

INSTITUTO FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL - IFRS
CAMPUS RESTINGA

NATHANA SILVA DOS SANTOS

FOTO MOVE MENTE:
efeitos da fotografia do movimento na gestão da qualidade de vida

PORTO ALEGRE
2025

NATHANA SILVA DOS SANTOS

FOTO MOVE MENTE:

efeitos da fotografia do movimento na gestão da qualidade de vida

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial para a
obtenção do grau de Tecnólogo em Gestão
Desportiva e de Lazer.

Orientador: Roberto Souza

Porto Alegre

2025

NATHANA SILVA DOS SANTOS

**FOTO MOVE MENTE:
efeitos da fotografia do movimento na gestão da qualidade de vida**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial para a
obtenção do grau de Tecnólogo em Gestão
Desportiva e de Lazer.

Data da aprovação: __/__/____

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Roberto Souza (orientador)
IFRS Campus Restinga

Prof. Me. Angela Zanotelli Cagliari
IFRS Campus Restinga

Prof. Me. Luana Goulart Teixeira Ney
IFRS Campus Restinga

RESUMO

Este trabalho aborda a fotografia do movimento como ferramenta de promoção da qualidade de vida, a partir dos efeitos da visualização da própria imagem em ação. Buscou-se analisar de que forma a fotografia do sujeito em movimento atua colaborando para a qualidade de vida, utilizando referências teóricas sobre fotografia, infância, projetos sociais, benefícios do movimento e dimensões da qualidade de vida, além de considerar a experiência da autora — fotógrafa, mãe, graduanda em Gestão Desportiva e de Lazer e atuante em uma escola de movimento — e reunir percepções de colaboradores de instituições que promovem práticas de movimento, por meio de entrevistas. Evidenciaram-se fatores como o desenvolvimento da autoestima dos fotografados, a produção de legado e o registro histórico, além do suporte à gestão. Assim, a pesquisa aproximou-se da cartografia, fundamentando-se na ideia de que “cartografar é acompanhar processos”. Reconhecendo o potencial desses registros na infância, realizou-se ainda um projeto fotográfico em um projeto social que oferta esporte e lazer a crianças, garantindo acervo pessoal às participantes e acervo institucional à gestão da instituição. Ao propor o resgate e a produção contínua de registros das práticas corporais ao longo da vida, foi produzido um álbum informativo, intitulado *Foto Move Mente*, que reúne parte do ensaio fotográfico e conteúdos didáticos sobre fotografia do movimento e qualidade de vida, com a intenção de popularizar o conhecimento acadêmico e movimentar a mente do leitor. Com isso, o trabalho destaca o papel do gestor desportivo e de lazer na promoção da qualidade de vida por meio da valorização da fotografia do movimento.

Palavras-chave

Fotografia do movimento. Qualidade de vida. Infância. Projetos sociais. Gestão desportiva e de lazer.

ABSTRACT

This study addresses movement photography as a tool for promoting quality of life, based on the effects of viewing one's own image in action. The aim was to analyze how photography of the subject in movement contributes to quality of life, using theoretical references on photography, childhood, social projects, benefits of movement, and dimensions of quality of life. The research also considers the author's experience—as a photographer, mother, undergraduate student in Sport and Leisure Management, and practitioner in a movement school—and includes perceptions of professionals from institutions that promote movement practices, collected through interviews. The results highlight factors such as the development of self-esteem among those photographed, the production of legacy and historical records, as well as support for management. Thus, the study follows a cartographic approach, based on the idea that “to map is to follow processes.” Recognizing the potential of these records in childhood, a photographic project was also carried out in a social project that offers sports and leisure activities to children, ensuring a personal collection for the participants and an institutional collection for the management. By proposing the recovery and continuous production of records of bodily practices throughout life, an informational album entitled *Foto Move Mente* was produced, bringing together part of the photographic essay and didactic content on movement photography and quality of life, with the aim of popularizing academic knowledge and stimulating the reader's reflection. In this way, the study highlights the role of the sport and leisure manager in promoting quality of life through the appreciation of movement photography.

Keywords

Movement photography. Quality of life. Childhood. Social projects. Sport and leisure management.

*"As únicas pessoas que realmente mudaram a história
foram as que mudaram o pensamento dos homens
a respeito de si mesmos."*

Frase de Malcolm X, citada no documentário
Racionais: Das Ruas de São Paulo pro Mundo

AGRADECIMENTOS

Obrigada, filho, por existir, do jeitinho que és e por estar comigo desde o primeiro dia da graduação, ainda no forninho. Ao meu nenê, que dormiu no bebê conforto, depois no carrinho e depois nos pufes do IF; engatinhou pelas salas; esteve no colo dos colegas; apresentou conteúdos junto aos professores; tomou *teti* durante as aulas e lanchou na cantina do Rafa. Ao filho que cresceu aprendendo a lidar com as demandas da faculdade da mãe e, com compreensão, acompanhou cada etapa dessa formação. Eu agradeço por me colocar em movimento, me inspirar e dar sentido ao meu caminho. Que, ao longo da nossa vida, possamos encontrar qualidade de vida juntos e individualmente. Que vivamos muitos momentos de práticas de movimento lado a lado. Que este trabalho sirva, também, de inspiração para que a tua mãe retome a fotografia como forma de lazer, registrando teus movimentos nos momentos de lazer e nos esportes que praticar. E que te inspire, filho, a crescer como alguém que reconhece o valor do corpo, da autonomia, da arte, da fé e das escolhas que fortalecem o bem-viver. Obrigada por dar potência aos meus movimentos no mundo.

Aos meus colegas que ingressaram comigo e me acolheram grávida — e depois acolheram o Joaquim — com tanto afeto. Nunca fizeram com que eu me sentisse mal por levá-lo às aulas e, pelo contrário, tornaram tudo mais leve, bonito e até divertido. Obrigada por fazerem daquele espaço um ambiente onde a maternidade pôde existir com respeito e colaboração.

Aos professores e professoras que me acolheram com carinho, compreensão e confiança. Meu respeito aos que não diminuíram a minha capacidade enquanto estudante por eu ter me tornado mãe. Meu agradecimento especial à professora Cíntia, que viu capacidade em mim, me oportunizando ser bolsista de pesquisa, estar à frente de feiras de saúde do campus e ver meu nome em publicações científicas – o que transformaram minha trajetória acadêmica e pessoal. Foi por ela que fui apresentada aos estudos sobre qualidade de vida — um conteúdo que se mostrou profundamente potente na minha formação e na minha existência.

Ao Instituto Federal, que me acompanhou por 14 anos da minha vida, deixo minha gratidão mais profunda. O IFRS me formou intelectualmente, mas também como

cidadã: consciente dos meus deveres, das minhas obrigações, dos meus privilégios e dos meus valores enquanto mulher artista. Despeço-me com respeito e infinita gratidão. Obrigada a todos servidores que me inspiraram e renovaram minha esperança no mundo e nas pessoas.

Sou testemunha do impacto que um Instituto Federal tem dentro de uma comunidade. O IFRS me deu perspectiva de vida por meio do conhecimento e da educação, e é impossível dimensionar o quanto isso mudou meu caminho — e, agora, o do Joaquim também.

Ao meu orientador Roberto, pai da Antônia, por ter aceitado abraçar um projeto até então complexo e imprevisível. Pelas palavras de incentivo e calma na condução. Obrigada por me fortalecer e me estimular como fotógrafa também.

Aos meus amigos, à quem me emprestou livros, à minha psicóloga e aos meus clientes da fotografia, obrigada por compreenderem esse momento e torcerem fervorosamente.

Com carinho ao Centro Infanto-Juvenil Monteiro Lobato por me receber com tanto acolhimento e disponibilidade. Do fundo do meu coração: que as fotos tenham função de contribuir no trabalho incrível que é realizado na vida dessas crianças e que impacta na comunidade e contribui para sociedade. É lindo o legado produzido pelo trabalho de cada pessoa que está atuando dentro desta instituição.

Com apego criado rapidamente, meu carinho e agradecimento às crianças das turmas A do ano de 2025, pelas trocas vividas. É uma honra ter cruzado suas histórias, ter tido a oportunidade de ouvi-los, de eternizá-los em imagens, de ganhar afeto em forma de abraço, de desenho, de olhar. Que Deus os ampare e abençoe sempre. Vocês são únicos e perfeitos!

Aos parceiros entrevistados, pela disponibilidade e prontidão ao dedicarem seu tempo e experiência para contribuir com essa pesquisa. Agradeço e reforço a extrema relevância a este trabalho e à qualidade de vida de quem atendem.

Com todo meu coração, agradeço à minha família pelo apoio e pelo suporte durante as etapas mais intensas do TCC e da minha vida. Vocês, que registraram minha infância de forma tão presente e cuidadosa, despertaram a inspiração que

originou este projeto. Esses registros me permitiram acessar minha própria história e os efeitos positivos disso — discutidos neste trabalho.

Salve, Erês!

LISTA DE IMAGENS

Imagem 1: Infância da autora 1	14
Imagem 2: Infância da autora 2	14
Imagem 3: Infância da autora 3	14
Imagem 4: Com a bola	24
Imagem 5: Jogando bola	24
Imagem 6: CIJML no Google	26
Imagem 7: Arte do rosto de Murialdo no saguão da instituição	27
Imagem 8: Frase no refeitório 1	28
Imagem 9: Frase no refeitório 2	28
Imagem 10: Frase porta da sala	28
Imagem 11: Frases de fé	28
Imagem 12: Oficineiro de dança	29
Imagem 13: Oficineiro de educação física (PRESTES À CLICAR, maio/2025)	29
Imagem 14: W e G	30
Imagem 15: W	30
Imagem 16: G	30
Imagem 17: Desenho vôlei	31
Imagem 18: Desenhos para Nanai (autora)	31
Imagem 19: Anotações	31
Imagem 20: Chamada turmas A	31
Imagem 21: Compilado imagens oficinas	32
Imagem 22: Compilado imagens no intervalo	33
Imagem 23: Compilado imagens dos rostos	33
Imagem 24: Compilado cliques pelas crianças	34
Imagem 25: Compilado de momentos e expressões diferentes	35
Imagem 26: Vitória	36
Imagem 27: Orgulho de si	36

SUMÁRIO

1 AQUECIMENTO	12
2 MOVIMENTAÇÕES QUE CONSTRUÍRAM	18
3 MOVIMENTO PARA QUALIDADE DE VIDA	20
4 FOTOGRAFIA DO MOVIMENTO	23
5 PROJETOS SOCIAIS EM MOVIMENTO	26
6 MOVIMENTO FOTOGRÁFICO NO PROJETO SOCIAL	30
7 MOVIMENTAÇÕES TEÓRICAS	37
8 DIÁLOGO COM INSTITUIÇÕES MOVIMENTANTES	39
8.1 Renascer da Esperança	39
8.2 Coletivo Corre Preto	40
8.3 Escola De Movimento Movere	41
8.4 WimBelemDon	42
8.5 Escola de Futebol Do Grêmio	44
9 MOVIMENTAÇÕES FINAIS	45
REFERÊNCIAS	48
ANEXO 1- ÁLBUM FOTOGRÁFICO INFORMATIVO - FOTO MOVE MENTE	50
ANEXO 2 - TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL	51
ANEXO 3 - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PAIS OU RESPONSÁVEL	52
ANEXO 4 - TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	54

1 AQUECIMENTO

Este é um trabalho de conclusão do curso de Tecnologia em Gestão Desportiva e de Lazer do Instituto Federal do Rio Grande do Sul Campus Restinga, localizado no extremo sul da capital gaúcha. A autora, fotógrafa que se graduou durante a gestação e infância do filho, aborda a temática da fotografia nas áreas do movimento — defendendo seu potencial como ferramenta de qualidade de vida através da capacidade do registro histórico visual gerar conexão consigo e com as práticas de movimento — e destaca o papel dos projetos sociais na promoção de atividades de movimento para crianças em vulnerabilidade social e observa a contribuição da fotografia dessas atividades para os projetos e para a trajetória individual dessas crianças, realizando um projeto fotográfico no Centro Infanto-Juvenil Monteiro Lobato e coletando relatos de gestores, sobre suas percepções do efeito da fotografia do movimento nos participantes e nas instituições: Wimbelemdon, Renascer da Esperança, Escola de Movimento Movere, Coletivo Corre Preto e Escola de Futebol do Grêmio. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, que se aproxima do método cartográfico, conforme discutido na Pista 3 da obra *Pistas do Método da Cartografia* (Kastrup; Pozzana, 2009), a partir da compreensão de que “cartografar é acompanhar processos”. Essa perspectiva apresenta um exercício de (re)invenção metodológica em pesquisas com crianças, o que dialoga diretamente com a realidade enfrentada na prática deste trabalho, que descreve as experiências observadas, dialoga com as teorias estudadas em aula e cria reajustes de rota da pesquisa conforme os desafios apresentados em sua execução, buscando evitar experiências negativas às crianças e valorizar os trabalhos exercidos nos projetos sociais. Compreendendo o acesso a informação como fator determinante para a busca por qualidade de vida através de movimentos diários conscientes, foi produzido um álbum fotográfico informativo, intitulado *Foto Move Mente*, que reúne parte do ensaio fotográfico e conteúdos didáticos sobre fotografia do movimento e qualidade de vida, com a intenção de popularizar o conhecimento acadêmico. Com isso, o trabalho destaca o papel do gestor desportivo e de lazer na promoção da qualidade de vida por meio da valorização da fotografia do movimento.

A fotografia é uma das mais potentes formas de registrar a existência e, ao mesmo tempo, de revisitá-la. Para Barthes (1984), toda fotografia é uma prova irrefutável de que algo existiu — ela preserva momentos e abre caminhos para a recordá-los. A fotografia do movimento carrega um potencial além, permite que o sujeito se conecte à experiência corporal ativa que viveu, tendo a prova de que habitou um corpo capaz, ativo no espaço e na própria história. Esse olhar sobre o corpo em movimento, abre caminhos para acessar dimensões profundas da experiência humana — físicas, emocionais, sociais e espirituais —, todas diretamente relacionadas à qualidade de vida, conforme definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS).

A OMS compreende qualidade de vida como a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida, levando em conta fatores físicos, psicológicos, sociais, ambientais, espirituais e de autonomia. A partir dessa definição, a fotografia do movimento é aqui defendida como uma ferramenta de acesso a esses fatores, capaz de despertar memórias, promover autoestima e estimular o autoconhecimento e a conexão com as práticas de movimento.

Dentro dessa perspectiva, o trabalho se guia em duas linhas principais: a primeira é a fotografia da infância em movimento, que busca resgatar um período da vida marcado pela espontaneidade corporal e pela liberdade de expressão. A infância é o momento em que o corpo ainda não carrega tantas interferências sociais e padrões de comportamento. Registrar esse instante é guardar, em imagem, uma forma de autenticidade e leveza que pode ser revisitada mais tarde, funcionando como um espelho para o reencontro com a própria essência. Como aconteceu com a autora ao rever sua criança conecta ao movimento através dessas imagens:



Imagens 1, 2 e 3: fotos da infância da autora

A segunda linha é a fotografia do movimento na fase adulta, voltada à forma como nos percebemos hoje. Ver-se em movimento, praticando uma atividade, brincando, dançando ou se exercitando, pode reforçar a sensação de pertencimento, a autoestima e a autoeficácia. Além disso, nas redes sociais, as imagens de práticas corporais se transformaram em uma ferramenta de conexão, inspiração e continuidade, contribuindo para o estímulo e a disseminação da ideia de praticar.

O conceito de movimento, aqui, é compreendido tanto em seu sentido físico — ligado à expressão corporal, ao esporte e ao lazer ativo — quanto em seu sentido simbólico, que se relaciona à transformação, ao progresso e à própria evolução humana. A distinção entre os verbos mover e movimentar contribui para compreender a profundidade do conceito de movimento aplicado à fotografia. “Mover” significa “deslocar algo de um lugar para outro”, como quando nossa mente se move ao momento registrado na fotografia, e “movimentar” é definido como “pôr em movimento; ativar; estimular” (MICHAELIS, 2015) como algo que trará continuidade e resultado, capaz de envolver dimensões físicas, emocionais e simbólicas, como quando a reconexão com as sensações de se ver em movimento na fotografia nos estimula a entrar em movimento. Ou seja, a fotografia possui a capacidade de mover a mente para o momento vivido no registro, reativando memórias, sensações e percepções associadas à experiência capturada, e movimenta o sujeito, no sentido de ativar

processos internos que podem favorecer a reconexão consigo, a retomada de pertencimentos e a aproximação com a prática corporal apresentada na imagem. Dessa forma, a fotografia do movimento opera simultaneamente no eixo do deslocamento mental para o passado e no eixo da ativação presente, articulando memória, sensação e transformação.

Santurbano (2022), referenciado neste trabalho, justifica o movimento como parte essencial da constituição do ser humano, um processo contínuo de evolução e expressão da vida. Por tanto, o título refere-se ao movimento da mente causado pela fotografia e a possível condução ao movimento físico.

Foram produzidas imagens das crianças das turmas “A” (de 6 à 9 anos de idade), do Centro Infanto-Juvenil Monteiro Lobato — projeto social que oferece atividades no contraturno escolar, no Bairro Restinga, em Porto Alegre —, durante o mês de setembro de 2025, nas práticas de esporte, dança e lazer ativo promovidos, na instituição, por educadores/oficineiros de dança e educação física. As fotografias visam proporcionar a essas crianças o acesso às próprias imagens e memórias de práticas de movimento na infância vividas no projeto, contribuindo para a construção de identidade e autoestima a partir do registro visual de suas histórias. É uma lembrança do corpo livre e curioso que habita cada ser humano e que pode também servir de inspiração para mantê-los adultos fisicamente ativos. Assim, o trabalho se coloca como uma proposta de reflexão sobre a fotografia como ferramenta de vínculo com a essência da infância e, simultaneamente, como convite à valorização do movimento como um propulsor da qualidade de vida.

A partir dessa experiência, foi criado o álbum fotográfico informativo sobre fotografia do movimento e qualidade de vida — contendo imagens do projeto fotográfico e — com o intuito de compartilhar o conhecimento de forma acessível e contribuir com a valorização do movimento e da imagem como instrumentos de reconexão consigo mesmo, bem como informações sobre qualidade de vida, que possam inspirar a gestão pessoal do leitor.

Para Susan Sontag (2004), as fotografias organizadas em álbuns constroem uma forma de apropriação da realidade, pois selecionam e interpretam a experiência

vivida. Assim, o álbum se torna um artefato cultural, que narra histórias e desperta emoções a partir da interpretação.

Dessa forma, este trabalho parte da ideia de que a fotografia do movimento é mais do que um registro visual. Ela pode ser uma linguagem de reencontro — com o corpo, com o tempo, com a infância e com o próprio sentido de existir. Fotografar o movimento é reconhecer a vida em curso e, ao mesmo tempo, abrir espaço para compreender como o corpo que se move também pensa, sente e se transforma.

O objetivo geral deste trabalho foi analisar como a fotografia das pessoas em práticas de movimento físico, principalmente quando a imagem é de criança, pode contribuir para a qualidade de vida a partir da preservação da história pessoal, valorizando a prática do esporte e do lazer ativo e colaborando para a construção do autoconhecimento e da autoestima ao longo da vida, buscando também gerar conexão com prática de movimento.

Mais especificamente, o trabalho traz a visualização da fotografia como ferramenta de qualidade de vida. Foram realizadas: a produção de registros fotográficos de crianças de um projeto social durante atividades esportivas e de lazer — produzindo: retratos individuais que eternizasse características físicas dos rostos infantis; momentos espontâneos de práticas desportiva ou recreativa nas oficinas de esporte e de dança; e lazer ativo nos intervalos. — com um breve diálogo com as crianças sobre suas impressões sobre fotografia, esporte e lazer. Além disso, foram coletados relatos de gestores, sobre suas percepções do efeito da fotografia do movimento nos participantes e nas instituições: Wimbelemdon, Renascer da Esperança, Escola de Movimento Movere, Coletivo Corre Preto e Escola de Futebol do Grêmio, que evidenciaram fatores como o desenvolvimento da autoestima dos fotografados, a produção de legado e o registro histórico, além do suporte à gestão. Por fim, a produção do álbum fotográfico informativo sobre fotografia do movimento e qualidade de vida, intitulado *Foto Move Mente*, com uma breve seleção das fotos produzidas – aquelas que não expõem os rostos das crianças — e mini textos e imagens didáticas — a fim de popularizar o acesso à conteúdos acadêmicos e movimentar a mente do leitor. Com isso, o trabalho demonstra o papel do gestor

desportivo e de lazer na promoção da qualidade de vida a partir da valorização da fotografia do movimento.

2 MOVIMENTAÇÕES QUE CONSTRUÍRAM

Quando observado o contexto da autora, este trabalho de conclusão de curso reflete um processo de muitos anos. O início da graduação foi paralelo ao início da gestação de seu filho, aos 19 anos de idade, o que lhe fez absorver os conteúdos acadêmicos como gestão, esporte, lazer, recreação, qualidade de vida, organização, em uma perspectiva de gestão da própria vida e da criação de uma nova.

A criação de outra vida vinha junto de estudos informais sobre desenvolvimento infantil, nutrição, psicologia, pedagogia, enquanto a reorganização de se tornar mãe fazia acessar estudos de si, da sua história, da sua criança e criação, dos seus valores, traumas e sonhos.

Quando se tornou mãe, o processo antigo (desde a adolescência) por uma rotina saudável, de bons hábitos físicos, mentais, sociais, ambientes, espirituais, de autonomia – pilares da qualidade de vida (OMS, 1998) – se tornou ainda mais intenso. E fatores como características físicas da genética, conduta dos adultos que a rodeavam quando criança, ambientes que frequentava, comportamentos na infância, e os efeitos disso, foram se tornando de extremo interesse para autoconhecimento e reflexão sobre o que estava passando ao filho.

Nesse processo, houve a busca pelo suporte de profissionais da psicologia, houve busca pela conexão com a fé, houveram recursos das medicinas sagradas, houveram diálogos com os ancestrais mais próximos. Ainda com tantas buscas, a existência de um grande álbum de fotografias da infância fez com que houvesse a visualização material e o despertar da mente sobre muitos acontecimentos e características familiares.

A partir disso, houve a percepção de privilégio de possuir este material visual rico de resgate de memória e história. Junto à este sentimento, veio o desejo de proporcionar esta ferramenta a quem houvesse maior dificuldade em possuir.

Em devaneios com a orientação do trabalho de conclusão, houve a compreensão de que crianças em vulnerabilidade social eram o público alvo deste projeto fotográfico. Entendemos que projetos sociais concentram mais realidades em que o projeto poderia ter relevância.

Compreendendo o uso da fotografia na comprovação de atividades dos projetos sociais, como para editais de leis de incentivo – questão abordada nas disciplinas de Legislação Desportiva e Cultural, de Políticas Públicas de Esporte e Lazer e de Projeto Social – confere-se efeito significativo de contribuição à fotografia no fomento do trabalho desenvolvido por estas instituições. O potencial de divulgação nas redes sociais também é uma função significativa. Por tanto, projetos sociais se tornaram o ambiente ideal para a realização do projeto fotográfico, tendo em vista o efeito nas crianças e na instituição.

Junto à relação entre fotografia e memória da infância de crianças de projetos sociais, as práticas de movimento (esporte, lazer ativo, exercício físico) são parte formadora do currículo da graduação da autora e são ferramentas indispensáveis para todas as dimensões da qualidade de vida supracitadas. Portanto, unir fotografia e movimento implica em uma ferramenta potente de acesso à qualidade de vida. Há evidências de que as pessoas que têm um estilo de vida mais ativo tendem a ter uma autoestima e uma percepção de bem-estar psicológico positivas (Nahas, 2017).

3 MOVIMENTO PARA QUALIDADE DE VIDA

Santurbano, na sua obra *Evolução e Movimentação Humana* (2022, p. 105), explica que movimento “é um termo universal que se refere a qualquer mudança de posição no espaço do corpo ou de uma de suas partes; e a atividade física, no que lhe concerne, é uma subdivisão do grande conjunto do movimento, podendo ser definida por uma movimentação corporal que ocorre necessariamente por meio dos músculos esqueléticos e que resulta, desta forma, em um aumento do gasto energético, influenciado, portanto, o estado de aptidão física. [...] Já o exercício físico, por sua contrapartida, seria apenas mais uma subdivisão da atividade física, sendo também entendido como um movimento corporal que utiliza os grandes músculos esqueléticos, mas que, diferentemente da atividade física, é sistemático, estruturado e repetitivo, tendo como objetivo direto melhorar ou manter aptidão física.” Com isso, exemplifica:

“O exercício físico e o esporte são, portanto, uma atividade física, mas não são as únicas. Dançar, sozinho ou com alguém, fazer as tarefas domésticas ou brincar com seus filhos, também podem ser enquadradas como atividades físicas, sobretudo se praticadas mais regularmente. Afinal, se assim o são, são movimentações corporais que aumentam o gasto energético. Porém, podem influenciar os estados de aptidão física de alguém.”

Nahas é um autor presente nas disciplinas que abordam qualidade de vida, pelo seu livro *Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida* (2017) e é a referência principal do tema neste trabalho. Ele analisa que a qualidade de vida depende diretamente de escolhas cotidianas e comportamentos que favoreçam vitalidade e bem-estar. Dessa forma, o movimento não é entendido apenas como exercício físico, mas como prática que articula corpo, mente, relações sociais e ambiente, estruturados por um estilo de vida ativo.

O autor destaca que além de estilos de vida que põem em risco a saúde — seja pelo estresse, pela alimentação inadequada ou pelo sedentarismo — ainda existem diferenças gritantes no padrão de vida de regiões mais desenvolvidas e daquelas mais pobres. “A luta diária pela sobrevivência impede que as questões hierarquicamente mais significativas em termos de qualidade de vida possam ser consideradas (como o

lazer e a cultura)”. De fato, a verdadeira escala de qualidade de vida começa quando as barreiras da sobrevivência são ultrapassadas.

O movimento vem como ferramenta, em suas variadas formas — do lazer ao esporte, das práticas espontâneas às práticas corporais estruturadas — para a construção da qualidade de vida utilizando informação e o próprio corpo. A Organização Mundial da Saúde (OMS) compreende qualidade de vida como a “percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (OMS, 1995, p. 1). Por abranger dimensões físicas, psicológicas, sociais, ambientais, espirituais e de autonomia, essa definição permite entender o movimento como um recurso capaz de atravessar todas elas.

No campo do lazer, Marcellino (2008, p. 16-17) aponta que as atividades de lazer, além de proporcionar um espaço para o entretenimento e a descontração, são também um campo de experimentação e de afirmação identitária. Através do lazer, os indivíduos se conectam com suas heranças culturais e desenvolvem um senso de pertencimento a determinados grupos sociais. Assim, o movimento dentro do lazer amplia a participação social, rompe com tensões cotidianas e fortalece o pertencimento.

Do ponto de vista físico, o autor destaca que atividades de lazer que envolvem movimento, como a prática de esportes ou a dança, são fundamentais para a manutenção de um corpo saudável, pois ajudam a fortalecer o sistema cardiovascular, melhorando a circulação sanguínea e a capacidade pulmonar. Além disso, a atividade física regular está relacionada à prevenção de uma série de doenças crônicas, como diabetes e hipertensão, e auxilia na manutenção de um peso saudável (MARCELLINO, 2008, p. 20).

Assim, o movimento não é apenas ação corporal: é experiência integral que toca emoções, vínculos, cultura, identidade e pertencimento. Ele permite que indivíduos se reconheçam em seus corpos, revisitem suas histórias, ampliem sua autonomia e criem memórias carregadas de significado. No contexto das práticas de lazer e esporte, essa potência se torna ainda mais evidente, pois tais espaços oferecem oportunidades de convivência, expressão e construção de trajetórias pessoais e coletivas.

Dessa forma, articulando OMS, Nahas, Marcellino e Santurbano, compreende-se que o movimento é uma ferramenta de promoção da qualidade de vida porque envolve corpo, emoção, sociedade, cultura e ambiente. Ele contribui para a saúde física, fortalece o bem-estar psicológico, estimula relações sociais, favorece experiências significativas no ambiente e promove autonomia. Resumindo, movimentar-se é viver mais plenamente — e é nessa perspectiva que este trabalho posiciona a fotografia do movimento como uma forma de registrar, valorizar e dar visibilidade a esses processos.

4 A FOTOGRAFIA DO MOVIMENTO

A fotografia do movimento carrega um potencial singular de expressão e reconhecimento. Ao registrar pessoas em ação, permite que o sujeito se perceba em movimento, reconhecendo-se como parte ativa do espaço e da experiência vivida. Essa possibilidade de se ver em ação desperta autoestima, pertencimento e conexão com a própria prática corporal, tornando a fotografia um instrumento de reflexão sobre si e sobre o corpo em movimento.

No contexto da infância, esse poder adquire novas camadas. Ser fotografada em movimento é, para a criança, uma experiência de descoberta e de afirmação de si. Ao se ver nas imagens, ela vivencia o prazer do reconhecimento e fortalece o vínculo com as práticas de movimento e com o próprio corpo. Em outra perspectiva, a fotografia da criança em movimento também se torna um elo entre tempos: quando o adulto revisita essas imagens, reconecta-se com a criança que foi, ativando memórias afetivas e corporais da infância e da relação com o brincar, o esporte e o mundo.

A escolha por esse tema se relaciona à trajetória profissional da autora, que atua como fotógrafa há mais de dez anos. A vivência com a imagem despertou o interesse em compreender como a fotografia pode contribuir para a construção da memória e da identidade desde a infância. O ingresso no curso, realizado no início do período de gestação, aproximou esse olhar da compreensão do desenvolvimento infantil e humano, fortalecendo a integração entre prática artística e reflexão teórica. Além disso, a proposta do trabalho foi inspirada pela observação dos efeitos produzidos pelas imagens na própria experiência da autora — tanto ao visitar fotografias de sua infância quanto ao analisar registros de suas práticas corporais em uma escola de movimento. Essas vivências evidenciaram o potencial da imagem como mediadora de processos de autopercepção e pertencimento, estimulando a investigação de como esse mesmo potencial pode gerar efeito na qualidade de vida de quem é fotografado em movimento.

No âmbito social, ao registrar crianças participantes de projetos sociais, o trabalho amplia o acesso dessas crianças à fotografia, tanto como experiência imediata quanto como legado. As imagens funcionam como um meio de valorização individual e

coletiva, oferecendo às famílias e às instituições registros que fortalecem a identidade do grupo e a continuidade da memória do projeto. Para as organizações, esse material também tem relevância administrativa, pois contribui para a prestação de contas e divulgação, servindo como evidência concreta e visual da importância social das ações desenvolvidas.

Quando a gestão é desportiva e de lazer, a fotografia do movimento empenha função na plena expressão do trabalho realizado. O desporto e o lazer são exercidos, pelo praticante, com movimento. A compreensão e capacitação para a fotografia do movimento pode estabelecer melhora na comunicação desta gestão.

Um exemplo simples de uma fotografia estática e uma fotografia em movimento, de um menino em contato com o instrumento desportivo (a bola, neste caso), é capaz de comunicar a real relação dele com a prática. Com o registro do movimento, se percebe a habilidade desenvolvida e se compreende possíveis potenciais individuais da criança e do trabalho desportivo desenvolvido pelos profissionais em torno dele. Contando, assim, a história dele e da gestão desportiva com maior efetividade:



Imagem 4: com a bola



Imagem 5: jogando bola

Assim, a realização deste trabalho tem contribuição social e institucional. Ao integrar o olhar fotográfico à gestão de projetos de esporte e lazer, busca-se unir a sensibilidade da arte à função documental e formativa da imagem, reforçando o papel da fotografia como ferramenta de memória, identidade e transformação, enquanto fomenta o trabalho dessas instituições, visando o potencial dela sobre a vida de muitas pessoas, e disponibiliza de acervo pessoal para os participantes.

5 PROJETOS SOCIAIS EM MOVIMENTO

Projetos sociais que oferecem atividades esportivas e de lazer cumprem papel essencial na promoção da qualidade de vida a crianças em vulnerabilidade social, e é de grande relevância manter registros visuais que permitam às crianças, no futuro, revisitar essas vivências. Escolher esse público é, portanto, uma forma de valorizar suas histórias e reforçar, desde cedo, a percepção de que suas experiências importam e merecem ser lembradas. O material entregue às famílias e às instituições funciona como um acervo afetivo e histórico.

Ao ser definido que seriam produzidas fotografias de crianças em projetos sociais, a fim de produzir um material de legado histórico das crianças e do projeto, iniciou-se a fase de identificar quais projetos da comunidade do bairro Restinga promoviam práticas de movimento guiadas a crianças para entrar em contato propondo a execução do projeto.

O bairro Restinga, em Porto Alegre, foi escolhido em decorrência da localização da instituição de ensino da graduanda e de ser onde seu filho cresceu, vendo sentido em retornar algo à comunidade.

O projeto social escolhido foi o Centro Infante Juvenil Monteiro Lobato, localizado no bairro Restinga, extremo sul de Porto Alegre, na Rua Dr. Carlos Niederauer Hofmeister, número 962. Como indicado pelo mapa do Google:



Imagem 6: CIJML no Google

O Conselho Municipal de Assistência Social de Porto Alegre, no uso das atribuições que lhe confere a Lei Complementar 352/95, publicou em agosto de 2007 a aprovação da manutenção da Associação Murialdinas de São José – Centro Infanto-Juvenil Monteiro Lobato. Desde então, o Centro, tendo a associação como mantenedora, realiza um trabalho de extrema relevância, com atividades que impactam diretamente nos pilares da qualidade de vida das crianças que frequentam, de seus familiares e da comunidade. As atividades atendem às dimensões físicas, psicológicas, sociais e espirituais.

A filosofia utilizada é inspirada em Murialdo, um sacerdote católico. A sua abordagem à juventude, é centrada no amor misericordioso de Deus, na dialética do pecado e perdão, e na formação completa do indivíduo (cívica, moral, profissional e religiosa) para que ele se insira na sociedade de forma digna e produtiva. Ele utilizou um método de ensino brando e compreensivo, buscando criar um ambiente familiar dentro das escolas, com o professor atuando como pai, irmão e amigo para os alunos.



Imagem 7: Arte do rosto de Murialdo no saguão da instituição

O espaço é consumido por frases de extremo amor e acolhimento, como nessas fotos:

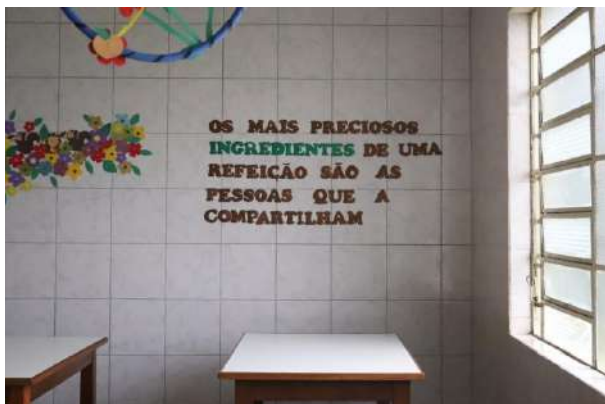


Imagem 8: Frase no refeitório 1



Imagem 9: Frase no refeitório 2



Imagem 10: Frase porta da sala



Imagem 11: Frases de fé

Foi realizada uma reunião, ficaram acordadas as terças e sextas-feiras, dias das oficinas de dança e educação física, como os dias de execução. Também, definiu-se

atender as “turmas A”, que são, conforme divisão feita pela instituição, turmas de crianças de 6 à 9 anos de idade.

Estes são os educadores das oficinas de dança e educação física, respectivamente:



Imagem 12: Oficineiro de dança



Imagem 13: Oficineiro de educação física

Fonte: PRESTES À CLICAR, 2025

6 MOVIMENTO FOTOGRÁFICO NO PROJETO SOCIAL

Aqui, eu, a “autora”, me desapego da negação de escrever em primeira pessoa e relato a valiosa e complexa experiência vivida no Centro Infanto-Juvenil Monteiro Lobato. Acompanhei as oficinas de dança e esporte, nas terças e sextas-feiras, do mês de setembro, totalizando 8 encontros:

No primeiro encontro, nos apresentamos em roda respondendo se gostavam de ser fotografados. A atenção, de forma discreta, foi direcionada aos poucos que falaram que não gostavam de ser fotografados, a fim de compreender como isso poderia ser ressignificado. Abaixo, são dois dos educandos que disseram não gostar de serem fotografados:



Imagem 14: W e G

E as fotos a seguir foram feitas após pedido deles:



Imagem 15: W



Imagem 16: G

Em sala de aula fui um por um, enquanto estavam realizando desenhos livres e perguntava nome, idade, qual atividade mais gostava no projeto. As conversas serviram de investigação e oportunidade de vínculo. Busquei entender gostos e personalidades para representar nas fotos. Realizei anotações informais a fim de observar padrões e tentar gravar nomes e interesses. Ao fim do encontro, ganhei alguns desenhos:

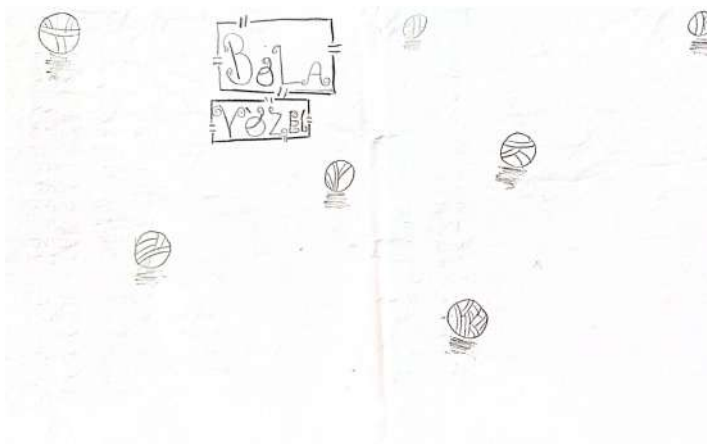


Imagem 17: Desenho vôlei



Imagem 18: desenhos para Nanai

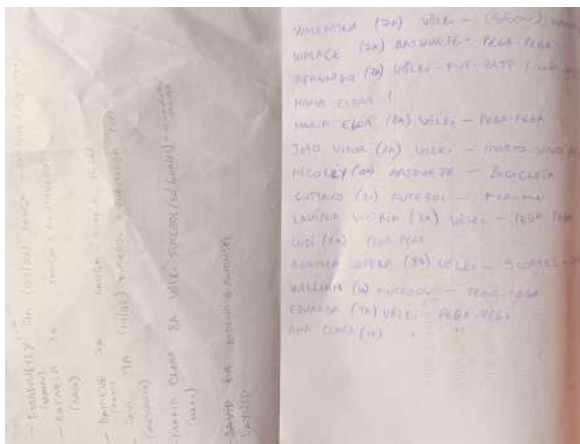


Imagem 19: anotações

A M	Danielle Riffel Holmes de Mesquita	F1
A M	David Riffel Holmes de Mesquita	F1
A M	David José Dutra de Almeida	F1
A M	Dayvid Leonardo Pinheiro Ribeiro	F1
T	Eliane Garcia Correia	F1
A M	Emanuelly Antunes Ribeiro	F1
A M	Emanuelly Pereira da Silva	F1
A M	Evelyn Pinheiro da Silva	F1
A M	Giovanna Luiza Farias de Faria	F1
A M	Gizelle Teves de Almeida	F1
T	Gustavo dos Santos Farias de Almeida	F1
A M	Henry Luis Xavier Gomes	F1
A M	Isabela Dora Barbosa de Costa	F1
A M	João Pedro Farias Gomes	F1
A M	João Vitor de Oliveira Gonçalves	F1
A M	Kael Silveira Leiria	F1
A M	Letícia Mendes Barros	F1
A M	Lavinia Vitória dos Santos	F1
A M	Lore Fátima Siqueira Fumera	F1
A M	Luci Gabriel Ferreira Delgado	F1
A M	Maria Clara Santos de Senna	F1
A M	Maria Clara Silva Murilo	F1
A M	Maria Eloá Borges Vilasqueas	F1
A M	Mariana Cinvalho Faria	F1
A M	Martina Figueiredo Martins Silva	F1
A M	Murillo José de Lencastre	F1
A M	Nathan Dias Quevedo	F1
A M	Nicole Beatriz da Silva Machado	F1
A M	Nicolly Castro da Silva	F1
A M	Rafaela Rosa da Silva	F1
A M	Rafaela Borges da Silva	F1

Imagem 20: Chamada turmas A

No próximo momento em sala de aula, conversamos coletivamente sobre o que entendiam como esporte e como lazer. Algumas frases como “lazer é aproveitar a vida” “lazer é aquele tempo pra si” e “lazer é relaxar” se destacaram. Sobre os esportes, se destacaram futebol, vôlei, handball, basquete, entre outros.

A partir do segundo encontro, levei a câmera e os fotografei espontâneos nas oficinas:



Imagem 21: compilado imagens oficinas

No intervalo, houveram pedidos de fotos. Eles já haviam entendido o que eu queria registrar deles então se preparavam para foto me mostrando orgulhosos o que sabiam fazer com o corpo:



Imagem 22: compilado imagens no intervalo

Nos próximos dias, os conduzi, em pequenos grupos, a uma parede branca para registrar detalhes dos seus rostos:





Imagem 23: compilado imagens dos rostos

Algo que eu não contava era o interesse de alguns em utilizar minha câmera. Acabaram tendo muito gosto por fotografar. Como citado no artigo “Fotografia: registro e construção da identidade” de Edijorge Antonio Lima Santos, de acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais de Arte (PCN) “o aluno desenvolve sua cultura de arte fazendo, conhecendo e apreciando produções artísticas, que são ações que integram o perceber, o pensar, o aprender, o recordar, o imaginar, o sentir, o expressar, o comunicar (PCN, 1997, p. 61)”. O autor conclui: “para dar o devido valor à produção artística, é preciso conhecê-la”. Aqui estão algumas fotos feitas pelas crianças:



Imagem 24: Compilado cliques feitos pelas crianças

O contato com as crianças me despertou muitas memórias do que estudei sobre psicologia e pedagogia infantil para ser mãe. As interações com eles foram me fazendo compreender suas personalidades, suas inseguranças, suas forças, seus gostos. Havia muito interesse de que suas reais características fossem evidenciadas nas fotos.

Algumas crianças se destacavam, assim como algumas situações. As fotos abaixo são do M. Ele foi a criança que menos consegui acessar verbalmente – fui orientada de que “ele é assim”. Sentei junto à ele no brinquedo para girarmos juntos, sustentei o silêncio, mostrei uma foto, falei um pouco, mas entendi que o melhor a fazer era fotografá-lo (o mais discretamente possível). Nas fotos abaixo, o M está em três situações diferentes: a primeira é no intervalo das atividades, onde me aproximei dele; a segunda é quando aceitou ser fotografado na parede branca; e a terceira, o poder da oficina de educação física acontecendo, sendo evidenciado na mudança de expressão do menino:



Imagem 25: Compilado de momentos e expressões diferentes

Houveram momentos especiais de acompanhar. Cada experiência que uma criança vive está definindo muito de como ela se enxerga e enxerga o mundo. Perceber isso foi intenso. Entendi que eu, assim como os educadores ali, não era capaz de passar pelas histórias daquelas crianças sem interferir – de forma positiva ou, até, negativa. Eu deveria ser muito responsável em como conduzia minha existência ali. As imagens abaixo mostram o momento em que o J ganhou a dinâmica desenvolvida na

oficina de educação física. Na primeira imagem, o J ganha o cumprimento do educador pela sua vitória. Na segunda, percebo ele, com humildade, sentindo a vitória. Eu daria o nome de “orgulho de si”:



Imagem 26: vitória



Imagem 27: orgulho de si

7 MOVIMENTAÇÕES TEÓRICAS

Para quem estuda a história – sua ou do mundo – a fotografia é uma ferramenta indispensável para acessar o passado e compreender o presente. Sem ela, como recordar o próprio rosto de criança? E o penteado que usava? E o sorriso com dentes de leite?

Uma das pesquisas que deram início aos estudos sobre fototerapia e fotografia terapêutica, que identificou a utilização da fotografia como ferramenta no tratamento psicológico – pela capacidade de retornar a momentos da vida do paciente e facilitar a compreensão da natureza dos principais conflitos do paciente (Gosciewski, 1975) – destacou que uma barreira ao se trabalhar com populações em vulnerabilidade social seria a possível limitação na quantidade de fotografias tiradas ao longo de determinado tempo, em virtude da menor disponibilidade de recursos financeiros, e, por consequência, no número de fotos disponíveis para recordar as experiências vividas.

Percebendo, pelos relatos de educadores de projetos sociais aqui entrevistados e pelas vivências no projeto social, que a limitação de acesso às experiências fotográficas ainda é uma realidade – e como salienta a pesquisa de Gosciewski – as fotografias, quando tiradas em caráter esporádico, normalmente em situações específicas, tendem a não ser representativas do modo de vida daquela pessoa, pois não engloba todas as condições vivenciadas por ela.

No caso de crianças que passam um turno na escola, outro em projeto social e outro com seus familiares — como é o caso das crianças do projeto fotográfico —, possuir fotografias nos três ambientes se torna de extrema relevância para que sua história seja contada. Por tanto, entendendo a relevância do que é vivido nos projetos, na história dessas crianças, as imagens das práticas de movimento exploradas nos projetos são ferramentas cruciais para resgate dos momentos de conexão com o próprio corpo e para fins de construção da própria identidade.

Brasiliense (2007), em sua pesquisa sobre fotografia do corpo feminino, afirma que a identidade é a consciência que uma pessoa tem de si mesma. Ainda afirma que a identidade “é a forma que o indivíduo tem de processar tudo o que lhe é passado fazendo uma síntese pessoal transformando a realidade objetiva e subjetividade” (Brasiliense, 2007, p.15).

Atividades de lazer, especialmente as que envolvem movimento, como a prática de esportes ou a dança, são fundamentais para a manutenção de um corpo saudável. Estas interações não só melhoram a qualidade das relações interpessoais, mas também aumentam o senso de pertencimento e apoio social (Marcellino, 1998), fatores que são essenciais para a qualidade de vida.

Como destaca Marcellino, no seu livro *Lazer e Sociedade*: “é importante considerar que o acesso a atividades de lazer não é igual para todos. Fatores como classe social, gênero e localização geográfica podem influenciar as oportunidades disponíveis, gerando desigualdades que impactam a saúde e o bem-estar em diferentes camadas da população.” Ou seja, os projetos sociais que garantem suporte de lazer ativo a crianças de vulnerabilidade social, cumprem papel crucial na promoção da saúde e bem-estar.

8 DIÁLOGO COM INSTITUIÇÕES MOVIMENTANTES

A fim de compreender e exemplificar ainda mais os efeitos da fotografia do movimento, representantes de instituições que desenvolvem atividades de movimento foram entrevistados, relatando suas percepções sobre o impacto da fotografia do movimento nos praticantes e nas instituições.

As informações que se destacaram foram: impacto na autoestima do praticante, registro histórico e divulgação da atividade. Instituições e relatos:

8.1 RENASCER DA ESPERANÇA

A ONG Renascer da Esperança é uma instituição social localizada no bairro Restinga, em Porto Alegre (Av. Macedônia, 199). Fundada por Rozeli da Silva em 1996, a ONG desenvolve oficinas educacionais, esportivas e culturais e promove reforço escolar, cidadania, alimentação e acolhimento a centenas de crianças e adolescentes que vivem em situação de vulnerabilidade social no bairro. No Rap in Cena, popular festival de hip hop, realizado em Porto Alegre, no mês de outubro de 2025, Rozeli ganhou destaque ao ser convidada pelo cantor Poze do Rodo a subir ao palco, lhe dando um forte abraço e grande repercussão nas redes sociais. Eu já conhecia o trabalho realizado no bairro e conheci a Rozeli no evento ExpoFavela, realizado em novembro de 2025, em Porto Alegre, e lá brinquei sobre o acontecido do Rap in Cena e combinei o encontro para este diálogo, resumido aqui, onde a fundadora do Renascer fala sobre o esporte na vida da criança de periferia e sobre o efeito da fotografia na autoestima dessas crianças:

Rozeli: Sabe que, assim... quando eu comecei o Renascer, era uma recreação livre. Era desenho e vôlei. E aí, um dia, o meu irmão disse: “tem que ter um time de futebol aqui”. Aí ele botou o nome do time de futebol Renascer. E eles começaram a sair pra rua, a treinar. [...] Hoje nós temos a escolinha de futebol Renascer. O Guga é o responsável por essa aula, e temos um treinador que é professor de educação física.

[...] Pra isso, fizemos projetos ProEsporte. Ganhamos 12 meses para o karatê, pro boxe. Ganhamos skate também.

O que eu te digo? A rede social dá visibilidade pras crianças. Elas se enxergam. Hoje eu vejo que eles mesmos postam. Outro dia vi um menino postar ele na fama. Levei um para dar entrevista: o pescoço dele cheio de medalha. O jornalista se encantou. Eles se veem por isso. Levanta a **autoestima**. O rendimento escolar é muito mais desenvolvido quando tu pega os boletins.

O esporte, na vida de uma criança de periferia, seja qual for, é eficaz e muito bom.

Mesmo que não seja um grande jogador, ele vai se ver num lugar no mundo. Vai saber que é um grande atleta.

Aqui a gente leva duas coisas em paralelo: futebol e o curso de administração...porque também temos que mostrar outras áreas.

Um dia colocamos um menino que é bom de bola. Ele fez um gol, pegamos de relance. Ele pega toda hora e publica. Coloca no Instagram. Eu digo: olha o Riquelme! Ele colocou a foto dele.

E eu vejo que eles aprendem isso — tecnologia pra criança é fácil. Acho que o esporte é esse vínculo.

Nathana: Então tu identifica que a fotografia gera essa autoestima, né?

Rozeli: Sim, a fotografia. Não só pra ele, mas pro trabalho na área do esporte. Uma foto profissional é outra coisa — é diferente do que tirar do celular, pelo amor de Deus. A foto profissional é tudo.

Nathana: Vocês têm aqui alguém que fotografe?

Rozeli: Não, não temos. As crianças foram campeãs de robótica [no ExpoFavela RS] — eles montaram [o robô no campeonato], e nunca tinham montado. Quero trazer esse projeto [de robótica] pro Renascer. Elas publicaram uma foto muito escura... Eu pensei: “meu Deus, que horror!” (risos)

Quero ver se trago um curso disso [fotografia] pra cá. Quero que tu dê esse curso. As crianças amariam! Vou montar um projeto.

O fotógrafo é abençoado na arte visual. Na rede social, a foto bem feita causa impacto. Chama atenção, divulga as atividades.

8.2 COLETIVO CORRE PRETO

O Coletivo Corre Preto nasce como um movimento que articula corrida, saúde e identidade racial, criando um espaço de acolhimento e pertencimento para pessoas negras através da prática do movimento. Mais do que um grupo de corrida, o Corre se estrutura como um território simbólico onde corpos negros podem existir com liberdade, alegria e segurança.

A cada encontro, o Coletivo transforma as ruas da capital gaúcha em cenário histórico, como quilombo contemporâneo, onde correr deixa de ser apenas exercício físico e passa a ser um gesto político, cultural e afetivo.

Como explica o fundador do Coletivo Corre Preto, Vitor Hugo: “a fotografia é primordial porque registra algo histórico que fazemos e oferece autoestima para pessoas que nunca tiveram a oportunidade de se enxergar”.

“Essa fotografia [do movimento] sempre foi muito importante. Para nós, do Coletivo Corre Preto, a fotografia sempre teve grande relevância em vários aspectos. Quando a gente fala de fotografia, estamos falando de uma arte que

registra acontecimentos, que marca e deixa gravado um momento. Por isso, para nós, essa questão do registro sempre foi muito importante e, quando pensamos nos encontros, a primeira coisa que pensamos é que precisamos de alguém para cobrir esse acontecimento.

E isso por vários aspectos. Um deles é que, como somos um movimento negro em uma cidade do Sul, em outro país, que reúne várias pessoas para fazer atividade física, sempre pensamos em deixar esses momentos registrados para o futuro — para deixar um marco de que fizemos isso, de que isso aconteceu, de que foi possível, de que foi viável.

Outro aspecto que é muito importante para nós é a questão da autoestima. Quando falamos de pessoas negras ou de povos periféricos, lembramos que não somos o padrão: não estamos em capas de revista, na televisão, nos filmes o Corre que, através da fotografia, elas tivessem um olhar diferente sobre si mesmas. Que alguém olhasse para elas e registrasse momentos de alegria, de felicidade, de cuidado com o corpo e com a mente. A fotografia sempre teve esse papel importante para nós — e continua tendo.

Tanto é que não abrimos mão, em nenhum dos encontros, de ter fotógrafos. Valorizamos registrar o cabelo, o sorriso, e, através da fotografia, exaltar as pessoas que frequentam o Corre. Porque nós, enquanto pessoas negras, não estamos acostumadas a aparecer em veículos tradicionais; não temos essa representatividade de enxergar diferentes corpos — corpos gordos, cabelos afros. Então, usamos a fotografia para fazer esse movimento de ascensão das pessoas, para que elas se enxerguem de uma maneira muito diferente.

A fotografia é primordial para nós, fundamental mesmo. Em cada Corre tem que ter. E usamos não apenas como registro do movimento e de algo histórico, mas também para aumentar a autoestima das pessoas que frequentam o Corre — e também a nossa, porque podemos nos enxergar de outras formas.

O impacto dela é bizarro porque é uma das coisas que as pessoas mais gostam: se enxergar. A gente percebe que as pessoas ficam ansiosas para ver as fotos e, quando recebem, publicam nas redes. Já recebemos vários relatos de pessoas que hoje se enxergam de forma diferente, que aprenderam a estar ali no Corre como um espaço de autoestima, autocuidado e acolhimento. É fundamental para nós!

Desde que tu me fez a pergunta (mandou o texto guia), eu fiquei pensando muito sobre o que eu diria. E tem várias coisas — são várias camadas que a fotografia impacta na nossa vida, principalmente na minha pessoal, na minha relação com a fotografia.

E aí, quando eu fiquei me questionando sobre a importância da fotografia e o impacto dela no Corre, me vieram muitas coisas na cabeça. Mas as principais foram essas: de registro de algo histórico que a gente faz e de autoestima de pessoas que nunca tiveram a possibilidade de se enxergar, nunca tiveram a oportunidade de serem fotografadas, e que no Corre têm essa oportunidade.

É muito complexo... são muitas camadas, muitos atravessamentos que eu poderia usar. Mas eu acho que o principal são esses dois.” - Vitor Hugo, fundador do Coletivo Corre Preto.

8.3 ESCOLA DE MOVIMENTO MOVERE

A Movere é a primeira escola de movimento de Porto Alegre, localizada no bairro Belém Novo. O espaço trabalha com a proposta de transformar a saúde, bem-estar e estilo de vida através do corpo. Está inserida na “cultura do movimento” e

foi onde a autora deste trabalho realizou seu estágio obrigatório da graduação e atua como aluna e fotógrafa.

Para o responsável pela Movere, Vagner Rocha, a fotografia eterniza instantes de presença, demonstra o que é difícil de explicar, apresenta emoções e expressa a essência da filosofia da escola.

“Na minha visão, a imagem tem o poder de eternizar um momento da prática, um momento de presença.

Quando a gente se vê, tem a oportunidade de perceber coisas que não é possível enquanto se está praticando, logo a fotografia é um espelho potente de como estava não só nosso corpo, mas nossos sentimentos naquele instante.

Quanto à Movere, acredito que a fotografia tem um papel fundamental, pois as fotos expressam o que é difícil colocar em palavras – o brincar, o encontro, a entrega, o desafio.

De modo geral, elas ajudam a contar a nossa história. Nos ajudam a mostrar que o que fazemos aqui é humano e real. Cada foto retrata um pouco da filosofia Movere, de que mover é mais que treinar, é nossa essência enquanto humanos.”

8.4 WIMBELEMDON

O Projeto WimBelemDon, localizado no bairro Belém Novo, em Porto Alegre, atua há mais de duas décadas promovendo inclusão social por meio do esporte — especialmente o tênis — e de atividades socioeducativas voltadas para crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade. Sua proposta integra movimento, educação, cuidado e convivência, criando um ambiente onde o brincar, o aprender e o se relacionar tornam-se caminhos de desenvolvimento humano.

Para compreender como a fotografia se insere nesse contexto, foram reunidos relatos de duas pessoas diretamente envolvidas no cotidiano do projeto: Raphael Trindade, membro da equipe e responsável pelo acompanhamento esportivo; e Jaleska Mendes, educadora do esporte e ex-aluna do WimBelemDon.

Os depoimentos a seguir — apresentados em transcrição literal — revelam como as imagens influenciam a autoestima das crianças, reforçam vínculos, ampliam o pertencimento e funcionam como instrumento de registro e comunicação institucional. Cada fala evidencia diferentes camadas da fotografia dentro do projeto: da alegria de se ver em ação ao valor das imagens como prova viva do impacto social produzido diariamente:

“Então, o que eu percebo sobre essa questão das fotografias... eles gostam muito, eles pedem para que isso aconteça. Quando eles percebem a câmera vindo e tirando fotos, eles dizem: “Ah, tira a foto minha! Tira a foto minha!” e depois querem ver. Tanto no dia a dia, onde a gente vai pegando as atividades, quanto quando a gente faz algum torneio interno, por exemplo, ou quando vai jogar algum torneio fora — que a gente também leva a câmera — eles pedem o tempo inteiro para a gente tirar fotos.

Depois, quando a gente mostra, eles ficam olhando, se analisando e tal. Eles gostam muito, eles são *queridões*. E eles exatamente vão pegando depois essas fotos, usando nas redes sociais — Instagram, Facebook, enfim. Mas acho que isso ajuda muito na autoestima deles.

Às vezes já teve até casos que a gente até conversou, que isso acabou sendo mais importante do que o próprio jogar bem o jogo ou não, sabe? Ele saiu da quadra já perguntando se tinha tirado a foto, não se preocupou com o resultado do jogo... Ele acabou se preocupando mais nesse sentido de aparecer na foto.

Então é isso, acho que é um breve relato do que eu percebo. Mas sim, eles gostam muito.

Só para reforçar: nós somos um projeto social e o nosso foco não é o alto rendimento, acabam sendo poucas as oportunidades que eles têm de se ver jogando, de se verem em fotos em torneios.

Se você for pegar a gurizada de clube, que joga torneio todo final de semana, eles já estão muito mais acostumados a se ver jogando, a se ver nas fotos. Então, para eles — aqui — é algo que não acontece sempre, tirarem fotos deles jogando.

No nosso dia a dia a gente faz postagens no Instagram deles jogando, das atividades rolando... só que acaba sendo raro aparecer a mesma pessoa batendo na bola, enfim, jogando, porque a gente tenta fazer esse rodízio, já que são quase 100 crianças.

Então talvez por isso, quando aparecem várias fotos legais deles jogando um campeonato valendo e tudo mais, isso acaba chamando muita atenção para eles, acham o máximo... Talvez por não estarem tão acostumados. É isso: na autoestima deles funciona bem.” - Raphael Trindade, educador físico

“Sou uma das educadoras aqui do esporte; também já fui aluna do projeto durante nove anos e agora estou do outro lado, como educadora.

Respondendo um pouquinho da tua pergunta e da nossa percepção quanto à imagem das crianças: tem algumas coisas que eles não conseguem perceber. Acho que, para eles, a questão da autoestima — de olhar essa foto, principalmente quando é uma foto um pouco mais profissional, com uma luz melhor, enfim, uma foto que teve uma dedicação por trás das câmeras — é diferente. Eles mesmos falam quando a foto é do celular e quando a foto é da câmera; então eles já conseguem ter essa percepção. Isso é uma coisa que o Marcelo, como fundador, e as fotógrafas têm esse olhar. Acho que, para a autoestima deles, é fundamental.

Às vezes muitos não têm celular, as famílias não têm, não têm esse costume de tirar foto, enfim. Então acho que isso é uma coisa que conta muito para eles.

Olhando pelo outro lado da instituição, a imagem acaba sendo uma maneira de comprovação. Esses registros são uma maneira também de comprovar aquilo que a gente faz aqui dentro. Muitas vezes uma imagem reflete uma oficina que a gente fez — uma oficina bem-sucedida, uma oficina mal-sucedida, enfim; não que uma oficina tenha sido ruim, mas talvez despertou alguma coisa positiva neles. Então, olhando pelo lado da instituição, é uma maneira de comprovação, de registro, de mostrar para os mantenedores, para os patrocinadores, que aquele dinheiro ou aquele produto que eles estão investindo aqui no WimBelemDon está surtindo efeito.

Então acho que tem esses dois pontos de vista: tanto das crianças quanto da instituição. Divulgar essas imagens, registrar isso... As fotos são maneiras de contar histórias sem ter o áudio; as imagens contam histórias sem precisar ter um áudio ou um texto sobre elas. E cada pessoa que olha aquela imagem tem uma percepção diferente daquela história que está sendo contada ali.” - Jaleska, educadora social, ex educanda e ex atleta de tênis.

8.5 ESCOLA DE FUTEBOL DO GRÊMIO

A Escola de Futebol do Grêmio faz parte da rede oficial de escolas licenciadas do clube, dedicada à formação esportiva de crianças e jovens por meio de uma metodologia estruturada, que combina aspectos técnicos, táticos e socioeducativos.

O relato a seguir é de Dirceu Júnior, egresso do curso de Gestão Desportiva e de Lazer do IFRS – Campus Restinga e atual supervisor da rede de escolas licenciadas do Grêmio. A partir da sua experiência profissional e do contato cotidiano com atletas, famílias e equipes técnicas, Dirceu compartilha uma reflexão sobre o papel da fotografia no esporte, especialmente como ferramenta de construção de pertencimento, memória e significado para quem vive o movimento no dia a dia:

“Tenho duas percepções sobre as fotografias do movimento. A primeira é a necessidade de busca por auto aprovação e afirmação. Em uma sociedade viciada em dopamina, surge a necessidade de se sentir pertencente a determinado grupo e, por meio da fotografia, receber a recompensa pelos próprios esforços — porém, muitas vezes, de forma muito líquida e rasa.

No entanto, ainda dentro desse mesmo sentido de busca por realização, a fotografia também é o meio pelo qual as pessoas criam memórias e lembranças de momentos importantes de suas fases da vida, especialmente quando se trata de ser atleta. Infelizmente, apenas cerca de 3% de todas as crianças que treinam ou jogam em uma escola de futebol se tornam, de fato, atletas profissionais. O que fica, então, são os registros dessas memórias, que serão percebidas com mais profundidade muito tempo depois.

Como gestor, meu papel é criar experiências para todos os atores envolvidos — atletas, comissões técnicas e famílias. Os registros fotográficos vão além das quatro linhas. Enquanto escrevo este relato, inclusive, acabo de receber o link das fotos do Clube de Todos, o primeiro torneio do Flecha Negra, mais um ídolo do clube, realizado em conjunto com a Unisinos, o NEABI e a Liga dos Canelas Pretas. As fotografias de hoje certamente têm um peso e um valor inestimável para todos os envolvidos nessas memórias e, sem dúvida, serão contadas no futuro, sendo percebidas por outras pessoas.

Acredito que essa é a dinâmica: o registro, a exposição e as futuras interpretações e interações com aquela imagem.” - Dirceu Junior, supervisor de associadas

9 MOVIMENTAÇÕES FINAIS

Compreendo que o conhecimento é primordial para que se faça escolhas conscientes. Informações sobre qualidade de vida e sobre movimento podem ser determinantes para orientar decisões cotidianas e ampliar o acesso ao bem-viver.

O Bem Viver está relacionado à melhoria da qualidade de vida das pessoas envolvendo a alimentação, o vestuário, a habitação, a sustentabilidade e a condição do corpo. Esta pode ser alcançada por meio das relações sociais, cuidados ambientais e de hábitos saudáveis. "A elaboração de uma economia transdisciplinar está baseada no postulado de que a economia deve estar a serviço do ser humano e não o inverso." (Carta, 1994, Art. 12). Neste sentido, requer uma identidade cultural expressa por uma relação do ser com o lugar em que habita. Assim, os modos de viver tem se expressão nas diferentes formas de arte, na dança, na música, no lúdico, na vestimenta, nos movimentos do corpo e dos corpos. (MACHADO, 2022)

Estudos sólidos sobre o corpo humano — considerando suas dimensões física, mental, social, ambiental e espiritual — tendem a ser de extrema significância social, carecendo de maior disseminação.

Quando se fala em cultura do movimento, surgem algumas complexidades.

O termo "cultura do movimento" como abstração precisa ser caracterizado em suas partes constitutivas: a cultura e o movimento do corpo. A cultura tem diversas conceituações e a mais utilizada considera tudo o que resulta da ação dos seres humanos entre si e sobre a natureza. (MACHADO, 2022)

Vivemos em uma sociedade que, ao longo do tempo, se afastou dessa conexão com o corpo, o que torna o tema difícil de compreender e, muitas vezes, inacessível em termos de repertório intelectual e vivencial. Pessoas que, desde a infância, tiveram acesso ao movimento — através da inserção em escolinhas de dança ou esporte, ou atividades culturais — costumam se conectar com práticas corporais com maior facilidade, porque desenvolveram consciência corporal, memória muscular, compreensão teórica e familiaridade com as práticas.

Por outro lado, existe uma grande parcela da população que não teve acesso à informação, à experiência ou a oportunidades que permitissem explorar o corpo como instrumento. E isso acontece além das pessoas em condição de vulnerabilidade socioeconômica. Mesmo famílias que melhoraram suas condições materiais ao longo das gerações muitas vezes não possuíam repertório cultural, intelectual ou corporal para oferecer às crianças acesso ao esporte, à arte ou à educação do movimento. Isso

revela uma falta de recursos — não apenas financeiros —, mas de conhecimento, vivência e compreensão do corpo e da mente.

Nesse cenário, minha busca não se dirige às pessoas que cresceram dentro da cultura do movimento, mas sim àquelas que tiveram uma realidade semelhante à minha, de meus pais e de grande parte das famílias: pessoas para quem o acesso ao esporte, à arte e ao movimento esteve distante de ser uma prioridade ou sequer uma possibilidade. Para muitas delas, a relação com essas áreas ainda é recente, quase uma novidade, e mexer com esse campo é lidar com estruturas rígidas.

Por isso, o desenvolvimento da cultura do movimento exige sensibilidade. Muitas vezes, gestos simples para uns — como movimentar a coluna, soltar o quadril ou executar um padrão básico — podem ser complexos para quem nunca teve acesso ao repertório corporal. Esse entendimento é crucial para que gestores desportivos e de lazer, educadores físicos e sociais consigam oferecer caminhos realmente acessíveis, especialmente para mulheres, que historicamente tiveram seus corpos negados, controlados ou silenciados por séculos.

Nesse contexto, conteúdos básicos e acessíveis tornam-se fundamentais. Pequenas instruções, bem conduzidas, podem iniciar processos importantes de consciência corporal. E é exatamente nesse ponto que a fotografia se apresenta como uma ferramenta potente: um meio democrático de reconexão com a própria história, com a criança que cada pessoa já foi, com as sensações do movimento livre e espontâneo que caracterizam a infância.

Ao longo do projeto fotográfico, essa potência se confirmou. As crianças demonstravam orgulho do que seus corpos eram capazes de fazer diante da câmera. Reconheciam-se, admiravam-se e fortaleciam sua autoestima a partir do movimento.

Ao ouvir gestores, educadores e profissionais da área, ficou evidente que a imagem do participante em ação motiva, inspira e fortalece a relação com a prática — tanto para indivíduos quanto para as instituições que promovem atividades de movimento.

A fotografia do movimento, portanto, revela-se como uma ponte: entre conhecimento e prática, entre corpo e mente, entre infância e vida adulta, entre história e identidade, entre autoestima e autonomia. Quando valorizada, ela contribui para a

qualidade de vida em múltiplos níveis, impactando indivíduos, comunidades e espaços de atuação profissional.

Esta pesquisa se aproximou do método cartográfico, como discutido por Laura Pozzana e Virgínia Kastrup, na pista 3 do livro *Pistas do Método da Cartografia* (2009), por alinhar com a ideia de que "Cartografar é acompanhar processos", pois serviu para descrever as minhas experiências pessoais e profissionais, dialogando com as teorias de aula, com a percepção de atuantes da área desportiva, com o materno e com meu desejo por evolução individual e coletiva.

Assim, compreendo que a articulação entre movimento, qualidade de vida e fotografia não apenas amplia a compreensão sobre o corpo e suas possibilidades, como também oferece caminhos mais acessíveis para que pessoas com pouca experiência, pouco repertório ou poucas oportunidades possam iniciar seus próprios processos de reconexão. É nesse cruzamento que este trabalho se insere: como uma tentativa de abrir portas, criar pontes e contribuir para uma cultura do movimento mais inclusiva, consciente e transformadora.

O álbum fotográfico informativo, intitulado *Foto Move Mente*, que reúne parte do ensaio fotográfico e conteúdos didáticos sobre fotografia do movimento e qualidade de vida, tem a intenção de popularizar esse conhecimento acadêmico e movimentar a mente do leitor. Compreendendo que a leitura da arte (fotografia) também requer acessibilidade para quem pouco desenvolveu o contato e sensibilidade à ela, o álbum busca dialogar com o leitor narrando a fotografia e as intenções com as estruturas apresentadas, além de trazer textos e autores de forma breve. Exemplificando como uma gestora desportiva e de lazer pode atuar na promoção da qualidade de vida por meio da valorização da fotografia do movimento. Também podendo servir de ferramenta pedagógica para cursos técnicos da área desportiva e de lazer.

Para fins de atuação profissional, o projeto fica como suporte para possível submissão a editais de fomento ao esporte e à cultura. Bem como, a pesquisa, de aporte a fundamentação do papel do trabalho do fotógrafo nas instituições de movimento, sendo elas sem ou com fins lucrativos. Almejo seguir na fotografia e fortalecer minha atuação na área da fotografia desportiva e de projetos sociais.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. *Parâmetros Curriculares Nacionais: Arte*. Brasília: MEC, 1997.

BRASILIENSE, Maria Bernadete. *Fotografias do corpo feminino: um espaço onde as representações corporais da mulher madura são construídas e reveladas*. 2007.

GOSCIIEWSKI, F. W. *Photo counseling*. *Personnel and Guidance Journal*, v. 53, p. 600–604, 1975.

KASTRUP, Virgínia; POZZANA, Laura. Pista 3: Cartografar é acompanhar processos. In: PASSOS, Eduardo; KASTRUP, Virgínia; ESCÓSSIA, Liliana (org.). *Pistas do método da cartografia: pesquisa-intervenção e produção de subjetividade*. Porto Alegre: Sulina, 2009.

KOSSOY, Boris. *Fotografia & história*. 2. ed. São Paulo: Ateliê Editorial, 1998.

MACHADO, Artur Viola. *Cultura do movimento e bem viver: uma aproximação transdisciplinar*. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) — Centro Universitário Metodista IPA, Porto Alegre, 2022.

MARCELLINO, Nelson Carvalho (Org.). *Lazer e Sociedade: múltiplas relações*. Campinas: Alínea, 2008. ISBN 978-85-7516-283-5.

MICHAELIS. *Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa*. São Paulo: Melhoramentos, 2015. Disponível em: <https://michaelis.uol.com.br>. Acesso em: 21 nov. 2025.

NAHAS, Markus Vinícius. *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 7. ed. Londrina: Midiograf, 2017.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *WHOQOL: measuring quality of life*. Genebra: OMS, 1995.

SANTOS, Edijorge Antonio Lima. *Fotografia: registro e construção da identidade*. 2020. Monografia (Especialização em Ensino de Artes Visuais e Tecnologias Contemporâneas) — Escola de Belas Artes, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2020. Disponível em: <https://hdl.handle.net/1843/36480>. Acesso em: 28 nov. 2025.

SÃO JOSÉ (SC). *Lei Complementar n. 352, de 1995*. Dispõe sobre a manutenção da Associação Murialdinas de São José – Centro Infante-Juvenil Monteiro Loba. Publicada no Diário Oficial em agosto de 2007.

SANTURBANO, Pablo. *Evolução e Movimentação Humana: Introdução ao Raciocínio Evolucionário na Saúde e no Movimento*. Edição do autor, 2022.

SONTAG, Susan. *Sobre fotografia.* São Paulo: Companhia das Letras, 2004.

ANEXO 1- ÁLBUM FOTOGRÁFICO INFORMATIVO - FOTO MOVE MENTE

Este anexo está disponível à parte.

ANEXO 2 - TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL

TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL

Título da Pesquisa:

Fotografia de Esporte e Lazer da Infância em Projetos Sociais: Memória, Identidade e Legado

Pesquisador principal:

Nathana Santos – Discente do curso de Gestão Desportiva e de Lazer – IFRS Campus Restinga

Resumo da pesquisa:

A pesquisa tem como objetivo compreender como a fotografia pode contribuir para a construção da memória, identidade e legado de crianças que participam de projetos sociais que promovem esporte e lazer. Através do registro fotográfico e da observação das atividades realizadas no projeto, busca-se valorizar as vivências infantis e oferecer às famílias um material visual significativo que possa permanecer como memória afetiva e pessoal das crianças. O estudo também pretende ressaltar a importância das ações esportivas e de lazer para o desenvolvimento infantil em contextos populares.

Esta pesquisa envolve:

() utilização de dados de estudantes/ ou servidores

(X) participação de estudantes/ servidores/ gestores em entrevista ou questionário *(apenas se houver entrevistas com educadores ou responsáveis no projeto social — marque apenas se for o caso)*

(X) outra intervenção: **Registro fotográfico e observação de crianças participantes durante atividades de esporte e lazer em projeto social parceiro.**

() atividade nos campi: (Citar o(s) campus(campi) _____)

Assim, o(s) pesquisador(es) solicitam a disponibilização de:

() espaço físico Institucional (sala, laboratório, etc) (descrever): _____

() documentos ou dados não públicos (descrever): _____

(X) outras atividades ou solicitação (descrever): **Autorização para registro fotográfico e observação das atividades desenvolvidas com as crianças durante as ações do projeto social parceiro, com fins exclusivamente acadêmicos e científicos.**

Eu, _____ (Responsável Institucional),

_____, Cargo que Ocupa, estou ciente e de acordo com a realização da pesquisa acima descrita, a ser conduzido pelo(s) pesquisador(es) abaixo relacionados.

A partir da documentação anexada na solicitação deste termo (projeto completo, termos e demais documentos pertinentes, fui informado pelo responsável do estudo sobre objetivos, metodologia, riscos e benefícios aos participantes da pesquisa, bem como das atividades que serão realizadas na instituição a qual represento.

ANEXO 3 - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PAIS OU RESPONSÁVEL

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL – IFRS
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA, PÓS-GRADUAÇÃO E INOVAÇÃO – PROPI
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA – CEP

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PAIS OU RESPONSÁVEIS

A redação do TCLE deve ser adequada às características do participante e às condições da pesquisa. Caso sejam utilizadas outras formas de registro de consentimento livre e esclarecido, que não seja a forma escrita, como o registro sonoro, imagético, ou em outras formas que atendam às características da pesquisa e dos participantes, o pesquisador deverá apresentar e justificar o caso ao CEP. As orientações aqui trazidas devem ser ajustadas de acordo a cada projeto de pesquisa. O texto apresentado a seguir é, portanto, apenas uma orientação para os pesquisadores. Mais orientações: consultar a Resolução CNS n. 466 de 2012 e Resolução CNS n. 510 de 2016. |

Prezado (a) Senhor (a):

Seu _____ está sendo convidado(a) para participar do projeto de pesquisa intitulado: **“Fotografia de Esporte e Lazer da Infância em Projetos Sociais: Memória, Identidade e Legado”**. Este projeto está vinculado ao **Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)** do curso de **Gestão Desportiva e de Lazer** do Instituto Federal do Rio Grande do Sul – **Campus Restinga (IFRS Campus Restinga)**. Nessa pesquisa pretendemos compreender como a fotografia pode colaborar na construção da memória, da identidade e do legado de crianças participantes de projetos sociais que promovem esporte e lazer. A pesquisa busca também valorizar esses momentos vividos pelas crianças e compartilhá-los com as famílias e instituições envolvidas.

A pesquisa será feita no Centro Infante Juvenil Monteiro Lobato, e deverá durar em torno de um mês, através de **observação das atividades e do registro audiovisual das crianças durante as práticas de esporte e lazer**. Para a coleta de dados será **utilizado/a câmera fotográfica para o registro de imagens, e poderão ocorrer conversas informais com as crianças sobre suas experiências nas atividades e possíveis gravações de vídeo e som**.

A participação do seu/sua representado(a) será **fotografada**, como parte da metodologia da pesquisa. As imagens poderão ser utilizadas na apresentação dos resultados acadêmicos e em materiais de divulgação científica e educativa.

A participação na pesquisa pode ter alguns riscos, como **desconforto ao ser fotografado ou ao conversar sobre experiências pessoais, ou constrangimento caso prefira não ser registrado(a)**. Esses riscos serão minimizados com a condução respeitosa da pesquisa, sempre garantindo que a criança possa interromper sua participação a qualquer momento. Caso necessário, o(a) participante poderá não participar das atividades e será informado ao setor de acompanhamento da instituição.

A participação na pesquisa **poderá ter benefícios diretos, como o recebimento de fotografias para a criança e sua família, a valorização das experiências vividas no projeto social e a contribuição para a produção de conhecimento sobre infância, esporte e memória em contextos sociais populares**.

Ao participar desta pesquisa, saiba que você tem direito:

- de retirar o seu consentimento, a qualquer momento, sem que isso traga qualquer prejuízo ao seu representado;
- a não ser identificada as informações relacionadas à privacidade;
- de ter acesso às informações em todas as etapas do estudo, bem como aos resultados, ainda que isso possa afetar seu interesse em continuar participando da pesquisa;
- de não ter despesas ou ônus financeiro relacionado à participação nesse estudo;
- de se recusar a responder qualquer pergunta que julgar constrangedora ou inadequada.
- de que serão mantidos todos os preceitos ético-legais durante e após o término da pesquisa, de acordo com a Resoluções 466/2012, 510/2016 e outras do Conselho Nacional de Saúde relacionadas à ética em pesquisa.

=====

Concordo em autorizar a participação do meu representado na pesquisa intitulada: "Fotografia de Esporte e Lazer da Infância em Projetos Sociais: Memória, Identidade e Legado".

Recebi uma via assinada e rubricada deste termo de consentimento e me foi dada a oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

Porto Alegre, _____ de Setembro de 2025.

Nathana Silva dos Santos

Nome e Assinatura do(a) participante

Nome e Assinatura do(a) pesquisador(a)

Contato do pesquisador:

Nome: Nathana Silva dos Santos

Instituição: IFRS Campus Restinga

Telefone: (51) 99898-9854

e-mail: nssantos@restinga.ifrs.edu.br

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, por favor consulte o **Comitê de Ética em Pesquisa (CEP)** responsável pela avaliação. Um CEP é um colegiado interdisciplinar e independente, de relevância pública, de caráter consultivo, deliberativo e educativo, que tem como objetivo defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

CEP/IFRS

E-mail: cepesquisa@ifrs.edu.br

Endereço: Rua General Osório, 348, Centro, Bento Gonçalves, RS, CEP: 95.700-000

Telefone: (54) 3449-3340

ANEXO 4 - TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL – IFRS
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA, PÓS-GRADUAÇÃO E INOVAÇÃO – PROPI
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA – CEP

TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

O assentimento livre e esclarecido é a anuência do participante da pesquisa, seja criança, adolescente ou indivíduos adultos, que estejam impedidos de forma temporária ou não, de consentir. Esse assentimento deve acontecer, na medida da compreensão e de acordo com as singularidades desse participante da pesquisa, após ter sido feito o esclarecimento sobre a natureza da pesquisa, justificativa, objetivos, métodos, potenciais benefícios e riscos. A obtenção do assentimento não elimina a necessidade do consentimento do responsável (ver as orientações sobre o TCLE PAIS.pdf).
A redação do TALE deve ser adequada às características do participante e às condições da pesquisa. Em geral, considera-se a necessidade de assentimento para crianças na faixa etária de 7 a 11 anos, e para adolescentes, de 12 a 17. É importante adequar a linguagem para o adequado entendimento dessas faixas etárias.
Caso sejam utilizadas outras formas de registro de consentimento livre e esclarecido, que não seja a forma escrita, como o registro sonoro, imagético, ou em outras formas que atendam às características da pesquisa e dos participantes, o pesquisador deverá apresentar e justificar o caso ao CEP. As orientações aqui trazidas devem ser ajustadas de acordo a cada projeto de pesquisa. O texto apresentado a seguir é, portanto, apenas uma orientação para os pesquisadores.
Mais orientações: consultar a Resolução CNS n. 466 de 2012 e Resolução CNS n. 510 de 2016.

Você está sendo convidado(a) para participar do projeto de pesquisa intitulado: "**Fotografia de Esporte e Lazer da Infância em Projetos Sociais: Memória, Identidade e Legado**".

Seus pais/responsáveis concordaram com a sua participação. Se você quiser participar, vamos te explicar como será essa pesquisa. Se você não quiser participar, não tem problema, não vai ter nenhum prejuízo para você ou para os seus pais.

Este projeto está vinculado ao **Trabalho de Conclusão de Curso** do curso de **Gestão Desportiva e de Lazer** do Instituto Federal do Rio Grande do Sul – Campus Restinga (IFRS Campus Restinga).

Nessa pesquisa, pretendemos mostrar a importância da fotografia como uma forma de guardar lembranças da infância e das atividades de esporte e lazer que você vive em um projeto social. Queremos entender como essas imagens podem ajudar você a lembrar do que viveu e de quem você é.

A pesquisa será feita no Centro Infante Juvenil Monteiro Lobato e deverá durar em torno de **um mês**, através de **observação das atividades e registros fotográficos**.
Para a coleta de dados, será utilizada a **câmera fotográfica para o registro das imagens durante as atividades, além de conversas informais com as crianças sobre suas experiências no projeto e possíveis gravações de vídeo e som**.

A sua participação será **fotografada**, e as imagens poderão ser utilizadas apenas na pesquisa e em apresentações acadêmicas e materiais informativos sobre o projeto.

A sua participação na pesquisa pode ter alguns riscos, como **sentir-se desconfortável ao ser fotografado ou ao conversar sobre algumas memórias**. Se isso acontecer, **você poderá parar quando quiser**.

A sua participação na pesquisa poderá **trazer benefícios**, como **ter fotos para você e sua família, além de contribuir para que outras pessoas conheçam a importância de projetos sociais na infância**

Ao participar desta pesquisa, saiba que você tem direito:

- de retirar o seu consentimento, a qualquer momento, sem que isso traga qualquer prejuízo ao seu representado;

- a não ser identificado e que as informações relacionadas à privacidade são confidenciais;
- de ter acesso às informações em todas as etapas do estudo, bem como aos resultados, ainda que isso possa afetar seu interesse em continuar participando da pesquisa;
- de não ter despesas ou ônus financeiro relacionado à participação nesse estudo;
- de que, caso tenha despesas (e de seu acompanhante, se aplicável) relacionadas à participação na pesquisa, terá direito a compensação material das mesmas;
- de se recusar a responder qualquer pergunta que julgar constrangedora ou inadequada.
- de que serão mantidos todos os preceitos ético-legais durante e após o término da pesquisa, de acordo com a [Resoluções 466/2012](#), [510/2016](#) e outras do Conselho Nacional de Saúde relacionadas à ética em pesquisa.

=====

Concordo em autorizar a participação do meu representado na pesquisa intitulada: **"Fotografia de Esporte e Lazer da Infância em Projetos Sociais: Memória, Identidade e Legado"**.

Recebi uma via assinada e rubricada deste termo de consentimento.

Porto Alegre, _____ de Setembro de 2025

Nathana Silva dos Santos

Nome e Assinatura do(a) participante

Assinatura do(a) pesquisador(a)

Contato do pesquisador

Nome: Nathana Silva dos Santos
Instituição: IFRS Campus Restinga
Telefone: (51) 99898-9854
e-mail: nssantos@restinga.ifrs.edu.br

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, por favor consulte o **Comitê de Ética em Pesquisa (CEP)** responsável pela avaliação. Um CEP é um colegiado interdisciplinar e independente, de relevância pública, de caráter consultivo, deliberativo e educativo, que tem como objetivo defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

CEP/IFRS

E-mail: cepesquisa@ifrs.edu.br
Endereço: Rua General Osório, 348, Centro, Bento Gonçalves, RS, CEP: 95.700-000
Telefone: (54) 3449-3340

A black and white photograph of a paved ground, likely a sidewalk or plaza. Long, dark shadows of people are cast across the surface, suggesting a low sun position. A curved, orange and red line, possibly a painted curb or boundary, runs diagonally across the scene. The overall mood is contemplative and artistic.

FOTO MOVE MENTE

Nathana Silva dos Santos

ESTE PROJETO **NÃO É** SOBRE ESTÉTICA E TÉCNICA FOTOGRÁFICA



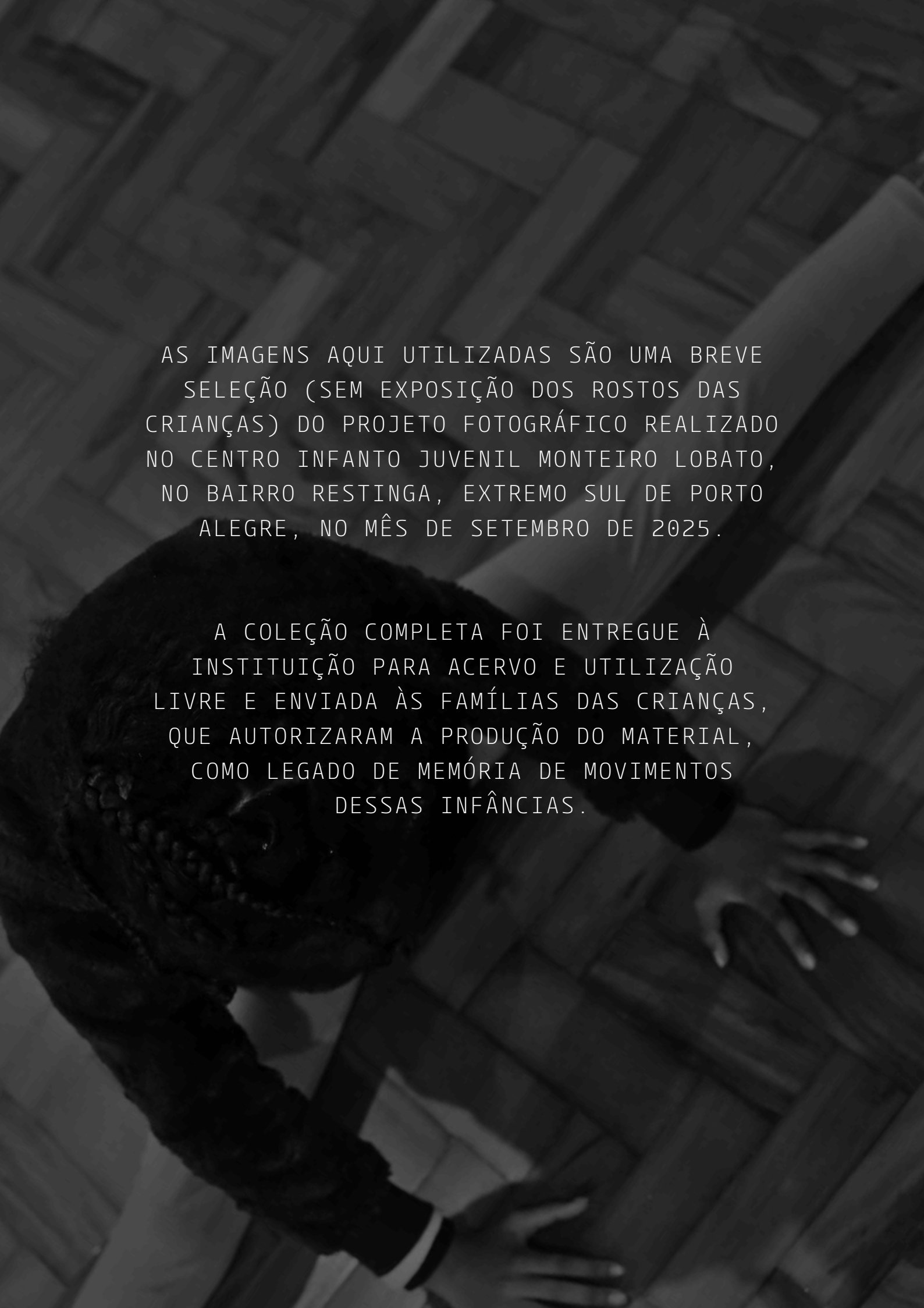
FOTO MOVE MENTE: **EFEITOS DA FOTOGRAFIA DO MOVIMENTO**

ESTE ÁLBUM É O ANEXO DE UM TRABALHO DE
CONCLUSÃO DE CURSO APRESENTADO COMO
REQUISITO PARCIAL PARA A OBTENÇÃO DO
GRAU DE TECNÓLOGO EM GESTÃO DESPORTIVA E
DE LAZER NO INSTITUTO FEDERAL DO RIO
GRANDE DO SUL CAMPUS RESTINGA

SEGUNDO SEMESTRE DE 2025




FOTOGRAFIA **REGISTRA** MOVIMENTO
GERA



AS IMAGENS AQUI UTILIZADAS SÃO UMA BREVE SELEÇÃO (SEM EXPOSIÇÃO DOS ROSTOS DAS CRIANÇAS) DO PROJETO FOTOGRÁFICO REALIZADO NO CENTRO INFANTO JUVENIL MONTEIRO LOBATO, NO BAIRRO RESTINGA, EXTREMO SUL DE PORTO ALEGRE, NO MÊS DE SETEMBRO DE 2025.

A COLEÇÃO COMPLETA FOI ENTREGUE À INSTITUIÇÃO PARA ACERVO E UTILIZAÇÃO LIVRE E ENVIADA ÀS FAMÍLIAS DAS CRIANÇAS, QUE AUTORIZARAM A PRODUÇÃO DO MATERIAL, COMO LEGADO DE MEMÓRIA DE MOVIMENTOS DESSAS INFÂNCIAS.



ESTE MATERIAL PROPÕE POPULARIZAR A
COMUNICAÇÃO DE CONTEÚDOS ACADÊMICOS
SOBRE QUALIDADE DE VIDA, COM LINGUAGEM
POUCO FORMAL, IMAGENS E TEXTOS BREVES.

FOTOGRAFIA X MOVIMENTO

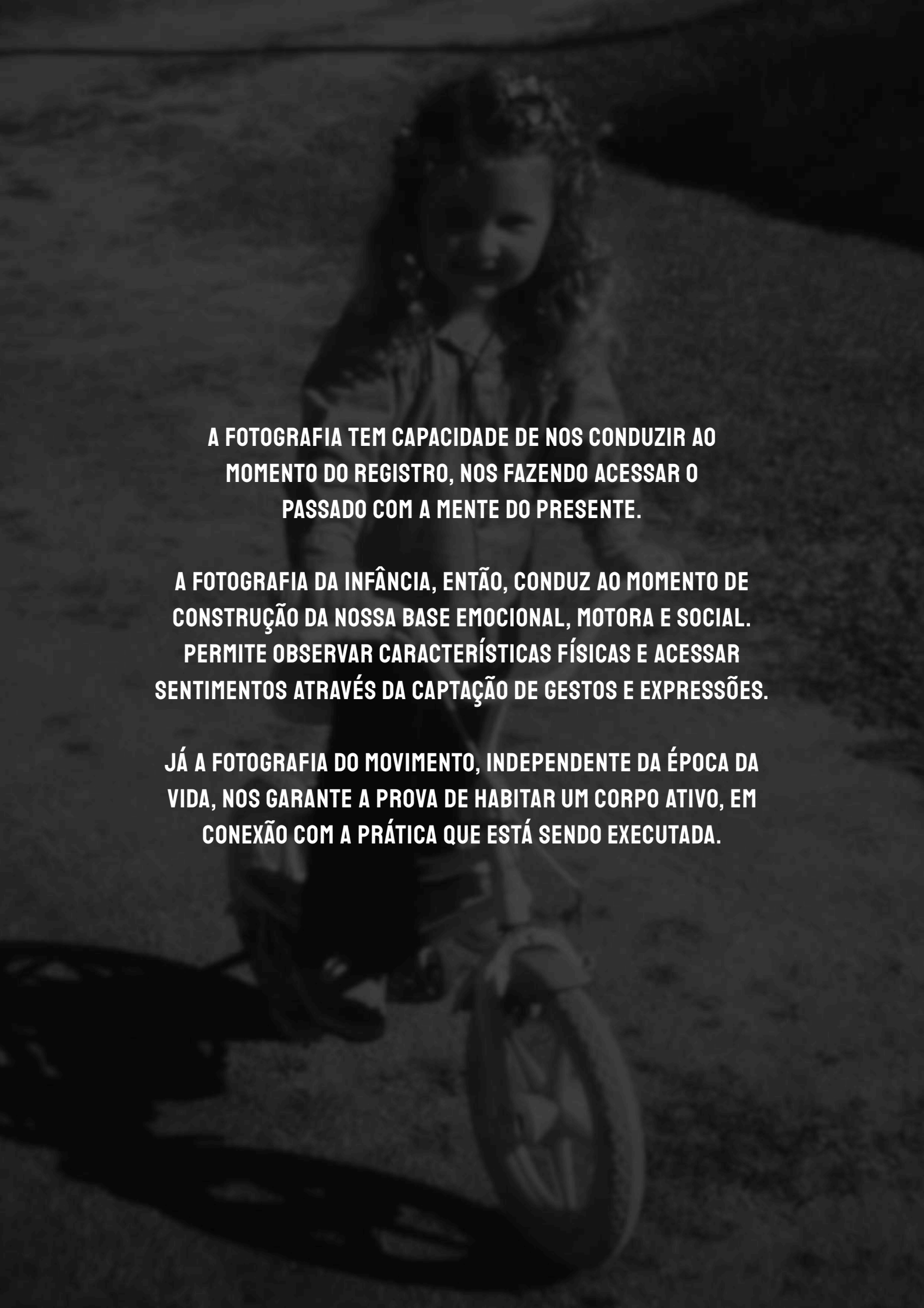
A FOTOGRAFIA MOVE A MENTE AO PASSADO E MOVIMENTA O PRESENTE, ARTICULANDO SENSÇÃO E TRANSFORMAÇÃO.

MOVER SIGNIFICA “FAZER MUDAR DE LUGAR; DESLOCAR COM UM MOVIMENTO”

A FOTOGRAFIA POSSUI A CAPACIDADE DE MOVER A MENTE PARA O MOMENTO VIVIDO NO REGISTRO, REATIVANDO MEMÓRIAS, SENSÇÕES E PERCEPÇÕES ASSOCIADAS À EXPERIÊNCIA CAPTURADA.

MOVIMENTAR É DEFINIDO COMO “PÔR EM MOVIMENTO; ATIVAR; DAR MOVIMENTO COM ÂNIMO”, INDICANDO UM PROCESSO CAPAZ DE ENVOLVER DIMENSÕES FÍSICAS, EMOCIONAIS E SIMBÓLICAS.

A FOTOGRAFIA DO SUJEITO EM MOVIMENTO O MOVIMENTA POR ATIVAR PROCESSOS INTERNOS QUE PODEM FAVORECER A RECONEXÃO CONSIGO, A RETOMADA DE PERTENCIMENTOS E A APROXIMAÇÃO COM A PRÁTICA CORPORAL APRESENTADA NA IMAGEM.

A young child with curly hair is riding a bicycle on a paved path. The child is wearing a light-colored shirt and dark pants. The background is a blurred outdoor setting with trees and a path. The overall image is in a dark, monochromatic style.

**A FOTOGRAFIA TEM CAPACIDADE DE NOS CONDUZIR AO
MOMENTO DO REGISTRO, NOS FAZENDO ACESSAR O
PASSADO COM A MENTE DO PRESENTE.**

**A FOTOGRAFIA DA INFÂNCIA, ENTÃO, CONDUZ AO MOMENTO DE
CONSTRUÇÃO DA NOSSA BASE EMOCIONAL, MOTORA E SOCIAL.
PERMITE OBSERVAR CARACTERÍSTICAS FÍSICAS E ACESSAR
SENTIMENTOS ATRAVÉS DA CAPTAÇÃO DE GESTOS E EXPRESSÕES.**

**JÁ A FOTOGRAFIA DO MOVIMENTO, INDEPENDENTE DA ÉPOCA DA
VIDA, NOS GARANTE A PROVA DE HABITAR UM CORPO ATIVO, EM
CONEXÃO COM A PRÁTICA QUE ESTÁ SENDO EXECUTADA.**

**A FOTOGRAFIA DO MOVIMENTO É UM DOCUMENTO
COM O LEGADO DE COMPROVAR FEITOS HISTÓRICOS**

INCLUSIVE, A SUA HISTÓRIA

FOTOGRAFIA COMO FERRAMENTA NA QUALIDADE DE VIDA

SE ENXERGAR EM MOVIMENTO GERA CONEXÃO
CONSIGO E COM O MOVIMENTO



ENXERGAR A PRÓPRIA VIDA EM MOVIMENTO
GERA AUTOCONHECIMENTO,
AUTOEFICÁCIA E AUTOESTIMA



SE CONECTAR COM PRÁTICAS DE MOVIMENTO
GERA PERTENCIMENTO E SAÚDE



SE CONECTAR CONSIGO E COM MOVIMENTO
GERA QUALIDADE DE VIDA

PILARES DA QUALIDADE DE VIDA

OMS (1995); autora

FÍSICO

RELACIONA-SE À SAÚDE CORPORAL, ENERGIA, MOBILIDADE, SONO, DOR E CAPACIDADE PARA O TRABALHO.

PRÁTICAS DE MOVIMENTO FORTALECEM O CORPO, AMPLIAM VITALIDADE E CONSCIÊNCIA CORPORAL.

PSICOLÓGICO (OU EMOCIONAL)

INCLUI AUTOESTIMA, SENTIMENTOS POSITIVOS, MEMÓRIA, CONCENTRAÇÃO E IMAGEM CORPORAL.

A FOTOGRAFIA DO MOVIMENTO CONTRIBUI AO PERMITIR AUTOPERCEPÇÃO POSITIVA E VALORIZAÇÃO DE SI.

SOCIAL

REFERE-SE ÀS RELAÇÕES PESSOAIS, APOIO SOCIAL E PARTICIPAÇÃO EM GRUPOS E COMUNIDADES.

A PRÁTICA COLETIVA E O REGISTRO FOTOGRÁFICO REFORÇAM PERTENCIMENTO E VÍNCULO COM O GRUPO.

AMBIENTAL

DIZ RESPEITO AO AMBIENTE FÍSICO, SEGURANÇA, LAZER, ACESSO A RECURSOS, OPORTUNIDADES EDUCACIONAIS E CULTURAIS.

PROJETOS SOCIAIS E ESPAÇOS DE LAZER AMPLIAM O ACESSO A AMBIENTES SAUDÁVEIS E INCLUSIVOS.

ESPIRITUAL (OU EXISTENCIAL)

RELACIONA-SE AO SENTIDO DA VIDA, VALORES PESSOAIS E CRENÇAS.

O MOVIMENTO PODE SER UMA FORMA DE EXPRESSÃO SIMBÓLICA E CONEXÃO CONSIGO E COM O MUNDO.

AUTONOMIA (OU NÍVEL DE INDEPENDÊNCIA)

ENVOLVE CAPACIDADE DE TOMAR DECISÕES, LIBERDADE, MOBILIDADE E CONTROLE SOBRE A PRÓPRIA VIDA.

O MOVIMENTO E A FOTOGRAFIA REFORÇAM O SENTIMENTO DE AUTONOMIA E DE AUTORIA SOBRE A PRÓPRIA HISTÓRIA.



**A FOTOGRAFIA DO MOVIMENTO
APRESENTA A VIDA EM CURSO E, AO
MESMO TEMPO, ABRE ESPAÇO PARA
COMPREENDER COMO O CORPO QUE
SE MOVE TAMBÉM PENSA, SENTE E
SE TRANSFORMA.**

FOTOGRAFIA DA INFÂNCIA, LAZER ATIVO E IDENTIDADE

A **fotografia** é uma das mais potentes formas de registrar a existência e, ao mesmo tempo, de revisitá-la. Fotografar a infância é guardar, em imagem, uma forma de autenticidade e leveza que pode ser revisitada mais tarde, funcionando como um espelho para o reencontro com a própria essência.

“Atividades de **lazer ativo** também aumentam o senso de pertencimento e apoio social, fatores que são essenciais para a qualidade de vida.”
(Marcellino, 1998)

"**Identidade** é a consciência que uma pessoa tem de si mesma. [...] é a forma que o indivíduo tem de processar tudo o que lhe é passado, fazendo uma síntese pessoal transformando a realidade objetiva e subjetiva.”
(Brasiliense, 2007)

ESPORTE E LAZER ATIVO NA INFÂNCIA

DIMENSÕES BENEFICIADAS:

DIMENSÃO FÍSICA

Coordenação motora
Equilíbrio
Força
Resistência
Crescimento saudável
Desenvolvimento ósseo
Condicionamento
cardiorrespiratório
Prevenção de doenças
Energia
Vitalidade

DIMENSÃO SOCIAL

Socialização
Cooperação
Trabalho em equipe
Empatia
Pertencimento
Comunicação
Respeito às regras
Inclusão
Amizade
Espírito de grupo

DIMENSÃO COGNITIVA


Atenção
Concentração
Memória
Criatividade
Tomada de decisão
Raciocínio lógico
Aprendizagem
Desempenho escolar

DIMENSÃO PSICOLÓGICA E EMOCIONAL

Autoestima
Autoconfiança
Autoeficácia
Autocontrole
Redução da ansiedade
Redução do estresse
Bem-estar emocional
Motivação
Resiliência
Satisfação pessoal

DIMENSÃO INTEGRAL / ESPIRITUAL

Autoconhecimento
Consciência corporal
Equilíbrio corpo-mente
Conexão com a essência
Harmonia
Sentido de propósito
Paz interior
Expressão simbólica
Reconexão com a infância
Qualidade de vida



**A FOTOGRAFIA PERMITE AO INDIVÍDUO REENCONTRAR VERSÕES DE SI
EM MOMENTOS ESPECÍFICOS DA INFÂNCIA, PRESERVANDO TRAÇOS,
GESTOS E CONTEXTOS QUE COMPÕEM SUA HISTÓRIA.**

**BARTHES (1984) DESTACA QUE TODA FOTOGRAFIA É UMA PROVA DE EXISTÊNCIA E UM PONTO DE
RETOMADA DA MEMÓRIA; DUBOIS (1993) REFORÇA SEU CARÁTER DE INSCRIÇÃO DO REAL, CAPAZ
DE DOCUMENTAR E LEGITIMAR A TRAJETÓRIA PESSOAL; E SONTAG (2004) DISCUTE COMO AS
IMAGENS MOLDAM A FORMA COMO NOS PERCEBEMOS E SOMOS PERCEBIDOS SOCIALMENTE.**

**NESSE SENTIDO, A AUSÊNCIA DE REGISTROS PODE GERAR APAGAMENTO SIMBÓLICO DA
HISTÓRIA INDIVIDUAL, PRODUZINDO LACUNAS NA CONSTRUÇÃO DA NARRATIVA DE SI.**

PROJETO SOCIAL

PROJETOS SOCIAIS QUE OFERECEM ATIVIDADES ESPORTIVAS E DE LAZER CUMPREM PAPEL ESSENCIAL NA PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA. ESCOLHER ESSE PÚBLICO É, PORTANTO, UMA FORMA DE VALORIZAR SUAS HISTÓRIAS E REFORÇAR, DESDE CEDO, A PERCEPÇÃO DE QUE SUAS EXPERIÊNCIAS IMPORTAM E MERECEM SER LEMBRADAS. O MATERIAL ENTREGUE ÀS FAMÍLIAS E ÀS INSTITUIÇÕES FUNCIONARÁ COMO UM ACERVO AFETIVO E HISTÓRICO.

UM RECORTE MUITO PEQUENO DE TUDO QUE É DESENVOLVIDO EM OFICINAS CORPORAIS, NO PROJETO SOCIAL, ESTÃO NAS SEGUINTE PÁGINAS.

AS FOTOS SÃO ACOMPANHADAS DE UMA FRASE EM DESTAQUE, MAS SE ESPERA QUE A INTERPRETAÇÃO DA IMAGEM VÁ ALÉM, CONFORME A INDIVIDUALIDADE DE QUEM A VÊ.

AS FRASES SOBRE DEFINIÇÕES DE LAZER FORAM DAS CRIANÇAS, DITAS EM UMA RODA DE CONVERSA PROPOSTA DURANTE O PROJETO FOTOGRÁFICO.

A child with long hair, wearing a pink jacket and light pink pants, stands on a concrete playground. The ground is covered with numerous colorful hula hoops in shades of blue, yellow, orange, and red. Long, dark shadows are cast across the pavement, suggesting a low sun position. The text "OBSERVAR, ESPERAR E ESCOLHER" is overlaid in white, uppercase letters in the lower-middle part of the image.

OBSERVAR, ESPERAR
E ESCOLHER

A young boy with short brown hair is captured in a focused moment, balancing a worn, light-colored soccer ball on his right knee. He is wearing a grey hoodie with a white pocket and black athletic pants. His left foot is planted on the ground, while his right leg is bent to support the ball. The background is a plain, light-colored wall, and the ground is a dark, textured surface. The overall scene conveys a sense of practice and concentration.

TÉCNICA POR REPETIÇÃO





OPÇÕES ONDE HABITA



INDIVIDUALIDADE NO COLETIVO

TOMADA DE DECISÃO



TEMPO DE REAÇÃO



AUTOEFICÁCIA





TRABALHO EM EQUIPE



CONSCIÊNCIA CORPORAL



AGILIDADE

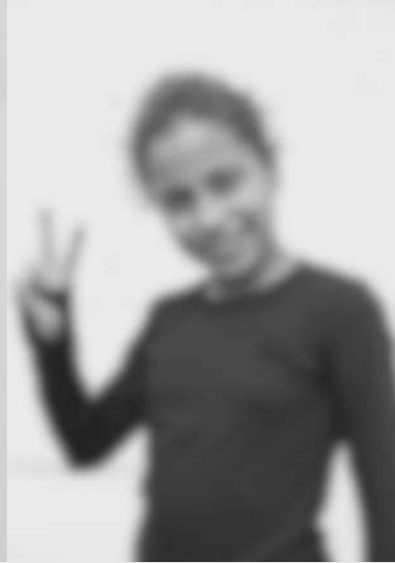
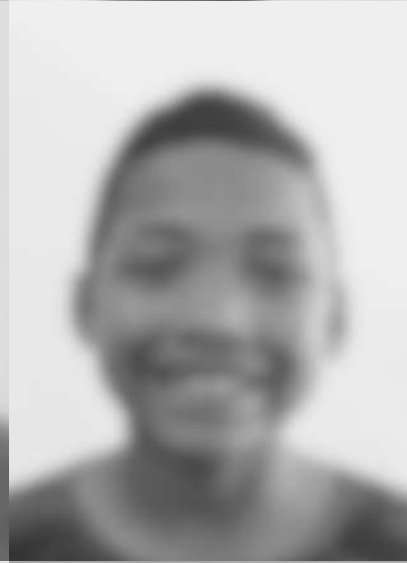
"LAZER É RELAXAR, FICAR EM PAZ"





"LAZER É QUANDO TU APROVEITA TUA VIDA"

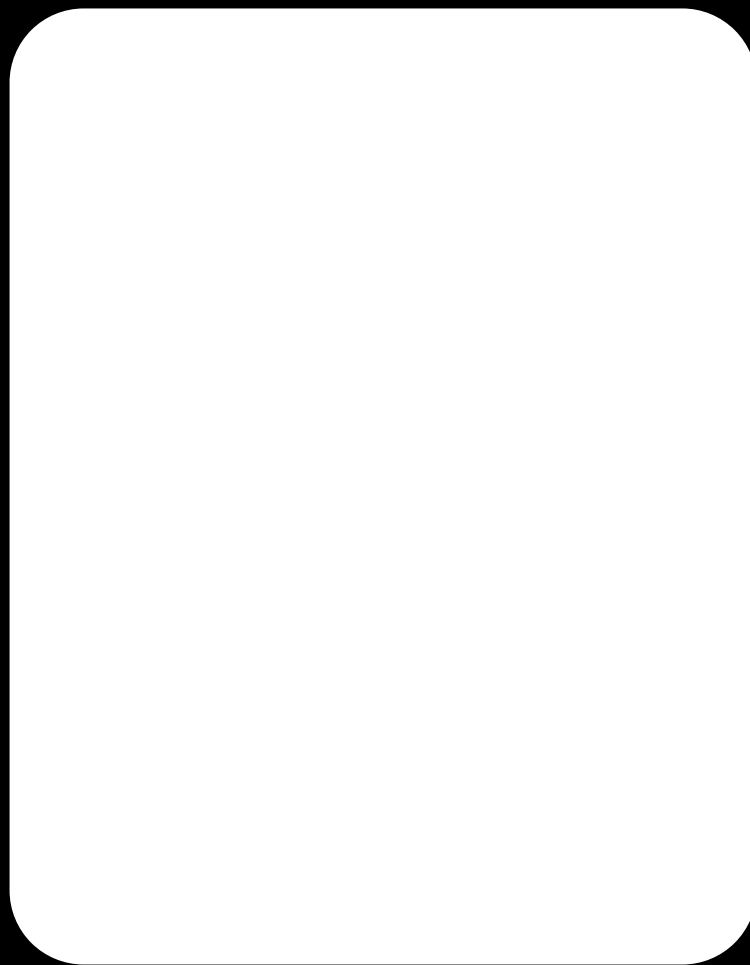
**"LAZER É TIPO QUANDO A PROFESSORA
FALA 'UM TEMPINHO PRA TI'"**



**ONDE PADRÕES COMPORTAMENTAIS E
ESTÉTICOS ME ESTIMULAM A ABRIR
DISTÂNCIA DA ESSÊNCIA DO MEU SER,
A IMAGEM DA MINHA CRIANÇA É UMA
FERRAMENTA DE RECONEXÃO COMIGO**



E A TUA FOTO DE CRIANÇA?



**QUAL ERA TEU
ESPORTE PREFERIDO?
AINDA PRÁTICA?**

**QUAL ERA TEU
LAZER ATIVO PREFERIDO?
AINDA CONSEGUE PRATICAR?**



FOTO **MOVE** A MENTE

FOTOGRAFE **MOVIMENTO**

MOVIMENTO



SAÍDA



REFERÊNCIAS PARA MAIS INFORMAÇÕES:

BRASILIENSE, Maria Bernadete. Fotografias do corpo feminino: um espaço onde as representações corporais da mulher madura são construídas e reveladas. 2007.

MARCELLINO, Nelson Carvalho (Org.). Lazer e Sociedade: múltiplas relações. Campinas: Alínea, 2008. ISBN 978-85-7516-283-5.

NAHAS, Markus Vinícius. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 7. ed. Londrina: Midiograf, 2017.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). WHOQOL: measuring quality of life. Genebra: OMS, 1995.

SANTURBANO, Pablo. Evolução e Movimentação Humana: Introdução ao Raciocínio Evolucionário na Saúde e no Movimento. Edição do autor, 2022.