

---

Aluno - Lucas Vinícius Machado da Silva

Curso - Bacharelado em Educação Física

Professor Orientador - Keith Mary de Souza Sato  
Urbinati

---

### Projeto: “Influência da variabilidade de frequência cardíaca nos níveis de aptidão física na iniciação desportiva”

**Depoimentos de alunos que fazem a diferença!!!**



Foi uma experiência muito valorosa, que me deu oportunidade de conhecer a vivência em outro ambiente universitário, vivenciar São Paulo e a USP, uma universidade altamente conceituada, principalmente no ramo científico, no qual é responsável por um terço da produção científica nacional. Tive contato com pesquisadores de diversas áreas, conhecidos internacionalmente. Pude participar de congressos e seminários internacionais. Ter contato com laboratórios avançados, com equipamentos e técnicas de última geração. Pude aprender algumas técnicas e operar alguns desses equipamentos modernos. Auxiliei e participei de estudos que agregarão a literatura e ao meu currículo. Melhorei muito meu inglês através do contato com pesquisadores estrangeiros, alunos intercambistas e produção científica internacional. Criei um vínculo com a EEFE (Escola de Educação Física e Esporte) que poderá me proporcionar inserção no programa de pós-graduação futuramente. Esses foram os principais benefícios acadêmicos, com certeza tive muitos benefícios pessoais, como conhecer muitas pessoas novas e que puderam me passar muito conhecimento não apenas científico, fazer novas amizades, conhecer uma megalópole e sua diversidade cultural, aprender a solucionar problemas e os desafios longe da família, entre outras experiências. Foi ótimo, aconselho todos os estudantes que puderem a participar, seis meses passam muito rápidos, quando você começar a se acostumar já estará na hora de voltar. É realmente uma oportunidade ímpar.

