



## RELATO DE EXPERIÊNCIA

### ESCOLINHA DESPORTIVA: CROSSKIDS

Professor Alessandro Moroni<sup>1</sup>  
Amanda Almeida da Silva<sup>2</sup>  
Gustavo Nunes de Oliveira<sup>3</sup>  
Juliana de Jesus Rodrigues<sup>4</sup>  
Luiz Eduardo Fagundes<sup>5</sup>  
Kemely Lima Ortiz<sup>6</sup>  
Paula Irele Alves Rodrigues<sup>7</sup>

**Resumo:** Nesse artigo, relataremos uma experiência vivenciada em uma das atividades desenvolvidas na disciplina do Projeto Integrador I. O desafio proposto consistia na criação de uma escolinha desportiva real em nossa cidade. O principal objetivo da atividade, foi estimular a nossa criatividade e nosso espírito empreendedor. Para isso, escolhemos o CrossKids, também conhecido como Crossfit para crianças, voltada ao público infantil e adolescente. A proposta da escolinha é incentivar a prática regular de exercícios desde cedo, combatendo o sedentarismo, a obesidade e promovendo um estilo de vida mais ativo e saudável. Além disso, buscamos demonstrar como é possível estruturar um negócio de sucesso no ramo esportivo, abordando aspectos de administração e gestão de empreendimento. Todo o processo contribui para nosso aprendizado prático e para a preparação da apresentação no EPIC, que ocorrerá em Outubro de 2025.

---

<sup>1</sup>Professor Alessandro Moroni, pela UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail: [prof.alessandromoroni@gmail.com](mailto:prof.alessandromoroni@gmail.com).

<sup>2</sup>Graduanda do curso de Educação Física da UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail: [amandaalmeidadasilva21@gmail.com](mailto:amandaalmeidadasilva21@gmail.com).

<sup>3</sup>Graduando do curso de Educação Física da UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail: [gnuoliveira09@gmail.com](mailto:gnuoliveira09@gmail.com).

<sup>4</sup>Graduanda do curso de Educação Física da UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail: [juliana\\_juhh32@hotmail.com](mailto:juliana_juhh32@hotmail.com).

<sup>5</sup>Graduando do curso de Educação Física da UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail: [luizeduardofagundes1267@gmail.com](mailto:luizeduardofagundes1267@gmail.com).

<sup>6</sup>Graduanda do curso de Educação Física da UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail: [kemelyortizjobs@gmail.com](mailto:kemelyortizjobs@gmail.com).

<sup>7</sup>Graduanda do curso de Educação Física da UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail: [paulinhairele@hotmail.com](mailto:paulinhairele@hotmail.com).



# EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E  
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



**Palavras-chave:** Escolinha, Criatividade, Empreendedor, EPIC.

**Abstract:** In this article, we will share an experience we had during one of the activities developed in the Integrative Project I course. The proposed challenge was to create a real sports school in our city. The main objective of the activity was to stimulate our creativity and entrepreneurial spirit. To this end, we chose Cross Kids, also known as Crossfit for children, aimed at children and adolescents. The school's purpose is to encourage regular exercise from an early age, combating sedentary lifestyles and obesity, and promoting a more active and healthy lifestyle. Furthermore, we seek to demonstrate how to structure a successful business in the sports industry, addressing aspects of business administration and management. The entire process contributes to our practical learning and to the preparation of our presentation at EPIC, which will take place in October 2025.

**Key-words:** School, Creativity, Entrepreneur, EPIC.

## 1. INTRODUÇÃO

Este documento foi elaborado a partir da experiência vivenciada no Projeto Integrador I. No 7º trabalho, recebemos o desafio de criar uma escolinha desportiva. A proposta exigia que considerássemos todos os aspectos como se ela fosse, de fato, implantada em nossa cidade. Esse exercício estimulou a nossa criatividade, nosso espírito empreendedor e nos proporcionou uma visão mais realista sobre planejamento e construção de um projeto do zero, tarefa que exige atenção, comprometimento e dedicação.

Durante as discussões em grupo, refletimos sobre as modalidades que poderíamos desenvolver e optamos por uma proposta diferenciada: uma escolinha de Crossfit voltada exclusivamente para crianças e adolescentes. Essa decisão se baseou no crescimento significativo dessa modalidade esportiva, e na oportunidade de direcionar nosso foco ao público infantil, o que tornou o projeto ainda mais inovador e relevante.



Também destacamos a importância da prática de atividades físicas desde a infância, considerando os inúmeros benefícios para o desenvolvimento físico e mental, além da prevenção da obesidade infantil, problema cada vez mais presente na sociedade atual.

Cada detalhe do projeto foi pensado com cuidado, incluindo uma proposta futura de inclusão: adaptar as atividades para atender crianças com deficiência (PCD), garantindo participação e integração de todos na prática esportiva, de forma totalmente gratuita.

## 2. DESENVOLVIMENTO

No dia 11 de junho de 2025, nós, acadêmicos, recebemos a missão de criar uma escolinha desportiva real em nossa cidade, com cinco professores atuando e um capital inicial de R\$ 1.000.000,00.

Diante disso, começamos a refletir em grupo: qual seria o nosso empreendimento? Que modalidade escolher? Futebol, futsal ou algo diferente? Após muitas conversas, decidimos apostar em uma proposta inovadora: o Cross Kids, uma adaptação do Crossfit, voltada para crianças e adolescentes de 3 a 14 anos. Essa modalidade combina diversos tipos de exercícios físicos, como saltos, corridas, escaladas, movimentos de ginástica e jogos cooperativos, tudo de forma lúdica e divertida.

Mesmo com a ideia definida, ainda surgiam muitas dúvidas: como empreender sem experiência? Empreender seria realmente um desafio importante para nós?

Foi então que, no dia 13 de junho, o Professor Alessandro nos orientou novamente, explicando passo a passo da atividade, e detalhando como seria a apresentação geral, marcada para o dia 17 de junho. Ele destacou a importância de utilizarmos slides, com fotos, gráficos, horários de aula. Cada grupo teria de 15 a 20 minutos para apresentar.

Missão dada é missão cumprida! Conseguimos concluir nosso projeto, realizamos uma vídeo chamada para complementar detalhes e fazer os ajustes finais. Constatamos que, para a abertura de uma escolinha desportiva desde o início, é



indispensável a elaboração de um planejamento detalhado, abrangendo aspectos legais, financeiros, pedagógicos e estruturais.

Assim, se dedicamos na gestão da nossa escolinha desportiva, se preparando para iniciar um negócio de sucesso no ramo esportivo. Nesse contexto, surgiu a ideia de realizar uma visita técnica ao Crossfit Telêmaco Borba. A professora Mayara apresentou sua academia, compartilhando informações relevantes sobre materiais, estruturas e valores. Sua contribuição foi essencial, uma vez que apoiou e incentivou nosso projeto. Além disso, estabelecemos parceria com o Crossfit Telêmaco Borba, que se tornou patrocinador oficial da iniciativa. Durante essa visita, também aproveitamos para realizar uma sessão de fotos com os filhos da Professora Juliana, que além de atletas, atuaram como modelos de divulgação.

É por isso que o nome da nossa escolinha desportiva será CrossKidsTB, com o slogan “Diversão que fortalece”. As cores escolhidas para nossa identidade visual são vermelho, preto e branco.

Concluimos o processo de locação do espaço e a montagem da estrutura. Nossa escola contará com equipamentos modernos, programações diversificadas e a participações em competições anuais. Priorizamos a valorização do desenvolvimento motor das crianças, aliado a hábitos saudáveis de alimentação.

Conseguimos firmar parcerias importantes, que oferecem 50% de desconto para todos os minis atletas. Além disso, nossa escolinha contará com um espaço de alimentação oferecido pela empresa BEM NATURAL. O investimento inicial foi de R\$583.000,00 restando um capital de R\$417.000,00 reservado para futura expansão.

Nosso objetivo é ampliar futuramente as atividades voltadas a pessoas com necessidades especiais (PCD), seja com deficiência visual, auditiva, motora ou intelectual. Garantindo a inclusão, respeito e dignidade, de modo que todos possam buscar seu pleno desenvolvimento, porque a deficiência estabelece limites, mas não incapacidade.

No dia 17 de junho, realizamos a apresentação do nosso projeto em sala de aula, juntamente com os demais grupos, que também demonstraram suas propostas de escolinhas desportivas. A atividade teve como objetivo principal, estimular nossa criatividade e nosso espírito empreendedor.



# EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E  
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

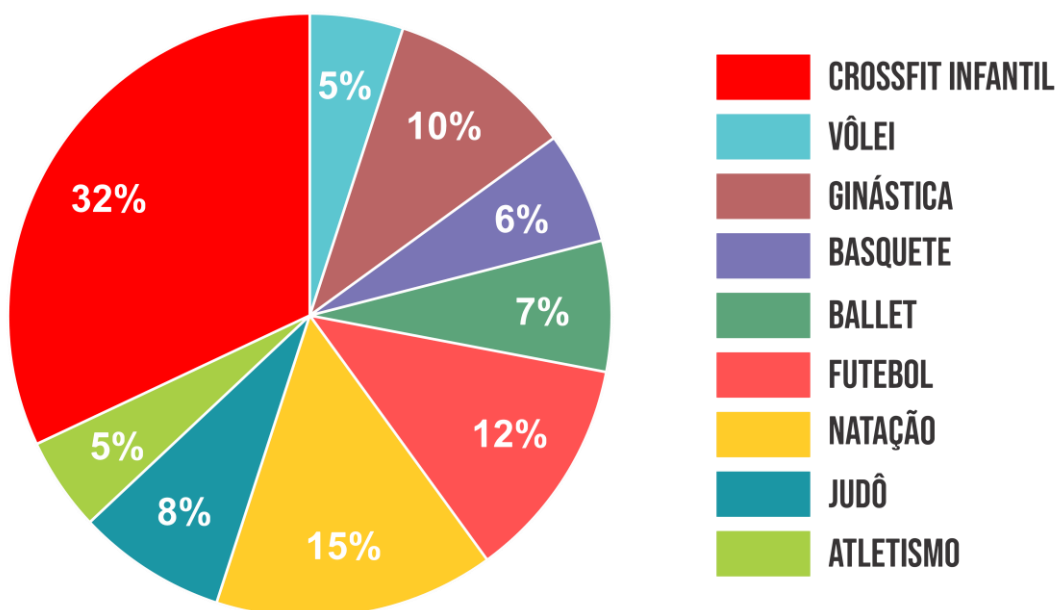


## 2.2. ILUSTRAÇÕES



Sessão de fotos com os filhos da Prof. Juliana

## PORCENTAGEM PÚBLICO INFANTIL E ADOLESCENTES DE 3 A 14 ANOS



Pesquisa realizada com grupo de mulheres



## 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após os estudos e trabalhos finalizados, a nossa escolinha desportiva CrossKidsTB, desempenha um papel importante ao oferecer um ambiente seguro e divertido para que as crianças pratiquem exercícios físicos desde cedo, combatendo o sedentarismo e a obesidade, promovendo um estilo de vida mais ativo e saudável.

O desenvolvimento da nossa escolinha desportiva, nos proporcionou vivência prática sobre empreendedorismo, planejamento e gestão no esporte. Superamos desafios, firmamos parcerias e estruturamos uma proposta inovadora para o público infantil, com foco em saúde e inclusão PCD com aulas gratuitas, reforçando a importância do trabalho em equipe, da organização e da criatividade para transformar uma simples ideia, em um projeto de sucesso na indústria esportiva.

Foi uma experiência enriquecedora que nos fez crescer tanto academicamente quanto pessoalmente, e há a esperança de que o nosso projeto possa ser desenvolvido e implementado no futuro.

Dentro do Projeto Extensionista Integrador II, ainda vamos longe como viver, relacionar, brincar, jogar, simular, imaginar, dividir, repartir, compartilhar, vivenciar e trocar muita experiência significativa.

## 6. AGRADECIMENTOS

Agradecemos, primeiramente, a Deus pela oportunidade de estarmos presentes nesta etapa em nossa trajetória acadêmica na UNIFATEB. Estendemos nossa sincera gratidão aos nossos pais e familiares, cujo apoio e incentivo incondicionais foram fundamentais em todos os momentos. Manifestamos também nosso reconhecimento a todas as pessoas que, de alguma forma, contribuíram para a elaboração deste projeto.

Em especial, agradecemos ao Professor Alessandro, por sua valiosa orientação, apoio constante e por tornar essa jornada mais leve, produtiva e enriquecedora. Agradecemos, ainda, aos colegas e amigos de classe, pela convivência, pela troca de experiências e pelo companheirismo ao longo deste percurso. O futuro nos aguarda, e é com esperança e dedicação que seguimos em frente.



# EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E  
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



## REFERÊNCIAS

ATENA EDITORA. **Iniciação ao Cross kids**. Disponível em <https://atenaeditora.com.br/catalogo/post/iniciacao-ao-crosskids-o-ludico-como-forma-de-ensino-aprendizagem-relacionado-a-pratica-da-atividade-fisica-um-levantamento-bibliografico-2>. Acesso em: 11 junho 2025.

ATLETIS BLOG. **Como montar um negócio esportivo**. Disponível em <https://www.atletis.com.br/projeto-esportivo>. Acesso em: 13 junho 2025.

BNCC. **Planejamento de aula**. Disponível em <https://planejamentosdeaula.com/plano-de-aula-cross-kids-educacao-infantil-criancas-bem-pequenas/>. Acesso em: 13 junho 2025.

FOLHA BV. **Prática desportiva contribui para o desenvolvimento físico e cognitivo**. Disponível em <https://www.folhabv.com.br/geral/cross-kids-pratica-esportiva-contribui-para-o-desenvolvimento-fisico-e-cognitivo-das-criancas/>. Acesso em: 11 junho 2025.

FREEDON. **Como envolver pessoas nos esportes**. Disponível em <https://freedom.ind.br/como-envolver-pessoas-deficiencia-esportes-adaptados-escolas/>. Acesso em: 11 junho 2025.

G1 GLOBO. **Eu atleta**. Disponível em: <https://ge.globo.com/eu-atleta/noticia/crossfit-para-criancas-mitos-beneficios-e-cuidados.ghtml>. Acesso em: 11 junho 2025.

INSTAGRAM. **A importância do Cross kids**. Disponível em [https://www.instagram.com/reel/C\\_MI-hsSD9d/?igsh=MWdvOHMxaWpoN3EzCA==](https://www.instagram.com/reel/C_MI-hsSD9d/?igsh=MWdvOHMxaWpoN3EzCA==). Acesso em: 13 junho 2025.

INSTAGRAM. **CrossFit Kids e fortalecendo**. Disponível em <https://www.instagram.com/reel/DBmFLp8xv91/>. Acesso em: 11 junho 2025.

LIVRE. **Fantástico do crossfit**. Disponível em <https://olivre.com.br/fantasticos-do-crossfit-entenda-como-a-modalidade-acolhe-pessoas-com-deficiencia>. Acesso em: 13 junho 2025.

NEXTFIT. **Como abrir um box de Cross kids?** Disponível em <https://blog.nextfit.com.br/como-abrir-box-cross-kids/>. Acesso em: 11 junho 2025.

O HOJE.com. **Combate a obesidade infantil**. Disponível em <https://ohoje.com/2016/10/06/cross-kids-modalidade-incentiva-o-combate-a-obesidade-infantil/>. Acesso em: 13 junho 2025.

PCD LEGAL. **Lei Brasileira de Inclusão**. Disponível em <https://www.pcdlegal.com.br/lbi/art-42-ao-45/?versao=convencional-mobile>. Acesso em: 13 junho 2025.



# EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E  
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



PLACARSOFT. **Acessibilidade no esporte.** Disponível em <https://placarsoft.com.br/blog/post/acessibilidade-no-esporte-iniciativas-que-deram-certo>. Acesso em: 13 junho 2025.

RENT A PRO. **Dicas para crianças PCD.** Disponível em <https://rentapro.com.br/rent-a-blog/inclusao-esportiva-em-escolas-dicas-para-criancas-com-pcd/>. Acesso em: 13 junho 2025.

TCP. **Cross kids exercício e diversão.** Disponível em: <https://tenisclubepaulista.com/cross-kids-exercicio-e-diversao/>. Acesso em: 13 junho 2025.

TECNOFIT. **Crossfit-infantil.** Disponível em <https://www.tecnofit.com.br/blog/crossfit-infantil/>. Acesso em: 11 junho 2025.

TOTAL PASS. **Acessibilidade na academia.** Disponível em <https://totalpass.com/br/blog/para-academias/acessibilidade-na-academia/>. Acesso em: 13 junho 2025.

TOTAL PASS. **Equipamentos para academia.** Disponível em <https://totalpass.com/br/blog/para-academias/equipamentos-para-academia/>. Acesso em: 13 junho 2025.

TOTAL PASS. **Gestão na academia.** Disponível em <https://totalpass.com/br/blog/para-academias/equipamentos-para-academia/>. Acesso em: 13 junho 2025.

UOL. **Cuidados necessários com crianças.** Disponível em <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2024/12/16/meu-filho-pode-fazer-crossfit-veja-cuidados-necessarios-com-criancas.amp.htm>. Acesso em: 13 junho 2025.

VIVA BEM uol. **Menina fazendo crossfit.** Disponível em <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2023/12/30/crossfit-kids.htm>. Acesso em: 13 junho 2025.

YOUTUBE. **Inclusão crianças PCD.** Disponível em <https://youtu.be/Es-feMSgLh4?si=T4fUmPum7Xxlb7cL>. Acesso em: 11 junho 2025.

YOUTUBE. **Porque as crianças podem fazer CF.** Disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=i6AjFkd6RT0>. Acesso em: 11 junho 2025.

YOUTUBE. **Quanto custa abrir um box?** Disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=ZtKJEW82rUg>. Acesso em: 11 junho 2025.



## CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES (marcar com x a contribuição de cada autor)

Nome completo: Lucas Allan Barros Rodrigues

Item de colaboração	Igual aos demais	Menor que os demais	Maior que os demais	Não participou deste item
Contextualização do trabalho	X			
Organização dos dados			X	
Análise formal dos dados			X	
Análise formal do texto	X			
Financiamento para desenvolvimento do trabalho				X
Investigação e estudo			X	
Metodologia			X	
Administração de cronograma				X
Administração de recursos				X
Gestão do projeto				X
Validação do projeto				X
Marketing				X
Escrita do trabalho		X		
Participação em reuniões				X
Revisão do trabalho		X		
Participação na construção do protótipo		X		

Nome completo: Amanda Almeida da Silva

Item de colaboração	Igual aos demais	Menor que os demais	Maior que os demais	Não participou deste item
Contextualização do trabalho	X			
Organização dos dados		X		
Análise formal dos dados	X			
Análise formal do texto	X			
Financiamento para desenvolvimento do trabalho				X
Investigação e estudo			X	
Metodologia			X	
Administração de cronograma				X
Administração de recursos				X
Gestão do projeto				X
Validação do projeto		X		
Marketing			X	
Escrita do trabalho	X			
Participação em reuniões	X			
Revisão do trabalho	X			
Participação na construção do protótipo	X			



**Nome completo: Gustavo Nunes de Oliveira**

Item de colaboração	Igual aos demais	Menor que os demais	Maior que os demais	Não participou deste item
Contextualização do trabalho		X		
Organização dos dados		X		
Análise formal dos dados		X		
Análise formal do texto		X		
Financiamento para desenvolvimento do trabalho				X
Investigação e estudo		X		
Metodologia		X		
Administração de cronograma				X
Administração de recursos				X
Gestão do projeto				X
Validação do projeto		X		
Marketing				X
Escrita do trabalho		X		
Participação em reuniões	X			
Revisão do trabalho		X		
Participação na construção do protótipo		X		

**Nome completo: Juliana de Jesus Rodrigues**

Item de colaboração	Igual aos demais	Menor que os demais	Maior que os demais	Não participou deste item
Contextualização do trabalho	X			
Organização dos dados	X			
Análise formal dos dados	X			
Análise formal do texto	X			
Financiamento para desenvolvimento do trabalho				X
Investigação e estudo	X			
Metodologia	X			
Administração de cronograma			X	
Administração de recursos			X	
Gestão do projeto			X	
Validação do projeto	X			
Marketing				X
Escrita do trabalho	X			
Participação em reuniões	X			
Revisão do trabalho	X			
Participação na construção do protótipo	X			



**Nome completo: Kemely Ortiz**

Item de colaboração	Igual aos demais	Menor que os demais	Maior que os demais	Não participou deste item
Contextualização do trabalho	X			
Organização dos dados		X		
Análise formal dos dados	X			
Análise formal do texto				X
Financiamento para desenvolvimento do trabalho	X			
Investigação e estudo	X			
Metodologia			X	
Administração de cronograma			X	
Administração de recursos			X	
Gestão do projeto	X			
Validação do projeto	X			
Marketing			X	
Escrita do trabalho	X			
Participação em reuniões	X			
Revisão do trabalho	X			
Participação na construção do protótipo	X			

**Nome completo: Luiz Eduardo Fagundes**

Item de colaboração	Igual aos demais	Menor que os demais	Maior que os demais	Não participou deste item
Contextualização do trabalho		X		
Organização dos dados		X		
Análise formal dos dados		X		
Análise formal do texto		X		
Financiamento para desenvolvimento do trabalho				X
Investigação e estudo		X		
Metodologia		X		
Administração de cronograma				
Administração de recursos		X		
Gestão do projeto		X		
Validação do projeto				
Marketing			X	
Escrita do trabalho		X		
Participação em reuniões	X			
Revisão do trabalho				
Participação na construção do protótipo	X			



Nome completo: Paula Irele Alves Rodrigues

Item de colaboração	Igual aos demais	Menor que os demais	Maior que os demais	Não participou deste item
Contextualização do trabalho		X		
Organização dos dados		X		
Análise formal dos dados		X		
Análise formal do texto		X		
Financiamento para desenvolvimento do trabalho				X
Investigação e estudo		X		
Metodologia		X		
Administração de cronograma				X
Administração de recursos				X
Gestão do projeto				X
Validação do projeto		X		
Marketing				X
Escrita do trabalho		X		
Participação em reuniões	X			
Revisão do trabalho		X		
Participação na construção do protótipo		X		