

# COMO IMPLANTAR UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA NA EMPRESA: SUGESTÃO SEM IMPOSIÇÃO

**José Maurício Capinussú**

Universidade Federal do Rio de Janeiro - Rio de Janeiro - Brasil

---

## Resumo

O trabalho em causa aborda a prática esportiva na empresa, expediente existente há muito tempo em países da Europa e da Ásia, posteriormente adotado pelos Estados Unidos, chegando ao Brasil na segunda metade do século passado, particularmente na região Sudeste e Sul – São Paulo, Paraná e Rio Grande do Sul. O modelo foi adotado, mais tarde, no Rio de Janeiro, como uma forma de proporcionar lazer e atividade física ao corpo funcional da empresa, desde o executivo até o simples

contínuo, muitas vezes estendendo este benefício aos familiares. Neste trabalho, procedemos a uma sugestão, em forma de proposta, cujo aproveitamento pode variar de acordo com as características da instituição, sem que estejamos oferecendo um projeto, cuja elaboração necessitaria, obviamente, de maior detalhamento, o que não é o caso desta proposta. Digamos que seja uma intenção de projeto.

**Palavras-chave:** Prática Esportiva, Atividade Física, Lazer, Empresa.

---

## HOW TO IMPLANT A PHYSICAL ACTIVITY PROGRAM IN A COMPANY: SUGGESTION WITHOUT IMPOSITION

### Abstract

This work deals with the practice of sport in the company, an expedient that has existed for a long time in European and Asian countries, later adopted in the United States, and arriving in Brazil in the second half of the past century, particularly in the South West and Southern regions – São Paulo, Paraná and Rio Grande do

Sul. The model was adopted, later, in Rio de Janeiro, as a way to proportion leisure and physical activity to the functional body of the company, from the executive to the simplest employee, often extending the benefits to family members. In this study, we proceed with a suggestion, whose approval may vary with the characteristics of the institution, without offering a project, whose elaboration would, obviously, need greater detail, which is not the case with this proposal. We could say that this is the suggestion for a project.

**Key words:** Sport Practice, Physical Activity, Leisure, Company.

Recebido em 09/08/2005. Aceito em 21/09/2005.

## INTRODUÇÃO

Ao produzir sua obra “Homo Ludens”, Huizinga (1968) já afirmava que depois do “Homo Faber” e, talvez no mesmo nível, do “Homo Sapiens”, a expressão “Homo Ludens” merece uma atenção especial, pois o jogo constitui-se no fato mais antigo da cultura.

O esporte, segundo Lüschen e Weiss (1979), não é diretamente necessário para a vida do indivíduo, nem para a sociedade, embora possua muitas características do jogo. Entretanto, pela dimensão que assumiu na sociedade contemporânea, o esporte passou a ser concebido como uma ação social revestida de muitos significados simbólicos. Sua importância chegou a tal nível que o renomado e saudoso pensador espanhol José Maria Cagigal (1972) produziu um substancial trabalho - “Deporte, Pulso de Nuestro Tiempo”. Ainda Cagigal, responsável por uma parte do livro “Los estudios de un joven de hoy”, dedicado ao Príncipe de Astúrias, Don Felipe de Bourbon y Grecia, afirma que o esporte é uma conduta intensamente motivante, praticada muito mais por convicção racional, onde o gosto, o prazer e até a necessidade psicológica estão presentes. Neste importante depoimento, Cagigal mostra que o esporte facilita a relação humana espontânea, apesar dos estereótipos sociais, o que não deixa de ser uma variável de resistência contra a crise de relações da sociedade contemporânea.

Por outro lado, o próprio avanço dos meios de comunicação de massa trataram de difundir o esporte, aumentando o interesse da população mundial pela prática esportiva e pelos resultados das competições internacionais. Nacionalmente, os desdobramentos naturais dessa difusão foram justamente novos segmentos de atividades esportivas. Entre esses novos segmentos está a prática esportiva em empresas. No mundo atual, cada vez mais crescem as estatísticas das empresas que se utilizam do esporte como uma de suas atividades-meio. Os propósitos variam (propaganda, demanda dos funcionários, competição com outras empresas, etc.), mas o fato é que, embora com cartas de intenções diferentes, a cada dia aumenta o apelo para que o esporte se torne uma opção das mais usuais nas empresas, de um modo geral. E, no caso brasileiro, talvez pelo sucesso de algumas empresas pioneiras,

esta investida não é diferente, principalmente pelo apoio de uma legislação séria e viável, a ser criada justamente para incentivar essa chegada empresarial ao esporte.

## JUSTIFICATIVA

Foi possível observar nas últimas linhas introdutórias que o esporte passou a ser, ao mesmo tempo, meio e fim nas empresas brasileiras. Sem dúvida, a modalidade dos recursos nas empresas nacionais permitiu que a criatividade gerencial conseguisse propiciar possibilidade de investimento no campo esportivo, sem desequilibrar os orçamentos. Hoje, é possível constatar a iniciativa vitoriosa de várias empresas que conseguem projeção marcante no contexto esportivo, contribuindo efetivamente para fixar uma imagem notável na comunidade brasileira. Na verdade, as empresas deixaram aquela imagem anterior de crescente produção e lucro, para outra, de maior alcance em termos de aceitação: a imagem da prestação de serviços a um determinado setor da sociedade, no caso, do esporte.

A empresa, contando com um quadro numeroso de funcionários, ao ser estimulada a seguir o caminho de outras empresas, não poderá simplesmente copiar a iniciativa dos outros. Imaginemos, então, uma instituição financeiramente firme, bem consolidada, que mantenha contato com a população de vários estados e que, através dos seus serviços, necessita dinamizar a prática esportiva de seus funcionários, o que pode se viabilizar com boas instalações e um trabalho pedagogicamente honesto e bem orientado, indo de encontro à necessidade do seu corpo funcional quanto à prática da atividade física. Sob este aspecto, as possibilidades se ampliam pela viabilidade de competições internas, escolinhas desportivas para os dependentes dos funcionários e colônias de férias, além de esquemas específicos de avaliação funcional e programas de aptidão física para os funcionários dos chamados escalões superiores.

Assim, a proposta justifica-se plenamente pelo alto teor social que a envolve, o que, sem dúvida, poderá provocar uma nova imagem da própria empresa.

## **OBJETIVOS**

A presente proposta tem como objetivos:

### **Aumentar a prática esportiva pelos funcionários**

Oferecer possibilidades de atividades físicas para os funcionários e seus dependentes, de forma organizada. Para que esse objetivo possa ser alcançado, deverão ser enfatizados os seguintes objetivos específicos:

\_ Organizar uma Olimpíada Interna Anual para os funcionários da empresa, com o maior número de esportes possível;

Observação: Essa competição deverá ser regida dentro dos códigos oficiais esportivos (regulamentos), através do cumprimento de horários, de uma disciplina desejável e, ainda, utilizando-se equipes de arbitragens requisitadas nas respectivas federações;

\_ Criar escolinhas esportivas para os filhos de funcionários nas instalações das empresas, caso estas possuam dependências destinadas ao esporte, ou firmando convênios com outras instituições ;

Observação: A gratuidade ou não nessas escolinhas deverá ser decidida posteriormente.

\_ Organizar equipes esportivas, objetivando reforçar a imagem externa da empresa;

\_ Planejar e organizar colônias de férias para os funcionários e seus dependentes;

\_ Desenvolver programas de aptidão física para os executivos, com devido controle técnico e médico;

\_ Incentivar e organizar programas de atividade física permanente para os funcionários e seus dependentes; e

\_ Planejar a viabilização do ensino de lutas marciais: judô, jiu-jitsu, karatê, com objetivos educacionais.

## **RECURSOS**

### **Recursos Materiais**

\_ Instalações

Deverão ser utilizadas as próprias instalações esportivas das empresas, que poderão ser acrescidas de algumas adaptações julgadas necessárias para o alcance dos objetivos;

\_ Material Diverso

Para a prática de esportes como o futebol, futsal, basquetebol e voleibol, torna-se necessária a compra de material capaz de atender à demanda (bolas, redes). Também é indispensável a aquisição de material para as salas de musculação e de ginástica (pesos, barras, modulados, bancos, esteiras-rolantes, bicicletas ergométricas, colchonetes, espelhos, aparelhagem de som, etc).

### **Recursos Humanos**

\_ Técnicos e Professores

Será necessária a contratação de técnicos (professores) para o desenvolvimento e alcance dos objetivos propostos, a saber:

- a) Um Coordenador-geral: responsável pela coordenação de todas as atividades esportivas da empresa;
- b) Técnicos (professores) : responsáveis pelas futuras equipes representativas da empresa, além de coordenarem todas as atividades referentes às modalidades pelas quais respondem;
- c) Estagiários: recrutados junto às escolas superiores de Educação Física, os quais auxiliarão diversos sub-programas previstos neste plano;
- d) Funcionários diversos: exercerão atividades em serviços burocráticos (secretaria, tesouraria, etc.).

## IMPLANTAÇÃO

### Viabilização

A viabilidade do plano poderá ser efetuada através da alocação de recursos financeiros da própria empresa e do aproveitamento de suas próprias instalações esportivas. Esse aproveitamento poderá ser operacionalizado através da contratação de uma firma especializada, que, por prescrições estabelecidas em contrato, destinaria um percentual da arrecadação mensal (das escolinhas, colônias de férias, etc.) para a empresa.

### Filosofia de seleção de Técnicos, Professores e Estagiários.

Os técnicos e professores a serem envolvidos no desenvolvimento do plano serão sempre profissionais de Educação Física, formados em escolas superiores. Os estagiários serão regularmente selecionados em escolas de Educação Física.

Essa premissa deverá ser mantida, apesar das possíveis pressões para utilização de ex-atletas e opções paternalistas, mas desqualificadas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme explicitado anteriormente, este trabalho trata-se de uma sugestão, que poderá sofrer as devidas modificações de acordo com as disponibilidades da empresa. Deve ser observado que não propomos nenhuma forma de financiamento ao projeto, a não ser a alocação de recursos da empresa, assunto que deverá ser tratado a partir do instante em que a proposta for aceita. Pode-se sugerir a inserção de percentuais em favor do projeto, oriundos das receitas das atividades sociais (festas, bingos ou eventos musicais) e até um desconto na folha (pequeno, é bem verdade) do corpo funcional, expediente que deverá ser antecedido por uma consulta muito bem justificada pela direção da empresa, com argumentos sólidos e procedentes. Este argumento deve enfatizar a necessidade do condicionamento físico, seus benefícios e a prática esportiva como elemento de higiene mental para aquele que se dedica integralmente ao trabalho.

### Endereço para correspondência:

Av João Luís Alves, s/n (Forte São João) - Urca  
Rio de Janeiro - RJ - Brasil  
CEP 22291-090  
Tel 55 21 25433323  
e-mail: jmcapinussu@hotmail.com

---

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CAGIGAL JM. Deporte, Pulso de Nuestro Tiempo. Barcelona: Saviat, 1972.

HUIZINGA J. Homo Ludens. Barcelona: Editores Emecé, 1968.

LÜSCHEN S, WEISS K. Sociologia del Deporte. Valladolid: Ed Minnön, 1979.