

O estímulo de vidas infantis através dos projetos sociais esportivos

Fundações bauruenses fornecem apoio para crianças carentes

A ACAÉ Bauru (Associação Comunidade em Ação Êxodo), é uma Instituição sem fins econômicos que possui diversos projetos sociais para crianças e adolescentes de 6 a 15 anos de idade. O psicólogo social Anderson Michel dos Reais, conta que faz parte da Associação há três meses.

O projeto é dividido em duas unidades, sendo elas, a Sede Alfa, localizada no Parque Roosevelt, que atualmente atende cerca de 140 crianças e adolescentes e a unidade Beta, que está localizada no Parque Jaraguá e atualmente atende cerca de 173 crianças e adolescentes. “Em todas as unidades, são cerca de 460 alunos, explica o Psicólogo Anderson.

O projeto oferece três refeições diárias, apoio psicossocial individual e grupal, palestras educativas, atividades de apoio a escolarização de forma lúdicas, sendo eles, jogos educativos, atletismo, capoeira, karatê, street dance, gincanas, passeios de integração social, dentre outras atividades estabelecidas em plano de trabalho.

Além de todas as atividades mencionadas, a ACAÉ Bauru também participa do Projeto Futuro, da ABDA (Associação Bauruense de Desportos Aquáticos), o Projeto Futuro tem como objetivo a inclusão social e formação de atletas de alto rendimento no Polo Aquático e Natação.

Anderson Michael explica que a inscrição para que as crianças possam participar e fazer parte projeto, é necessário realizar a inscrição através do CRAS (Centro de Referência da Assistência Social).



ACAÉ Bauru (Associação Comunidade em Ação Êxodo)



Crianças praticando exercícios físicos em quadra na ACAÉ

Hierarquia

- Beatriz dos Reis Perezi Marcal: Fotografia e Basquete
- Cauê Isac Corrêa Crês: Design
- Larissa Fontanezzi Garla: Projetos sociais e redação
- Lucas Cauã Tavares de Godoy: Design e Revisão
- Lucas Pereira Leite Nogueira: Repórter
- Vinicius Lourenço Gonçalves: Repórter e Redação



Rumo ao estrelato: a vida de um atleta profissional

Os caminhos e desafios da vida esportiva

Lucas Rocha, assessor de imprensa do Bauru Basket, conta como é o estilo de vida dos jogadores e traz consigo dicas e o que esperar do basquete no Brasil. A rotina dos jogadores é bastante desgastante, normalmente acontecem três treinos por dia, um sendo físico e dois na parte técnica/tática. Quando há jogos fora de casa, o time acaba tendo que viajar um ou dois dias antes, dependendo da distância, e a partir da tabela do NBB, são sempre ao menos dois jogos que acabam acontecendo. No time, há jogadores bem dedicados e que se preocupam com a parte física, acabam tendo que acabar tendo que jogar em mais de uma posição acabam levando uma boa vantagem e são bem valorizados, um exemplo de jogador que possui destaque no Bauru Basket, é o Alex Garcia.

Uma dica dada pelo acessor a todos que pretendem viver dessa mesma maneira é que todos literalmente “vivam o jogo”, tendo máxima dedicação a carreira e ao esporte, só por meio disso todos serão recompensados e terão êxito na carreira.

Sobre o crescimento do esporte no país, o atleta é firme em suas palavras: “- Tudo depende dos resultados internacionais da seleção e do espaço que a mídia dará para o basquete. Por mais que a NBA seja um produto consolidado no Brasil, o basquete em si, ainda precisa ajustar muitas questões para voltar a ser um esporte aclamado no país.”



Acervo site do time Bauru Basket 2019

Vivência Esportiva

A história de um homem apaixonado pelo esporte

Luiz Gustavo Freitas, começou a se interessar por esportes desde que tinha entre 6 e 7 anos de idade. A influência dos esportes mudou tudo em sua vida, hoje já é formado em educação física, mas sempre teve percepção da importância em vários pontos, como saúde, qualidade de vida, autoestima, disciplina e entre outros. Desde pequeno, sempre soube o que queria ser, além de sempre ter praticado atividades físicas, desde o futebol até mesmo ao crossfit atualmente, sempre soube da importância que era preciso ter em diferentes aspectos, sejam eles físicos, estéticos e psicológicos também. E hoje, com 27 anos, Luiz Gustavo Freitas, tem a oportunidade de passar e mostrar a diferença que isso é para os seus alunos.



Luiz Gustavo Freitas



O Signo de cada Esporte



Áries

Os arianos são cheios de energia e muito disciplinados quando decidem começar alguma atividade física. *Opções ideais: Basquete e lutas, como muay thai e judô!*



Touro

Ostaurinos possuem fama de serem teimosos e um pouquinho preguiçosos, o que significa que ele precisa ser conquistado por algum esporte. *Opções ideais: natação, dança e tênis!*



Gêmeos

São extremamente competitivos e só entram no jogo se for para ganhar. *Opções ideais: Atletismo, ciclismo e corridas.*



Câncer

Os mais sensíveis e dramáticos do zodiaco, não gostam de ficar sozinhos! *Opções ideais: futebol, vôlei e até mesmo um esporte aquático como o remo, que requer uma sincronia do grupo.*



Leão

Certamente você já ouviu falar que os leoninos gostam de ser o centro das atenções, não é mesmo? Por este motivo, os esportes individuais dão match com o leonino. *Opções ideais: tênis de mesa, natação e corrida.*



Virgem

Os Virginianos levam tudo extremamente a sério e a palavra “organização” é quase o seu sobrenome. *Opções ideais: caminhadas, corridas e danças.*



Libra

Sempre no comando da equipe e possuem facilidade de trabalhar em equipe, principalmente se estiver na liderança. Os esportes em dupla, ou até mesmo coletivos são ideais. *Opções ideais: vôlei de praia, futsal e trilhas.*



Escorpião

Muito determinados, os escorpiões não desistem fácil! Os esportes que necessitam maior persistência são as melhores opções. *Opções ideais: Musculação, boxe e judô.*



Sagitário

Praticar exercícios físicos é algo essencial para as pessoas deste signo livres e aventureiros! *Opções ideais: Ginástica rítmica e golfe.*



Capricórnio

Planejam tudo antes de tomar qualquer decisão e geralmente são mais tradicionalistas. *Opções ideais: Ballet, vôlei e futebol.*



Aquário

Quando o assunto é seguir alguma regra ou ter uma rotina de treinos os aquarianos podem se sentir acuados. *Opções ideais: Caminhadas, corridas, danças e até mesmo o boxe.*



Peixes

Os piscianos são muito solidários. Além de ajudar a vencer, os piscianos têm o dom de incentivar os outros a superar obstáculos e limites. *Opções ideais: Musculação, vôlei e ciclismo.*