

## PROPOSTA DIDÁTICA METODOLÓGICA VOLTADA PARA EDUCAÇÃO EM SAÚDE: INTRODUZINDO CONCEITOS E PRÁTICAS RELACIONADAS A ATIVIDADE FÍSICA E NUTRIÇÃO DE CRIANÇAS

Acadêmicas: Adriane Gomes

Eliege Cevi

Elisandra Sovrani

Joseane Pavan

Professoras Orientadoras: Sandra Fachineto e Elis Regina Frigeri

### RESUMO

No primeiro semestre de 2017 aconteceu o Estágio Curricular Multidisciplinar I que tem por objetivo desenvolver ações em saúde com crianças e adolescentes na Escola. Esta ação pedagógica objetivou orientar a prática de atividade física dirigida à aquisição de benefícios físicos e o bem-estar, como também orientar para aspectos de uma alimentação saudável. Para alcançar os objetivos foram propostas diferentes estratégias como aulas teóricas, jogos de alimentação, entrevista, pirâmide alimentar, pirâmide atividade física, circuitos de atividades físicas entre outros. Participaram 68 meninos e 63 meninas sendo um total de 131 alunos, do 1º ao 5º ano do ensino fundamental, com idades entre 6 à 11 anos de escolas dos municípios de Riqueza, São Miguel do Oeste e Belmonte.

Para alcançar os objetivos propostos foi utilizada a metodologia da saúde renovada, além desta foi feito uso da abordagem

## Inserção na comunidade

construtivista/interacionista que visou valorizar as experiências dos alunos e as diferenças individuais, além das situações de ensino-aprendizagem que deveriam ser interessantes para os alunos e de uma forma lúdica.

Foram recolhidas informações sobre a noção dos alunos diante a alimentação saudável e prática de atividade física, através da aplicação de uma entrevista visando diagnosticar o que os alunos praticavam de esportes além da escola e sua alimentação.

Para o desenvolvimento das aulas foi utilizado à sala de aula, o ginásio, a quadra de esportes coberta, a brinquedoteca e o campo que a escola possuía e sala de jogos.

Os materiais utilizados foram: bolas, cordas, cones, bambolês, data show, notebook, jogos educativos sobre alimentação e outros materiais disponibilizou na escola e construídos pelos alunos junto às professoras estagiárias.

Elaborou-se apresentações em slides com conceitos introdutórios, utilizaram-se imagens figurativas para melhor compreensão dos alunos e explicado de forma lúdica o que foi trabalhado, também utilizou-se o quadro para passar a parte introdutória para os alunos. Após cada aula teórica era feito um momento onde os alunos tiravam suas dúvidas

Foram elaborados a pirâmide alimentar, pirâmide da atividade física, painel dos alimentos saudáveis e não saudáveis, pratos divertidos e saladas de frutas.

As práticas foram desenvolvidas através de circuitos e outras estratégias conforme a idade e turma. A temática foi adaptada ao planejamento da professora supervisora, assim introduzido o tema escolhido sem afetar o andamento das aulas planejadas.

Na parte inicial foi realizados alongamentos e aquecimento, na parte principal foram desenvolvidas atividades diversas introduzidas assim à metodologia da saúde renovada e construtivista/interacionista e na parte final, realizado uma atividade de volta calma.

Nas aulas práticas foram realizadas diversas atividades como brincadeiras, circuitos e jogos com bastante recreação, algumas atividades

## Inserção na comunidade

foram: estafeta dos alimentos, jogo da memória com alimentos, circuito saudável, fazendo compras, morto e vivo dos alimentos, história das frutas, qual é o alimento? Jogo da memória saudável, telefone sem fio dos alimentos, mimica da atividade física, lembrando a ordem, pega cola, pega-pega roda gigante, 10 palavras, cozinheiro, começando pelo fim, passando o bambolê, formando grupos, corrida em massa, bom ou ruim, o mestre mandou, dentre outras.

Houve várias formas de avaliação nas aulas, sendo elas: na dimensão conceitual o aluno conheceu os hábitos de vida saudáveis na questão da alimentação e relacionou-as com as necessidades atuais de atividade física e quando questionado souberam responder o quão foi importante o que se aprendeu.

Na dimensão procedimental o aluno vivenciou e adquiriu alguns conhecimentos em relação a alimentação vinculada a atividade física através de situações de brincadeiras, jogos, conceitos passados, o domínio do aluno nas atividades, dentre outros.

Na dimensão atitudinal o aluno valorizou a riqueza de jogos e brincadeiras do seu contexto escolar, respeitou os colegas, resolveu os problemas com atitudes de diálogo e não violência se dispôs a estar com roupas adequadas para participar de atividades, em grupo, individuais, cooperando e interagindo, reconhecendo e valorizando atitudes não preconceituosas quanto aos níveis de habilidade, sexo, religião e outras.

Na auto avaliação os alunos se auto avaliaram, se auto perceberam na relação da atividade física com a saúde, se realmente compreenderam o que foi repassado. Nenhuma forma de avaliação visava ganho de nota.

### CONCLUSÃO

Pode-se concluir que os objetivos foram atingidos, pois teve grande interesse por parte dos alunos no assunto abordado, tanto nas aulas teóricas quanto nas aulas práticas, percebeu-se que os alunos entenderam que é de suma importância ter uma boa qualidade de vida, uma alimentação adequada e realização de exercício físico diários.

## Inserção na comunidade

O estágio supervisionado é de grande importância pois, através dele foi possível conhecer a realidade da escola e o estágio possibilitou colocar em prática os conhecimentos que se adquiriu em sala de aula, também permitiu que fosse refletido sobre a profissão professor.

O estágio em saúde é de grande importância, tanto para os alunos que participaram das aulas aplicadas no estágio, quanto para crescimento pessoal e profissional enquanto acadêmicas. Ele é uma oportunidade de experiência prática aliada aos conhecimentos teóricos na vida profissional futura.

O professor de Educação Física é de suma importância dentro da escola, rompendo a barreira das quatro bolas (futsal, voleibol, handebol e basquete), dando outro sentido para as aulas de Educação Física, indo além das práticas esportivas. O professor deve contribuir para que o aluno aprenda a questões voltadas para a saúde, disponibilizando ao aluno conhecimento de atividades que possam ser praticadas fora da escola, criando hábitos saudáveis e assim construir uma geração mais saudável e com mais qualidade de vida.

Imagens relacionadas

Imagem 1 - Quebra-cabeça da pirâmide da atividade física com os alunos do 5º ano.



Fonte: Autoras.

Imagem 2 – Pirâmide alimentar construída pelos alunos do 5º ano.

## Inserção na comunidade



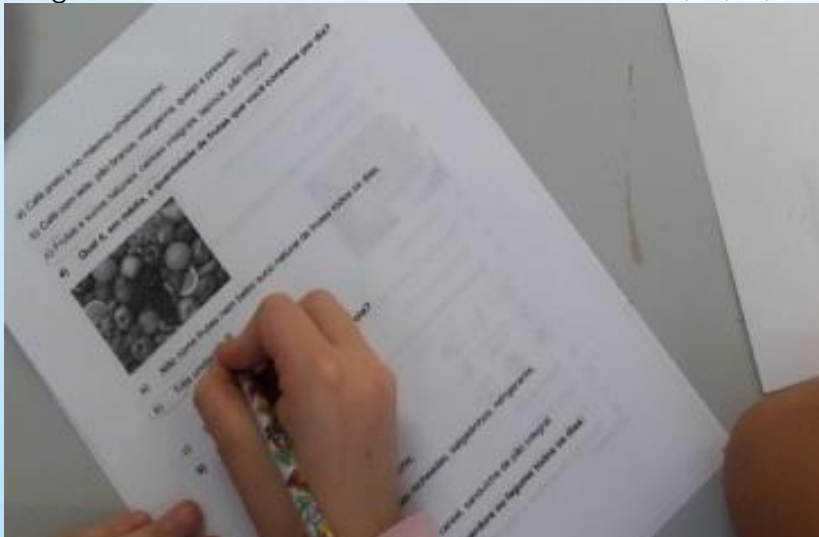
Fonte: Autoras.

Imagem 3 – Jogo da memória saudável realizada com os alunos do 3º ano.



Fonte: Autoras.

Imagem 4 – Entrevista realizada com as turmas do 1º, 2º, 3º, 4º e 5º ano.



Fonte: Autoras.

## Inserção na comunidade

Imagem 5 - Finalização do estágio com entrega de uma fruta e um cartão com 1º ano.



Fonte: Autoras.

Imagem 6 – Construção de pratos divertidos com o 5º ano.



Fonte: Autoras.