaldo de Jesus, se orgulha de ter implantado na sua gestão a primeira academia de ginástica para a terceira idade do DF. A academia é equipada com alongadores, simuladores de cavalgada, esqui, surfe e remada. Não se cansa de falar que vai melhorar a qualidade de vida dos idosos através da prática de atividades físicas com orientação de Profissionais de Educação Física, registrados no Sistema CONFEF/CREF.

Com a sua tenacidade, conseguiu o aporte de recursos para os programas Bolsa Atleta e Compete Brasília. Quando assumiu a Secretaria, os valores eram da ordem de 200 mil reais para o apoio ao atleta. Hoje esses recursos são da ordem de R$ 2 milhões de reais, disse ele.

"Não poderia deixar de citar a Copa do Mundo de 2014. Brasília, como uma das cidades-sede dos jogos, ganhará varios projetos que servirão para elevar o poderio esportivo da Capital.

A população será beneficiada com a melhoria do transporte, da segurança, do sistema de Saúde e com o crescimento da rede hoteleira."

Secretário de Esportes do DF Aguinaldo de Jesus.

A primeira academia para a terceira idade em Brasília foi inaugurada na sua gestão. Outras virão?

Numa primeira etapa montamos 18 academias populares. O governador Arruda se encantou com o projeto e determinou que todo o Distrito Federal fosse contemplado com essas academias. Temos a certeza de que idosos e deficientes físicos com a pratica regular de Educação Física terão mais saúde e qualidade de vida.

Como anda o Projeto das Vilas Olímpicas?

O Projeto é muito bonito. Brasília estava merecendo este presente perto de completar 50 anos. O Governador Arruda está empenhado para que as Vilas Olímpicas sejam exemplo para todo o País.

As Vilas Olímpicas serão administradas por Profissionais de Educação Física?

Entendo que o Profissional de Educação Física deve estar a frente das Vilas. Tenho a certeza de que o sucesso será atingido e de que a população do Distrito Federal será beneficiada com uma prática esportiva de altíssimo nível.

Josias Júnior
CREF 000992-G/DF
Profissional de Educação Física
Jornalista Profissional – 4221/14/10-DF

Participação do CREF7/DF na revisão da Norma Técnica Nº 3

A Secretaria de Desenvolvimento Urbano e Meio Ambiente – SEDUMA está promovendo a revisão da Norma Técnica nº 3, que regula todos os equipamentos urbanos do Distrito Federal, incluindo escolas, postos de saúde, quadras de esporte, ciclovias etc.

O CREF7/DF foi convidado a integrar a equipe de trabalho que definirá os critérios técnicos para os espaços de esporte e lazer comunitários, visando atender as demandas de utilização adequada, com qualidade de vida, conforto e segurança, para maior promoção da saúde de nossos cidadãos.

A primeira reunião plenária ocorreu no dia 19 de agosto de 2009 com representantes de diversos segmentos, como as Regiões Administrativas, a CEB, a CAESB, a Secretaria de Esportes etc, e o CREF7/DF, representado por seu Diretor Executivo, Profissional de Educação Física, Arlindo Pimentel, assegurou a efetiva participação do Conselho na definição das normas voltadas tanto para o desporto e lazer, quanto para os espaços de Educação Física nas Escolas do DF e Entorno.

É mais uma contribuição política do CREF junto ao Governo do Distrito Federal, visando a oferta de maior qualidade de vida em nossa região.

Uma visão desenvolvimentista da motricidade

As fases da pré-escola e das séries iniciais são críticas para o desenvolvimento motor da criança, pois a falta de experiências motoras adequadas pode acarretar consequências negativas, não só para a maneira como a criança irá se comportar motoramente, mas também para o seu desenvolvimento perceptual, cognitivo e social. Se as crianças apresentam deficiência na aquisição das habilidades motoras fundamentais, elas geralmente apresentarão dificuldades no domínio motor, na adolescência e vida adulta (Paim, 2003) e também dificuldades em outras áreas, uma vez que o domínio físico é o que mais contribui, por exemplo, para a definição do auto-conceito e da auto-estima global da criança e do adolescente (Gallahue e Ozmun, 2005). Dessa forma, as conquistas realizadas nesse período influenciarão significativamente o grau de competência que o indivíduo terá.

É na primeira infância, aproximadamente por volta dos 3 anos, que o cérebro humano atinge 75% de seu peso adulto, e por volta dos 6 que ele atinge 90%. Aos 4 anos, o córtex está completamente desenvolvido e a mielinização (desenvolvimento da mielina ao redor dos neurônios) e a organização estrutural do sistema nervoso central está completa ao final dos 6 anos, dando à criança crescente ganho de padrões motores. (Gallahue e Donnelly, 2008). Esses padrões motores são reconhecidos nos estudos sobre o desenvolvimento motor. Este é como um processo contínuo de movimentos simples e não organizados que servem de base para se chegar a habilidades mais complexas. As habilidades motoras podem ser classificadas como (1) rudimentares, desenvolvidas aproximadamente até o final do segundo ano de vida, (2) fundamentais, desenvolvidas entre os três e os oito anos de idade e (3) especializadas, que devem ocorrer entre os oito e doze anos de idade.

Existe uma relação de interdependência entre as fases, sendo que as habilidades motoras rudimentares servem de base para o desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais e estas para as habilidades motoras especializadas. Desde os primeiros anos de vida as crianças necessitam, para realizar as tarefas exigidas, desenvolver o domínio dessas habilidades. Para se chegar ao domínio de habilidades motoras especializadas na dimensão esportiva, artística, ocupacional ou industrial é necessário um longo processo, onde as habilidades básicas ou fundamentais são refinadas e combinadas, assumindo fundamental importância (Paim, 2003; Haywood, 2004; Caetano et al., 2005).

Reconhece-se que durante a vida passamos por várias etapas de aquisição e desenvolvimento motor. Há de se citar o fato de a infância ser uma fase muito importante no estabelecimento de relações entre o ser humano em desenvolvimento e o ambiente que o rodeia (Pellegrini, 2003).

A idade pré-escolar, isto é, a infância, é considerada a época de desenvolvimento de habilidades fundamentais, uma fase de aquisição e aperfeiçoamento das habilidades motoras, dos esquemas corporais e das primeiras combinações de movimento, que possibilitam à criança dominar seu corpo em diferentes posturas, locomover-se pelo meio ambiente de várias formas e manipular objetos diversos. Essas habilidades básicas são requeridas para a condução de rotinas diárias em casa e na escola, como também servem a propósitos lúdicos tão característicos na infância. Segundo Gallahue e Donnelly (2008), as crianças devem adquirir essas habilidades fundamentais básicas antes de poder somá-las em combinações de habilidades, ou seja, propõem que exista um eixo norteador na aquisição e no desenvolvimento das competências motoras (Quadro 1).

As crianças necessitam de abundância de oportunidades, de movimentação e instrução, numa variedade de atividades motoras, vigorosas e diárias, com o objetivo de desenvolverem suas capacidades de movimento em nível ótimo (Oliveira, 2002; Gallahue e Ozmun, 2005). Segundo Derri et al. (2001), atividades livres e não-orientadas são insuficientes para o desenvolvimento apropriado de habilidades em crianças em idade pré-escolar. Para que estas habilidades sejam desenvolvidas, é necessário que se dê à criança oportunidades de desempenhá-las.

Estudos têm mostrado que a maioria das crianças não recebe estímulos motores suficientes para o desenvolvimento apropriado da aptidão física e habilidades motoras, situação que parece estar se agravando pelas condições socioculturais da vida moderna. A prática de atividade física em escolas tem diminuído no mundo inteiro, sendo a educação física negligenciada no sistema público (Chiodera, et al. 2008).

A educação física com base desenvolvimentista propõe como um de seus objetivos o aumento no nível de atividade física e da aptidão física. Estimulando as crianças a se tornarem ativas do ponto de vista motor e contribuindo para que elas estabeleçam a base para a escolha de uma vida saudável quando adolescentes e adultos. A melhoria na aptidão física é promovida por profissionais da educação física por meio da integração em atividades físicas (moderadas e vigorosas) e a participação em brincadeiras, jogos, danças, ginástica e atividades esportivas que devem ser, acima de tudo, divertidas e prazerosas (Gallahue e Donnely, 2008).

Parece existir consenso de que programas de educação física com intervenções ministradas por profissionais capacitados e baseados em práticas desenvolvimentistas apropriadas deveriam fazer parte da educação infantil (Vasconcelos, 2008). Mas, este consenso não está

Habilidades Fundamentais Básicas dos 3 aos 8 anos	Combinação Habilidades Fundamentais dos 8 aos 12 anos
andar, correr, saltar, receber, arremessar, andar sobre uma trave, equilibrar-se em um dos pés, sustentar-se, arrastar...	Correr + saltar Correr + saltar + arremessar Andar + driblar Agachar + arrastar Driblar + arremessar etc...

QUADRO 1: Proposta de divisão por faixa etária para aquisição de habilidades fundamentais e suas combinações. Fonte: Educação Física Desenvolvimentista para todas as crianças. Gallahue Donnelly. (2008)

devidamente fundamentado em investigações empíricas que estabeleçam com dados e modelos teóricos quais as principais características das práticas mais apropriadas. Ainda são poucas as pesquisas realizadas para identificar a efetividade de programas de desenvolvimento de habilidades motoras, embora alguns estudos tenham mostrado que programas de atividades físicas proporcionam aumentos significativos no desempenho motor de crianças (Derri, 2001; et al. Chiodera, 2008; Jurak et al., 2006; Zachopoulou et al., 2004; e Valentini, 2002).

Assim sendo, a tardia inclusão da educação física no currículo educacional (Brasil, 1999) favorece a falta de habilidades (esportivas ou motoras, em geral) que pode resultar em uma relação traumática para a criança que passou a sua primeira década de vida sem qualquer tipo de estímulo motor, e chega ao 3º ciclo do Ensino Fundamental (no atual 6º ano) sem qualquer tipo de experiência prévia, sendo incentivado (e algumas vezes obrigado) a testar suas habilidades com a interferência de fatores que podem ainda dificultar o processo, como bolas de variados tamanhos, regras desportivas, técnicas de aprimoramento em algum esporte, entre outros.

Sugere-se, portanto, que a relação entre a prática e a teoria, para todo e qualquer profissional de educação física que pretende usar diferentes estratégias de intervenção na educação infantil, deve necessariamente passar por alguns questionamentos e uma séria reflexão sobre a nossa atuação profissional no contexto da educação física escolar; dessa forma propomos os seguintes pontos de partida:

PARA REFLEXÃO:

- Se a criança ainda não sabe correr, andar, arremessar... é possível "somar" essas e outras habilidades?
- Se a criança não consegue "somar" tais habilidades fundamentais é possível jogar?
- Se o professor de educação física só recebe a criança aos 11 ou 12 anos sem uma base motora sólida e rica, é possível ensinar jogos esportivos?
- O que pode acontecer com as crianças que não possuem uma bagagem motora apropriada ao encarar as combinações motoras exigidas no jogo e seus aspectos técnicos táticos?
- Como você acha que o professor de Educação Física pode manter intactas a autoestima, a motivação e a autoconfiança de alunos que não tiveram a oportunidade de serem "alfabetizados" motoramente nesse contexto de uma exposição direta ao "jogo esportivo" aos 12 anos de idade? (Lembrando: fase pré-púbere com características psicológicas bem específicas de comparação e formação de sua individualidade e autoconceito).
- Não seria o mesmo absurdo de querer ensinar equação de 2º grau para crianças que não sabem somar e multiplicar?

Essas e outras perguntas poderiam nortear os grandes desafios que estão a nossa frente na busca por uma educação física verdadeiramente de qualidade e efetiva nos seus propósitos educacionais.

Prof.ª Dr.ª Rossana Travassos Benck[1]
CREF 000278-G/DF
Tainá Neves Vieira[2]

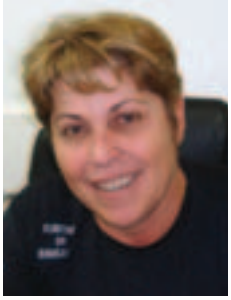
[1] Doutora em Ciências da Saúde/UnB. Professora da SEE/DF – Convênio FUB na Faculdade de Educação Física - UnB
[2]Aluna de graduação da Faculdade de Educação Física – UnB / Bolsista PIC_CNPq

Referências Bibliográficas

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais Terceiro e Quarto Ciclos do Ensino Fundamental –Educação Física. Brasília: MEC/SEF, 1999(a).
CAETANO, M.J. et al. Desenvolvimento Motor de Pré-Escolares no intervalo de 13 meses. Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano v. 7, n 2. p. 05-13, 2005.
CATENASSI, F.Z et al. Relação entre índice de massa corporal e habilidade motora grossa em crianças de quatro a seis anos. Rev Bras Med Esporte 13: 4, 2007.
CHIODERA, P. et al. Specifically designed physical exercise programs improve children's motor abilities. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 2008:18, 179-187.
DERRI, et al. Effect of a musical and movement programm on development of locomotor skills by children 4 to 6 years of age. European Journal of Physical Education 2001.
GALLAHUE, D.L; OZMUN, J.C. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. São Paulo: Phorte Editora; 2005.
GALLAHUE, D. L.; DONNELY, F. Educação Física Desenvolvimentista para todas as crianças. 4 ed. São Paulo: Phorte Editora; 2008.
GRAF C. et al. Effects of a school-based intervention on BMI and motor abilities in childhood. Journal of Sport Science & medicine, 2005:4, 291-299.
JURAK, G.; KOVAC, M.; STREL, J. Impact of the additional physical education lessons programme on the physical and motor development of 7 to 10-year-old children. Kinesiology. 38-2 p. 105-115. 2006.
OLIVEIRA, J.A. Padrões motores fundamentais: Implicações e aplicações na Educação Física Infantil. Centro Universitário do Sul de Minas. Varginha, v.6, n 6, p. 37-42, dez 2002.
PAIM M.C.C. Desenvolvimento motor de crianças pré-escolares entre 5 e 6 anos. Revista Digital Buenos Aires 2003; 58(8).
PELLEGRINI, A. M. et al. O Comportamento Motor no processo de escolarização: buscando soluções no contexto escolar para a alfabetização. Cadernos do Núcleo de Ensino. São Paulo, p.271-284, 2003.
VALENTINI, N. C. A Influência de uma intervenção motora no desempenho motor e na percepção de competência de crianças com atrasos motores. Revista paulista de Educação Física, 2002, 16:1, 61-75.
ZACHOPOULOU E., AGGELIKI, T; DERRI, V. The effects of a developmentally apropriate music and movement programo n motor performance. Early Childhood Research Quartely, 2004, 19, 641-642.
VASCONCELOS, A. A Influência de um Programa em Educação Física no Desenvolvimento Motor das crianças da educação infantil. Dissertação de Mestrado Faculdade de Educação Física – UnB Brasília. 2009

CIEF, referência nacional

Adriana está na direção do CIEF desde 1999, esta é a sua terceira gestão, duas no governo Roriz e uma no governo Arruda. No seu primeiro mandato teve alguns problemas. "Tinha uma visão ingênua da máquina. Quis fazer muito e em pouco tempo, porém esbarrei na burocracia administrativa que era grande". Fez os Jogos da Esperança, uma ação social de grande porte, com 110 links da TV Globo. A partir desse momento, passou a ter o apoio da emissora que passou a ver com bons olhos o seu trabalho e também o da Secretaria de Educação do DF. Em sua segunda gestão foi administradora do Geração Campeã. Com esse projeto formou vários atletas e hoje tem a satisfação de saber que vários deles se tornaram excelentes profissionais de Educação Física. À frente do CIEF, cumprindo o seu terceiro mandato, diz que está motivada e com mais energia do que quando iniciou a sua trajetória em 1999.



Como você vê o projeto das Vilas Olímpicas?

É um projeto muito bacana. A minha preocupação é com a manutenção desses espaços, para que o seu papel seja cumprido. É preciso que os profissionais de Educação Física estejam no comando, para o bom funcionamento. É preciso o aprimoramento das políticas de esporte, o desporto paraolímpico e olímpico. Hoje poucas empresas investem no seguimento.

O Projeto Geração Campeã vai ser retomado?

O projeto vai ser retomado. fizemos um convênio com a Secretaria Nacional de Esportes no valor de R$ 380.000,00. A Secretaria Nacional está dando os implementos para a pista de atletismo e nós estamos dando alimentação, transporte e treinador para 88 crianças.

Qual é o principal trabalho realizado aqui no CIEF?

Temos hoje vários programas para a melhoria da qualidade de vida das crianças; dentre eles posso citar o trabalho para amenizar os efeito da hérnia de disco, de reeducação postural e, no âmbito das escolinhas, somos campeãs brasileiras na ginástica acrobática com criança da Estrutural e do Varjão, crianças que faziam parte de grupo de risco e que encontraram no esporte um meio de se destacar no cenário esportivo. Este mês estão indo competir em São Paulo.

Você está há dez anos à frente do CIEF, a que você reputa essa longevidade num cargo que deve ser muito cobiçado?

Em primeiro lugar, pelo amor que eu tenho pelo CIEF e pela educação física. Em segundo lugar, pela formação que eu tive. Sou filha de militar e meu pai me deu um senso de organização e responsabilidade muito grande. Eu não deixo nenhum assunto pela metade, procuro cumprir todos os meus projetos. O CIEF hoje é a continuação da minha casa, somos uma família.

O CIEF agora é um centro de autorrendimento em Educação Física Escolar. Tivemos inclusive a visita do governador Arruda, que prometeu revitalizar o CIEF, e reconheceu a importância desse centro de Educação Física, que existe desde a década de 70.

Como é o relacionamento da gestora Adriana Uchôa com os Profissionais de Educação Física do CIEF?

Sou meio sargentona, e tenho um coração muito grande. Estou sempre disposta a ouvir todas as demandas profissionais e pessoais do meu *staff*. No meu gabinete, os profissionais têm livre acesso. O respeito é a base de tudo. Tenho sob o meu comando aqui no CIEF 176 profissionais, sendo 78 profissionais de Educação Física. O Profissional tem hoje um grande interesse em trabalhar no CIEF, pois sabe que aqui ele encontrará um ambiente saudável e terá condições de desenvolver um bom trabalho.

O Que significa o CIEF para você? A garra e a motivação ainda é a mesma de 10 anos atrás, quando você assumiu?

Cada dia é um desafio. Hoje consegui transformar um depósito de material em uma sala de ginástica acrobática. São essas pequenas coisas que me fortalecem para seguir o trabalho.Quando recebi o CIEF em 1999, ele estava totalmente destruído, e conseguimos com muito trabalho torná- lo referência nacional, reconhecido pelo COB e pelo Governo do DF, que sempre nos consulta a respeito das políticas de esporte para Brasília. Somos respeitados pelo trabalho de responsabilidade social e educacional que implantamos.

Um assunto polêmico e que está proporcionando uma discussão acalorada é a proposta do contraturno nas aulas de Educação Física. Você é uma das propositoras desse projeto. Fale um pouco disso.

Vimos a necessidade de mudança no formato da Educação Física. Os jogos escolares do DF estavam sendo realizados com a grande maioria de alunos das escolas particulares, pouco ou quase nada da escola pública. Notamos que até o projeto dos CIDS estava prejudicado, com a frequência diminuindo a cada ano. Entendemos que uma das causas poderia ser o fato do aluno que faz a Educação Física na escola no período da manhã, muitas vezes, não ter motivação para retornar para praticar um esporte no horário da tarde.

Por que o contraturno já foi tentado e não deu certo?

Acredito que o preço da passagem era muito caro na época.

Espero que a sociedade, os profissionais de Educação Física e as autoridades envolvidas nesse processo sejam iluminadas. Que encontrem o rumo certo para o crescimento da Educação Física.

Josias Júnior
CREF 000992-G/DF
Profissional de Educação Física
Jornalista Profissional – 4221/14/10-DF

Treinamento de força para o idoso

Uma das grandes preocupações das autoridades, tanto científicas quanto governamentais, é garantir ao idoso autonomia em suas atividades da vida diária. Nesse sentido, o treinamento de força (musculação) pode ser um grande aliado, principalmente em razão do aumento de força e massa muscular que ele proporciona. Mas, será que os treinos com objetivo de saúde devem ser leves como a maioria das pessoas acredita? Será que utilizar aquele pesinho de um quilograma durante meses de treinamento trará algum benefício?

Estudos comparativos dos ganhos advindos do treinamento de força entre jovens e idosos revelaram que protocolos com baixa intensidade produzem, sempre, resultados limitados e que os idosos têm menor capacidade do que os jovens para reagir aos estímulos. Isso nos leva a crer que, para as pessoas com mais idade, o treino deve ser o mais intenso possível.

Muitas pesquisas demonstram, igualmente, que o treinamento de força realizado com alta intensidade é seguro e eficiente para a saúde do idoso, com aumento da densidade mineral óssea, melhora no equilíbrio e na potência muscular. Na maioria desses estudos, a grande preocupação se limitou a um cuidado especial com os indivíduos com riscos cardiovasculares. Quanto aos casos de artrite, artrose, tendinite, desvios posturais, entre outras patologias, uma avaliação e um treinamento minucioso faziam, também, parte da prescrição. No entanto, sempre, em algum momento, foi possível utilizar métodos intensivos com segurança.

É importante destacar que a capacidade de aumentar a força continua preservada mesmo com idade avançada. Inclusive, já foram verificados aumentos de até 200% na carga do teste de 1RM (repetição máxima) com 12 semanas de treinamento. Outro benefício constatado é o aumento significativo da massa muscular, comprovado por meio de tomografia computadorizada e biópsia. Com relação às respostas hormonais, apesar de serem muito menores nos mais velhos, elas acontecem, sobretudo em treinos que utilizam intensidades elevadas.

Existe uma preocupação excessiva (por vezes até prejudicial) com a segurança (fragilidade) do idoso. Todavia, as adaptações fisiológicas proporcionadas pelo treinamento de força, com intensidade adequada, vão contribuir para aumentar a velocidade na caminhada, a potência para subir escadas e levantar-se de uma cadeira, além de ajudar na prevenção e tratamento de doenças. A estética é outra variável que pode ser melhorada com esse tipo de exercício, pois, afinal, qual idosa(o) não é vaidosa(o)? Não se deve menosprezar a melhora da auto-estima, que é um fator de extrema importância em todas as idades.

O conteúdo deste texto serve como um recado aos que insistem em treinar de forma leve (independentemente da idade) e afirmam que só estão praticando exercício para a saúde. Não podemos cruzar os braços diante de tal falta de compreensão e desinformação. Os professores de musculação deveriam orientar e tentar convencer seus alunos a não subestimarem sua força e deixarem que um novo conceito de treinamento faça parte da sua vida. Se o problema é o receio de causar uma lesão, não se deve associar o risco somente à maior intensidade. Normalmente, o que lesiona são os altos volumes de treinamento, técnica inadequada de execução e a falta de uma orientação profissional.

Será, pois, um marco para a população mundial o dia em que todos descobrirem que o treinamento de força, feito com intensidades adequadas, pode ser a maneira mais efetiva e barata para proporcionar uma vida independente ao idoso, sem que nos esqueçamos da individualidade biológica, das restrições patológicas e de que toda prescrição deve ser cuidadosa e progressiva.

Elke Oliveira da Silva
CREF7 000089-G/DF
Graduada em Licenciatura em Educação Física - UnB
Mestre em Ciências da Saúde - UnB
Pós-Graduada em Treinamento de Força - UGV
Graduada em Fisiologia do Exercício - FVA

CREF7 APOIA UTILIDADE PÚBLICA

Projeto de Lei 473/2007
Autoria do Deputado Distrital Rogério Ulisses
Obrigatoriedade da presença do Profissional de Educação Física, devidamente habilitado no sistema de ensino do Distrito Federal.
Apoie essa ideia! **www.cref7.org.br**

CREF7 Distrito Federal

Atividade Física e Fibromialgia

O que é a fibromilagia?

A fibromialgia (FM) é uma síndrome idiopática, que acomete mais as mulheres e esta associada à dor crônica generalizada cuja característica predominante é a presença de dor músculo-esquelético difusa em múltiplos pontos específicos sensíveis à pressão chamados *tender points*.

*Tender points. A*daptado de Norm e Hanson, 1998

Quais os sintomas característicos?

O fibromiálgico apresenta fadiga crônica e o distúrbio do sono associado a uma diminuição na produção do hormônio do crescimento (GH) e da somatomedina C (IGF-1). Estes hormônios se encontram reduzidos devido à falta, principalmente, do estágio quatro do sono (sono REM). O hormônio cortisol também sofre uma queda, o que acarreta maior estresse e dor para o organismo em virtude da alteração no eixo hipotálamo hipófise adrenal.

Em relação ao condicionamento físico?

Os indivíduos com FM apresentam menor capacidade aeróbia comparada com pessoas saudáveis e sofrem alterações fisiológicas como a atrofia muscular de fibras tipo II, uma menor concentração de glicogênio muscular e alterações mitocôndrias, o que pode retardar a progressão do treinamento. Todavia, é importante ressaltar que a quantidade de dor experimentada devido ao estresse do microtrauma proveniente do exercício físico está diretamente relacionada ao nível de condição física, e pacientes com FM são geralmente mal-condicionados.

Benefícios da atividade física?

O aumento das respostas hormonais do GH, do cortisol, pode ser positivo para melhorar e regular a liberação anormal desses hormônios. Outro benefício importante é aumento da oxigenação muscular devido ao aumento da capilarização. Aspectos psicológicos como a melhora da auto-estima e da depressão sugerem que, se possível, se faça uma aula específica para um grupo com indivíduos portadores de FM. A participação em grupo ajuda a encorajar, pois o sucesso de um contagia e motiva os demais. Lembre-se que estes indivíduos sentem dor mesmo quando estão parados, então a tendência é que, cada vez mais, eles diminuam seu nível de atividade física. Isto ocorre, pois imaginam que a dor pode aumentar se fizerem esforço físico, quando, na realidade, acontece o contrário, o baixo condicionamento físico pode agravar ainda mais os sintomas da FM. Portanto, o papel do professor de educação física é estimulá-los e encorajá-los.

O programa de treinamento deve incluir educação sobre a FM com esclarecimentos sobre a doença – isto irá ajudar o seu aluno a compreender melhor suas limitações e suas possibilidades. O seu aluno precisa se sentir seguro e confiante. Monte um ciclo de palestras em sua academia com especialistas no assunto a fim de enriquecer o seu trabalho e para que os alunos possam esclarecer as dúvidas. Isto ajudará e estimulará bons resultados.

O professor de educação física deve manter contato com uma equipe multidisciplinar com o médico (reumatologista e endocrinologista), psicólogo, fisioterapeuta, massagista, acupunturista, etc.

Informar aos alunos que o tratamento que irá propor é mais paliativo do que curativo, pois ainda não há cura para a FM. É importante estabelecer objetivos a curto, médio e longo prazo. Dentre os principais objetivos do programa de treinamento* estão a redução do quadro miálgico, a melhoria do sono, a melhoria da capacidade funcional, o reforço muscular, o aumento da resistência aeróbia e o alívio do estresse.

**Treinamento com borracha, garrote ou liga de soro indicado para fase inicial do treinamento* (BALSAMO E SIMÃO, 2005)

Professor Sandor Balsamo
CREF 000157-G/DF
Mestrado em Atividade de física e Qualidade de vida (UCB-DF); Especialista em Fisiologia do Exercício (Uni-FMU/SP); Especialista em Musculação e Treinamento de Força (UGF/RJ); Docente do centro Universitário UNIEURO DF (Treinamento resistido e atividade física relacionada a grupos de risco);
Coordenador do GEPEEFS (Grupo de estudo e pesquisa de exercício de força e saúde);
Professor dos cursos de Pós-graduação da UGF-RJ;
Consultor responsável pela Sandor Balsamo Consultoria em Atividade física e Saúde

Referências bibliográficas

HAKKINEN, A.; HAKKINEN, K. HANNONEN, P.; ALEN, M. Force production capacity and acute neuromuscular responses to fatiguing loading in women with fibromyalgia are not different from those of health women. ***J. Rheumatol***. 27(5):1277-1282, 2000.

HAKKINEN, A.; HAKKINEN, K. HANNONEN, P.; ALEN, M. Strenght training induced adaptations in neuromuscular function of premenopausal women with fibromyalgia; comparison with healthy women. ***Ann. Rheum. Dis***. 60(1):21-26, 2001.

HAKKINEN, K,; PAKARINEN, A.; HANNONEN, P.; HAKKINEN, A.; AIRAKSINEN, O.; VALKEINEN, H.; ALEN, M. Effects of strength training on muscle strength, cross-sectional-area, maximal electromyographic activity, and serum hormones in premenopausal women with fibromyalgia. ***J. Rheumatol***. 29(6):1287-1295, 2002.

NORM, A. H.; HANSON, B. B. Síndrome da fibromialgia e exercício aquático. In: *Exercícios aquáticos terapêuticos.* 1.ed. São Paulo: Manole, 1998. p. 285-300.

VALIM, V.; FELDMAN, D.; OLIVEIRA, L.M.; SUDA, A.O.; BARROS, T.L.; NATOUR, J. Comparasion of aerobic training and flexibility exercises for the treatment of fibromyalgia: a randomized, controled study. ***ACR 64th Annual Scientific Meeting.*** **Abstract:** 864, 2001.

*Mais informações em: BALSAMO S. SIMÃO, R. **Treinamento de força para osteoporose, fibromialgia, diabetes, artrite reumatóide e envelhecimento**. Editora Phorte. 2ª edição, 2007.

Projeto Capital Fitness do Sebrae no DF traça metas para o setor de academias

Projeto quer movimentar o ramo de academias de ginástica e promover a capacitação dos empresários e profissionais da área.

Pesquisas internacionais revelam que apenas dois a cada 100 brasileiros frequentam academias de ginástica. Em Brasília, a média sobe para 4%, mas ainda é considerada baixa perto de países como os Estados Unidos, em que a frequência chega a 12% da população. Para mudar esse quadro e melhorar a qualidade da mão-de-obra dos profissionais do setor, o Sebrae no Distrito Federal lançou, em agosto de 2008, o projeto Capital Fitness.

Entre as principais metas do Capital Fitness estão o aumento de 45% no número de novos alunos nas academias e de 15% na renovação de matrículas, até 2010. De acordo com o Diretor Superintendente do Sebrae no DF, Flávio Queiroga, o projeto está alinhado com a missão do Sebrae, de articular meios para a geração de emprego e renda. Segundo ele, o ramo de academias é emergente e pouco explorado, o que motivou a iniciativa. "O Sebrae sempre estimulou o empreendedorismo, e nesse sentido há uma oportunidade de negócios e vocação de crescimento para o segmento de academias", afirma.

Para melhorar a mão-de-obra e aumentar a competitividade, o Capital Fitness prevê ações como a prestação de consultoria em gestão financeira, *marketing* e vendas, além de cursos de planejamento estratégico e implantação de consultorias em redução de desperdício de materiais. Promover a participação dos empresários em eventos, feiras e congressos também será uma das estratégias adotadas. Todas as ações são custeadas da seguinte maneira: 70% são assumidos pelo SEBRAE e 30% são bancados pelo empresário

O empresário Cláudio Nolasco já aderiu ao projeto. Ele emprega 36 pessoas em sua academia e reconhece a falta de capacitação em gestão. "Esse projeto foi formatado de acordo com as deficiências do setor", afirma. Atualmente, há cerca de 500 academias espalhadas pelo DF. Para o presidente do Sindicato das Academias, Raimundo Nonato, as ações de capacitação são um anseio antigo da categoria. "A expectativa de adesão dos empresários é grande. É uma oportunidade de unir o setor", diz.

Além do Sindicato das Academias, são parceiros do projeto a Fecomércio, o Banco do Brasil e o Conselho Regional de Educação Física. Para aderir às ações do Capital Fitness, basta contactar a coordenadora do projeto do Sebrae no DF, Claudia Peralta, pelo telefone 3362 1635, ou o responsável pela governança do projeto, o Sr. Roberto Faria pelo telefone 3877 5143.

Profissionais de Ouro

LIVRO: Saúde e Atividade Física
AUTOR: Ricardo Jacó de Oliveira
CREF: 000444-G/DF

LIVRO: Henri Wallon e a deficiência múltipla
AUTOR: Elvio Marcos Boato
CREF: 000353-G/DF

Seminário de Educação Física e Esporte
Lançamento da Campanha em favor da Educação

Lançar a Campanha Educação Física Escolar Plantando Cultura, Cidadania e Saúde em uma das Casas que compõem o Congresso Nacional Brasileiro, foi ousado e ao mesmo tempo inteligente. No dia 13 de maio deste ano, isso foi feito em um Seminário sobre o tema.

A idéia surgiu de um conjunto de ações: minha proposta de indicação para realizar eventos no tema do mote escolhido para 2009 pelo Sistema CONFEF/CREFs no Congresso Nacional; a rápida resposta do Deputado Gilmar Machado, do PT de MG, que apresentou o requerimento para a realização do evento na CTD; a aguçada percepção de nosso Presidente Jorge Steinhilber e a disposição do Presidente do CREF 7, José Ricardo, em trabalhar forte no DF para lotar o Seminário.

Assim, bastou-nos somar as forças de governo e de oposição na Comissão de Turismo e Desporto para aprovar o requerimento, arregaçar as mangas, elaborar e realizar o Seminário, garantindo no mesmo uma mesa específica em sua abertura para o LANÇAMENTO DA CAMPANHA EM FAVOR DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR. O esforço para a realização competente do Seminário trouxe mais uma feliz constatação, a de que a equipe da Comissão de Turismo e Desporto é constituída de funcionários públicos briosos e dedicados.

A CTD, como é chamada a Comissão de Turismo e Desporto, indicou a participação de outros parceiros no evento, os quais foram importantes na execução do mesmo. A CNC Confederação Nacional do Comércio, que trouxe as experiências educacionais por meio do esporte que ocorrem no SESC, e a UNICEF, que apresentou propostas que podem ser analisadas com carinho pelo esforço em ajudar nosso amado país, mas que precisam atentar ao respeito de nossas legislações.

A participação do CREF 7, com a presença de seus Conselheiros e com a dedicação e esforço dos membros da Comissão Especial do Ano da Educação Física Escolar na divulgação e entrega dos convites no DF garantiu um *quorum* quantitativo e qualitativo, pois as Universidades e Faculdades do DF, com seus professores e alunos, foram um grande reforço para este evento fantástico.

Todo o evento foi pautado na premissa da importância das aulas de Educação Física em todas as séries, em todos os níveis de ensino, e chamando a atenção de que, qualquer que seja a intenção da implantação de esportes na escola, ele não pode substituir as aulas de Educação Física. E mais, se o Brasil pretende ter melhores resultados em competições esportivas internacionais, ou apenas ter cidadãos melhor e mais completamente formados, tem de investir em educação com a presença de aulas de Educação Física, gestadas por Profissionais de Educação Física com formação de Licenciatura em Educação Física, desde o Jardim de Infância, ou melhor, desde a Educação Infantil. Ponto que contou com a especial defesa em palestra da Pesquisadora, Dra. Rossana Benck, Profissional de Educação Física.

As discussões passaram pela educação integral e por projetos governamentais ou de ONGs; além disso, permearam as questões de saúde, do esporte para todos, do alto rendimento esportivo e de resgate social, dentre outras. De todas as formas, as autoridades presentes e as informadas do resultado do evento perceberam a necessidade de aulas de Educação Física com, no mínimo, uma hora de duração, três vezes por semana, com sérias e contundentes argumentações para que a disciplina seja ofertada diariamente. Isso sem se aceitar a troca da aula por prática esportiva no turno contrário, ou por prática de exercícios físicos em academias. Primeiro precisamos garantir que o futuro cidadão saiba porque é importante praticar cotidianamente exercício físico. E, isso só vamos conseguir com aulas de qualidade na escola, que usem seriamente os Parâmetros Curriculares Nacionais para Educação Física, tendo na escola a prática como um meio ao aprendizado e não como um fim em si mesma.

O evento certamente colherá frutos maduros e bons, e a colheita já começou, pois o documento final aprovado no evento virou pauta permanente na Comissão de Turismo e Desporto e está sendo encaminhado como norteador de políticas públicas a todos os Estados e Municípios, aos Ministérios do Esporte e da Educação e passará a ser entregue pelo Presidente da Comissão a todas as autoridades que a frequentarem.

Projetos de Lei estão sendo elaborados de acordo com a demanda do Seminário; requerimentos para repercutir o mesmo debate e ir além já foram apresentados na Comis-

Escolar da formação à competição.
Física Escolar na Câmara dos Deputados

são de Educação da Câmara e do Senado; parlamentares que não conseguiram estar presentes no evento estão se desculpando e se dispondo a compor uma rede de valorização da Educação Física Escolar.

Assim, além de tudo isso, foi um grande orgulho e trouxe uma emoção toda especial poder estar presente ao grande encontro que foi o seminário, com estudantes do curso de Educação Física de Instituições de Ensino do Brasil inteiro, muitos acompanhados de seus professores; Secretários Municipais e Estaduais de Educação e de Esportes; Professores, Coordenadores e Supervisores de escolas do Ensino Básico, Públicas e Privadas e a especial presença de Conselheiros Federais, e de Presidentes e Conselheiros Regionais de Educação Física; estávamos representados do Oiapoque ao Chuí, o que em muito abrilhantou o evento. Foram mais de 600 pessoas inscritas, com 538 presentes no evento que receberam certificados.

Acompanhando toda a abertura, como parte do aprendizado de um momento cívico importante, uma turma de alunos de um centro de ensino do Distrito Federal brindava a todos com a alegria da presença infantil, como um sinal de que o futuro pode ser brilhante, só dependendo da força de nossa união e trabalho.

Viva a Educação Física Escolar Brasileira; Viva a Educação Física Escolar do Distrito Federal!

Lúcio Rogério Gomes dos Santos
CREF 000001-G/DF
Profissional de Educação Física
Assessor Parlamentar do CONFEF
Assessor Político do CREF7
CONTATOS: 61 9215 0626 – lurgs@terra.com.br

O MAIOR EVENTO DE FITNESS DO BRASIL, PREPARE-SE !

MAIS DE 40 CURSOS: MUNDO FITNESS, ACKUA, ZEN, GESTÃO, VENDAS. FESTIVAL DAS ACADEMIAS, BUSINESS CONFERENCE E MUITO MAIS

BRASÍLIA
CAPITAL FITNESS
03 a 06
setembro 2009
CENTRO DE CONVENÇÕES

LOCAIS DE INSCRIÇÃO DE BRASÍLIA

Lojas Mais Tennis - 3361-7795
Lojas Equilibrium - 3346-8046

FORMAS DE PAGAMENTO

	até 10 de julho	até 07 de agosto	até 21 de agosto	após 21 de agosto
	4x	3x	2x	a vista
1 CURSO	120	140	150	160
2 CURSOS	185	205	215	225
3 CURSOS	245	265	275	285
VENDAS (12)	60	70	80	90

SEMINÁRIO				
1 SEMINÁRIO	185	205	215	225
2 SEMINÁRIOS	285	315	330	346
FISIOTERAPIA				
KINESIOTAPING (11)				
MOBILIZAÇÃO NEURAL (10)	300	320	350	400

O parcelamento poderá ser feito nos cartões: MASTERCARD ou VISA. Parcelamento em cheque terá uma entrada à vista. Valor mínimo de cada parcela R$ 30,00.
Profissionais registrados no CREF, CREFITO e CRN têm 10% de desconto na inscrição.

Informe-se sobre descontos para grupos
www.bsbfitness.com.br
Informações: (61) 3349-0101 / 81641932/ fmorais.bsb@gmail.com

Patrocinador
Mais Tennis Treine seu estilo
Hidrotônico
Realização
BSB Fitness

Secretário de Educação no CREF 7

O Presidente do CREF 7, José Ricardo Carneiro Dias Gabriel e a Comissão de Eventos idealizaram e executaram esse encontro com competência, e marcaram época tendo, nos dez anos de existência do CREF 7, pela primeira vez, a presença de um Secretário de Estado de Educação em sua sede.

Presidente do CREF7 José Ricardo, Secretário de Educação José Luis Valente, Conselheiro Alexandre Baiense.

A Tarde começou com uma recepção aos representantes das Regionais de Ensino, das 14 Regiões Administrativas do DF. A eles foi explicado o que era o CREF 7, para que serve o mesmo, e a disposição em realizar parcerias, inclusive de recapacitação dos Professores de Educação Física da Secretaria de Educação.

O auge desta parte do dia foi a palestra da Dra. Rossana Benck aos Diretores e Coordenadores das DREs, falando da importância das aulas de Educação Física nas séries iniciais, conduzidas por Profissionais de Educação Física. Rossana deixou claro que mesmo no Jardim de Infância é o Profissional, com Licenciatura em Educação Física o indicado a ministrar as aulas.

Logo após a palestra, chegou à sede do CREF 7 o Secretário de Educação, José Luis Valente. Foi recebido, conduzido à mesa, falou da importância de sua presença ali, e considerou um fato muito positivo o convite para o encontro que representará o início de uma parceria com potencialidades enormes.

Membros do CREF7 e de Instituições de Ensino Superior.

O Secretário iniciou o seu discurso, falando da importância das aulas de Educação Física, e informou que estaria encaminhando a todas as escolas um documento para ser debatido, quanto às novas diretrizes para as aulas de Educação Física na Rede de Ensino do DF no ano de 2010.

O Secretário reforçou o fato de ser leigo em Educação Física, mas que contava com uma Assessoria, e que esta o ajudou a construir o documento que ele encaminhou às escolas, para que possam opinar e construir conjuntamente as diretrizes das aulas do ano que vem. Elogiou a iniciativa do Sistema CONFEF/CREFs em escolher o mote do ano de 2009 e de 2010, como o de defender as aulas de Educação Física Escolar, porém disse entender que uma forma de reconhecer essa importância era justamente permitir que a Educação Física fosse ofertada no contraturno, e que, se o aluno frequentar uma escolinha esportiva, ou for um atleta em treinamento, deverá ser dispensado da disciplina Educação Física.

O Conselheiro Federal Lúcio Rogério, usando da permissão dada pelo próprio Secretário, interrompeu essa fala, e esclareceu ao Secretário o equívoco que é permitir a substituição das aulas de Educação Física pela prática de treinamento esportivo, ou frequência a uma escolinha esportiva ou centros de ginástica, musculação ou similar. Falou, ainda, que duvida da necessidade real e que não tem certeza de que será um benefício ter as aulas de Educação Física em turno contrário. Lembrou que o contraturno já foi tentado, sem sucesso, na rede pública de ensino do DF. Lúcio Rogério reforçou ao Secretário que ele precisa entender que prática esportiva pode ser um conteúdo das aulas de Educação Física, mas não deve substituir a mesma, que o esporte na escola deve ser um meio ao aprendizado e não um fim em si mesmo e, ainda, que se assim for a SEDF estará possibilitando que os direitos constitucionais dos alunos a um processo de ensino aprendizagem completo, voltado à formação global, holística, seja retirado.

O Secretário ouviu atentamente, e repetiu ser leigo no assunto, mas que tem a intenção de atender as necessidades dos alunos da melhor forma possível, sem possibilitar ferir os direitos dos alunos. Que gostaria de debater mais a fundo o assunto, e que seria importante o CREF 7 ampliar a discussão da proposta que eles estão enviando, para que esta nova parceria fosse à frente.

Alguns representantes de Regionais e Conselheiros Regionais presentes se manifestaram na mesma linha que Lúcio Rogério, falando de suas suspeitas quanto à troca de turno e seus reais benefícios.

O Secretário se colocou à disposição para ampliar a campanha do Sistema CONFEF/CREFs, via CREF 7, em favor de valorizar e reconhecer a importância das aulas de Educação Física na Rede Pública e Privada de Ensino do Distrito Federal, agradeceu as intervenções de todos, especialmente a do Conselheiro Lúcio Rogério, e pediu, por fim, ajuda ao CREF 7 para um melhor atendimento às crianças e aos jovens do Distrito Federal no processo educacional. Por fim, reinterou que o documento inicialmente enviado é apenas para debater e se chegar a uma ação democraticamente construída.

Reunião no Recanto das Emas

Após a reunião com o Secretário de Estado de Educação do DF, Sr. José Valente e representantes das Regionais de Ensino, com palestras da Profª Drª Rossane Benk e do Prof.Ms. Paulo Roberto da S. Lima que expuseram sobre o tema "2009, ANO da EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: PLANTANDO CULTURA, CIDADANIA E SAÚDE", tema este instituído pelo Conselho Federal de Educação Física e abordado em todo o território nacional pelos CREFs. Houveram manifestações favoráveis, para ações imediatas, pelos representantes das Regionais de Ensino, que propuseram reuniões com seus Professores de Educação Física a fim de discutirem o tema. A primeira reunião realizada foi com a Diretoria Regional do Recento das Emas, que contou com a presença de todos os seus professores de educação física. Representando o CREF7, esteve presente o Profissional Paulo Roberto Lima que discursou sobre as ações do sistema Confef/Cref e respondeu a varias perguntas referentes a Educação Física no DF. Duas outras Diretorias Regionais, a de Samambaia e de Taguatinga deverão promover suas reuniões ainda no mês de agosto.

Conselheiro Paulo Roberto faz palestra para membros da Diretoria Regional do Recanto das Emas.

Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região - Distrito Federal

1º DE SETEMBRO - DIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Eventos do Mês do Profissional

Dia 1º de setembro
Sessão Solene em Homenagem ao Dia do Profissional de Educação Física
Local: Câmara Legislativa do Distrito Federal
Horário: A confirmar no Gabinete da Deputada Eurides Brito
Propositora: Deputada Eurides Brito - PMDB-DF

Dia 3 de setembro
II Encontro das Instituições de Ensino Superior do Distrito Federal
Local: Convenção BSB Fitness - Centro de Convenções Ulysses Guimarães
Horário: 19h30
Tema: Bacharelado e Licenciatura: a qualidade na formação com garantia do melhor atendimento à sociedade
Convidados: Diretores, Coordenadores, Professores Universitários e Conselheiros do Conselho Federal de Educação Física - CONFEF

Dia 4 de setembro
Sessão Solene em homenagem ao Dia do Profissional de Educação Física
Local: Câmara dos Deputados
Horário: 10h
Propositor: Deputado Federal Otávio Leite – PSDB-RJ

Dia 4 de setembro
Premição do I Concurso Literário do CREF7
Entrega da Medalha de Honra ao Mérito CREF7 a autoridades, profissionais e empresários
Local: Convenção BSB Fitness - Centro de Convenções Ulysses Guimarães
Horário: 19h30

Dia 5 de setembro
II Seminário de Ética Profissional na Educação Física
Tema: Ética Profissional em Educação Física: consolidando o futuro profissional
Palestrante: Jeane Arlete Marques Cazelato - CREF 000003-G/RS
Debate com a presença da Comissão de Ética do CONFEF
Coordenação: João Batista Andreotti Gomes Tojal - CREF 000003-G/SP
Membros:
Prof. João Batista Andreotti Gomes Tojal - CREF 000003-G/SP
Prof. Lúcio Rogério Gomes dos Santos - CREF 000001-G/DF
Prof. Alberto dos Santos Puga Barbosa - CREF 000002-G/AM
Prof. Jeane Arlete Marques Cazelato - CREF 000003-G/RS
Prof. Antonio Ricardo Catunda de Oliveira - CREF 000001-G/CE
Prof. Antônio Eduardo Branco - CREF 000009-G/PR
Local: Convenção BSB Fitness - Centro de Convenções Ulysses Guimarães
Horário: 19h30

Dias 21, 22 e 23 de setembro
I Seminário de Educação Física Escolar do Distrito Federal
Local: Auditório da Câmara Legislativa do Distrito Federal
Horário: (Dia 21 - das 10 às 18h), (Dia 22 - das 8:30 às 13h) e (Dia 23 - das 8:30 às 13h)
Propositor: Deputado Rogério Ulysses – PSB-DF - Co-Autores: Dep. Eurides Brito - PMDB-DF, Dep. Érika Kokai - PT-DF, Dep. Cristiano Araújo - PTB-DF. Palestras da Dra. Rossana Benck - Pesquisadora da UNB, com o tema: A presença do Profissional de Educação Física no ensino infantil, do Dr. Amauri Bassoli - Universidade de Maringá - PR, com o tema: Analfabetismo Motor e do Mestre Ricardo Catunda - Universidade do Ceará, com o tema: Recreação na Escola: educando para o lazer.

Participe!
Sua presença
é muito importante!

CREF7 Distrito Federal

A Educação Física, profissão primordial para o sucesso e competência no atendimento.

O PSF - Programa Saúde da Família vem representando um avanço positivo em toda a Saúde Pública Brasileira. Estados e Municípios primam pela sua implantação na forma mais completa possível. Os Governantes pretendem melhorar e elevar a excelência no atendimento da população, o que normalmente é bandeira, em suas campanhas eleitorais, mas quase sempre fica a dever durante suas gestões.

O NASF - Núcleo de Apoio ao Programa Saúde da Família constitui uma ação complementar ao PSF, como o próprio nome já diz, um "núcleo de apoio" para que melhor seja atendida a população. O NASF atende a uma região pré-estabelecida e recebe da equipe do PSF usuários e/ou famílias de usuários, que terão "a priori" seu caso debatido, discutido e deliberado para o apontamento das soluções pela "equipe multiprofissional" do NASF. As ações comuns para a solução destes problemas serão desenvolvidas em parceria com a ESF (Equipe do Saúde da Família) e poderá envolver outros setores públicos, priorizando: "educação permanente; planejamento integrado; potencialização do uso de espaços públicos de convivência; ações focadas na inclusão social; enfrentamento da violência; educação popular em saúde; trabalhos com grupos vulneráveis, etc...". Podendo acontecer inclusive atendimentos individuais, se necessário, pelo NASF.

O NASF esta dividido em oito áreas estratégicas; são elas: "atividade física/práticas corporais; práticas integrativas e complementares; reabilitação; alimentação e nutrição; saúde mental; serviço social; saúde da criança, do adolescente e do jovem; saúde da mulher e assistência farmacêutica" A primeira, não só aqui neste texto, mas também na Resolução que cria o NASF, é área exclusiva de Profissional de Educação Física, sem contar a possibilidade real da nossa atuação em várias das outras áreas estratégicas para o perfeito atendimento aos usuários.

No Distrito Federal, a Secretaria de Saúde ainda não conseguiu a plena instalação do PSF, por não ter ainda em seus quadros o Profissional de Educação Física. Poderia a Saúde no DF ser brindada com a inclusão imediata no NASF do Profissional de Educação Física, pois o Governo Federal repassa integralmente os valores para pagamentos dos salários, implementação e para manutenção do mesmo. Falta talvez vontade política, pois não é necessária a criação oficial dos cargos, o que pode ser feito à medida em que a implantação do NASF estiver ocorrendo ou mesmo após anos de seu funcionamento, que só será completo se e quando os Profissionais de Educação Física forem contratados.

O "Atendimento compartilhado para uma intervenção interdisciplinar, com troca de saberes, capacitação e responsabilidades mútuas, (estudo/discussão de casos/situações, orientações, atendimentos em conjunto)", existente nas diretrizes do NASF, não preconiza o exercício ilegal das Profissões Regulamentadas; o atendimento em conjunto ou a intervenção interdisciplinar não existem para permitir que um enfermeiro trate psiquiatricamente um paciente, nem tão pouco que um nutricionista realize ações fonoaudiológicas, ou por sua vez que um médico ministre sessões de exercícios físicos.

Sem Profissionais de Educação Física presentes na equipe, fica a população prejudicada no seu direito constitucional à saúde integral, ao atendimento completo de suas demandas nos problemas de saúde que por ventura venham a ter e, por fim, não se configura instalado o NASF, por descumprimento de seu preceito mais básico e por ausência do único profissional que a lei, em defesa da sociedade, permite realizar um de seus principais eixos, uma de suas principais áreas estratégicas, qual seja: atividade física/praticas corporais.

Lúcio Rogério
CREF nº 000001-G/DF

Mensagem de Jorge Steinhilber

O CREF7/DF, nesse seu primeiro ano de trabalho, cuidando exclusivamente dos Profissionais de Educação Física do Distrito Federal, orgulha-se de ter contribuído com o desenvolvimento do Sistema CONFEF/CREFs, uma vez que o CREF14/GO-TO oriundo do trabalho parceiro com Distrito Federal vem demonstrando excelente desempenho político, administrativo e financeiro. Por outro lado, a diretoria e o plenário do CREF7 dedicam-se ao crescimento e fortalecimento do Profissional de Educação Física na região, bem como o direito da sociedade ao atendimento qualificado. O Sistema CONFEF/CREFs percebe maior desenvoltura política do CREF7/DF demonstrando maturidade para articulações e parcerias, o que contribuiu para a consolidação da importância da entidade na região. Hoje em dia, sem dúvida alguma, são os Conselhos Regionais os maiores impulsionadores do Sistema, e o CREF7/DF tem demonstrado evolução e comprometimento com a defesa da sociedade brasiliense. Temos certeza de que os Profissionais da região orgulham-se da *performance* e do trabalho dedicado e competente que vem sendo realizado pelo Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região.

Jorge SteinhilberCREF
000002-G/RJ
Presidente do CONFEF

AVALIAÇÃO CORPORAL

COM EXCELÊNCIA

Dr. Renato André
Fisiologista do Exercício e Coordenador do Centro de Excelência de Medicina do Exercício do Golden Spa

GOLDEN SPA
CENTRO CLÍNICO DE LONGEVIDADE

A medida e a avaliação das necessidades e capacidades físicas constam no rol de prerrogativas dos profissionais de Educação Física, sobretudo no ambiente da promoção da saúde e das alterações morfológicas com fins estéticos. Mais do que apenas mensurar, é necessário interpretar e utilizar corretamente os dados obtidos nos exames para tornar mais factível o alcance dos objetivos almejados pelos clientes. Desta forma, o profissional de Educação Física pode monitorar de maneira precisa e sistematizada as adaptações fisiológicas induzidas pelo treinamento por ele prescrito.

O Golden Spa acaba de implantar o primeiro Centro de Excelência em Medicina do Exercício do Distrito Federal. Este novo empreendimento visa oferecer à comunidade da Educação Física e demais áreas da saúde um elevado padrão de qualidade em avaliação física, desde a análise da composição corporal até marcadores genéticos. A equipe é coordenada pelo Prof. Msc. Renato André Silva (CREF 000114-G/DF) e realiza os seguintes exames:

Avaliação da Composição Corporal

O exame por Absortometria de Raio-X de Dupla Energia (DEXA) identifica com grande precisão a composição corporal do modelo de três componentes, no caso, os tecidos ósseo, muscular e gordo. Esta fragmentação permite diversas análises de ordem quantitativa e qualitativa. Diferentemente de outros métodos em que técnicas radiológicas são utilizadas, o DEXA oferece ao avaliado baixa exposição à radiação, elevada fidedignidade, procedimentos padronizados, e é de rápida realização. Ao final, é possível avaliar os tecidos de forma segmentada, em gramas, bem como as assimetrias apresentadas entre os hemilados, o que faz do método bastante sensível para detectar alterações mínimas na composição corporal proporcionadas por intervenções nutricionais e/ou exercícios físicos.

Avaliação do Metabolismo de Repouso

O exame por Calorimetria Indireta fornece a medida do custo energético para a manutenção das funções vitais em repouso (TMR). O organismo consome uma quantidade fixa de oxigênio por cada caloria oxidada e, pela diferença entre a quantidade de oxigênio inspirado e expirado, é possível calcular com precisão quantas calorias o corpo está metabolizando. Quando esse valor é extrapolado para 24 horas, tem-se o custo energético basal diário. O exame é realizado com o avaliado posicionando-se confortavelmente deitado e com a utilização de uma máscara específica; a única exigência para realizá-lo é que o avaliado permaneça respirando normalmente.

Avaliação da Aptidão Cardiorrespiratória

O Teste de Esforço Ergoespirométrico (TEE) é um teste que mede a aptidão cardiorrespiratória, representada pela máxima geração de energia através do sistema aeróbio (VO2 máx. ou pico). Também estabelece os limiares de transição aeróbio-anaeróbio por meio do equilíbrio entre o consumo de oxigênio e a produção de dióxido de carbono. Estes dois parâmetros estão relacionados com a frequência cardíaca (FC), o que permite maior aplicabilidade na prescrição do treinamento. Outro dado importante apresentado pelo teste é o quociente respiratório (QR), que apresenta os equivalentes metabólicos de carboidratos e gorduras para intensidades pré-selecionadas. Desta forma, é possível estabelecer o gasto energético em tais intensidades tanto quanto o percentual de participação desses substratos.

Avaliação Dermatoglífica

O desenho das digitais dos dedos é um indicador genético que pode auxiliar na detecção do talento e das potencialidades atléticas. Os índices das impressões digitais demonstram diferenças entre diversos grupos de modalidades esportivas, correlacionando-se com determinadas qualidades físicas, como a força, resistência e coordenação. Desta forma, o Dermatóglifo informa o perfil do atleta no esporte e as capacidades físicas predominantes. A coleta de dados é extremamente simples e a aplicação prática dos resultados é evidente.

Todos os resultados dos exames são emitidos com laudos acerca de valores de normalidade para saúde, bem como de desempenho. A equipe do Golden Spa convida toda a comunidade da Educação Física e demais áreas da saúde a conhecerem nossos serviços e formar parcerias de trabalho no intuito de expandir este trabalho de excelência.

SHTN trecho 1 lote2, bloco G - Quality Resort Lake Side
www.goldenspa.com.br - (61) 3306 1003

Educação Física
Brasília

Pós-Graduação Lato Sensu

Início: 29 e 30/08/2009

Cursos Presenciais

- Administração e Marketing Esportivo
- Bases Nutricionais da Atividade Física (Nutrição Esportiva)
- Educação Física Escolar
- Exercício Físico Aplicado à Reabilitação Cardíaca e a Grupos Especiais
- Fisiologia e Cinesiologia da Atividade Física e Saúde
- Natação e Atividades Aquáticas
- Obesidade e Emagrecimento
- Psicomotricidade
- Ginástica Postural na Linha da Reestruturação Corporal Global (RCG)
- Treinamento Desportivo
- Voleibol – Metodologia e Treinamento

Curso a Distância

- Personal Training: Metodologia da Preparação Física Personalizada

2º SEMESTRE 2009

UNIVERSIDADE GAMA FILHO 1939

. São Paulo (11) 2714-5656
(11) 2714-5665
(11) 2714-5690
. Todos os Estados 0300 10 10 10 1
. Outros Estados 0800 772 0149
Local: Colégio Galois - SGAS - Quadra 902 - Asa Sul / Colégio Galois - 601 Sul L2 SGAS 601 Conjunto A L2 Sul