

Inserção na comunidade

PROPOSTA DIDÁTICO METODOLÓGICA VOLTADA PARA EDUCAÇÃO EM SAÚDE: MEIO AMBIENTE, PRESERVAÇÃO, SUSTENTABILIDADE E ATIVIDADE FÍSICA.

Michel Luiz Bavaresco

Sandra Fachineto

Elis Regina Frigeri

RESUMO

Este trabalho objetiva relatar as experiências do Estágio Multidisciplinar I que aconteceram no primeiro semestre de 2017. A proposta centrou-se na preservação do meio ambiente e na sustentabilidade, voltada a prática de atividades físicas junto a natureza, visando com que os alunos estabelecessem uma relação com o meio ambiente, a qualidade de vida e a saúde. Foram ministradas 16 aulas teóricas e práticas em uma escola municipal do interior de São Miguel do Oeste-SC. Foram trabalhados conteúdos relacionados a saúde e ao meio ambiente. Os objetivos traçados foram atingidos em sua totalidade e verificou-se também que é de grande valia trabalhar na disciplina de Educação Física teoria aliada a prática, buscando assim a formação integral dos alunos.

INTRODUÇÃO

O presente trabalho foi desenvolvido 2 vezes por semana, com alunos das turmas do 6º e 7º anos, com idades entre 10 e 13 anos.

Dentre os diversos temas que a saúde nos possibilita trabalhar na escola, neste trabalho foi abordado uma proposta voltada ao meio

ambiente e a atividade Física. Neste contexto a palavra chave que surgiu foi sustentabilidade que para Rodrigues e Darido (2006) é entendida como melhoria da qualidade de vida humana dentro dos limites da capacidade de suporte dos ecossistemas. A preservação ambiental foi outro tema foco deste trabalho e para Soares e Paixão (2010) as atividades feitas junto a natureza devem ser planejadas para não interferirem nos fatores ambientais.

De acordo com Rodrigues e Darido (2006), as metas para a educação ambiental estão ligadas a interdependência das esferas econômica, política e ecológica, sendo os objetivos desta ligados a participação ativa da escola, sociedade e órgãos públicos na melhoria do meio ambiente. Os espaços públicos disponíveis para a pratica de atividades físicas junto a natureza estão cada vez mais raros, neste contexto professores de Educação Física devem buscar formas de aumentar a disponibilidade destes espaços.

Para Piageaussou (1997, apud RODRIGUES; DARIDO, 2006), em uma ideia de Educação Física tradicional o paradigma é produzir a ordem, o objetivo é o rendimento máximo, as pretensões são performance e eficiência e o relacionamento dos participantes é de competição. Já em um pensamento de Educação Física ambientalista o paradigma é que a ordem emerge da desordem, o objetivo é melhorar, as pretensões são prazer e beleza e o relacionamento dos envolvidos é de harmonia e convivência.

Sendo assim, foram trabalhadas as temáticas com o objetivo de trazer uma possibilidade de atividades que estão contidas nos PCNs como um tema transversal, que buscou gerar ganhos físicos e de qualidade de vida aos alunos, as atividades junto a natureza foram de cooperação e trouxeram sensações de prazer, além de ser um conteúdo em que os alunos estavam envolvidos, tendo em vista que a agricultura está ligada ao meio ambiente e é a fonte de renda das famílias da escola onde foi desenvolvido este projeto e casa comum de todos nós.

RELATO DAS ATIVIDADES REALIZADAS

O projeto de intervenção teve um foco voltado para a educação em saúde, meio ambiente, preservação, sustentabilidade e atividade física. No

Inserção na comunidade

que diz respeito a estes aspectos, as aulas foram desenvolvidas em contato com o meio ambiente para que os alunos pudessem demonstrar o que entendiam e melhorar os seus conceitos de sustentabilidade, relacionando este conceito com a atividade física e por sua vez, desenvolvendo consciência frente a saúde.

Na primeira semana foram ministradas 2 aulas, contendo parte teórica e prática, para o 6º e o 7º ano. Na parte teórica foi repassado aos alunos conceitos sobre dengue, importância da preservação ambiental, tempo para a decomposição de lixo na natureza e formas de reciclagem deste lixo, os alunos interagiram bastante nessa parte da aula relatando o que eles já faziam em relação a estes conceitos. Após este primeiro momento os alunos jogaram um jogo de tabuleiro chamado jogo da dengue, no qual os alunos se dividiram em grupos de quatro, cada aluno escolheu uma cor e jogavam um por vez o dado para saber aonde sua cor pararia, até um aluno percorrer todas as casas e chegar ao fim, esta atividade teve boa participação e os alunos gostaram bastante. Por fim, o professor convidou os alunos para procurarem focos de dengue conforme havia sido orientado na aula teórica, os alunos percorreram a escola e o entorno dela, foram encontrados alguns focos de água parada que tiveram a água removida e colocados em locais adequados para que não se armazenar nestes locais novamente.

Sendo a dengue e as demais doenças transmitidas pelo mosquito *Aedes Aegypti*, um grave problema em nosso país a primeira aula do presente estágio objetivou uma explicação geral do que são estas doenças e o combate aos focos. Para Araújo, Ferreira e Abreu (2008, p. 697), ainda existem diversas questões a serem esclarecidas sobre a doença, desde a eliminação dos locais onde os mosquitos se reproduzem até o combate à cadeia de transmissão da doença com o desenvolvimento de políticas nacionais de controle da mesma. Trabalhar este assunto na escola aliando a teoria a prática e conhecer a realidade dos alunos é de grande importância, tendo em vista que a distribuição desigual das doenças e,

Inserção na comunidade

especificamente da dengue, têm sido dadas a partir da avaliação dos determinantes sociais.

Na segunda semana, foram ministradas 2 aulas práticas para as turmas. No aquecimento os alunos foram divididos em duas equipes, deveriam estourar os balões para pegar os pedaços de uma frase que estava dentro do balão e montar a frase, logo depois os alunos foram procurar lixo reciclável na escola e nas proximidades, foram recolhidos 5 sacos médios de lixo que estavam jogados indevidamente no meio ambiente, por fim foi conversado com os alunos sobre a importância de jogar o lixo no local adequado, e lembrado o tempo que cada material demora para se decompor.

Trabalhar sobre a reciclagem e a sustentabilidade na escola é um aspecto muito importante, pois os alunos devem ter estes conceitos desenvolvidos para ajudar nosso meio ambiente que está cada vez mais devastados. Sendo assim é de grande importância a conscientização de nossos alunos sobre a reciclagem, aliar teoria e prática também é de grande valia, pois mostra aos alunos como eles podem em sua casa e comunidade ajudar a reciclar e reutilizar o lixo.

Na terceira semana foram ministradas 6 aulas, continuando o assunto da reciclagem do lixo os alunos construíram um troféu que seria entregue para os colegas após a atividade da caça ao tesouro, para construir o troféu foi utilizado material reciclável, EVA, tinta e cola quente. Nas aulas faixa da semana foram realizadas a atividade da caça ao tesouro. Os alunos foram divididos em duas equipes de igual número de componentes, a atividade foi composta por 6 atividades, cada uma em um local do ginásio, campo e arredores, para saber em qual local os alunos deviam ir foi desenvolvido um sistema de charadas e cálculos que sempre mostravam uma cor ou número aos alunos que olhando no mapa saberiam para onde ir. Quando os alunos acabaram todas as atividades o tesouro ao final da atividade era uma cesta de frutas e uma bala, que foi dividida por todos os alunos.

Inserção na comunidade

As primeiras aulas de semana tiveram sua temática voltada a reciclagem do lixo. Para Santos, Agnelli e Manrich (2004, p. 307-308), normalmente, os três principais meios utilizados para reduzir os resíduos sólidos jogados indevidamente em solo são: redução na fonte, reutilização e reciclagem, na aula utilizamos destes dois últimos conceitos para construir os troféus.

Já nas aulas faixa foram trabalhados conceitos sobre atividade física junto ao meio ambiente, por meio da atividade da caça ao tesouro, além de se trabalhar a integração dos alunos e a reciclagem do lixo por meio desta e da entrega dos troféus. Segundo Soares e Paixão (2010), brincadeiras junto a natureza são imprevisíveis e de grande interação entre os alunos, este foi nosso principal objetivo nessa atividade.

Na última semana do estágio, foram ministradas 6 aulas, duas aulas teóricas e quatro práticas, inicialmente as aulas consistiram em jogos e brincadeiras com relação ao meio ambiente e saúde. A primeira atividade realizada foi um pego correntão, a segunda atividade foi o jogo das atitudes legais, nesta atividade os alunos deveriam procurar em palavras grudadas na parede atitudes boas para sua saúde, conforme se havia estudado em aulas anteriores, na parede havia atitudes que não eram boas também, a terceira atividade era o limpa rio, no qual os alunos tinham que com uma corda e um bambolê, vendados e com ajuda de um colega, retirar todos os materiais de dentro de uma área, que era entendida como o rio, a última atividade foi um siga o mestre com uma variação, os gestos usados só poderiam ser relacionados a atividades boas que estiveram na segunda atividade.

As aulas realizadas buscaram trazer jogos voltados a preservação ambiental e saúde, nessa perspectiva, a estimulação corporal e cognitiva, através de jogos, tem vital importância para o desenvolvimento global de crianças e adolescentes, influenciando em diversos aspectos, como: habilidades psicomotoras, coordenação, relação/espaço temporal, visão periférica, equilíbrio físico e manutenção da saúde (PERFEITO, 2013, p.7). Sendo esta última o foco principal dos jogos realizados na aula.

Inserção na comunidade

Nas aulas faixa da semana as atividades ocorreram da seguinte forma, a primeira aula foi disponibilizada para ser repassado aos alunos conceitos sobre frequência cardíaca máxima, em repouso e no exercício, os alunos foram ensinados a medir a frequência cardíaca de forma direta na artéria radial e também orientados em como usar os monitores de frequência cardíaca, foi ensinada a fórmula da FC máxima, e medida a FC de repouso e máxima. A segunda aula do dia para ambas as turmas foi utilizada para a caminhada orientada com o monitoramento da frequência cardíaca, nesta atividade os alunos realizaram uma caminhada por aproximadamente 3 km em estradas e trilhas da comunidade onde a escola se encontra, neste trajeto os alunos estavam equipados com os monitores de frequência, os alunos acharam muito interessante saber seus batimentos cardíacos, em alguns pontos correram para ver até onde seu batimento chegaria, por fim foi conversado com os alunos sobre a aula.

Novamente foi trabalhado atividades que uniram teoria e pratica, Dantas (2003, p.144) fala que o condicionamento aeróbico pode ser realizado por meio de diversas atividades físicas, o mais importante é a manutenção da frequência cardíaca dentro de uma faixa pré-estabelecida. Na aula do estágio está frequência não foi estabelecida, porém os alunos buscaram entender os conceitos e por vezes até fizeram exercícios mais intensos para compreender melhor a variação da frequência cardíaca.

CONCLUSÃO

A partir da proposta de estágio implementada no contexto das aulas de Educação Física é possível concluir que de forma geral, os objetivos foram atingidos, pois com o decorrer das atividades desenvolvidas, verificou-se que é de extrema necessidade planejar os conteúdos em vista da saúde renovada dentro de uma perspectiva pedagógica, de uma forma muito clara, direta e objetiva, fornecendo aos alunos todos os conteúdos e vivências necessárias, para que haja uma compreensão adequada dos objetivos do tema abordado, desenvolvendo assim suas capacidades cognitivas e físicas e melhorando a saúde.

Inserção na comunidade

Neste sentido, Guedes (1999) diz que os programas de Educação Física escolar devem ter como sua principal meta proporcionar uma fundamentação teórica e prática adequada, levando assim os educandos a incorporarem seus conhecimentos. Com isso, o autor diz ser possível intervir no sentido de induzir modificações em seus comportamentos, modificando seu estilo de vida, direcionando informações associadas da prática de atividades física em busca da melhoria e à manutenção da saúde. Estas modificações comportamentais dizem respeito ao estilo de vida adotado por cada indivíduo.

Se buscou nas aulas trabalhar com a proposta de saúde meio ambiente e sustentabilidade, na qual os alunos puderam identificar o meio onde vivem e relacionar este com atividades físicas que buscam a melhora da saúde. Eles puderam também demonstrar isso nas aulas e estão aptos a fazer isso também na sociedade.

Imagens relacionadas

Recolha de lixo jogado indevidamente no meio ambiente.



Fonte: O autor.

Alunos realizando atividades junto a natureza.

Inserção na comunidade



Fonte: O autor.

Troféus construídos com materiais recicláveis.



Fonte: O autor.

Alunos realizando uma das atividades da caça ao tesouro.

Inserção na comunidade



Fonte: O autor.

Aula teórica ainda foram repassados conceitos sobre frequência cardíaca.



Fonte: O autor.

Alunos realizando a atividade da caminhada com o monitoramento da frequência cardíaca.



Fonte: O autor.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, José Raimundo de; FERREIRA, Efigênia Ferreira e; ABREU, Mauro Henrique Nogueira Guimarães. Revisão sistemática sobre estudos de espacialização da dengue no Brasil. *Revista brasileira de epidemiologia*. v.11, n 4, p. 696-708. 2008.

DANTAS, Estélio H. M. A prática da preparação física. 5. ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003. 463 p.

FERREIRA, Marcos Santos. Aptidão física e saúde na educação física escolar: ampliando o enfoque. *Rev. Bras. Cienc. Esporte*, v. 22, n. 2, p. 41-54, jan. 2001.

GUEDES, Dartagnan Pinto. Educação para a saúde mediante programas de educação física escolar. *Revista Motriz*. v. 5, n. 1, p. 10-14, 1999.

GUEDES, Joana Elisabete Ribeiro Pinto; GUEDES, Dartagnan Pinto. Características Dos Programas De Educação Física Escolar *Rev. paul. Educ. Fís, São Paulo*, p.49-62, jan./jun. 1997.

NAHAS, Markus Vinicius. Atividade física, saúde e qualidade de vida: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 4. ed. Londrina: Midiograf, 2006.

PERFEITO, Rodrigo Silva. O jogo como ferramenta no desenvolvimento cognitivo, psicomotor, afetivo e social de crianças e adolescentes à luz de autores clássicos. *Adolescência e Saúde*. 2013; 10 (Supl.3): 7-15.

RODRIGUES, Luiz Henrique; DARIDO, Suraya Cristina. Educação Física escolar e meio ambiente: reflexões e aplicações pedagógicas. *Efdeportes Revista Digital*, Buenos Aires, vol 11, n.100. set. 2006. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd100/ma.htm>> acesso em: 19 mar. 2017.

SANTOS, Amélia S F; AGNELLI, José Augusto M; MANRICH, Sati. Tendências e Desafios da Reciclagem de Embalagens Plásticas. *Polímeros: Ciência e Tecnologia*. vol. 14, n 5, p. 307-312, 2004.

Inserção na comunidade

SOARES, Camilo José dos Santos; PAIXÃO, Jairo Antônio da. Atividades de Aventura e Educação Ambiental: possibilidades nas aulas de Educação Física escolar. Efdeportes Revista Digital, Buenos Aires, vol. 14, n.142, mar. 2010. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd142/atividades-de-aventura-e-educacao-ambiental.htm>> acesso em: 19 mar. 2017.